



Wielkanocne zwyczaje na Grochowie

Przyłączenie w 1916 roku Grochowa do Warszawy otworzyło nowe możliwości jego rozwoju, do tychczas niedostępne. Władze stolicy ustalały niskie ceny parcelowanych działek oraz wprowadzały ulgi podatkowe w celu przyspieszenia urbanizacji inkorporowanych przedmieść. Takie korzystne warunki spowodowały napływ ludności z Podlasia, Mazowsza, Wielkopolski i Galicji, zachęconej możliwościami zarobku, zdobycia wykształcenia czy podnoszenia kwalifikacji zawodowych. Grochów w krótkim czasie stał się konglomeratem społecznym pod względem etnicznym i wyznaniowym. Głównie mieszkali tu Polacy wyznania rzymskokatolickiego, ale także w niewielkim stopniu ludność żydowska, Niemcy, przeważnie ewangelicy różnych wyznań, oraz ludność prawosławna.

Zwyczaje religijne ludności wyznania katolickiego nadawały ton obyczajom na Grochowie i niejednokrotnie przejmowane były przez inne grupy wyznaniowe, które asymilowały się do miejsca i otoczenia swojego nowego zamieszkania. W krótkim czasie z małej podstołecznej wsi liczącej niecałe 5 tys. mieszkańców Grochów rozrósł się do kilkudziesięciu tysięcy. Spowodowało to konieczność budowy świątyni. Inicjatywa społeczna i wielki entuzjazm przyczyniły się do powstania jej w rekordowo szybkim czasie i już w grudniu 1924 roku stanął tymczasowy drewniany kościółek na placu Szembeka. Kościół zaczął odgrywać ważną rolę ośrodka kultu i kulturalnego centrum dla coraz liczniejszej ludności Grochowa. Z biegiem lat mały kościółek nie był już w stanie pomieścić swoich parafian. Rozpoczęto następną społeczną inicjatywę budowy świątyni-pomnika dla uczczenia pamięci poległych w bitwie grochowskiej.

Lata okupacji 1939-1945 przyniosły zasadnicze zmiany w strukturze etnicznej i wyznaniowej. Z ulic Grochowa zniknęli Żydzi i potomkowie niemieckich kolonistów. Kontynuacja budowy muranego kościoła pw. Najczystszej Serca Maryi stworzyła warunki dla rozwoju parafii. Niedziele i ważne święta kościelne skupiały grochowian na placu Szembeka. W czasie świąt rozstawiano stragany, gdzie kupcy oczekiwali na wychodzących z kościoła, ale pojawiło się coś nowego... Oto wędrowny fotograf rozłożył się z aparatem na trójnogu



Portret rodziny Jędrzychów na placu Szembeka w Warszawie, wykonany w czasie Świąt Wielkanocnych w 1944 roku. W tle kościół pw. Najczystszej Serca Maryi na placu Szembeka

Fot. archiwum Elżbiety Jędrzych-Pordes, autorki wspomnień „Urodziłam się na Grochowie”

i ze składanym krzeselkiem – w cieniu zielonego parasola, dobrze już zużytego, bo z latami innych maści na dziurach. Wszystko razem w pobliżu pierwszych wierzb, na samym początku ulicy Chłopickiego, którą tutejsi ludzie nazywają aleją. Przy jednej takiej wierzbie, od słonecznej strony fotograf poustawiał, niby dekoracje na przedmiejskiej swojej scenie – na zielonej darni, pod niebieskością nieba wodę, namalowaną na dykcie, wielką, głęboką i czystą, nad nią trzciny, na niej dwa łabędzie, na innej dykcie – góry, dalekie o śnieżnych wierzchołkach, a przecież jak najbliższe, jeszcze na innej ruiny, z zachowaną wieżą, ze złamanymi kolumnami i co najdziwniejsza – z domalowaną głową konia naturalnej wielkości, właśnie w tym miejscu, żeby można się było sfotografować na tle tych ruin, obejmując jednocześnie konia za szyję. („Zielone lato”, H. Boguszewska i J. Kornacki). Ludność osiedlająca się na Grochowie wzbogacała obyczaje i kulinarne tradycje swoim sentymentalnym przywiązaniem do tradycji rodzinnych stron, kształtując nowy obraz społeczności katolickiej miasta.

Początkiem Wielkiego Tygodnia była Palmowa Niedziela, w którą mieszkańcy Grochowa szli do kościoła, niosąc do poświęcenia palemki własnej roboty uplecione z gałązek wierzby zerwanych wcześniej, tak by miały czas w wazonie wypuścić zielone listki. Kompozycji dopełniały bazie, które przynosiły dzieci z sąsiednich łąk, wału i goćławskiego jeziora zarośniętego sitowiem i trzcina – z miejsc będących nieodłączną częścią niedzielnych spacerów grochowian.

Od poniedziałku Wielkiego Tygodnia rozpoczynały się przygotowania do zbliżających się świąt. Gospodynie robiły generalne porządki w domach i na podwórkach, przygotowywały świąteczne potrawy. Zanosily przygotowane w domu wielkanocne baby, kołaczki i mazurki, by upiec je w piecach piekarni Europejskiej na Wiatracznej, dzięki życzliwości właściciela, pana Teodora Rajcherta. Elżbieta Jędrzych-Pordes w swoich wspomnieniach „Urodziłam się na Grochowie” opisuje przygotowania do wędzenia szynek przed świętami. Wędzenie świątecznych szynek należało do tradycji i wymagało znacznej wiedzy. Istotny był dobór drewna, bowiem ważny był aromatyczny dym

cd. na str. 2

Z okazji zbliżających się Świąt Wielkiej Nocy życzymy, aby w sercu każdego z nas narodziła się wiara w radosne, pełne nadziei i serdeczności jutro. Niech świąteczny czas da nam siłę do pokonywania wszelkich trudności, a nadchodząca wiosna niech zagości w naszych domach, a wraz z nią promienie słoneczne sprzyjające rodzinnym spacerom wśród przebiśniegów, żonkili i bazi.

Redakcja „Wiadomości Sąsiedzkich”

reklama

Zapraszamy

osoby słabo słyszące
oraz z szumami usznymi
na bezpłatne badanie i konsultację.



Warszawa-Goćław
ul. Abrahama 16

Przychodnia, gab. 202
Tel.: 22 671 03 44

Warszawa-Rembertów
ul. Chruściela 13

Tel.: 22 256 86 27
693 579 640

poniedziałek – czwartek, godz. 9.00 – 17.00

cd. ze str. 1

i niezbyt silny ogień, by nie został przepalony gruby drąg, na którym wisiały wędliny. Na podwórku przy ulicy Attykowej przygotowana była odpowiednio urządzona wędzarnia i pani Dziadecka w mistrzowski sposób wędziła przygotowane przez sąsiadów szynki. Cała okolica przed świętami pachniała wielkanocnymi wędzankami.

W piątek grochowianie wybierali się do okolicznych kościołów, odwiedzając groby pańskie na Kamionku, na placu Szembeka, w kaplicy albertynów i w nieco odległym kościele św. Floriana.

W sobotę szykowano obejścia domów i wystawiano stoły, na których ustawiano wielkanocne potrawy, a przede wszystkim gotowane w wywarze z cebuli lub roztworze z grafitu tuszowych ołówków kolorowe jajka. Rodziny w odświętnych strojach oczekiwały księdza, którego wyznaczony gospodarz przywoził na furmance zaprzęgniętej w konie, by na miejscu poświęcił pokarmy. Po wojnie, w późniejszych latach pokarmy ułożone na talerzykach i zawiązane białą serwetką lub w małych koszykach noszono do kościoła. Na placu Szembeka ksiądz Sztuka wystawiał stół i oczekiwał swoich parafian przed świątynią.

Niedziela wielkanocna od wczesnego rana była radosnym świętem i większość mieszkańców Grochowa szła na rezurekcyjną mszę do grochowskiej świątyni, podczas której wokół słychać było strze-

laninę. Na ten dzień chłopcy z Grochowa czekali z wielką niecierpliwością. Huk i wystrzały wstrząsały okolicą, a fantazja młodzieńców w przygotowaniu sprzętu do strzelania była niezwykła. Używali wyniesionych po kryjomu z domu stalowych kluczy od szafy. Świetnym sprzętem okazywały się puszkę, których w domach było wiele po mleku w proszku z paczek „Cioci UNRRY”, jako powojennej pomocy i wsparcia ONZ. Amunicją był kalichlorek kupowany w aptece lub zbierany odpowiednio wcześniej przed świętami zapas zapalek. Co bardziej przedsiębiorczy młodzieńcy zdobywali proch i trotyl, znając miejsca na Grochowie po niemieckich magazynach, lub karbid od pracowników grochowskich zakładów „Peruna”. Swoistą kanonadę urządzano, podkładając ładunki „amunicji” zawinięte w szmatki na szynach tramwajowych na ulicy Grochowskiej. Motorniczy, widząc podłożony na torach ładunek, przyspieszał biegu tramwaju i przed kościołem na placu Szembeka rozlegała się wówczas seria wystrzałów.

Zabawy wielkanocne dziewczynek były znacznie spokojniejsze. Z okazji świąt dziewczynkom kupowano tzw. święconkę dla lalek. Była to miniatura typowych świątecznych potraw wykonana z kolorowego cukru. Na maleńkich papierowych talerzykach ułożone były pokrojone w ćwiartki jajka, pętka kiełbasy, cała szynka i lukrowane babki

wielkanocne. Słodkie miniaturki trwały tylko przez okres świąteczny i zjadane były przez właścicielki szmacianych, kauczukowych i bakelitowych lalek.

Celebrowanie pierwszego dnia świąt wielkanocnych rozpoczynało śniadanie, a przy nim dzielenie się jajkiem i składanie życzeń. Wielkanoc miała swoje specjały – wędzone szynki, białe kiełbasy, żurek i obowiązkowy chrzan. Według tradycji ustawiano je na świątecznym stole przykrytym białym obrusem i udekorowanym liśćmi bukszpanu, często w obejściu domu, na świeżym powietrzu. W niektórych domach podczas śniadania śpiewano pieśni, m.in. popularną *Wesoły nam dzień dziś nastał*. Niedzielne biesiadowanie na Grochowie trwało do godzin popołudniowych i kończyło się rodzinnymi spacerami po wałach i okolicznych grochowskich łąkach.

Lany poniedziałek (śmigus-dyngus), drugi dzień świąt, zgodnie z wiekową tradycją był dniem oblewania się wodą. Polewano się najczęściej z butelek, ale chłopcy, którzy polowali na dziewczęta z kubkami wody, wchodzili niekiedy nawet na drzewa i dachy budynków.

Większość tradycji i obrzędów przetrwała do dziś. Jednak wiele z nich odeszło w zapomnienie. Warto przypomnieć przed zbliżającymi się świątami wielkanocnymi, jak to na Grochowie bywało...

Anna Oleksiak

Z prac Rady Dzielnicy



Nowe przedszkole na Goławiu...

Na lutowej sesji radni pozytywnie zaopiniowali projekt uchwały dotyczący powstania nowego przedszkola na terenie naszej dzielnicy. Nowa placówka, o której pisałem już na łamach

„Wiadomości Sądzieckich”, powstaje przy ulicy Tadeusza Rechniewskiego 11 A. Obiekt będzie placówką 7-oddziałową przeznaczoną dla 175 dzieci. Oficjalne otwarcie nastąpi jeszcze w tym roku.

...i poprawa bezpieczeństwa na przejściach dla pieszych

Na koniec sesji Rady Dzielnicy z bardzo interesującą inicjatywą wystąpił Klub Radnych Platformy Obywatelskiej. Radni zgłosili postulat poprawy bezpieczeństwa na przejściach dla pieszych poprzez montaż sygnalizacji świetlnych lub doświetlenie najniebezpieczniejszych punktów. W złożonej na ręce Burmistrza interpelacji możemy przeczytać, iż: „Wzmagające się natężenie ruchu związane jest z coraz większą ilością mieszkańców oraz przybywającą ilością samochodów. Wiele funkcjonujących przejść dla pieszych nie zapewnia dostatecznego poziomu bezpieczeństwa. Pragniemy podkreślić, iż jest to istotny problem dostrzegamy i artykułowany przez coraz większą grupę mieszkańców”. Do interpelacji załączona została lista przejść dla pieszych wymagających najpilniejszej interwencji: ul. Łukowska róg ul. Komorskiej, ul. Łukowska

róg ul. Kawczej, al. Waszyngtona u wylotu ul. Niekłańskiej, ul. Kinowa róg ul. Walewskiej, ul. Szaserów róg ul. Żółkiewskiego, ul. Szaserów róg ul. Hetmańskiej, ul. Szaserów róg ul. Serockiej.

Nowe stacje Veturilo

Dobra informacja dla fanów miejskich rowerów Veturilo. W przyszłym roku na terenie dzielnicy Praga-Południe powstanie wiele nowych stacji. Zarząd Dróg Miejskich, który nadzoruje pracę systemu w całej Warszawie, w zeszłym roku przeprowadził szerokie konsultacje dotyczące lokalizacji nowych stacji. Wiele zgłoszonych przez mieszkańców punktów dotyczyło właśnie naszej dzielnicy i dlatego już w przyszłym roku Saska Kępa, Goław oraz Grochów wzbogacą się o nowe stacje miejskiego roweru.

Karol Kowalczyk
wiceprzewodniczący Rady Dzielnicy

Ulica Kinowa ze żłobkiem

W ostatnim czasie otworzony został nowy żłobek przy ulicy Kinowej 19. Placówka przeznaczona dla najmłodszych warszawiaków powstała dzięki adaptacji pomieszczeń pawilonu handlowego, w pobliżu parku Skaryszewskiego.

Do nowego żłobka na Kamionku uczęszcza 82 dzieci, w trzech grupach. Prace budowlane umożliwiające stworzenie miejsca zabaw i nauki dla najmłodszych trwały od lipca 2015 r. do grudnia 2015 r. i pochłonęły z budżetu miasta 2 mln zł.

Urząd m.st. Warszawy zapowiada, że do 2018 roku w stolicy przybędzie blisko 2,5 tys. miejsc dzięki powstaniu 15 żłobków, w tym jednego na Pradze-Południe. Już w tym roku rozpocznie się projektowanie nowej placówki na Goławiu przy ulicy Szkoły Orłąt.

Olga Łęcka



Kwietniowe zaproszenie na naszą stronę

Droży Czytelniczy, pieczołowitość przygotowań nowej odsłony naszego portalu sprawiła, że wkra- dło się drobne opóźnienie i to jednak nie w lutym, ale w kwietniu odbędzie się premiera nowego wcie- lenia strony www.wiadomosciasiedzkie.pl. Aktualnie trwają ostatnie prace, więc już naprawdę nie- długo zobaczycie efekt tych działań. A my bardzo chętnie poznamy Wasze opinie o nowym wyglądzie i nowych rozwiązaniach. Zglądajcie na www.wiadomosciasiedzkie.pl!

Hanna Kowalska

Co słyhać na Pradze-Południe



Tunel coraz bliżej

Po wielu latach oczekiwania w końcu ruszają konkretne prace związane z budową wschodniej obwodnicy Śródmieścia. Po latach przygotowań, opracowywania koncepcji i po uzyskaniu decyzji środowiskowych Zarząd Miejskich Inwestycji Drogowych wybrał wykonawcę projektu odcinka pomiędzy rondem Wiatraczna a ulicą Radzymińską na Targówku.

Za kwotę 6,9 mln złotych do 2018 roku ma go przygotować firma Mosty Katowice. W trakcie prac projektowych ma zapadnąć ostateczna decyzja, jak długi powinien być tunel pod rondem Wia-

traczna oraz czy należy zbudować także bezkolizyjne skrzyżowanie z ulicą Grenadierów.

Więcej Veturilo w 2017 roku

Od 1 marca ruszył system wynajmu rowerów Veturilo, a ZDM już pracuje nad konkursem mającym rozstrzygnąć, kto będzie operatorem stołecznego systemu rowerowego w 2017 roku. Dla mieszkańców Pragi-Południe dobrą nowiną jest informacja o planowanym powiększeniu liczby stacji na terenie naszej dzielnicy o 12 nowych punktów wynajmu. Powstaną one m.in. wzdłuż nowo budowanej ścieżki rowerowej przy Trasie Łazienkowskiej na wysokości ul. Paryskiej, Międzynarodowej i przy Przyczółku Grochowskim. Nowe stacje powstaną także m.in. przy pętli na Gocławku, przy ul. Kinowej róg Waszyngtona, przy pętli na Gocławiu i przy skrzyżowaniu Ostrobramskiej z Zamieniecką.

Nowy żłobek na Grochowie

Świetną wiadomością dla młodych mam i ich pociech jest otwarcie w budynku „Kamionka” przy ul. Kinowej 19 nowego żłobka. Funkcjonuje on w pomieszczeniach dawnego Urzędu Stanu Cywilnego i zapewni opiekę 80 młodym warszawiakom. To placówka, która powstała dzięki zaangażowaniu władz dzielnicy i byłego Wojewody Mazowieckiego Jacka Kozłowskiego, którego decyzją przekazano gros funduszy na wyremontowanie pomieszczeń.

Kolejny żłobek powstanie w przyszłym roku przy ul. Szkoły Orłąt na Gocławiu. Dzięki tej inwestycji ponad 150 mieszkańców naszej dzielnicy znajdzie całodzienną opiekę.

Paweł Lech

przewodniczący Komisji Sportu, Rekreacji i Turystyki
Rady m.st. Warszawy.

Nietypowa Akademia na Grochowie



Czegoś takiego w naszej okolicy jeszcze nie było! Centrum Promocji Kultury Praga Południe w lutym wystartowało z nowym projektem adresowanym do osób powyżej szesnastego roku życia.

Jest to prawdziwa bomba i gratka dla miłośników muzyki. Nazwa projektu jest również oryginalna, ale i frapująca :). Nie trzymamy już dłużej w napięciu i wraz z organizatorami przedsięwzięcia zapraszamy do udziału w... Akademii Rap'n'Rolla.

– *Doszlismy do wniosku, że cykl „Młoda Kultura w CPK”, podczas którego prezentowaliśmy na naszej scenie młode zespoły z Warszawy i nie tylko, wymaga rozwinięcia. Stąd pomysł na Akademię akurat w takiej formie. Chcieliśmy zaktualizować muzycznie młodzież i dorosłych oraz pomóc w doskonaleniu warsztatu muzycznego i wokalno-instrumentalnego* – poinformował nas Wojciech Matz z Centrum Promocji Kultury Praga Południe.

Celem nietypowej Akademii jest aktywizacja muzyczna młodzieży i dorosłych. W jej ramach odbywają się zajęcia wokalno-instrumentalne dla początkujących artystów oraz doskonalenie warsztatu dla osób oraz zespołów, które mają już doświadczenie w dziedzinie muzyki. Istotną kwestią jest fakt, że Akademia Rap'n'Rolla ma charakter konkursowo-warsztatowy, co wiąże się z wypromowaniem przez organizatorów przedsięwzięcia najlepszych solistów i zespołów. Projekt podzielony jest na dwie części: konkursową, w ramach której wokaliści i grupy muzyczne będą oceniani przez profesjonalne jury, oraz warsztatową. Szczególny nacisk na zajęciach kładziony jest na poprawność techniczną, kompozycję i aranżację, a także jakość oraz interpretację śpiewanego tekstu. Nauce podczas warsztatów i ocenie podlega również wizerunek sceniczny i walory artystyczne połączone z oryginalnością wykonywania danego utworu.

Zgłoszenia do Akademii

Mimo że Akademia już wystartowała, zgłoszenia do udziału w projekcie nadal są przyjmowane! Jak poinformował nas Wojciech Matz: *Projekt nie*

jest ograniczony czasowo, będziemy robić warsztaty, jak będą chętni, tak że cały czas czekamy na zgłoszenia. Wniosek do udziału w Akademii Rap'n'Rolla mogą przysłać amatorskie zespoły i soliści wykonujący szeroko rozumianą muzykę rozrywkową oraz alternatywną, prezentujący autorski repertuar. Ważne jest jednak, aby nie mieli podpisanego kontraktu płytowego ani oficjalnego wydawnictwa fonograficznego. Jak czytamy w regulaminie przedsięwzięcia, aby ubiegać się o miejsce w projekcie, należy przesłać w kopercie z dopiskiem „Akademia Rap'n'Rolla” trzy utwory na CD (nagranie nie musi spełniać wymogów technicznych profesjonalnego nagrania studyjnego) oraz wypełnioną kartę zgłoszenia, którą można pobrać ze strony www.cpk.art.pl, na adres: **Centrum Promocji Kultury, ul. Podskarbińska 2, 03-833 Warszawa**. Na tej podstawie jury wybierze solistów i zespoły, którzy przejdą do następnego etapu i wezmą udział w warsztatach. Należy zaznaczyć, że podczas zajęć muzycy zobowiązani są do posiadania własnych instrumentów z wyłączeniem perkusji (podstawowy zestaw). Regulamin projektu określa, że: *Organizator zapewnia nagłośnienie (szczegółowy backline, będzie dostępny dla artystów wytypowanych do udziału w Akademii), oświetlenie, podstawowy zestaw perkusyjny (perkusiści są zobowiązani do używania własnych pałek, i talerzy) oraz mikrofony na statywach. Istnieje możliwość zainstalowania własnych wzmacniaczy, blach, werbla itp.*

Rap'n'Roll-owa nagroda :)

Zwieńczeniem warsztatów prowadzonych w ramach Akademii Rap'n'Rolla będzie koncert z udziałem wytypowanych przez jury najlepszych solistów i zespołów, a także... nagranie wspólnej płyty, która zostanie wypromowana za pośrednictwem sklepów płytowych oraz internetu!

Projekt, za który odpowiada Centrum Promocji Kultury Praga Południe, dzięki innowacyjnej formie, ciekawym warsztatom oraz intrygującej nagrodzie jest wart uwagi. Z całą pewnością przyczyni się do rozwoju wielu talentów i być może wypromuje nową muzyczną gwiazdę? Czego sobie i fanom muzyki życzymy :)!

Olga Łęcka

Marzec w Centrum Społecznym Paca

Zima ciągle nie odpuszcza, ale w powietrzu powoli czuć już zbliżającą się wiosnę. W Centrum Społecznym Paca dzięki dwóm niezwykle ciepłym i uroczym wystawom koniec zimy nie jest nam straszny!

Koniecznie musicie wpaść i je zobaczyć. Pierwsza z nich to wystawa obrazów akrylowych niepełnosprawnej malarki Anny Szczesniak, zatytułowana „Kwiaty, pejzaże i chaty”. Obrazy zawiśły u nas spontanicznie 22 lutego, a podziwiać je można do końca marca!

Druga ekspozycja to wystawa fotografii „Teraz My! 50+”, która miała swój wernisaż w środę, 2.03. Zdjęcia ukazują aktywność grupy seniorów prężnie działających w naszym Centrum.

Serdecznie zapraszamy, codziennie, od poniedziałku do piątku, w godz. 10.00-20.00 a w soboty między 10.00 a 18.00.

Jeżeli wśród Was także są artyści, którzy malują, rzeźbią, piszą wiersze, śpiewają czy mają zespół i potrzebują przestrzeni do zorganizowania wystawy, spotkania autorskiego lub występu, zachęcamy do kontaktu z nami.

Znacie nasz adres, na Paca 40 czekamy na Was z otwartymi ramionami.

Rozbrykane dzieci od 7 roku życia zapraszamy do zapisów na kolorowe zajęcia, prowadzone przez pasjonatkę pedagogiki cyrkowej Julię Żardecką (zapisy: **22 118 17 68, e-mail: zapisy@cal.org.pl**).

W piątek 11.03 br. na nasz pokład wracają porady udzielane przez prawnika i psychologa ze stowarzyszenia MONAR. Jeżeli czujecie, iż znajdujecie się w trudnej sytuacji życiowej, zachęcamy do skonsultowania się z naszymi przyjaźnionymi specjalistami od spraw niemożliwych (piątki, **co 2 tygodnie, w godz. 16.00-19.00, zapisy pod numerem: 502 636 512**).

Jak widzicie, u nas jak zwykle dzieje się! Wpadajcie do nas, zapraszamy! Niezmiennie czekamy na Was w naszym miejscu akcji – Centrum Społecznym Paca.

Paulina Wróbel

JĘZYK POLSKI MATURA

OFERUJEMY PAŃSTWU:

- ✓ przygotowanie do matury z języka polskiego na poziomie podstawowym i rozszerzonym – błyskawiczny kurs do matury ustnej,
- ✓ zajęcia indywidualne i grupowe,
- ✓ autorska metoda pisania wypracowań,
- ✓ nauka szybkiego czytania i zapamiętywania, zajęcia dla dyslektyków,
- ✓ zajęcia z pedagogiem i psychologiem,
- ✓ zajęcia wyrównujące z historii,
- ✓ certyfikat Kuratorium Oświaty od 1993 r.,
- ✓ dogodna lokalizacja (Saska Kępa).

tel.: **(22) 617 87 64**, tel. kom.: **604 12 98 12**

Okulista - Szpital Grochowski

Poniedziałek 16⁰⁰-18⁰⁰ Warszawa ul.Grenadierów 51/59
Środa 9⁰⁰-12⁰⁰

Poradnia dla dzieci i dorosłych
Poradnia jaskrowa (badania OCT)

koszt wizyty 50 zł www.jaskra.org zapisy : 500 - 523 - 499

 **Stobno**
Ośrodek Hipoterapii i Rehabilitacji dla Dzieci Niepełnosprawnych

Kompleksowa rehabilitacja dzieci także:

- spektrum autyzmu
- zespół Aspergera
- rehabilitacja oddechowa

www.osrodek-stobno.pl
e-mail: stecrom@poczta.onet.pl
tel.: 67 216 90 02, kom.: 607 302 322

PRANIE

dywanów i wykładzin
mebli tapicerowanych
tapicerki samochodowej

KOSZENIE

trawników i nieużytków
wycinka drzew
i krzewów

MYCIE

kostki, elewacji,
okien itp.

tel: **791-355-566**

Grzegorz Kaliszewski
e-mail: praniekoszeniemycie@gmail.com

SEGMENTY

od 175 m²
do 235 m²

na działkach
od 220 m² do 440 m²

ul. Poprawna

16

 **ARAS**

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



MARZEC W CENTRUM PROMOCJI KULTURY

Wiosna tuż-tuż, dzieciaki już dawno zdążyły zapomnieć o feriach, śnieg powoli żegnamy na blisko rok, a przygotowania do Świąt Wielkiej Nocy już zapewne trwają. Zachęcamy Was jednak do oderwania się od codziennych spraw i zapraszamy w nasze skromne progi.

14 marca jedziemy do Indii. O samotnym podróżowaniu po ojczyźnie Hindusów opowie miłośniczka tego odległego regionu, Dominika Zadrozna. Jak zwiedzać jedno z największych państw Azji? Jak podróżować po wyżynnym kraju ograniczonym Oceanem Indyjskim, Zatoką Bengalską, Morzem Arabskim i masywem Himalajów? Czy znacie inne indyjskie miasta poza Bombajem i Delhi? Jeśli nie potraficie odpowiedzieć na powyższe pytania, zapraszamy do CPK 14 marca.

17 marca, w czwartek, przygotowaliśmy dla Was dwa wydarzenia. Musicie jednak wybierać, ponieważ oba rozpoczną się o tej samej porze. Pierwsze to występ Kabaretu „Filip z Konopi” Filipa Borowskiego. W lutym gościem Filipa była

Dorota Stalińska, a kim zaskoczy nas w marcu? Przyjdźcie sprawdzić.

Tego samego dnia, o tej samej porze, tj. o godz. 19, zapraszamy na Czwartek Ceramiczny. Tematem najbliższego spotkania będzie „Ceramika latina, czyli ceramika w podróży od Meksyku do Peru”.

Ci z Was, którzy z jakichś powodów nie odwiedzą nas ani 14, ani 17, już kilka dni później będą mieli okazję przenieść się w trochę inny rejon świata, a mianowicie do Turcji. Spektakl pt. „Rybak” zaprezentuje tradycyjny Turecki Teatr Cieni Karagöz. Umut Niebioglu oraz Monika Wyrzykowska przedstawią adaptację starej tureckiej bajki, której głównym bohaterem jest rybak, poławiający w cieśninie Bosfor. Wyniknie z tego wiele zabawnych sytuacji, ale o tym przekonacie się **18 marca** o godz. 18. Na spektakl zapraszamy zarówno dzieci i młodzież, jak i osoby dorosłe.

Już **następnego dnia** wracamy na lokalny grunt i zapraszamy na koncert organizowany we współpracy z Fundacją „Latająca Akademia Elżbiety Małanicz-Onoszko”. Na scenie CPK zaprezentują się podopieczni Fundacji z Warszawy i Wołomina,

dzieci z Zespołu Placówek Oświatowych w Nieborowie oraz Edward Wolanin i jego goście. Wystłuchacie koncertu muzyki klasycznej, przyprawionej nutką ludowych utworów.

17 marca 1794 roku – coś Wam mówi ta data? Tak, to dzień wybuchu insurekcji kościuszkowskiej, czyli polskiego powstania narodowego przeciw ówczesnym zaborcom, tj. Rosji i Prusom. Jeśli chcecie się dowiedzieć na ten temat czegoś więcej, zapraszamy 22 marca na ul. Podskarbińską 2. O pogłębienie Waszej wiedzy zadba Robert Markiewicz, absolwent Uniwersytetu Kardynała Stefana Wyszyńskiego i historyk z Muzeum Powstania Warszawskiego. Zapraszamy na spotkanie, które odbędzie się **22 marca** o godz. 18.

Na zakończenie miesiąca zapraszamy Was na spotkanie Klubu Mola Książkowego, czyli nieformalnej grupy miłośników dobrej książki. Spotkania mają charakter towarzyski i odbywają się w kameralnej Galerii CPK na pierwszym piętrze. Tematem najbliższego spotkania będzie powieść „Oksana” autorstwa Włodzimierza Odojewskiego. Czytaliście? Znacnie tę lekturę? Zapraszamy już **30 marca**, weźcie udział w dyskusji.

Wojciech Matz

Koncert pasyjny na Kamionku

W czwartek 17 marca o godz. 19:00 w kościele konkatedralnym na Kamionku odbędzie się koncert pasyjny z okazji zbliżających się Świąt Wielkanocnych. Wystąpią Małgorzata Grzegorzewicz-Rodek (sopran) i Wanda Franek (alt) z towarzyszeniem Sinfonii Varsovii pod batutą Wojciecha Rodka. W programie koncertu znajdują się dzieła sprzyjające kontemplacji i modlitwie. Wstęp na koncert jest wolny.

W pierwszej części koncertu artyści wykonają „Jasności promieniste”, małe misterium na sopran i orkiestrę smyczkową skomponowane przez Mikołaja Góreckiego, syna słynnego kompozytora Henryka Mikołaja Góreckiego. Dzieło powstało w 2012 roku na zamówienie Polskiego Wydawnictwa Muzycznego. W tym czteroczęściowym utworze pojawiają się fragmenty poezji Czesława Miłosza: wierszy „A jeżeli”, „Ogrodnik”, a w części kulminacyjnej – tytułowe „Jasności promieniste”. Partię solową zaśpiewa sopranistka Małgorzata Grzegorzewicz-Rodek.

Jednym z częściej wykonywanych utworów muzycznych w okresie Wielkiego Postu jest „Stabat Mater” G. B. Pergolesiego, które zabrzmie w drugiej części koncertu. „Stabat Mater” przedstawia mękę i śmierć Chrystusa z perspektywy stojącej pod krzyżem Matki Boskiej. Średniowieczna sekwencja wprowadzona przez Kościół katolicki „Stabat Mater dolorosa” była wielokrotnie opracowywana muzycznie. Najsłynniejszym z tych dzieł jest właśnie to, które w 1736 roku skomponował Giovanni Battista Pergolesi, włoski kompozytor, skrzypek i organista epoki baroku. Pergolesi pisał „Stabat Mater”, swój ostatni w pełni ukończony utwór, przebywając w zakonie franciszkanów w Pozzuoli. Kilka miesięcy później, po nawrocie gruźlicy, kompozytor zmarł przedwcześnie, mając jedynie 26 lat.

Utwór przeznaczony jest na sopran, alt, orkiestrę smyczkową i bas-so continuo. Podczas koncertu w kościele na Kamionku partie solowe zaśpiewają Małgorzata Grzegorzewicz-Rodek i Wanda Franek, a towarzyszyć im będzie Sinfonia Varsovia pod batutą Wojciecha Rodka.

Nina Dobaczewska

e-hologram wgrasz w biletomacie

Papierowe hologramy, które poświadczają uprawnienia do korzystania z Karty Warszawiaka lub Karty Młodego Warszawiaka, będą ważne jedynie do 30 września br. Po tym okresie zostaną całkowicie zastąpione przez elektroniczny zapis na karcie, czyli tzw. e-hologram. Posiadacze kart z naklejonymi papierowymi hologramami, którzy chcą również po tym terminie korzystać z przysługujących im ulg i zniżek, powinni do końca września wgrać na swoje karty e-hologramy. Co ważne, żeby to zrobić, nie będzie nawet trzeba udawać się do Punktu Obsługi Pasażerów ZTM ani do Wydziału Obsługi Mieszkańców w urzędzie dzielnicy.

Wprowadzone w grudniu 2013 r. Karta Warszawiaka i Karta Młodego Warszawiaka uprawniają do zakupu tańszych biletów długookresowych ZTM oraz do wielu ulg i zniżek przy korzystaniu z różnych miejskich czy komercyjnych instytucji (pełna lista dostępna jest na stronie: karta.um.warszawa.pl). Z Karty Warszawiaka/ Młodego Warszawiaka mogą korzystać osoby, które mieszkają w stolicy i rozliczają się w niej z podatku dochodowego od osób fizycznych. Poświadczaniem uprawniającym do ulg i zniżek jest papierowy hologram naklejony na Spersonalizowaną Warszawską Kartę Miejską lub inny nośnik biletów długookresowych ZTM. Do 14 lutego włącznie wydanych zostało 510 597 hologramów (406 906 Karty Warszawiaka i 103 691 Karty Młodego Warszawiaka).

Zgodnie z obowiązującymi przepisami papierowe hologramy będą ważne wyłącznie do 30 września br. Potem zostaną zastąpione przez tzw. e-hologramy, które będą po prostu elektronicznym zapisem na karcie. Żeby więc od października móc korzystać z uprawnienia do ulg i zniżek w ramach

Karty Warszawiaka oraz mieć możliwość zakupu tańszych biletów długookresowych, należy do końca września wgrać na kartę e-hologram.

Jak można to zrobić? Najprościej, bez konieczności wizyty w POP-ie lub w WOM-ie, będzie to można zrobić w... biletomacie. Taką funkcję od 17 lutego br. będą miały prawie wszystkie biletomaty, w których można kodować bilety długookresowe (ponad 1270 urządzeń w autobusach MZA i ok. 600 automatów stacjonarnych). E-hologramu nie będzie można wgrać jedynie w 36 automatach ZTM stojących na stacjach II linii metra (urządzenia są na gwarancji i nie ma możliwości zmiany oprogramowania w okresie gwarancyjnym).

Cały proces jest bardzo prosty. Po włożeniu karty do czytnika należy wybrać opcję wgrania e-hologramu. Potem trzeba potwierdzić (naciskając przycisk „TAK”), że w dalszym ciągu posiadamy uprawnienie do korzystania ze zniżek. Kolejnym krokiem jest zapoznanie się z regulaminem i oświadczenie, że zgadzamy się na okazanie, na wezwanie ZTM, stosownych dokumentów poświadczających uprawnienia do Karty Warszawiaka. Potem pozostaje już tylko wyrazić zgodę na przetwarzanie danych osobowych. Po wgraniu e-hologramu można wyjąć kartę z czytnika.

Posiadacz karty, której nie ma na liście uprawnionych do zakodowania e-hologramu, zostanie poinformowany o konieczności zgłoszenia się do POP ZTM z wymaganymi dokumentami. Jeśli zaś nie mamy uprawnienia do zniżek lub z innego powodu naciśniemy „NIE”, wgranie e-hologramu zostanie przerwane.

E-hologram można oczywiście również wgrać w POP ZTM lub w jednym z dzielnicowych

WOM-ów. Do tej pory z możliwości tej skorzystało już 520 osób. Jeśli zdecydujemy się na wgranie e-hologramu w POP-ie lub WOM-ie, powinniśmy okazać dowód tożsamości oraz jeden z dokumentów: pierwszą stronę PIT z prezentatą urzędu skarbowego, zaświadczenie z urzędu skarbowego, Urzędowe Poświadczenie Odbioru (UPO) wraz z pierwszą stroną PIT-u, gdy rozliczamy się przez Internet. Osoby, które jeszcze nie mają Karty Warszawiaka, a chciałyby ją uzyskać, również powinny zgłosić się do POP lub WOM z jednym z wyżej wymienionych dokumentów.

Wgrane w tym roku e-hologramy będą ważne do 30 września 2017 roku.

Należy jednak pamiętać, że e-hologramy będą ważne dopiero od początku października. Do tego czasu, czyli do końca września, poświadczaniem uprawnienia do ulg i zniżek w ramach Karty Warszawiaka/ Młodego Warszawiaka będą hologramy papierowe. Dlatego osoby, które mają hologramy naklejone na kartę, nie powinny ich z niej usuwać. Również z tego powodu warszawiacy, którzy hologramu jeszcze nie mają, a złożyli wniosek przed końcem września, oprócz e-hologramu będą mieli na kartę naklejony również hologram papierowy.

Wraz z uruchomieniem możliwości wgrwania e-hologramów w biletomatach, czyli od 17 lutego, ZTM rozpoczyna także kampanię informacyjną skierowaną do pasażerów. Jej celem jest m.in. zachęcenie do tego, by z przedłużeniem ważności uprawnień nie czekać do ostatniej chwili, tylko zrobić to zaraz po tym, jak rozliczymy się z podatku. Jedną z najłatwiejszych możliwości będzie wgranie e-hologramu w biletomacie. Informacje będzie można znaleźć m.in. w taborze komunikacji miejskiej oraz na stacjach metra i SKM.

Igor Krajnow, ZTM

Wystawa pełna naszych wspomnień

Chyba nie ma domu, w którym nie znajdowałyby się pudełko lub cały regał albumów ze zdjęciami. Być może gdzieś głęboko w domowym zaciszu ukryte są rysunki, pamiętniki, a nawet przedmioty codziennego użytku pamiętające lata 1916-1945. Jeśli, drodzy Sąsiedzi, dysponujecie takimi rodzinnymi pamiątkami, zachęcamy Was do współtworzenia specjalnej, osobistej wystawy, tworzonej z okazji 100-lecia przyłączenia Grochowa, Goławia oraz Saskiej Kępy do Warszawy.

Jednym z głównych celów inicjatywy jest przybliżenie wszystkim mieszkańcom naszej dzielnicy lokalnej historii. Przedmioty, które mogłyby wzbogacić wystawę, należy zgłaszać do 15 marca pani Kamili Korzybskiej w Centrum Promocji Kultury w Dzielnicy Praga-Południe m.st. Warszawy (tel. (22) 277 08 04, kamila@cpk.art.pl). Przekazane pamiątki rodzinne zostaną zwrócone właścicielom po zakończeniu ekspozycji, a na sam okres wystawy zostaną ubezpieczone i udostępnione zwiedzającym w zamkniętych szklanych gablotach.

Dzięki projektowi każdy z nas może stać się kuratorem wystawy, a rodzinne pamiątki mogą ujrzeć światło dzienne i wzruszyć niejednego prażanina :).

Olga Łęcka

reklama

AGENCJA MIKROL – Nieruchomości

- Mieszkania developerskie – ponad 100 inwestycji - **PROWIZJA 0%**
- Kupno – sprzedaż – wynajem – rynek wtórny
- Pomoc finansowa, prawna, **MdM**

04-171 Warszawa, ul. Jarościńska 17, tel.: 22 / 879 79 13

www.nieruchomosci-mikrol.pl

Warszawskie Dni Rodzinne w OSiR Praga-Południe

Ośrodek Sportu i Rekreacji
Dzielnicy Praga-Południe m. st. Warszawy w ramach
„Warszawskich Dni Rodzinnych Prudential”
zaprasza

w dniach 19 – 20 marca 2016 r. w godz. 13.00 – 17.00
wszystkie rodziny (dorosły opiekun + dzieci do lat 18)
do **BEZPŁATNEGO** korzystania ze swoich obiektów

w programie:

- **Pływalnia WODNIK** – pływanie rekreacyjne przy ul. Abrahama 10
- **Pływalnia SZUWAREK** – pływanie rekreacyjne przy ul. Kwatery Głównej 13
- **Hala SIENNICKA** – ścianka wspinaczkowa przy ul. Siennickiej 40 – z instruktorem gry zespołowe, tenis stołowy badminton, bieżnia lekkoatletyczna, skok w dal, sprzęt sportowy
- **Hala SASKA** – tenis stołowy, gry zespołowe, przy ul. Angorskiej 2 – badminton, sprzęt sportowy kręgielnia – rezerwacja torów: saska@osir.waw.pl

źródło: OSiR Praga Południe

W medialnym zamięcie większości ludzi ta informacja umknęła. Tymczasem od 7 lutego 2016 r. przerabiamy coś, co jest niedokładną powtórką z czasów stanu wojennego: żyjemy na wzmożonym podsłuchu.

Lista instytucji, które uzyskały uprawnienia do wtykania nosa do naszej elektronicznej korespondencji, jest długa. Oprócz policji są na niej straż graniczna, żandarmeria, ABW, agencje wywiadu i kontrwywiadu, CBA, służba celna i kontrola skarbową. Wystarczy pisemny wniosek i firmy telekomunikacyjne zostają zobowiązane do ujawnienia nie tylko bilingów, ale także wglądu w korespondencję mailową i podsłuchiwanie rozmów telefonicznych.

Formalnie w „uzasadnionych przypadkach”, ale o uzasadnienie nietrudno.

Bądźmy sprawiedliwi – wcześniej podsłuchiwało nas również. Ale nad stosowaniem inwigilacji obywateli istniała kuratela sądowa. To sąd najpierw analizował, czy zastosowanie podsłuchu jest niezbędne, a dopiero potem policja i agencje nadstawiały ucha. Zmiany w ustawie o policji wprowadzone pośpieszną reformą PiS w praktyce tę kontrolę usuwają. Podsłuchy i inwigilacja mają prawo być stosowane przez 18 miesięcy. A tłumaczenie z ich stosowania zostało sprowadzone do sprawozdania, jakie minister Zbigniew Ziobro będzie składał zdominowanym przez partię rządzącą sejmowi i senatowi raz do roku. I to zbiorczo, *post factum*.

Uzasadnieniem tej drastycznej zmiany, oprotestowanej przez wszystkie partie opozycyjne i rzecznika praw obywatelskich (ale kto by tam zwracał uwagę na ich krzyki!), jest zagrożenie kraju przez terrorystów. Jarosław Kaczyński krótko podsumował że „ta ustawa wzmacnia w Polsce prawa obywatelskie”, a min. Maciej Wąsik z Kancelarii Premiera dorzucił, że „histeria wzniecona przez pewne środowiska w tej sprawie wynika z cynizmu albo niewiedzy”.

Tymczasem ucho Wielkiego Brata słucha. Odgłosy terrorystów, które do niego dochodzą, są nikłe. Za to z masy zbieranych w ten sposób informacji nietrudno zebrać użyteczne haki na Polki i Polaków, którym to i inne poczynania władzy nie całkiem się podobają.

Andrzej Wiktorowicz

TELEGRAFICZNY SKRÓT Z PRASKIEJ LIGI PIŁKI HALOWEJ



W lutym rozegrane zostały kolejne kolejki Ligi PLPH.

Tabela po 10 kolejkach PLPH Targówek wygląda następująco:

miejsce	drużyna	ilość punktów
1	TANATOS	27
2	MILANERSI	23
3	KOPACZE	22
4	NANKATSU WIADOMOŚCI SĄSIEDZKIE	16
5	AMERYKA	10
6	FC FILMAR	9
7	RESCUE TEAM	6
8	RSH	1

Tabela po 10 kolejkach PLPH Praga Południe wygląda następująco:

miejsce	drużyna	ilość punktów
1	SANTE	27
2	GMT	24
3	BEJING	19
4	CIENIE Z PRZESZŁOŚCI	16
5	DOŻYNKI GROCHÓW	12
6	CHICOS CALIENTES	10
7	SASKERSI OLD BOYS	4
8	FC PYYK	3

Arkadiusz Kuranowski

OGŁOSZENIA DROBNE

Na naszych łamach można zamieścić wyłącznie dwa typy ogłoszeń drobnych:

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

Zamówienia można dokonać do 20 dnia poprzedniego miesiąca pod numerem tel. **22-810-26-04**

lub adresem e-mail: drobne.pragapoludnie@wiadomosciasiedzkie.pl.
Ogłoszenia publikujemy po wcześniejszym opłaceniu (gotówką lub przelewem).

**DACHY
SPRZEDAŻ, MONTAŻ
501 14 14 40**

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

**WYCINANIE
I PODCINANIE DRZEW
MYCIE ELEWACJI
606 808 358 www.polinie.pl**

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

- Kupię mieszkanie: zadłużone, z lokatorem, z problemem prawnym, tel. 796 79 6 5 96
- Usługi KSIĘGOWE dla firm, KPiR, Ryczałt, VAT, ZUS. Licencja MF nr 3682/2003.
Odbiór dokumentów od klienta: osobisty lub korespondencyjny, tel. 609 53 77 47
- Ogródek działkowy 450 m² w Wawrze odstąpię, tel. 722 26 44 78
- Pożyczka do 25000 PLN – tel. 663 27 15 08

KANCELARIA RADCY PRAWNEGO
JACEK DWORAKOWSKI
tel. 605 88 44 14
Warszawa, ul. Grenadierów 21 lok. 38
e-mail: dworakowski@kancelaria-dworakowski.pl

**USŁUGI HYDRAULICZNE
REMONTY BUDOWLANE**
MODERNIZACJE ŁAZIENEK, KOTŁOWNIE itp.,
UPRAWNIENIA GAZOWE, ODBIORY.
30 LAT TRADYCJI.
tel. 507 031 677, 604 66 66 87

Wiadomości Sąsiedzkie Grochów – miesięcznik mieszkańców Grochowa i okolic

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

Reklama: Artur Pawlak – tel. 884-864-592, e-mail: reklama.pragapoludnie@wiadomosciasiedzkie.pl

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

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

Wydawca: J-PROPERTY. ISSN 2299-4130. Nakład: 8500 egz. **Gazeta bezpłatna!**

Redakcja nie zwraca tekstów niezamówionych i nie gwarantuje ich publikacji. Zastrzegamy sobie prawo dokonywania skrótów i korekty językowej. Za informacje zawarte w reklamach redakcja nie odpowiada.

Jesteśmy uczestnikiem programu



MIESZKANIE 97 m² Z GARAŻEM I OGRÓDKIEM

OKAZJA

Stan deweloperski,
inwestycja zakończona, gotowe do użytkowania.



Pomoc architekta wewnątrz przy koncepcji
urządzenia mieszkania GRATIS!

Więcej informacji: tel. 505-283-785
e-mail: biuro@ulicamotylkowa.pl
www.ulicamotylkowa.pl



Ciche, kameralne osiedle. Dobra lokalizacja: Warszawa-Międzylesie



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

Rejestracja telefoniczna:

(22) 250 15 77

Godziny przyjęć: pon. - pt. 7 - 21, sobota 8 - 14

www.boramed.pl

BADANIA USG dorośli i dzieci

Piersi
Tarczycy
Jamy brzusznej
Stawów biodrowych u dzieci
Przeziemiączkowe u dzieci

Węzłów chłonnych
Stawów, więzadeł
i mięśni
Dopplerowskie
i wiele innych

GINEKOLOGIA

Kompleksowe
prowadzenie ciąży

USG 3D/4D, genetyczne
Test PAPP-A, ECHO serca płodu
Certyfikat Londyńskiej Fundacji
Medycyny Płodowej FMF

Konsultacje
ginekologiczne

USG ginekologiczne
Cytologia
Antykoncepcja
Wkładki wewnątrzmaciczne

STOMATOLOGIA

Stomatologia
zachowawcza
Stomatologia dziecięca

Ortodoncja
Protetyka
Chirurgia

REHABILITACJA dorośli i dzieci



Kompleksowa terapia bólu i leczenie schorzeń narządu ruchu.

Fizykoterapia

Kinezyterapia

Dla kobiet w ciąży

Ortopedyczna

Neurologiczna

Osteopatia

Masaż

Kinesiotaping

Dziecięca

SENIORZY (po 65 r.ż.) - PROMOCJA

- 20% zniżki przy zakupie pakietu 10 takich samych zabiegów

Konsultacja fizjoterapeutyczna 0 zł przy wykupie pakietu

- 30% zniżki na każdy Masaż - promocja obowiązuje do dnia 31 marca 2016

DOWIEDZ SIĘ O PAKIETY POZOSTAŁYCH USŁUG I ZNIŻEK.

SPECJALIŚCI

m.in. endokrynolog, pediatra, kardiolog, ortopeda dorośli i dzieci, okulista, gastrolog, dermatolog,
laryngolog, internista, chirurg, urolog, neurolog, reumatolog, hematolog, hepatolog, dietetyk

