



WESOŁA

wiadomości sąsiedzkie

MIESIĘCZNIK MIESZKAŃCÓW DZIELNICY WESOŁA I OKOLIC

Nr **227**

**Styczeń – Luty
2021 r.**

GAZETA BEZPŁATNA

ISSN 2300-0414

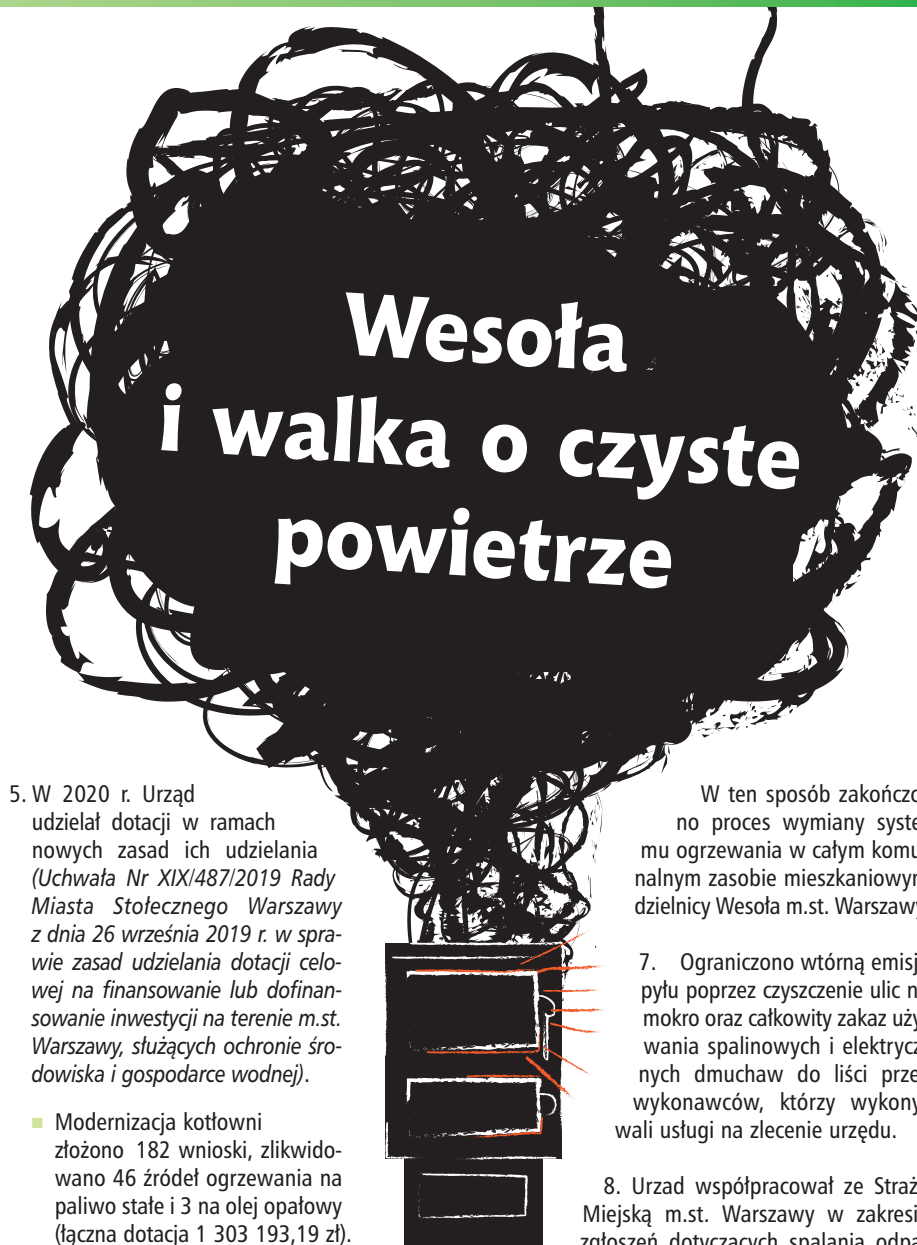
Walka Urzędu Dzielnicy z zanieczyszczeniem powietrza w 2020 roku przybrała na intensywności. Podjęto wiele działań mających na celu ograniczenie zanieczyszczeń powietrza na terenie dzielnicy.

1. Zwiększono powierzchnię zieleni poprzez ochronę istniejących zasobów i wprowadzanie nowo zaprojektowanej zielonej infrastruktury.

2. Prowadzono edukację ekologiczną – działania mające na celu uświadamianie mieszkańców o zagrożeniach wynikających ze spalania odpadów w gospodarstwach domowych. Urząd współpracował przy dystrybucji materiałów edukacyjnych (ulotki, plakaty, broszury), także z wykorzystaniem strony internetowej dzielnicy, mediów społecznościowych czy lokalnej gazety, a także współuczestniczył w organizowaniu wydarzeń i akcji edukacyjnych dla mieszkańców.

3. We współpracy z BOPiPK i SM Wydział Ochrony Środowiska dla dzielnicy Wesoła opracował inwentaryzację źródeł niskiej emisji, którą na bieżąco aktualizowano.

4. W celu ograniczenia zanieczyszczeń powietrza od 27 lipca 2020 r. do 11 grudnia 2020 r. Urząd Dzielnicy Wesoła zatrudniał ekodoradcę. Działania ekodoradcy miały na celu uświadamianie mieszkańców o zagrożeniach wynikających ze spalania odpadów w gospodarstwach domowych. Ekodoradca pomagał mieszkańcom w wypełnianiu wniosków o dotacje dotyczących programów miejskich (wymiana kopciuchów, odnawialne źródła energii, likwidacja azbestu, likwidacja szamb oraz wykonanie urządzeń pozwalających na zagospodarowanie deszczówki). Mieszkańcy zostali poinformowani o programach rządowych, np. czyste powietrze, mój prąd. Po telefonicznym umówieniu ekodoradca udzielał konsultacji w Wydziale Obsługi Mieszkańców Urzędu Dzielnicy Wesoła, jednak przede wszystkim pracował w terenie, odwiedzając zainteresowanych mieszkańców w ich miejscu zamieszkania. Ogłędziny w terenie były niezbędne w związku z koniecznością zinventaryzowania wymienianej instalacji, na którą miała być udzielona dotacja Miasta Stołecznego Warszawy. Do obowiązków ekodoradcy należała dystrybucja materiałów edukacyjnych (ulotki, plakaty, broszury) oraz bieżące aktualizowanie bazy „kopciuchów”. Łącznie w 2020 r. ekodoradca odwiedził 485 posesji, co zaowocowało złożeniem za jego pośrednictwem 42 wniosków.



5. W 2020 r. Urząd udzielał dotacji w ramach nowych zasad ich udzielania (*Uchwała Nr XIX/487/2019 Rady Miasta Stołecznego Warszawy z dnia 26 września 2019 r. w sprawie zasad udzielania dotacji celowej na finansowanie lub dofinansowanie inwestycji na terenie m.st. Warszawy, służących ochronie środowiska i gospodarce wodnej*).

■ Modernizacja kotłowni
złożono 182 wnioski, zlikwidowano 46 źródeł ogrzewania na paliwo stałe i 3 na olej opałowy (łącznie dotacja 1 303 193,19 zł).

■ Odnawialne źródła energii (OZE)
złożono 72 wnioski, w ramach dotacji zainstalowano:

- 2 powietrzne pompy ciepła (dotacja w wysokości 20 500,00 zł)
- 1 gruntową pompę ciepła (dotacja w wysokości 32 000,00 zł)
- 44 instalacje PV (dotacja w wysokości 448 440,00 zł).

Łączna kwota dofinansowania w 2020 r., jaką otrzymali mieszkańcy, wynosi 1 804 133,19 zł.

6. W listopadzie 2020 r. dokonano modyfikacji systemu ogrzewania ostatniego lokalu z kotła opalanego paliwem stałym na kocioł gazowy.

W ten sposób zakończono proces wymiany systemu ogrzewania w całym komunalnym zasobie mieszkaniowym dzielnicy Wesoła m.st. Warszawy.

7. Ograniczono wtórną emisję pyłu poprzez czyszczenie ulic na mokro oraz całkowity zakaz używania spalinowych i elektrycznych dmuchaw do liści przez wykonawców, którzy wykonywali usługi na zlecenie urzędu.

8. Urząd współpracował ze Strażą Miejską m.st. Warszawy w zakresie zgłoszeń dotyczących spalania odpadów w gospodarstwach domowych i warsztatach samochodowych.

W dniu 8 września 2020 r. Sejmik Województwa Mazowieckiego podjął uchwałę nr 115/20 w sprawie programu ochrony powietrza dla stref w województwie mazowieckim, w których zostały przekroczone poziomy dopuszczalne i docelowe substancji w powietrzu. Powyższy dokument jest aktem prawa miejscowego obowiązującym na terenie całego województwa mazowieckiego. Program wszedł w życie 30 września 2020 r.

Redakcja WS
(na podstawie materiałów Wydziału Ochrony Środowiska dla dzielnicy Wesoła)

 **groszek**



**Internetowe zakupy
z odbiorem
własnym
lub dostawą
do domu.**



Wawer:

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

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

www.groszek24.waw.pl

2⁴⁹
1 szt.

**Mleko Łaciąte 2%
UHT**
1 l
Mlekpól



3³⁹
1 szt.

**Parówki z szynki
Krakus**
200 g
Krakus



1⁵⁹
1 szt.

Coca Cola
200 ml puszka
Coca Cola



6³⁹
1 szt.

**Bombonierka
Toffifee**
125 g
Ferrero



3⁶⁹
1 szt.

**Płatki
kukurydziane
Nestle Corn Flakes**
250 g
Nestle Pacific



3⁸⁹
1 szt.

**Masło extra
polskie**
200 g
Mlekovita



1⁷⁹
1 szt.

**Woda Muszynianka
niegazowana**
1,5 l
Muszynianka



9⁹⁹
1 szt.

Krem Nutella
230 g
Ferrero



Promocja obowiązuje do 28.02.2021 r.
lub do wyczerpania zapasów

 **KONSTANS**

Osiedle Wodociągowa

etap IV
już w sprzedaży



www.konstans.com.pl

Ceny już od 6100 zł/m² 509 483 081

DWUJĘZYCZNA SZKOŁA PODSTAWOWA NR 1



CAMBRIDGE
International Examinations

Cambridge International School



REKRUTACJA



Wspólna 55, W-wa Wesola ☎ 600 202 851 | szkola-dwujezyczna.pl



I Społeczne Liceum Ogólnokształcące im. Emanuela Bułhaka w Warszawie

zaprasza na:

DZIEŃ OTWARTY

online: **20 lutego**
stacjonarnie: **6 marca**
START: **10⁰⁰**

szczególności na FB szkoły:  **LiceumBulhaka**

Trakt Brzeski 63, Warszawa-Wesoła • tel. (22) 773 36 00



Z prac Rady Dzielnicy



Od poprzedniego wydania Wiadomości Sądzieckich odbyły się dwie sesje Rady Dzielnicy. Pierwsza w dniu 9 grudnia 2020 r. była zdominowana przez dyskusję na temat nowego systemu naliczania opłat za odbiór śmieci komunalnych. Przedstawiciele Biura Gospodarowania Odpadami przedstawili szczegółowo przyczyny wzrostu kosztów zagospodarowania odpadów i wyjaśnili czemu zdecydowano się na powiązanie opłaty z ilością zużytej wody. Uznano bowiem, że jest to najbardziej miarodajny wskaźnik ilości zamieszkujących daną posesję osób, a co za tym idzie ilości generowanych odpadów. Dotychczas stosowana metoda naliczania opłaty w zależności od liczby zamieszkujących osób, bez skutecznych mechanizmów weryfikowania tej liczby, dawała szerokie pole do nadużyć, szczególnie dla osób wynajmujących mieszkania i domy. Jest też korzystny dla osób okresowo przebywających poza domem, bo gdy nie ma zużycia wody, nie trzeba też wносить opłat za śmieci. Natomiast jeśli chodzi o wysokość stawki, to wynika ona z gigantycznego wzrostu kosztów odbioru śmieci. Z kwoty 320 mln zł jaki kosztował m.st. Warszawa odbiór śmieci jeszcze w roku 2016, obecnie wzrósł on do 1200 mln zł. Pomimo tych wyjaśnień Rada

Dzielnicy jednogłośnie wypowiedziała się przeciw proponowanym rozwiązaniom.

W kolejnych punktach Rada pozytywnie opiniowała projekt uchwały Rady Miasta o przystąpieniu do sporządzenia planu miejscowego okolic cmentarza w osiedlu Stara Miłosna oraz drobne zmiany w budżecie na rok 2020, umożliwiające lepsze zagospodarowanie środków pozostających w dyspozycji dzielnicy do końca roku. Następnie Rada zapoznała się z informacjami o stanie przygotowań do zimowego wypoczynku dzieci i młodzieży, na temat prac nad przebiegiem WOW przez teren dzielnicy oraz o pozytywnych i możliwości pozyskania środków zewnętrznych, w tym unijnych. Na sesji zostały ponadto zaprezentowane plany pracy rady Dzielnicy i Komisji rady na rok 2021.

Druga sesja odbyła się 20 stycznia br. Wywołała na poprzedzającej sesji Komisji Budżetu i Planowania Przestrzennego przez panią Małgorzatę Zarębę sytuację, którą trudno nazwać inaczej niż awanturą, przeniosła się na forum sesji. Na szczęście już w dużo bardziej kulturalnej formule radni PiS i Stowarzyszenia Sądzieckie dla Wesołej, przypuścili zaciekle atak przeciwko propozycji uchwalenia planu zagospodarowania przestrzennego Centrum Lokalnego Zielona. Jest dla mnie całkowicie niezrozumiałe, czemu uchwała o przystąpieniu do sporządzania projektu (a nie o uchwaleniu konkretnych rozwiązań) mogła wzbudzić tyle kontrowersji. Padły hasła o próbie budowania bloków wśród domów jednorodzinnych, a przecież

plan zagospodarowania nie może być sprzeczny ze studium uwarunkowań, które poza wąskim pasem wzdłuż ulicy wspólnej, nie dopuszcza zabudowy wielorodzinnej. Jak zauważył radny Janusz Zdzieborski, pewne światło na sprawę może rzucić fakt, że w dyskusji padł ze strony radnych PiS wniosek o ograniczenie obszaru obejmowanego przez plan jedynie do działki, na której prywatny inwestor planuje wzniesić szkołę z funkcjami obiektu kultury. Czyli cały długotrwały i kosztowny proces planowania miałby być przeprowadzony jedynie w celu, aby prywatny inwestor mógł zrealizować zapewne potrzebną społecznie, ale jednak komercyjną inwestycję. Po gorącej dyskusji projekt uchwały o przystąpieniu do sporządzania planu zagospodarowania został zaopiniowany pozytywnie przy okazji ujawniając twarde podział w radzie Dzielnicy. Za głosowali wszyscy radni PO i Wesoła 2018 zaś przeciwko wszystkim radni PiS i Stowarzyszenia Sądzieckie dla Wesołej.

W kolejnych punktach radni zapoznali się z informacjami o funkcjonowaniu publicznej służby zdrowia, o sytuacji epidemiologicznej na terenie dzielnicy, o funkcjonowaniu oświaty w czasie pandemii oraz o toczących się sprawach sądowych z udziałem dzielnicy.

Kolejna sesja zaplanowana jest na 17 lutego br. o godz. 14.15, także w trybie zdalnym. Osoby zainteresowane podejmowanymi tematami zapraszam do oglądania transmisji.

Z poważaniem

Marcin Jędrzejewski
Przewodniczący Rady

Mieszkańcy Wesołej z nową salą multimedialną

Dzięki wsparciu Polskich Sieci Elektroenergetycznych mieszkańcy Wesołej zyskali nowoczesną salę multimedialną. To wyjątkowy przykład zgodnej współpracy biznesu i lokalnych społeczników na rzecz mieszkańców i ich rozwoju.

Środki zostały pozyskane przez parafię św. Brata Alberta w Warszawie-Wesołej w II edycji programu grantowego „WzMOcNij swoje otoczenie”. Grant pozwolił na współfinansowanie zakupu wyposażenia do miejscowej sali multimedialnej. Trafi do niej nowy sprzęt elektroniczny, komputer, meble. Wyłożona zostanie nowa wykładzina.

Realizacja tego projektu będzie służyła mieszkańcom przez długie lata. Sala multimedialna o poszerzonej funkcjonalności zapewni możliwość komfortowego prowadzenia spotkań oraz projekcji filmów, organizacji koncertów, różnego

rodzaju wydarzeń kulturalno-społecznych dla ok. 4500 parafian oraz mieszkańców osiedla Zielona i dzielnicy Wesoła. Sala będzie również miejscem regularnych spotkań duszpasterskich osób niepełnosprawnych i seniorów z terenu dzielnicy Warszawa-Wesoła oraz innych dzielnic Warszawy, a także innych grup i wspólnot istniejących przy parafii.

Program „WzMOcNij swoje otoczenie” to ogólnopolska inicjatywa Polskich Sieci Elektroenergetycznych – krajowego operatora systemu przesyłowego. Celem II edycji programu było wyłonienie najlepszych projektów związanych z rozwojem lokalnej infrastruktury, zwiększeniem bezpieczeństwa mieszkańców w warunkach pandemii koronawirusa oraz pomoc w dostosowaniu sposobu działania i narzędzi pracy do obowiązujących obostrzeń sanitarnych



w gminach, na których terenie jest zlokalizowana lub budowana infrastruktura przesyłowa.

Więcej informacji o działalności organizatora programu dostępnych jest na stronie raport.pse.pl lub www.wzmocnijotoczenie.pl.

Parafia św. Brata Alberta

Dobre inicjatywy

Dobiegł końca rok 2020 i całe szczęście, bo wiele w nim działo się złego. Zamarło normalne życie, ale szczęśliwie nie zamarła wrażliwość na los innych ludzi. W imieniu Dzielnicowej Rady Seniorów chcę serdecznie podziękować za te cenne inicjatywy, które powstały w naszej dzielnicy. Takie działania od serca nasilają się w okresie Świąt Bożego Narodzenia. Tym razem było podobnie, ale ich zasięg był znacznie większy niż zazwyczaj.

Dobre uczynki rozpoczęły dzielne MAMY z WESOŁEJ, które kolejny raz zorganizowały i przeprowadziły akcję Szlachetna Paczka. To działanie zasługuje na osobny artykuł i o szczegółach wiedzą tylko sami zainteresowani. Włączyło się w to działanie wiele osób. Mamy z Wesołej zebrały pieniądze i dary dla 8 rodzin. Z zebranych pieniędzy zostały kupione potrzebne rzeczy. Wiem, że ta akcja organizowana jest nie po raz pierwszy, ale w tym roku włączyło się więcej osób. Cieszę się, że tylu jest dobrych ludzi, którzy przejmują się losem innych, że młode, zapracowane MAMY dostrzegają te potrzeby i z taką radością włączają się, pomagając tym, którzy tej pomocy potrze-

bują. Szczególnie jest mi miło, że wśród tych zaangażowanych osób jest Kasia, moja uczennica. To takie miłe dla nauczyciela wychowawcy.

W trzech miejscach w naszej dzielnicy stanęły pojemniki na plastikowe zakrętki. Zgrabnie wykonane, z sercem na środku. Pojemniki zapełniają się dosyć szybko, a pieniądze uzyskane za nakrętki przeznaczone są na cel charytatywny. Za tą akcją kryją się też dobrzy ludzie i firma, która te zgrabne pojemniki wykonała, a konkretnie pan Piotr Izydorek.

18 grudnia z inicjatywy Dzielnicowej Rady Seniorów i przy pomocy OPS stanął wieszak na ciepłe ubrania. To akcja PODZIEL SIĘ CIEPŁEM. Kto ma ciepłą odzież, której nie używa, może zawiesić. Kto potrzebuje, może zabrać. Nikt nie pilnuje, nikt nie wydaje. Wieszasz, jeśli masz, bierzesz, jeśli potrzebujesz. Wieszak stoi w wejściu do OPS przy ulicy I Praskiego Pułku.

19 grudnia dosyć uroczystie, bo w obecności pani burmistrz Aleksandry Paradowskiej, została otwarta JADŁODZIELNIA. Jadłodzielni, podobnie jak wieszak-



ka z odzieżą, nikt nie obsługuje. Możesz zostawić produkty w terminie przydatności do spożycia, możesz zabrać coś do zjedzenia, lub poczęstować się, gdy jesteś głodny. Jadłodzielnia stoi w dyskretnym miejscu, na tyłach przedszkola Domek Wesoła, przy ulicy Orzechowej (boczna Fabrycznej) w Starej Miłośnicy. Tu także potrzebni byli dobrzy ludzie i pomysł na utworzenie tego miejsca. Pomysł zrodził się u pani Grażyny Zawiszy, państwo Łukasz Zawadzki, Monika

Patoka i Barbara Kostrzewa przyczynili się do powstania budki. W budce umieszczona jest lodówka, którą użyczył pan Tomasz Olik, a pani Karolina Piórkowska koordynowała całą akcję.

Okazało się, że nie jest to jedyna JADŁODZIELNIA w Wesołej. Przy kościele Brata Alberta w osiedlu Zielona jest też lodówka i obok półki na ciepłą odzież.

Miejmy nadzieję, że te akcje poprawią trochę los potrzebujących. Pomogą przetrwać ten czas pandemii. Prosimy o nagłaśnianie tych inicjatyw, bo przecież chodzi o to, by służyły ludziom, którym potrzebne jest wsparcie.

Bożena Borys
wiceprzewodnicząca
Dzielnicowej Rady Seniorów



REKLAMA

Trzymamy poziom.

Rekrutujemy ONLINE!

www.szkołybulhaka.pl



Spółeczna Szkoła Podstawowa nr 12
im. Emanuela Bułhaka

Zima w Mieście 2021 w Wesołej

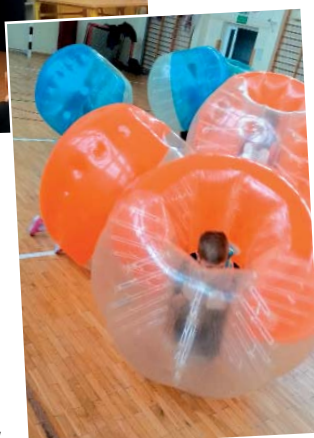
W terminie ferii zimowych, tj. 4–15 stycznia 2021 r., dla uczniów z klas I–IV szkół podstawowych zorganizowana została akcja „Zima w Mieście 2021”.

Utworzone zostały cztery Feryjne Placówki Edukacyjne na terenie dzielnicy Wesoła: w Szkole Podstawowej nr 171 im. Stanisława Staszica, Szkole Podstawowej nr 172 im. Polskiej Organizacji Wojskowej, Szkole Podstawowej nr 174 z Od-



działami Integracyjnymi im. Tadeusza Kościuszki oraz Szkole Podstawowej nr 353 im. „Wielkich Odkrywców”.

Dzieci miały zapewnioną opiekę oraz ciekawe zajęcia dostosowane do obecnie panującej sytuacji epidemicznej. Feryjne Placówki Edukacyjne zorganizowane zostały



zgodnie z wytycznymi GIS, MZ i MEN dla organizatorów półkolonii w szkołach podstawowych.

I tak, dwa tygodnie „Zimy w Mieście” minęły nie wiadomo kiedy. Pozostały fajne wspomnienia i kolorowe zdjęcia.

Żegnajcie, ferie, do widzenia, „Zimo w Mieście”.

Do zobaczenia latem!

IP

Aktywność fizyczna – konieczność czy przyjemność?

Każdy z nas ma taki moment podczas dnia – pojawia się uczucie senności, przemęczenie, znużenie. Jedyne, o czym wtedy marzymy, to krótka drzemka, położenie się na kanapie przed telewizorem lub chwila z pyszną kawą i ulubioną książką. Nie ma w tym nic złego, jeśli nie robimy tego zbyt często ;). A co zrobić, żeby nie poddać się pokusie błędnego lenistwa? Może zmobilizować się do aktywnego wypoczynku? Ale czy ruch jest nam w ogóle potrzebny? A jeśli tak, to jaki? I czy każdemu taki sam?

Aktywność fizyczna jest nieodłącznym elementem życia człowieka. Wynika ona z wrodzonych potrzeb organizmu i nabytych umiejętności. Rozwija mięśnie, wpływa na wzrost kości, powodu-



je prawidłowe funkcjonowanie układu krążeniowo-oddechowego. Odpowiednio dobrana sprzyja prawidłowemu rozwojowi organizmu, utrzy-

maniu zdrowia psychicznego i fizycznego. Ruch zmniejsza poczucie niepokoju, poprawia jakość snu, rozwija odpowiedzialność, pewność siebie i poczucie własnej wartości. Pobudza empatię, kreatywność i zdolności społeczne. Co więcej, w trakcie wysiłku fizycznego wytwarzane są endorfiny – hormony szczęścia, odpowiedzialne za doskonały nastrój.

Aby jednak aktywność przyniosła pożądane efekty, warto pamiętać o systematyczności. Zaleca się minimum 20 minut ćwiczeń przez 5 dni w tygodniu. Oczywiście w rzeczywistości bywa różnie. Codzienne obowiązki nie zawsze pozwalają na taki układ. Warto sobie jednak zaplanować czas i uwzględnić potrzebę ruchu. Każda aktyw-



ność powinna być dostosowana do wieku, płci, budowy fizycznej oraz stanu zdrowia. Jeśli więc zaczynamy przygodę z treningiem sportowym, warto skonsultować się z trenerem personalnym i opracować zestaw ćwiczeń.

Nie czekaj do jutra. Zaczynaj już dziś.
SPORT TO ZDROWIE!
#trenujz nami

Trenerzy Sportteam

ROBUŚ
PRZESKOKI NIEPOWODLIVE

- ▶ własny plac zabaw
- ▶ bezpieczna cicha okolica w pobliżu lasu
- ▶ doświadczona kadra
- ▶ małe grupy - domowa atmosfera
- ▶ indywidualne podejście do dziecka
- ▶ godziny otwarcia 7-18
- ▶ atrakcyjne czesne

05-077 Warszawa
ul. Magnolii 6.
tel. 518 785 136 www.robust.pl

W BIBLIOTECIE PUBLICZNEJ...

AUDIOBOOKI W LEGIMI

– Nowość dla użytkowników Legimi!

W tym roku korzystający z Legimi za naszym pośrednictwem mają dostęp również do audiobooków. Przypominamy, że aby otrzymać kod dostępu do Legimi, należy posiadać kartę biblioteczną i aktywnie wypożyczać zbiory. Czytelnik otrzymuje dostęp do e-booków i audiobooków w aplikacji Legimi na okres jednego miesiąca od daty aktywowania kodu.

Kody dostępu do Legimi można otrzymać drogą mailową i telefoniczną: wesola@bibliotekawesola.pl, tel. 22 773 40 08.

WOLA GRZYBOWSKA

– godziny otwarcia

Biblioteka w Woli Grzybowskiej od 25 stycznia wraca do poprzednich godzin pracy:

- **poniedziałek** – 11.00–19.00,
- **wtorek, czwartek, piątek** – 11.00–18.00,
- **środa nieczynne.**

Zapraszamy!

PRZECZYTAŁEŚ? – ODDAJ ☺

Z przykrością informujemy, że część naszych zbiorów (książki, filmy i audiobooki) **nie wraca do nas na czas!** Niektórzy czytelnicy przetrzymują wypożyczone zbiory nawet ponad 3 lata. Pomimo wysyłanych ponaglań i telefonów – brak reakcji.

W regulaminie Biblioteki mamy określone terminy zwrotów. Jeśli jest to potrzebne, istnieje możliwość przedłużenia terminu zwrotu (przez stronę www, telefonicznie lub bezpośrednio w placówce).

Staramy się, aby oferta Biblioteki była atrakcyjna, bogata w nowości, tytuły polecane i nagradzane. Brak możliwości wypożyczania z powodu przetrzymania jest stratą dla innych czytelników. **Bardzo prosimy o terminowy zwrot wypożyczonych książek, filmów i audiobooków!**

KONKURS NA RECENZJĘ KSIĄŻKI 2021

Biblioteka w Wesołej zaprasza do udziału w ogólnopolskim konkursie na recenzję książki. Konkurs nie ma ograniczeń wiekowych i jest skierowany do wszystkich chętnych. Recenzje należy przesać do 16.04.2021 na adres: konkurs.wesola@bibliotekawesola.pl. Na zwycięzców czekają atrakcyjne nagrody. Regulamin konkursu dostępny na stronie biblioteki www.bibliotekawesola.pl.

LITERACKA SZTUKA RELAKSU

– KONKURS CZYTELNICZY

Zapraszamy czytelników biblioteki do udziału w wyzwanie literackim na rok 2021. Konkurs trwa od lutego do końca roku 2021 r. Jego celem jest promocja książki i czytelnictwa jako atrakcyjnej formy rozrywki i codziennego relaksu. Konkurs pozwoli zainteresować Czytelników literaturą z różnych dziedzin, poznać nowych autorów.

Zadaniem uczestników jest przeczytanie w podanym okresie 30 książek wypożyczonych w wesołowskich bibliotekach publicznych, wypełnienie karty konkursowej i zbieranie pieczątek.

Konkurs prowadzony jest w trzech kategoriach:

- **dzieci** (6–11),
- **młodzież** (12–17),
- **dorośli** (18+).

Więcej informacji w naszych bibliotekach i na stronie www.bibliotekawesola.pl

572 042 970 – AUTOMAT SMS BIBLIOTEKI WESOŁA

Biblioteka Wesoła od 1.02.2021 r. uruchamia

automat SMS-owy, który będzie przysyłał do Państwa informacje dotyczące rezerwacji (zamówień), przypominał o terminie zwrotu pozycji, a także „odpowiadał” na pytania kierowane w postaci komend. Pełna funkcjonalność automatu jest dostępna dla czytelników posiadających aktywowaną usługę powiadamiania SMS-em. Usługa jest bezpłatna i można o nią poprosić podczas wizyty w dowolnej bibliotece na terenie dzielnicy Wesoła.

Najważniejsze to zapisać sobie numer, pod który możemy wysłać SMS – 572 042 970.

W odpowiedzi na SMS o treści:

- **Pomoc** – otrzymamy krótką instrukcję – listę komend;
- **Info** – otrzymamy dane teleadresowe i godziny pracy placówek;



- **Konto nr karty bibliotecznej** – otrzymamy tytuły wypożyczonych pozycji wraz z terminami zwrotu;
- **Prolongata nr karty bibliotecznej** – automat sprawdza i przedłuża terminy zwrotów pozycji, dla których jest to możliwe; wysyła ich listę w kolejnych SMS-ach;
- **Rezerwacje nr karty bibliotecznej** – w odpowiedzi otrzymamy listę rezerwacji z terminami, do kiedy możemy je odebrać (jeżeli oczekują na nas już w bibliotece).

Spod tego numeru otrzymamy też SMS-a przypominającego o terminach zwrotu wypożyczonych zbiorów. SMS będzie wysyłany 7 dni przed planowanym terminem zwrotu i 1 dzień przed tym terminem.

Warto pamiętać, że SMS-y wysyłane są automatycznie, otrzymamy więc właściwą odpowiedź, stosując tylko podane wyżej komendy. Kolejne funkcje automatu będą wdrażane w najbliższym czasie. Więcej informacji o tej usłudze znajdą Państwo na naszej stronie i w placówkach. Zachęcamy do aktywowania bezpłatnej usługi powiadamiania SMS.

Justyna Kwiatkowska

REKLAMA

ZAPRASZAMY DO



SKLEPU OBUWNICZEGO

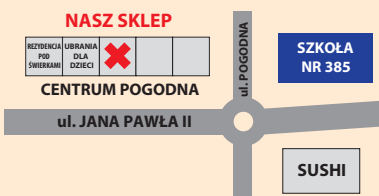
OBUWIE SKÓRZANE DAMSKIE I MĘSKIE

MARKI KRAJOWE I ZAGRANICZNE

ATRAKCYJNE CENY!

ul. Jana Pawła II 23, **lokal A3** tel. 795 813 123

otwarte: **pon.–pt.: 10–18, sob.: 10–14**



**10%
RABATU
Z TYM KUPONEM**



Luty w Ośrodku Kultury w Dzielnicy Wesoła m.st. Warszawy

Koncerty Filharmonii Narodowej wracają do Ośrodka Kultury

Po przerwie, spowodowanej pandemią, do Ośrodka Kultury wracają „Spotkania z Muzyką” w wykonaniu Filharmonii Narodowej. Już **6 lutego, w sobotę, o godz. 13.00** zapraszamy na **Dzikie Jabłko – Etniczne Wariacje**. W koncercie folkowym zaplanowanym w nowym sezonie artystycznym wystąpi zespół Dzikie Jabłko, którego repertuar stanowią kompozycje inspirowane muzyką tradycyjną – polską i afrykańską. Członkowie zespołu grają na instrumentach używanych przez rodzimych muzyków, ale ich brzmienie wzbogacają porywającym rytmem afrykańskich bębnow, tworząc pełne emocji, intrygujące muzyczne opowieści o różnorodnych aspektach życia: miłości, tęsknocie, radościach czy upływającym czasie. A już 2 tygodnie później, **20 lutego**, kolejne spotkanie – **Muzyka na dworze Jagiellonów**. Niewątpliwą atrakcją programów z muzyką dawną jest prezentacja instrumentów historycznych, charakterystycznych dla danej epoki. Lutnia, viola da gamba, pomort to instrumenty, które występowały często w muzyce XVI wieku. W czasy polskiego renesansu przeniesie nas zespół specjalizujący się w wykonawstwie muzyki dawnej. Poznamy popularne wówczas formy muzyczne – od ilustracyjnych miniatur, poprzez modne tańce, aż do pieśni. Będą to utwory kompozytorów działających w czasach panowania Jagiellonów. Dwór królewski szczylił się muzyką na najwyższym europejskim poziomie, a muzyczny gust władców przejmowali też co znaczący magnaci, utrzymujący własne kapele. *Koncerty Filharmonii Narodowej dla młodzieży online. Liczba miejsc ograniczona. Zapisy przez formularz dostępny na stronie: www.domkulturywesola.net.*

Morze lodu to tytuł obrazu Caspara Davida Friedricha – malarza, który żył w XIX w. Możemy na nim zobaczyć okręt uwieczony przez wielkie lodowe kry w Arktyce. Takie wyprawy na kruchych drewnianych statkach wymagały odwagi, a ich dramatyczny przebieg bywał natchnieniem dla

artystów. Posługując się naszą instrukcją stworzymy własne morze lodu – na krach pojawią się foki i niedźwiedzie polarne, a nasz okręt na pewno będzie mieć więcej szczęścia niż ten z obrazu. Na warsztaty plastyczne online z cyklu „Pogodne Rysowanki” zapraszamy **13 lutego, w sobotę, o godz. 10.00**. <http://domkulturywesola.net/wydarzenie/morze-lodu-warsztaty-plastyczne-z-cyklu-pogodne-rysowanki/> i facebook.com/okwesola.

#sekcjeonline – aktywnie bez wychodzenia z domu!

- **ASANA JOGA/ASANA JOGA 2** – 4-odcinkowe kursy wideo. Oglądaj, kiedy chcesz! Zajęcia dla osób zaczynających swoją przygodę z jogą, jak i już praktykujących. Instruktor: Elżbieta Kabała (**młodzież 16+, dorośli**).
- **BALET** – do wyboru 4-odcinkowy kurs wideo lub zajęcia na żywo (środy godz. 16.30). Instruktor: Elżbieta Kabała, Julia Jaskot (**dzieci 4–7 lat**).
- **BREAK ACADEMY** – zajęcia taneczne połączone z nauką figur obrotowych i akrobatycznych. Termin: poniedziałki godz. 19.15. Instruktor: Paweł Zając (**dzieci i młodzież 7–16 lat**).
- **CERAMIKA** – zajęcia dla osób, które miały już styczność z gliną. Termin: wtorki godz. 17.15 (**dzieci 6–11 lat**), czwartki godz. 19.00 (**dorośli**). Instruktor: Joanna Maciąg.
- **DANCE MALUCHY** – zajęcia taneczne dla dzieci. Termin: piątki godz. 16.00. Instruktor: Paweł Zając (**dzieci 4–6 lat**).
- **GITARA** klasyczna, elektro-akustyczna, ukulele. Zajęcia indywidualne dla osób, które miały już styczność z instrumentem. Termin: poniedziałki oraz środy. Instruktor: Roman Sadowski (**dzieci 7+, młodzież, dorośli**).
- **JĘZYK ANGIELSKI** – zajęcia na poziomie ponadpodstawowym oraz średnio zaawansowanym. Termin: poniedziałki, wtorki, czwartki. Instruktor: Bogumiła Nawrot, Natalia Bartuszek, Patrycja Zarębska (**młodzież 16+, dorośli, seniorzy**).
- **JĘZYK HISZPAŃSKI** – nauka języka z native speakerem. Zajęcia na poziomie ponadpodstawowym.

Termin: wtorki godz. 18.00 (**dzieci 9–12 lat**), godz. 19.00 (**dorośli**). Instruktor: Tania Flores Rojas.

- **JĘZYK WŁOSKI** – zajęcia na poziomie ponadpodstawowym oraz średnio zaawansowanym. Termin: środy, czwartki, piątki. Instruktor: Agnieszka Janicka-Szweda, Zuzanna Gąsowska (**młodzież 16+, dorośli**).

- **JOGA VINYASA** – zajęcia dla osób za-

czynających swoją przygodę z jogą, jak i już praktykujących. Termin: piątki godz. 19.15. Instruktor: Magdalena Maćkowiak (**młodzież 16+, dorośli**).

- **MUSICAL ENGLISH** – śpiewający angielski dla najmłodszych. Podczas zajęć niezbędna jest współpraca rodzica. Termin: poniedziałki godz. 17.00. Instruktor: Małgorzata Łazicka (**dzieci 0,5–6 lat**).
- **PILATES** – ćwiczenia na wzmocnienie dla wszystkich, niezależnie od wieku i sprawności fizycznej. Termin: wtorki godz. 18.30. Instruktor: Kamila Wasilewska (**młodzież 16+, dorośli, seniorzy**).
- **PRACOWNIA PRZYRODNIKA** – przyrodnicze spacer terenowe dla całych rodzin. Termin: soboty godz. 10.30, raz w miesiącu. Instruktor: Dorota Wrońska (**dzieci 9–12 lat wraz z opiekunami**).
- **RYSUNEK I MALARSTWO** – zajęcia mieszane wiekowo, otwarte na osoby o różnym poziomie zaawansowania. Termin: poniedziałki godz. 18.00, piątki godz. 17.45. Instruktor: Bożena Klasa (**dzieci 7+, młodzież**).
- **STUDIO PIOSENKI** – zajęcia indywidualne na każdym poziomie zaawansowania. Termin: od poniedziałku do soboty. Instruktor: Agata Bartolmiejczyk (**dzieci 7+, młodzież, dorośli**).
- **ŚWIAT 3D** – drukowanie 3D, projektowanie 3D oraz skanowanie 3D. Termin: środy godz. 17.15. Prowadzenie: Edu3Dkacja (**dzieci 7–12 lat**).
- **TANIEC NOWOCZESNY** – 4-odcinkowy kurs wideo. Oglądaj, kiedy chcesz! Instruktor: Bartosz Górski (**dzieci 5–9 lat**).
- **ZAJĘCIA FLORYSTYCZNE** – zajęcia dla każdego, bez względu na sprawność manualną. Termin: soboty godz. 9.00, raz w miesiącu (najbliższe zajęcia 20 lutego). Instruktor: Agnieszka Janusek (**dzieci z rodzicami, młodzież, dorośli, seniorzy**).
- **ZDROWY KRĘGOSŁUP** – trening oparty na zestawie ćwiczeń inspirowanych jogą i pilatesem. Termin: środy godz. 18.30. Instruktor: Magdalena Maćkowiak (**młodzież 18+, dorośli, seniorzy**).

Kontakt ws. sekcji: +48 517 217 680, +48 514 030 741, +48 798 872 333.

Podane terminy zajęć są orientacyjne. Pełna informacja na temat oferty wraz z cennikiem dostępna jest telefonicznie oraz na stronie www.domkulturywesola.net. Zapisów można dokonywać za pośrednictwem platformy www.strefazajec.pl. Zapraszamy!

Młodzi twórcy w czasie pandemii

Utalentowana młoda artystka Marta Lis, podopieczna zajęć „Rysunek i Malarstwo online” prowadzonych przez Bożenę Klasę w ODT Pogodna, filii Ośrodka Kultury w dzielnicy Wesoła m.st. Warszawy, wygrała nagrodę w konkursie plastycznym „Muzyka i obraz. Muzyka miasta”, organizowanym przez Stołeczne Centrum Edukacji Kulturalnej SCEK w Warszawie. Gratulujemy!

Marcin W. Kołodziej

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

REKLAMA

SPECJALISTYCZNY GABINET DERMATOLOGICZNY

Beata Pacałowska

Specjalista dermatolog i wenerolog, Lekarz medycyny estetycznej

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

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

Co słysząc u Leśnych Skrzatów?

Ostatni rok był bez wątpienia wyjątkowy. Trudny, nietypowy, inny od poprzednich. Wszystkie trudności i obostrzenia dotknęły nas z każdej możliwej strony i odcisnęły na nas swoje piętno. Mimo wszystko postaraliśmy się stać mu czoła i pełną parą wejść w nowy rok szkolny 2020/2021. Naszym przedszkolakom chcieliśmy zapewnić najlepsze z możliwych warunki do rozwoju, zabawy i edukacji. Pokazać, że chcąc to móc!

Przedszkole i Żłobek „Leśne Skrzaty” to wyjątkowe miejsce. Jego unikalność kryje się między innymi w lokalizacji. Na wyciągnięcie ręki mamy las, z którego staramy się korzystać niemal codziennie. Chodzimy tam w każdej możliwej chwili. Edukacja leśna naprawdę staje się naszą pasją, a przedszkolaki doskonale odnajdują się w roli obserwatorów przyrody. Empiryczne odkrywanie świata jest, naszym zdaniem, najlepszym sposobem na naukę. Jesienią obserwowaliśmy zmieniającą się przyrodę. Poznawaliśmy grzyby pojawiające się w naszym lesie. Mogliśmy przeliczać,

tworzyć, bawić się na świeżym powietrzu. Z niecierpliwością czekaliśmy na pierwszy śnieg, by móc zjeżdżać na sankach, szukać pozostawionych na białym puchu śladów zwierząt czy ulepić bałwana.



Niezmiennie w „Leśnych Skrzatach” stawiamy na dwujęzyczność. Natura daje nam mnóstwo możliwości do realizacji treści edukacyjnych w przedszkolu, a znaczenie edukacji przyrodniczo-leśnej jest obecnie ogromne. Dzięki niej dzieci poznają otaczającą przyrodę, uczą się ją kochać i doceniać oraz współpracować



ze sobą. Gdy zaś połączymy odkrywanie tajemnic otaczającego przedszkole lasu z realizowanymi tematami miesięcznymi, otrzymamy efektywną produkcję językową oraz naturalne przyswajanie słownictwa w jednym. Tak właśnie działa edukacja dwujęzyczna w Leśnych Skrzatach. W ostatnim czasie zajęcia językowe na świeżym powietrzu zyskały na znaczeniu, ale – żeby je prawidłowo i ciekawie przeprowadzić – potrzebny jest efekt WOW. Dlatego też wszelkie aktywności podczas zajęć są starannie dobrane i opracowane, aby maksymalnie zaangażować dzieci. Jak jesień, to oczywiście DOT DAY i szukanie kropek (dots) występujących w naturze. A w październiku Halloween, które z roku na rok wciąga nawet rodziców i lokalne biznesy. Jak zima, to śnieg! Jeśli jednak nie ma śniegu za oknem, to z pewnością zrobimy go na języku angielskim, poznając przy tym nazwy użytych produktów.

Nasze przedszkolaki i ich rodzice czują się u nas bezpiecznie. Rzeczywistość jest szara i trudna... My staramy się, by pokazać ją dzieciom w kolorach. I wszystkie nowe, dodatkowe czynności i zabiegi, takie jak mierzenie temperatury przy wejściu do Przedszkola czy nauka higieny, wykonujemy z uśmiechem na twarzy. A teraz czekamy na wiosnę... i to, co wraz z nią spotkamy w naszym lesie.



Zespół Niepublicznego Przedszkola i Żłobka Językowo-Artystycznego „Leśne Skrzaty”

www.lesneskrzaty.edu.pl

<https://www.facebook.com/Przedszkole-i-Zlobek-Lezne-Skrzaty-1439098899678266/>

Instagram: @lesneskrzaty

REKLAMA

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



DOBRY DENTYSTA

Prywatny Gabinet Stomatologiczny

REDENTAL

Marzena Giaz-Koperska

Pełen zakres usług

Wejść i wyjść z uśmiechem!

ul. Słowackiego 53a (wejście od Norwida)
Warszawa-Wesoła

☎ 501 783 662, 509 336 323

Okiem zielarza-terapeuty:

Z miłości... do życia

Są znane na całym świecie. Uważa się powszechnie, że autorem receptury był sam Paracelsus. Współcześnie swoją popularność zawdzięczają austriackiej zielarce Marii Treben. Cóż to za cudowne remedium? To ZIOŁA SZWEDZKIE – eliksir długowieczności.

Dlaczego zioła szwedzkie są tak skuteczne?

Zioła szwedzkie to nalewka lecznicza sporządzona ze specjalnie wyselekcjonowanych 11 ziół i minerałów. Zioła szwedzkie zawierają substancje gorzkie, które pobudzają metabolizm, poprawiają apetyt, wspomagają wątrobę, śledzionę i trzustkę. Zwiększają wydzielanie soków trawiennych i mają właściwości żółciotwórcze oraz żółciopędne, działają wzmacniająco na żołądek (również w przypadku nerwicy tego narządu). Dodatkowym atutem są ich właściwości **przeciw Pasożytom**, a właśnie teraz zaczynamy „odrobaczanie”. Substancje gorzkie pomagają w przyswajaniu składników odżywczych z pożywienia (mają również dobroczynny wpływ na błonę śluzową żołądka), zmniejszają przykre objawy jak: wzdęcia, gazy, zaparcia, kolki oraz inne dokuczliwe dolegliwości układu pokarmowego. Zioła szwedzkie są

stosowane z powodzeniem jako środek oczyszczający krew i wpływający pozytywnie na narząd rodny kobiety (menstruacja, bóle macicy, upławy, anemia). Mają działanie przeciwzapalne, przeciwbólowe i przeciwbakteryjne, antyseptyczne i dezynfekujące. **Warto wspomnieć także o ich pozytywnym wpływie na uczenie się i zapamiętywanie oraz koncentrację. Pomagają uporać się ze stresem i depresją. Poprawiają wydolność wielonarządową, wpływając na ogólną kondycję u dzieci i dorosłych.** W starym rękopisie opublikowanym przez Marię Treben opisanych jest 46 dolegliwości/niedomagań, na które pomogą zioła szwedzkie.



Moje doświadczenia terapeutyczne z ziołami szwedzkimi

Zioła szwedzkie są obecne w mojej rodzinie już wiele lat. Oto niektóre ze wspaniałych przykładów zastosowań ziół szwedzkich, które są mi znane z mojej własnej praktyki: ból ucha, zęba, kolana, głowy, przy problemach oddechowych, przeziębieniu, nieżyty gardła, a także problemach poważnych, jak nawracające zapalenie zatok, w bólach reumatycznych, bólach pęcherzyka żółciowego, głuchocie i szumach usznych, a także w przypadku skaleczeń, użądleń owadów, oparzeń, wyprysku (także alergicznego), trądziku oraz wszelkich niedoskonałości skóry (rozstępów, cellulitu, przebarwień). Znane są przypadki wspomagającego działania leczniczego ziół przy nowotworach skóry. **WAŻNE: posiadają potencjał przeciwwirusowy, ważny w przeciwdziałaniu chorobom zakaźnym. Są niezwykle skuteczne w usuwaniu zmęczenia, odświeżają umysł i poprawiają pamięć.** Dają natychmiastowy efekt pobudzenia sił vitalnych organizmu, w tym celu należy rozcieńczyć je wodą w proporcji 1:1 i nacierać skronie, czoło, tył uszu i powieki. Tymczasem przykładanie niewielkich ilości

na waciku **w okolicach serca pomaga spokojnie zasnąć osobom nerwowym, niemogącym uporać się z gonitwą myśli.** Moja praktyka jako zielarza i terapeuty pokazuje jedynie niewielki fragment wachlarza terapeutycznych możliwości, jakie posiadają zioła szwedzkie w wielu dolegliwościach i schorzeniach. Warto więc mieć je w swojej podręcznej, domowej apteczce.

ZAMÓWIENIA NA ORYGINALNE ZIOŁA SZWEDZKIE (poj. 100 ml) przyjmują pod telefonem: 505 724 094. Przy zakupie 200 ml książka Marii Treben – GRATIS. Promocja trwa do wyczerpania zapasów.

Z ziołowymi pozdrowieniami –
Karolina Julia Smóderok – Doktor Z

Elixir

KLINIKA DENTYSTYCZNA

ul. Fabryczna 1, Warszawa-Wesoła
(wejście od ul. Gościniec)

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

Jesteśmy na Facebooku – Klinika Dentystyczna Elixir

Jak używać ziół szwedzkich?

Zioła szwedzkie stosuje się wewnętrznie (w rozcieńczeniu z wodą lub herbatą ziołową) i zewnętrznie jako okłady/kompresy (z uwagi na ich silne działanie skórę należy najpierw natłuścić, np. smalcem gęsim). Profilaktycznie przyjmuje się 1 łyżeczkę dziennie na wieczór; leczniczo – 1 łyżeczkę rano i wieczorem w szklance ciepłego płynu.

Z uwagi na skład leczniczej nalewki nie zaleca się stosowania ziół szwedzkich wewnętrznie w okresie ciąży i karmienia piersią, chociaż przy poronnych mdłościach warto wdychać rano wacik nasączony nalewką, a przy zapaleniu piersi przy zastojach pokarmu – warto stosować okłady z nalewki.

PRZEDWIOŚNIE W GABINECIE:

- sesje terapeutyczne z energią „Reiki” (od lutego br.)
- **NOWOŚĆ!!! Spray do dezynfekcji maseczki na bazie olejków eterycznych (w sprzedaży ciągłej) w wersji dla starszych dzieci i dorosłych**
- **kąpiele leśne**, czyli terapeutyczne wędrówki z drzewami w Wesołej, Wawrze i Rembertowie. Zaczynamy w weekend 6 marca br.! Liczba miejsc ograniczona. Zapisy pod nr. tel. 505 724 094. Dowiedz się więcej o wędrówkach na: www.ziolowyraj.com



Okiem coacha

Alfabet emocji: P

P jak PYCHA – pojęcie i postawa człowieka, charakteryzująca się nadmierną wiarą we własną

wartość i możliwości, a także wyniosłością. Człowiek pyszny ma nadmiernie wysoką samoocenę oraz mniemanie o sobie. Gdy jest wyniosły, towarzyszy mu zazwyczaj agresja – tyle Wikipedia.

W Kościele katolickim pycha (z łacińskiego *superbia*) należy do siedmiu grzechów głównych. Nadmierna wiara w siebie, swoje możliwości, stanowi obrazę Boga i jego łaski. Zbyt wysoka samoocena jest w tym przypadku prawdopodobnie kompensacją wcześniejszego poczucia zranienia i poniżenia, o których jednak nie chce się pamiętać.

Oto co pisze filozof Leszek Kołakowski w „Rozmowach z diablem”:

„Najmilsi moi, kto na świętość liczy, kto zbawienia pragnie, gorsze sobie męki szykuje, niż gdyby najohydniejsze zbrodnie co chwila od kolebki do grobu czynił, albowiem ponad grzech pychy gorszego nie masz”.

Pytanie, kiedy mamy do czynienia z pychą, a nie na przykład pewnością siebie. Na jednym z portali znalazłam ściągawkę. Oto 4 stopnie pychy:

1. PRZESADNE SKUPIANIE SIĘ NA SOBIE

Człowiek pyszny ma najczęściej przed oczyma siebie samego. Nie widzi innych, nie słyszy ich głosu. Ucieka przed ludźmi, trudno jest mu się znaleźć w towarzystwie albo dla odmiany dużo mówi, próbując uczynić z siebie centrum zainteresowania i punkt odniesienia.

2. WYOLBRZYMIANIE BĄDŹ POMNIEJSZANIE SWOICH ZALET I WAD

Człowiek pyszny skupiony jest na swoich plusach i minusach, którym buduje złoty ołtarz i pisze święte księgi mitów na ich temat. Zaciera granicę między prawdą a fikcją, bajką a rzeczywistością. Potrafi opowiadać godzinami, jak wiele dokonał, gdzie on to nie był i jak wiele od niego zależy.

3. STAN, W KTÓRYM CZŁOWIEK ZACZYNA DOPASOWYWAĆ ŚWIAT DO WŁASNEGO FAŁSZYWEGO EGO

Na tym poziomie pychy człowiek myśli, że jest jedynym punktem odniesienia i perspektywą dla wszystkich i wszystkiego. Nic mu nie odpowiada, wszystkich poprawia i ciągle doradza. Denerwuje się na tych, którzy myślą i czują inaczej. Myśli, że jest samowystarczalny i daje to odczuć innym.

4. LEKCEWAŻENIE BOGA, SIEBIE I INNYCH

Znamy takich ludzi. Z nikim się nie liczą. Myślą, że są najważniejsi. Są owładnięci pychą, aż

do takiego stopnia, że nie potrafią kochać. Walczą z najbliższymi, by być od nich lepszymi. Nie są skłonni do refleksji, nie potrafią ufać i przebaczać. Łatwo oskarżają innych przy równoczesnym usprawiedliwianiu własnej osoby. Wciąż potrzebują czegoś, co mogłoby zaspokoić ich niezdrową ambicję.

A oto krótka definicja według Jana Sztudyniera: „Dzięki szatańskiej pysze jednych nie słucham, drugich nie słyszę”.

P jak PRZYWIĄZANIE – oznacza specyficzną, wybiórczą więź uczuciową między ludźmi opartą na dwustronnej aktywności. Aktywność ta rozumiana jest jako samoregulujący się układ, który posiada własną, specyficzną strukturę neurofizjologiczną. Wiąż jest faktem obserwowalnym, wrodzonym – o znaczeniu zupełnie podstawowym, a charakteryzuje się trwałą tendencją pierwotną do szukania związku z kimś innym.

Termin ten został wprowadzony przez Johna Bowlby'ego wraz z nową etologiczno-ewolucyjną koncepcją rozwoju osobowości. Po raz pierwszy ogłoszono ją w 1958 roku na XXI Międzynarodowym Kongresie Psychoanalizy. Tyle portal edukacyjny i nauka. Co jednak tak naprawdę, prostymi słowami, znaczy dla nas przywiązanie?

Człowiek z natury jest istotą społeczną, nazywaną przez niektórych wręcz – istotą stadną. Już Arystoteles pisał: „Aby żyć samemu, trzeba być bogiem lub zwierzęciem”. Skąd w ludziach taka potrzeba – bycia z kimś, poczucia czyjejś bliskości, odnalezienia ciepła i bezpieczeństwa w drugim człowieku? Odpowiedź tkwi gdzieś w głębi nas, a z całą pewnością znaczną część tajemnicy odkrywa słowo „przywiązanie”. Bez względu na teorię tłumaczącą to pojęcie, jego pochodzenie i charakter – odgrywa ono centralną rolę w wyjaśnianiu zagadki naszej potrzeby bliskości drugiej osoby. To, czym przywiązanie jest, jakie jest źródło

i konsekwencje wynikające z jego istnienia lub braku, było i jest tematem licznych prac oraz badań – czytam w artykule Małgorzaty Koput i Anny Koby.

A oto co Wy na ten temat myślicie:

„Przez rok byłam w związku z chłopakiem. Jednakże zerwałam z nim, gdyż pewnego dnia zdałam sobie sprawę, że bardziej czuję się do niego przywiązana niż w nim zakochana”.

Nie jesteś sama, czasem zrywamy i jest nam ciężko, bo się przywiązaliśmy do drugiej osoby, nie wyobrażamy sobie życia bez niej, bo ciągle z nią spędzaliśmy czas, więc wracamy.

Istota przywiązania polega na tym, że utrata danej rzeczy/idei/osoby powoduje w nas ból. Kurczowo trzymamy się tego, co posiadamy, aby nie doświadczyć straty. Choć nie ma się co łudzić, że utrata nie nastąpi, lubimy karmić się tą iluzją. Jednak życie jest zmienne i dynamiczne, pewne rzeczy przychodzą, inne odchodzą i akceptując to, otwieramy się na nowy sposób doświadczania życia – tyle internauci.

Jednakże z drugiej strony trudno wyobrazić sobie jakąkolwiek miłość bez przywiązania.

Jak powiedział Balzak – „Jeśli miłość jest dzieckiem, przywiązanie jest dorosłym człowiekiem”.

Joanna Godecka

Ośrodek Psychoterapii INSIDE YOU

Cykl „Alfabet emocji” kilka lat temu autorka pisała i czytała dla Radia Zet.

REKLAMA

CORPOMED

PROMOCJA NA ZABIEGI FIZYKOTERAPII

PROMOCJA TRWA OD 1 DO 28 LUTEGO 2021 PRZY WYKUPIENIU CO NAJMNIEJ 10 ZABIEGÓW
PROMOCJE NIE ŁĄCZĄ SIĘ

JONOFOREZA, GALWANIZACJA	12 zł (18 zł)
PRĄDY DD	12 zł (18 zł)
PRĄDY TRABERTA	12 zł (18 zł)
PRĄDY INTERFERENCYJNE	12 zł (18 zł)
ULTRADŹWIĘKI	12 zł (18 zł)
LASER	12 zł (18 zł)
POLE MAGNETYCZNE	12 zł (18 zł)
SOLLUX	12 zł (18 zł)
KRIOTERAPIA	18 zł (25 zł)
MASAŻ WIROWY KOŃCZYN	18 zł (25 zł)

ul. Jana Pawła II 218, 05-077 Warszawa-Wesoła (os. Stara Miłostna) tel. 22 773 00 27
ul. Wspólna 2c lok. 12, 05-075 Warszawa-Wesoła, tel. 22 760 06 92

WWW.CORPOMED.PL



Behawiorysta radzi

Kotku, wracaj

Niewiele jest tematów budzących tak gorące dyskusje jak kwestia wypuszczania kota swobodnie na zewnątrz. Między zwolennikami kociej „wolności” a stronnikami bezpiecznego zamknięcia nie ma kompromisu i zapewne nie będzie. Jednak ostudzenie emocji i spokojne rozważenie argumentów za i przeciw przyda się szczególnie w takiej sytuacji, jakiej doświadczamy na początku 2021 r., kiedy w dzielnicy Wesoła i okolicznych podwarszawskich gminach stwierdzono ognisko wścieklizny.

Opiekun kota wychodzącego powinien odpowiednio zadbać o jego bezpieczeństwo. Zaczniemy od spraw związanych ze zdrowiem waszego mručka. Według prawa dla kotów szczepienie na wściekliznę nie jest obowiązkowe. Jeśli pójdziemy do weterynarza i poprosimy o standardowe szczepienia, to w zależności od wieku zwierzęcia dostaniemy prawdopodobnie szczepionkę uodporniającą na kocie choroby zakaźne, takie jak panleukopenia, herpeswiroza i kaliciwiroza. Wiedząc, że kot będzie wychodził, czy to swobodnie, czy na ogrodzony wybieg lub balkon, należy domagać się zaszczepienia kota także na wściekliznę oraz na FeLV, czyli wirus kociej białaczki, przenoszący się przy bezpośrednim kontakcie kota z innym kotem. Nigdy nie zapominać, że szczepienia powinny być regularnie powtarzane. Niektórzy opiekunowie kotów niewychodzących nie odnawiają szczepień u swoich podopiecznych (zgodnie z kalendarzem co 2–3 lata), wychodząc z założenia, że zwierzę nie ma kontaktu ze światem zewnętrznym. Tymczasem wszystkie koty powinny być regularnie doszczepiane i odrobaczane, ponieważ wirusy i jaja pasożytów przenosimy na podszewkach butów, na ubraniu, na kupionych przedmiotach. Zastrzyk raz na 2–3 lata i tabletki lub krople na odroba-

czenie są znacznie tańsze niż leczenie np. przewlekłej gardiozy czy kociego kataru. Każdy kot, również niewychodzący, powinien również otrzymać czip. Wszczepienie czipa jest błyskawicznym zabiegiem, bardzo często dofinansowanym przez miasto. Czip jest dla kota jak dla nas dowód osobisty. Do jego zeskanowania potrzebny jest czytnik, który posiada większość gabinetów weterynaryjnych, ekopatrol straży miejskiej i personel schronisk. Dlatego bezwzględnie trzeba pilnować aktualności danych opiekuna w bazie czipów. Przy zmianie adresu lub numeru telefonu dane koniecznie powinniśmy zaktualizować.

Przyjmijmy, że kot jest wykastrowany, zaszczepiony, zaczipowany na wypadek zaginięcia i zabezpieczony przeciw pchłom, kleszczom, regularnie też tępiący u niego pasożyty. Czy jest gotów na wycieczkę po okolicy? Sam kot zapewne tak, ponieważ nie zdaje sobie sprawy z możliwych komplikacji. Opiekun wypuszczający kota powinien jednak uczciwie odpowiedzieć sobie na pytanie, czy jest gotów na stres i koszty związane z ewentualnymi przygodami swojego mručka?

Zagrożeniem dla wychodzącego kota są inne zwierzęta i ludzie. A czasem kombinacja jednego i drugiego. Jak, zapytacie? Tym co przydarza się najczęściej kotom, które już nie wróciły, jest puszc-

zony wolno pies. W pobliżu lasów, bagien i łąk kot pada ofiarą lisa lub drapieżnych ptaków. W najspokojniejszej nawet okolicy zdarzają się potracenia przez samochody. Przykro to pisać, ale też nie każdy z otaczających nas sąsiadów jest fanem kotów odwiedzających jego ogródek. Otrucia, pobicia i postrzelania śrutem wcale nie są jednostkowymi przypadkami w gabinetach weterynaryjnych.



Koty wychodzące mają zwykle swoje terytorium, które regularnie patrolują. Jeśli są przyzwyczajone wychodzić i wracać np. na koloję, to nieobecność pupila na posiłku powinna być sygnałem alarmowym. Od razu trzeba rozejrzeć się po okolicy, czy zwierzę nie zostało zamknięte przypadkowo w garażu, piwnicy, komórce. To bardzo częsta przyczyna zaginięcia, a kot pozbawiony wody i pożywienia szybko traci siły. Mógł też utknąć, zostać zaatakowany lub ranny. W takich sytuacjach kot doznaje silnego stresu i chowa się. Czasem nie chce nawet podejść do opiekuna. Lepiej przejrzeć zarośla, pobocze drogi, rowy i różne zakamarki, postukując w miskę lub puszkę z jedzeniem i nawołując. W razie niepowodzenia trzeba jak najszybciej rozwiesić ogłoszenia w okolicy, napisać na lokalnej grupie w internecie, zadzwonić do okolicznych gabinetów weterynaryjnych, czy nie przyniesiono im takiego kota po wypadku. Czas ma ogromne znaczenie.

W sytuacji pojawienia się ogniska wścieklizny w okolicy władze samorządowe i inspekcja weterynaryjna zalecają zatrzymanie kotów w domu. Jeżeli kot był przyzwyczajony do wychodzenia bez nadzoru, zapewne głośno i uporczywie będzie domagał się otwarcia drzwi. Czy jest szansa zatrzymać go w czterech ścianach? I jak go uspokoić?

Po pierwsze to dobra okazja, by zmienić zwyczaj i kota wychodzącego przyuczyć do pozostawania w domu. W USA funkcjonują firmy ubezpieczeniowe dla zwierząt, które ze względu na ocenę ryzyka przeprowadziły porównanie długości życia kotów wychodzących i niewychodzących. Te pierwsze żyją statystycznie 3 do 5 lat. Tymczasem średnia życia kota mieszkającego w zamknięciu to 13–17 lat. Różnica jest poważna. Choćby z tego względu warto rozważyć odciecie kotu drogi w świat.

Kot jednak nie rozumie, dlaczego jego terytorium zostało nagle ograniczone. Będzie miauczał, drapał drzwi, szukał okazji do przemknięcia między nogami. Opiekun, rozumiejąc frustrację swojego pupila, powinien zapewnić mu w pierwszych

cd. na str. 11

REKLAMA





JASMIN
DROGERIE



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

Piękno w zasięgu ręki

www.drogeriejasmin.pl

Z tą ulotką

5%

RABATU

na zakupy

Z kartą Stałego Klienta PrimoPartner

otrzymasz punkty, które wymienisz na **bony zakupowe!**

tygodniach po zamknięciu w domu dużo uwagi. Konieczne będzie też wzbogacenie środowiska domowego tak, by kot mógł realizować swoje potrzeby, przede wszystkim drapania (wysoki, solidny drapak), obserwacji z góry (półki, kocie ścieżki pod sufitem), wspinania się (ułożenie trasy po drapakach, półkach lub meblach), ukrywania się (schowki, kryjówki, domki) oraz polowania. Do tego ostatniego kotu potrzebny będzie człowiek, jako partner do zabawy i operator wędki z piórkami. Polowanie jest niezwykle ważną kocią po-

trzebą i trzeba je wspólnie z kotem realizować codziennie, by go zmęczyć i uspokoić.

Obok aktywnego zaspokajania kocich potrzeb proces przyzwyczajania do pozostawiania wewnątrz można wesprzeć łagodnymi preparatami na uspokojenie, zawierającymi tryptofan, walerianę, melisę, środkami feromonowymi, rozprzeczonymi za pomocą dyfuzora podłączonego do kontaktu, lub obrozą feromonową. Jeżeli kot jest silnie pobudzony i sfrustrowany, warto zasięgnąć porady weterynarza i behawiorysty.

Wartym rozważenia kompromisem między wypuszczaniem kota swobodnie a trzymaniem go tylko w domu jest zabudowanie części tarasu albo balkonu kocią wolierą, zabezpieczenie okna balkonowego siatką czy zbudowanie bezpiecznego, osiatkowanego wybiegu w ogrodzie. Możliwość jest mnóstwo, a dla osób lubiących majsterkować może to być ciekawe wyzwanie.

Karolina Tołwińska
catsitter, kursantka COAPE

Porada prawna

Informacja dla opiekunów dorosłych osób niepełnosprawnych

W Polsce mamy obowiązujący stan prawny, w którym kategoryzuje się opiekunów osób niepełnosprawnych. Ustawa z dnia 28 listopada 2003 r. o świadczeniach rodzinnych (Dz. U. z 2018 r. poz. 2220) narusza zasadę równości, bo opiekunowie dzieci niepełnosprawnych, których niepełnosprawność powstała przed 18 rokiem życia, otrzymują kwotę świadczenia pielęgnacyjnego w wysokości 1971 zł miesięcznie, natomiast opiekunowie dorosłych osób niepełnosprawnych za tę samą pracę otrzymują tylko 620 zł miesięcznie. Z taką sytuacją nie zgodził się Trybunał Konstytucyjny 21 października 2014 roku (sygn. akt K 38/13, Dz. U. z 2014 r. poz. 1443) i w swoim wyroku orzekł, że przepis różnicujący prawo do świadczenia pielęgnacyjnego osób sprawujących opiekę nad osobą niepełnosprawną jest niezgodny z art. 32 ust. 1 Konstytucji. Niestety ten niesprawiedliwy podział opiekunów dalej istnieje.

Wyrok Trybunału Konstytucyjnego z 2014 roku daje podstawę do wszczęcia procedury prawnej mającej na celu zwiększenie świadczenia pielęgnacyjnego dla opiekunów dorosłych osób niepełnosprawnych z kwoty 620 zł do 1971 zł miesięcznie.

Pamiętaj i bądź świadomy tego, że:

- Opiekun dorosłej osoby niepełnosprawnej, pobierający 620 zł miesięcznie, ma możliwość ubiegania się o świadczenie pielęgnacyjne w kwocie 1971 zł miesięcznie.
- Opiekun dorosłej osoby niepełnosprawnej, który z różnych powodów nie otrzymuje świadczenia w kwocie 620 zł miesięcznie i pozostaje bez dochodu, jest uprawniony do ubiegania się o świadczenie w kwocie 1971 zł miesięcznie.
- Opiekun dorosłej osoby niepełnosprawnej będący na emeryturze lub rencie z tytułu częściowej

niezdolności do pracy lub rencie rodzinnej ma możliwość uzyskania świadczenia pielęgnacyjnego w kwocie 1971 zł miesięcznie.

Na podstawie orzecznictwa Trybunału Konstytucyjnego, Sądu Najwyższego oraz sądów administracyjnych możemy pomóc prawnie opiekunom dorosłych osób niepełnosprawnych w uzyskaniu świadczenia pielęgnacyjnego w kwocie 1971 zł miesięcznie.

Mając na uwadze niesienie pomocy prawnej i tym samym poprawę statusu materialnego opiekunów dorosłych osób niepełnosprawnych, zależy nam na jak najszerszym rozpowszechnieniu wiedzy na temat dostępności do świadczenia pielęgnacyjnego. Tą drogą zwracamy się z prośbą o przekazanie niniejszej informacji wszystkim osobom, które mogą skorzystać z wyższego świadczenia pielęgnacyjnego za opiekę nad dorosłą osobą niepełnosprawną.

Naszym partnerem strategicznym jest wyspecjalizowana kancelaria prawna, zajmująca się sprawami z zakresu prawa pomocy społecznej.

KONTAKT:

dr Remigiusz Witkowski
– Ambasador Fundacji Pomoc Opiekunom,
tel. 601 487 212, e-mail:
r.witkowski@fundacjapomocopiekunom.pl

Kradzież tożsamości i podszywanie się

Cyberprzestępcy, wykorzystując fakt, iż media społecznościowe i korzystanie z wirtualnego świata stały się naszą codziennością, coraz chętniej atakują nieświadomych użytkowników sieci, próbując wykorzystać ich wizerunek i dane (jak podejrzewamy) w swoim przestępczym procederze.

Ostatnio do Fundacji Cyberetyka wpłynęła prośba o pomoc związana z kradzieżą tożsamości. Co się stało?

Osoba poszkodowana dostała informację, że na portalu randkowym, na którym nigdy się nie logowała, pojawił się profil ze skradzionymi jej zdjęciami i danymi. Jak udało się ustalić, profil ten został pozytywnie zweryfikowany, działał w sieci. Zdjęcia były komentowane, a liczba odwiedzających stale rosła.

Materiały udostępnione na profilu randkowym zostały bezprawnie pobrane z innego portalu społecznościowego, tutaj niestety zawiniła osoba poszkodowana – jej profil na portalu społecznościowym był publicznie dostępny, każdy mógł zobaczyć treści oraz zdjęcia znajdujące się na nim.

Dane takie jak imię, miesiąc urodzenia, wszystko to zostało skopiuwane.

Kto się podszył?

Jest kilka różnych scenariuszy:

- znajomy, który z powodu chęci zemsty lub dla głupiego żartu założył fałszywy profil, nie zdając sobie sprawy, że w ten sposób popełnia przestępstwo – przestrzegamy przed takimi działaniami, gdyż podlega to pod kodeks karny,
- cyberprzestępca, chcący zbudować wiarygodność danego profilu, by finalnie użyć go w przestępczym procederze, np. do wyłudzenia pieniędzy.

Co należy zrobić?

Fundacja Cyberetyka radzi, by w takich sytuacjach:

- przede wszystkim zabezpieczyć dowody z fałszywego profilu (najlepiej notarialnie), robiąc zrzuty ekranu,
- wysłać pismo do prokuratury informujące o popełnionym przestępstwie.

Jak się zabezpieczyć?

- skonfigurować swoje profile w mediach społecznościowych tak, by nie wszystkie dane były publicznie dostępne,
- weryfikować, kogo dodajecie do grona swoich znajomych, unikać dodawania nieznanym osobom,
- dbać o swoją prywatność, zwracając uwagę na to, jakie informacje publikujecie,
- zabezpieczać swoje konto drugim składnikiem uwierzytelniającym.

Jeżeli potrzebujecie pomocy lub porady w podobnych przypadkach, zapraszamy do kontaktu przez stronę www.cyberetyka.pl

Justyna Krasowska, Adrian Pupek

Fundacja CyberEtyka

www.facebook.com/cyberetyka/
www.cyberetyka.pl

„Eviva l'arte!”

Dewiza z wiersza K. Przerwy-Tetmajera na dobre zagościła w CLXIII LO w Warszawie i **nie tylko coraz odważniej sztukę poznajemy, ale coraz śmielej ją tworzymy**. Dokończoną przestrzeni do tego stały się planowe lekcje i projekty realizowane we współpracy z renomowanymi instytucjami kultury.



Praca Wojciecha Dziewulskiego z kl. Ia: „Pomnik Warszawskiej Kapeli Warszawskiej” nagrodzona w konkursie SCEK „Obraz mojej Warszawy”

W tym roku licealiści w ramach lekcji plastyki pod kierunkiem pani prof. B. Bielskiej-Karwot uczestniczyli online w nowatorskim programie edukacyjnym **„Polski Punkt Widzenia. Malarskość Filmu 2.0”** organizowanym przez Muzeum Kinematografii w Łodzi, w ramach którego zapoznali się z twórczością m.in. Jacka Malczewskiego i Władysława Strzemińskiego promowaną w filmach „Brzezina” i „Powidoki” A. Wajdy.

Odwiedzili też online **wystawę „POLSKA. SIŁA OBRAZU”** w Muzeum Narodowym w Warszawie i poznali twórczość J. Matejki, J. Malczewskiego, St. Wyspiańskiego, a także polskich futurystów, kubistów, ekspresjonistów i prymitywistów, uczestnicząc w lekcjach „Mity i historia w malarstwie polskim XIX i początku XX wieku” i „Kontrasty dwudziestolecia. Awangarda i tradycja”.

Wynikiem tych projektów jest cykl prac uczniów inspirowanych twórczością poznanych artystów. Powstałe dzieła można obejrzeć na wirtualnej wystawie na naszej stronie internetowej <http://www.163lo.waw.pl/> w ramach zainicjowanej w ubiegłym roku **„Licealnej Galerii Artystycznej”**, a także w **szóstym numerze „Licealnika”**, w którym znalazła się również informacja o sukcesach uczniów CLXIII LO w **konkursach Stołecznego Centrum Edukacji Kulturalnej** pt. **„Obraz mojej**

Warszawy. Tak blisko – moje miasto, moje miejsce” i **„Muzyka i obraz. Muzyka Miasta”**.

W ostatnim „Licealniku” publikujemy też artykuł o St. Wyspiańskim i refleksje z realizacji projektu **„O!SWÓJ”** zrealizowanego we współpracy z **„Fundacją Teatru 21”** oraz **Warszawskim Centrum Innowacji Edukacyjno-Społecznych i Szkoleń**, w ramach którego uczniowie klasy Ib obejrzeli spektakl pt. „Upadki” oraz uczestniczyli w warsztatach w formie online z pedagogiem teatralnym oraz aktorką Teatru 21.

Zapraszamy do lektury artykułu ucznia kl. Ib M. Muszyńskiego pt. **„Kiedyś niewidzialni, dziś inspiracja dla wielu”**, by zrozumieć, dlaczego autor twierdzi: **„Teatr 21 jest właśnie jedną z takich rzeczy, które sprawiają, że świat staje się po prostu lepszy. To spotkanie odmieniło nasze myślenie...”**.

A wkrótce... **„Zdalna Akademia Fotoreportażu”** we współpracy ze SCEK, **Ogólnopolski Konkurs Plastyczny „Buntowniczkini”**, licealna wystawa fotografii pt. **„Co dłonie mówią o świątach”** – a gdy tylko „odpuści” pandemia – **warsztaty „Wielcy artyści w CLXIII LO”**. W ubiegłym roku malowaliśmy obraz Picassa, a w tym Matisse’a! Pozdrawiamy.

Uczniowie CLXIII LO w Warszawie

Pierwsze warsztaty online i pierwsza gwiazdka w grupach 0 SP 385

Dzieci z grup 0 w jesienią i przedświąteczny czas brały udział w różnych przedsięwzięciach. Wysoka frekwencja świadczyła o zdrowiu i odporności. Może to dzięki codziennym wyjściom na boisko szkolne?

Już od października dzieci dołączyły do projektu **„Bezpieczne domy – przyjazne miasta”** Fundacji CultureLab (TupTupTup) z udziałem funduszy UE, prowadzonego przez nauczycieli świetlicy, oraz po raz pierwszy miały warsztaty w formie online o poprawnej segregacji śmieci, współfinansowane przez Miasto st. Warszawę, prowadzone przez panią Monikę z fundacji. Okazało się, że dzięki poprawnym oznaczeniom koszy w sali dzieci świetnie orientowały się w temacie.

Pani Ania – nauczyciel biblioteki szkolnej zaprosiła przedszkolaki na zajęcia z okazji Międzynarodowe-

go Dnia Pluszowego Misia, podczas których poznały historię tej zabawki i jej pierwowzory w świecie książek. Były prezentowane misiove piosenki i fragmenty książek. Innym razem dzieci oglądały wystawę maskotek inspirowanych lekturą **„Niesamowite przygody 10 skarpetek”**, które zostały wykonane przez dzieci z grup 0 i klas 1–3 na konkurs szkolny.

A potem nastąpiły przygotowania do świąt – kino-

we, kulinarne i teatralne. Bilety do szkolnego kina na film **„Pierwsza gwiazdka”** były ukryte w kufrze. Aby je zdobyć, dzieci rozwiązywały zagadki, szycowały stół wigilijny, robiły szopkę.

W kolejnych dniach dekorowały pierniki i wykonały kartki świąteczne dla pracowników szkoły.

Na koniec w wyniku prób powstały inscenizacje **„Bożonarodzeniowe przygotowania”** oraz **„Zmartwienie śnieżynki”**, które zostały nagrane i pokazane poprzez dziennik elektroniczny rodzicom i całej społeczności szkolnej.

To piękne, że ci mali uczniowie byli na terenie szkoły i mogli medialnie wszystkich świątecznie pozdrawiać.

Nauczyciele grup 0 i świetlicy SP 385



REKLAMA

www.B-DENTAL.com.pl
Specjalistyczny Gabinet Stomatologiczny

dr n. med. Iwona Bzdęga – lekarz stomatologii ogólnej

dr n. med. Wojciech Bzdęga
– specjalista protetyki stomatologicznej, chirurg stomatolog

Stara Miłosna, ul. Jana Pawła II 238
tel. 22 773 38 83, 602 351 757

Zapraszamy na konsultacje ortodontyczne w dniu 24.02.2021 i 31.03.2021

AUTO BARTOSZ
MECHANIKA POJAZDOWA
KOMPLEKSOWE NAPRAWY
WULKANIZACJA

PŁATNOŚĆ: GOTÓWKA, KARTA, PRZELEW

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

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

FACHOWO • SZYBKO • SOLIDNIE • TANIO

KUBUSIOWE NOWINKI

*„Jeśli przyjdzie taki dzień,
kiedy nie będziemy mogli być razem,
zatrzymaj mnie w swoim sercu,
zastanę tam na zawsze”*

Kubuś Puchatek

Przedszkole Niepubliczne „Kubuś Puchatek i Przyjaciele” od wielu lat wspiera rodziców w opiece nad dziećmi i w ich wychowaniu, dostarczając i wychowankom, i dorosłym różnorodnych przeżyć. Nasze przedszkole jest drugim domem dla wielu dzieci, a ciepłą i rodzinną atmosferę każdego dnia zapewnia im doświadczony personel.

Panująca sytuacja epidemiologiczna odbiła się negatywnie na nas wszystkich, zwłaszcza na najmłodszych. Staramy się mimo trwającego reżimu sanitarnego pracować w taki sposób, aby nasi wychowankowie jak najmniej odczuli panującą sytuację i mogli w pełni korzystać z wydarzeń, które dyktuje nam kalendarz przedszkolny. Od września dzieci miały możliwość świętowania m.in. Dnia Przedszkolaka, udziału w konkursie plastycznym „Kapelusz Pani Jesieni”, organizacji akademii z okazji 11 Listopada w postaci multimedialnej oraz uczestniczenia w innych krajowych i wewnętrznych projektach.

W tradycję naszego przedszkola wpisało się coroczne świąteczne przedstawienie. Panująca obecnie pandemia uniemożliwiła stacjonarną formę wigilijnego spotkania z rodzicami. W tym roku szkolnym dzieci przygotowały niespodziankę o tematyce świąteczno-zimowej pt. „Uśmiechnięta Gwiazdka”. Dzieci zaprezentowa-



W styczniu – w okresie feryjnym – dzieci uczestniczyły w różnych aktywnościach sportowych oraz rozwijały się artystycznie, nie zabrakło zabaw na świeżym powietrzu. W związku ze zbliżającym się Świętem Dziadków przedszkolakom często towarzyszyła muzyka. Dzieci śpiewały piosenki, grały na instrumentach i tańczyły wybrane choreografie, by przygotować dla babć i dziadków wyjątkowe niespodzianki. Mimo że nie mogliśmy jak co roku spotkać się w szerszym gronie w dniu ich święta, dziadkowie mogli odczuć, jak wielką miłością darzą ich nasze dzieci.

W styczniu obchodziliśmy jeszcze jedno bardzo szczególne dla naszego przedszkola święto. 18 stycznia jest Międzynarodowym Dniem Kubusia Puchatka. W poprzednich latach

różne gry tematyczne, zabawy z chustą, pokaz baniek, kubusiowe kino i wiele innych niespodzianek. Nie zabrakło oczywiście głównego bohatera – Kubusia Puchatka, który z uśmiechem witał każde dziecko i wręczał kubusiowy upominek. Wspólne świętowanie było okazją, by pokazać, że w trudnej rzeczywistości miłość, przyjaźń, szacunek do siebie i innych mogą dostarczyć wiele radości.

Nasze przedszkole codziennie daje swoim wychowankom to, co w życiu najcenniejsze – przyjaźń, troskę, uśmiech oraz twórczo spędzone wspólne chwile, których wspomnienia będą towarzyszyć wszystkim przez wiele kolejnych lat.

Obecnie trwa rekrutacja dzieci na nowy rok szkolny. Zainteresowanych rodziców zapraszamy do kontaktu telefonicznego celem umówienia się na spotkanie w przedszkolu.

Zapraszamy do obserwowania aktualności na naszej stronie www.puchatekprzedszkole.edu.pl oraz na profilu na Facebooku Kubuś Puchatek i Przyjaciele.

Marta Piotrowska
Agnieszka Bąk-Kamińska
Nauczyciele Przedszkola Niepublicznego
„Kubuś Puchatek i Przyjaciele”

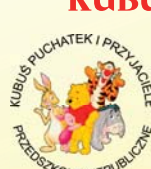


ły wiersze, piosenki oraz kolędy. Ich występ został wzbogacony pięknymi strojami oraz oprawą muzyczną w wykonaniu pani Urszuli. Inscenizację zarejestrowano na nagraniach, które zostały zamieszczone na przedszkolnym profilu na Facebooku. Ta nietypowa forma świętowania Bożego Narodzenia, mimo trudności, przyniosła wiele radości i nadziei dzieciom, rodzicom oraz całej kadry przedszkola.

Nowy Rok powitaliśmy pełni nadziei na lepsze jutro. Personel przedszkola z wielkimi pokładami energii zaplanował i przeprowadził kolejne atrakcje dla naszych podopiecznych.

dyrekcja przedszkola organizowała zjazd, w którym uczestniczyły wszystkie dzieci z naszych przedszkoli. W tym roku, ze względu na ograniczenia zgromadzeń, wszystkie uroczystości odbyły się w każdej grupie osobno. Były zabawy z balonami, tańce i śpiewy,

PRZEDSZKOLE NIEPUBLICZNE "KUBUŚ PUCHATEK I PRZYJACIELE"



Zapraszamy
do wspólnej zabawy dzieci od 2 do 6 lat,
a także dzieci z orzeczeniem o potrzebie
kształcenia specjalnego
i wczesnego wspomagania rozwoju

Nasze przedszkole to:

- bezpieczne i przyjazne środowisko dla dzieci i rodziców
- własna kuchnia i indywidualne diety dla dzieci
- wykwalifikowana kadra pedagogiczna
- solidne przygotowanie dzieci do podjęcia nauki szkolnej
- szeroka oferta zajęć dodatkowych
- dla dzieci z orzeczeniem i opinią WWR pakiet terapii ze specjalistami

NASZE PLACÓWKI

ul. Gościniec 14/16
Wesoła

ul. Kadrowa 5
Rembertów

ul. Kordiana 71 B
Rembertów

KONTAKT: tel. 601 070 307 / tel. 783 230 300
www.puchatekprzedszkole.edu.pl
przedszkole@puchatekprzedszkole.edu.pl
Fb: [Kubuś Puchatek i Przyjaciele](#)

SP 353 – pomagamy

Bieżący rok szkolny jest wyzwaniem dla pracy szkolnego wolontariatu. Jednak od początku działamy w myśl zasady „dla chcącego nic trudnego”. SKW włącza się w ogólnopolskie akcje oraz lokalne inicjatywy. Jak co roku organizujemy zbiórke plastikowych nakrętek. Tym razem akcja ta pomoże 16-letniej Zuzi, uczennicy szkoły sportowej w Warszawie, która po upadku z huśtawki doznała urazu kręgosłupa. Kolejną inicjatywą to włączenie się do ogólnopolskiej kampanii o tematyce historycznej „BohaterON – włącz historię”! Ma ona na celu upamiętnienie i uhonorowanie uczestników Powstania Warszawskiego. W tym roku poproszono nas o przesłanie wspólnie wykonanej pa-



miątki z życzeniami. Szkolni wolontariusze przygotowali kalendarz na rok 2021. W październiku zorganizowaliśmy zbiórke żołądki i orzechów laskowych dla pupili warszawskiego ZOO. Pomoże to przetrwać zimę zwierzątkom, a nam dało okazję do jesiennych spacerów. Tradycją naszej szkoły jest coroczny Charytatywny Bożonarodzeniowy Kiermasz Świąteczny. Do jego przygotowania włączali się rodzice uczniów, nauczyciele, wychowawcy z klasami, wykonując świąteczne ozdoby, stroiki, kartki itp. Zawsze cieszyła nas duża frekwencja osób odwiedzających kiermasz. Ze względu na sytuację epidemiologiczną organizacja kiermaszu w dotychczasowej formie była utrudniona, a wręcz wydawała się niemożliwa. Zaproponowaliśmy szkolnej społeczności włączenie się w „Licytacje

dla Kubusia Suchodół z SMA”. Przedmioty wykonane z przeznaczeniem na kiermasz mógł licytować każdy należący do tej grupy licytacyjnej. W ten sposób włączyliśmy się w walkę o zebranie funduszy na najdroższy lek świata. Szlachetna Paczka to kolejny projekt, który z powodzeniem realizujemy w naszej szkole od wielu lat. W tym roku stanął on pod wielkim znakiem zapytania. Jednak dzięki ogromnemu zaangażowaniu rodziców z klas Ic i IVb udało się do niego przystąpić. Wspólnie przygotowaliśmy 23 prezenty świąteczne dla rodziny wybranej z bazy Szlachetnej Paczki. Tym samym podtrzymaliśmy tradycję szkolną oraz pokazaliśmy, że łatwo się nie poddajemy i że w jedności siła! Wszystkim zaangażowanym w tegoroczną realizację Paczki i kiermaszu serdecznie dziękujemy za ogrom serca i pamięć o potrzebujących.

Maja Delura,
Katarzyna Gawkowska,
Edyta Kowalczyk

Konkurs „Świąteczny Czas”

Przedszkole 262 w Warszawie w związku z realizacją Międzynarodowego Projektu Edukacyjnego „Piękna Nasza Polska Cała” zoorganizowało Dzielnicowy Konkurs Piosenki „Świąteczny Czas”. Celem konkursu było propagowanie działalności twórczej wśród dzieci w wieku przedszkolnym, jak również kultywowanie tradycji związanych ze Świątami Bożego Narodzenia. Uczestnikami konkursu były dzieci z przedszkoli w dzielnicy Wesoła w wieku 4–6 lat. Organizatorki konkursu – Magdalena Osińska i Wioletta Kowalska powołały niezależne Jury, w którego skład weszły: pani Ewa Sulikowska – dyrektor Społecznej Szkoły Muzycznej I stopnia im. Wojciecha Kilara w Warszawie, pan Przemysław Zabrodzki – instruktor tańca sportowego oraz pan Maciej Tosiek – muzyk gitarzysta, absolwent studiów artystycznych na kierunku „Jazz i muzyka estradowa”. Spośród wszystkich zgłoszeń Jury wyłoniło zwycięzców konkursu.

- I miejsce w kategorii 4-latków zajmuje Klara Kujder, Przedszkole 262
- II miejsce w kategorii 4-latków zajmują „Niebieskie Skrzaty”, Przedszkole 259 „Leśna Bajka”
- III miejsce w kategorii 4-latków zajmują „Sopelki”, Przedszkole 434
- I miejsce w kategorii 5-latków zajmuje zespół z Przedszkola Niepublicznego Macierzanka
- II miejsce w kategorii 5-latków zajmuje „Misiowe Trio”, Przedszkole 262
- III miejsce w kategorii 5-latków zajmują „Żabki”, Przedszkole 434
- I miejsce w kategorii 6-latków zajmuje Stanisław Kasperski, Przedszkole 262
- II miejsce w kategorii 6-latków zajmują „Żabki”, Przedszkole 434



Serdecznie dziękujemy Pani Dyrektor Joannie Konowrockiej za możliwość zorganizowania konkursu w placówce i Panu Burmistrzowi Marianowi Mahorowi za sponsorowanie nagród w konkursie. Gratulujemy wszystkim laureatom.

Monika Juhnke

Magiczne święta w Niepublicznym Przedszkolu Jacek i Agatka

Święta Bożego Narodzenia to wyjątkowy i pracowity czas. Spędzanie świąt z całą rodziną oraz wspólne przygotowania są bardzo potrzebne w rozwoju społecznym małych dzieci. Odkrywają one, że są kochane przez swoich rodziców i rodzeństwo, co przyczynia się do osiągnięcia równowagi emocjonalnej.

Rozpoczęciem okresu przedświątecznego są wy czekiwane przez wszystkich Mikołajki.

4 grudnia podczas spaceru do lasu na dzieci z Niepublicznego Przedszkola Jacek i Agatka czekała miła niespodzianka. Był to Święty Mikołaj i jego pomocnik Elf, którzy zgubili w lesie worek z listami od dzieci i potrzebowali pomocy w ich odnalezieniu. Przedszkolaki oczywiście chętnie pomogły w odszukaniu listów, a także wykonały inne ciekawe zadania oraz zatańczyły wspólnie z Mikołajem świąteczny taniec. Zwieńczeniem spotkania były prezenty, na które dzieci ciężko zapracowały, ponieważ były grzeczne przez

cały rok. Przedszkolaki pożegnały Mikołaja i jego pomocnika wesołą piosenką.

Przygotowania do świąt to w przedszkolu intensywny okres, w trakcie którego nauczycielki na różne sposoby przekazują dzieciom bożonarodzeniowe tradycje i obyczaje. Kultywowanie w przedszkolu tradycji spełnia ważną rolę w wychowaniu młodego pokolenia. Dla dzieci Boże Narodzenie jest ogromnym przeżyciem. W związku z tym przedszkole i nauczyciele w nim pracujący starają się przybliżyć tematykę świąt, przekazać obyczaje i zaszczepić przywiązanie do tradycji.

W Przedszkolu Jacek i Agatka czas oczekiwania na święta Bożego Narodzenia rozpoczynamy od ozdabiania przedszkola. Przedszkolaki wraz z nauczyciel-

kami dekorują salę świątecznymi ozdobami, ubierają choinkę w bombki, łańcuchy i światełka oraz własnoręcznie wykonane ozdoby. Dzieci wykonują kartki świąteczne dla rodziców i pięką pierniki, których zapach unosi się w całym przedszkolu. Choinka, prezenty, Mikołaj to główne motywy prac plastycznych. Przygotowując się do świąt Bożego Narodzenia, dzieci uczą się śpiewać tradycyjne kolędy, pastoralki i piosenki o tematyce zimowo-świątecznej, recytują wiersze oraz przygotowują się do jasełek, które są od wielu lat wpisane do kalendarza uroczystości organizowanych w naszym przedszkolu.



gotowują się do jasełek, które są od wielu lat wpisane do kalendarza uroczystości organizowanych w naszym przedszkolu.

Kamila Skowronek
nauczyciel wychowania przedszkolnego

OGŁOSZENIA DROBNE

Na naszych łamach mogą Państwo 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.

Ogłoszenia publikujemy po wcześniejszym opłaceniu (gotówką lub przelewem).

PRACE WYSOKOŚCIOWE
MONTAŻ ANTYPTAKÓW
MYCIE DACHÓW
790 55 47 46

MATEMATYKA
SZKOŁA PODSTAWOWA
SZKOŁA ŚREDNIA
Tel. 536 527 502

REMONTY
MALOWANIE,
GLAZURA
Tel. 516 253 916

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

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

WYCINANIE DRZEW
Prace porządkowe
PODCINANIE GAŁĘZI
Prace podnośnikiem kosowym 18-45m
TRANSPORT tel. 513 148 238

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

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

USŁUGI KRAWIECKIE
POPRAWKI, PRZERÓBKI • KALETNICTWO
SZYCIE ZASŁON, FIRAN, OBRUSÓW • PRZESZYCIA
godz. pon.-pt. 9-17, sob. 8-13
ul. Trakt Brzeski 68, Warszawa-Wesoła
tel. 609-711-754

HYDRAULIK
– TANIO I SOLIDNIE –
506 173 607

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

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

CIĘCIE DRZEW
ŻYWOPLÓTÓW
RĘBAK • WYWÓZ
790 55 47 46

REKLAMA

wielospecjalistyczny

GABINET DENTYSTYCZNY

dr Maria Dawyniak

&

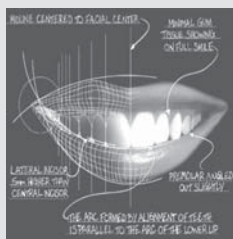
Stomatolog Ogólny

dr n. med. Maciej Nowak

Periodontolog

tel. 662 822 340

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



PRACOWNIA PROTETYCZNA

Majdan, gm. Wiązowna tel. 507 221 820

PROTEZA CAŁKOWITA – 450 zł

PROTEZA ELASTYCZNA – 600 zł

• DUŻE DOŚWIADCZENIE • CIĘŻKIE PRZYPADKI

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

PRACOWNIA PROTETYCZNA

EWA WAŚ

tel.: 22 773 29 67 • 605 40 38 42

PROTEZY • NAPRAWA

Express

REKLAMA
w „Wiadomościach Sąsiedzkich”

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

W SP 172 wspieramy rozwój dzieci

Po niespełna dwóch miesiącach od rozpoczęcia roku szkolnego ponownie musieliśmy szybko przejść do prowadzenia zajęć z wykorzystaniem technik i metod kształcenia na odległość. Zdobyte wiosną doświadczenie pozwoliło nam dokonać tego płynnie i sprawnie. Lekcje według aktualnego planu zajęć odbywały się z wykorzystaniem platformy Microsoft 365 Education (aplikacji Microsoft Teams). Jednocześnie przez cały czas realizowane są wszystkie zalecane formy pomocy psychologiczno-pedagogicznej, m.in. zajęcia reedukacji, rewalidacji, socjoterapii, integracji sensorycznej, konsultacje z psychologiem i pomoc szkolnego pedagoga. Klasy 4-8 uczestniczyły w cyklu warsztatów on-line rozwijających kreatywność i umiejętności komunikowania się bez agresji.

Dzieci z oddziałów przedszkolnych cały czas bawią się i uczą stacjonarnie. Dla nich również odbywają się zajęcia specjalistyczne, na których m.in. poznają słowniczek emocji i postaw, rozwijają spostrzegawczość i myślenie logiczne, doskonalią umiejętność określania relacji przestrzennych, określają

położenie przedmiotów, układają zbiory liczb, usprawniają grafomotorykę i ruchy precyzyjne. Przy tym świetnie się bawią, usprawniając motorykę dużą i koordynację ruchów.

Wspieramy rozwój uczniowskich talentów i zachęcamy do udziału w konkursach naukowych i artystycznych. W ostatnim czasie cieszyliśmy się ze zdobycia **II miejsca** przez **Szymona Dobosza** w etapie dzielnicowym **43. Konkursu Recytatorskiego „Warszawska Syrenka”**. Uczennica **Irena Lekki** została **LAUREATKĄ I miejsca** w **XXIII Warszawskim Konkursie Mitologicznym**, a **Nina Zalewska** otrzymała **WYRÓŻNIENIE**. Uczeń **Bogumił Dąbkowski** został **finalistą Konkursu Fizycznego** organizowanego pod patronatem Pol-

skiego Towarzystwa Fizycznego. Młodzi uczniowie z sukcesem wystartowali w warszawskich i dzielnicowych konkursach plastycznych. Uczestniczą także w projektach promujących: czytelnictwo – „CZYTAMY Z KLASĄ lekturki spod chmurki” oraz historię – „Warszawo, poznajmy się” prowadzonym przez Fundację Dziecięcy Uniwersytet Ciekawej Historii DUCH.

W styczniu w naszej Szkole prowadzona była akcja „Zima w mieście 2021”. Program wypoczynku realizowany był wyłącznie na terenie placówki, ponieważ stworzenie dla wszystkich uczestników bezpiecznych warunków było dla nas priorytetowym zadaniem.

Po dłuższym okresie wypoczynku z energią i optymizmem rozpoczęliśmy drugą część roku szkolnego.

Szkoła Podstawowa nr 172



Kartka dla seniora

Grupa Pomarańczowa z Przedszkola nr 259 „Leśna Bajka” w Warszawie włączyła się w akcję pt. „Kartka dla Seniora”. Celem akcji było przygotowanie i wysłanie kartek dla seniorów z domów pomocy i opieki w wybranej miejscowości. Przedszkolaki własnoręcznie wykonały piękne laurki, które razem z noworocznymi życzeniami oraz słodką niespodzianką wysłane zostały do seniorów z Domu Opieki w Mińsku Mazowieckim. W akcję włączyły się ca-



łe rodziny, także przedszkolaki, które ze względu na pandemię pozostają w domach ze swoimi rodzicami. Dzieci z Przedszkola „Leśna Bajka” od najmłodszych lat biorą udział w różnych działaniach małego wolontariatu, których nadrzędnym celem jest rozwijanie postawy zaangażowania na rzecz potrzebujących pomocy, uczyć się otwartości i wrażliwości na potrzeby innych, a także życzliwości i bezinteresowności.

**Karolina Antosiewicz,
Marta Kościelewska**

Wieści z SP 171. Świąteczne spotkanie z poezją

*To już pora na wigilię, to już czas,
A tu jeszcze kogoś nie ma pośród nas,
A tu jeszcze, a tu jeszcze ktoś ma przyjść,
Bo przy stole wolne miejsce czeka dziś.*

Dnia 22 grudnia 2020 r. o godzinie 19.00 na platformie Microsoft Teams, w zespole biblioteka, miało miejsce bardzo miłe spotkanie, był to *Wieczór poezji świątecznej*. Zorganizowaniem uroczystości zajęły się panie Jadwiga Rosłonec i Ewa Florczuk. W spotkaniu wzięli udział uczniowie klas 1–8 oraz nasi Rodzice. Niektórzy recytowali własne wiersze, inni prezentowali utwory sławnych poetów. Spotkanie rozpoczęło się wierszem Wandy Chotomskiej w wykonaniu ucznia klasy 3b Antka Florczuka. Moi koledzy i koleżanki



włożyli w to spotkanie całe serce i okazali radość z nadchodzących Świąt Bożego Narodzenia. Szereg pięknych wierszy o tematyce świątecznej, ich mądrość, różnorodność wprowadziły nas w przedświąteczny nastrój – pozwoliły wyciszyć się, skłoniły do refleksji, sprawiły, że poczuliśmy świąteczną magię i byliśmy świadkami tajemnicy Bożego Narodzenia. Zaprezentowaliśmy ponad 20 utworów, wśród nich była własna twórczość uczniów naszej szkoły. Szczególne wyróżnienie należy się Bartkowi Forsterowi z klasy 5a za piękny własny wiersz. Wszystkim bardzo serdecznie dziękujemy za włożoną pracę i przekazane w wierszach uczucia.

Zosia Jesionek, klasa 6a

Pamiętamy o osobach chorych i starszych. Uczniowie naszej szkoły wykonali piękne karty świąteczne z życzeniami dla mieszkańców DPS „Gniazdo Rodzinne”.

Wspólnie, uczniowie, rodzice oraz pracownicy, przygotowaliśmy świąteczne dary, które pozwoliły na stworzenie kilkunastu naprawdę pokaznych paczek. Przekazaliśmy je rodzicom naszych uczniów, aby w tym wyjątkowym okresie przysporzyć im radości i wsparcia.

Miło nam poinformować, iż tytuł **laureatki III miejsca XXIII Warszawskiego Konkursu Mitologicznego** zdobyła uczennica naszej szkoły z klasy 6c **Sonia Krasuska-Chęć**. Finał konkursu odbył się 9 grudnia 2020 roku. Konkurs obejmował tematykę mitologiczną na tle kultury starożytnej Grecji oraz obecność mitologii w sztuce późniejszych wieków. Serdecznie gratulujemy, tym bardziej, iż spośród finalistów Sonia była najmłodszą uczestniczką konkursu.

Gratulacje składamy również **Joannie Dębek**, uczennicy klasy 7a, która została finalistką konkursu.

Ewa Florczuk i Jadwiga Rosłonec

Wieści z SP 173

Nasza szkoła od wielu lat bierze udział w projekcie, jakim jest pomoc osobom biednym, potrzebującym i samotnym w ogólnopolskiej akcji Szlachetna Paczka. W akcję zaangażowani są rodzice, dzieci i wychowawcy. W tym roku pomoc z naszej szkoły otrzymała pani, która po śmierci męża sama musi zatroszczyć się o siebie i mieszkanie. Kluczowymi potrzebami tej rodziny były: kuchenka, kurtka i buty, a także żywność i środki



czystości. Jej wdzięczność miała wyraz w uśmiechu i łzach w oczach, kiedy razem z jednym z rodziców dostarczyliśmy przygotowane paczki podczas „Weekendu

ływać uśmiech na twarzach dzieci, zwłaszcza teraz, w tym niezwykłym czasie.

Marcin Wojenka oraz pracownicy oddziałów przedszkolnych w SP 173

Bożonarodzeniowy konkurs plastyczny „Kartka Świąteczna” w SP 171

W grudniu 2020 r. w Szkole Podstawowej nr 171 został przeprowadzony Międzyszkolny Konkurs Plastyczny Bożonarodzeniowy pt. „Kartka Świąteczna” dla uczniów szkół podstawowych klas I–III dzielnicy Wesoła m.st. Warszawy. W konkursie udział wzięli uczniowie ze szkół podstawowych numer: 171, 172, 353, 385. Komisja Konkursowa w składzie: przewodnicząca – wicedyrektor SP 171 pani Aleksandra Zapaśnik, członkowie – nauczycielki pani Ewa Kacprzak i pani Ewa Fromelc po obejrzeniu pięknych i oryginalnych prac wyłoniła laureatów konkursu. Komisja Konkursowa przyznała 4 nagrody główne oraz 12 wyróżnień. Laureaci otrzymają nagrody książkowe i pamiątkowe dyplomy. Nagrody w konkursie zostały ufundowane przez Burmistrza Dzielnicy Wesoła

pana Mariana Mahora, za które bardzo Panu Burmistrzowi dziękujemy. Serdecznie gratulujemy laureatom konkursu oraz dziękujemy wszystkim uczestnikom i nauczycielom za ogromny wkład pracy i zaangażowanie w przygotowanie konkursu w swoich szkołach w tym trudnym czasie. Życzymy wszystkim szczęścia i wielu sukcesów w nadchodzącym Nowym Roku.



Joanna Wojtaś,
kl. 1b SP nr 171

Komisja Organizacyjna Konkursu Plastycznego ze Szkoły Podstawowej nr 171: Aleksandra Zapaśnik, Ewa Kacprzak, Ewa Fromelc

REKLAMA

ZADBAJ O SWOJE ZDROWIE
i sprawdź jak nowoczesne technologie mogą wspomóc zdrowie całej Twojej rodziny!

SPRAWDŹ STAN SWOJEGO ZDROWIA!
Poznaj poziom witamin/minerałów oraz kondycję wszystkich organów w ciele.

POPRAW JEGO KONDYCJĘ!
Popraw odporność, przywróć równowagę bioenergetyczną, zlikwiduj stres i depresję.

PRZYSPIESZ REGENERACJĘ ORGANIZMU!
Popraw wydolność organizmu poprzez stymulację krążenia krwi, uzyskaj lepsze samopoczucie.

UZYSKAJ FACHOWĄ PORADĘ DIETETYCZNĄ, ZDROWOTNĄ, NATUROPATYCZNĄ I PSYCHOLOGICZNĄ!

ZAPRASZAMY!
Instytut regeneracji psychobiologicznej
DHANVANTARI
(budynek Hotelu Patron)
Al. Dzieci Polskich 20, Warszawa
WWW.DHANVANTARI.PL Tel. +48 573 195 108

WWW.MEBLESOSNOWE.EU

REALIZUJEMY INDYWIDUALNE ZAMÓWIENIA

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

SKLEP PROKONSUMENCKI

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

Meble z drewna
MebleSosnowe.Eu

Special Offer
Kupon promocyjny
promocja!

-20%

KUPON RABATOWY
na Zabieg Złuszczania Kwasami

 ewa beauty
ul. Jana Pawła II 23 lok. C2
Warszawa Wesoła
os. Stara Miłosna
tel: 504 17 20 19
www.ewabeauty.pl

TRANSNOC

WYWÓZ
nieczystości płynnych

Warszawa-Wesoła, ul. Szosa Lubelska 2
tel. 22 773 37 67, tel./fax 22 773 24 63
www.transnec.waw.pl



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
- OBŚŁUGA I NAPRAWA KLIMATYZACJI
- PRZEGŁĄDY 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
- OBŚŁUGA FLOT
- CZĘŚCI ZAMIENNE
- SPRAWDZANIE POJAZDÓW PRZED ZAKUPEM
- NAPRAWA UKŁADÓW: ASR, ABS, ESP, TCS ITP.
- OFERUJEMY SAMOCHÓD ZASTĘPCZY NA CZAS NAPRAWY
- PLATNOŚĆ: gotówka, przelew, karta  

www.AutoserwisWesola.pl

Mazowiecka 18

Mieszkania
na sprzedaż

Warszawa
-Wesoła

Metraż
od 26 do 68 m²

od
6900
zł/m²

tel. 512 621 621
www.wesbudmieszkania.pl

 **WESBUD**
DEVELOPER

