

Dzieci wypowiadają wojnę antyekologicznym wandalom

Ponad 50 worków śmieci zebrała z naszej lokalnej części lasu grupka dzieci z klasy 6a ze szkoły 385 w Starej Miłosnej. Las jest częścią Mazowieckiego Parku Krajobrazowego. Śmieci jest dużo więcej. Apelujemy o wsparcie!

Zbiórka odbyła się w piątek 14.10.2022 r., w Dniu Edukacji Narodowej. Jest apelem dzieci o pobudzenie świadomości ekologicznej mieszkańców Starej Miłosnej i wszystkich gości, którzy korzystając z dobrodziejstwa lasu, bezzwłocznie i bez wyobraźni pozostawiają w nim śmieci.

Wolontariusze mają nadzieję, że ich akcja zainicjuje spontaniczne zbiórki przez cały rok i zachęci innych do podobnych form aktywności na rzecz całej naszej społeczności. Las jest przecież NASZ – wspólny!

Poza tym edukacja ekologiczna nie musi być jedynie teoretyczna, najlepiej gdy jest praktyczna, a nawet przyjemna, gdy jednoczy grupy osób we wspólnym działaniu.

Naszym wolontariuszom ze Szkoły 385 wystarczyły zaledwie trzy godziny, by zebrać z lasu ponad 50 wielkich worków śmieci. Ponad 80 procent znalezionych odpadów to śmieci użytkowe, począwszy od opakowań, butelek i puszek, po opony, zderzaki, kanistry, części mebli czy sprzęt AGD. Najwięcej jest chyba jednak butelek i różnego rodzaju opakowań plastikowych.

Dzieci i ich rodzice ruszyli do lasu wspólnie. Wcześniej przygotowano zaostrzone kije, rękawice, worki i taczkę, by poradzić sobie z zebraniem większych odpadów. Akcja objęła obszar lasu przylegający bezpośrednio do osiedla Stara Miłosna od strony wejścia przy kościele św. Hieronima po okolice rancza Xantiland. Niestety, jest to tylko niewielki fragment zanieczyszczonej przestrzeni naszej dумы – Mazowieckiego Parku Krajobrazowego. Przykro stwierdzić, że w tym wyjątkowym leśnym kompleksie



praktycznie trudno już znaleźć niezanieczyszczone miejsca.

Ilość śmieci nielegalnie wyrzucanych w ostatnim czasie niepokojąco wzrasta, jest ich więcej niż „grzybów po deszczu”. W wielu miejscach leżą ich całe ogromne wory, świadomie przywieszane do lasu przez ludzi, których trudno inaczej nazwać niż „antyekologicznymi wandalami”.

Warto zastanowić się przy tej okazji, w jaki sposób zmienić tę sytuację i wdrożyć metodyczne środki wspomagające zbiórkę i wywóz odpadów. Brak kontenera przed wejściem do lasu, koszy na śmieci i zorganizowanego cyklicznego wywozu często zniechęcają do zbiorów. Wory z zebranymi butelkami są naprawdę ciężkie. A przecież jest to popularne, wspaniałe miejsce spacerów i wypoczynku całych rodzin.

Naszą zbiórkę wsparła prywatna firma recyklingowa Lekaro, która już nie po raz pierwszy bezpłatnie zabiera śmieci zgromadzone przez wolontariuszy (za co serdecznie dziękujemy). Zarówno miasto, jak i podlegające mu instytucje miały kłopot z ustaleniem odpowiedzialności, czyje są odpady. Jedni (instytucje miejskie) twierdzili, że są to odpady leśne, gdyż leżą w lesie. Drudzy (instytucje leśne) – że to śmieci komunalne, bo zostały przyniesione z miasta. A my, biedni wolontariusze, staliśmy pośrodku, zdezorientowani. Ten prawdziwy węzeł gordyjski rozwiązała dopiero firma Lekaro.

Przy tej okazji przypominamy, że odpady pozostawione w lesie nie tylko szpecą krajobraz, ale stanowią zagrożenie dla zwierząt, roślin i gleby. Śmieci są też przyczyną wielu pożarów. Przy ich gaszeniu giną ludzie, mnożą się koszty i traci się czas i energię potrzebne potem na odbudowę wypalonej części lasu. Czyż nie wydaje się oczywiste, że lepiej zapobiegać pożarom, wspierając tych, którzy chcą posprzątać las, niż zastanawiać się, czyje są te śmieci?

Dobrze, że wolontariusze się jednak nie poddali, i jak widać, ze swoją determinacją, osiągnęli cel.

„Mamy nadzieję, że nasza mała akcja i determinacja zainspiruje innych. Chcielibyśmy, by był to nowy, dobry początek. Mamy nadzieję zawstydić śmiejących i apelujemy, by nie pozostawać obojętnym wobec zanieczyszczających las. Zachęcamy innych do spontanicznego zbierania śmieci, choćby przy okazji spacerów przez cały rok – jest to bardzo potrzebne. Na pewno będzie nam przyjemniej odpoczywać w czystej przestrzeni” – podsumowuje inicjatorka akcji, Angelika Woźniak, mama jednej z uczestniczących w akcji uczennic SP 385.

Akcja spotkała się z aplauzem przypadkowo spotkanych mieszkańców, którzy dziękowali za jej organizację, a niektórzy dołączyli do zbiórki. Tego samego dnia pojawiły się również wspaniałe komentarze w mediach społecznościowych, co pokazuje, że wielu z nas przyłącza się do wydanej przez dzieci walki z antyekologicznym wandalizmem.

**Wolontariusze i wspierający ich rodzice
z klasy 6a ze szkoły 385 im. J. Piłsudskiego
w Starej Miłosnej**



NOWA INWESTYCJA przy ul. Tajemnej na Białoleścu!



TWOJATAJEMNA

Kameralna inwestycja
– tylko 25 mieszkań

Mieszkania i apartamenty
od 30 do 120 m²

Ogródki, balkony
i 100-metrowe tarasy

Garaz podziemny

Zaciszne miejsce,
ale wszędzie blisko!



697 100 006



biuro@tajemna.pl



www.tajemna.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
- /// OBSŁUGA 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
- /// 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

Chcesz mieszkać ładniej?



ZADZWOŃ!

506 656 151

**POGOTOWIE
wnętrzarskie**

działamy od 2008 roku

DWUJĘZYCZNA SZKOŁA PODSTAWOWA NR 1



CAMBRIDGE
International Examinations

Cambridge International School

DZIEŃ OTWARTY

22 listopada 2022
godz. 17:30

Zapraszamy



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

groszek



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

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



www.groszek24.waw.pl

f Sklepygroszek

4⁹⁹
1 szt.

Makaron Lubella
świderki, pióra
500 g
Lubella



5⁹⁹
1 szt.

Majonez
Napoleoński
260 ml
Mosso



5⁹⁹
1 szt.

Coca Cola
1,5 l
Coca Cola



14⁹⁹
1 szt.

Herbata Lipton
100 tor.
Unilever



9⁴⁹
1 szt.

Olej słonecznikowy
Sunflower
1 l
Olmaj



6⁶⁹
1 szt.

Ogórki
konserwowe
Krakus
860 ml
Agros Nova



3²⁹
1 szt.

Sok Hortex
jabłkowy
1 l
Hortex



4²⁹
1 szt.

Czekolada Wedel
mleczna, gorzka
100 g
Wedel



Promocja obowiązuje do 30.11.2022 r. lub do wyczerpania zapasów

Z prac Rady Dzielnicy



W październiku Rada Dzielnicy obradowała w dniu 19 października. Bez wątpienia najważniejszym punktem w porządku obrad było zaopiniowanie przyszłorocznego budżetu Dzielnicy.

Projekt od samego początku wzbudzał sporo emocji. Pierwszym powodem było, można powiedzieć, że już „tradycyjnie”, niedoszacowanie kosztów utrzymania oświaty oraz niedobór środków na wydatki bieżące. Ponieważ każdy budżet tworzy się na bazie wskaźników ubiegłorocznych, a w naszej dzielnicy oświata rozwija się bardzo dynamicznie, praktycznie co roku we wstępnej wersji budżetu otrzymujemy środki od 1 do 5 milionów mniejsze od rzeczywiste potrzebnych. Potem w ciągu roku środki te są uzupełniane i jeszcze nigdy w historii dzielnicy nie było tak, by ich na koniec roku zabrakło. Z niedoborem środków bieżących dotychczas nie mieliśmy do czynienia, ale sądzę, że sprawa będzie rozwiązana tak jak w przypadku oświaty zwiększeniami w ciągu roku, bo przecież nie jest tak, że nasz Urząd nagle zaczął żyć „ponad stan”, tylko realizuje zwiększony zakres zadań, co w oczywisty sposób generuje zwiększone koszty utrzymania.

Drugim powodem, który rozgrzał dyskusję na budżetem, był paradoksalnie „dobrobyt” środków na inwestycje. Ogólna kwota środków na ten cel przyznana Dzielnicy sięga bowiem 41 mln zł i jest to kwota rekordowa w całej historii Wesołej, zarówno jako dzielnicy m.st. Warszawy, jak i wcześniej jako samodzielnego miasta. Oczywiście trudno porównywać przyszłoroczny budżet inwestycyjny z innymi latami, bowiem gros środków pochłaniają dwie potężne inwestycje kubaturowe (budowa liceum – 24 mln zł oraz budowa kulturoteki – 6,5 mln zł) i środki na nie są w pewnym sensie środkami „dodatkowymi”, przyznanymi Dzielnicy na te konkretne cele. W każdym razie część radnych zaczęło podnosić problem nierównego rozdziału środków na poszczególne osiedla. Oczywiście zaraz pojawił się także problem, jak traktować niektóre inwestycje, czy jako „ogólnodzielnicowe” czy jako lokalne. Krótka dyskusja zakończyła się przyjęciem mojej propozycji, by zrobić w tej sprawie spotkanie robocze w mniejszym gronie przewodniczących klubów radnych, przeanalizować wydatki inwestycyjne na przestrzeni ostatnich lat i zaproponować jakiś nowy algorytm parytetów w rozdziale środków na poszczególne osiedla.

Ostatecznie po burzliwej, ale dość krótkiej dyskusji dużą większością głosów (przeciw byli tylko radni klubu PiS) projekt budżetu został zaopiniowany pozytywnie z zastrzeżeniem potrzeby zwiększenia środków na oświatę oraz na wydatki bieżące. Warto tu przytoczyć, że globalna kwota przyszłorocznego budżetu naszej Dzielnicy wynosi nieco ponad 170 mln zł.

Prócz spraw budżetowych Rada Dzielnicy pozytywnie zaopiniowała zmianę uchwały o przystąpieniu do sporządzania mpzp dla Groszówki Północ (chodziło o drobne korekty obszaru). Następnie również pozytywnie zaopiniowała trzy projekty korekt tegorocznego budżetu. Ponadto Rada zapoznała się z informacjami o funkcjonowaniu placówek oświatowych na terenie dzielnicy z uwzględnieniem stanu bezpieczeństwa dzieci, o przebiegu i kosztach akcji „Lato w Mieście” oraz o złożonych oświadczeniach majątkowych radnych.

Kolejna sesja jest zaplanowana na dzień 16 listopada br. o godzinie 14.15. I tym razem raczej na pewno będzie się odbywała w trybie stacjonarnym w Sali Rady naszego Urzędu Dzielnicy. Z porządkiem obrad będzie się można zapoznać na stronie internetowej Urzędu. Zainteresowanych serdecznie zapraszam do słuchania transmisji.

Marcin Jędrzejewski
Przewodniczący Rady Dzielnicy

Dystrybucja jodku potasu w Wesołej

Samorządy, w tym także Urząd Dzielnicy Wesoła, zgodnie z zaleceniami administracji centralnej włączyły się do działań prewencyjnych związanych z dystrybucją tabletek z jodkiem potasu. W naszej dzielnicy w razie konieczności będzie 12 punktów dystrybucji.

– Obecnie zagrożenie nie występuje, ale chcemy być przygotowani na każdą ewentualność. We wszystkich gminach są wyznaczone punkty dystrybucji, a tabletki są tam już dostarczone. Jednak należy pamiętać, że jodek potasu powinno się stosować tylko w przypadku realnego zagrożenia. Nie ma potrzeby i nie powinno się go brać na własną rękę i bez wskazań medycznych – powiedział wojewoda mazowiecki Konstanty Radziwiłł na konferencji prasowej, która odbyła się 4 października.

W województwie mazowieckim utworzono 1628 punktów dystrybucji, z czego 600 w samej

stolicy. Jak podkreśla Urząd m.st. Warszawy: **Otwarcie punktów nastąpi wyłącznie w chwili wystąpienia zagrożenia radiacyjnego, po decyzji władz krajowych o konieczności wydawania**

tabletek z jodkiem potasu mieszkańcom. Do tego czasu punkty dystrybucji są nieczynne.

Redakcja

Lista punktów dystrybucji jodku potasu w Wesołej:

Urząd Dzielnicy Wesoła	ul. 1 Praskiego Pułku 33
Przedszkole nr 259 „Leśna Bajka”	Plac Wojska Polskiego 18
Przedszkole nr 260	Trakt Brzeski 85
Przedszkole nr 261 „Pod Dębami”	ul. Armii Krajowej 72
Przedszkole nr 262	ul. Antoniego Pankracego Łaguny 3
Przedszkole nr 434 „Na Górze”	ul. 1 Praskiego Pułku 116
Szkoła Podstawowa nr 171 im. Stanisława Staszica	ul. Armii Krajowej 39
Szkoła Podstawowa nr 172 im. Polskiej Organizacji Wojskowej	ul. Brata Alberta 46
Szkoła Podstawowa nr 173 im. Górników Polskich	Trakt Brzeski 18
Szkoła Podstawowa nr 174 z Oddziałami Integracyjnymi im. Tadeusza Kościuszki	Plac Wojska Polskiego 28
Szkoła Podstawowa nr 353 im. „Wielkich Odkrywców”	ul. Ciepłarniana 23
Szkoła Podstawowa nr 385 im. Marszałka Józefa Piłsudskiego	ul. Klimatyczna 1

Wiadomości Sądzieckie Wesoła – miesięcznik mieszkańców dzielnicy Wesoła i okolic

Zespół redakcyjny: Marcin Jędrzejewski (redaktor naczelny), Olga Łęcka-Olesińska (sekretarz redakcji), Anna Książkowska, Hubert Zieliński.

Redakcja: e-mail: redakcja.wesola@wiadomosciasiedzieckie.pl.

Reklama: Bożena Doleżał – tel. 607-306-979, e-mail: reklama@wiadomosciasiedzieckie.pl.

Adres do korespondencji: 03-938 Warszawa, ul. Zwycięzców 20, lok. 2.

Wydawca: J-PROPERTY. ISSN 2300-0414. Nakład: 8200 egz. Gazeta bezpłatna!

E-korespondencja, płatność BLIK-iem i zaświadczenie od ręki. Nowości w e-Urzędzie Skarbowym

- e-Urząd Skarbowy umożliwia załatwienie wielu spraw online – bez wychodzenia z domu, na dowolnym urządzeniu, 24/7.
- Systematycznie udostępniamy nowe usługi dostosowane do indywidualnych potrzeb naszych klientów.
- Jedną z nowości jest funkcjonująca od lipca e-Korespondencja.

Usługa e-Urząd Skarbowy została wprowadzona ponad rok temu i cieszy się coraz większym zainteresowaniem, również wśród mieszkańców Mazowsza. Do e-Urzędu Skarbowego podatnicy zalogowali się ponad 78 mln razy.

Bez kolejki i od ręki

W e-Urzędzie Skarbowym jest już dostępnych ponad 20 usług. Najpopularniejszą z nich jest Twój e-PIT, czyli możliwość złożenia zeznania podatkowego. Coraz większą popularnością cieszy się również możliwość otrzymania zaświadczenia o dochodach (ZAS-DF/ZAS-DFU) lub o niezaleganiu w podatkach (ZAS-W). Wydanie zaświadczenia na wniosek złożony w e-Urzędzie Skarbowym nie podlega opłacie skarbowej. Takie zaświadczenia zazwyczaj można otrzymać już „od ręki”.

Warunkiem korzystania z tej usługi jest wyrażenie zgody na doręczenie elektroniczne na swoje konto w Twój e-US.

Co nowego w e-Urzędzie

Do końca roku planujemy wdrożenie czterech nowych usług dostępnych w e-Urzędzie Skarbowym.

Będą to:

- możliwość przeglądania złożonych deklaracji podatkowych w zakresie PIT, VAT, PCC, podatku od spadków i darowizn oraz karty podatkowej,
- możliwość podglądu sald i rozliczeń we wszystkich podatkach,
- nowe funkcjonalności dla komorników,
- konto organizacji, czyli konta elektroniczne m.in. dla spółek.

Zapłacisz podatki BLIK-iem

Obecnie pracujemy nad tym, aby z e-konta w e-Urzędzie Skarbowym można było przelagować się do każdego banku. Pozwoli to na zapłatę podatku od razu po wysłaniu zeznania podatkowego. W 2023 roku planujemy również dodać możliwość płatności BLIK-iem.



e-Urząd Skarbowy to rozwiązanie dostępne dla wszystkich. To wygodne i bezpieczne załatwianie spraw w dogodnym dla siebie czasie i miejscu. Nie zapominamy jednak o tych spośród naszych klientów, którzy chcą przyjść do urzędu skarbowego osobiście.

Dla nich mamy usługę Umów wizytę w urzędzie skarbowym dostępną na stronie wizyta.podatki.gov.pl. Taką wizytę można również umówić telefonicznie w wybranym przez siebie urzędzie.

Cezary Białek

STAN SUROWY
wystawa ceramiki

WERNISAŻ
20.11.22
godz. 17.00

Centrum Artystyczne SCENA
ul. Dworcowa 52 / Sulejówkę

ORGANIZATORZY

Domu Słowe
MiMBRES
Pracownia Ceramiki

PRACE ZAPREZENTOWANE NA WYSTAWIE WYKONALI UCZESTNICY ZAJĘĆ
MiMBRES PRACOWNIA CERAMIKI

**ŚWIĄTECZNY
KIERMASZ
BOŻONARODZENIOWY
10 GRUDNIA 2022**

Miejsce: Parking przy Urzędzie Dzielnicy Wesoła m.st. Warszawy
ul. 1-go Praskiego Pułku 33

Zapraszamy artystów, twórców ludowych,
rękodzielników, lokalnych producentów
żywności oraz food trucki.

**Termin nadsyłania zgłoszeń:
20.11.2022 r.**

Regulamin oraz formularz zgłoszeniowy znajdziesz
na stronie www.domkulturywesola.net



OŚRODEK KULTURY W DZIELNICY WESOŁA M.ST.
WARSZAWY
UL. STARZYŃSKIEGO 21, 05-075 WARSZAWA - WESOŁA
TEL. 22 773 61 88



Działania Ośrodka Pomocy Społecznej w Wesołej

Asystent rodziny

Asystent rodziny pracuje z każdą rodziną, która potrzebuje takiego wsparcia i wyraziła zgodę na taką formę pomocy. Asystenta do danej rodziny kieruje dyrektor ośrodka na wniosek pracownika socjalnego, który przeprowadza w rodzinie wywiad środowiskowy.

Na podstawie wywiadu i analizy funkcjonowania rodziny układa się plan pomocy. Określa się w nim cele, jakie rodzina powinna i chce osiągnąć.

W pracy asystenta najważniejszy jest kontakt z członkami rodziny, którzy pragną poprawy relacji i zmian, aby samodzielnie radzić sobie z trudnościami w przyszłości.

D jak depresja

Depresja nie jest jedynie tymczasowym obniżeniem nastroju. Mówiąc o tym zaburzeniu, mamy bowiem na myśli permanent-

ny, uciążliwy, narastający w czasie stan przynębnienia. Gdy utrzymuje się długo, prowadzi do powstania zaburzeń afektywnych jedno- lub dwubiegunowych.

Jeszcze przed pandemią COVID-19 szacowano, że cierpi na nią 1,5 mln Polaków. Dzisiaj lekarze mówią, że liczba ta podwoiła się. Coraz częściej to ludzie aktywni zawodowo, odnoszący sukcesy.

Skąd bierze się depresja?

Depresja nie bierze się znikąd, lecz odpowiedź na to pytanie nie jest jednoznaczna. Zdarza się, że początki ma już w dzieciństwie. Wiąże się to z relacjami z rodzicami, rodzeństwem i najbliższym otoczeniem. Może wynikać z przeżyć osobistych, traumatycznych sytuacji, stresu, krytyki, skrywanego gniewu, żalu i złości. Do jej występowania przyczyniają się sytuacje i wydarzenia życiowe (zaburzone relacje, traumy, śmierć bliskich osób, inne trudne wydarze-

nia), przewlekła choroba czy niepełnosprawność. Podatność na nią może być uwarunkowana genetycznie.

Depresja to przede wszystkim stan naszych emocji, uczuć i tego, jak postrzegamy siebie.

Gdzie po pomoc?

Depresja to nie wstyd, to powód do walki.

Jeżeli podejrzewasz u siebie, swoich bliskich lub znajomych depresję, najlepiej zgłosić się do psychologa lub psychiatry, który postawi właściwą diagnozę. Gdy nie możesz znaleźć odpowiedniej placówki, zgłoś się do Ośrodka Pomocy Społecznej przy ul. 1 Praskiego Pułku 21A, pomożemy ci.

Rady typu „weź się w garść”, „nie masz powodu do smutku”, „będzie dobrze” nie poprawiają samopoczucia chorego, a wręcz przeciwnie.

Alians przeciwko depresji

Warszawa chce wspierać osoby i społeczności w przeciwdziałaniu depresji. 10 października burmistrzowie dzielnic podpisali Deklarację przeciw depresji – zobowiązanie do upowszechniania wiedzy, leczenia i wykorzystania dobrych praktyk.

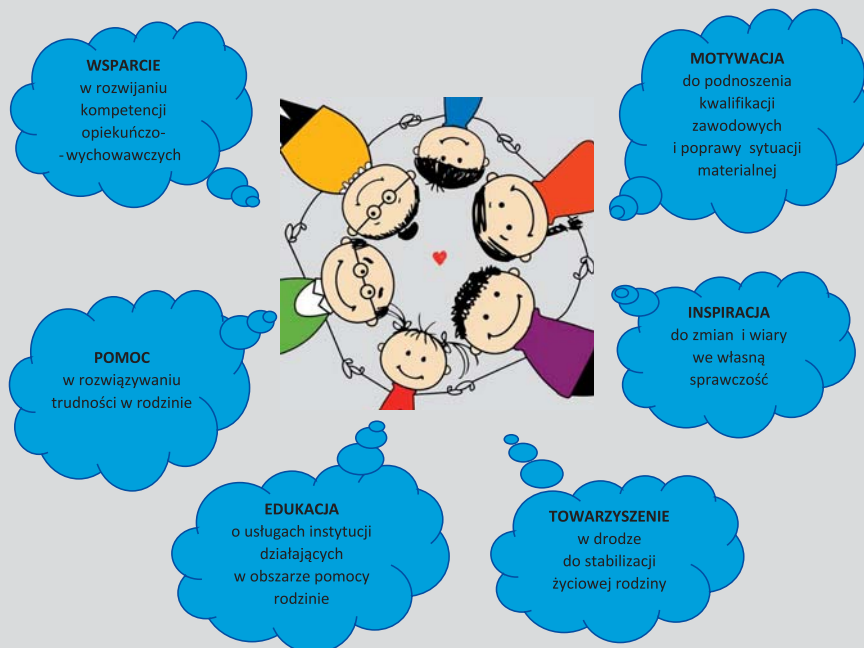


Warto pamiętać, że depresja nie zawsze wypisana jest na twarzy. „Wystarczy piękny uśmiech, by ukryć zranioną duszę, i nikt nie zauważy, jak bardzo rozbity jesteś w środku” (Robin Williams).

Zespół Redakcyjny
Ośrodka Pomocy Społecznej

Asystent rodziny

to:



Potrzebujesz wsparcia lub chcesz dowiedzieć się więcej? Skontaktuj się z nami.



Ośrodek Pomocy Społecznej
Dzielnicy Wesoła m.st. Warszawy
ul. 1 Praskiego Pułku 21A
05-075 Warszawa
tel./fax 22 7734412

Wesołowscy seniorzy mają swoją „Melodię Życia”

Pracownicy Ośrodka Pomocy Społecznej Dzielnicy Wesoła podczas trwania Warszawskich Dni Seniora zorganizowali dla seniorów cykl spotkań pod nazwą „Melodia Życia”.

Począwszy od 28 września, przez cztery kolejne środy października w Centrum Aktywności przy ul. Spokojnej 2 seniorzy mieli okazję posłuchać swoich ulubionych piosenek i melodii, a także podzielić się wspomnieniami i myślami łączącymi się z tymi utworami. Utwory przywoływały pamięć o chwilach i wydarzeniach radośnych, miłych, dobrych w życiu seniorów, lecz także kojarzyły się z wydarzeniami smutnymi, czasem tragicznymi.

Dzięki inicjatywie pani Ewy Gąsiorowskiej, psychologa OPS, i pana Macieja Barańskiego, przewodniczącego Dzielnicy Rady Seniorów, ich ogromnemu zaangażowaniu, prywatnemu czasowi poświęconemu na organizację oraz pomysłowości, atmosfera spotkań była niepowtarzalna.

Licznie zgromadzeni na każdym spotkaniu seniorzy czuli się wspaniale. Na twarzach gościły młodzieńcze uśmiechy, a radości nie było końca. Zawiązały się nowe znajomości, odświeżyły się stare. A to wszystko odbywało się w przyjacielskiej, życzliwej atmosferze.

Podczas przerw czekał na nas słodki poczęstunek, a pięknie nakryte stoły ugięły się od słodkości. Góry ciast, ciasteczek niczym Himalaje pię-

trzyły się na stołach, ręce wyciągały się same, by spróbować tych łakoci. Słodkości ufundowała Firma PUTKA, sponsor tego wydarzenia. Serdecznie dziękujemy!



Fot. Bożena Borys

Na spotkaniach towarzyszyliśmy śpiewem naszym ukochanym melodiom, tańczyliśmy i doskonale się bawiliśmy. Całą oprawę muzyczną, układ piosenek i melodii przygotował pan Maciej Barański i jego świetny komentarz oraz prowadzenie odbywały się w iście mistrzowskim stylu.

Rozstawaliśmy się z żalem, ale chociaż upływa szybko życie, to nie płacz kiedy odjadę, sercem będę przy Tobie...

Dzięki tym spotkaniom poczuliśmy się młodszy, śpiewając „ja mam 20 lat, ty masz 20 lat”...

„Melodia Życia” nadal w nas trwa i mamy nadzieję na kolejną edycję spotkań.

Wielkie podziękowania za pomysł i realizację wydarzenia składamy Pani Ewie Gąsiorowskiej i Panu Maciejowi Barańskiemu, którzy nie liczili godzin ni lat, aby uprzyjemnić życie seniorom.

Radość, pogoda ducha i humor przez cały czas trwania spotkań nieodłącznie towarzyszyły wszystkim uczestnikom.

Liczymy na kolejną edycję „Melodii Życia”!

Urszula Tomaszek
uczestniczka I edycji „Melodii Życia”

PS. Bo „jaka to melodia”? oczywiście „Melodia Życia”!

Tej treści list otrzymaliśmy od uczestniczki projektu. Pieniądze na tę inicjatywę, a także na wcześniejszy Trening Umysłu i Wesołe Spotkania Przy Kawie pozyskaliśmy dzięki konkursowi ogłoszonemu przez Fundację Stocznia. Ta współpraca przynosi dobre efekty ku radości licznie korzystających z tych projektów wesołowskich seniorów.

Specjalne podziękowania składamy na ręce Pani Dyrektora Alicji Pasztor za udostępnienie sali oraz Pani Moniki Aleksandrowicz za pomoc merytoryczną w organizacji i Pani Edyty za pomoc i zaangażowanie.

Rada Seniorów Dzielnicy Wesoła
m.st. Warszawy

REKLAMA

Salon Urody „CATHERINE”

ul. Sagalli 6 05-077 Warszawa-Wesoła

W naszym salonie oferujemy pełen zakres usług:

- fryzjerstwo/stylizacja fryzur/pielęgnacja włosów
- manicure/pedicure/manicure hybrydowy/stylizacja paznokci metodą żelową i akrylową/zabiegi pielęgnacyjne na dłoni i stopy
- zabiegi kosmetyczne/twarz i ciało/mikrodermabrazja/oxybrazja/depilacja/henna i regulacja brwi
- przedłużanie i stylizacja rzęs
- makijaż okolicznościowy/wieczorowy
- masaże/lecznicze/sportowe/relaksacyjne



ZAPRASZAMY!

Pon. - Pt. 9:00 - 21:00

Sob. 9:00 - 16:00

Tel.: **518 561 261**

FB: Salon Urody Catherine

Christian Parasiewicz

Real-Estate Broker RE/MAX Capital

kom. +48 533 988 806

christian.parasiewicz@remax-polska.pl

www.RemaxCapital.pl



**Twój lokalny
najsukuteczniejszy agent
ds. nieruchomości.**

**Biegła znajomość 4 języków:
polski, angielski, niemiecki, węgierski.**

Your most effective local real estate agent.

Fluent in 4 languages: Polish, English, German, Hungarian.

**Dbam o bezpieczeństwo transakcji do samego końca.
Usługa premium.**

Komfort oraz zapewnienie pełnej dyskrecji.

SAFE transaction until the very end.

Premium service.

Comfort and ensuring full discretion.



RE/MAX CAPITAL WARSZAWA MAZURY

– Nr 1 Agencja RE/MAX w WARSZAWIE

2017, 2018, 2020, 2021

& II miejsce w Polsce 2018&2020

RE/MAX CAPITAL WARSZAWA WARMIA MAZURY

– No 1 RE/MAX Agencja in WARSAW 2017, 2018,

2020, 2021 & II place in Poland 2018&2020

Z życia PKPS



Tak jak zapowiadaliśmy, z okazji Międzynarodowego Dnia Osób Starszych spotkaliśmy się 7 października br. w kawiarni „Zakątek”, aby świętować Warszawskie Dni Seniora. Po przywitaniu zaproszonych gości i krótkiej przemowie pani Heleny Kaźmierczak głos zabrał burmistrz dzielnicy Wesoła pan Marian Mahor, który wręczył symboliczną wiązkę kwiatów i przeczytał życzenia skierowane do wszystkich seniorów naszej dzielnicy o następującej treści:

Szanowni Państwo, Drodzy Seniorzy,

W dniu Waszego święta w imieniu własnym oraz Zarządu Dzielnicy składam wyrazy głębokiego szacunku oraz życzenia zdrowia, radości, szczęścia i wszelkiej pomyślności na dalsze lata życia. Niech omijają Państwa troski i smutki dnia codziennego. Życzę spełnienia kolejnych marzeń oraz nieustającej miłości płynącej z serc Waszych Najbliższych, jak również ogromnego przystępowego Wam szacunku ze strony społeczeństwa. Jesteście dla nas wyjątkowo ważni i bardzo nam potrzebni i cieszymy się, że jesteście z nami.

W tym roku mija 20 lat od chwili, w której Wesoła stała się częścią stolicy jako jedna z jej dzielnic. To długi czas, kiedy tworzyła się historia dzielnicy, a Wy, Drodzy Seniorzy, w dużym stopniu przyczyniliście się do jej tworzenia i jesteście jej nierozdzielalną częścią.

Na spotkanie integracyjne pod hasłem „Seniorzy w 20-lecie – wspomnienia” przybyli również goście z Ukrainy. Pani Helena Kaźmierczak, prezes Zarządu Dzielnicy PKPS Warszawa-Wesoła, dostała podziękowanie za bezinteresowną pomoc w podejmowaniu działań pomocowych i integracyjnych na rzecz osób potrzebujących wsparcia oraz samotnych i chorych, zagrożonych wy-

kluczeniem społecznym. Dyplom odebrała z rąk pani Grażyny Cieślak, prezes Mazowieckiego Zarządu Wojewódzkiego PKPS. Spotkanie uświetliły nam słodkości na stole oraz zespół muzyczny Klubu Seniora z Raszyna śpiewający polskie hity.



Kulminacyjnym momentem było krojenie tortu okolicznociowego. Do tej czynności poproszono panią Aleksandrę Paradowską, zastępczynię burmistrza.

W piękny, słoneczny poranek 15 października 20-osobową grupą wybraliśmy się do kompleksu Fabryki Norblina.

To 2 hektary na warszawskiej Woli przepełnione niezwykle 200-letnią historią. Obszar, który przez lata był zaniedbaną perłą poprzemysłowej architektury, przekształcił się w nową część miasta z biurami, sklepami, restauracjami, kawiarniami, Food Townem, ekologicznym bazarem, butikowym kinem i otwartym muzeum upamiętniającym historię jednego z największych przedsiębiorstw przemysłowych

dawnego Królestwa Polskiego. Umówiliśmy się na zwiedzanie animacyjne z aktorem-przewodnikiem, który przebrany za Ludwika Norblina, przeprowadził nas przez wybrane punkty ścieżek. Obejrzelśmy stałą wystawę, na której przedstawiono historię sięgającą 240 lat wstecz. Zmęczeni, lecz pełni wrażeń odpoczęliśmy i odzyskaliśmy

siły, pijąc specjalnie skomponowane zdrowe napary w Pijalni Ziół, oraz zrobiliśmy zakupy w sklepie Dary Natury z Podlasia.



Z okazji Dnia Pracownika Socjalnego składamy serdeczne podziękowania Pracownikom Socjalnym za niezwykle poświęcenie, zrozumienie ludzkich problemów oraz gotowość niesienia pomocy potrzebującym. Życzymy Wam wytrwałości i siły w realizowaniu wyzwań wpisanych w Wasz zawód. Niech pomoc drugiemu człowiekowi będzie dla Was źródłem spełnienia i przynosi satysfakcję z obranej drogi.

Kolejne spotkanie Klubu Seniora odbyło się również w kawiarni „Zakątek” 19 października br., a tematem był koronawirus, przeziębienie czy grypa – jak ustrzec się przed zarazkami. Zaproszony dyrektor SZPZO Warszawa-Wesoła Dariusz Małcki i przełożona pielęgniarek Teresa Kościeszka opowiedzieli o profilaktyce, kolejnych szczepieniach oraz odpowiadali na zadawane pytania. Była też dietetyk pani Klaudia Koniec, która oprócz porad dietetycznych obalała mity na temat witamin czy spożywanych produktów. Pokazała nam też kilka ćwiczeń, które możemy wykonywać codziennie sami w domu. Niepotrzebne nam sprzęty, możemy do tego wykorzystywać krzesło, kij od szczotki, ręcznik czy szalik. To od nas zależy, czy znajdziemy kilka minut dziennie, ażeby ćwiczenia stały się codziennym nawykiem. Na koniec spotkania pani Hania zaserwowała nam smaczną, pożywną i dietetyczną zupę na jesienno-zimowe dni.

W Teatrze Wielkim Operze Narodowej spędziliśmy wieczór 23 października na wspaniałym widowisku operowym dla całej rodziny z chórem w roli głównej. Do wystawienia warszawskiej wersji „Chorus Opera” zaproszono fińskiego reżysera Jere Erkkilä, a orkiestrą dyrygował oczywiście Patrick Fournillier, przygotowaniem chóru zajął się jego kierownik – Mirosław Janowski. Spektakl skomponowany z wybranych operowych scen chóralnych pokazał aktorskie i muzyczne możliwości zespołu, czemu towarzyszyły scenografia, kostiumy i efekty wizualne, a także okazjonalnie soliści, śpiewacy i tancerze. Usłyszeliśmy najpiękniejsze i najbardziej znane utwory operowe z dzieł: Verdiego, Wagnera, Pucciniego, Bizeta, Szymanowskiego, Pendereckiego i Moniuszki. Finałem spektaklu był siarczysty „Mazur” z ostatniego aktu „Straszego Dworu” Stanisława Moniuszki. Ten żywioł muzyki i tańca wywołał trzykrotną burzę oklasków na stojąco. Niezapomniani wieczór...

Nasze listopadowe plany rozpoczynamy od uroczystej Mszy Świętej, która odbędzie się 11 listopada o godzinie 10.30 w kościele pw. Opatrzności Bożej w Wesołej. W tym dniu będziemy się modlić w intencji Niepodległości, Pokoju i Demokracji naszej Ojczyzny. Potem złożymy kwiaty pod miejscem pamięci.

12 listopada o godz. 16.00 składamy wizytę w Muzeum Pałacu Króla Jana III Sobieskiego w Wilanowie, gdzie rozbiły się Królewski Ogród Świąteł w nowej odsłonie.

W grudniu przygotowujemy jak co roku „Mikołajki – słodkie życzenia” w terminie 6–20 grudnia oraz Staropolską Wigilię w dniu 17 grudnia br.

W Mazowieckim Teatrze Muzycznym spotkamy się 11 grudnia na spektakularnym widowisku muzycznym pt. „Dla Ciebie śpiewałem”. To widowisko skrojone specjalnie na inaugurację obchodów jubileuszowych z okazji 120. urodzin Jana Kiepury.

Z początkiem października kończymy wydawanie żywności z Programu Pomoc Żywnościowa współfinansowanego z Europejskiego Funduszu Pomocy Najbardziej Potrzebującym.

Trwają przygotowania oferty na wczasy rehabilitacyjne LATO 2023. Wkrótce informacje.

Zarząd Polskiego Komitetu Pomocy Społecznej



Pogodniej po pandemii

Pandemia, której doświadczamy od kilku lat, bardzo mocno wpłynęła na nasilenie lęków u dzieci i młodzieży, problemy w relacjach, problemy emocjonalne, brak zrozumienia siebie samych oraz otaczającego nas świata. Również dla dorosłych była to sytuacja bardzo trudna i niecodzienna, przekładająca się na zmiany w codziennym życiu. Dla dobrego funkcjonowania potrzebujemy kontaktów z innymi, potrzebujemy równowagi między duchem a ciałem, potrzebujemy poczucia bezpieczeństwa.

Pandemia – źródłem stresu

Wiele naszych myśli, emocji i zachowań wynika z utrwalaonych przekonań dotyczących nas samych, otaczającego świata i innych ludzi. Na wiele sytuacji reagujemy według znanego nam schematu, dotychczas – zdawałoby się – sprawdzonego i bezpiecznego. Pandemia była sytuacją nową, której nie przeżyliśmy wcześniej. Dotychczasowe sposoby działania nie mówiły nam, jak na nią należy zareagować. Zwyczajny tryb życia został zaburzony, a wraz z nim zaburzone zostało bezpieczeństwo.

U wielu osób pojawiły się bóle brzucha, niekontrolowane napady lęku, złości, agresji lub wycofanie. Mogła temu towarzyszyć bezsenność – lub odwrotnie: uciekanie w sen przy większości okazji.

Na tle niepokoju mogło pojawić się przejadanie się lub przeciwnie: utrata apetytu i zwykłych zainteresowań, niekontrolowane zmiany masy ciała (otyłość, efekt *jo-jo*), niekorzystnie wpływające na zdrowie i samopoczucie.

Dzieci zaczęły mieć trudności z nauką, skupieniem na zajęciach, utrzymywaniem zdrowych relacji z rówieśnikami i dorosłymi. Zwykle, zdawałoby się – codzienne sprawy – urosły do rangi problemu nie do rozwiązania. Dorosłym rozregulowało się życie seksualne.

Co z tym można zrobić?

Sposób naszego funkcjonowania zależy w dużej mierze od trafnej oceny sytuacji i doboru konstruktywnego wzorca reagowania. Jeśli dotychczasowe wzorce prowadzą nas na manowce, z pomocą przychodzi terapia behawioralno-poznawcza. Polega ona

na przyjrzeniu się swoim emocjom i motywacjom, znalezieniu sytuacji powtarzających się i wspólnym wyjaśnianiu, dlaczego w określonych okolicznościach działamy tak, a nie inaczej. Możemy wówczas spróbować zmienić swoje zachowania i przetestować nowe.

Jak sobie pomóc?

Człowiek stanowi pewną całość. Problemy ciała wpływają na psychikę, a stan psychiki na ciało. Złożona sytuacja wymaga kompleksowego podejścia. Dlatego też w centrum Starej Miłosnej, przy ul. Pogodnej 33, stworzyliśmy ośrodek **Strefa Pogodna®** – zespół specjalistów udzielających kompleksowej pomocy.

Psychodietetyka

Osobom potrzebującym pomocy w ustabilizowaniu apetytu lub masy ciała proponujemy konsultacje u psychodietetyka. W czasie spotkania specjalista kompleksowo podchodzi do kwestii żywieniowych, uwzględniając podłoże psychologiczne i medyczne. Koncentruje się na diecie, stylu życia, rytmie dobowym, poziomie i źródłach stresu oraz gotowości do zmian. Otrzymasz kompleksową pomoc dostosowaną do Twojego stanu i wsparcie psychodietetyczne. Nauczysz się, jak skutecznie wprowadzać zalecenia, by np. efekt *jo-jo* nigdy więcej Cię nie dopadł.

Trening uważności dla dzieci

Dzieciom mającym trudności w skupieniu się w szkole proponujemy biofeedback – trening uważności wspomagany komputerowo. Polega on na coraz dłuższym utrzymywaniu koncentracji na zadaniu – animacji komputerowej lub grze. Informacje o pracy półkór mózgowych, zbierane poprzez elektrody przyłożone do skóry, przesyłane są do komputera. Prawidłowa praca wzmacniana jest premią; dekoncentracja skutkuje „rozjechaniem się” obrazu wyświetlanego na ekranie. Dzięki temu już w pierwszych chwilach dekoncentracji dziecko uświadamia sobie konieczność natychmiastowego powrotu do wykonywanego zadania.

Regularnie prowadzony trening uważności uczy koncentracji i utrwała umiejętność

utrzymywania stanu skupienia. Dzięki niemu dziecko może przekonać się, że nauka może być przyjemna i przynosić sukcesy.

Terapia psychologiczna

Dzieciom, młodzieży i dorosłym doświadczającym jednego lub większej liczby objawów opisanych na wstępie proponujemy terapię psychologiczną. Terapia behawioralno-poznawcza pomaga uporać się z trudnymi sytuacjami w życiu, zrozumieć ich przyczyny oraz daje możliwość poukładania wszystkiego w zgodzie ze sobą.

Życie zawodowe

Dorosłym poszukującym pomocy w organizacji życia zawodowego po pandemii proponujemy spotkanie z psychologiem biznesu z MBA. Otrzymasz drugie spojrzenie praktyka – analizę sytuacji i informacje, których możesz nie zdołać uzyskać od wewnątrz firmy.

Zapraszamy :)



ul. Pogodna 33
05-077 Warszawa (Stara Miłosna)

mgr Katarzyna Rywczyńska-Mról
dietetyk kliniczny
psychodietetyk
tel. 575 596 466
www.optimadiet.pl



mgr Angelika Turlejska
psycholog dziecięcy
specj. terapii biofeedback
tel. 786 622 667
www.terapia-amis.pl



mgr Wioletta Kochut
psycholog dzieci i młodzieży
psychoterapeuta
tel. 880 722 727
wiolettakochut@gmail.com



mgr Radosław Jerzy Utnik, MBA
psycholog biznesu, coach
seksuolog kliniczny
tel. 22 112 1001
www.linkedin.com/in/rutnik



Listopadowa korekta rozkładu jazdy pociągów dla Warszawy-Wesołej

Szanowni Czytelnicy, niedawno wszyscy wspólnie przeżyaliśmy trudności dojazdowe związane z budową tunelu drogowego w Sulejówku-Miłosnej, a już kolejna korekta rozkładu jazdy puka do drzwi. Czego możemy spodziewać się w korekcie rozkładu jazdy pociągów od 6.11 do 10.12.2022?

W dniach 19–20.11 oraz 26–27.11, czyli w dwa listopadowe weekendy, z powodu napraw przejazdów kolejowych na odcinku Sulejówek Miłosna – Mińsk Mazowiecki, ruch pociągów będzie jednotorowy, dwukierunkowy. Zmiana ta będzie miała swoje odbicie w rozkładzie jazdy. Dokładne godziny odjazdów pociągów z przystanku Warszawa Wesoła może sobie sprawdzić każdy z Was, ale tylko uprzedzam, że o ile w godzinach porannych, tj. 5–7, kursowanie pociągów w kierunku centrum Warszawy będzie częste, to po godzinie 8 należy spodziewać

się przerw między pociągami rzędu np. 20 min., a dodatkowo należy spodziewać się opóźnień. Niestety ruch jednotorowy dwukierunkowy jest kłopotliwy, bo nawet przy uwzględnieniu postojów na przepuszczanie pociągów z przeciwną zawsze jest ryzyko opóźnienia z innych powodów. Dodatkowym utrudnieniem jest to, że w okresie 7.11–6.12 w poniedziałki i wtorki dwa ostatnie pociągi z kierunku Warszawy Śródmieścia w kierunku Warszawy Wesołej zostaną zastąpione przez Zastępczą Komunikację Autobusową. Takie rozwiązanie jest zapewne podyktowane kwestiami technicznymi po stronie PKP PLK.

W dniach 7–10.12 bieżącego roku wchodzi kolejne utrudnienie, które będzie akurat wspólne dla wszystkich kierunków w Warszawskim Węźle Kolejowym: z uwagi na prowadzone prace modernizacyjne na stacji Warszawa Zachodnia ruch pociągów przez „średnicę” będzie ograniczony. Dotychczas linią średnicową kursowało w ciągu

godziny 16 pociągów, a w ww. okresie w ciągu godziny przejadą tylko 3 pociągi.

Dodatkowo od 2.12 w godzinach 22.15–4.15 obowiązywać będzie nocna przerwa technologiczna w obrębie stacji Warszawa Zachodnia. Co to oznacza? Oznacza to po prostu tyle, że ostatnie pociągi z/w kierunku Warszawy Wesołej odjadą już po godzinie 21.

Szanowni Czytelnicy, żeby kolej w Polsce po latach zastoju mogła się rozwijać, potrzebne są inwestycje, a inwestycji nie da się przeprowadzić bez jakichkolwiek utrudnień. To tak jak w domu – każdy remont to utrudnienie w codziennym funkcjonowaniu. Pozostaje nam cierpliwie czekać na efekty prac modernizacyjnych. Na naszej linii efekty prac są namacalne: przeprowadzona wiele lat temu modernizacja dała nam nowe perony, nową infrastrukturę, a dodatkowo nowe pojazdy kolejowe u przewoźników znacząco poprawiły komfort podróży koleją. To jeszcze nie koniec inwestycji oczywiście (mam tu na myśli tworzący się tunel drogowy w Warszawie Wesołej), ale namacalnie widać, że postęp inwestycyjny jest. Pora na kolejne odcinki linii kolejowych.

Kamil Oroń

PTTK zaprasza



Serdecznie zapraszamy do udziału w naszym zimowym wypadzie w Beskid Niski.

Beskid Niski to unikatowe pasmo górskie w Karpatach rozciągające się od Przełęczy Tylickiej na zachodzie aż do Przełęczy Łupkowskiej na wschodzie. Szczyty górskie są tu niezbyt wyniosłe, najwyższym szczytem w Polsce jest Lackowa (997 m), a po słowackiej stronie Busov (1002 m). Natomiast to nie szczyty są zachwycające, a niezwykle malownicze rozległe doliny, prawie całkiem wyludnione po przeprowadzonej przez komunistów w roku 1947 akcji „Wisła”.

Wędrując bezdrożami Beskidu Niskiego, co raz możemy się natknąć na zaskakujące pamiątki przeszłości: a to zdziczały sad, a to drzwi do nieistniejącej wsi, a to zagubiona przydrożna kapliczka. No i drewniane cerkwie. Perły architektury drow-

nianej rozsiane po każdej dolinie, nierzadko jako jedyny budynek, pozostały po dawno wyludnionej osadzie... Lasy Beskidu Niskiego skrywają jeszcze pamiątki innej mrocznej historii. Przebiegający przez jego teren front I wojny światowej obfitował w drobne, ale krwawe potyczki. Po ich zakończeniu na pobojuwiskach Austriacy urządzili cmentarzyki wojenne, godnie upamiętniając poległych obu stron konfliktu. Projektowane przez wybitnych architektów, niosły za sobą pamięć o ofiarach i miały być przesłaniem o okropieństwach wojny. A było ich na terenie Beskidu Niskiego około 400.

W ramach naszej wycieczki zwiedzimy także przepiękny malowniczy Biecz, jedno z najstarszych miast Galicji, nazywane „perłą Podkarpacia”. Dziś liczący zaledwie 4,5 tys. mieszkańców Biecz, do połowy XVI w. był jednym z największych miast Polski.

Chodzenia jak to na naszych wędrownkach będzie sporo, ale też tradycyjnie będą przygotowane trasy alternatywne, zarówno dla dzieci czy osób o gorszej kondycji, jak i wydłużone, dla takich, co lubią się w górach bardziej zmęczyć.

Nocujemy w Ośrodku Szkolno-Wypoczynkowym w Zduni www.zdunia.pl. Pokoje 2–3-osobowe z łazienkami.

Przejazdy autokarem, wyjazd w dniu 8.12.2022 (czwartek) o godz. 7.00 z parkingu pod halą sportową na ul. Pogodnej róg Klimatycznej w os. Stara Miłosna, powrót w to samo miejsce 11.12.2022 ok. godz. 21.30.

Wpisowe na wyjazd: 590 zł, dzieci do lat 15 – 550 zł, **obejmuje:** przejazdy autokarem, obiad i kolację w dniu 8.12 oraz śniadania i obiadokolację w pozostałe dni, nocleg, ognisko z kiełbaskami.

W terminie 14 dni od zgłoszenia wymagamy wpłaty zadatku na wyjazd w wysokości 200 zł.

Kierownik wyjazdu: Marcin Jędrzejewski

Szczegółowy program wyjazdu oraz zgłoszenia na naszej stronie internetowej www.pttkwesola.pl.

Serdecznie zapraszamy!

KOŁO PTTK NR 4 W WESOŁEJ

REKLAMA

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 Dworkowej), tel. 505 099 069
Warszawa-Wesoła, Stara Miłosna

"Go ahead" SZKOŁA JĘZYKÓW OBCYCH Sulejówek, Stara Miłosna, Halinów

Lekcje ANGIELSKIEGO I NIEMIECKIEGO:

- grupowo (3-7 osób) – 30 zł
- indywidualnie – 85 zł (60 min)

Od poziomu A1 do C2. Lektorzy: angliści, germanistka, pedagog-anglista.

ul. Jeździecka 20, tel. 733 250 300 www.szkołajazykowobcych.eu

PRACOWNIA PROTETYCZNA

EWA WAŚ

tel.: 22 773 29 67 • 605 40 38 42

PROTEZY • NAPRAWA

Express

DWUJĘZYCZNA SZKOŁA PODSTAWOWA NR 1 Cambridge International School

innowacyjna

2021

Dwujęzyczna Szkoła Podstawowa nr 1 w Warszawie otrzymała nagrodę Komisji Europejskiej: European Innovative Teaching Award za innowacyjne praktyki nauczania.



Otrzymaliśmy nagrodę Komisji Europejskiej:

European Innovative Teaching Award za innowacyjne praktyki nauczania.

Tym artykułem rozpoczynamy cykl prezentacji innowacyjnych rozwiązań dydaktycznych.

DWUJĘZYCZNOŚĆ I MIĘDZYNARODOWY PROGRAM CAMBRIDGE

Od początku powstania, w 2009 roku, placówka zapewnia edukację dwujęzyczną wszystkim uczniom, w klasach 1-8.

Dwujęzyczność naszej szkoły oznacza dla uczniów naukę zarówno w języku polskim, jak też w języku angielskim. Nauka języka angielskiego odbywa się w wymiarze rozszerzonym, co gwarantuje opanowanie go w stopniu umożliwiającym samodzielną i swobodną komunikację.

Taki system pracy:

- istotnie zwiększa częstotliwość obcowania ucznia z językiem angielskim w mowie i piśmie
- zakłada stopniowe wprowadzanie elementów języka angielskiego w nauczaniu przedmiotowym
- sprzyja coraz sprawniejszemu postępowaniu się słownictwem specjalistycznym

Podczas I etapu edukacyjnego wybrane treści edukacji wczesnoszkolnej realizowane są w integracji z językiem angielskim, przygotowując uczniów do nauczania niektórych przedmiotów metodą dwujęzyczności w klasach starszych.

2015

Dwujęzyczna Szkoła Podstawowa nr 1 otrzymała akredytację na realizację Międzynarodowego Programu Cambridge oraz uzyskała status Cambridge International School.



Program Cambridge, opracowany przez Cambridge Assessment International Education stanowi kompleksowy zestaw edukacyjny z przedmiotami realizowanymi w języku angielskim: Mathematics, Science, English as a Second Language, ICT.

Realizacja programu, przy zastosowaniu takich metod nauczania jak: Cooperative Learning i Project-Based Learning, umożliwia uczniom nie tylko zdobycie wysokich umiejętności językowych z zakresu różnych dziedzin, ale również wzmocnienie kompetencji społecznych i obywatelskich.

Innowacyjne nauczanie przekłada się na bardzo dobre rezultaty uzyskiwane przez uczniów

na międzynarodowych egzaminach językowych Cambridge (począwszy od poziomu Starters (poziom pre- A1), po Movers, Flyers, Preliminary for Schools, a skończywszy na First-poziom B2), na państwowych egzaminach z języka angielskiego, w konkursach kuratorskich i ogólnopolskich.

Nad realizacją celów programów: Dwujęzyczności i Cambridge czuwa wykwalifikowany zespół nauczycieli, uczestników licznych międzynarodowych szkoleń i konferencji. To oni wraz z uczniami, rodzicami i Dyrekcją tworzą pozytywne i kreatywne środowisko do uczenia się i nauczania w naszej szkole.

Anna Boguszewska
Karolina Kolenkiewicz

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

Szachiści po raz piętnasty zagrali dla Jana Brustmana

8 października w Szkole Podstawowej nr 195 im. Króla Maciusia I w dzielnicy Wawer szachiści po raz piętnasty zagrali dla Jana Brustmana, wybitnego trenera, wielkiego miłośnika i pasjonata królewskiej gry. Turniej organizowany jest rokrocznie ze wspólnej inicjatywy dzielnicy Wesoła i dzielnicy Wawer, w których Jan Brustman propagował grę w szachy wśród dzieci i młodzieży. Zawodnicy grali w dwóch grupach: w turnieju A, głównym, dzieci i młodzież w wieku od 5 do 20 lat, w turnieju B dzieci z rocznika 2013 i młodsze. Każdy z zawodników grał 7 partii systemem szwajcarskim po 15 minut dla zawodnika. Jan Brustman był organizatorem i prekursorem właśnie takich, jednodniowych turniejów dla dzieci. Jako pierwszy przeprowadzał tak duże imprezy rozgrywane tempem szachów szybkich, dlatego też system rozgrywek w turniejach jego pamięci został zachowany.



Najlepszymi zawodnikami w turnieju dzieci i młodzież od 5 do 20 lat okazali się:

1. Bartosz Fiszer – UKS SP 321 Warszawa-Bemowo
2. Ryszard Ćwiek – UKS SP 321 Warszawa-Bemowo
3. Juliusz Klim – KSz Polonia Warszawa
4. Witold Kowalski – KSz Polonia Warszawa
5. Filip Klim – KSz Polonia Warszawa
6. Sylwester Kucharski – KS Szachowa Dwójka Grodzisk Maz.
7. Stefan Ćwiek – UKS SP 321 Warszawa-Bemowo
8. Zbigniew Bagiński – KSz Polonia Warszawa
9. Filip Mazurek – UKS Sparta Białoleka
10. Jeremi Ornoch – MOK-Józefów

Najlepsze wyniki w turnieju dzieci, rocznik 2013 i młodszy, uzyskali:

1. Glib Momot – Warszawa
2. Piotr Kaczmarek – UKS Czternastka Warszawa
3. Zofia Malczewska – UKS Czternastka Warszawa
4. Patryk Gosek – UKS Gambit - Wesoła



5. Mateusz Mejszutowicz – UKS Gambit - Wesoła
6. Maciej Polok – UKS Caissa Warszawa
7. Da Cao – Warszawa
8. Maciej Kaleta – Warszawa
9. Liliana Owczarzak – UKS Szachowa Dwójka Grodzisk Mazowiecki
10. Piotr Pańczuk – KSz Polonia Warszawa

Puchar oraz tytuł najlepszego zawodnika dzielnicy Wesoła zdobył Ksawery Komuda. Najlepszym zawodnikiem dzielnicy Wawer okazał się Adam Marcinkowski.

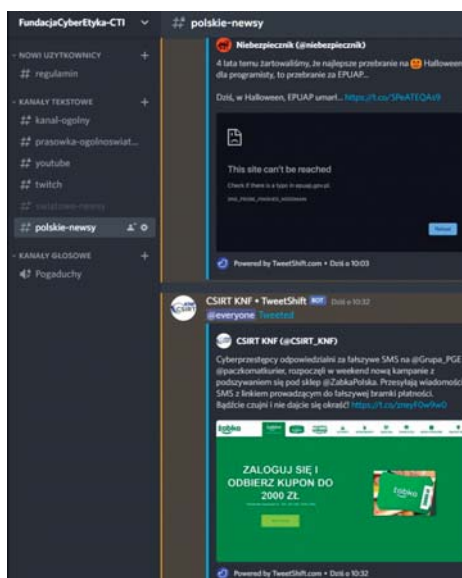
Projekt współfinansowany przez Dzielnicę Wesoła m.st. Warszawy.

Teresa Osypiuk
UKS Gambit - Wesoła

Discord i cybernewsy

Dawniej ludzie pokonywali spore odległości, by dowiedzieć się od sąsiednich plemion, co u nich lub co się wydarzyło w ich otoczeniu. Siadali przy ognisku, przy kolacji, snując historie i wymieniając się informacjami.

Czasy się zmieniły, a ta sama atawistyczna chęć dzielenia się informacją pozostała w nas do dziś. Niestety w dzisiejszych czasach krąży wokół nas zbyt dużo informacji, których nie jesteśmy w stanie przyswoić, znaleźć czy nawet odróżnić prawdziwych od fałszywych. Chcąc pomóc naszej fundacyjnej społeczności być z informacjami na bieżąco, opracowaliśmy serwis z informacjami ze świata cyber. Wykorzystaliśmy do tego popularną aplikację Discord, w której zbieramy z różnych serwisów polskich i zagranicznych informacje nt. cyberbezpieczeństwa i udostępniamy je wam



za darmo. Co należy zrobić, by skorzystać z tego serwisu?

1. Wystarczy zainstalować ze sklepu Google Play, Apple Store czy Microsoft Store aplikację Discord.
2. Następnie dodać nasz serwer, klikając w poniższy link <https://discord.gg/2mwD9mJ2> lub w poniższy kod QR:



3. Zaakceptować regulamin naszego serwisu, klikając w zielony „ptaszek”.

Obok zamieszczamy przykład, jak zorganizowany jest i jak wygląda nasz serwis.

Adrian Pupek, Justyna Krasowska
Fundacja CyberEtyka, www.cyberetyka.pl
www.facebook.com/cyberetyka/



REKLAMA w „Wiadomościach Sąsiedzkich Wesoła”

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

W BIBLIOTECIE PUBLICZNEJ...

„CZYTASIE” – PROGRAM DLA WESOŁOWSKICH PRZEDSZKOLAKÓW

„Czytasie” to program edukacyjny dla wesołowskich przedszkoli, realizowany przez Bibliotekę Publiczną w Wesołej. Do programu zapraszamy najstarsze grupy przedszkolaków.



Program jest całoroczny. Comiesięczne spotkania/warsztaty (około 8–10 spotkań) są umawiane przez zainteresowane przedszkole z Biblioteką, w której odbywają się zajęcia. Są one nieodpłatne. Przed przystąpieniem do programu „Czytasie” należy zapisać dziecko w Bibliotece, w której będzie realizowany program. Placówki realizujące program:

- Biblioteka Główna, ul. 1 Praskiego Pułku 31, tel. 22 773 40 08
- Filia Nr 1 Stara Miłosna, ul. Jana Pawła II 25, tel. 22 773 83 66
- Filia Nr 2 Zielona, ul. Podleśna 38, tel. 785 502 029

Celem programu jest m.in.: edukacja czytelnicza poprzez zabawę, poznawanie świata książek w środowisku rówieśników, zachęcenie do rodzinnego czytania, wprowadzenie dziecka w świat kultury słowa pisanego. Więcej informacji na stronie www.bibliotekawesoła.pl.

ZWIEDZAMY Z BIBLIOTEKĄ: „WITKACY. SEJSMOGRAF EPOKI PRZYSPIESZENIA”

W sobotnie popołudnie (8 października) Biblioteka w Wesołej zaprosiła wielbicieli sztuki do Muzeum Narodowego na wystawę „Witkacy. Sejsmograf epoki przyspieszenia”.

Była to niepowtarzalna okazja zobaczenia bogatej kolekcji prac, wśród których znalazły się rzadko prezentowane dzieła ze zbiorów prywatnych. Mnóstwo portretów, eksperymentalnych fotografii, rysunków, obrazów wielko- i małowymiarowych. Nie bez powodu przed Muzeum ustawiała się gigantyczna kolejka osób chętnych podziwiać dzieła artysty. Stanisław Witkiewicz był postacią nietuzinkową, dla niektórych kontrowersyjną, ale z pewnością wielką osobowością tak świata literatury, jak świata sztuk plastycznych.

Pani przewodnik podczas półtoragodzinnej wycieczki po galeriach muzeum przekazała nam mnóstwo wiedzy i anegdot z życia Witkacego, opowiedziała, jak tworzył, jak postrzegał sztukę oraz misję i miejsce artysty w świecie. Spotkanie z Witkacym okazało się niezapomnianym przeżyciem, fascynującą wyprawą do świata sztuki!

Polecamy książki o Witkacym i jego sztuce znajdujące się w naszych zbiorach, w tym najnowszą biografię „Witkiewicz. Ojciec Witkacego” autorstwa Natalii Budzyńskiej.

ZBIÓRKA POLARÓW DLA KOTÓW

Zima to bardzo trudny czas dla zwierząt przebywających na stałe na zewnątrz. Wspólnie z wolontariuszami ze SP 172 i Fundacji dla Zwierząt ARGOS będziemy tworzyć schronienia na zimę dla kotów wolno żyjących w Wesołej oraz w innych dzielnicach Warszawy.

Aby udało nam się pomóc kotom, potrzebne są ubrania, ścinki i koce polarowe. Polar jako materiał, który szybko wysycha i w niewielkim stopniu chłonie wodę, posłuży do wyścielenia budek dla kotów. Polary zbieramy we wszystkich Bibliotekach w Wesołej oraz w SP 172. W podziękowaniu za włączenie się do akcji „Domki dla kotów” odbędzie się specjalny Koci Wieczer Bajek dla dzieci z udziałem wolontariuszy ze SP 172.

Zapraszamy do udziału w zbiórce i przynoszenia polarów podczas odwiedzin w bibliotece!

Działanie jest realizowane w ramach programu partnerstw instytucji na rzecz rozwoju wolontariatu, finansowanego ze środków m.st. Warszawy w ramach projektu Ochotnicy Warszawscy.

ROZMOWA – PO3MOBA – PA3MOBA

Projekt biblioteki „Rozmówki polsko-ukraińskie” rozszerzył nam się o język białoruski.

Nagrania, świetna zabawa i owocna praca, otwieranie się na siebie, dzielenie się własnym doświadczeniem.



W październiku odbyły się warsztaty podcaster-skie, uczestniczyła w nich grupa międzynarodowa licealistów ze 163 Liceum Ogólnokształcącego. Pozdrawiamy!!! ☺

Spotkania warsztatowe dały młodzieży możliwość wspólnej rozmowy i twórczego działania na rzecz naszej społeczności, szkolnej i lokalnej. Podczas spotkań otwieraliśmy się na drugiego, byliśmy uważni na siebie i innych.

Co przyniosły te rozmowy? Już wkrótce posłuchajcie na kanale „Cooltura Wesoła 163”.



Biblioteka Publiczna
w Dzielnicy Wesoła
m.st. Warszawy

Навіщо ж ці розмови? Можете послухати на каналі „Cooltura Wesoła 163”.

Што прынеслі гэтыя размовы? Хутка слухайце на канале „Cooltura Wesoła 163”.

Projekt jest finansowany ze środków Miasta Stołecznego Warszawy.

SPOTKANIE Z ANNĄ BOLECKĄ

Zapraszamy na spotkanie z Anną Bolecką, które będzie świętowaniem premiery nowej, dziesiątej już powieści autorki. Spotkanie odbędzie się 24.11.2022 r. o godz. 18.30 w Bibliotece Głównej (ul. 1 Praskiego Pułku 31). Podczas wieczoru autorskiego fragmenty powieści przeczyta Krzysztof Dorosz.



Warszawa dwudziestolecia międzywojennego: kawiarnie, kabarety, teatr, piękne kobiety, ale też problemy zwykłych warszawiaków. Historie bohaterów powieści inspirowane prawdziwymi zdarzeniami z życia kobiet bliskich autorce, jej prababki, babki i matki. Dzięki paczce odnalezionych po wielu latach listów udało się odtworzyć minione chwile, zapomniane uczucia, poznać losy rodziny.

Czy znacie swoje rodzinne korzenie? Może i one łączą się z Warszawą, z jej kamienicami, parkami i ulicami.

Autorka zamieszkała w Starej Miłosnej, gdzie powstały dwa tomy opowieści rodzinnej: „Medalion z ametystem” i „Medalion z perłą”.

Justyna Kwiatkowska

REKLAMA

Trudne Nieruchomości

pomoc prawna i finansowa

tel.: 692 686 616

Pomożemy Ci rozwiązać problem z:
działką, domem, mieszkaniem lub lokalem

- nieregulowany stan prawny,
- wyjście ze współwłasności,
- problemy finansowe i groźba licytacji komorniczej,
- spadek, który chcesz szybko sprzedać,
- mieszkanie w złym stanie,
- trudni najemcy lub meldunek.

Kupujemy za gotówkę:
udziały, zamieszkałe nieruchomości, spadki i inne.

Nie musisz wychodzić z domu, odwiedzimy Cię i przeprowadzimy wywiad.





Zapraszamy do Ośrodka Kultury Wesoła

OŚRODEK KULTURY WESOŁA
| ul. Starzyńskiego 21

Współpraca z Teatrem Południe

Zachęcamy do przyścia na listopadowe spektakle wspaniałego teatru, który powstał z inicjatywy aktora i reżysera Bartłomieja Goli. Tym razem czekają na Państwa dwa tytuły: „Panny dworskie” oraz „Metoda selekcji”.

Na sztukę pt. „Panny dworskie” zapraszamy 19 oraz 20 listopada o godz. 19.00 do Ośrodka Kultury Wesoła. Liczba miejsc ograniczona. Zapisy pod nr. tel. 22 773 55 99. Wydarzenia bezpłatne.

Czy obraz może zainspirować do morderstwa? Czy sztuka wyzwala w ludziach najszybsze żądze? W końcu – czy morderstwo też może być sztuką? I co otrzymamy, jeżeli do tego wszystkiego dodamy jeszcze niebezpieczną miłość? „Panny dworskie” to historia pięciu kobiet, które choć z pozoru zupełnie różne, zostały połączone przez wspólną pasję i przeszłość. Po latach, z większym багаżem doświadczeń, grubszym portfelem, w atmosferze wypełnionej bąbelkami szampana i wśród nowoczesnych technologii, spotykają się, aby powrócić wspomnieniami do dawnych czasów. Jednak czy to spotkanie okaże się niewinne? Czy uczucia, które kiedyś łączyły, dziś mogą stać się powodem do zbrodni?

Tego wieczoru, w oparach dymu i sztuki, w umysłach „panien” ożyją na nowo nie tylko wspólnie spędzone przez nie chwile, ale też emocje, które im wtedy towarzyszyły: namiętność, zazdrość, pasja, żal, strach, groza i miłość. Nikt nie może czuć się bezpiecznie... Zapraszamy!

!ZAPACHY – w spektaklu używane są olejki eteryczne, dym tytoniowy oraz dym konopii siewnej. Projekt jest realizowany w ramach inicjatywy Teatru Południe – Pracownia TP

„Metodę selekcji” zagramy 12 listopada o godz. 19.00 w Ośrodku Działalności Twórczych „Pogodna”. (liczba miejsc ograniczona, zapisy pod nr. tel. 22 100 58 59) oraz 26 listopada o godz. 19.00 w Ośrodku Kultury Wesoła (liczba miejsc ograniczona, zapisy pod nr. tel. 22 773 55 99). Wydarzenia bezpłatne.

W sali spotkań na 11 piętrze spotyka się czworo ludzi – kandydatów na stanowisko dyrektora handlowego. Każdemu z nich zależy na wygranej, na pokonaniu pozostałych. W trakcie procesu rekrutacyjnego poddawani są kolejnym testom – w jaki sposób przez nie przejdą, czy zachowają swoje człowieczeństwo, czy pozwolą zmanipulować się systemom wymyślonym przez korporację? Sztuka dotyka ciągle aktualnych tematów, związanych między innymi z granicami prywatności, z bezduszością systemów, specyficznym klimatem pracy w korporacjach.

Spektakl wyprodukowany przez Laboratorium Meisnera w ramach projektu Gabinet Spotkań Teatralnych. W repertuarze Teatru Południe dzięki uprzejmości Fundacji Act 4 Art.

**OŚRODEK DZIAŁAŃ
TWÓRCZYCH POGODNA**
| ul. Jana Pawła II 25

Wystawa prac laureatów Ogólnopolskiego Konkursu Plastycznego „Skąd się bierze prąd”

Serdecznie zapraszamy na wystawę prac laureatów ogólnopolskiego konkursu plastycznego „Skąd się bierze prąd” zorganizowanego z okazji 25-lecia Urzędu Regulacji Energetyki w październiku 2021 r. dla uczniów klas 7–8 szkół podstawowych. W konkursie wzięło udział ponad 1,7 tys. prac! Uczestnicy prócz umiejętno-



ści artystycznych pokazali w swoich pracach, że posiadają wiedzę i dojrzałe przemyślenia na temat szeroko pojętej energetyki oraz źródeł wytwarzania energii elektrycznej. **Wystawę można oglądać do 25.11, wstęp wolny.**

„Jesienne liście” z cyklu „Pogodne rysowanki”

W sobotę 19 listopada o godzinie 10.00 odbędą się warsztaty plastyczne dla dzieci w wieku 6–12 lat. Zawszą otaczają nas spadające z drzew liście. Posłużą nam one do stworzenia jesiennych obrazków, na których nie zabraknie również kolczastych jeży i puszystych wiewiórek. **Uwaga, będziemy pracować z farbami, będzie można się pobrudzić.** Zapisy od 14.11 pod nr. telefonu: 22 100 58 59.

Sąsiedzkie planszówki

3 grudnia MAL Wesoła zaprasza do ODT Pogodna na XIII spotkanie z grami planszowymi. Spotkania przeznaczone są przede wszystkim dla dorosłych i młodzieży, ale zapraszamy też z dziećmi powyżej 7 r.ż. Na miejscu udostępniamy gry od



naszego partnera ZABAWKI RADUŚ oraz gry podarowane nam przez Wydawnictwo Nasza Księgarnia (m.in. Wyprawa do Eldorado, Sen, Koty, Draftozaury). Zachęcamy do przynoszenia własnych tytułów, na miejscu można spotkać graczy bardziej i mniej zaawansowanych. **Spotykamy się o godzinie 15.00, gry do wieczora. Wstęp wolny.**

Wernisaż wystawy „Surrealizm i fantastyka” Wiesława Sawickiego

Zapraszamy serdecznie na wernisaż 4 grudnia o godz. 16.00. Wystawę będzie można oglądać od 4.12.2022 do 16.01.2023, wstęp wolny.

Wiesław Sawicki urodził się w 1957 r. w Debrzynie, w dawnym województwie śląskim. Od 1959 r. mieszka w Warszawie-Wesołej. Z wykształcenia jest technikiem, a z zamiłowania malarzem. Wszechstronność zainteresowań sprawiła, że posiada wiedzę o różnych technikach malarstwa i to zarówno teoretyczną, jak i praktyczną. Najczęściej jednak swoje obrazy maluje w technice pasteli. W latach 1982–1987 uczęszczał na zajęcia do Państwowego Ogniska Plastycznego (do pracowni pani Barbary Szubińskiej i pana Tadeusza Milewskiego). Bogate doświadczenie i dorobek wystawienniczy sprawiły, że w 2007 roku został przyjęty jako członek Związku Polskich Artystów Plastyków. Wiesław Sawicki miał liczne wystawy zbiorowe i indywidualne, też za granicą, m.in. w Niemczech i USA, a je-



go dzieła trafiły do prywatnych kolekcji, m.in. w Australii, Stanach Zjednoczonych, Francji, Portugalii, Belgii, Walii i Białorusi.

Ostatnie wystawy:

- 2015 Wystawa pasteli, Dom Kultury Śródmieście, Warszawa
- 2016 „Z kolorem przez świat”, Ośrodek Kultury Pogodna, Warszawa Wesoła

- 2016 Wystawa obrazów olejnych, Barbakan Stare Miasto, Warszawa
- 2017 „Magiczny świat pasteli”, Wyszowski Ośrodek Kultury „Hutnik”
- 2018 „Podobnie jak w raju”, ZPAP Warszawa
- 2019 „Dzikość Serca”, Ośrodek Działań Twórczych „Pogodna”, Warszawa
- 2021 „Jaskrawość bytu”, Galeria Lescer, Zalesie Górne

W latach 1985–2014 miał 35 wystaw indywidualnych i zbiorowych w Polsce i za granicą.

Kino Pogodna

„I tak cię kocham” (komedia romantyczna). Seans filmu odbędzie się w czwartek **8 grudnia o godzinie 19.00**. Mężczyzna z kapitalnym poczuciem humoru i konserwatywną rodziną na głowie spotkał przypadkiem nowoczesną dziewczynę, która miała dosyć związków. Połączyła ich miłość od pierwszego wejrzenia. Jednak na dro-



dze do szczęścia stanie szereg przeszkód i wyzwań, którym zakochani będą musieli stawić czoła. „I tak cię kocham” zostało uznane za jedną z najzabawniejszych komedii romantycznych dekady (Variety), było odkryciem festiwalu Sundance, zdobyło nagrodę publiczności na MFF w Locarno i stało się wielkim przebojem amerykańskim kin. Zapraszamy na seans!

Wydarzenie bezpłatne. Liczba miejsc ograniczona. Zapisy pod nr. tel. 22 100 58 59. Po filmie chętnych zapraszamy do Dyskusyjnego Klubu Filmowego!

OŚRODEK DZIAŁAŃ TWÓRCZYCH ZIELONA

| ul. Wilanowska 3

Pracownia portretu, Zatańczmy się – w kręgu!, Jestem Tu. Warsztaty samopoznania

W Ośrodku Działań Twórczych „Zielona” przy ul. Wilanowskiej 3 w ramach Miejsca Aktywności Lokalnej działają: **Pracownia Portretu**, warsztaty choreoterapeutyczne dla kobiet **Zatańczmy się – w kręgu!** oraz warsztaty z cyklu „Jestem tu. Warsztaty samopoznania”.

We wtorkowe wieczory uczestnicy **Pracowni Portretu** tworzą wyjątkowe dzieła. Te cotygodniowe warsztaty to również, a może przede wszystkim, okazja do relaksu, przestrzeni ekspresji twórczej i miejsce są-

siedzkich spotkań. Do grupy można dołączyć w każdej chwili. Pomysłodawcą zajęć jest lokalny wolontariusz, artysta Maciej „Maca” Mackiewicz. Wstęp wolny. Zapisy pod nr. tel. 22 506 51 57.

Wszystkie kobiety, które lubią taniec lub które nigdy nie tańczyły, a chciałyby spróbować, spędzić czas z innymi kobietami, poczuć moc wspólnego tańca, oderwać się od codzienności, poświęcić sobie chwilę czasu i się zrelaksować, zapraszamy **18 listopada oraz 2 grudnia o godz. 19.00 na warsztaty choreoterapeutyczne Zatańczmy się – w kręgu!** Warsztaty poprowadzi wolontariuszka Justyna Szymczyk. Wstęp wolny. Zapisy pod nr. tel. 22 506 51 57.

Natomiast **23 listopada w godz. 18.30–20.00** zapraszamy na spotkanie „**Jestem tu. Warsztaty samopoznania**”, podczas których będzie można m.in. popracować nad własnymi emocjami i nad swoim wewnętrznym ja. Jeśli jesteście gotowi na zmianę sposobu myślenia, to takie spotkania są właśnie dla Was. Warsztaty poprowadzi lokalny life coach i trenerka personalna Marzena Czapska. Wstęp wolny. Zapisy pod nr. tel. 22 506 51 57.

Warsztaty dla dzieci

26 listopada w godz. 11.30–13.00 zapraszamy dzieci w wieku 7–12 lat do udziału w **edukacyjnych warsztatach**, podczas których będą miały one niepowtarzalną okazję zostać małymi naukowcem-hydrobiologiem. Uczestnicy zajęć przeprowadzą doświadczenia badania różnych próbek wody, samodzielnie przygotują m.in. preparaty do badania pod mikroskopami oraz narysują swoje spostrzeżenia na temat wodnych roślin oraz małych skorupiaków, stawonogów itp. Wstęp wolny. Liczba miejsc ograniczona. Zapisy pod nr. tel. 22 506 51 57.

Filcowe skarpety na prezenty to propozycja warsztatów szycia dla dzieci w wieku 7–12 lat, na które zapraszamy **3 grudnia w godz. 11.00–12.30**.

Dzieci uszyją świąteczne skarpety idealnie skrojone na mikołajkowe upominki. Każdy z uczestników będzie miał możliwość zaprojektowania i udekoro-

wania skarpety wg własnego projektu. Wstęp wolny. Liczba miejsc ograniczona. Zapisy pod nr. tel. 22 506 51 57.

Świąteczny Kiermasz Bożonarodzeniowy

Rozpoczęliśmy nabór zgłoszeń artystów, rękodzielników, twórców ludowych, lokalnych producentów żywności oraz food trucków do udziału w Świątecznym Kiermaszu Bożonarodzeniowym, który odbędzie się **10 grudnia 2022 r. w godz. 12.00–18.00** na parking przy Urzędzie Dzielnicy Wesoła (ul. 1 Praskiego Pułku 33). Liczba miejsc ograniczona. Na zgłoszenia zostało niewiele czasu – czekamy **do 20 listopada!** Regulamin wraz z formularzem zgłoszeniowym dostępne są na naszej stronie www.domkulturywesola.net.

Podczas kiermaszu odbędą się m.in. warsztaty plastyczne, spotkanie z Mikołajem, występy artystyczne oraz losowanie podarków świątecznych dla uczestników Kiermaszu. Zapraszamy serdecznie i mamy nadzieję do zobaczenia!

Anna Bielska

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

Andre de la Cruz
PANNY DWORSKIE
adaptacja i reżyseria: Bartłomiej Gola asystentka reżysera: Ania Lada

muzyka: Michał Witka
scenografia i kostiumy: Monika Pawełk
oprawa plastyczna: Tomasz Kamiński, Ireneusz Wojczek

Ania Lada Maryla Morydz
Ewa Narbutt Oksana Slavka
Amelia Fajfer Paulina Radzimirska
Kamila Afeltowicz Anna Przybylska
Julia Pudelek Julia Karpińska

19, 20 listopada 2022, godz. 19:00
Liczba miejsc ograniczona. Zapisy pod nr. tel. 22 773 55 99.
Wydarzenie bezpłatne.



OŚRODEK KULTURY W DZIELNICY WESOŁA M.ST.
WARSZAWY
UL. STARZYŃSKIEGO 21, 05-075 WARSZAWA - WESOŁA
TEL. 22 773 61 88

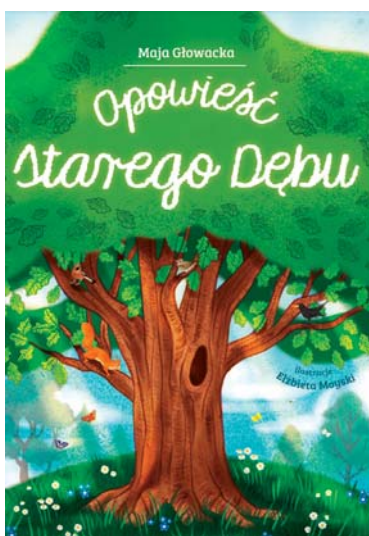




Okiem zielarza-terapeuty: „Poczytaj mi mamo”, czyli spotkania z leśną bajkoterapią

„Opowieść Starego Dębu” to tytuł najnowszej książki, którą przed kilkoma dniami wydała moja serdeczna znajoma i leśna mentorka z Zaczarowanego Lasu – Maja Głowacka (*Pracownia Edukacji Żywej*). Jestem świeżo po lekturze opowieści i pragnę podzielić się z Wami dobrem, które powinno stać się obowiązkową lekturą dla dzieci w każdym domu.

„Opowieść Starego Dębu” to na pozór niewielka formuła traktująca o wielkich i trudnych sprawach tego świata i momentach przełomowych, czyli o narodzinach, dorastaniu i przemijaniu, a także o sile ludzko-drzewnych przyjaźni. Bohaterem tej wspaniałej i porywającej od pierwszych stron opowieści jest dąb zamieszkujący tysiące przedwojenne rejonny. Autorka w sposób prosty, łatwy i przyjemny wprowadza czytelnika w rzeczywistość widzianą oczami 130-letniego drzewa w momencie, kiedy kończy on swoje życie. Obrazowo i z dużą wrażliwością opisuje historię jego życia od momentu zakiełkowania w ziemi i ujrzenia pierwszych promieni słońca. Na kolejnych stronicach rozwija jego historię, z której czytelnik dowiaduje się o fizycznych odczuciach dębu związanych z nawiązywaniem więzi z innymi istotami, uczuciem ciekawości, lękami o przyszłość po stracie swoich leśnych braci oraz nabywaniem mądrości życiowej. Z historii o Starym Dębie dowiadujemy się m.in., czym jest cykliczność, jak funkcjonować



wać w społeczeństwie żywych istot, jak rozumieć słowo „rodzina” w szerszym kontekście. Dla mnie osobiście opowieść Mai Głowackiej po raz kolejny staje się dowodem na to, jak ważne są dla nas, ludzi, nasze korzenie. Kim jesteśmy, skąd pochodzimy i dokąd zmierzamy. To droga do poznania nas samych, ponieważ nie żyjemy oderwani od świata, który nas otacza.

Kilkakrotnie czułam chęć uronienia łzy wzruszenia, czytając o historii przyjaźni dębu z jasnowłosą Kasią, która miała w zwyczaju powierzać mu swoje tajemnice, dzielić z nim swoje radości i smutki. A kiedy zabrakło jej na ziemskim padole, dąb poczuł się bardzo samotny. Przyszła do niego ostatni raz na wiosnę już jako stara kobieta i rzekła: „Znowu zaczniemy żyć normalnie. I łzy popłynęły po jej twarzy naznaczonej głębokimi zmarszczkami. Na starość stawała się coraz podobniejsza do swojego przyjaciela «naznaczonego głębokimi bruzdami na korze». To było ich ostatnie spotkanie”. Jednak wnuczki i prawnuczki Kasi

wróciły do niego. Ziarno miłości zasiane dawno temu nadal kiełkowało w dziecięcych sercach, ponieważ wracamy zawsze tam, skąd pochodzimy. Bo tylko odkrywając nasze wspólne korzenie z przyrodą, możemy dostrzec nasze prawdziwe człowieczeństwo.

I o tym jest właściwie ta prosta, ale przejmująca i budząca świadomość historia. I choć zakończenie

boleśnie ściska nam serca, powstaje jednocześnie nadzieja, że to nie koniec, tylko kolejny początek historii, którą możemy napisać dalej sami i zapełnić swoimi wspomnieniami, ofiarowując naszym dzieciom i ich dzieciom coś najcenniejszego: relację z drugim polegającą na obecności.

Polecam serdecznie wszystkim tym, którzy chcieliby nawiązać bliższą relację z naturą, lasem i drzewami. Lektura „przymusowa” dla dzieci przedszkolnych i wczesnoszkolnych. Zainspirowana tą prostą i poruszającą historią postanowiłam w ramach Fundacji na rzecz Terapii Leśnej NASZ DOM zaproponować program zapobiegania deficytowi przyrody wśród dzieci. Połączenie bajkoterapii, dźwięków i zapachów natury przybliży najmłodszym wartość przyrody „widzianej od środka”. Szczegóły już wkrótce.

Książka dostępna jest w formacie pdf – za darmo, z przyjemnością Wam udostępnię link do pobrania.

Edukacja zielarska najlepsza na listopadową słotę

Za nami edukacyjny październik. Już w listopadzie przygotowałam dla Was kolejne spotkania z psychologią i ziołowo-leśną medycyną.

MOJE WEBINAROWE PROPOZYCJE na LISTOPAD:

- 3.11.2022 r. – Biopsychospołeczne uwarunkowania zdrowia i choroby – część 2.
- 8.11.2022 r. – NA BIS: Las i rośliny w kulturze i wierzeniach. Symbolika uzdrawiania wybranych drzew.
- 17.11.2022 r. – Roślinne adaptogeny vs. depresja, lęki i nerwice
- 22.11.2022 r. – NA BIS: LAS TWOIM TERAPIĄ. Terapia lasem w badaniach i praktyce. Brainspotting vs. terapia lasem + wpływ lasoterapii na rozwój dzieci
- 29.11.2022 r. – Ziołowa apteczka na wybrane dolegliwości. Część 1 – ziołowe specyfiki problemy trawienne

Czas trwania: 1,5–2 h. Koszt webinaru: 40 zł/osoba. Zapisy pod nr. tel. 505 724 094 lub przez formularz Google (dostępny w poście na FB Doktor Z Karolina Julia, FB Ziołowy Raj).

Ponieważ zdrowie kobiet jest mi bardzo bliskie, uruchamiam w jedną sobotę/niedzielę miesiąca CYKL ŚWIADOMA KOBIETA: WEBINAR 1: „Menopauza bez tajemnic. Ziołowe leki na objawy klimakterium”. Szczegóły pojawią się na dniach w wydarzeniach na FB ☺.

Przypominam o nowej lokalizacji gabinetu: **Warszawa, ul. Grenadierów 21/lok. 6**. W listopadzie będą organizowane w tym miejscu weekendowe warsztaty z aromaterapii połączone z leśną sesją relaksacyjną. Zadzwoń i zapytaj o terminy: 505 724 094. Zapraszam do gabinetu po kuracje ziołowe oraz na webinary edukacyjne – stacjonarne i online.

Wasza Doktor Z
Karolina Julia Siemek

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

Październik w SP 172

Październik rozpoczęliśmy wesołym świętowaniem przez klasy starsze **Europejskiego Dnia Języków**. Podczas uroczystości w auli szkoły każda klasa zaprezentowała wylosowany przez siebie kraj, wykonała plakat tematyczny, zaśpiewała popularną piosenkę „Panie Janie” w języku wylosowanego kraju oraz wzięła udział w szkolnym quizie Kahoot! na temat znajomości języków obcych. Młodzież wykazała się niezwykłą kreatywnością oraz dużym zaangażowaniem. Był to dzień wielobarwny, wielokulturowy oraz wielojęzyczny, który uświadomił nam, jak różnorodny i ciekawy jest otaczający nas świat i jak zgrana jest nasza społeczność szkolna. Akcję koordynowali pani Aleksandra Mierzejewska i pan Zbigniew Fiks.

4 października uczniowie klas piątych i szóstych wzięli udział w akcji „Sprzątamy dla Polski”. Jej celem jest kształtowanie wśród młodego pokolenia postaw odpowiedzialności i dbałości o nasze lokalne środowisko. W ten sposób wyraziliśmy również symbolicznie troskę o naszą Ojczyznę. Młodzież sprzątała teren leśny sąsiadujący z budynkiem szkoły i wzdłuż głównej ulicy wiodącej do szkoły. Zebraliśmy kilka worków śmieci. Wśród znalezionych rzeczy trafił się nawet porzucony kosz na zakupy ze sklepu! Koordynatorami akcji były pani Marzena Borkowska i pani Joanna Radomska.

7 października obchodziliśmy **Światowy Dzień Tabliczki Mnożenia**. Z tej okazji na lekcjach ma-

tematyki uczniowie otrzymali tabliczki szczęścia, czyli zabawne kupony z przepowiednią utrwalające jednocześnie mnożenie i dzielenie pamięciowe. Zadaniem uczniów było obliczenie wyników działań, a następnie odszyfrowanie hasła przepowiedni. Każdy był zdeterminowany, aby poznać swoje hasło. Matematyczne atrakcje przygotowała pani Agnieszka Brodowska.

12 października wzięliśmy udział w III Międzynarodowej edycji VII Ogólnopolskiej akcji bicia rekordu w liczbie osób czytających na przerwie „Przerwa na czytanie – bicie rekordu w czytaniu na przerwie”. W czasie przerwy, w ciszy, czytaliśmy po polsku i po ukraińsku, czytaliśmy powieści, nowele, komiksy, mangi, zbiory wierszy. Razem czytały 404 osoby. Wydarzenie odbywa się corocznie w październiku, w ramach Międzynarodowego Miesiąca Bibliotek Szkolnych oraz kampanii społecznej „Cała Polska czyta dzieciom”. Szkolnym koordynatorem była pani Mirosława Figielska.

Piękne i słoneczne jesienne dni zachęciły nas do wyjścia poza szkolne mury. Odbyły się liczne wyjazdy edukacyjne i integracyjne. Klasy czwarte w **Zielonym Labiryncie**, na polu kukurydzy

w Nieporęcie, łączyły aktywność na świeżym powietrzu z ćwiczeniem orientacji przestrzennej. Klasa 7a na świeżym powietrzu rywalizowała w **paintballu**, co okazało się świetną alternatywą dla codzienności uczniowskiej zdominowanej przez telefon i surfowanie w sieci. Klasy trzecie

odwiedziły **Komisariat Policji** w naszej dzielnicy i poznały szczegóły pracy w zawodzie policjanta.

Klasy 7a i 8a, dzięki udziałowi w programie „Kulturalna szkoła na Mazowszu”, który umożliwia uczniom z województwa mazowieckiego skorzystanie z biletów wstępu do mazowieckich instytucji kultury za symboliczną złotówkę, były w **zamku w Liwie** i wzięły udział w warsztatach „Spotkania z żywą historią”, podczas których

uczestnicy poznali elementy kultury rycerskiej i różne typy starej broni.

Na **Mistrzostwach Dzielnicy Wesoła w szachach**, które odbyły się w ramach rozgrywek LVI WOM, nasi młodzi reprezentanci wywalczyli **II miejsce**. Opiekunem zawodników była pani Joanna Radomska. Gratulujemy i życzymy kolejnych sukcesów.

Szkoła Podstawowa nr 172



REKLAMA

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

Zapraszamy do SKLEPU OBUWNICZEGO

**U nas kupisz
w atrakcyjnych cenach
obuwie skórzane
damskie i męskie,
buty i kapcie dla dzieci,
torebki, plecaki, portfele
następujących marek:**

Nowa Kolekcja



FLY LONDON • hōgl • TOMMY HILFGER • nessi
HISPANITAS JOY IS A CHOICE • JOHN DOUBARE • CMP
Befado • maciejka • anekke • BOCCATO • ara since 1949
BIG STAR • Westland by JOSEF SEIBEL oraz wiele innych.

**Z TĄ REKLAMĄ
JESIENNY RABAT
10%**

**ul. Jana Pawła II 23
lokal A3, tel. 795 813 123**
godziny otwarcia:
pon.-pt.: 10-18, sob.: 10-14

Adopcja serca na odległość w SP nr 173

*Nadzieja przychodzi do człowieka
wraz z drugim człowiekiem,
bo człowiek jest dla człowieka zawsze
spełnieniem obietnicy, obietnicą.*

Dante Alighieri

W naszej placówce od dawna funkcjonuje wolontariat szkolny, który co roku stara się zorganizować pomoc potrzebującym w naszej szkole, jak również poza, a może przede wszystkim poza szkołą. Skuteczność pomocy zależy także od szybkości przepływu konkretnych informacji o potrzebujących, a także sprawności działania i sposobów pozyskiwania rzeczy, środków potrzebnych na ten cel. Dzięki zaangażowaniu wolontariuszy i współpracy z Rodzicami, Parafią Najświętszego Serca Pana Jezusa w Starej Miłośnie oraz Caritas Diecezji Warszawsko-Praskiej udało się nam zorganizować pomoc dla nowo przybyłych uchodźców (matek z małymi dziećmi) z Ukrainy; wsparliśmy chorych na nowotwór z Hospicjum Domowego przy ul. Tykocińskiej w Warszawie; odbyły się zbiórki dla zwierząt naszego warszawskiego ZOO, zbiórka karmy dla kotów w przycmentarnym punkcie oraz schroniska dla psów.

W niniejszym artykule chciałbym przybliżyć problemy, z jakimi borykają się dzieci w krajach misyjnych. Dawno temu organizowaliśmy pomoc misjom w Afryce przez zbiórki pod hasła-

mi: *Podaj mydło, Kup Pan szczotkę, Opatrunek na ratunek* czy *zbiórkę przyborów szkolnych*. Od 22 lutego 2022 roku nasza szkoła adoptowała na odległość dziecko poprzez program o nazwie „Adopcja serca”. Jest to pomoc dla dzieci z krajów misyjnych, które z powodu biedy nie mogą uczęszczać do szkoły. Pomoc ta polega nie tylko na pomocy materialnej, ale także na duchowej, kulturalnej, społecznej i medycznej trosce o młodego człowieka. Program ten opracowały i ową pomoc przez dobroczyńców niosą misjonarki ze Zgromadzenia Sióstr św. Michała Archanioła. Szkoła w Kamerunie trwa do szóstej klasy włącznie, a w Paragwaju do klasy dziewiątej. Tam system szkolnictwa jest bardzo młody, dlatego napotyka wiele problemów, próbując przełożyć zachodnioeuropejskie standardy na grunt Afryki. Obecnie wydaje się to nierealne. Problem analfabetyzmu w Kamerunie wynosi ok. 50%, czyli to tak, jakby nasze co drugie

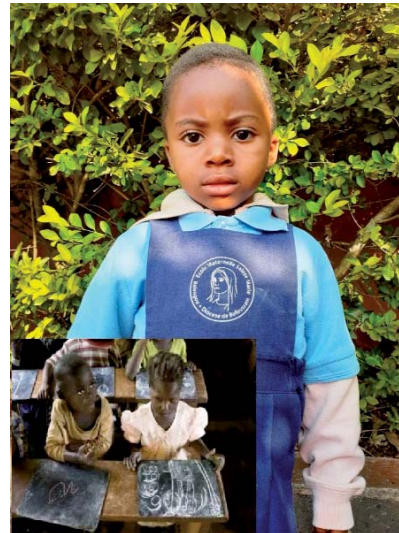
ludzką zarówno dla ucznia, jak i dla nauczyciela. Bywa tak, że jedna książka przypada na całą klasę, a dzieci w nauce posługują się tabliczkami

i kredą. Uczniowie na misjach oprócz nauki mają inne poważne obowiązki: zbieranie drzewa na ognisko, noszenie wody do domu niejednokrotnie kilka kilometrów, praca na plantacji, opieka nad młodszym rodzeństwem, pomoc w pracach domowych, sprzedaż produktów na bazarach. W ten sposób pomagają rodzinie zarobić na życie.

Za pośrednictwem sióstr michalitek jako szkoła adoptowaliśmy czteroletnią dziewczynkę z Kamerunu (wi-

doczną na zdjęciu), oferując jej roczną pomoc w wysokości 300 zł na kształcenie się w szkole, aż do ukończenia szkoły podstawowej. Dziewczynka pochodzi z rodziny wielodzietnej, ojciec szuka dorywczych prac, a matka zajmuje się domem i dziećmi. Rodzicom zależy na wykształceniu swoich dzieci, a opłacenie przez nich czesnego jest nie lada trudnością. Dzieło „Adopcja serca” na odległość, jakiego się podjęliśmy, jest nadzieją dla tych rodziców, nadzieją dla tej dziewczynki, że kiedyś po okresie biedy przyjdzie lepsze jutro w postaci nie tylko słońca na niebie, ale też rozpromienionej słonecznie twarzy naszej małej misyjnej księżniczki i jej zatroskanych rodziców. Siostry w korespondencji wyrażają ogromną wdzięczność dla darczyńców w imieniu rodziny i zapewniają o modlitwie. Więcej o programie „Adopcja serca” na stronie: <https://misje.michaliki.pl/adopcja-serca/>. Jeszcze raz w imieniu obdarowanych: **DZIĘKUJEMY** za wsparcie.

Marcin Wojenka



REKLAMA

MEBLE Z DREWNA

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

**REALIZUJEMY
INDYWIDUALNE
ZAMÓWIENIA**

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

**Meble
z drewna**
MebleSosnowe.EU

WWW.MEBLESOSNOWE.EU

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

Peten zakres usług
Wejść i wyjdź z uśmiechem!

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

REKLAMA

„Czytanie dla globalnego pokoju i harmonii na świecie” w SP nr 385

Hasło tegorocznego Międzynarodowego Miesiąca Bibliotek Szkolnych było inspiracją do przeprowadzenia działań w naszej szkole pod hasłem „Czytanie dla globalnego pokoju i harmonii na świecie”. W cyklicznym wydarzeniu zastosowaliśmy zasadę: starsi uczniowie czytają młodszym. Akcją zostały objęte klasy 0–3 SP. Nasi mali czytelnicy mogli posłuchać fragmentów książek podejmujących trudne tematy: dramatu wojny, prześladowania z powodu poglądów politycznych lub religijnych, uchodźstwa wojennego oraz pomocy osobom poszkodowanym w wyniku działań wojennych. Były to opowiadania i powieści dla dzieci: „Asiunia” J. Papuzińskiej, „Dziadek i niedźwiadek” Ł. Wierzbickiego, „Fajna ferajna” M. Kowaleczko-Szumowskiej, „Która to Malala?” R. Piątkowskiej, „Mała wojna” K. Ryrych.

Czytanie w każdej klasie zakończone było rozmową. Uczniowie opowiadali, jak rozumieją słowo „pokój”, jakie warunki muszą spełnić wszyscy ludzie na świecie, żeby nie było wojen i konfliktów. Doszli do wniosku, że każdy z nas ma do wykonania w tym celu zadanie. I to nie tylko ważni politycy na arenie międzynarodowej, ale również każdy człowiek w swoim codziennym postępowaniu. Ciekawe były te uczniowskie spostrzeżenia. Kolejnym punktem



akcji były zajęcia plastyczne. Dzieci przedstawiały przemyślenia na temat wojny i pokoju, obrazując graficznie swoje wrażenia, tworzyły ilustracje do poznanych fragmentów książek. Najciekawsze prace znalazły się na wystawie w bibliotece szkolnej.

Kontynuacją naszej akcji było wyjście klas 1 i 2 do Teatru Guliwer na muzyczne przedstawienie pt. „Wojna, która zmieniła Rondo. Niezapominajka”. Powstało ono na motywach książki dla dzieci Romany Romanyszyn i Andrija Łesiwa, nagrodzonej na Bologna Ragazzi Award 2015. Rondo – Miasto Kwiatów niegdyś było miejscem idealnym, a ludzie żyli w nim w wielkiej harmonii. Do momentu, gdy nadeszła chmura i zabrała miastu słońce. Pogrążeni w ciemności mieszkańcy starają się odtworzyć miasto takim, jakie było przed kataklizmem. Czy bohaterowie ostatecznie zwyciężą ciemność?

Spektakl został zainspirowany książką stanowiącą sprzeciw artystów wobec agresji Rosji na Krym. „Ten spektakl, jak mówi sam tytuł, jest o wojnie, ale staramy się też opowiedzieć o pamięci, o sile drzemającej w ludziach” – powiedziała reżyser spektaklu Anita Piotrowska.

Uczniowie bardzo żywo reagowali na słowa oraz muzykę płynące ze sceny. Mamy nadzieję, że na długo zapadnie w ich serca myśl, że pokój na świecie jest największą i najważniejszą wartością.

Anna Grzymkowska
nauczyciel bibliotekarz SP nr 385

REKLAMA

**AUTORSKIE LICEUM
OGÓLNOKSZTAŁCĄCE
KULTURA I NAUKA (d. Bułhak)**
zaprasza



LICEUM
Autorskie

Trakt Brzeski 63,
05-075 Warszawa

PROFILE:

- social media i internet
- ekonomiczny
- bio – science

NAUCZANIE DWUJĘZYCZNE

autorska.edu.pl



SP 171 – Żonkilowe Pola Nadziei Pomagamy, wspieramy, dajemy nadzieję

Akcja Pola Nadziei zrodziła się w Wielkiej Brytanii w 1988 r. Za cel akcji przyjęto zbieranie funduszy na utrzymanie hospicjów. W Polsce pierwsza akcja Pól Nadziei odbyła się w Krakowie w 1998 r., czyli 10 lat później.

Jednym z najważniejszych celów tej akcji jest wychowywanie młodego człowieka do wartości takich jak: wrażliwość na potrzeby drugiego człowieka, zwłaszcza cierpiącego, bezinteresowne zaangażowanie się w działania na rzecz niesienia ulgi i pomocy cierpiącemu człowiekowi, postawa reagowania z empatią na cierpienie, podkreślenie godności ludzkiej osoby, czerpanie radości z dzielenia się swoimi dobrami z ludźmi cierpiącymi.

Jesienią w całej Polsce wolontariusze hospicyjni w zamian za datki wręczają ofiarodawcom cebulki żonkili. **Żonkil symbolizuje zwycięstwo miłości nad śmiercią, poświęcenia nad egoizmem.**

Pola Nadziei to doskonała okazja, by zrobić coś dobrego dla innych. A dokładnie – dla osób nieuleczalnie chorych.

Nasza szkoła bierze udział w akcji „Pola Nadziei” już 17 raz. W zeszłym tygodniu odbyło się jej uroczyste podsumowanie. Uczniowie klas 0–8 zasadzili przy szkole 350 cebulek żonkili.

W tym roku szkolnym dzięki naszej „Kawiarce” i ogromnemu zaangażowaniu wszystkich uczniów i oczywiście rodziców udało nam się ze-



brać aż 4095,78 gr i 1\$. To rekord! Nigdy do tej pory nie udało nam się zebrać tak dużej kwoty! Już teraz szykujemy się na bicie rekordu w przyszłym roku!

Anna Pawlikowska i Anna Porzezińska

Dzieje się w... CLXIII LO

12.10.2022 po intensywnej kampanii, której punktem kulminacyjnym było spotkanie wyborcze w hali sportowej, odbyły się **wybory do Prezydium Samorządu Uczniowskiego**. Wszyscy uczniowie mieli szansę wziąć udział w tajnym, bezpośrednim, równym, powszechnym oraz proporcjonalnym głosowaniu. Przebieg wyborów koordynowała komisja wyborcza, która już w dniu Święta Edukacji Narodowej w obecności Dyrektora Liceum, nauczycieli, przedstawicieli Rady Rodziców i wszystkich uczniów ogłosiła wyniki, prezentując skład nowego prezydium i podkreślając wysoką, bo ponad 80-procentową frekwencję w wyborach.

obok stale pnącego się w górę nowego budynku naszego liceum.

Mamy też plany odnośnie **projektu dotyczącego wybrania patrona szkoły**, zorganizowania **dyskoteki andrzejkowej**, reaktywowania realizowanej dwa lata temu **pomocy okresowej oraz współpracy ze szkolnymi specjalistami na rzecz ppp w naszej szkole**.

W ramach Święta Edukacji Narodowej tradycyjnie po południu odbyło się **Ślubowanie uczniów klas pierwszych**. Nasi młodszy koledzy złożyli Ślubowanie w obecności distinguished gości: panów **M. Jędrzejewskiego** – przew. Rady Dzielnicy Warszawa Wesoła, **L. Winiarskiego**

przyjaźni i szacunku dla innych; krzewić demokrację, sprawiedliwość i tolerancję oraz działać na rzecz wielkiego wspólnego dziedzictwa – Polski.

Podczas tej uroczystości zostały wręczone kolejne tytuły „**Honorowego Przyjaciela CLXIII LO w Warszawie**”. Są one nadawane z inicjatywy RP, RR i SU osobom prywatnym oraz instytucjom i organizacjom, które wspomagają naszą szkołę. W tym roku przyjęli je rozmówcy młodzieży i współrealizatorzy podcastów w ramach projektu „**Coolturałna Wesoła 163**” – pan **Wiesław Stypuła**, pani **Małgorzata Minchberg**, pan **PaWEł Sadlej**, pani **Hanna Bogoryja-Zakrzewska**, pani **Katarzyna Błaszczuk**, pani **Justyna Kwiatkowska**; przedstawiciele firmy **DXC Technology Sp. z o.o.** sponsorującej naszą placówkę; rodzice absolwentów szczególnie zasłużeni z uwagi na aktywną trzyletnią działalność w RR: pani **Urszula Jakubowska-Clapińska** i pan **Janusz Barnat**. Nieobecnym z ważnych powodów na naszej uroczystości panom **Miroslawowi Tokarczykowi**, **Andrzejowi Klimmowi** i **Michałowi Kowalikowi** tytuły zostaną wręczone przy innej okazji, a w imieniu pani **Agnieszki Szymanowskiej** przyjął go pan dyrektor DBFO.

Dopełnieniem uroczystości był pokaz **vlogów** autorstwa klas pierwszych i **program artystyczny w wykonaniu uczniów kl. I d i II a**.

Na wniosek osób już myślących o wyborze studiów rozpoczął się **cykl spotkań ze studentami warszawskich uczelni**. To ważne zwłaszcza dla tegorocznych maturzystów.

Jak widać, w naszej szkole dostojne uroczystości i bieżące aktywności przeplatają się i stanowią przestrzeń do działań, dzięki którym zdobywamy umiejętności i przekonanie, że można i warto aktywnie działać.

Michalina Siwik

Przew. SU CLXIII LO w Warszawie



Nowe prezydium nie próżnuje. Na początek za zgodą Pani Dyrektora I. Nowackiej stworzyliśmy **projekt dotyczący obchodów Dnia Niepodległości** zawierający wiele aktywności na ten dzień. Jest wśród nich **prelekcja przygotowana przez pasjonata historii – W. Dziewulskiego z kl. III a** na temat genezy polskiej Niepodległości, „**Licealniada**”, czyli turniej wiedzy dotyczący dziejów Polski jako okazja do nauki, zabawy i integracji międzyklasowej oraz – drugi już w historii naszej szkoły – „**Spacer dla zdrowia i Niepodległej**” w celu złożenia kwiatów przy „**Kamieniu Piłsudskiego**” w Wesołej-Zielonej. Dla społeczności naszej szkoły ważnym punktem tego spaceru będzie **przejście ulicą Słowackiego**

– wiceprzew. Rady Dzielnicy Warszawa Wesoła, **M. Mahora** – burmistrza dzielnicy Warszawa-Wesoła, **D. Galińskiego** – dyr. DBFO; **Honorowych Przyjaciół CLXIII LO, rodziców, wychowawców, nauczycieli, przedstawicieli SU**, a także licznie przybyłych w tym dniu **absolwentów naszej szkoły**. Już czwarty raz uroczystości wybrzmiały deklaracje, że **uczennice i uczniowie CLXIII LO w Warszawie świadomi wyjątkowości i powagi chwili ślubują w sposób rzetelny i uczciwy wypełniać obowiązki ucznia i dbać o dobre imię szkoły; wykorzystywać zdobywaną wiedzę i umiejętności dla szczęścia, dobra, godności i wolności wszystkich ludzi; wcielać w życie idee**

OGŁOSZENIA DROBNE

- MISTRZOWSKA PRACOWNIA FLO-
RYSTYCZNA w WESOŁEJ wykona na
zamówienie: stroik świąteczny, wią-
zanki pogrzebowe, wieńce i inne ...
DUETTFLOR – Instagram moje pra-
ce. Kontakt 881 319 160.
- Zatrudnię pomoc domową. Praca trzy
dni w tygodniu, w Wesołej. Referen-
cje mile widziane. Tel. 501-442-444.
- MATEMATYKA – szkoła podstawo-
wa, liceum, matury – zaprasza do-
świadczony matematyk. Tel.
502.440.321.
- Zdecydowanie kupimy różnego ro-
dzaju antyki i starocię od A do Z.
Płacimy gotówką. Tel. 601 460 186.
- MATEMATYKA. Szkoła średnia, eg-
zaminy maturalny i ósmoklasisty.
Stara Miłosna. Tel: 514 37 14 95.
- PRANIE dywanów, wykładzin, tapicer-
ki meblowej i samochodowej. Dojazd
i wycena gratis, tel: 500 753 803.
- Nauczycielka angielskiego i niemiec-
kiego udzieli lekcji z zakresu: przed-
szkoła, szkoły podstawowej i śred-
niej, studenci i dorośli. Możliwość na-
uki przez Skypa lub Messangera.
Stara Miłosna, Sulejówek i okolice. in-
dywidualnie: 85 zł (lekcja), grupowo:
30 zł (3–6 osób). Tel. 733 250 300.
- Pomoc i nauka w obsłudze kompu-
tera, internetu i komórki. Zakupy
online. Osoby starsze – promocja!
Prowadzenie lekcji w odzieży
ochronnej (coronavirus). Student
tel. 533-404-404.
- Absolwent Politechniki Warszaw-
skiej oferuje korepetycje z Matema-
tyki. Zakres: podstawówka, liceum,
Technikum. Przygotowania do
sprawdzianów kartkówki egzami-
nów Tel. 516-309-589.
- Sprzedam działkę 1205 m² – media,
prąd. Cena za metr 280 zł. Desno
gm. Halinów tel. 575 390 776.

Na naszych łamach mogą Państwo zamieścić dwa typy ogłoszeń drobnych:
- ogłoszenie tekstowe o objętości do 20 wyrazów – płatne 24,60 zł (brutto),
- ogłoszenie w ramce 43 x 20 mm – płatne 61,50 zł (brutto).

Zamówienia 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).

HYDRAULIK
– TANIO I SOLIDNIE –
506 173 607

**PRACE ZIEMNE
PORZĄDKOWE
WYSOKOŚCIOWE**
Tel. 504 301 405

**PRACE REMONTOWO-
WYKOŃCZENIOWE
KOMPLEKSOWO.**
tel. 502 214 531

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

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

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

KSIĘGOWOŚĆ PEŁNY ZAKRES
KSIĘGA PRZYCHODÓW I ROZCHODÓW,
RYCZAŁT, VAT
KADRY, PŁACE, ZUS
Tel. kont. 661 913 896.

WYCINANIE DRZEW
podcinanie gałęzi
PRACE PORZĄDKOWE
TRANSPORT Tel. 513 148 238

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

**ROCKOWE
LEKCJE GITARY**
795 452 468

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

**PODCINANIE,
WYCINANIE DRZEW**
CZYSZCZENIE RYNIEN,
MONTAŻ ANTYPTAKÓW
tel. 606-808-358

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

REMONTY
PRACE WYKOŃCZENIOWE,
MALOWANIE, GLAZURA
Tel. 516 669 839

PRACOWNIA PROTETYCZNA
Majdan, gm. Wiązowna tel. 507 221 820
PROTEZA AKRYL – 550 zł
PROTEZA ELASTYCZNA – 700 zł
• DUŻE DOŚWIADCZENIE • CIĘŻKIE PRZYPADKI

REKLAMA

SALON FRYZJERSKI PROFESSIONAL
6A Brata Alberta | Warszawa - Wesoła 05-075
Tel. 500-070-371

Zapraszamy

Pon-Pt 9:00-19:00 Sob 9:00-15:00

odbudowa włosów 99 zł

pełny zakres usług
koloryzacje
pojaśnienia

ombre / sombre

keratyna kaszmirowa

odbudowa kaszmirowa – włosów

strzyżenie / damskie / męskie

zeskanuj kod i odwiedź nas na Facebooku



www.gromadowsky.pl

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

Październik w SP 174 z Oddziałami Integracyjnymi

SPORTOWE OSIĄGNIĘCIA UCZNIÓW

Nasi uczniowie pod opieką nauczyciela wychowania fizycznego pani **Jolanty Ilewicz** osiągają dobre wyniki w zawodach sportowych. W **Mistrzostwach Dzielnicy** w piłce ręcznej młodzieży nasze zawodniczki zajęły **I miejsce** i będą reprezentować dzielnicę w rozgrywkach Warszawy. W Mistrzostwach Dzielnicy w unihokeyu chłopców rocznik 2010 i młodsi zajęliśmy **III miejsce**, a w unihokeyu młodzieży zespół dziewcząt zajął **II miejsce**. Gratulujemy i życzymy powodzenia w dalszych zmaganiach sportowych!

STRAŻ MIEJSKA

Jak co roku, zgodnie z planem działań programu wychowawczo-profilaktycznego, w naszej szkole odbywają się zajęcia z pracownikiem Referatu Profilaktyki Stołecznej Straży Miejskiej. Już od wielu lat na zaproszenie **pedagoga szkolnego** pani **Barbary Szkurlat** przyjeżdża do nas niezastąpiona pani **Agnieszka Rdzanek** z bardzo ważnymi i ciekawymi zajęciami dla uczniów wszystkich klas oraz oddziału przedszkolnego. Tematyka zajęć zawsze dostosowana jest do możliwości uczniów oraz porusza istotne zagadnienia bezpieczeństwa i przestrzegania prawa.

WOLONTARIAT

Tak jak w poprzednich dwóch latach, **Szkolne Koło Wolontariatu** pod opieką **Katarzyny Kal-**

barczyk i Ilony Babulewicz wraz z uczniami z naszej szkoły zbierali żołędzie i orzechy laskowe dla zwierząt z warszawskiego ZOO. Wolontariusze podsumowali akcję **Kolorowe Kredki**, przekazując zebrane kredki na potrzeby dzieci przebywających w szpitalach. Zbieramy obecnie niepotrzebne klucze, które zostaną przekazane do Polskiego Stowarzyszenia Serwisów Kluczowych. Pieniądze ze złomowania kluczy zostaną za pośrednictwem Stowarzyszenia przekazane **Fundacji Ewy Błaszczak „A KOGO?”**. Nasi wolontariusze przystąpili również do sprzedaży zniczy **Fundacji Wszystkich Świętych**. Zebrane środki pieniężne przeznaczone będą na pomoc najbardziej potrzebującym. Na pomoc czekają również zwierzęta ze **Schroniska w Celestynowie**.

BIBLIOTEKA

Dzięki uprzejmości **Fundacji Powszechnego Czytania** nasza szkolna biblioteka wzbogaciła się o 35 książek dla dzieci w języku ukraińskim. Są to propozycje zarówno dla starszych, jak i najmłodszych dzieci, m.in. „Bal u Lamorożca” czy „Kicia Kocia”. Teraz nasi ukraińscy uczniowie będą mogli w pełni korzystać z biblioteki i czytać książki w ojczystym języku. Nauczyciel bibliotekarz pani **Agnieszka Juszyńska** dzięki staraniom otrzymała również książki pt. „Kołyssanki” zawierające ludowe kołyssanki z Ukrainy i Polski, które zostały przetłumaczone na oba języki. Książki zostały bezpłat-

nie przekazane naszej bibliotece przez panią **Ańę Komorowską** z Wydawnictwa **Nieśpieszne**.

SZACHY W SZKOLE

Szachy to najpopularniejsza gra na świecie. Nauka gry w szachy sprzyja wszechstronnemu rozwojowi ucznia. Stwarza nieograniczone możliwości wykazania inicjatywy, kształci wyobraźnię prze-



strzenną, ćwiczy pamięć, uwagę, koncentrację. Wpływa na lepszy rozwój logicznego myślenia uczniów, przez co ułatwia rozumienie treści matematycznych. Nasza szkolna drużyna szachistów w składzie: **Maria Odrobina, Hanna Cegiełka, Marcin Odrobina i Mikołaj Odrobina** (kapitan drużyny) wywalczyła **I miejsce** w Mistrzostwach Dzielnicy Wesoła w szachach drużynowych. W turnieju szachowym wzięło udział 6 szkół. Gratulujemy i życzymy kolejnych sukcesów! W naszej szkole zajęcia szachowe prowadzi **instruktor szachowy – Monika Dębicka**.

Marzena Delak

Wieści z SP 353

ŚLUBOWANIE KLAS PIERWSZYCH

Tradycyjnie w październiku w Szkole Podstawowej nr 353 im. „Wielkich Odkrywców” obchodziliśmy wyjątkową uroczystość. To właśnie wtedy, po miesiącu pierwszych szkolnych zmaganiach, wyzwaniach i obowiązków do społeczności szkolnej oficjalnie zostali przyjęci tegoroczni pierwszokla-



siści. Podczas uroczystej akademii ślubowali, że będą dobrymi uczniami, będą szanowali swoich kolegów i nauczycieli i dążyli do tego, aby stawać się coraz lepszymi. Z ogromną dumą obserwowaliśmy, jak wspaniale recytowali wiersze, śpiewali piosenki i z ogromnym zaangażowaniem

odśpiewali hymn państwowy i hymn szkoły. Niedługo z nas zakręciła się w oku łza wzruszenia. Każdy uczeń klasy pierwszej otrzymał od Pani Dyrektora legitymację szkolną oraz upominki przygotowane własnoręcznie przez najstarszych uczniów naszej szkoły – ósmoklasistów. Oficjalne powitanie przez przedstawicieli Samorządu Uczniowskiego oraz szpaler z balonami i wystrzelone konfetti podkreśliły wyjątkowość tej uroczystości. Naszym pierwszoklasistom towarzyszyli rodzice. Jesteśmy dumni z pierwszoklasistów i życząc im wielu sukcesów, głęboko wierzymy, że ten etap edukacji pozwoli im rozwinąć skrzydła i na zawsze pozostanie w ich sercach.

Agata Malak
nauczyciel klas 1–3

KONKURS DYNIOWY

W dniach 24–27 października w naszej szkole zorganizowany został konkurs na najbardziej pomysłowe i kreatywne ozdobienie dyni. Konkurs podzielony był na dwie kategorie: klasy 0–3 i 4–8. Zorganizowaliśmy go po raz pierwszy i od razu zyskał ogromną popularność, przerastając tym samym oczekiwania samych organizatorów. Łącznie do szkoły przyniesiono 41 dyni zaprojektowanych przez 44 uczniów. W klasach starszych dynie robione były m.in. na godzinach wycho-

wawczych, a klasy młodsze miały przywilej wspólnego dekorowania dyni razem z rodzicami, rodzeństwem lub ze swoimi rówieśnikami. Wybór najciekawszych dyni okazał się nie lada wyzwaniem. Dzięki powołanej specjalnej komisji



konkursowej, składającej się z nauczycieli, innych pracowników szkoły oraz reprezentacji uczniów, udało się wybrać te, które najbardziej przyciągały naszą uwagę. Bardzo dziękujemy wszystkim uczniom za udział w zabawie. Gratulujemy wspaniałych pomysłów. Wywołały one wiele pozytywnych reakcji i uśmiechów.

Katarzyna Cybulska-Felińska
Łukasz Trawczyński
organizatorzy



Medycyna estetyczna



Lipoliza iniekcyjna

brzuch, biodra, bryczesy, wewnętrzna strona kolan, wewnętrzna strona ud, podbródek, bawoli kark



Osocze bogatopłytkowe

okolicę oczu, twarz, szyja, dekolt, dłonie, skóra głowy (terapia przeciw wypadaniu włosów)



Wypełniacze (kwas hialuronowy)

powiększanie i modelowanie ust, bruzdy nosowo-wargowe, bruzdy marionetki, bruzdy palacza, wolumetria twarzy



Toksyna botulinowa

zmarszczki na czole, łwia zmarszczka, kurze łapki, leczenie bruxizmu, leczenie nadpotliwości, likwidowanie uśmiechu dziąsłowego



Nici PDO

zmarszczki okolicy oka, ust, czoła, szyi



Mezoterapia

twarz, szyja, dekolt, skóra głowy

Chirurgia laserowa



Leczenie laserowe

żyłaki, skleroterapia (zamykanie naczynek), torbiele pilonidalne, hemoroidy

Laserowa redukcja

blizn, rozstępów

Laserowe usuwanie zmian

włókniaki, brodawki, keпки żółte

Leczenie ran przewlekłych

Stopa cukrzycowa

Owrzodzenia żyłne

Leczenie owrzodzeń

Godziny pracy:

Poniedziałek	09:00 – 20:00
Wtorek	09:00 – 20:00
Środa	09:00 – 20:00
Czwartek	09:00 – 20:00
Piątek	09:00 – 20:00
Sobota	10.30 – 14:00

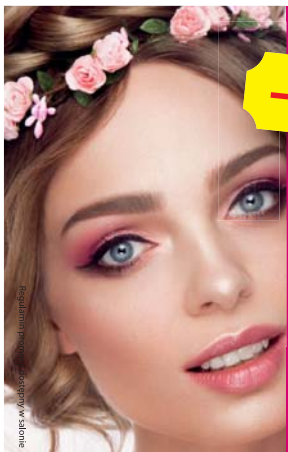


05-077 Warszawa
ul. Kameliowa 12

e-mail: radmed@rad.med.pl

+48 600 877 751

Przed budynkiem poradni
– parking dla klientów jest za darmo

 **-20%**

Special Offer
Kupon rabatowy
promocja!

KUPON RABATOWY
na Zabieg Złuszczenia 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

**Słoneczne mieszkania
w Wesołej**

od 7400/m²

z ogródkiem parter
piętro z poddaszem
i balkonem



ostatnie 2 mieszkania !!
Ul. Sikorskiego 73

tel: 570 810 710
fb: [michalbudujemieszkania](https://www.facebook.com/michalbudujemieszkania)

Nasza nowa inwestycja:
SEGMENTY w Halinowie/Hipolitowie
ok. 150 mkw / ul. Cedrowa

KAMERALNY BUDYNEK W SPOKOJNYM MIEJSCU



Duży wybór kawalerek
i mieszkań dwupokojowych.
Ogródki, duże balkony,
mieszkania:
1, 2 pok. (36-45m²)
3 pok. (55-65m²)
4 i 5 pok. (67-85m²)





Rembertów, ul. Pielgrzymów 33
☎ 697 100 006
@ biuro@zakatek-rembertow.pl
🌐 www.zakatek-rembertow.pl

 zakątek
rembertów