



WESOŁA

# wiadomości sąsiedzkie

MIESIĘCZNIK MIESZKAŃCÓW DZIELNICY WESOŁA I OKOLIC

Nr **211**

**Kwiecień  
2019 r.**

GAZETA BEZPŁATNA

ISSN 2300-0414

**Drodzy Czytelnicy,  
z okazji Świąt Wielkanocnych życzymy Wam,  
aby ten szczególny czas umocnił Waszą wiarę,  
podniósł na duchu i nappełnił Wasze serca radością.  
Niech to będzie czas pogodnych spotkań  
z najbliższymi i budzącą się do życia przyrodą.**

**Redakcja „Wiadomości Sąsiedzkich”**

**Wszystkim Mieszkańcom Wesołej  
z okazji Świąt Wielkanocnych życzymy zdrowia,  
 optymizmu, wielu radosnych chwil w rodzinnym gronie,  
a także wszelkiej pomyślności i sukcesów  
w życiu prywatnym oraz zawodowym**

**Marcin Jędrzejewski  
Przewodniczący  
Rady Dzielnicy Wesoła  
m.st. Warszawy**

**Marian Mahor  
Burmistrz  
Dzielnicy Wesoła  
m.st. Warszawy**



# groszek

*Twój sklep na co dzień*

Wawer:

**Al. Dzieci Polskich 9**   
(sklep znajduje się naprzeciwko  
Centrum Zdrowia Dziecka)

**JUŻ OTWARTE!**



Wesoła:

**ul. Jana Pawła II 110  
ul. Rumiankowa 18**

**Godziny otwarcia:**

Pn-Pt: 6:00-22:00

Sob: 6:00-21:00, Nd: 8:30-17:00



**27.99**  
1 kg

**Gobarto**

**Poledwica map**  
cena za kilogram  
Gobarto

**5.99**  
1 szt.



**Kawa Pedros**  
250 g  
Strauss

**5.49**  
1 szt.



**Olej Kujawski**  
1 l  
Kruszwica

**1.59**  
1 szt.



**Woda Nałęczowianka**  
niegazowana  
1,5 l  
Nestle

**10.99**  
1 szt.



**Herbata Lipton**  
88 torebek  
Unilever

**2.19**  
1 szt.



**Cukier kryształ  
KSC**  
1 kg  
Polski Cukier

**2.39**  
1 szt.



**Mąka  
Szymanowska**  
1 kg  
Polskie Młyny

**3.99**  
1 szt.



**Zupa Krakus  
barszcz czerwony**  
1 l  
Agros Nova

**2.79**  
1 szt.



**Chrzan Polonaise**  
180 g  
Polonaise

Promocja obowiązuje do końca kwietnia 2019 r. lub do wyczerpania zapasów

## REMBERTÓW PRZY LESIE

 **lps**  
SP. Z O.O.

LPS INVEST BIS BIS SP. Z O. O. S. K.  
UL. TRAKT BRZESKI 86B  
05-070 SULEJÓWEK

CICHA I ZIELONA STREFA REMBERTOWA

UL. ZESŁAŃCÓW POLSKICH

APARTAMENTY OD 35 DO 67 M2



22 783 16 61  
661 770 776  
798 173 303



**JUŻ W SPRZEDAŻY !!!**

BIURO@LPSINVEST.PL

WWW.LPSINVEST.PL

# DWUJĘZYCZNA SZKOŁA PODSTAWOWA NR 1

Cambridge International School

10  
YEARS



## DZIEŃ OTWARTY

25 KWIETNIA

GODZ 17-19<sup>30</sup>

Więcej informacji na [www](http://www.szkola-dwujezyczna.pl) lub telefonicznie

Wspólna 55, Warszawa ☎ 600 202 851  
[sekretariat@szkola-dwujezyczna.pl](mailto:sekretariat@szkola-dwujezyczna.pl)

[szkola-dwujezyczna.pl](http://szkola-dwujezyczna.pl)

## KOMPLEKSOWE ROZWIĄZANIA W ZAKRESIE:

- ✓ KREDYTÓW HIPOTECZNYCH
- ✓ KREDYTÓW FIRMOWYCH
- ✓ KREDYTÓW GOTÓWKOWYCH



PARTNER  
 ANG



15 LAT DOŚWIADCZENIA  
DZIAŁAM LOKALNIE, MYŚLĘ GLOBALNIE

+48 607 97 98 87



[sprawdzonykredyt.pl](http://sprawdzonykredyt.pl)



## Z prac Rady Dzielnicy



W marcu Rada Dzielnicy obradowała dwukrotnie. Najpierw w dniu 11 marca na sesji nadzwyczajnej obradowała nad przyjęciem sprawozdania z wykonania załącznika Dzielnicy Wesoła do uchwały budżetowej m.st. Warszawy za 2018 rok. Temat był szerzej omawiany na posiedzeniu Komisji Budżetu, więc na sesji już praktycznie bez dyskusji Rada 16 głosami za, przy 4 wstrzymujących (radni PiS) podjęła uchwałę przyjmującą sprawozdanie.

20 marca odbyła się sesja zwyczajna. Rozpoczęła się od spotkania z przedstawicielami MPWiK, którzy przedstawili planowane inwestycje w sieć wodociągową i kanalizacyjną w naszej dzielnicy. Dyskusję zdominował jednak wątek jakości wody dostarczanej wodociągiem centralnym do osiedla Zielona. Przedstawiciele MPWiK wyjaśniali, że gwarantują jakość wody dostarczanej nowym rurociągiem. Natomiast przyznają, że może pojawiać się problem z wtórnym zanieczyszczeniem wody na terenie dzielnicy, gdyż nasza sieć wodociągowa jest mocno przestarzała, a na dodatek obecnie woda płynie w niej niejako „pod prąd”, co może skutkować wypłukiwaniem starych zanieczyszczeń. Prosimy, aby takie przypadki zgłaszać, i każdorazowo Pogotowie Wodociągowe będzie pobierało próbki i w razie konieczności pukało kolejne fragmenty sieci. Część radnych nie przyjmowała tego do wiadomości, powołując się na liczne skargi mieszkańców, na co przedstawiciele MPWiK sięgnęli po oficjalny wykaz zgłoszeń i reklamacji i okazało się, że przez cały luty i początek marca z terenu os. Zielona, którego problem dotyczy, nie było ani jednego zgłoszenia dot. jakości wody. W wyniku dyskusji zostało uzgodnione, że zostanie zorganizowane kolejne spotkanie dla mieszkańców (na poprzednim we wrześniu ub.r. było niespełna 30 osób) z przedstawicielami

MPWiK, na którym będzie można zgłosić wnioski i uwagi dot. jakości wody.

Kolejnym gościem na sesji był przedstawiciel Zarządu Dróg Miejskich. Przedstawił wykaz planowanych inwestycji na terenie naszej dzielnicy. Przede wszystkim jest to ścieżka rowerowa wzdłuż ul. Niemcewicza – jest przygotowana dokumentacja, brak póki co wystarczających środków na realizację, jest szansa, że inwestycja ruszy w drugiej połowie roku. Kolejną jest skrzyżowanie ul. 1 Praskiego Pułku z ul. Mazowiecką (pod tym tytułem kryje się kompleksowa przebudowa całego skrzyżowania ul. 1 Praskiego Pułku z Traktem Brzeskim, od Mazowieckiej aż po Gościniec) – trwają prace projektowe. Budowa sygnalizacji świetlnej na skrzyżowaniu ul. Ciepłarnianej i Jana Pawła II – został wreszcie uzgodniony projekt, na ostatniej marcowej sesji Rady Miasta miał być zwiększony budżet tej inwestycji (jest niezbędnie przebudowanie całego skrzyżowania). ZDM przymierza się także, aby w wakacje wykonać kompleksowy remont północnej nitki Traktu Brzeskiego od 1 Praskiego Pułku aż do ulicy Kajki.

W następnym punkcie odbyło się spotkanie z przedstawicielami policji i straży miejskiej. Zostały przedstawione statystyki dotyczące przestępczości i naruszeń prawa. Zgodnie z nimi Wesoła cały czas pozostaje jedną z najbezpieczniejszych dzielnic Warszawy. Co prawda wciąż jest sporo kradzieży samochodów, ale innych przestępstw jest naprawdę niewiele. Wzrosła także do ponad 40% wykrywalność, szczególnie włamań i kradzieży. Wśród wykroczeń stwierdzanych przez straż miejską największe zainteresowanie wzbudziła kwestia zanieczyszczania środowiska, w szczególności spalania w domowych piecach odpadów i toksycznych substancji. W ostatnim roku straż miejska wzbogaciła się o dwa supernowoczesne drony, mogące zdalnie pobierać i analizować próbki dymu wydostającego się z kominów, co bardzo ułatwi walkę z trucicielami, których jak sami wiemy, szczególnie zimą, jest na naszym terenie całkiem sporo.

9 maja 2019 r. o godz. 17.00

w Szkole Podstawowej nr 385  
ul. Klimatyczna 1 (Wesoła, Stara Miłostna)  
odbędzie się spotkanie informacyjne,  
na którym inwestor: GDDKiA w Warszawie  
przedstawi mieszkańcom **szczegóły**  
**przebudowy WĘŻŁA ZAKRĘT**

W kolejnym punkcie gościliśmy przedstawicieli Młodzieżowej Rady Dzielnicy. Omawiane były problemy funkcjonowania Rady i możliwe obszary współpracy. Główną bolączką obecnego składu Rady jest „słomiany zapał” części młodzieży, która została wybrana do jej składu, przekładający się na bardzo niską frekwencję na spotkaniach.

Następnie Rada zaopiniowała pozytywnie trzy pakiety korekt w tegorocznym budżecie Dzielnicy, w szczególności było to wprowadzenie dodatkowych środków na zakup pierwszego wyposażenia oddawanych w tym roku obiektów oświatowych i kulturalnych oraz środki na podłączenie do mediów budowanego domu komunalnego przy ul. Berenta. Uznała także za bezzasadną skargę mieszkańca na dyrektorów jednostek organizacyjnych Dzielnicy oraz zaopiniowała pozytywnie proponowane zmiany w statucie Dzielnicy.

Na zakończenie sesji Rada zapoznała się z informacjami:

- o przebiegu i kosztach akcji „Zima w Mieście”
- o prognozie demograficznej dla dzielnicy Wesoła
- o stanie istniejącej infrastruktury w dzielnicy.

Kolejna sesja Rady Dzielnicy zaplanowana jest na dzień 17 kwietnia br. Sesja rozpocznie się o godz. 14.00 w sali Rady w budynku naszego Urzędu Dzielnicy. Zainteresowanych serdecznie zapraszam.

**Marcin Jędrzejewski**  
Przewodniczący Rady



## REKLAMA w „Wiadomościach Sądzieckich Wesoła”

Informacje o zasadach reklamowania i zamówienie reklamy u naszego przedstawiciela handlowego: **Bożena Doleżał** – tel. **607-306-979**,  
e-mail: **reklama@wiadomosciasiedzieckie.pl**



# Działania Ośrodka Pomocy Społecznej w Wesołej

## Być czy nie być... wolontariuszem?

Wolontariusze seniorzy zrzeszeni przy Ośrodku Pomocy Społecznej Dzielnicy Wesoła m.st. Warszawy przeczą stereotypom, że starsze osoby są grupą potrzebującą pomocy – to oni chcą i pomagają innym. Udowadniają, że wolontariat może być doskonałym sposobem na życie dla wielu osób 60+.

Liczna grupa aktywnych seniorów z dzielnicy angażuje się w szereg działań, współpracując przy organizacji warsztatów, występów artystycznych, spotkań z okazji świąt i uroczystości czy też poprzez systematyczną, indywidualną pracę polegającą na towarzyszeniu i pomocy osobom chorym i niepełnosprawnym.

**Przeszłość minęła, przyszłość jeszcze nie nadeszła, TERAZ jest odpowiedni moment, by działać!**



Zapraszamy także młodzież do dołączenia do Zespołu!

## „Pół żartem, pół serio”, czyli prima aprilis spektaklem pisany

Poczucie humoru obniża stres, pomaga radzić sobie z problemami, dostarcza przyjemności, a co najważniejsze – mamy je za darmo. Warto je pielęgnować, dlatego 1 kwietnia, w ten tradycyjny dzień żartów, o godzinie 18.00 w Centrum

Aktywności „Na Spokojnej” odbył się muzyczny spektakl pt. „Pół żartem, pół serio”. W programie znalazły się najpiękniejsze piosenki, dużo scenicznego humoru i kilka powodów do wzruszeń. To był wieczór pełen radości, lekkiej, inteligentnej zabawy, aż policzki były zmęczone od szerokiego uśmiechu. Wykonawcy: Grupa Piosenki Centrum Aktywności.

*„Humor jest najwspanialszą przyprawą w czasie uczt życia” (L. M. Montgomery).*

## Ale jaja...! czyli wiosenne Warsztaty Wielkanocne

W tygodniu przedświątecznym w Centrum Aktywności „Na Spokojnej” seniorzy oraz osoby niepełnosprawne będą mogli uczestniczyć w warsztatach wielkanocnych. W programie przygotowanie różnorodnych dekoracji świątecznych. Zapisy w biurze Centrum Aktywności przy ul. Spokojnej 2 oraz pod numerem telefonu 22 773 44 12 wew. 104. Szczegóły na stronie [www.naspojnej.pl](http://www.naspojnej.pl).

Marzena Decy

## Wiosna, wiosna... a więc bratki!

Nasza Wesoła jest zawsze urokliwa, ale szczególnie gdy kwitną już rośliny. Zauważyłam jednak, że z ukwieceniem naszego otoczenia niepotrzebnie się spóźniamy. Wynika to chyba z niedoinformowania, że tak wdzięczne, wielokolorowe kwiatki kwitnące jak bratki można wysadzić w ogródku czy na balkonie albo wystawić w misie już w marcu. Bratki są bowiem kwiatami, które ogrodnicy wysiewają wczesnym latem, a wkrótce przenoszą „na świeże powietrze” do gruntu, gdzie z powodzeniem zimują. I tak na przełomie lutego i marca są gotowe do wysadzenia w ogródkach czy na balkonach.



Ja w tym roku posadziłam na balkonie piękne, kwitnące bratki, dwa kolory na przemian, już 20 lutego. Mój balkon ożywił się ogromnie!

A jeśli w naszej Wesołej będzie bratków więcej w różnych miejscach, to na pewno stanie się weselej!

To prawda, że bratki są śliczne mniej więcej do końca maja, potem trzeba je wymienić na inne kwiaty, ale chyba warto!

Izabella Ruli

## WYGRAJMY RAZEM TEN MECZ!

PRZEKAŻ 1%

Mateusz

VS

Pineoblastoma



**NR KRS:**  
0000382243

**Cel szczegółowy:**  
1923 pomoc dla Mateusza Ksiit

Pomóc Mateuszowi można dokonując wpłaty na konto:  
Fundacja Pomocy Dzieciom  
i Osobom Chorym "Kawałek Niebia"  
Santander Bank  
311090 2835 0000 0001 2173 1374  
Tytułem: 1923 pomoc dla Mateusza Ksiit

## Problemy z nazwami ulic



Problem dublujących się nazw ulic w Wesołej z innymi dzielnicami Warszawy ciągnie się od włączenia naszej dzielnicy w strukturę miasta stołecznego, czyli od roku 2002. Większość z nas przyzwyczaiła się do tego stanu rzeczy i podając adres znajomym czy kurierowi, podkreśla, że chodzi o ulicę w dzielnicy Wesoła. Ale i tak całkiem często dochodzi do pomyłek. Kilukrotnie zdarzało mi się tłumaczyć zdezorientowanym gościom na rogu mojej ulicy, że owszem, nazwa ulicy się zgadza, ale oni muszą jednak jechać na drugi koniec miasta, bo tam jest druga ulica o tej samej nazwie. Albo tłumaczyć kurierowi, że w adresie nie ma numeru mieszkania, bo mieszkam w domu jednorodzinnym, a skoro on stoi pod blokiem, to musi

teraz jechać z Woli do Wesołej, bo nie sprawdził kodu pocztowego na przesyłce. Dużo gorzej, gdy pomyłki dotyczą służb ratunkowych. Jak na przykład pod koniec marca, gdy wezwana do pożaru na ul. Jeździeckiej straż pożarna pojechała na Bemowo.

Dlaczego władze Warszawy nic nie robią z tą sprawą? Bo zmiana nazwy ulicy to olbrzymi kłopot dla jej mieszkańców. Szczególnie tych, którzy prowadzą działalność gospodarczą, mają kredyty czy inne formalne zobowiązania. Poza tym którą nazwę ulicy zmieniać? W Wesołej czy tę w innej części Warszawy? Teoretycznie to my w strukturach miasta byliśmy później, więc wypadałoby u nas. Ale np. na „naszej” ulicy Gościńiec mieszka pewnie ponad tysiąc osób. Przy tej „drugiej”, lokalnej ulicy na Siekierkach – zaledwie kilkadziesiąt... Nie chcąc nikogo uszczęśliwić na siłę, ani władze dzielnicy, ani miejski zespół ds. nazewnictwa ulic nie inicjują zmian. Ale

nic nie stoi na przeszkodzie, aby takich zmian dokonać na wniosek mieszkańców.

Na większych ulicach to pewnie trudne do wykonania, ale jeśli mieszkańcy jakiejś mniejszej uliczki dogadają się we własnym gronie, zbiorą zgody większości sąsiadów, to dość sprawnie zmianę nazwy ulicy można przeprowadzić. Miasto Stołeczne posiada tzw. bank nazw, z którego można skorzystać, można też zaproponować własną unikalną nazwę, choć taka nie zawsze, z różnych przyczyn, może być przyjęta.

Nie namawiam Państwa do jakiejś zmasowanej akcji zmiany nazewnictwa ulic, ale jeśli obecna sytuacja jest dla kogoś uciążliwa i przekonano do tego sąsiadów, to chętnie pomogę sprawnie procedurę zmiany nazwy przeprowadzić. Zainteresowanych proszę o kontakt mailowy na adres: mjedrzejewski@radni.um.warszawa.pl. Innym pozostaje pamiętać, aby zawsze, podając adres, dodawać kod pocztowy i podkreślać, że chodzi o dzielnicę Wesoła.

**Marcin Jędrzejewski**

## Wyróżnienia w plebiscycie Człowiek Roku 2018

W dniu 22 marca 2019 roku odbyło się posiedzenie zespołu opiniującego wnioski o przyznanie wyróżnień Burmistrza Dzielnicy Wesoła m.st. Warszawy osobom fizycznym oraz organizacjom pozarządowym, działającym na rzecz społeczności lokalnej dzielnicy Wesoła, które poprzez swoje osiągnięcia i szczególne zaangażowanie przyczyniły się do promowania dzielnicy Wesoła na terenie kraju.

Zespół rekomendował do wyróżnienia osoby, które swoją aktywnością wykazały się w obszarze kultury, sportu, profilaktyki i spraw społecznych, promocji dzielnicy Wesoła w skali ponaddzielnicowej. Przewidział także specjalne wyróżnienie dla organizacji pozarządowej za całokształt działań i zaopiniował o przyznanie tytułu honorowego: „Wybitny Człowiek Dzielnicy Wesoła m.st. Warszawy”.

W obszarze kultury wyróżnienie za wybitne osiągnięcia artystyczne otrzyma pani **Beata Bielska-Karwot** – pedagog z ponad dwudziestoletnim doświadczeniem. W swojej pracy przede wszystkim pomaga uczniom znajdującym się w trudnych sytuacjach życiowych. Jest także nauczycielem zajęć artystycznych i trenerem programu Destination Imagination (program edukacyjny rozwijający kreatywność wśród dzieci i młodzieży, uczący pracy metodą projektu i pracy zespołowej). Ponadto Pani Beata Bielska-Karwot jest autorem i realizatorem projektu z zakresu edukacji kulturalnej „Hej! Zobacz. SZUKAJ!”.

W obszarze sportu wyróżnienia za wybitne osiągnięcia sportowe otrzymają **zawodnicy Uczniowskiego Klubu Sportowego JUDO FIGHT CLUB** i **zawodnicy Międzyszkolnego Uczniowskiego Klubu Sportowego „VICTOR” – sekcja szermiercza**. Natomiast tytuł „ZESPÓŁ TRENERSKI ROKU 2018” zdobędą trenerzy odpowiedzialni za wyniki sekcji szermierczej Mię-

dzyszkolnego Uczniowskiego Klubu Sportowego „VICTOR” – **Adam Sęczek, Bartłomiej Olejnik, Krzysztof Grzegorek**. Ich podopieczni zdobyli 11 medali – w tym 5 złotych na Mistrzostwach Polski.

W obszarze profilaktyki i spraw społecznych wyróżnione zostaną trzy osoby: pani **Majka Delura** – znakomity pedagog z powołania, który dzieciom oddaje całe swoje serce, pan **Grzegorz Wawrzyniak**, który w roku 2018 przepracował 950 godzin przy 261 akcjach ratowniczo-gaśniczych oraz zabezpieczeniach rejonów m.st. Warszawy, co stawia go na pierwszym miejscu w OSP Wesoła, oraz pani **Katarzyna Markowska**, która od ponad dwóch lat współtworzy facebookową społeczność „Mamy z Wesołej i Okolic”, gdzie dała się poznać jako inicjator i świetny organizator wszelkiego rodzaju przedsięwzięć. W ramach tej kategorii zostanie przyznany także tytuł „Społecznik Roku”, który otrzyma **Anna Kucharczyk** – osoba aktywnie pracująca społecznie, oraz Tytuł „Człowieka Roku”, którym zostanie uhonorowany **Michał Guzik**, który podjął ekstremalny „Bieg po życie Zuzi”, małeńkiej dziewczynki, chorej na zespół Moebiusa, a ponadto w wesołowskich przedszkolach i szkołach przeprowadził bezpłatne szkolenia z zakresu pierwszej pomocy medycznej.

W obszarze promocji dzielnicy Wesoła w skali ponaddzielnicowej uhonorowana zo-

stanie Pani **Marta Zamojska-Makowska**, od wielu lat działająca na rzecz społeczności lokalnej dzielnicy Wesoła, która przyczyniła się do promowania dzielnicy Wesoła w skali wykraczającej poza jej obszar, tj. w skali miasta stołecznego Warszawy, w skali kraju oraz skali międzynarodowej, a także **Katarzyna Witek**, która działając w Towarzystwie Narciarskim Biegówki, była w roku 2018 głównym koordynatorem organizacji największej w Polsce amatorskiej imprezy narciarskiej – „Rolkowiska”, która odbyła się 1 września na Rolkostradzie w Wesołej.

Tytuł honorowy „Wybitny Człowiek Dzielnicy Wesoła m.st. Warszawy” zostanie przyznany panu **Stefanowi Słowikowskiemu** – autorowi szeregu inicjatyw realizowanych w Osiedlu Plac Wojska Polskiego (m.in. modernizacji Przedszkola nr 259, ciągów komunikacyjnych, terenów zielonych czy parkingów osiedlowych), jednemu z wnioskodawców założenia i budowy osiedlowej Szkoły Podstawowej nr 4 (obecnie SP 174) oraz wybitnemu samorządowcowi. Poprzez jego starania w 2003 r. Przedszkole nr 259 przejęte zostało od Jednostki Wojskowej nr 1230 przez Urząd Dzielnicy Wesoła.

Wyróżnienie specjalne dla organizacji pozarządowej za całokształt działań otrzyma **Uczniowski Klub Sportowy WESOŁEK**.

**Redakcja**





## I Społeczne Liceum Ogólnokształcące im. Emanuela Bułhaka w Warszawie zaprasza



**Zostaw**  
wreszcie ten telefon  
i weź się za naukę!

**Mamo,**  
ale ja się uczę!

### Proponujemy 3 nowoczesne profile:

- social media i Internet
- językowo-ekonomiczny
- bio-science

Klasy dla absolwentów  
szkoły podstawowej  
oraz gimnazjum

**ZAPISY JUŻ TRWAJĄ!**

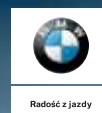
Nie czekaj, miej pewność już dziś! Zapraszamy po formularze zgłoszeniowe.

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



## PARTNERSTWO Z JAKOŚCIĄ.

ORYGINALNE CZĘŚCI DOSTARCZA  
DEALER BMW AUTO FUS GROUP.



**MOTOLAB**  
Serwis Samochodowy Bosch  
Warszawa Wesoła, Trakt Brzeski 1  
tel.: 22 773 22 50, 22 773 22 49

## WIOSENNA PROMOCJA NA ZABIEGI FIZYKOTERAPII

OD 1 DO 30 KWIETNIA 2019



**CORPOMED**

ul. Jana Pawła II 218, 05-077 Warszawa-Wesoła (os. Stara Miłosna), tel. 22 773 00 27  
ul. Wspólna 2c lok. 12, 05-075 Warszawa-Wesoła, tel. 22 760 06 92  
[www.corpomed.pl](http://www.corpomed.pl)

\*promocje nie łączą się

### mgr Katarzyna Krzyżanowska Fizjoterapeuta, Osteopata\*

Od 25 lat zajmuję się rehabilitacją, rehabilitacją sportową i osteopatią. Ciągłe uzupełnianie wiedzy w połączeniu z doświadczeniem klinicznym pozwala mi pomagać wielu pacjentom.

#### Specjalizuję się w osteopatii:

- ✓ ogólnej ✓ ginekologicznej ✓ w pediatrii
- ✓ w ortodoncji i stomatologii
- ✓ visceralnej i cranio-sacralnej.

#### Leczone choroby m.in.:

łokiec tenisisty, rwa kulszowa, migrena, urazy, dyskopatia, bóle stawów, bóle kręgosłupa, ból barku, ból kolana, stany pooperacyjne, skręcenie stawu, ból, bolesny kark, stany zapalne stawów biodrowych, stany zapalne stawów kolanowych, rwa ramenna, problemy pediatryczne.

\* Mgr Katarzyna Krzyżanowska przyjmuje Pacjentów w **CORPOMED CRW WESOŁA** przy ul. Wspólnej 2c lok. 12



# WARSZAWSKIE DNI RODZINNE

edycja XIII

NASZ PATRONAT

ZwalczNudę.pl po raz XIII zaprasza warszawiaków do wzięcia udziału w Warszawskich Dniach Rodzinnych. W dniach 12–14.04.2019 r. setki Partnerów wydarzenia zorganizują bezpłatne zajęcia, warsztaty i spotkania, w których wziąć udział będą mogły całe rodziny. Zwieńczeniem wydarzenia będzie Warszawski Piknik Rodzinny – od Mikro do Makro, na który zapraszamy wraz z Politechniką Warszawską.

Warszawskie Dni Rodzinne to wyjątkowy weekend, podczas którego stolica zamienia się w wielki plac zabaw. W tym czasie na terenie całego miasta odbywa się szereg wydarzeń, skierowanych do rodzin z dziećmi. Zajęcia prowadzą teatry, muzea, szkoły językowe i artystyczne oraz inne placówki o różnorodnym profilu działalności. W ramach akcji do współpracy zapraszamy nie tylko sferę publiczną, ale również organizacje pozarządowe i biznes. „Udział w WDR jest doskonałą okazją do zapoznania się z ofertami różnych instytucji, które promują ideę rodzinnego spędzania czasu”

– mówi Krystyna Radkowska, organizator wydarzenia. „Warszawskie Dni Rodzinne tworzą przestrzeń, w której rodziny mogą poznać placówki działające w ich dzielnicy oraz zupełnie bezpłatnie wziąć udział w niesamowitych warsztatach”. W dotychczasowych edycjach projektu łącznie wzięło udział ponad 55 tysięcy rodzin.

Finałem WDR będzie **Warszawski Piknik Rodzinny – od Mikro do Makro**, który odbędzie się 14.04.2019 r. w godzinach 12–17 na warszawskim Stadionie Syrenki Politechniki Warszawskiej (ul. Batorego 10a).

Współorganizator Pikniku – Politechnika Warszawska – zaprasza do przygotowanej przez studentów Strefy Młodego Inżyniera, na której zaprezentuje się ponad 10 kół naukowych. Badacze juniorzy będą mieli okazję poznać tajemnice chemii, fizyki, matematyki i innych nauk technicznych. Każdy, kto postanowi zostać Młodym Inżynierem, na własne oczy zobaczy



różnorodne doświadczenia naukowe, kolorowe wybuchy w kontrolowanym środowisku, wyścigi robotów i mnóstwo innych pokazów, z kolei starsi koledzy z PW odpowiedzą na każde nurtujące pytanie. Na najbardziej wytrwałych, którzy odwiedzą wszystkie stoiska kół naukowych i na specjalnych planszach zbiorą 10 naklejek, czeka upominek i dyplom Młodego Inżyniera.

Partnerzy wydarzenia również przygotowali szereg atrakcji, w których wziąć udział będą mogli wszyscy uczestnicy Pikniku. Urząd Komunikacji Elektronicznej zaprasza najmłodszych do swojego stoiska na wspólne rozwiązywanie quizów; rodzice w tym czasie dowiedzą się, jak chronić pociechy przed niebezpieczeństwami w Internecie. Plac Zabaw Lider będzie malował buźki, a Klockownia zaprasza na szaloną zabawę ogromnymi klockami. W namiocie Kliniki Leczenia Jąkania specjaliści odpowiedzą, jak wyleczyć wadę wymowy, oraz przeprowadzą kilka konkursów z nagrodami. Ale Zebra przygotowała „zebrowe” niespodzianki, m.in. namiot dmuchany z głową zebry oraz tańczącą zebrową. Klub Edukacyjny Flob a dob zachęci młodszych i starszych do kodowania i odkrywania fascynującego świata komputerów. DigiKids Academy z przyjemnością przedstawi Wam Photona i Ozobota – dwa roboty, które chętnie nauczą Was ich języka. Sala Zabaw Fikołki pokaże Wam prawdziwą magię oraz przeprowadzi kilka konkursów ze wspaniałymi nagrodami. Poradnik Zdrowia zaprasza do Mobilnego Gabinetu Zdrowia, w którym eksperci odpowiedzą na wszystkie nurtujące Was pytania dotyczące dobrego samopoczucia. Jeśli jesteście spragnieni nowych przyjaźni, koniecznie zajrzyjcie do namiotu Ośrodka Koparka, w którym będziecie mogli zbić piątki z alpaki. Specjaliści z Matplanety udowodnią Wam, że matematyka może być super – będziecie kombinować, sprawdzać, testować, liczyć i główkować! Na pokaz prawdziwej capoeiry zaprasza FICAG, a Hamleys zabierze Was do lustrzanego labiryntu. Giganci Programowania przekonają Was, że na komputerze można nie tylko grać – również programować! Farma Iluzji wraz z iluzjonistą Maciejem Pędą pokażą Wam prawdziwą magię, a Sealart Szkoła Rysunku nauczy Was tworzyć małe-wielkie arcydzieła. Po dniu pełnym wrażeń zajrzyjcie na stoisko Starpharmy, która poczęstuje Was pysznymi, zdrowymi lizakami bez dodatku cukru.

Udział we wszystkich spotkaniach, animacjach i warsztatach jest **bezpłatny**, obowiązują jednak zapisy, które ruszyły 25 marca.

Więcej informacji – warszawskiednirodzinne.pl.

## Warszawskie Dni Rodzinne

WSTĘP  
BEZPŁATNY!

### Setki bezpłatnych warsztatów w całej Warszawie

W programie m.in.: animacje sportowe, warsztaty artystyczne, zajęcia muzyczne, bezpłatne zwiedzanie muzeów, zajęcia językowe.

Wstęp bezpłatny - obowiązują zapisy!

Sprawdź harmonogram wydarzeń w całej Warszawie na  
[www.warszawskiednirodzinne.pl](http://www.warszawskiednirodzinne.pl)

**12-14  
kwietnia  
2019**



**Od MIKRO do MAKRO  
Warszawski Piknik Rodzinny  
14 kwietnia 2019**

**Stadion Syrenki ul. Batorego 10a**

Warsztaty logiczne, eksperymenty, pokazy iluzji, programowanie, nauka pierwszej pomocy, dmuchańce, strefa nauki Politechniki Warszawskiej, treningi z Legią Warszawa, spotkanie z alpaki.

Patronat honorowy



Partner



Organizatorzy



Patronat medialny



Monika Zielińska  
Fundacja Zwalcz Nudę



# Dołącz do najlepszego zespołu Leroy Merlin Warszawa Marsa

Szacunek dla pracowników, dobra współpraca i atmosfera – te wartości 10 lat temu przekonały Mariusza Grzybowskiego do podjęcia pracy w Leroy Merlin. Teraz, jako Dyrektor nowo powstającego Leroy Merlin Warszawa Marsa, opowiada o etapie prac, ofercie przygotowanej dla klientów oraz o tym, jakich osób poszukuje do swojego zespołu.

**Jakie będzie Leroy Merlin Warszawa Marsa? Czego mogą spodziewać się mieszkańcy Wawra i okolic?**

Klienci znajdą u nas inspirujące aranżacje wnętrz, szeroką gamę produktów dla domu i ogrodu – wszystko pod jednym dachem. Dzięki temu zakupy będzie można zrobić szybko i komfortowo. Oferta będzie ewoluowała w zależności od zapotrzebowania naszych klientów. Wyróżniać nas będzie bogaty wybór usług dodatkowych, takich jak: projektowanie wnętrz, transport zakupionych towarów, usługi stolarskie czy krawieckie, a także montaż zakupionych produktów. Chcemy nawiązać współpracę z lokalnymi firmami świadczącymi usługi wykończenia wnętrz i wspierać ich rozwój. Po naszej autoryzacji będą one mogły montować w domach naszych klientów produkty zakupione w Leroy Merlin. Z nami każdy będzie w stanie zrealizować swój projekt, niezależnie od tego, czy będzie to duża budowa, czy prace związane z majsterkowaniem lub dekoracją wnętrz i ogrodu. To będzie zupełnie nowe miejsce na mapie Wawra i okolic.

**Czyli Leroy Merlin daje pracownikom także możliwość zrobienia czegoś dobrego dla ich lokalnej społeczności?**

Chcemy zmieniać nasze otoczenie na lepsze i być dobrym sąsiadem. W osiągnięciu tych celów pomaga nam m.in. Fundacja Leroy Merlin, w ramach której zabiegamy o granty i realizujemy projekty wolontariackie. Przykładowo, z inicjatywy jednej z naszych pracownic, organizujemy wsparcie dla domu dziecka. Do tej pory w całej Polsce dzięki aktywności i zaangażowaniu naszych pracowników wyremontowaliśmy ponad 150 placówek – szkół, domów dziecka czy szpitali. Jestem pewny, że już niebawem do tego grona dołączą również projekty na rzecz Wawra i okolic. Jednak nie będzie to możliwe bez dobrego zespołu i jego pozytywnego nastawienia do klientów. Dlatego właśnie, w moim odczuciu, to zespół będzie największą siłą Leroy Merlin Warszawa Marsa. Rozpoczynamy intensywną rekrutację pracowników. Mamy już skompletowaną kadrę menedżerską, teraz szukamy osób Koordynatorów ds. Sprzedaży, Doradców Klienta, Kasjerów i Magazynierów. W sumie w naszym sklepie pracę znajdzie ok. 160 osób.



**Mariusz Grzybowski**  
Dyrektor Leroy Merlin  
Warszawa Marsa

**Sam bardzo dobrze znasz firmę, pracujesz w niej już 10 lat. Jakim pracodawcą jest Leroy Merlin?**

Jestem doskonałym przykładem tego, jak Leroy Merlin wspiera pracowników w rozwoju zawodowym. Swoją przygodę rozpocząłem w sklepie na warszawskiej Białolecie od stanowiska Kierownika Działu Obsługi Klienta. Następnie otrzymałem propozycję pracy jako Kontroler Zarządzania. Po 4 latach zostałem Dyrektorem

Sklepu na Białolecie, zaś po 2 latach Dyrektorem Sklepu w Wołominie. Dziś podjąłem wyzwanie otwarcia kolejnego obiektu. Leroy Merlin kieruje się takimi wartościami jak szacunek i uczciwość, które są mi bardzo bliskie. Już na początku mojej pracy ogromne wrażenie zrobiły na mnie atmosfera, jaka panuje w firmie, chęć współpracy i wzajemnej pomocy oraz możliwości ciągłego rozwoju. W Leroy Merlin każdy z nas może bezpośrednio wpływać na funkcjonowanie i rozwój działu, w którym pracuje. Może podejmować własne inicjatywy i realizować swoje pomysły. Wszyscy zwracamy się do siebie po imieniu, niezależnie od wieku i pełnionego stanowiska. Tak naprawdę przez te 10 lat nigdy się nie nudziłem. Współpracowałem z niezwykle ludźmi, pełnymi pasji i pozytywnej energii, którzy nie bali się wyzwań i lubili to, co robili. Chciałbym, aby taki zespół niebawem pojawił się również w Leroy Merlin Warszawa Marsa.

**Jakich ludzi szukasz do swojego zespołu?**

Uważam, że to właśnie ludzie tworzą atmosferę danego miejsca, dlatego zależy mi na tym, aby mój zespół składał się z osób otwartych, komunikatywnych, uśmiechniętych i lubiących pracę z ludźmi oraz nowe wyzwania. W moim zespole z pewnością znajdą dla siebie miejsce majsterkowicze oraz osoby, które lubią upra-

wiać ogród i dekorować dom. Wszystkich zainteresowanych zachęcam do aplikowania po przez stronę [www.kariera.leroymerlin.pl](http://www.kariera.leroymerlin.pl).

**A co z doświadczeniem w branży?**

Praca w Leroy Merlin pozwala się rozwijać niezależnie od tego, na jakim etapie kariery jesteśmy. Trzeba tylko tego chcieć i być otwartym na nowe wyzwania. Pracownicy mogą skorzystać ze szkoleń produktowych i programów rozwojowych. Chciałbym, aby mój zespół tworzyły osoby o różnym doświadczeniu i wieku.

**Jak wygląda rekrutacja do Leroy Merlin?**

Pierwszy etap rekrutacji to złożenie aplikacji na stronie [www.kariera.leroymerlin.pl](http://www.kariera.leroymerlin.pl). Następnie umawiamy się na rozmowę telefoniczną. Kolejny etap to spotkanie grupowe lub od razu spotkanie z przyszłym Kierownikiem oraz Kierowniczką ds. Zasobów Ludzkich. Ostatni etap to rozmowa ze mną. Spotykam się z każdym kandydatem, bo zależy mi na tym, aby pracownicy poznali mnie osobiście i wiedzieli, że w każdej sytuacji mogą na mnie liczyć.

**Jak zachęcisz potencjalnych pracowników do aplikowania do nowego Leroy Merlin?**

Na osoby, które dołączą do naszego zespołu, czekają stabilne warunki zatrudnienia – umowa o pracę, ubezpieczenie i prywatna opieka medyczna, karta Multisport, kwartalna premia za progresję i możliwość stania się współwłaścicielem firmy dzięki akcjonariatowi pracownicemu. Dodatkowo każdy z naszych pracowników otrzymuje służbowy smartfon z dostępem do Internetu i aplikacji sprzedażowych. Gwarantujemy pakiet szkoleń i oczywiście dobrą atmosferę w pracy. Nie powiem, że będzie łatwo, ale jestem pewien, że będzie fajnie! **Jeżeli ktoś chce pracować w przyjaznej atmosferze z pozytywnymi ludźmi, to Leroy Merlin Warszawa Marsa jest miejscem dla niego. Warta podkreślenia jest też lokalizacja. Dla mieszkańców prawobrzeżnej części Warszawy oraz okolicznych miejscowości plusem będzie praca blisko domu, szybki czas dojazdu do firmy.**

Otwarcie Leroy Merlin Warszawa Marsa zaplanowano pod koniec roku 2019.

Obecnie trwa rekrutacja na Doradców Klienta, Kasjerów i Magazynierów.

Jeśli chcesz dołączyć do zespołu Leroy Merlin Warszawa Marsa, wejdź na stronę [www.kariera.leroymerlin.pl](http://www.kariera.leroymerlin.pl) i zaaplikuj.

**160 nowych miejsc pracy w Warszawa Marsa**

Dołącz do Najlepszego Zespołu!

aplikuj na [www.kariera.leroymerlin.pl](http://www.kariera.leroymerlin.pl)

- UMIĘTNOŚĆ PRACY
- ROZWÓJ I SZKOLENIA
- PRACOWNIKI PRACUJĄCY W
- PRACOWNIKI PRACUJĄCY W
- SWOJĄ PRACĘ
- W WIELKIEJ WARTOŚCI

## ZTM: „coś musimy zrobić!”

18 marca 2019 r. na posiedzeniu Komisji Infrastruktury gościliśmy przedstawicieli Zarządu Transportu Miejskiego. Spotkanie trwało ponad dwie godziny, a mimo to nie udało się omówić wszystkich szczegółów przygotowanej przez ZTM propozycji zmian w komunikacji miejskiej – radni nadal mają wiele wątpliwości.



W lutym przedstawiciele Zarządu Transportu Miejskiego zaskoczyli mieszkańców i radnych propozycją zmian w układzie komunikacyjnym, który w skrócie okazał się nie do przyjęcia. Zamiast przełomowych koncepcji Wesoła dostała propozycję podbicia częstotliwości niektórych kursów kosztem usunięcia dwóch ważnych linii: 411 i 514. Wskutek niezadowolenia radnych w krótkim czasie zostało zaplanowane kolejne spotkanie z miejską spółką. W trakcie komisji panowie z ZTM skupili się na wyjaśnieniu proponowanych kasacji, podpierając je danymi statystycznymi.

### ...z pominięciem Woli Grzybowskiej

Linia 514 miałaby być „zastąpiona” przez autobus 173, który łączy prawie wszystkie osiedla Wesołej i jak wykazuje ZTM, jest dużo częściej wybierany niż 514. Przypomnę, że z tą samą zmianą spółka proponuje obniżenie częstotliwości 173 do Starej Miłosny z 12 do 20 minut w szczycie. Autobus miałby kursować częściej (co 10 minut w szczycie) jedynie do Woli Grzybowskiej.

W tym momencie pojawia się kolejna przykra wiadomość, bowiem ZTM nie przewiduje budowy pętli Wola Grzybowska, a jedynie jej remont, a ściślej mówiąc remont nawierzchni. Duża szkoda, bo potencjał tego krańca jest bardzo duży, a według ZTM-u to ten przystanek obsługuje stację kolejową Wola Grzybowska. Nawiasem mówiąc, z przystanku Wola Grzybowska do stacji Warszawa Wola Grzybowska jest równy kilometr, czyli około 12 min pieszo – słaba przesiadka. Rozwijając wątpliwości: nie, ZTM nie przewiduje podjazdów 173 ani 514 do stacji Wola Grzybowska.

### ...ten artykuł powstał w autobusie linii 411

Według ankiet przeprowadzonych przez ZTM „jedynie” 26% ankietowanych mieszkańców Wesołej woli linię 411 niż 502. Jednakże trzeba zauważyć, że to wcale nie tak mało, gdyż co czwar-

ty pasażer odczułby brak autobusu na Godław, a to już inna perspektywa tej zmiany. Oczywiście są zwolennicy i przeciwnicy pomysłu, ale tu proporcje wydają się odwrotne niż w badaniu ZTM. Zmoich rozmów z mieszkańcami wynika, iż zaledwie jedna na kilka osób wołałaby regularne (co 10 minut) kursy linią 502, kosztem usunięcia linii 411.

Według ZTM ustawienie dwóch kursów 411 i czterech kursów 502 w ciągu godziny w równych interwałach co 10 min jest niemożliwe. Tłumaczą to tym, że 502 jeździ z interwałem 15 min, a 411 co 30 min. Tylko nikt nie mówi już o tym, że do Starej Miłosny dojeżdżają dwa z sześciu autobusów 411 – 4 kończą na Godławiu. Jestem pewien, że gdyby Panowie z Pionu Przewozów chcieli jakoś rozwiązać ten problem, na pewno coś by wymyślili, brak im jednak chęci.

### ...na zakończenie

Coraz bardziej utwierdzamy się, że ZTM naprawdę nie chce z nami współpracować, i nadal pozostaje nam czekać na strategię komunikacyjną. Wytłumaczenie, że nie można nam zaproponować „strategii”, bo nie zmienia się nasz układ drogowy, jest nie tylko krótkowidzstwem, ale też, w obliczu nadchodzących inwestycji drogowych, dużym ignorancem ze strony spółki. Od strategii oczekujemy zmian w przyszłości, a nie w następnym miesiącu – i to będziemy się starali tłumaczyć do skutku.

Ponadto Zarząd Transportu Miejskiego uważa, że autobusy opuszczające naszą dzielnicę nie są wystarczająco napelnione i jedyne, co można nam zaproponować, to kompensacje linii. Tylko przecież nie ma nic złego w autobusie, który na początku trasy nie jest pełny. Chociaż należałoby powiedzieć, że na pewno nie jest pusty, bo rano do autobusu, już w Wesołej, ciężko jest wsiąść.

Łagodząc sytuację, przedstawiciele ZTM deklarują, że bez zgody Rady Dzielnic i Zarządu Dzielnic nic nie zmienią w naszej komunikacji, po czym nieśmiało dopowiadają: „ale coś zrobić musimy”... co trochę jednak budzi mój niepokój.

Hubert Zieliński  
radny



### Delegatura Biura Bezpieczeństwa i Zarządzania Kryzysowego w Dzielnicy Wesoła

uprzejmie informuje, że w kwietniu dyżury dla mieszkańców będą pełnione według poniższego harmonogramu:

- **8 kwietnia, godz. 16.00–18.00**  
– dyżur ogólny dla mieszkańców dzielnicy Wesoła (Urząd Dzielnic, ul. 1 Praskiego Pułku 33, pok. –111).
- **10 kwietnia, godz. 11.00–12.00**  
– Grupa Osiedlowa Centrum (spotkanie na ul. 1 Praskiego Pułku róg al. Armii Krajowej).
- **17 kwietnia, godz. 11.00–12.00**  
– Grupa Osiedlowa Stara Miłosna (spotkanie na ul. Jana Pawła II 1 – parking przy sklepie Lidl)
- **24 kwietnia, godz. 11.00–12.00**  
– Grupa Osiedlowa Zielona (spotkanie na ul. Wspólnej róg ul. Brata Alberta – parking przy sklepie K&M)

Podczas dyżurów mogą Państwo zgłaszać wszelkie nieprawidłowości wpływające na poczucie Państwa bezpieczeństwa, zagrażające życiu lub zdrowiu czy wynikające z wandalizmu i innych negatywnych zjawisk.

Mogą Państwo zgłaszać te sprawy bezpośrednio do osób uczestniczących w spotkaniach, tj.

**Przedstawicieli Komisariatu Policji Wesoła**

**Przedstawicieli VII Oddziału Terenowego Straży Miejskiej Pracowników tuł. Delegatury BBiZK**

**Serdecznie zapraszamy!**

## Nowe wzory WKM

Z Pałacem Kultury i Nauki w tle, z symbolami środków komunikacji, a może w kwiaty? Warszawski Transport Publiczny ma nowe wzory Warszawskich Kart Miejskich.

Od początku marca są nowe wzory Warszawskich Kart Miejskich. Pasażerowie mają do wyboru 18 nowych grafik. Coś dla siebie znajdą zarówno sympatycy warszawskich symboli – np.

panoramę miasta z Pałacem Kultury i Nauki na pierwszym planie lub symbole warszawskich środków transportu, jak i osoby preferujące neutralne wzory.

Warszawska Karta Miejska jest nośnikiem długookresowych biletów WTP. Dodatkowo – jako Karta Warszawiaka lub Młodego Warszawiaka z ważnym e-hologramem – pozwala na korzystanie ze zniżek przysługujących osobom płaćącym podatki w Warszawie. Aby wyrobić WKM, wystarczy odwiedzić Punkt Obsługi Pasażerów lub wypełnić wniosek na stronie WTP

albo w dzielnicowym Wydziale Obsługi Mieszkańców. Konieczne jest dołączenie fotografii. Na awersie karty umieszczona jest fotografia oraz imię i nazwisko. O wyglądzie tła decyduje właściciel karty – może zdecydować się na jeden z proponowanych wzorów lub zaprojektować własny. Na rewersie karty znajduje się jej numer. Wydanie pierwszej WKM jest bezpłatne. Opłata za kolejną wynosi 14 zł.

Tomasz Kunert  
ZTM



## Szachowy weekend w SP 353

23 i 24 marca w Szkole Podstawowej nr 353 około 100 szachistów rywalizowało w II Turnieju Szachowym Grand Prix SP 353 2019. Zawodnicy grali w czterech grupach turniejowych. Uroczystego otwarcia oraz podsumowania rozgrywek dokonała Dyrektor Szkoły Podstawowej nr 353 Katarzyna Głusek-Wojciechowicz, cytując hasło roku szkoły „Wygrywaj bez pychy, przegrywaj bez urazy”, które idealnie odnosi się również do rywalizacji sportowej na szachownicy.

**W czołówce II Turnieju Grand Prix w kategorii dzieci i młodzież do 20 lat uplasowali się:**

- I miejsce – Alicja Słoniewska, KMKSzach VICTORIA KOMPLEXBUD

- II miejsce – Konrad Uziębło, UKS „Gambit”- Wesoła
- III miejsce – Wiktor Sewera, PKS MAT Białoleka

**Najwyższe wyniki w I Turnieju Grand Prix (rocznik 2010 i młodszy) osiągnęli:**

- I miejsce – Karol Mielcuch, Ksz Szach Matek
- II miejsce – Adam Jaroń, UKS TSz Zieloni Zielonka
- III miejsce – Mateusz Kowalczyk, SP 173 Warszawa-Wesoła

**Najlepszymi w poszczególnych kategoriach zostali:**

- III kategoria szachowa – Jeremi Ornoch, MOK Józefów
- Do 13 lat – Jakub Więclawik, MOK Józefów
- Do 11 lat – Marcelina Łaszczuk, UKS „Gambit”- Wesoła
- Do 8 lat – Adrian Uziębło, UKS „Gambit”- Wesoła

W turnieju dodatkowym z możliwością zdobycia kategorii szachowych 15 zawodników uży-



skoło normę na IV lub V kategorię szachową oraz 2 zawodników uzyskało III kategorię szachową.

Na kolejne rozgrywki szachowe do SP 353 zapraszamy 13 kwietnia 2019 r.

Szczegółowe wyniki turnieju:

- Turniej A: [www.chessarbiter.com/turnieje/2019/ti\\_1575/](http://www.chessarbiter.com/turnieje/2019/ti_1575/)
- Turniej B: [www.chessarbiter.com/turnieje/2019/ti\\_1576/](http://www.chessarbiter.com/turnieje/2019/ti_1576/)
- Turniej C: [www.chessarbiter.com/turnieje/2019/ti\\_1578/](http://www.chessarbiter.com/turnieje/2019/ti_1578/)
- Turniej D: [www.chessarbiter.com/turnieje/2019/ti\\_1577/](http://www.chessarbiter.com/turnieje/2019/ti_1577/)

Projekt współfinansowany przez Dzielnice Wesoła m.st. Warszawy.

Teresa Osypiuk



REKLAMA



**;) UŚMIECH W PEŁNYM ZAKRESIE**

## 20% RABATU NA WSZYSTKIE ZABIEGI\*

dla każdego pacjenta w kwietniu drobny upominek

umów się na wizytę

\*promocja w kwietniu 2019, nie dotyczy implantów

**GOODENT dental clinic**

tel: 22 100 60 60

adres: Żegańska 2a, 04-713 Warszawa (1 piętro)

e-mail: [usmiejch@goodent.pl](mailto:usmiejch@goodent.pl)

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



## Ruszył Puchar i Grand Prix w RjNo 2019

Tradycyjnie w warszawskiej Falenicy rozpoczęty został 16 marca kolejny sezon Pucharu Warszawy i Mazowsza oraz Grand Prix Dzielnicy Wawer m.st. Warszawy w Rowerowej Jeździe na Orientację. Jak to w marcu, pogoda zmienną jest i w sobotę było chłodno, a drugiego dnia towarzyszyła uczestnikom przepiękna słoneczna pogoda podczas pokonywania aż dwóch dystansów w tym dniu. Otwarcie tegorocznego sezonu w poszukiwaniu lampionów w terenie podczas jazdy rowerem było rekordowe pod względem frekwencji, bowiem przez dwa dni na trasy wyruszyło aż dziewięćdziesięciu pięciu uczestników. Jak zawsze największą grupę wśród nich stanowiły rodziny ze swo-



imi pociechami, które do nowego sezonu przystąpiły w pełni sił i w znakomitym nastroju. Bardzo cieszy pojawienie się nowych osób zachęconych do spróbowania swoich sił w nowej konkurencji po przeczytaniu artykułów w „Wiadomościach Sądzieckich”. Wszyscy zgodnie stwierdzili, że jest to naprawdę super zabawa i przygoda w terenie. Byli bardzo zadowoleni ze swoich startów i z tego, że udało im się odnaleźć w terenie wszystkie punkty kontrolne, obawiali się, jak to będzie, ale po pokonaniu tras nie żalowali podjętej decyzji o wystartowaniu w zawodach. Zapowiedzieli, że powrócą na kolejne rundy i postarają się namówić do tej formy jazdy na rowerze swoich znajomych. Czyli, jak widać, nie ma czego się obawiać, po pro-

stu tylko trzeba podjąć decyzję, zgłosić się i przyjechać, aby wystartować w kolejnych rundach. Żadna teoria nie zastąpi w życiu praktycznego spróbowania czegoś nowego. To tak jakby ktoś nam zachwalał pyszne danie, a nie moglibyśmy spróbować sami, jak ono smakuje. I tak samo jest z rowerową jazdą na orientację, większości spodoba się ta forma i będą wracać na kolejne starty, ale znajdują się też takie osoby, które powiedzą, że to nie jest dla nich atrakcyjne bądź jest zbyt trudne. Orientacja uczy cierpliwości i wytrwałości i o tym należy też pamiętać.

Sezon dopiero się rozpoczął, więc czasu na podjęcie decyzji o tym, czy spróbować swoich sił, jest sporo, ale nie warto z tym czekać za długo, bowiem czas pędzi do przodu nieubłaganie. Tegoroczny cykl daje możliwość aż trzydziestu ośmiu startów podczas trzynastu rund, które trwają do końca października – szczegóły znaleźć można na stronie [www.orienteeing.waw.pl](http://www.orienteeing.waw.pl).

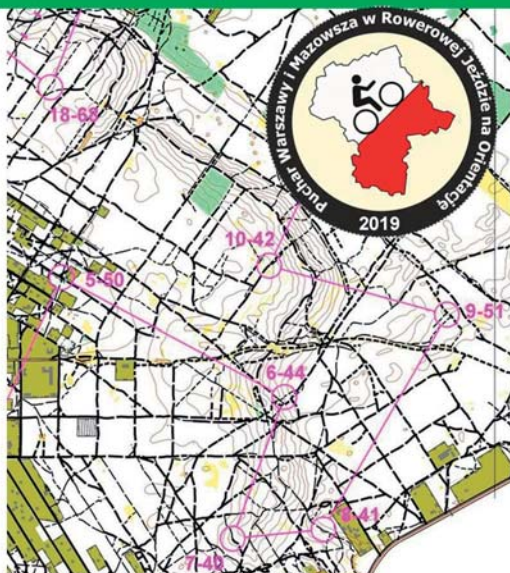
Nagrodą główną, którą może zdobyć każdy uczestnik biorący udział w startach bez względu na osiągnięte wyniki, jest dobrej klasy rower górski firmy Wheeler Polska. Losowanie nagrody głównej odbywa się zawsze podczas zakończenia sezonu, które w tym roku odbędzie się 27.10.2019. Warunkiem wzięcia udziału w losowaniu jest jednak start w minimum dziewięciu rundach, wtedy uczestnik ma jeden los, każdy start w większej liczbie rund powoduje, że zdobywamy kolejny los, można ich mieć maksymalnie pięć. W ten sposób można znacznie zwiększyć swoje szanse w losowaniu. Ostatni warunek, jaki trzeba spełnić, to obecność podczas losowania, które co roku odbywa się w siedzibie firmy Wheeler Polska. Podczas zakończenia sezonu są wręczane pamiątkowe medale, nagrody, dyplomy dla biorących udział w rywalizacji uczestników w poszczególnych kategoriach wiekowych.

Najbliższą możliwością udziału w Pucharze Warszawy i Mazowsza będzie runda 4 w dniach 13–14.04.2019, która zostanie rozegrana w Lasach Chotomowskich. Jest to przepiękny duży kompleks leśny, który daje możliwość jazdy po bardzo różnych drogach. Na początek w sobotę zostanie rozegrany start na dystansie klasycznym, a centrum zawodów zlokalizowane będzie na parkingu leśnym przy drodze numer 630 z Jabłonny do Nowego Dworu Mazowieckiego, współrzędne GPS: 52.395119 N, 20.857784 E. Od stacji PKP w Chotomowie około 3 km. Drugi dzień natomiast to możliwość dwóch startów, na początku dystans sprinterski i później, po chwili odpoczynku, dystans średni. W tym dniu centrum znajdować się będzie na końcu ul. Bagiennej w Chotomowie, współrzędne GPS: 52.401317 N, 20.876175 E. Wszystkie szczegóły tej rundy oraz zgłoszenia udziału na stronie [www.orienteeing.waw.pl](http://www.orienteeing.waw.pl). Serdecznie zapraszam kolejne osoby, aby spróbowały nowej przygody, i jestem przekonany, że nie pożałują podjętej decyzji.



**Szukasz przygód? Lubisz rower?**  
**Szukaj Punktów Kontrolnych**  
**w mazowieckich lasach!!!**  
**Rusza kolejny**

### Puchar Warszawy i Mazowsza w MTBO



**Zgłoś się na zawody i przyjeźdź zapoznać się z fantastyczną dyscypliną jaką jest orientacja sportowa!**

**14 RUND**  
**38 ETAPÓW**  
**III - X 2019**

**14 weekendów w 17 różnych miejscach (głównie lasach) Warszawy i Mazowsza.**  
**Na każdym etapie do wyboru jedna z 4 tras o różnej długości i trudności.**

**Zamiast w siłowni czy markecie spędź trochę więcej czasu na świeżym powietrzu – zdrowo i pożytecznie.**



Jeśli jesteś po raz pierwszy na tego typu zawodach wystartuj na początku na trasie zielonej lub niebieskiej - pomimo że Twój potencjał w jeździe na rowerze jest znacznie wyższy. Tu spotkasz się z nową formą rywalizacji, gdzie na początku Twoja siła fizyczna nie ma znaczenia - trzeba ją dopasować do Twoich zdolności intelektualnych, panowania nad mapą i właściwego wyboru wariantu pomiędzy punktami kontrolnymi. Wejdź na stronę [www.mtbo.pl](http://www.mtbo.pl) i zapoznaj się z zasadami orientacji sportowej.

**Więcej informacji znajdziesz na stronach:**  
[www.orienteeing.waw.pl](http://www.orienteeing.waw.pl), [www.team360.pl](http://www.team360.pl), [www.mtbo.pl](http://www.mtbo.pl)

MTBO – Rowerowa Jazda na Orientację (ang. Mountain Bike Orienteering)



Jan Cegiełka



## Warsztaty z ratownictwa

### Bezpieczeństwo przede wszystkim!

Wakacje zbliżają się wielkimi krokami, a co za tym idzie – aktywny wypoczynek nad wodą, bez troski relaks na plaży oraz długie kąpiele w upalne dni. Niestety z roku na rok statystyki pokazują, że coraz więcej osób ulega wypadkom nad wodą i w wodzie, które niejednokrotnie kończą się tragicznie... Dlaczego do nich dochodzi? Jak to się w ogóle dzieje? Lekkoomyślność, brawura, niewiedza, a może przecenianie swoich możliwości?! Przyczyn jest niestety wiele, nie jesteśmy w stanie jednoznacznie odpowiedzieć na te pytania, ale możemy uświadamiać i uczyć, co zrobić, żeby było bezpieczniej, jak pomóc osobie, która znajdzie się w sytuacji zagrożenia życia lub zdrowia, a także jak zachować się, gdy to właśnie my sami będziemy potrzebować pomocy. Każdy może pomóc – bez względu na swoją siłę i posturę. A gdzie i kiedy zdobyć tę bezcenną wiedzę...? Oczywiście w Wesołej już od kwietnia! Klub Sportteam za-

prasza wszystkich chętnych (od 12 roku życia) na warsztaty z ratownictwa wodnego oraz pierwszej pomocy w Aquaparku Wesołandia. Podczas 10-godzinnego szkolenia każdy z uczestników zdobędzie podstawową wiedzę z technik pływania stosowanych w ratownictwie wodnym, samoratownictwa, podejmowania akcji ratowniczych oraz udzielania pierwszej pomocy. Szkolenie poprowadzi wykwalifikowana kadra Klubu Sportteam – doświadczeni instruktorzy pierwszej pomocy i ratownictwa wodnego, trenerzy pływania oraz ratownicy wodni. Warsztaty zakończą się uroczystym wręczeniem certyfikatów potwierdzających zdobytą wiedzę oraz nabyte umiejętności. Ponadto uczestnicy szkolenia zostaną zakwalifikowani do wolontariatu w Klubie Sportteam. Wszystkim wolontariuszom zo-



staną wystawione oficjalne zaświadczenia do szkół potwierdzające prace społeczne. Szczegółowy harmonogram szkolenia znajduje się na stronie [www.sportteam.pl](http://www.sportteam.pl). Pamiętaj – Twoja wiedza i umiejętności mogą uratować ludzkie życie! Naprawdę warto.

**Anna Remblewska**  
Trener Sportteam

## Egzotyczna wizyta w UKS Dwójka Wesoła

W dniach 18-20 marca 2019 klub UKS Dwójka Wesoła gościł u siebie dwóch zaprzyjaźnionych badmintonistów z Chin. Yang Luo (Pascal) oraz Yuxin Chen (Helmut) mieszkali przez czas swojego pobytu w Warszawie w domu trenerki Martyny. Obaj goście z chęcią poznawali naszą kulturę oraz uczęszczali na treningi klubowe zarówno dla do-

rosłych, jak i dla dzieci. Dzięki tegorocznym zajęciom badmintona, które odbywają się w hali sportowej przy SP 172 w ramach Budżetu Partycypacyjnego 2019, Azjaci mogli zobaczyć, jak bardzo warszawiakom podoba się ta dyscyplina sportowa i jak jest popularna. Największą frajdę z przyjazdu Pascala i Helmuta miały oczywiście dzieci i zawodnicy UKS Dwójka Wesoła. Emocji nie było końca, no bo przecież zagrać ze starszym od siebie i dobrze grającym zagranicznym gościem to nie lada wyzwanie. Na koniec goście otrzymali pamiątkowe koszulki klubowe ze swoimi imionami.



Pobyt naszych gości w Polsce był dla nich niewątpliwie czymś nowym i niezapomnianym. Zetknięcie się z tak różną kulturą, dziedzictwem i obyczajami było dla Chińczyków z pewnością bardzo ekscytującym doświadczeniem. Najważniejsze jest jednak to, że połączyła nas wspólna pasja, czyli badminton. To dzięki niemu było możliwe nasze spotkanie. Mamy nadzieję, że kolejny krok to wycieczka naszych klubowiczów do Chin i możliwość zobaczenia tego jakże ciekawego i interesującego kraju oraz zapoznania się z jego kulturą.

**Martyna Żmijewska**  
UKS Dwójka

REKLAMA



**ul. Jeździecka 21f/4  
Warszawa Wesoła  
05-077 Stara Miłosna  
tel. 737 169 385**

**Nowy Salon Optyczny w Galerii Sosnowej**

- Bardzo duży wybór opraw – oprawy damskie, męskie oraz dziecięce – oprawy zwykłe oraz wersje sport.
- Oprawy z nakładkami przeciwsłonecznymi.
- Bogata oferta opraw premium.

**PROMOCJA WIOSENNA**  
od 15 kwietnia –30% na okulary progresywne.

Okulary korekcyjne już od 99 zł  
Badanie wzroku  
**GRATIS!**

**Wynajmę gabinet medyczny**

Pod działalność medyczną, kosmetologiczną – 2 gabinety, recepcja, toaleta, pomieszczenia socjalne (48 m<sup>2</sup>), wyposażony w meble, lodówki, klimatyzowany. Parter. Duży parking bezpłatny. Obok przystanek autobusowy.

Cena do negocjacji. Trakt Lubelski 275. Warszawa-Wawer  
Kontakt: 502 602 920, 501 654 202,  
mail: [bellderma@gmail.com](mailto:bellderma@gmail.com)



## ✉ Listy do redakcji

Po dłuższej nieobecności poszłam na spacer do lasu koło Starej Miłosnej – popularną trasą spacerową zaczynającą się na przedłużeniu ulicy Torfowej, okalającą pętlą tereny bagienne i kończącą się wejściem w ulicę Diamentową. Zaniepokoiło mnie kilka zjawisk – na początku trasy, naprzeciw bagnisk zostało przeciętych sporo pięknych sosen – poobcinane dorodne gałęzie, niektóre drzewa częściowo nadрубane itp. Jednocześnie wkopane w ziemię tabliczki oznaczające granicę (czego?). Kawalek dalej wygradzony teren obejmujący sporą część bagien i terenów przybrzeżnych, z widocznymi sagami drewna po wyciętych brzożach i dużą tablicą informującą, że jest to obserwatorium samotnia, a dalej następną zabraniającą wstępu. Jednocześnie w środku wygradzonego terenu stał zastawiony stół piknikowy i, o zgrozo, samochód, który nie wiadomo jak tam dojechał. No i dalej wyrzucone szczątki samochodu, który może usunąć tylko patrol ekologiczny z odpowiednią przyczepą, i oczywiście dużo śmieci pozostawionych przez ludzi.

Nasuwać się pytania o to, czy nadal jest to teren parku krajobrazowego i czy działania tam podjęte nie prowadzą do sprywatyzowania terenów parku, a co za tym idzie ograniczenia lub co gorsza zabudowy pięknych terenów leśnych (tak jak w przypadku zabudowy wchodzącej w las przy przedłużeniu ulicy Fabrycznej).

Druga refleksja dotyczy leśnych śmieci – większość z nich to śmieci drobne, możliwe do usunięcia. Może rozpropagujmy hasło „Wynieś z lasu choć jeden śmieć” – przy tak dużej liczbie spacerowiczów szybko oczyszcimy nasz las.

Z poważaniem

Anna

\*\*\*

### FRYKASY-HAŁASY

No i się zaczęło. Ciepło. Nie, nie boję się w Miłosnej komarów, kleszczy, a nawet krzywo zaparkowanych samochodów, którymi dotarli do naszych sąsiadów goście i znajomi. W weekendy czasem ciężko zaparkować pod własną chałupą.

Boję się konieczności udziału w życiu sąsiadów „zza miedzy”, krzyków dzieci i waleśających się kotów, które zostawiają swoje odchody, gdzie się da (o wyprowadzanych pieskach nie wspomnę). Jestem tym zmęczona, bo proceder trwa, odkąd tu mieszkam, a trochę się tego nazbierało.

Duża część społeczeństwa Starej Miłosnej mieszka w osławionych segmentach. Wiadomo – niska zabudowa, sięgająca I, czasami II piętra.

Upał, uchylone lub otwarte od wiosny do jesieni okna, więc oczywiście mamy wgląd i „wsluch” w to, co dzieje się u bliźszego, a nawet dalszego sąsiada. Bez potrzeby uzyskiwania zgody według przepisów RODO.

Otóż dowiadujemy się w ten sposób, że dziecko nie je, bo ma biegunkę, koleżanka nie kupiła wczoraj farby do włosów i o której mąż wróci do domu. Znamy długie Polaków rozmowy przez telefon, nawet te intymne, niestety. Mało tego, często z okien i drzwi domów, jak i z ogródków roznosi się godzinami nawoływanie: „Michał, podasz wreszcie ten śrubokręt?”, „jak podlewasz tą trawę?”, „obaaaaaaad!!!!!!!”, lub do dzieci „Zuziaaaaaa!!!!!!!”, idziesz, czy nie?”, „nie odjeżdżaj tym rowerkiem od mamyyyyyyyyyyyy!!!!!!” albo „Maciuś, babcia tyle razy cię prosiła, nie wciągaj tego na taras!!!!”, „wraaaaacaaaaaj Martynka!!!!!!” (dziecko 200–300 m od domu). Po prostu jeden wielki harmider. Robią to przecież dorośli, to jaki przykład dają dzieciom? Więc dzieci też krzyczą, bo po prostu nie umieją inaczej. Nieważne, jaki to dzień czy pora dnia. Czy sąsiedzi są obok, czy wyjechali na weekend. Każdy jest w końcu u siebie i ma swój kawałek domu, płota i nieba, a co! Taki Pawlak (nie obrażając Pawlaka). Teoretycznie każdy może u siebie robić, co chce. Tyle że nie mieszka na pustyni ani na X piętrze, skąd może mniej słyszeć.

A dzieci, jak to dzieci, robią to, na co pozwalają im rodzice. A ci wypuszczają swoje pociechy na ulice, które stają się miejscem spotkań i zabaw. Bo na plac zabaw chodzi się tylko w wieku, kiedy trzeba mamę trzymać za rękę. A trochę starsze dzieci? Które już same jeżdżą na rowerze, rolkach, grają w piłkę, ganiają między domami. Bawią się między poruszającymi się samochodami. Wpadają na zaparkowane auta, walą w nie piłkami, hulajnogami i obijają rowerami. Czasami złapią za lusterko, jak trzeba się zatrzymać. Tyle że jak zrobią szkodę, to zaraz uciekną. Każdy rodzic wyprze się, że to nie jego dziecko poczyniło straty sąsiadowi. Dzieci, bawiąc się, również krzyczą i to często do późnych godzin wieczornych (latem do 22.00-23.00). Rodzice się tym nie interesują, bo w końcu mają spotkanie ze znajomymi, muszą obejrzeć serial lub po prostu odpocząć. Im własne dzieci nie przeszkadzają, nawet lepiej, że są na zewnątrz, w końcu nie krzyczą im nad uchem. Dzieci nie wracają do domu, by się wyciszyć przed snem. Biegają do późna, uprzykrzając odpoczynek tym sąsiadom, którzy pootwierali okna. Czasem własnego telewizora nie słysząc, bo nie jest ustawiony, by ryczał... I nieważne, czy chciałoby się odpocząć, czy zwyczajnie potrzeba trochę ciszy po ciężkiej pracy. Jesteśmy bez szans. Wszelki obecny hałas wlewa się jak nie z jednej, to z drugiej strony domu. Nie wywietrzysz swojego na-

grzanego od upału budynku, zwłaszcza kiedy słońce chyli się do snu, bo wtedy zabawa na zewnątrz idzie na całego, bo chłodniej. A już o północy spać wcześniej, niż chodzą spać dzieci sąsiada, możesz tylko pomarzyć. Musisz zamknąć okna, żeby nie słyszeć tego hałasu. Bo zamiast ptaków masz dzieci lub psy sąsiadów.

Kiedy w ubiegłym roku zwróciłam uwagę sąsiadce z segmentu obok, której dziecko cały dzień rozkosznie i głośno „bawiło się” w baseniku, a ja w tym czasie na tarasie czytałam książkę, czy mogłoby być za płotem troszkę ciszej, usłyszałam, że to przecież „tylko dziecko” i musi się wyszaleć.

No tak, dzieci muszą się „gdzieś” wyszaleć, pies musi przewietrzyć płuca, więc ujada drugie pół godziny przy ogrodzeniu, a właściciel nie reaguje; sąsiadka musi się wygadać przez telefon, ich goście muszą się odstresować, kotom sąsiada nie ma jak zabronić wejścia na moją posesję, żeby właśnie tu pod schodami załatwiły swoją fizjologiczną potrzebę. Nie miałam kotów, ale mam psa, który jak zacznie ujadać, zabierany jest natychmiast do domu, by nie był słyszany przez innych, dzieci nauczone zostały ściszać głos, kiedy trzeba, z szacunku do innych. Wyrosły na mądrą i wrażliwą młodzież, która nie zapomina (i nie odwraca wzroku), by powiedzieć sąsiadom „dzień dobry”. To chyba kolejny na osiedlu problem wychowawczy. Rodzice nie uczą?

Czy wszystko jest z nami w porządku? A może ja jestem mało tolerancyjna? No tak... Tolerancja rozumiana tak, że ci z jednej strony płotu mają tylko prawa, a drudzy już ich nie mają. Czy my przypadkiem nie stwarzamy sobie nawzajem małego piekła? Czy nie przyzwyczajamy dzieci od najmłodszych lat, że wszystko im wolno i wszystko im się należy? Widziałam kiedyś taką miłą scenę: idzie mama w towarzystwie dziecka jadącego na rowerku (dziecko 5–6 lat), z naprzeciwka idzie matka z dzieckiem w wózku. Matka z dzieckiem na rowerku poprosiła o zatrzymanie się malucha na rowerku i pozostanie przez chwilę cicho, bo pewnie „mały dzidzius śpi”. Jak mało i jak dużo. Szanujemy też innych.

Czy naprawdę tak trudno zauważyć, że na tym świecie nie jesteśmy sami? Czy naprawdę musimy się zamęczać nawzajem od wiosny do jesieni? Czy cudze psy i koty muszą być naszymi? Czy nie wystarczy hałasu samochodów, muszą ten hałas codziennie fundować nam sąsiedzi?

A jeśli idzie o dzieci, to te są wszak naszym dobrem narodowym, może jednak nie wychowujemy ich na takich, co to od razu „wszystko jest dla nich”. Uczmy je kultury i szacunku do innych.

Jakie Państwo macie w tym temacie spostrzeżenia?

Po prostu mieszkanka

REKLAMA

### PRACOWNIA PROTETYCZNA

EWA WAŚ

tel.: 22 773 29 67 • 605 40 38 42

PROTEZY • NAPRAWA

Express



### PENSJONAT SENIORA

Stara Miłosna

tel. kom. 502 866 525

www.pensjonatseniora.com.pl

- ✓ całodobowa opieka pielęgniarska
- ✓ pobyt opiekuńczo-leczniczy
- ✓ opieka po udarze mózgu i rehabilitacja
- ✓ pobyt krótko- i długoterminowy oraz dzienny



# WITAJCIE WŚRÓD NAS

| #KULTURA

WESOŁA  
wiadomości sąsiedzkie

Zachęcamy do publikacji zdjęć najmłodszych mieszkańców Wesołej. Wersję elektroniczną można przesłać na adres e-mail: [redakcja.wesola@wiadomosciasiedzkie.pl](mailto:redakcja.wesola@wiadomosciasiedzkie.pl) (zdjęcie musi mieć wymiar co najmniej 4 x 5 cm przy rozdzielczości 300 dpi).

Nieposiadającym portretu nowo narodzonego maleństwa firma Foto-OSKAR wykona takie zdjęcie za darmo! Ukaże się ono w naszej rubryce, a rodzice otrzymają odbitkę w rozmiarze 10 x 15 cm.

## Dzień Kobiet z PKPS

Uroczystość z okazji Dnia Kobiet zorganizowaną przez Polski Komitet Pomocy Społecznej Zarząd Dzielnicy w Wesołej pod hasłem „Kobiety w 50-lecie uzyskania praw miejskich” otworzył Marian Mahor – Burmistrz Dzielnicy Wesoła m.st. Warszawy. Na wstępie przytoczył fragment Rozporządzenia Prezesa Rady Ministrów z dnia 17 grudnia 1968 roku w sprawie utworzenia i połączenia niektórych miast w województwach warszawskim i katowickim. W § 1 pkt 3 było napisane: „Wesoła w powiecie otwockim z obszaru osiedla Wesoła”. Reasumując, 1 stycznia 1969 roku, kiedy Rozporządzenie weszło w życie, Wesoła stała się miastem.



Następnie Pan Burmistrz zacytował słowa Napoleona Bonapartego: „Bóg także był autorem: jego proza to mężczyzna, jego poezja to kobieta” i złożył życzenia, podczas których każda kobieta dostała kwiatek.

Szanowne Panie, Z okazji dzisiejszej uroczystości Dnia Kobiet, wszystkim Paniom mieszkankom Wesołej składam gorące życzenia zdrowia i wielu lat życia, wypełnionego radością i satysfakcją z przeżytych lat. Dziękując za wszelkie trudy i owoce minionych lat, życzę, aby każdy nadchodzący dzień był kolejnym wspólnym dniem w życiu i aby zawsze otaczali Panie życzliwi kochający ludzie.

Z okazji Dnia Kobiet Pani Helena Kaźmierczak, Prezes PKPS, przyjęła w formie listu podziękowania oraz wyrazy uznania za pełną zaangażowania pracę w latach 2016–2018 na rzecz społeczności seniorów miasta stołecznego Warszawy. W ostatnim zdaniu Prezydent m.st. Warszawy Rafał

Trzaskowski podziękował za wysiłek włożony w pracę na rzecz rad seniorów w Warszawie i życzył dalszych sukcesów osobistych i zawodowych.

Po oficjalnych wystąpieniach i życzeniach przyszedł czas na tradycyjny kieliszek szampana i kawałek tortu. Zaproszeni goście – nie będę wypisywała wszystkich imion i nazwisk, żeby nikogo nie pominąć – zasiedli do słodkiego poczęstunku. Nie zabrakło scenicznego akcentu. Zespół wokalny „Praskie Małmazyje” pod kierownictwem artystycznym Doroty Czajkowskiej zaśpiewał nam „Warszawa da się lubić”, „Rudy rydz” czy „Powróćmy jak za dawnych lat”. Zgromadzone kobiety chętnie wraz z zespołem śpiewały dawne szlagiery.

Następnego dnia, czyli 9 marca, w sobotę, „Wesoły autobus” zawiózł nas do Teatru Narodowego na porywającą operetkę wszech czasów – „Zemstę Nietoperza” Johanna



Straussa. Z XIX-wiecznego Wiednia reżyser zabrał nas do XXI-wiecznej Warszawy. Ja wyszłam z teatru zachwycona, ale jeden z krytyków Jacek Wakar napisał:

„Zemsta nietoperza” udała się. Może nie nadzwyczajnie, może to jednak nie jest spektakl sezonu, ale niewątpliwie najlepsza od lat praca Michała Zadary, a przede wszystkim kolejny triumf zespołu Teatru Narodowego.

Jestem ciekawa, jakie będzie Wasze zdanie, gdy obejrzycie spektakl.

**Z okazji zbliżających się Świąt Wielkanocnych wszystkim Czytelnikom „Wiadomości Sąsiedzkich” składamy najserdeczniejsze życzenia: dużo zdrowia, radości, smacznego jajka, mokrego dyngusa i mnóstwo wiosennego słońca.**



Bożena Doleżał

REKLAMA



Z tą ulotką  
**5%**  
**RABATU**  
na zakupy

**JASMIN**  
DROGERIE



**WESOŁA - STARA MIŁOSNA**  
ul. JANA PAWŁA II 108 - obok sklepu GROSZEK

*Piękno w zasięgu ręki*

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

**Z kartą Stałego Klienta PrimoPartner**  
otrzymasz punkty, które wymienisz na **bony zakupowe!**



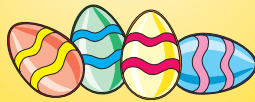
## Kwiecień w Ośrodku Kultury w Dzielnicy Wesoła

Kwiecień rozpoczniemy koncertem **Filharmonii Narodowej dla dzieci pt. „Dźwięki, szepty i zgrzyty”**. Mali słuchacze wybiorą się w barwną podróż po kraju, podczas której odwiedzą bałtyckie plaże, mazowieckie wsie, góralskie chaty i śląskie fabryki. Oprócz dźwięków, rytmów i melodii w utworach pojawiają się charakterystyczne dla muzyki najnowszej zgrzyty, szepty, trzaski i inne zaskakujące efekty. Grupy zorganizowane obowiązują zapisy, ale zapraszamy również uczestników indywidualnych 5 kwietnia o godz. 10.50 do Filii „Pogodna” przy ul. Jana Pawła II 25, a o godz. 11.50 do Ośrodka Kultury przy ul. Starzyńskiego 21.

Najmłodszych widzów zapraszamy także w dniu 7 kwietnia o godz. 16.00 na **bajkę pt. „Królewna Śnieżka”** w wykonaniu Teatru Urwis. Zła królowa, zazdrosna o urodę królewny Śnieżki, postanawia ją wypędzić do lasu. Śnieżka spotyka krasnoludki, które pomagają jej zniwieżyć plan złej mачochy. Morałem bajki jest ostrzeżenie przed nadmiernym zaufaniem do osób obcych oraz idea dobra, która pokonuje wszelkie złe zachowania. Liczba miejsc ograniczona. Zapisy od 1 kwietnia pod nr. tel. 22 773 55 99.

Do 4 kwietnia 2019 r. można przysyłać zgłoszenia do **IV edycji Przeglądu Młodych Talentów „Artystyczna Wesoła”**. Głównymi celami Przeglądu są m.in.: konfrontacja i ocena dorobku artystycznego dzieci i młodzieży z terenu dzielnicy, podnoszenie poziomu i rangi amatorskich dokonań artystycznych, inicjowanie twórczych poszukiwań i wypowiedzi artystycznych oraz promocja najlepszych młodych artystów. Przegląd dotyczy wszelkich prezentacji artystycznych, scenicznych i estradowych, takich jak: teatr, kabaret, piosenka, taniec. Do udziału zapraszamy dzieci i młodzież

Z okazji nadchodzących  
Świąt Wielkanocnych  
Dyrektor Ośrodka Kultury  
w Dzielnicy Wesoła  
Pan Edward Kalisz wraz  
z pracownikami Ośrodka Kultury  
i Filii „Pogodna” składa  
serdeczne życzenia zdrowych  
i spokojnych Świąt Wielkanocnych,  
obfitości na świątecznym stole,  
smacznego jajka oraz wiosennego  
nastroju w gronie rodzinnym.



reprezentujących placówki kultury, przedszkola, szkoły oraz instytucje i organizacje prowadzące działalność kulturalną na terenie dzielnicy Wesoła m.st. Warszawy. Przegląd odbędzie się 11 i 12 kwietnia 2019 r., a o szczegółach poinformujemy na stronie [www.domkulturywesola.net](http://www.domkulturywesola.net).

Organizatorzy: Ośrodek Kultury w Dzielnicy Wesoła m.st. Warszawy, 1. Warszawska Brygada Pancerna im. Tadeusza Kościuszki. Patronat medialny: Wiadomości Sądzieckie, portal [staramilosna.pl](http://staramilosna.pl), portal [miastodzieci.pl](http://miastodzieci.pl), portal [czasdzdzieci.pl](http://czasdzdzieci.pl). Sponsor: Piekarnie Cukiernie Putka.

W niedzielę 14 kwietnia zapraszamy na **Warszawskie Dni Rodzinne w Wesołej**. W godz. 14.30–17.00 odbędą się warsztaty dla całych rodzin. Pierwsza propozycja to „Dawno, dawno te-

mu... w Polsce” – podróż przez nasz rodzinny kraj to wyprawa do świata opowieści, wspólnie odkryjemy i opowiemy niezwykle historie, które staną się naszą inspiracją do stworzenia własnej gry. Druga zaś to rodzinne warsztaty wielkanocne, podczas których odbędzie się prelekcja, zabawy oraz warsztat: eko podstawka na jajko z gliny. Liczba miejsc na warsztaty ograniczona. Obowiązują zapisy poprzez formularz zgłoszeniowy na stronie [www.warszawskiednirodzinne.pl](http://www.warszawskiednirodzinne.pl). Program realizowany przez ZwalczNude.pl we współpracy z Miastem Stołecznym Warszawą, którego jednym z partnerów tegorocznej edycji został Ośrodek Kultury w Wesołej.

Kwiecień zakończymy koncertem zespołu **Jem Dżem**. Będzie to duża porcja starego, dobrego Dżemu doprawiona świeżą nutą. Podczas wydarzenia usłyszymy największe przeboje Dżemu z czasów Ryśka Riedla i lat późniejszych, m.in. „Sen o Victorii”, „Wehikuł czasu”, „Whisky”, „List do M”. Na koncert zapraszamy 27 kwietnia o godz. 18.00.



### Konkurs na piosenkę o dzielnicy „Zakochaj się w Warszawie w Wesołej”

Ośrodek Kultury w Dzielnicy Wesoła m.st. Warszawy jest organizatorem konkursu na piosenkę o dzielnicy pt. „Zakochaj się w Warszawie w Wesołej”. Wydarzenie to organizowane jest z okazji 50-lecia nadania praw miejskich Wesołej i we współpracy z Urzędem Dzielnicy Wesoła m.st. Warszawy.

Celem konkursu jest zainspirowanie artystów – autorów tekstów i kompozytorów – do tworzenia piosenek popularyzujących Warszawę-Wesołą. Ma on otwartą formułę, a utwory mogą zgłaszać zarówno amatorzy, jak i profesjonaliści. Do współpracy zostali zaproszeni Justyna Holm, Jerzy Jarosław Dobrzyński, Lech Nowicki. Do koncertu galowego, który odbędzie się 21 września, zostanie zakwalifikowanych 15 utworów. Utwory te w wyjątkowych aranżacjach zostaną wykonane przez profesjonalnych artystów muzyków. Po zakończeniu koncertu i występie Doroty Miśkiewicz z Markiem Napiórkowskim jury wybierze piosenki laureatki. Dodatkową nagrodę przyzna również publiczność.

Regulamin i karta zgłoszenia dostępne są na stronie internetowej Ośrodka Kultury w zakładce Konkursy. Termin nadsyłania zgłoszeń: 31.05.2019 r.

REKLAMA



**IZARRO**

Zapraszamy na wiosenne zakupy

DUŃSKIE I NIEMIECKIE MARKI  
ORAZ WYBRANI POLSCY  
PRODUCENCI.

ORYGINALNE WZORNICTWO  
ŚWIETNA JAKOŚĆ.

ROZMIARY  
OD XS DO XXL.

WYGODNE BUTY.

PIĘKNE DODATKI  
TOREBKI, SZALE, BIŻUTERIA.

UL. TRAKT BRZESKI 58A,  
WARSZAWA-WESOŁA  
PON.-PT. 10-19, SOB. 10-15



## W kwietniu na Pogodnej

4 kwietnia o godz. 19.00 zapraszamy na wernisaż wystawy Urszuli Bucholtz-Stefaniak pt. „Akwarela czy olej”. Artystka farbami akwarelowymi maluje dopiero od stycznia tego roku. Jak mówi: „Technika ta nie jest prosta, ale obrazy, które powstają – jak się je dobrze namaluje – są lekkie i miłe dla oka”. Jednocześnie nie zaprzestaje malowania farbami olejnymi, próbuje porównywać obydwie techniki, nie potrafi ocenić, które obrazy są lepsze.

Sztuka to nie tylko krajobrazy, kwiaty i portrety. Artyści od dawna w swoich dziełach kreślili wizję przyszłości – nowoczesne miasta i maszyny. A jak dla Ciebie będzie wyglądać świat jutra? Zachęcamy dzieci w wieku 6–12 lat do wzięcia udziału w warsztatach plastycznych towarzyszących wystawie pt. „Malowanie przyszłości”, które odbędą się 25 kwietnia o godz. 17.30. Prowadzenie – Ewa Przanowska. Obowiązują zapisy pod numerem telefonu: 22 427 37 74 lub pod adresem mailowym [wystawy@domkulturywesola.net](mailto:wystawy@domkulturywesola.net).

Dzieci w wieku 4–7 lat wraz z opiekunami zapraszamy 6 kwietnia o godz. 11.00 na warsztaty plastyczne z cyklu pt. „Historia Sztuki dla Dzieci”, podczas których poznamy pełną nieodgadnionych emocji i uczuć twórczość Vincenta van Gogha. Prowadzenie – Urszula Kowal-Gajewska. Liczba miejsc ograniczona. Zapisy od 1 kwietnia pod nr. tel. 22 427 37 74.

Dla miłośników podróży przygotowaliśmy 7 kwietnia o godz. 17.00 pokaz slajdów pt. „Puszcza Białowieska – królestwo leśnego żubra”. Podczas prelekcji Sebastian Bielak zapozna nas z tradycyjną kuchnią Podlasia, stylem życia i kulturą rdzenną ludność białoruskiej, architekturą sakralną oraz atrakcjami turystycznymi całego regionu. Bazując na własnym doświadczeniu, udostępni szczegółowe informacje potrzebne każdemu turyście do przyjemnego i bezpiecznego zwiedzania Puszczy Białowieskiej, podzieli się ze słuchaczami praktyczną wiedzą, opowie ciekawostki, a także wspomni o przygodach, jakie spotkały go w trakcie wyprawy.

Wiosna sprzyja spacerom po okolicy. Spotkanie na „Pogodnej” pt. „Rywalizacja matek – skąd się bierze?” to świetna okazja do poznania mam z okolicy. 12 kwietnia o godz. 11.00 porozmawiamy o emocjach, sprzecznych informacjach, schematach i stereotypach związanych z macierzyństwem. Zastanowimy się również, dlaczego matki rywalizują ze sobą i dlaczego macierzyństwo wzbudza aż tyle emocji.

13 kwietnia o godz. 18.00 zapraszamy na koncert Artura Gotza pt. „Kabaret Starszych Panów” przy akompaniamencie Dawida Ludkiewicza.

## Pod polską flagą. Ze Starej Miłosny dookoła świata

opowieść **Hanny Bąbik** o wyczynie  
druha **JURKA JELIŃSKIEGO**

Gość honorowy: **p. Marek Szukalski** wnuk Podróżnika



- wielka przygoda 20-lecia
- spotkania z najważniejszymi osobistościami epoki
- 28 krajów w 2 lata
- historia odnalezionego buicka
- pokaz zdjęć z rodzinnego archiwum

**27.04.2019 godz. 15.00**

OŚRODEK DZIAŁAŃ TWÓRCZYCH „POGODNA”  
Filia Ośrodka Kultury w Dzielnicy Wesoła m.st. Warszawy  
ul. Jana Pawła II 25, 05-077 Warszawa-Wesoła, I piętro  
tel. 22 427 37 74, [www.facebook.com/pogodnafilia](http://www.facebook.com/pogodnafilia)



wicza. Artysta odnosi się z szacunkiem do pierwotnych wykonań, ale dzięki wykorzystaniu instrumentów elektronicznych, zaskakującym aranżacjom i porywającej interpretacji piosenki w jego wykonaniu połączyły to, co sentymentalne, z tym, co aktualne i bliskie człowiekowi XXI wieku. Ten niezwykle recital z pewnością dostarczy wrażeń i wzruszeń zarówno tym, którzy mają w pamięci występy Kabaretu Starszych Panów, jak i młodszemu pokoleniu.

*Improv* to nic innego jak podglądanie tu i teraz, jak aktor zmagą się z własnymi słabościami, z własnym umysłem, po to by w ciągu kilku sekund wymyślić dowcipną i inteligentną scenę. 23 kwietnia o godz. 20.00 zapraszamy na

występ Pogodnej Grupy Teatralnej, podczas którego aktorzy będą tworzyli scenariusz, opierając się na sugestiach widzów.

„Pod polską flagą. Ze Starej Miłosny dookoła świata” to ciekawa opowieść o jednej z największych przygód 20-lecia międzywojennego, podróży dookoła świata, przedsięwziętej przez młodych harcerzy, pod patronatem najwyższych władz, by głosić odzyskanie przez Polskę Niepodległości. Zapraszamy 27 kwietnia o godz. 15.00 na opowieść Hanny Bąbik o wyczynie druha Jurka Jelińskiego. Gościem honorowym będzie Pan Marek Szukalski – wnuk podróżnika.

Podczas bajki dla dzieci pt. „Leśne Śmieciuchy” w wykonaniu Grupy Teatralnej Echo, która odbędzie się 28 kwietnia o godz. 16.00, poznamy chochlika Tosia, który postanowi rozprawić się ze Śmieciuchami – stworzeniami, które bardzo lubią śmieć. Liczba miejsc ograniczona. Zapisy od 23 kwietnia pod nr. tel. 22 427 37 74.



Szczegółów oraz plakatów informujących o wydarzeniach organizowanych przez Ośrodek szukajcie na stronie internetowej oraz na fanpage'u w portalu Facebook:

[www.domkulturywesola.net](http://www.domkulturywesola.net)

[www.facebook.com/okwesola](https://www.facebook.com/okwesola)

[www.facebook.com/pogodnafilia](https://www.facebook.com/pogodnafilia)

OK Wesoła

*Materiały organizatorów. Redakcja nie ponosi odpowiedzialności za zmiany terminów lub odwołanie wydarzeń dokonane po opublikowaniu programu imprez.*

Jarosław Drzewiecki zaprasza

Wawer Music Festival

ZESPÓŁ

# RazDwaTrzy

Hotel Boss 5.05.2019 17:30

Hotel Boss · Żwanowiecka 20

# W BIBLIOTECIE PUBLICZNEJ...



Biblioteka Publiczna  
w Dzielnicy Wesoła  
m.st. Warszawy

## SPOTKANIE Z ANDRZEJEM PILIPIUKIEM

W Bibliotece w Zielonej miał miejsce (12.03.2019 r.) wieczór autorski **Andrzeja Piliipiuka**, podczas którego promowana była najnowsza książka autora *Zły las*. Pisarz z wrodzoną sobie swadą i błyskotliwą erudycją rozświe-



tlał literackie meandry tworzonych przez siebie światów, z licznymi dygresjami i odniesieniami historycznymi. Wielbiciele prozy Andrzeja Piliipiuka mogli przedpremierowo nabyć najnowszą książkę i otrzymać autograf wraz z dedykacją.

## ZACHĘTA – ZWIEDZAMY Z BIBLIOTEKĄ

Czytelnicy Biblioteki odwiedzili Zachętę i obejrzeli wystawy artystów o światowej sławie.

**Liliana Porter** – wybitna argentyńska artystka o wrażliwości na aktualne i historyczne problemy społeczne po raz pierwszy pokazała przekrojowo swoją twórczość w Polsce. Poruszający cykl *Prace Przymusowe* ma przesłanie globalne. Wyzysk, praca ponad siły ludzi pozostawionych bez prawa decydowania o sobie i konsumpcyjne korzystanie z jej wytworów w innej części świata to tematy inspirujące do refleksji. Styl artystki kształtował się od lat osiemdziesiątych XX wieku, kiedy to zaczęła łączyć do instalacji stare zabawki, kiczowate figurki, pamiętki czy przedmioty codziennego użytku znajdujące na targach staroci lub w sklepach z antykami. Stały się one głównymi bohaterami, modelami portretowanymi z pomocą aparatu fotograficznego, aktorami utrwalanych na taśmie filmowej historii.

**Hiwa K** – światowej sławy kurdyjski artysta, którego sztuki nie można rozumieć bez kontekstu pochodzenia i drogi życiowej, jak również historii narodu, z którego się wywodzi. *Wysoce nieprawdopodobne, choć nie niemożliwe* to wystawa o wojnie, która jest początkiem i spoiwem całej twórczości artysty. Wystawę zamyka instalacja, której główny element, spiżowy dzwon, powstał w Polsce z wykorzystaniem zużytych tusek po nabożach.

Na zakończenie niezwykła wystawa *Lalki: teatr, film, polityka*. Świat lalek teatralnych wykorzystanych nie tylko do zabawy dzieci, ale też jako element propagandy.



Spotkanie z nowoczesną sztuką daje nam okazję do rozwoju wyobraźni, prowokuje do refleksji – serdecznie polecamy kolejne spotkania!

## SPOTKANIA ZE SZTUKĄ JERZEGO NOWOSIELSKIEGO

Zapraszamy na oprowadzanie po kaplicy domu rekolacyjnego i kościele pw. Opatrzności Bożej w Warszawie-Wesołej (ul. Ks. Piotra Skargi 2), w których znajdują się prace prof. Jerzego Nowosielskiego – jednego z najwybitniejszych współczesnych pisarzy ikon. Spotkania dają możliwość poznania kaplicy i świątyni – wyjątkowych miejsc, w których artysta zaprojektował całość wystroju i wyposażenia: polichromie, witraże, posadzkę, sufit, elementy w prezbiterium.

Po wewnątrz kaplicy i kościoła będzie oprowadzać Państwa historyk sztuki – Zofia Łukomska-Chojecka. Wstęp wolny!

Terminy spotkań (niedziela, godz. 16.00):

- 14.04.2019
- 19.05.2019
- 23.06.2019

Projekt realizowany jest z budżetu partycypacyjnego. Dziękujemy za wszystkie oddane głosy.

## W KWIETNIU:

### SPOTKANIA DLA DZIECI I MŁODZIEŻY:

- warsztaty ilustratorskie z **Małgorzatą Flis** i spotkanie autorskie z **Dorotą Gellner** – dla przedszkolaków
- *Gramy Literaturę* – audycja literacko-muzyczna dla dzieci z Przedszkola Jacek i Agatka, Przedszkola Jaś i Małgosia oraz Jaskini Talentów
- *Teatr Wariacja* – dwa spektakle o tematyce wiosenno-wielkanocnej dla starszych dzieci
- *Ludzie drzew* – spotkanie o ludożercach dla młodzieży z **Anitą Pogorzelską** – podróżniczką i fotografką

11 kwietnia, godz. 16.00 – otwarte warsztaty plastyczne (dla dzieci 6+) w Bibliotece w Zielonej, w programie przygotowanie dekoracji wielkanocnych



17 kwietnia, godz. 13.30 – uroczyste otwarcie plenerowej wystawy *Wesoła – nasza mała ojczyzna* zainstalowanej przed Urzędem Dzielnicy Wesoła. Będzie można ją oglądać w tym miejscu do końca czerwca. Wystawa składa się z 24 tablic poświęconych historii i walorom przyrodniczym dzielnicy. Została ona przygotowana przez Bibliotekę z okazji 50-lecia nabycia praw miejskich we współpracy z Adamem Ciećwierzem, Dorotą Wronską i Przemysławem Stolarzem.

## PIĘKNY ZAKĄTEK. IKONA DOMOWA – wystawa

Od 1 kwietnia do połowy maja w Bibliotece w Zielonej przy ul. Podleśnej 38 będzie można oglądać wystawę ikon domowych autorstwa Anny Niemczak. Cykl wystawianych ikon pod znamienym tytułem *Piękny zakątek. Ikona domowa* to wynik duchowej wędrówki i doświadczeń artystki od lat związanej z ikonopisarstwem.



## W MAJU:

### XVI OGÓLNOPOLSKI TYDZIEŃ BIBLIOTEK 8–15.05.2019

Wydarzenia podczas Tygodnia Bibliotek organizowane przez Bibliotekę Publiczną w Wesołej:

- 09.05.2019, godz. 18.30 – Biblioteka Główna – spotkanie autorskie z **Marią Wilczek-Krupą** i promocja książki *Górecki. Geniusz i upór*, spotkanie poprowadzi **Dariusz Mól**
- 10.05.2019, godz. 9.30 – Biblioteka Główna – przedstawienie Teatru Wariacja *Staś Moniuszko*
- 11.05.2019 – *Odjazdowy Bibliotekarz* – rajd rowerowy bibliotekarzy, miłośników książki, biblioteki i rekreacji na świeżym powietrzu. Trasa jest w trakcie opracowania, atrakcji z pewnością nie zabraknie
- 14.05.2019, godz. 18.30 – Biblioteka Główna – rozstrzygnięcie VI edycji konkursu na recenzję książki *Wszystkie książki mówią*



### Ważne komunikaty

- 2 maja 2019 r. (czwartek) – wszystkie biblioteki w Wesołej będą nieczynne
- 4 maja 2019 r. (sobota) – Filia nr 1 w Starej Miłośnie będzie nieczynna
- Wieczory Bajek w Zielonej będą odbywały się w poniedziałki o godz. 17.00

Biblioteka w Wesołej



## WARTO ZOBACZYĆ:

MUZEALNE WTORKI  
W MUZEUM NARODOWYM

23.04.2019, godz. 13.00

wykład Pauliny Komar – doktor nauk humanistycznych, pracującej na Uniwersytecie Jagiellońskim, edukatorki MNW.

„Symbol w sztuce – martwe natury”

Większość artystów traktowała malowanie martwych natur jako ćwiczenie warsztatowe. Dla holenderskich mistrzów XVII wieku ten gatunek malarstwa stał się jednak pretekstem do symbolicznego przekazania odbiorcom filozoficznych treści swej epoki.

MUZEALNE WTORKI to cykl zajęć powstały z myślą o seniorach i wszystkich, którzy interesują się malarstwem, rzeźbą, grafiką i architekturą. Muzeum zaprasza na wykłady i zachęca do skorzystania z kart pracy, pomocnych w interpretacji oglądanych dzieł sztuki, które będą dostępne w Punkcie Informacji od godz. 12.00.

**Wstęp wolny** – wejściówki dostępne online i w kasach w dniu wydarzenia / Kino MUZ / 50 min / karta pracy dostępna w punkcie informacji od godz. 12.00.

Maria Surawska

## PTTK zaprasza:

Zachodnie Mazowsze – Mazurki  
Chopina, wycinanki i pałace

Zachodnia część Mazowsza wraz z Puszcą Kampinoską leży w prawie samym środku Polski. Mazowiecki krajobraz, na który składają się piaszczyste drogi, wierzby na miedzach i łąki z makami oraz chabrami, przez skojarzenia z muzyką Chopina urosł do rangi narodowego symbolu. Jest tu coś dla każdego: cudowna przyroda puszczy, folklor, wspaniałe parki, dworki, zabytkowe kościoły i muzea – od historycznych po ludowe. To wszystko czeka na nas na kolejnej wyprawie organizowanej przez nasze Koło PTTK w dniach 25–26 maja 2019 r.

Podczas 2-dniowego pobytu zwiedzimy m.in.:

- **Żelazową Wolę** – z malowniczym dworkiem – miejscem urodzenia Fryderyka Chopina.

- **Łowicz** – odbędziemy spacer po mieście, zwiedzimy katedrę oraz muzeum poświęcone m.in. barwnej łowickiej sztuce ludowej – znajdziemy tu pasiaste kolorowe stroje, bogato zdobione meble i słynne łowickie wycinanki.

- **Arkadię i Nieborów** – prawdziwe perły architektury i krajobrazu, zawdzięczające swą świetność Helenie i Michałowi Radziwiłłom.

- **Żyrardów** – zabytkowe centrum miasta stanowi najlepiej zachowaną w skali Europy XIX-wieczną osadę fabryczną – z budynkami fabrycznymi, domami robotniczymi, rezerwem, dworcem kolejowym, muzeum Inżynierstwa oraz kościołem.

**Wyjazd: 25.05.2019 r.**, zbiórka na parkingu przy dawnym Gimnazjum 119 przy ul. Pogodnej w Stariej Miłośnie **o godz. 7.00**. Powrót: w to samo miejsce **26.05.2019 r. ok. godz. 20.00**.



**Wpisowe:** 300 zł – dorośli, 280 zł – dzieci do 15 roku życia, zadatek w wysokości 100 zł płatny w ciągu 14 dni od zgłoszenia, pozostała część do 17 maja br.

**Wyżywienie:** obiad i kolacja 25 maja, śniadanie i obiad 26 maja.

**Nocleg:** w domkach w Ośrodku „Stacja Nieborów” w Nieborowie, położonym na skraju Puszczy Bolimowskiej, w bezpośrednim sąsiedztwie znajduje się zespół pałacowo-parkowy w Nieborowie oraz Muzeum Motoryzacji z możliwością zwiedzania.

**Liczba miejsc:** 50.

**Zgłoszenia: do 17 maja 2019 r.** poprzez naszą stronę internetową [www.pttkwesola.pl](http://www.pttkwesola.pl)

Serdecznie zapraszamy!

Bożena Jaźwińska

Zapraszam na **88** kulturalno-artystyczne wydarzenie  
**14 kwietnia** (niedziela), **godz. 17.00**

Wstęp wolny

Niedzielny pełen wrażeń wieczór w wesołowskim Salonie.  
Ciekawostki historyczne o Tatarach i piękne pieśni rosyjskie.  
Udział wezmą:

**Krzysztof Jabłonna**

Historyk, w latach 1997–2000 konsul RP w Moskwie, Charkowie i Grodnie. Autor licznych publikacji, m.in. książki „Wielkie bitwy Polaków”. Uczestnik kilkunastu

wypraw na Wschód i Syberię. Prowadzi pogadanki historyczne o powstaniach w Radiu Wnet.

**Guli (Gulnara Ciechanowska-Jabłonna)**

z Tomka na Syberii, śpiewa swoim wschodnim profesjonalnym głosem.

„Syberia jest wielonarodowa, każdy jest Syberyjczyk. Każdy dom, Polonia, niemiecki dom, Chińczycy, Kazachy, Azerberdżanie... biorą wspólnie udział w takich uroczystych [obchodach] przyjaźni narodów”.

Renata Kozerska  
Tel. kom. 609 601 254

REKLAMA

## PRACOWNIA PROTETYCZNA

Majdan, gm. Wiązowna tel. 507 221 820

**PROTEZA CAŁKOWITA – 450 zł**

**PROTEZA ELASTYCZNA – 600 zł**

• DUŻE DOŚWIADCZENIE • CIĘŻKIE PRZYPADKI

## USŁUGI GEODEZYJNE

"GEOSTAR" S.C.

- tyczenia
- pomiary inwentaryzacyjne
- mapy do celów projektowych
- uzgodnienia dokumentacji w ZUD
- podziały nieruchomości
- inne

ul. Jana Pawła II 25,  
05-077 Warszawa-Wesoła

tel. 22 773 83 49  
fax 22 773 83 69

[www.geostar.waw.pl](http://www.geostar.waw.pl)



## Okiem zielarza: obudź w sobie nową energię na cały rok

**Przed nami radosny czas Świąt Wielkanocnych. Zanim zasiądziemy do rodzinnego stołu, warto oczyścić organizm z nagromadzonych zimą toksyn i złogów, a przy okazji zgubić kilka zbędnych kilogramów.**

Ziołem, które nam w tym pomoże, jest mniszek lekarski, czyli nasz rodzimy, popularny mlec, od lat wykorzystywany w kuracjach odtruwających wątrobę oraz poprawiających trawienie. Poczujemy przypływ radości i energii, a co za tym idzie – chętniej i bez poczucia winy pozwolimy sobie na dodatkową porcję ulubionego mazurka. Życzę wszystkim radosnych i przede wszystkim zdrowych Świąt!

**Mniszek lekarski** (*Taraxacum officinale* L.) – surowcem leczniczym jest kwiat (flos), liść (folium) oraz korzeń (radix). Surowiec zawiera m.in.: wit. C, B i E, kwas foliowy, tiaminę, ryboflawinę, cholinę, flawonoidy, stymulatory biogenne (odpornościowe), luteinę. Świeże, młode listki wykorzystuje się w salatkach wiosennych czyszczących krew i odtruwających. Korzeń mniszka ma właściwości prebiotyczne i działa najsilniej na wątrobę oraz drogi żółciowe, przez co efektywnie wspomaga także leczenie chorób skórnych. W zaburzeniach trawienia, przy braku apetytu oraz dla lepszego przyswojenia pokarmu. Rozkurcza mięśnie gładkie, reguluje wypróżnienia, przeciwdziałając otyłości. Obniża poziom cukru we krwi. Kwiaty i ziele regulują dodatkowo miesiączkowanie u kobiet i znoszą objawy PMS.



### Wskazania do stosowania:

- choroby wątroby, pęcherzyka i dróg żółciowych,
- obniżone funkcje trzustki, śledziony i żołądka,
- choroby skórne i metaboliczne: otyłość i cukrzyca,
- osłabienie i nawracające infekcje,
- zaburzenia trawienia i brak apetytu,
- niedokrwistość, obniżone parametry krwi,
- profilaktyka miażdżycy.

**Postaci leku i dawkowanie:** napar z liści/kwiatów: garść świeżych liści/kwiatów lub 1 łyżeczkę suszonych zaparzać wrzątkiem przez kwadrans pod przykryciem. Odwar z korzenia: zalać korzeń zimną wodą i gotować na małym ogniu przez 20 min. Odstawić pod przykryciem do 30 min. Przecedzić. W obu przypadkach spożywać do 3 szklanek dziennie. **Bezpieczeństwo dla kobiet w ciąży/niemowląt:** tak, w małych, ustalonych indywidualnie dawkach. **Czas zbiorów:** liście i kwiaty od kwietnia do maja w słoneczny dzień do południa; korzenie wykopuje się wiosną i jesienią.

**Wybór zielarza:** mniszek jest smacznym i wdzięcznym surowcem zielarskim. Z kwiatów (500 główek) polecam przygotować prozdrowotny syrop dla całej rodziny o doskonałym smaku. Zebrane w słoneczny dzień kwiaty mniszka wyłóż na gazetę, aby pozbyć się owadów. Następnie umieść kwiaty w garnku i zalej je 1,5 l wrzątku. Zostaw na noc (ok. 12 h) pod przykryciem. Następnie odcedź przez gazę i dodaj cukier (od 0,5 kg). Gotuj na małym ogniu, aż cukier całkowicie się rozpuści. Ilość dodanego cukru przekłada się na gęstość syropu. Na koniec dodaj cytrynę, ponownie zagotuj, zbierz pianę. Gorący syrop przelej do ciemnych, wyparzonych butelek. Po otwarciu przechowuj w lodówce. Syrop możesz wykorzystać do przygotowywania smakowych herbat oraz jako zdrową polewę do deserów.

**Od 3 kwietnia br. rusza gabinet w Starej Miłośni! Centrum Holistyczne Metatron, Piłsudskiego 4D.** Obowiązują wcześniejsze zapisy. Tel. +48 505 724 094, mail: ziolowyraj@gmail.com

**Zapraszam serdecznie!**

**Karolina Smóderk**  
– Wasz zielarz

REKLAMA

## AUTO BARTOSZ

### MECHANIKA POJAZDOWA KOMPLEKSOWE NAPRAWY WULKANIZACJA

PŁATNOŚĆ: GOTÓWKA,  
KARTA, PRZELEW

- SILNIKI, ROZRZĄDY, SPRZĘGŁA
- SKRZYNIĘ BIEGÓW, ZAWIESZENIA
- HAMULCE, PRZEGŁĄDY, OLEJE
- DIAGNOSTYKA KOMPUTEROWA  
WSZYSTKIE MARKI
- OBSŁUGA I NAPEŁNIANIE KLIMATYZACJI

05-077 Warszawa-Wesoła  
**UL. JEŹDZIECKA 4**  
Tel. 693 84 22 84  
(22) 773 18 61 – 9-17  
E-mail: autobartosz@o2.pl  
[www.autobartosz.pl](http://www.autobartosz.pl)

FACHOWO • SZYBKO • SOLIDNIE • TANIO

## NAUKA GRY NA GITARZE

Tel. 695-622-848

Szybko i efektywnie, od pierwszej  
lekcji gramy i śpiewamy razem.



## USŁUGI OGRODNICZE I PORZĄDKOWE

Trawniki • Pielęgnacja • Aranżacje



tel. 88 33 11 774

[www.larix-ogrody.pl](http://www.larix-ogrody.pl)



# Figura do lata? Czy na lata?

Zbliża się lato, a Ty dopiero próbujesz wybudzić się z zimowego marazmu? Patrząc w lustro, stwierdzasz, że dodatkowe kilogramy będą jeszcze długo spędzać Ci sen z powiek? Pomimo dłuższych, wiosennych dni brakuje Ci energii? Wyjście jest jedno – musisz coś ze sobą zrobić!

**Studio Active Ladies** to doskonałe miejsce, gdzie zadbasz zarówno o swoje ciało, jak i ducha. Otrzymasz tu indywidualną, kompleksową opiekę w zakresie treningu, żywienia, a to wszystko w kameralnym gronie kobiet w każdym wieku, z różnym bagażem doświadczeń, które tak jak Ty dążą do zmiany swojego życia na lepsze.

## Studio Active Ladies w nowej odsłonie

Pomimo że jako **Active Ladies** istniejemy dopiero od lipca 2018 r., działaliśmy wcześniej przez 5 lat pod inną marką. Przekształcenie przyniosło pozytywne zmiany w funkcjonowaniu klubu – powierzchnia lokalu została powiększona, co umożliwiło nam wprowadzenie dodatkowych usług: zajęć fitness, treningów personalnych, masaży, a także rozszerzonej działalności dietetycznej.

A to wszystko dla Ciebie! Kobiety, której celem jest zdrowy i aktywny tryb życia. Dla nas najważniejszą jest Twoje zadowolenie, dlatego każdą z naszych Członkiń traktujemy indywidualnie. Członkostwo w **Active Ladies** to nie tylko wstęp do klubu. Trenerki regularnie spotykają się z każdą z Klubowiczek i na bieżąco weryfikują postępy i cele, a w razie potrzeby modyfikują je tak, aby poznały swoje ciało, możliwości i wprowadziły tę wiedzę w życie. Ponadto organizujemy cykliczne wieczorki tematyczne, na których wzbogacisz swoją wiedzę o istotne nowinki dietetyczne, fizjoterapeutyczne, treningowe itp.

Nie jesteśmy zwykłą siłownią, gdzie każdy jest zdany sam na siebie. Cały czas jesteś pod opieką naszych trenerek, które chętnie służą swoją pomocą. To również atmosfera stworzona przez nasze Klubowiczki sprawia, że wszystkie czujemy się tu jak w domu.

## Interwał – trening bez zarzutu?

Podstawą działalności **Active Ladies** jest trening interwałowy. Ten rodzaj treningu o zmiennej intensywności staje się coraz bardziej popularny zarówno wśród wyczynowych sportowców, jak i amatorów. Dlaczego?

- trening jest **krótki** – przedział czasowy jednego ćwiczenia to zaledwie 40 sekund, pełny trening trwa zaledwie pół godziny, a w ciągu tygodnia wystarczą zaledwie 2–3 dni treningowe, by osiągnąć wymierne efekty;
- **elastyczny** – bez problemu dopasujesz go do swojego terminarza, możesz dołączyć do „kole” w godzinach otwarcia Klubu w dogodnym dla siebie czasie;
- **genialny w eliminacji** tkanki tłuszczowej – w ciągu minuty można spalić nawet 10–13 kcal, tzn. że pełny trening „kosztuje” nas nawet do 400 kcal, a efekty „spalania potreningowego” utrzymują się nawet 12 godzin (!) po zakońc-



niu ćwiczeń – proces regeneracji mięśni odbywa się przy wykorzystaniu energii uzyskanej z tłuszczu, nieważne, czy leżymy przed telewizorem, siedzimy za kierownicą czy robimy obiad;

- dzięki zwiększonej ilości tlenu dostarczonej do organizmu **przyczynia się do poprawy** wyglądu i jędrności skóry;
- **doskonale wpływa** na zdrowie: przyczynia się do regulacji ciśnienia krwi, wydolności, zwiększa wrażliwość na insulinę – zmniejszając ryzyko zachorowania na choroby cywilizacyjne jak nadciśnienie, miażdżyca, cukrzyca, zapobiega otyłości;
- **powoduje potężny zastrzyk endorfin**, wpływając pozytywnie na nasze samopoczucie.

To tylko garść spośród ogromu zalet wynikających z regularnych ćwiczeń interwałowych. Już po miesiącu dostrzeżesz pierwsze z nich, a po roku nie będziesz mogła/chciała ;) przypomnieć sobie, jak wyglądało Twoje życie bez **Active Ladies**!

## Pilates i joga? A może wzmacnianie i rozciąganie?

U nas każdy znajdzie coś dla siebie. Bogata oferta zajęć fitness pozwala uczestniczkom wybrać dogodną dla siebie formę aktywności. A to wszystko w ramach jednego członkostwa. Nie musisz wybierać – zajęcia dodatkowe są dostępne dla naszych Klubowiczek bez ograniczeń. Robimy wszystko, co pomoże Ci w wyborze właściwej drogi według osobistych preferencji.

W naszym grafiku znajdziesz: **ABT, TBC, Stretching, Rollowanie, Pila-**

**tes, Zdrowy Kręgosłup, Jogę, Zumbę, Tabatę.** Zajęcia prowadzą wykwalifikowane instruktorki, a 100-procentowa (czasem nawet większa) frekwencja jest dowodem na to, że nasze Klubowiczki oddają się w ręce pasjonatek i profesjonalistek.

## Kompleksowe podejście

W **Active Ladies** podchodzimy do Klientki holistycznie. Oprócz treningu w „kole” i zajęć fitness każdy może skorzystać z dodatkowych usług, takich jak **trening personalny, fizjoterapia, dietetyka**. Nie musisz krążyć po mieście w poszukiwaniu trenera, masażyści czy dietetyka – u nas dostaniesz to wszystko na miejscu, bowiem szanujemy Twój czas i chcemy zaoferować Ci jak najwyższy poziom obsługi.

Nasze Klubowiczki utwierdziły nas w przekonaniu, że to „ludzie tworzą miejsca, a miejsca tworzą ludzi” (John Green, *Papierowe miasta*). Cały czas wkładamy całe serce w to, aby razem tworzyć to miejsce. Nasze drzwi są otwarte dla **każdej** kobiety – niezależnie od wieku ani stopnia zaawansowania – dla której najważniejsze jest zdrowie i aktywne dążenie do celu.

*Życzymy Wam zdrowych, pogodnych  
Świąt Wielkanocnych, przepelnionych wiarą,  
nadzieją i miłością. Aby ten czas był dla Was  
chwilą wytchnienia i okazją do uśmiechów,  
a także serdecznych spotkań  
w gronie rodziny oraz przyjaciół.*

Zespół **Active Ladies**

**ZDROWA!  
SZCZUPEŁA!  
NOWA!**

3-miesięczny program wyszczuplający  
a w nim m.in.:

- opieka trenerska
- konsultacje dietetyczne
- spersonalizowany jadłospis
- zajęcia grupowe
- ćwiczenia indywidualne
- niepowtarzalna atmosfera

*Active Ladies*  
Trening • Dieta • Masaż

**NIE ZWLEKAJ!  
ILOŚĆ MIEJSC  
OGRANICZONA!**

ul. Jeździecka 21F lok.3  
05-077 Warszawa Wesoła  
os. Stara Miłosna  
Galeria Sosnowa  
tel. 506-830-446  
studio@activeladies.pl  
Facebook: ActiveLadiesWesoła

## Dobre praktyki od Cyberetyki

Hasło – ciąg znaków, który jest naszym pierwszym zabezpieczeniem w cyfrowym świecie, klucz do naszych danych.  
Silne hasło ma wielkie znaczenie dla bezpieczeństwa Twoich danych.

### Nie używaj

- Łatwych do odgadnięcia haseł  
Hasła słownikowe lub powszechnie stosowane ciągi znaków są o wiele prostsze do złamania niż hasło złożone.



- Osobistych informacji w hasle  
Informacje te można w łatwy sposób odnaleźć w mediach społecznościowych i na tej podstawie ustalić/odgadnąć hasło.



- Menadżerów haseł wbudowanych w przeglądarki  
Jeżeli ktoś dostanie się do Twojego komputera, to będzie mógł załogować się do każdego portalu, dla którego zapamiętałeś hasło.



wać się do każdego portalu, dla którego zapamiętałeś hasło.

### Stosuj

- Długie i silne hasła  
Dłuższe hasło zawierające wielkie, małe litery, numery i symbole wydłuża czas złamania hasła.
- Różne hasła w poszczególnych serwisach  
W przypadku wycieku hasła z jednego serwisu nie narażasz się na przejście kolejnych kont.
- Podwójne uwierzytelnienie  
W przypadku tych samych haseł do serwisów



L9p92lMR730X  
Qq290AxnK90f  
Ugr7312oWZt6  
sFh8846ghT



podwójne uwierzytelnienie ochroni Cię przed utratą dodatkowego konta.

- Zmieniaj hasło

Miną miesiąc nim pojawi się informacja na temat wycieku haseł, dlatego lepiej zaważać się zmieniać hasła.

Qq290AxnK90f  
30  
Ugr7312oWZt6

### Pamiętaj:

- Nigdy nie odpowiadaj na wiadomości, w których proszą Cię o podanie swojego hasła.
- Zwracaj uwagę na adresy www i upewnij się, że wchodzisz na właściwą stronę.



Justyna Krasowska,  
Aleksander Zawada

### Fundacja CyberEtyka

[www.facebook.com/cyberetyka/](http://www.facebook.com/cyberetyka/)  
[www.cyberetyka.pl](http://www.cyberetyka.pl)

REKLAMA

**WWW.MEBLESOSNOWE.EU**

**REALIZUJEMY  
INDYWIDUALNE  
ZAMÓWIENIA**

**ŁÓŻKA • MATERACE • SZAFY • KOMODY  
BIURKA • WITRYNY • STOŁY • KRZESŁA  
MŁODZIEŻOWE • ZESTAWY • I INNE**



Warszawa-Wawer  
ul. Płowiecka 25  
(róg Świeckiej)  
tel./fax 22 815 35 98  
[meble@meblesosnowe.eu](mailto:meble@meblesosnowe.eu)

**Meble  
z drewna**  
[MebleSosnowe.Eu](http://MebleSosnowe.Eu)

**Elixir**

**KLINIKA DENTYSTYCZNA**

Galeria Sosnowa

ul. Jeździecka 21f, lok. 5, Warszawa-Wesoła

tel. (22) 773 21 12; 518 662 799

### Oferujemy kompleksowe leczenie dzieci i dorosłych:

- Leczenie zachowawcze
- Protetyka
- Leczenie ortodontyczne
- Chirurgia
- Zabiegi estetyczne
- Implantologia
- Diagnostyka radiologiczna na miejscu: rtg cyfrowe, pantomogram, cefalometria, tomografia szczęk i zatok

**Możliwość płatności kartą**

**[www.klinikaelixir.pl](http://www.klinikaelixir.pl)**

**Jesteśmy na Facebooku – Klinika Dentystyczna Elixir**



Okiem coacha

# 5 zasad, jak być szczęśliwym, nawet kiedy wydaje ci się, że nie masz powodu...

**Czasem wydaje się nam, że szczęście to stan, którego doświadczamy w wyjątkowych sytuacjach. Dlatego mamy skłonność do myślenia, że aby je poczuć w naszym życiu, muszą się spełnić jakieś szczególne warunki. Czekamy zatem, aż wydarzy się coś, co da nam do tego prawo...**

Nie czuję się szczęśliwa – mówi Karolina (43 lata) – od czasu gdy rozstałam się ze swoim partnerem. To nie był dobry związek, ale już 2 lata jestem sama i jest mi z tym źle. Nie wyobrażam sobie, co będzie, jeśli nie spotkam nikogo. Takie samotne życie jest do niczego.

A oto Michał (29 lat) – nie mogę znaleźć dobrej pracy, a ta, którą wykonuję, nie satysfakcjonuje mnie także finansowo. Czuje się wśród znajomych jak taki nieudacznik, więc przestałem chodzić na imprezy i spotkania, bo mam wrazenie, że ludzie patrzą na mnie lekceważąco. Trudno mi pogodzić się z tym, że szczęście wciąż mnie omija.

Mirka (30 lat) – kiedyś byłam szczupłą i podobałam się sobie, ale brałam leki, po których mocno przytyłam, i nijak nie mogę zrzucić nadwagi. Znajomi mówią, że nie ma się czym przejmować, ale dla mnie to duży problem. Wiem, że wcześniej podobałam się mężczyznom, a teraz patrzą na mnie jak na powietrze. Nie zauważają mnie. Zrezygnowałam z plaży, bo w kostiumie czuję się jak wieloryb. W ogóle mam wrazenie, że to co dobre się dla mnie skończyło i swój limit szczęścia już wyczerpałam.

Wszystkie osoby, Karolina, Michał i Mirka, warunkują swoje szczęście, zakładając, że zanim ich spotkają miłości, nie znajdą pracy, nie schudną, nie mają do niego prawa.

Czy naprawdę tak to działa? Nie mając partnera, dobrej pracy, wyższych zarobków, zgrabniejszej sylwetki lub lepszych ciuchów – nie możemy być szczęśliwymi ludźmi?

To nie jest prawdziwe założenie. Szczęście nie jest byciem w idealnej sytuacji, spełnieniem kryteriów uprawniających nas do jego odczuwania ani rezultatem wysiłków lub pochodną sukcesu. Jest ono stanem ducha dostępnym wszystkim, o ile staniemy się zdolni do jego odczuwania. To trwałe zadowolenie z życia połączone z pogodą ducha i optymizmem; ocena własnego życia jako udanego, wartościowego, sensownego.

Amerykański psycholog Abraham Maslow wymienia wprawdzie konkretny zakres potrzeb, których zaspokojenie warunkuje poczucie szczęścia, ale potrzeby te należą do tych, których spełnienie leży w granicach naszych własnych możliwości. Prócz podstawowych, czyli głodu, pragnienia i snu, są to: potrzeba bezpieczeństwa, przynależności, miłości, szacunku i samorealizacji. A więc...

## 1. Buduj swoje poczucie bezpieczeństwa

Zastanów się, czy postrzegasz świat jako bezpieczny, a ludzi jako przyjaznych? Kiedy bowiem jesteśmy otwarci i oczekujemy tego co dobre, stan szczęścia jest łatwiej osiągalny niż wtedy, kiedy stajemy się defensywni i zdystansowani. Dlatego uczciwie oceń, jak jest z tobą? A jeśli odpowiedź cię nie zadowoli, wzmacniaj lub buduj swoje poczucie bezpieczeństwa. Patrz na ludzi życzliwie, dostrzegaj pozytywne rozwiązania i spodziewaj się od życia miłych niespodzianek.

## 2. Poczuj się częścią większej całości

Większość lęków bierze się z poczucia, że jesteśmy odłączeni, oddzieleni. A to nie jest prawda. To ty sam tworzysz dystans, zakładając, że jesteś samotną wyspą na bezkresnym oceanie. Dlatego zacznij szukać tego, co cię z innymi łączy, a nie tego, co dzieli. W obecnym, podzielonym świecie może to być dla ciebie prawdziwy przełom, gdy zrozumiesz, że w jakiejś części siebie wszyscy jesteśmy tacy sami.

## 3. Szukaj miłości

Zauważ, że miłość to nie tylko to uczucie, którym darzysz kogoś wyjątkowego. Istnieje miłość do życia, do siebie, do planety, do ludzi, do zwie-



rząt i to nie jest bynajmniej pełna lista. To także zdolność, gotowość, stan umysłu. I abyś mógł ją ofiarować, powinieneś ją mieć w sercu, zanim pojawi się ten szczególny ktoś. Dlatego przyjrzyj się temu, jak wiele dowodów miłości dajesz. Jeśli dotychczas tylko czekałeś na nie, zacznij to robić!

## 4. Poczuj szacunek

Szacunek do siebie to podstawa, byś mógł poczuć się godny odczuwania szczęścia (w odróżnieniu od pogoni za przelotną przyjemnością). Jeśli jest z tym jakiś problem, spytaj siebie, a także innych, za co cię szanują? Z pewnością zdziwisz się, jak wiele powodów się znajdzie. Doceń to, co sam uznałeś za godne szacunku, i to, co otrzymałeś w informacji zwrotnej. Warto, byś się odważym i wspierał w ten sposób innych ludzi.

## 5. Znajdź swoją drogę

Poczucie, że twoje życie jest wyjątkowe, nawet jeśli wydaje się bardzo zwyczajne, wartościowe, nawet jeśli pozbawione spektakularnych sukcesów, i sensowne, mimo że czasem kluczysz wśród wątpliwości – to także podstawa szczęścia. Dlatego realizuj swoje pragnienia, bądź sobą i podejmuj niezależne decyzje, pamiętając, że to twoje życie.

Joanna Godecka

REKLAMA

### ZAPRASZAM NA PROFESJONALNE SESJE

**Joanna Godecka**

life coach,

praktyk Integracji Oddechem

501 715 646 w godz. 10-20

zarządzanie stresem

poczucie własnej wartości

odkrywanie talentów

poprawa relacji

## Międzynarodowy Dzień Matematyki w Moraczu

Wtorkowy dzień, 12 marca, był w naszej szkole wyjątkowy. Uczniowie wszystkich klas wzięli udział w Światowym Dniu Matematyki. W tym roku uczciliśmy święto królowej nauk pod hasłem „Matematyka dzika”.

Dzień Matematyki był wspaniałą okazją, aby lekcje spędzić na grach i zabawach matematycznych. Głównym celem tych działań było udowodnienie, że rozwiązywanie zadań może sprawiać przyjemność i być świetną zabawą.

Uczniowie klasy II i III na początku bawili się i grali w gry matematyczne w swoich klasach. Mogli wziąć udział m.in. w takich grach jak bingo czy domino oraz wykazać się orientacją przestrzenną w dyktandzie graficznym. Po „rozgrzewce” zabawa przeniosła się do sali gimnastycznej. Rywalizując w trzyosobowych zespołach, uczniowie

wzięli udział w quizie „Matematyka dzika”. Jak to z matematyką bywa, jedno zadanie było proste, a nad drugim trzeba było się nieźle „napocić”. Rozwiązując łamigłówki, dzieci poznawały również ciekawostki z życia zwierząt.

Natomiast pierwszoklasiści zamienili swoją klasę w las i w parach zmagali się z zadaniami dotyczącymi zwierząt zamieszkujących polskie lasy. Nagrodą za prawidłowe rozwiązania był fragment układanki. Po zebraniu wszystkich puzzli i ułożeniu zdjęcia rzadko występujących zwierząt uczniowie poznawali ciekawostki z nimi związane. Nic dziwnego, że po zakończonej zabawie pierwszaki nie chciały opuścić swojego klasowego lasu.

Po całonocnych zmaganiach z matematyką uczniowie zostali nagrodzeni okolicznościowymi



medalami i dyplomami. Dzień upłynął nam na dobrej zabawie i przygodzie z matematyką. A najlepszym podsumowaniem są słowa jednego z uczniów: „To był najfajniejszy dzień w szkole”.

Katarzyna Kupiecka

## Porozmawiajmy... poznajmy się bliżej...

Szkolne Koło Wolontariatu SP 174 z Oddziałami Integracyjnymi zaprosiło dzieci ze Specjalnego Ośrodka Szkolno-Wychowawczego dla Dzieci Słabowidzących im. dr Zofii Galewskiej mieszczącego się przy ul. Koźmińskiej w Warszawie. Goście opowiadali o tym, jak się uczą, z jakich pomocy korzystają, w jakich kołach zainteresowań uczestniczą, jakie dyscypliny sportu uprawiają. Udzielali wskazówek, jak pomóc osobie niewidomej na ulicy. Funkcjonuje w społeczeństwie wiele stereotypów dotyczących niewidomych i słabowidzących, przypisujących im albo nadprzyrodzone zdolności lub zupełny ich brak. Jedni uważają, że niewidomi dysponują wspaniałym dotykem i doskonałym słuchem, inni twierdzą, że nie są zdolni niemal do niczego i nie należy od nich niczego wymagać, pomagają im we wszystkim, zapew-



nają bezpieczeństwo, ograniczają aktywność. Oba poglądy nie mogą być i nie są prawdziwe. Możliwości osób niewidomych uwarunkowane są różnymi czynnikami: wychowaniem, światopoglądem, doświadczeniami środowiskowymi oraz poziomem wykształcenia i kultury. Kierowanie się

stereotypami utrudnia zrozumienie ich problemów. Zmiana tych poglądów jest

ważna ze względu na prawidłowe stosunki z osobami niewidomymi i słabowidzącymi. Światło jest warunkiem posługiwania się wzrokiem. Wyobraź sobie świat, w którym zanurzysz się, w dźwiękach, zapachach i kształtach, bez pomocy wzroku. Światło oznaczało zawsze bezpieczeństwo i radość. Ciemność natomiast lęk, strach, zagrożenie, bezradność. Jednak możemy się lepiej komunikować ze sobą i czerpać ze swoich doświadczeń. Trzeba doceniać, a nie oceniać. Spróbujcie. Spotkanie to było dla naszych uczniów niezwykle i pouczające. Zdobyte informacje, rozmowy, wspólnie spędzony czas pozwolą im na kształtowanie własnego zdania na temat osób niewidomych i słabowidzących.

Katarzyna Kalbarczyk

## Projekt „Co kryją morskie głębiny?” w Przedszkolu nr 261 „Pod Dębami”

W Przedszkolu nr 261 „Pod Dębami” zakończył się kolejny bardzo ciekawy i kolorowy projekt, pt. „Co kryją morskie głębiny”.

W ciągu trzech miesięcy nasze przedszkolaki dowiedziały się o tym, jak wygląda życie w morzach i oceanach. Poznały gatunki ryb morskich, o których nigdy nie słyszały. Wspólnie „zanurzały się” w najciemniejsze otchłanie morskie, po to aby poznać, co kryje w sobie ten tajemniczy podwodny świat. Pomagały nam w tym piękne i różnorodne morskie dekoracje zdobiące całe przedszkole, a także kolorowe rybki przygotowane przez naszych podopiecznych razem z rodzicami.

Przedszkolaki uczestniczyły w wielu prezentacjach prowadzonych przez nauczycieli, m.in. o gatunkach ryb morskich, o tym jak ważne jest niezaśmiecanie brzegów akwenów wodnych i jakie to ma konsekwencje.

W całym przedszkolu obchodziliśmy dzień wieloryba, a na zakończenie powstały przepiękne prace przedstawiające tego morskiego giganta.

Każdego dnia odbywały się zajęcia, które przybliżały dzieciom pasjonujący świat morskich głębin i żyjących tam stworzeń.

Aby nasze przedszkolaki jeszcze bardziej poczuły wspaniały morski klimat, towarzyszyły im odgłosy oceanu w postaci nawoływań wielorybów i kojącego szumu fal.

Ponadto w ramach projektu odbyło się w naszym przedszkolu malowanie koszulek, na których widniały kolorowe rekiny, osmiornice i inne podwodne stworzenia, a dzieci prezentowały je podczas wieńczącego program wernisażu prac plastycznych, których to w ciągu tych trzech miesięcy powstało bardzo wiele.

Rodzice mieli okazję zapoznać się z twórczością swoich pociech, a także wspólnie z nimi



uczestniczyć w warsztatach i stworzyć kolejne morskie dzieła.

Cały projekt okazał się bardzo udany. Poszerzył dziecięcą wiedzę i umiejętności, na czym nam najbardziej zależało. Wszystko, nad czym pracujemy w Przedszkolu „Pod Dębami”, służy wszechstronnemu rozwojowi naszych podopiecznych. Tak było i tym razem!

Niejedyn przedszkolak zapragnął być pletwomurkiem...

Agnieszka Ruszkowska  
nauczyciel



## Wieści z SP 171

„Zabiorę Ciebie w łagodności Krainę,  
By troski daleko stąd odpłynęły.  
A Twe marzenia na skrzydłach błękitnych,  
Wysoko pod niebo, hen pofrunęły”

Taką krainą, gdzie marzenia dzieci spełniają się, może być gra w szkolnym teatrze.

Dzieci same lubią tworzyć przedstawienia, wymyślać fantastyczne historie, które potem ubierają w kolory, gesty i słowa. Trzeba je tylko zainspirować ciekawą lekturą, a takich w szkolnej bibliotece jest mnóstwo.



Podsunięty przez nauczyciela pomysł staje się marzeniem, które trzeba zaraz zrealizować.

Uczniowie sami otwierają drzwi do nowej przygody: wymyślają tekst scenariusza, przydzielają role, kreują bohaterów, a wyobraźnia podsuwa coraz to nowe pomysły.

Zdaniem dzieci: Darii, Kingi, Dimy, Ani z kl. 3 a i b, teatr szkolny to nie tylko rozwijanie zainteresowań artystycznych, to sposób na wyrażanie uczuć i świetną wspólną zabawę, która daje tak dużo radości.

Tak świetnie mogli się bawić przygotowując spektakl „Oświadczyzny Ropucha” (tym razem) dla dzieci ze szkolnej świetlicy.

Szkolna biblioteka jest miejscem, gdzie wspólnie tworzymy teatr.

**Nauczyciel bibliotekarz**

## Dzień Talentów w Bułhaku

„Dzień Talentów” organizowany corocznie 21 marca w Społecznej Szkole Podstawowej nr 12 im. Emanuela Bułhaka jest niebywałą okazją do pochwalenia się uzdolnieniami i sukcesami naszych uczniów. Uczniowie samodzielnie przygotowali warsztaty tematyczne dla swoich kolegów i każdy mógł znaleźć coś interesującego dla siebie. W trakcie kulinariów można było wymyślać dania lub modyfikować sprawdzone przepisy, następnie degustować. Na warsztatach szachowych uczniowie podejmowali trudne decyzje, rozwijali pamięć i koncentrację. Z kolei na warsztacie jeździeckim dzieci nauczyły się lepiej rozumieć

zwierzęta. Warsztaty modelarskie dały możliwość złożenia prostych modeli wolno latających. Propozycja warsztatów matematycznych sprawiła, że królowa nauk stała się przyjemna i prosta. Warsztaty przyrodnicze były okazją do eksperymentów i doświadczeń. Przyrodnicy odkryli świat wulkanów, wykonali lampę lawową. Na warsztacie ceramicznym za dotknięciem dłoni bezkształtne kawałki gliny ożyły, ubrane w nową formę. Warsztaty taneczne i teatralno-filmowe rozbudziły twórczy potencjał, kreatywność dzieci. W drugiej części dnia odbyły się pokazy uczniów w wielu dyscyplinach artystycznych: śpiewie, tańcu, recy-



tacji, grze na instrumentach i wielu innych. Tym radosnym akcentem powitaliśmy długo oczekiwaną wiosnę w Bułhaku.

**Marek Pieńkowski**  
Koordynator wydarzenia

REKLAMA

**PRZEDSZKOLE PUBLICZNE  
I ŻŁOBEK NIEPUBLICZNY**

**„KUBUŚ”**



**Warszawa-Wesoła**

**ul. JEŹDZIECKA 21F, lok. 13**

**tel. kom. 602 67 89 51**

**e-mail: przedszkolekubus@op.pl**

**WWW.PRZEDSZKOLEKUBUS.PL**

**ZATRUDNIĘ  
NAUCZYCIELA  
DO PRZEDSZKOLA**

**WYNAGRODZENIE NETTO 2500 ZŁ**

**CHCESZ SCHUDNĄĆ?**

**INDYWIDUALNY PROGRAM OCHUDZANIA KOBIET  
„SZCZUPŁA-ZDROWA-PIĘKNA”**

**TRZYMIESIĘCZNY KURS SKIEROWANY DO KAŻDEJ KOBIETY,  
KTÓRA CHCE SCHUDNĄĆ LUB WRÓCIĆ DO FORMY PO CIĄŻY I PORODZIE**

- ANALIZA SKŁADU CIAŁA
- INDYWIDUALNIE DOBRANA DIETA ORAZ JEJ MODYFIKACJE
- OPIEKA TRENERA I FIZJOTERAPEUTY
- GWARANCJA UTRATY ZBĘDNYCH KILOGRAMÓW
- MOŻLIWOŚĆ TRENINGÓW W TWOIM DOMU
- SZCZEGÓŁOWA KONTROLA WYNIKÓW
- PAKIETY MASAŻY
- DO WYBORU PROGRAMY: PODSTAWOWY, ROZSZERZONY I VIP

**DOWIEDZ SIĘ WIĘCEJ  
I WYBIERZ PROGRAM  
DLA SIEBIE.**

**SZCZEGÓŁY**

**WWW.FITNESSART.PL**  
tel. 695 900 216, 505 505 727  
INFO@FITNESSART.PL

## VII Międzyprzedszkolny Konkurs Recytatorski w Przedszkolu Niepublicznym „Kubuś Puchatek i Przyjaciele”

W dniu 12 marca 2019 r. w Przedszkolu Niepublicznym „Kubuś Puchatek i Przyjaciele” w Wesołej odbył się VII Międzyprzedszkolny Konkurs Recytatorski, pt. „Bajczytanki Pani Hanki”. Wzięło w nim udział 22 uczestników z przedszkoli dzielnic Wesoła oraz Rembertów w czterech kategoriach wiekowych: 3-latki, 4-latki, 5-latki oraz 6-latki. Gościem specjalnym podczas uroczystości była **Pani Hanna Niewiadomska**, autorka recytowanych wierszy. Celem konkursu było zachęcanie do wspólnego czytania i dzieckiem wybranych wierszy literatury dziecięcej, rozwijanie zdolności recytatorskich, pobudzanie aktywności artystycznej, zachęcanie do występów na scenie oraz prezentacja umiejętności dzieci, rozbudzanie zainteresowania literaturą piękną. Wszyscy uczestnicy zaprezentowali bardzo wysoki poziom.

Jury w składzie: Pani Mirosława Ciacharowska, Pani Beata Zowczak, Pani Martyna Chuderka i Pani Aneta Szolc, oceniając występy dzieci, brało pod uwagę dobór repertuaru, wyraz artystyczny, opanowanie pamięciowe, dykcję oraz tempo mówienia. Po wysłuchaniu wszystkich uczestników jury wyłoniło zwycięzców:

### Kategoria wiekowa 3-latki:

- I miejsce – Jakub Parchimowicz z Przedszkola Niepublicznego Kubuś Puchatek i Przyjaciele w Wesołej

- II miejsce – Wiktoria Wrona z Przedszkola nr 260
- III miejsce – Tola Walaszczak z Przedszkola 434 oraz Antonina Szacherska z Przedszkola Niepublicznego Kubuś Puchatek i Przyjaciele w Rembertowie

### Kategoria wiekowa 4-latki:

- I miejsce – Bartosz Jadcak z Przedszkola Niepublicznego Kubuś Puchatek i Przyjaciele w Wesołej
- II miejsce – Stanisław Pluta z Przedszkola nr 260
- III miejsce – Urszula Wasilewska z Przedszkola nr 262

### Kategoria wiekowa 5-latki:

- I miejsce – Zofia Greczan ze Szkoły Podstawowej nr 353
- II miejsce – Jan Braniewski z Przedszkola nr 262
- III miejsce – Wojciech Słowikowski z Przedszkola Niepublicznego Kubuś Puchatek i Przyjaciele w Wesołej

### Kategoria wiekowa 6-latki:

- Grand Prix Konkursu – Filip Gałek ze Szkoły Podstawowej nr 353
- I miejsce – Leon Kajdrowicz z Przedszkola Niepublicznego Kubuś Puchatek i Przyjaciele w Wesołej



- II miejsce – Franciszek Karpiński z Przedszkola nr 262
- III miejsce – Michalina Surata ze Szkoły Podstawowej nr 173.

Wszyscy uczestnicy otrzymali pamiątkowe dyplomy i nagrody książkowe z dedykacją od samej autorki. Gratulujemy zwycięzcom wspianych występów! Pani Hannie Niewiadomskiej serdecznie dziękujemy za uświetnienie konkursu swoją obecnością. Zapraszamy za rok do kolejnej edycji konkursu.

Fotorelację można obejrzeć na stronie przedszkola [www.puchatekprzedszkole.edu.pl](http://www.puchatekprzedszkole.edu.pl).

**mgr Maria Woźniak**

Nauczyciel Przedszkola Niepublicznego Kubuś Puchatek i Przyjaciele

## Obudźmy w dzieciach pokłady kreatywności

Wiek przedszkolny to czas dla rozwoju osobowości dziecka. W tym okresie przedszkolak gromadzi swoje pierwsze doświadczenia i spostrzeżenia. Kreatywne dzieci wszystkiemu się dziwią i zadają dużo pytań. W naturalny sposób naśladują dorosłych – rodzice stają się dla nich inspiracją do działań. Chociaż w codziennej gonitwie często brakuje nam czasu, to warto razem z dziećmi rozbudzać ich ciekawość świata, poprzez wspólną



rozmowę, odkrywanie i doświadczanie. Przedszkolaki mogą realizować swoją kreatywność w rozmaity sposób: rysując, tańcząc, malując, wycinając, grając w stworzone przez siebie gry, wymyślając historie, odgrywając scenki, tworząc teatr lalkowy czy przeprowadzając eksperymenty naukowe. Nie są potrzebne do tego drogie zabawki i nowinki techniczne. Zastąpić je można przedmiotami codziennego użytku wykorzysty-

wanymi np. w kuchni, wyszperanymi z dna szafy czy przeznaczonymi do recyklingu. Powinniśmy dać maluchom swobodę wyboru konkretnej aktywności i starać się zapewnić atmosferę wolności twórczej, by mogły swobodnie działać – nie podpowiadać, co mają robić, i nie krytykować ich wesołej, spontanicznej twórczości. Ważna jest satysfakcja dzieci z przeprowadzonych działań i uznanie najbliższych. Podczas zajęć w przedszkolu również warto zorganizować dzień swobodnych działań np. z kuferkiem różnorodności czy prowadzeniem eksperymentów. Dzieci są najbardziej ciekawe świata i otwarte – my, dorośli, wykorzystajmy zatem ten moment. Zatrzymajmy się w codziennym biegu, poświęćmy dzieciom czas, pomóżmy naszym szkrabom poznać nowe miejsca, nieznane zakątki oraz ciekawe i rozwijające zabawy. Rozbudzi to w nich kreatywność i sprawi, że będą myśleć twórczo oraz niestereotypowo podchodzić do rozwiązywania problemów w przyszłości.

### WITAJ, WIOSNO!

Po zimowych miesiącach wszyscy zawsze niecierpliwie czekają na ciepłe i przyjemne chwile ze słońcem oraz zielenią przyrody. W przedszkolu nr 260 we wszystkich grupach wiekowych 21 marca 2019 r. „zazieleniło się” od wiosennych ubrań i dekoracji w salach przedszkolnych. Dzieci z wszystkich grup: „Tygryski”, „Misie” i „Sowy”

wzięły udział w tradycyjnym obrzędzie pożegnania zimy i powitania wiosny. Do tego święta przedszkolaki przygotowywały się, uczestnicząc wcześniej w zajęciach i pogadankach ułatwiających rozpoznawanie w przyrodzie oznak nadchodzącej nowej pory roku. Pierwszy dzień wiosny rozpoczął się od śpiewu piosenek, recytacji wierszy i rozwiązywania zagadek tematycznych. Dzieci wyruszyły pobliskimi uliczkami w kolorowym pochodzie z marzanną, którą własnoręcznie przygotowała Pani Lidia. Głośnymi okrzykami i specjalnym akompaniamentem perkusyjnym skomponowanym przez „Sowy” na tę okazję przedszkolaki pożegnały zimą i powitały wiosnę. „Misie” wymachiwały kolorowymi miotełkami, a „Tygryski” miniaturowymi marzannami z papieru. W trakcie spaceru nasi milusińscy mogli bezpośrednio obserwować również zachodzące wiosenne zmiany w przyrodzie. Po powrocie do ogrodu przedszkolnego dzieci z grupy „Misie” posadziły na kłombie wiosenne kwiaty – bratki. Ich urok będzie wszystkich miło nastrojać i przypominać o nadejściu upragnionej cieplejszej pory roku. Panna Marzanna pozostała z nami w ogrodzie do późnych godzin popołudniowych, aby spokojnie spakować swoje bagaże i wyruszyć w podróż na biegun zimna na zasłużony odpoczynek. Żegnaj, zimo, witaj, wiosno!!

**Eliza Mamczarz**  
Przedszkole nr 260



## Quiz matematyczny w przedszkolu

Dnia 13 marca przedszkolaki z najstarszych grup z Przedszkola nr 259 „Leśna Bajka” obchodziły Światowy Dzień Matematyki. Święto zostało zapoczątkowane przez organizację „World Education Games” w 2007 roku. Udział w grach i zabawach matematycznych ma na celu pokazać inną stronę tej nauki. Jako przyszli absolwenci przedszkola dzieci z grupy zielonej i żółtej rywalizowały w różnych konkurencjach matematycznych.

Rozpoczęcie matematycznego turnieju odbyło się od wyboru członków poszczególnych drużyn.

Wzorem światowych turniejów odbyło się losowanie grup. Po zajęciu miejsc w swoich drużynach dzieci rozpoczęły matematyczne zmagania. Przedszkolaki brały udział w sześciu konkurencjach matematycznych. Starszaki rozpoznawały cyfry, przeliczały obiekty, segregowały obrazki charakterystyczne dla czterech pór roku, układały cyfry na zegarze, kontynuowały podane rytmy, a najciekawszym zadaniem było kodowanie. Przedszkolaki ze wszystkimi zadaniami poradziły sobie wspaniale. Rywalizacja oraz emocje w każ-

dej z drużyn momentami sięgały zenitu. Dzieci z wielkim zaangażowaniem rozwiązywały zadania i cieszyły się z sukcesów w swojej drużynie.

Po zliczeniu punktów oraz ogłoszeniu wyników nastąpiło uroczyste wręczenie przez p. Dyrektora dyplomów dla zwycięskich drużyn oraz nagród dla każdego uczestnika turnieju. Starszaki z Przedszkola nr 259 „Leśna Bajka” są gotowe na wyzwania, jakie stawia im edukacja szkolna, w tym jedna z najważniejszych nauk, czyli Matematyka.

Karolina Antosiewicz  
Marta Kajkowska

## Sprawozdanie z wycieczki – Zamek Królewski

Dzisiaj ze swoją klasą z Gimnazjum nr 120 im. Noblistów Polskich w Wesołej, w towarzystwie seniorów odwiedziłam Zamek Królewski w Warszawie. Była to wycieczka, która zabrała nas w wielką podróż w czasie...

Mieliśmy okazję obejrzeć najciekawsze miejsca w budowli, np. królewską piwnicę w stylu gotyckim czy salę tronową; dodatkowo dowiedzieliśmy się kilku anegdotek na temat życia w zamku, a nawet... powtórzyliśmy wiadomości przed zbliżającymi się egzaminami z historii!

Na zakończenie zwiedziliśmy wystawę pt. „Znaki wolności”, na której mogliśmy zobaczyć



m.in. rzeźby i nagrania dźwiękowe, które nawiązywały do walki Polaków o niepodległość kraju. Nie zabrakło również obrazów artystów pochodzących z okresu Młodej Polski, takich jak Jacek Malczewski albo Józef Chełmoński. Na wystawie można było zobaczyć także niektóre dzieła Jana Matejki.

Wycieczka była udana. Uważam, że to było niesamowite doświadczenie – zgłębić tajemnice codziennego życia na Zamku Królewskim.

Kasia  
klasa III gimnazjum

REKLAMA

### PRYWATNA PRAKTYKA LEKARSKA

**Wojciech Klímm**

Specjalista chorób wewnętrznych  
Nefrolog  
Transplantolog

Lekarz uprawniony do badań kierowców  
oraz osób posiadających broń

05-075 Warszawa-Wesoła, ul. Słowackiego 33

Tel. 602-174-916



### PRYWATNY GABINET REHABILITACJI

O F E R U J E :

- ✦ ZABIEGI KINEZYTERAPEUTYCZNE
- ✦ MASAŻ LECZNICZY
- ✦ TERAPIA MANUALNA
- ✦ ZABIEGI Z ZAKRESU FIZYKOTERAPII:  
m.in. krioterapia, laseroterapia, pole magnetyczne
- ✦ KONSULTACJE LEKARZY SPECJALISTÓW  
ortopeda-traumatolog

Nasz adres: Wesoła-Stara Miłosna,  
ul. Jana Pawła II 264, tel. 22-773-14-97  
www.rehabilitacja-staramilosna.pl  
gabinet@rehabilitacja-staramilosna.pl

### KARNETY I KORZYSTNE RABATY

10% ZNIŻKI DLA EMERYTÓW  
NA ZABIEGI Z FIZYKOTERAPII

MOŻLIWOŚĆ ZAKUPU SZWEDZKICH  
PROFILOWANYCH PODUSZEK  
ORTOPEDYCZNYCH, KOREKTORÓW  
DO SIEDZENIA I POD PLECY  
ORAZ STABILIZATORÓW STAWÓW.

wielospecjalistyczny

### GABINET DENTYSTYCZNY

dr Maria Dawyniak

Stomatolog Ogólny

&

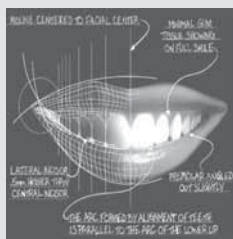
dr n. med. Maciej Nowak

Periodontolog



tel. 662 822 340

Wesoła-Zielona, ul. Brata Alberta róg ul. Warszawskiej



## „Żabki” w Bułhaczku

W Niepublicznym Przedszkolu artystyczno-językowym „Bułhaczek” prowadzony jest oddział żłobkowy „Żabki”.

Naszym atutem jest mała liczba dzieci i dzięki temu nauczyciel może każdemu dziecku poświęcić czas i uwagę. Może również bez pośpiechu wykonywać wszelkie czynności opiekuńcze, wychowawcze i pielęgnacyjne, bo przecież nasze maluszki w pełni na to zasługują.

Staramy się, aby w naszym żłobku każde dziecko czuło się bezpiecznie. Adaptacja przebiega w taki sposób, że rodzic towarzyszy dziecku, przebywa z nim w sali, bierze udział w zajęciach i wspólnych zabawach. Dziecko stopniowo nabiera zaufania do nowych opiekunów. Tutaj dziecko sygnalizuje nam, kiedy czuje się gotowe, aby pozostać już samo bez mamy i taty w żłobku. Naturalnie, odbywają się na ten temat rozmowy z wychowawcą. Nauczyciel podpowiada

rodzicom, kiedy dziecko nabiera już poczucia bezpieczeństwa i zaufania.

W żłobku dzieci uczą się przede wszystkim samodzielności, uspołecznienia, współdziałania w grupie, panowania nad emocjami oraz przystosowania się do panujących reguł i zasad, które obowiązują nie tylko w żłobku, ale i w społeczeństwie. Maluszki również uczą się piosenek i wierszyków, także po angielsku. Nauczyciel prowadzi też zajęcia dydaktyczne, w trakcie których dzieci poznają wiadomości z najbliższego otoczenia, uczą się nowych nazw, „czytają” metodą Glenna Domana, uczą

się liczyć w dostępnym zakresie oraz robią wiele innych ciekawych rzeczy.

Gdy tylko pozwalają na to warunki atmosferyczne, wychodzimy na spacer do pobliskiego lasu, uczymy się chodzić, trzymając za „węże”, poznajemy i rozróżniamy nazwy kierunków, prawą i lewą stronę. Dzieci mają również możliwość wyjścia do przepięknego ogrodu, który mieści się przy budynku. W ogrodzie mamy piaskownicę, zjeżdżalnię, trampolinę, domki i wiele innych atrakcji.

Zapraszamy serdecznie wszystkie maluszki do naszego „Bułhaczka”!



**mgr Aleksandra Kaźmierczyk**  
Wychowawca oddziału żłobkowego „Żabki”

## Warszawski Program Edukacji Kulturalnej w SP 353

W Szkole Podstawowej nr 353 w roku szkolnym 2018/2019 w ramach Warszawskiego Programu Edukacji Kulturalnej realizowane są dwa projekty.

Pierwszy z nich to „Zacztytany Maluch”, realizowany jest w oddziale przedszkolnym. Celem tego projektu jest upowszechnianie i promowanie czytania książek wśród dzieci oraz pogłębianie wiedzy i aktywizowanie uczniów do działań z książką. Podczas realizacji projektu dzieci odwiedzają wybrane przedszkola w dzielnicy Wesoła i czytają książki z Akademii Dobrego Wychowania autorki Barbary Ciemskiej. Podsumo-



waniem projektu będzie stworzenie własnej książki, która zostanie przekazana do biblioteki szkolnej.

Drugi z nich to „Kolorowe tańce w rytmie Latino” dla dzieci w wieku 6–10 lat, którego celem jest motywowanie dzieci do aktywności fizycznej poprzez taniec oraz wzmacnianie wiary we własne siły i możliwości.

Wykonane przez uczestników projektu rekwizyty do poszczególnych choreografii pozwalają rozwinąć wyobraźnię oraz ekspresję plastyczną uczniów. Podsumowaniem projektu będą występy na uroczystościach szkolnych i dla społeczności lokalnej.

**Marta Okońska**  
**Anna Mikusek**

## IX Dzielnicowy Przegląd Piosenki Przedszkolnej „Piękna nasza Polska cała”

22 marca w Przedszkolu nr 262 odbył się IX DZIELNICOWY PRZEGŁĄD PIOSENKI PRZEDSZKOLNEJ. W tym roku temat imprezy „Piękna nasza Polska cała” nawiązywał do niedawno obchodzonego 100-lecia Niepodległości.

Celem Konkursu było:

- Rozbudzanie i rozwijanie wrażliwości oraz aktywności artystycznej wśród dzieci oraz kształtowanie postaw patriotycznych i zachęcanie do poznawania zabytków, tradycji i kultury narodowej.
- Wspieranie najzdolniejszych wokalistów i umożliwienie prezentacji ich umiejętności wokalnych, propagowanie kultury muzycznej wśród dzieci, rozwijanie talentów estradowych i kształtowanie umiejętności współzawodnictwa.

W przeglądzie uczestniczyli mali wokaliści w wieku od 3 do 6 lat z placówek przedszkolnych w dzielnicy Wesoła. Dzieci z właściwą sobie powagą i wdziękiem zaprezentowały utwory związane tematycznie z kulturą, sztuką, tradycją lub architekturą Polski.

Jak co roku niewątpliwą atrakcją przeglądu były występy instrumentalistów, uczniów Społecznej Szkoły Muzycznej I Stopnia im. Wojciecha Kilara w Wesołej.

Grand Prix przeglądu w kategorii dzieci 3-letnich zdobyła Jagódka Pasieczna z Niepublicznego Przedszkola Kubuś Puchatek i Przyjaciele.

Wśród 4-latków jury nagrodiło Grand Prix Stanisława Plutę z Przedszkola nr 260.

Dorota Szczypek z przedszkola nr 261 „Pod



Dębami”, śpiewając a capella, wyśpiewała Grand Prix w kategorii dzieci 5-letnich.

Natomiast najlepszym 6-latkim był reprezentant przedszkola nr 262 Jakub Czerwiński.

Wszystkim uczestnikom bardzo serdecznie gratulujemy i życzymy dalszych sukcesów.

**Katarzyna Bazior**



## OGŁOSZENIA DROBNE

Na naszych łamach można zamieścić dwa typy ogłoszeń drobnych:

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

Zamówienia na wybrany miesiąc należy dokonać najpóźniej do 20 dnia poprzedniego miesiąca pod numerem tel. 22-810-26-04 lub adresem e-mail: [drobne@wiadomosciasiedzkie.pl](mailto:drobne@wiadomosciasiedzkie.pl).

Ogłoszenia publikujemy po wcześniejszym opłaceniu (gotówką lub przelewem).

PSYCHOTERAPEUTA  
PSYCHOLOG

ul. Raczkiewicza 38 (1 Praskiego Pułku WP)  
lokal 01, 05-075 Warszawa-Wesoła  
Zapisy: tel. 509-078-117, [afam.pl](mailto:afam.pl)

**OGRODY A-Z**  
SYSTEMY NAWADNIAJĄCE  
**PRACE ZIEMNE**  
790 55 47 46

**ZAMKI**  
naprawa, wymiana  
**DORABIANIE KLUCZY**  
Wesoła centrum, ul. W. Raczkiewicza 11  
**508 348 728**

**PODCINANIE,  
WYCINANIE DRZEW**  
**CZYSZCZENIE I NAPRAWA RYNIEN**  
tel. 606-808-358

**KOMPLEKSOWE I RZETELNE  
USŁUGI DLA POSESI PRYWATNYCH**  
PRACE PORZĄDKOWE,  
WYKOŃCZENIOWE (MALOWANIE),  
PIELĘGNACJA ZIELENI  
**tel. 514 731 889**

**ANTENY satelitarne i naziemne,  
DEKODERY, montaż naprawa,  
ustawienia.** Trwam, Cyfra, Polsat, N.  
oraz zestawy bez opłat, 30 kanałów po polsku. [www.lemag-tvsat.waw.pl](http://www.lemag-tvsat.waw.pl), ul. B. Czecha 29, tel: 22 815-47-25, 501-123-566.

**SZKOLENIE PSÓW DOGADAJCIE SIĘ**  
w Starej Miłośni. Szkolenia grupowe,  
indywidualne, wyprowadzanie psów.  
Agnieszka Kaniewska, tel. 501 379 779.  
[www.dogadajcieszcie.pl](http://www.dogadajcieszcie.pl)

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

**PRACE WYSOKOŚCIOWE**  
**MONTAŻ ANTYPTAKÓW**  
**MYCIE DACHÓW**  
790 55 47 46

**HYDRAULIK**  
– TANIO I SOLIDNIE –  
506 173 607

**SZAFY, ZABUDOWY, KUCHNIE**  
**MEBLE NA ZAMÓWIENIE**  
[leszeklun@gmail.com](mailto:leszeklun@gmail.com)  
tel. 791 717 347

**MALOWANIE W WEEKENDY**  
Malowanie ręczne lub agregatem do 200 m<sup>2</sup>  
w sobotę i niedzielę. Kilkunastoletnie doświadczenie, dokładny, uczciwy, bez nałogów.  
Tel. 503-759-763 (proszę dzwonić po 16)

**MONTAŻ:**  
■ kamery CCTV ■ anteny TV i SAT  
■ kontrola dostępu ■ domofony  
[www.kamery-anteny.pl](http://www.kamery-anteny.pl)  
[kamery.anteny@wp.pl](mailto:kamery.anteny@wp.pl), tel. 663-677-701

**CIĘCIE DRZEW  
ŻYWOPŁOTÓW  
RĘBAK • WYWÓZ**  
790 55 47 46

**JADEXIM Sp. z o.o.**  
zatrudni emeryta / rencistę  
do rozwożenia towaru.  
Tel. 691 700 160.

**USŁUGI OGRODOWE**  
**ZAKŁADANIE TRAWNIKÓW**  
**PRACE PORZĄDKOWE**  
**TRANSPORT**  
Tel. 513-148-238

**ZŁOTA RĄCZKA**  
+ ELEKTRYKA  
+ SKŁADANIE MEBLI  
tel. 503 150 991

**NAPRAWA AGD** – pralki,  
lodówki, odkurzacze, itp.  
25 lat doświadczenia, dojazd  
do klienta, konkurencyjne  
ceny. Tel. 501-049-250.

REKLAMA

## PRYWATNY GABINET LEKARSKI

Małgorzata Grossmann-Lekki

Lekarz chorób wewnętrznych  
Specjalista medycyny rodzinnej  
Badania do prawa jazdy, do pracy  
na stanowiskach bez szkodliwości

05-075 Warszawa-Wesoła, ul. Długa 19  
zapisy tel. **603-373-968**

SPECJALISTYCZNY GABINET  
DERMATOLOGICZNY

Beata Pacałowska

Specjalista dermatolog i wenerolog, Lekarz medycyny estetycznej

- Leczenie dorosłych i dzieci
- Leczenie: łuszczyca, grzybicy skóry i paznokci, łojotokowego zapalenia skóry, alergii skórnych, diagnostyka mykologiczna
- Peelingi, mezoterapia, wypełniacze

ul. Kameliowa 12 (róg Dworcowej), tel. 505 099 069  
Warszawa-Wesoła, Stara Miłośna

## Spotkanie uczniów SP nr 173 z sybirakami

W dniu 20.03.2019 r. po raz kolejny w Szkole Podstawowej nr 173 im. Górników Polskich odbyło się spotkanie uczniów z sybirakami. Na spotkanie z uczniami przybyli: Prezes Koła Sybiraków Praga-Południe Pan Janusz Henryk Marciniak wraz z Członkiem Zarządu Koła Panem Mirosławem Adamem Popławskim. Przybyli goście zapoznali uczniów z tragicznymi losami obywateli polskich zesłanych na Syberię, nakreślając im panoramę najważniejszych wydarzeń historycznych, które doprowadziły do wywózek z Polski pierwotnie do carskiej Rosji, w późniejszym okresie do Związku Radzieckiego. Nie zabrakło także osobistych wspomnień przybyłych gości, zawierających niejednokrotnie wydarzenia tragiczne, jakie spotykały ich samych oraz innych zesłanych na Syberię. Spotkanie z przybyłymi gośćmi cieszyło się uznaniem uczniów, którzy okazują zawsze naszym gościom szacunek i powagę z powodu ich doświadczeń i świadectwa ich ciężkiego niegdyś losu. Uczniowie chętnie zadawali panom pytania podczas spotkania, a także w czasie indywidualnych rozmów z nimi. Goście zaprezentowali uczniom cenne dla



nich pamiątki z okresu pobytu na Sybirze. Serdecznie dziękujemy za przybycie do naszej szkoły. Wierzmy, że historie przedstawione przez naszych wspaniałych gości będą kształ-

tować wśród uczniów poczucie przynależności i zachęcać do pielęgnowania historii naszej Ojczyzny, zawierającej doniosłe wydarzenia, jak również że uczniowie będą pochylać się nad tragicznymi losami Polski, do których bezsprzecznie należy sprawa sybiraków.

Cała społeczność SP 173 życzy wszystkim Członkom Koła Związku Sybiraków Praga-Południe wszystkiego dobrego, dużo zdrowia, radości i uśmiechu na każdy dzień.

**Bartłomiej Offerczak**

*Niech Zmartwychwstały Chrystus  
oświeca drogi codziennego życia.*

*Pogodnych Świąt Wielkanocnych,  
wiosennego nastroju, serdecznych  
spotkań w gronie rodziny – życzy  
społeczność SP 173*



## Marzec w SP 172

W marcu nasi uczniowie brali udział w wielu konkursach i zawodach sportowych. Uczniowie klas starszych sprawdzali swoją wiedzę z chemii, fizyki, geografii, biologii i przyrody w konkursach OLIMPUS i GALILEO, wiedzę o genetyce w Dzielnicowym Konkursie „Zmagania z genetyką”, a znajomość ortografii w Dzielnicowym Konkursie Ortograficznym. Swoje umiejętności matematyczne oraz logiczne myślenie poddali weryfikacji liczni uczestnicy Międzynarodowego Konkursu KANGUR MATEMATYCZNY. Uzdolnienia aktorskie zaprezentowali uczestnicy szkolnych eliminacji 42. Konkursu Recytatorskiego „Warszawska Syrenka”. Trójka uczennic wzięła udział w konkursie „Co w trawie piszczy?”, czyli idiomów w języku angielskim. Uczniowie najmłodszy sprawdzali swoją znajomość ortografii i uzdolnienia matematyczne w Dzielnicowym Konkursie Ortograficznym i Dzielnicowym Konkursie Matematycznym dla klas 2 i 3 SP, które nasza Szkoła organizuje już po raz dwudziesty czwarty. W większości konkursowych zmagani oczekujemy jeszcze na wyniki. Z wielką przyjemnością informujemy, że do III etapu (wojewódzkiego) Ogólnopolskiego Konkursu Historycznego im. majora Marka Gajewskiego „Losy żołnierza i dzieje oręża polskiego 1939–1948. W walce o wolną Polskę” zakwalifikowało się aż sześciu naszych uczniów!

W dniach 14–17 marca 2019 r. uczennice klas tanecznych 4c i 5c oraz zawodniczki działającego przy szkole Uczniowskiego Klubu Sportowego Jagiellonka brały udział w XXII Mistrzostwach Polski Cheerleaders PSCH Kielce 2019.

Dziewczęta rywalizowały w konkurencjach zespołowych oraz w duetach. Tegoroczny udział w mistrzostwach zdecydowanie należy uznać za udany. Nasze zawodniczki zdobyły nie tylko trofea w rywalizacji w ramach tegorocznych Mi-



strzostw Polski, ale również podsumowanie całorocznej rywalizacji w ramach Grand Prix Polski 2018 było dla nas owocne. Szczególnie cieszą nas czołowe II i III miejsca w kategoriach: cheer hip hop junior młodszy, cheer team all girl, cheer jazz junior młodszy duet oraz I miejsce w klasyfikacji generalnej w ramach Grand Prix Polski Cheerleaders 2018 w kategoriach: cheer hip hop junior młodszy, cheer team all girl.

Gratulujemy zawodniczkom i trenerom sukcesów oraz dziękujemy licznej grupie rodziców, którzy dopingowali reprezentację naszej szkoły. Serdeczne podziękowania również dla Dyrekcji Szkoły za zakup dla grupy cheer nowych strojów, które zdobyły ogromne uznanie u sędziów zawodów.

Życzymy wiosennych nastrojów, spokojnych i ciepłych Świąt Wielkiej Nocy.

**Szkoła Podstawowa nr 172**

## Czterolatka w IX Przeglądzie Piosenki

22 marca nasz przedszkolak Anna J. wzięła udział w IX Przeglądzie Piosenki „Piękna nasza Polska cała”, zorganizowanym w Przedszkolu nr 262 w Warszawie.

Jako pierwsza w kategorii 4-latków zaśpiewała piosenkę „Jesteśmy Polką i Polakiem”. Było to duże przeżycie dla dziewczynki, kiedy stanęła przed publicznością i jury.

Dziękujemy naszej podopiecznej za odwagę i ładną prezentację piosenki.

**Ewa Ślusarz-Domżał**





przywitaj wiosnę z optyką Tracewicz



Tom Ford Givenchy Max Mara

**Twój  
salon optyczny**



OPTYKA OPTOMETRIA OKULISTYKA  
**ALEKSANDER TRACEWICZ**  
Istniejemy od 1967 roku

www.tracewicz.pl

**STARA MIŁOSNA**  
ul. Jana Pawła II 15H/i  
Tel.: 22 760 85 27

**JÓZEFÓW**  
**Milo Park**  
ul. 3 maja 148  
Tel.: 22 610 79 92

## REWOLUCJE ŁAZIENKOWE

Salon sprzedaży  
Trakt Brzeski 47  
05-077 Wesoła

pon-pt 10-18  
sob 10-16

tel. 570 097 000  
570 037 000



**PŁYTKI**

**ARMATURA**

**SANITARIATY**

**GRZEJNIKI**

# ZAPRASZAMY!

## AUTO SERWIS Inż. ADAM ANTOSIEWICZ



WARSZAWA-WESOŁA  
ul. Chodkiewicza 7a  
(wjazd od ul. Armii Krajowej)



**ZAPRASZAMY**  
Pn.-Pt. 8.00-20.00  
Sob. 9.00-16.00

mobile: 501 213 584, 506 052 193  
tel.: (22) 773 49 23



**TECHNOLOGIA**



**DOŚWIADCZENIE**



**PROFESJONALIZM**



**FACHOWA OBSŁUGA**

- /// MECHANIKA POJAZDOWA
- /// DIAGNOSTYKA KOMPUTEROWA
- /// OBSŁUGA I NAPRAWA KLIMATYZACJI
- /// PRZEGLĄDY POGWARANCYJNE-OKRESOWE
- /// ELEKTRONIKA
- /// GEOMETRIA KOMPUTEROWA
- /// ZAWIESZENIA
- /// REMONTY GŁÓWNE SILNIKÓW I SKRZYŃ BIEGÓW
- /// DIAGNOSTYKA I NAPRAWA UKŁADÓW COMMON RAIL: CDI, CDTI, JTD, DCI, TDCI, HDI
- /// WYMIANA OPON
- /// OBSŁUGA FLOT
- /// CZĘŚCI ZAMIENNE
- /// SPRAWDZANIE POJAZDÓW PRZED ZAKUPEM
- /// NAPRAWA UKŁADÓW: ASR, ABS, ESP, TCS ITP.
- /// OFERUJEMY SAMOCHÓD ZASTĘPCZY NA CZAS NAPRAWY
- /// PŁATNOŚĆ: gotówka, przelew, karta

www.AutoserwisWesola.pl



**59zł**

Regularna promocja dostępna w salonie

**Special Offer**  
Wiosenne oczyszczanie  
*promocja!*

peeling kawitacyjny  
+ maska kremowa  
zabieg na twarz + szyję

**ewa beauty**  
ul. Jana Pawła II 23 lok. C2  
Warszawa Wesoła  
os. Stara Miłosna  
tel: 504 17 20 19  
[www.ewabeauty.pl](http://www.ewabeauty.pl)





**DOBRY DENTYSTA**

Prywatny Gabinet Stomatologiczny  
**REDENTAL**  
Marzena Głaz-Koperska

*Pewen zakres usług*  
**Wejdź i wyjdź z uśmiechem!**

ul. Słowackiego 53a (wejście od Norwida)  
Warszawa-Wesoła  
☎ 501 783 662, 509 336 323

**PAW-BUD**



**Beton Towarowy ❖ Transport ❖ Pompa**

05-462 Wiązowna, Duchnów, Szosa Mińska 48  
tel. 22 795 15 94, 22 795 11 44  
tel. kom. 601 384 524

**TRANSEC**



**WYWÓZ**  
nieczystości płynnych

Warszawa-Wesoła, ul. Szosa Lubelska 2  
tel. 22 773 37 67, tel./fax 22 773 24 63  
[www.transnec.waw.pl](http://www.transnec.waw.pl)



**Kasztanowa**  
mieszkania na sprzedaż





**od 5100 zł/m²**

**tel. 512 621 621**  
[www.wesbudmieszkania.pl](http://www.wesbudmieszkania.pl)