

INFORMATO

OCHOTY I WŁOCH

12.04.2013–25.04.2013

BEZPŁATNY DWUTYGODNIK

ROK XXII – nr 06 (640)

FONIKON
APARATY SŁUCHOWE

Posiadamy sieć 15 gabinetów na terenie całej Warszawy. Zapytaj o najbliższy gabinet: 22 392 76 19.

Partner Oticon – najlepsze aparaty słuchowe od ponad 100 lat
ul. Szczęśliwicka 36 gab. 141, tel. 22 392-75-39
ul. Koszykowa 78 gab. 266, tel. 22 425-67-06
ul. J. Dąbrowskiego 16, tel. 22 498-75-40

- BEZPŁATNE BADANIA SŁUCHU
- PROFESJONALNY DOBÓR APARATÓW SŁUCHOWYCH
- REFUNDACJA NFZ
- WIZYTY DOMOWE

Śmiecie? System nie do przyjęcia

Suchej nitki nie zostawiono na systemie organizacji wywozu odpadów, który zaproponowała prezydent Hanna Gronkiewicz-Waltz a zdominowana przez PO rada Warszawy przyjęła.

Radni Ochoty jednogłośnie przyjęli stanowisko w tej sprawie. W wystąpieniu w imieniu klubu Ochockiej Wspólnoty Samorządowej radna Małgorzata Rojek komentując całą sytuację stwierdziła, że stanowisko i tak jest dość ła-

godne w odniesieniu do zaistniałej sytuacji. Łukasz Kwaśniewski z PiS, jako przedstawiciel wnioskodawców, uznał projekt nowego systemu, jako zaprzeczenie zasad zdrowego rozsądku i wolnego rynku. Stanowisko poparli radni PO,

którzy nie znaleźli wielu przesłanek do obrony pani prezydent, będącej przecież członkiem i liderem ich partii.

Na sesji występowali również przedstawiciele wspólnot mieszkaniowych, które to mają ponieść ciężar nie tylko kosztów nowego systemu, ale de facto przeprowadzić praktycznie cały system, ponieważ właśnie na zarządców nieruchomości

urzędnicy miejscy przerzucili wszelkie obowiązki dostarczenia pieniędzy do kasy miejskiej.

Padło wiele argumentów również przeciwko przyjętym cenom, które powodują podwyżkę dla mieszkańców rzędu 100 do 300%. Jak wynika z analiz, zaproponowane ceny wywozu śmieci są jednymi z wyższych w Polsce a ich kalkulacja dokonana przez firmę zewnętrzną

została przez urzędników Hanny Gronkiewicz-Waltz utajniona.

Poniżej publikujemy stanowisko rady wraz z uzasadnieniem. Do sprawy wrócimy jeszcze nie raz.

Grzegorz Wysocki

Stanowisko Rady Dzielnicy Ochota m.st. Warszawy

dot. Uchwały Rady m.st. Warszawy w sprawie wyboru metody ustalenia opłaty za gospodarowanie odpadami komunalnymi, ustalenia stawki takiej opłaty oraz ustalenia stawki opłaty za pojemnik o określonej pojemności (Uchwała nr LI/1497/2013 Rady m.st. Warszawy z 7 marca 2013 r.)

Rada Dzielnicy Ochota m.st. Warszawy, po zapoznaniu się z treścią Uchwały Rady Miasta st. Warszawy z dnia 7 marca 2013 r. w sprawie wyboru metody ustalenia opłaty za gospodarowanie odpadami komunalnymi, ustalenia stawki takiej opłaty oraz ustalenia stawki opłaty za pojemnik określonej pojemności, wyraża stanowczy sprzeciw wobec przyjętych zasad naliczania opłat oraz uchwalonych stawek.

Krzyż Wolności dla Grzegorza Wysockiego

Prezydent Rzeczypospolitej odznaczył naszego naczelnego Krzyżem Wolności i Solidarności. Jest to odznaczenie przyznawane osobom, które w latach komunistycznych działały w opozycji demokratycznej na rzecz niepodległości Polski i praw człowieka. Grzegorz był członkiem podziemnego Niezależnego Zrzeszenia Studentów – organizacji zdelegalizowanej

w pierwszych dniach stanu wojennego, jako szczególnie niebezpiecznej, dążącej do obalenia ustroju PRL. Był członkiem Tajnej Komisji Uczelnianej NZS na Politechnice Warszawskiej oraz członkiem Krajowej Komisji Koordynacyjnej NZS. Wydawał i kolportował podziemne wydawnictwa.

– To miłe. Odznaczenie daje mi kopa do dalszej działalności.



Dziękuję moim rodzicom za to, że jestem oraz mojej żonie i dzieciom za to, kim jestem. Trzeba kochać Polskę tak jak rodzinę – nie za coś, ale pomimo wszystko.

– skomentował swoje odznaczenie Grzegorz.

My, jako redakcja dołączamy do gratulacji.

Redakcja

dokończenie na str. 4

Ośrodek badań klinicznych zaprasza
OSOBY PALĄCE ZWYKŁE PAPIEROSY
w wieku 21-65 lat do udziału w badaniach.

Bezpłatna infolinia:
800 88 66 22
lub **22 101 07 59**
(pon.-nd. 9.00-18.00)

Zarejestruj się na:
www.uczestnikbadania.pl

Szybka pożyczka

✓ pod zastaw
na dowolną kwotę

✓ **BEZ BIK**

Zadzwoń: 505-754-371

Projekty instalacji i sieci
centralne ogrzewanie, węzły cieplne, gaz, wod-kan i cwu, elektryka, p.poż.

ekoprojekt®
www.ekoprojekt.com
tel. 22-886-44-39
biuro@ekoprojekt.com

Firma Inżynierska Mazowska Roku 2012

optima
finanse dla domu

98% naszych Klientów uważa nas za godnych zaufania

Pożyczka
na wiosenne wydatki!

801 800 400 lub 22 100 57 57
www.optima.pl

* według badania satysfakcji klientów wykonanego przez Obserwatorium Zarządzania

KOŁO DENT
Stomatologia Rodzinna

stomatologia dziecięca
ortodoncja implanty
protetyka endodoncja
chirurgia periodontologia

Warszawa, ul. Górczewska 114A
pon.-pt. 8:00-20:00, sob. 9:00-15:00

Abracja powietrzna
bezwierciętowa i bezbolesna metoda opracowywania ubytków

www.kolo-dent.pl **Koło-Dent Stomatologia Rodzinna** facebook

Członkowie Redakcji

Redaktor Naczelny



Grzegorz Wysocki

tel. 22 824 03 01, w godz.: 9⁰⁰–17⁰⁰
info@infochoty.waw.pl



Anna Zbytewska

tel. 22 822 07 87, 605 165 890



Małgorzata Rojek

tel. 22 823 66 78



Dariusz Kałwajtyś

Odpowiedzialny za dzielnicę Włochy
tel. 22 868 06 65, 501 080 674
DariuszKałwajtyś@aster.pl



Janusz Omyliński

e-mail: januszomyliński@gmail.com



Michał Sierzputowski

e-mail:
sierzputowskimichal@gmail.com
tel. 691-585-692

Adres redakcji:
ul. Radomska 10/12 (oficyna)
02-323 Warszawa, fax: 22 659 73 33
www.infochoty.waw.pl,
info@infochoty.waw.pl

Wydawca: Fundacja na rzecz
Rozwoju Ziemi Mazowieckiej
Dział reklamy:
tel. 508-125-417, 22 614-58-03
piotr.pilipczuk@gazetaecho.pl
Druk: Polska Presse

Diabeł na mszę dzwoni

I nawet w ornat się nie przebrał. Radni rządzącej Platformy Obywatelskiej zwołali specjalną sesję na temat zmian w komunikacji miejskiej w naszej dzielnicy.



Na sesji w sprawie komunikacji na Ochocie miejsce dla burmistrza było puste.

Warto przypomnieć, że – jak wynika z propozycji przedstawionej przez prezydent Hannę Gronkiewicz-Waltz (z PO) – na Ochocie znikają praktycznie trzy kluczowe linie autobusowe, czyli 130, 175 i 521. Przedstawiciele pani

prezydent poinformowali nas, że nie mają pieniędzy na komunikację miejską i muszą oszczędzać. Z innych myśli ludzi pani prezydent wynotowałem:

- linia 175 jest wielokrotnie słabo wykorzystywana,

ponieważ na Krakowskim Przedmieściu są często demonstracje i autobus musi zmieniać trasę

- linie 175 można zastąpić kolejką na Okęcie
- linia 521 nie jest likwidowana, ponieważ będzie jeździć z Falenicy na Wiatraczną.

Te stwierdzenia śmieszą, drażnią i pokazują arogancję rządzących Warszawą. Trzeba mieć dużo tupe-

tu, aby po ponad 100% podwyżkach cen biletów stwierdzić, że nie ma się pieniędzy i trzeba zamykać linię autobusową tak potrzebne mieszkańcom. Mnie osobiście denerwuje również fakt, że pani Prezydent oraz radni rządzącej Platformy w radzie Warszawy podnoszą ceny komunikacji, śmieci a w dzielnicy radni tej samej partii udają, że są w opozycji i protestują. Denerwuje mnie również fakt, że o rewolucji komunikacyjnej na Ochocie dowiadujemy się z prasy a burmistrza (z PO) nawet nie ma na sesji poświęconej tej sprawie.

Grzegorz Wysocki

Matka Boska parkująca



Przed laty opisywaliśmy figurkę Matki Boskiej na podwórku przy ulicy Węgierskiej. Postawiona na początku XX wieku, jako wotum przez ocalałego zesłańca syberyjskiego, przetrwała burzliwe czasy. Staraniom Gminnej Gospodarki Komunalnej Ochota, proboszcza i naszej redakcji doczekała się restauracji. Dzisiaj stoi sobie odnowiona i błogosławi kierowcom, którzy usiłują za wszelką cenę zaparkować na podwórku. Pewnie w końcu ją przejadą. Czy można temu zapobiec?

Grzegorz Wysocki

JAK WYGRAĆ Z BÓLEM KRĘGOSŁUPA I STAWÓW

„Od wielu lat borykałam się z bólem biodra. Po zabiegach w Fizjo Med Poland **moje problemy ustąpiły**”. Franciszka, 77 lat

„Po urazie kręgosłupa groziła mi operacja, jednak lekarz skierował mnie na rehabilitację. Tak trafiłem do pana Narosza. Dzięki niemu i jego zespołowi **nie byłem operowany i żyję bez bólu**.” Leszek, 43 lata

Jestem chirurgiem i każdego dnia wiele godzin spędzam pochylony nad stołem operacyjnym. Kiedy moje problemy z kręgosłupem praktycznie uniemożliwiły mi pracę, polecono mi specjalistów z Fizjo Medu. Po rehabilitacji znów **mogę normalnie funkcjonować**”. Jan, 59 lat

Rozmawiamy z Panem Krzysztofem Naroszem, fizjoterapeutą, szefem zespołu terapeutycznego firmy Fizjo Med Poland.

Panie Krzysztofie to tylko kilka z wielu pozytywnych opinii na Państwa temat.

Jest nam bardzo miło. Firma istnieje od 15 lat, w tym okresie pomogliśmy kilku tysiącom osób. Wielu pacjentów do dziś poleca nas swoim bliskim i znajomym.

Proszę powiedzieć na czym polega taka skuteczność leczenia?

Bardzo ważna jest pierwsza wizyta, w trakcie której przeprowadzamy szczegółowy wywiad z pacjentem, następnie dokładnie badamy narząd ruchu oceniając stopień zaawansowania dolegliwości i na tej podstawie określamy, jakie efekty jesteśmy w stanie osiągnąć w trakcie terapii.



Leczenie opiera się na wykorzystaniu uznanych w świecie medycznym metod manualnej rehabilitacji ortopedycznej, od lat stosowanych w Europie, a u nas wciąż mało dostępnych.

W przypadkach, w których podejmujemy się leczenia, skuteczność jest bardzo duża.

Odczuwasz te dolegliwości?

- ból kręgosłupa, dyskopatia, przepuklina
- bóle stawów, kolan, bioder barku
- nerwobóle
- rwa kulszowa i ramienna
- zespół cieśni nadgarstka
- zawroty i bóle głowy

Zadzwoń! Pozwól sobie pomóc!

Badania będą prowadzone od 10 do 25 kwietnia.

Liczba miejsc ograniczona

W OPINII PACJENTÓW NAJSKUTECZNIEJSI TERAPEUCI W WARSZAWIE

Bemowo – ul. Tkaczy 13, tel. 22 666-05-77

Mokotów – ul. Różana 51, tel. 22 498-18-55

www.terapia-manualna.com



Fizjo Med Poland rok zał. 1997

Przychodnia rehabilitacyjno-lekarska

POMOŻEMY CI W PROBLEMACH Z:

~ kręgosłupem ~ stawem kolanowym ~ rwa kulszową i ramienną ~ barkiem
~ stawem biodrowym ~ cieśnią nadgarstka ~ nerwobólami ~ bólami głowy



TWÓJ JUBILER Z OCHOTY

Oferuje:

- Atrakcyjne wyroby złote po cenach producenta
- Usługi jubilerskie: przeróbki złota, naprawy, renowacje
- Pożyczki pod zastaw złota i kosztowności

NOWE KORZYSTNE WARUNKI

PRACOWNIA ARTYSTYCZNA CEZARY KANIA

ul. Glogera 2 (wejście od Wawelskiej)

tel. 22 822-02-60

Czynne: 8⁰⁰ - 16⁰⁰ - dni powszednie



TERAZ TANIEJ O 11.000 ZŁ

**Mieszkanie 2 pokojowe 53,7 m² z piwnicą
teraz w cenie 276.000 zł**



Legionowo, ul. Gen. B. Roi 16 lok. 1

(22) 774 07 55, www.marszalek.pl



List do Informatora

W obronie 521,175 i nie tylko

Chciałbym zwrócić uwagę na kolejny, zdaje się, absurd jaki szykuje nam Zarząd Transportu Miejskiego w związku z ograniczonym budżetem i cięciami w liniach autobusowych.

Swoją opinię opieram na oficjalnym stanowisku ZTM opisanym w tym artykule: <http://ztm.waw.pl/aktualnosci.php?i=930&pc=100&pl=1>. Proponowane zmiany, choć podyktowane mogą być oczywistym faktem braku środków i optymalizacją połączeń w ramach tego co ZTM ma do dyspozycji, nie zawsze muszą być optymalną wersją zmian. Opierając się na informacji, opublikowanej przez gazetę.pl (<http://warszawa.gazeta.pl/warszawa/1,34862,13608047,html>), w której pada stwierdzenie, że proponowane zmiany zostały wysłane do zaopiniowania przez władze dzielnicy, liczę, że poniższe zdanie zostanie wysłuchane przez szersze grono mieszkańców Ochoty i wpłynie również na choćby zastanowienie się nad wspomnianym przeze mnie problemem.

Jednak w czym rzecz? Musimy cofnąć się w czasie do pierwszych zmian, podyktowanych głównie rozpoczęciem budowy II linii metra, która to w znacznym stopniu wpłynęła na układ połączeń autobusowych na Ochocie. Wtedy to właśnie zlikwidowana została linia 150 (która swą trasę miała wzdłuż ulicy Białobrzkiej), zmianie uległa trasa linii 128 (wycofana z ulicy Szczęśliwickiej i skierowana na objazd ul. Żwirki i Wigury, okrążając Rakowiec i kierując się na pętlę na Szczęśliwicach). Choć zmiana w linii 128 być może poprawiła skomunikowanie Rakowca (gdzie pojawiła się również nowa linia 228, jeżdżąca z Rakowca do CH Reduta), to zmiany te w dużym stopniu ograniczyły dostępność komunikacji dla mieszkańców Ochoty nie pozwoliły na takie działania.

Obecnie proponowane zmiany dla Ochoty wprowadzają nie tylko likwidację nowej linii 228 (która rzekomo pokrywa się z trasą linii 172), ale przede wszystkim właśnie – kładzie nacisk na ponowne skrócenie linii 521. I choć zmiana ta wydaje się nieunikniona (ZTM uparcie dąży do likwidacji długich linii międzydzielnicowych) zdaje się nie zauważać przed jakim problem stają mieszkańcy Ochoty. Otóż, dla nich, według ZTM, głównym środkiem transportu ma pozostać transport szynowy (rozumiany jako linie tramwajowe – przepełnione w godzinach szczytu bez możliwości zwiększenia częstotliwości kursów – problem

z przepustowością odcinka Alei Jerozolimskich na odcinku śródmiejskim) oraz kolejowy (linie SKM i KM do centrum). Jednak nikt z projektujących zmiany nie zauważył, iż w dużej mierze mieszkańcami okolic ulicy Białobrzkiej są osoby starsze, które w latach 1945–1970 rozpoczynały swoje życie na Ochocie (w nowym czy odbudowywanym budownictwie). Pokolenie to, to obecnie 60-, 80-latkowie. Z roku na rok tracący mobilność.

Z doświadczeń około-rodziny i zwykłej obserwacji widać, że często te osoby były głównymi pasażerami komunikacji wzdłuż ulicy Białobrzkiej czy Szczęśliwickiej (główne cele podróży to np. przychodnia na Szczęśliwicach, szpital na Barskiej, Hala Kapińska, Hale Banacha i bazar, oraz szpital na Banacha). Skasowane linie (150, 228, 521), lub ich zmiany (128) zaburzają możliwość

korzystania z komunikacji przez osoby starsze, dla których odległości rzędu 500–1000 m (średnia odległość do komunikacji szynowej, czy wspomnianych punktów) to odległości trudne do pokonania. W tym wypadku oferta ZTM-u w postaci biletu seniora staje się żartem.

Podsumowując, ponieważ zmiany w tej materii zdają się nieuniknione, proponowałbym, by władze dzielnicy zwróciły uwagę na problemy komunikacyjne tej części Ochoty. Zarówno 521 (łącznie Szczęśliwice/Starą Ochotę z centrum w czasie ok. 15 minut, dzięki bus pasom) oraz dawne 150 (pomijające główną arterię Ochoty – ul. Grójecką, a doskonale komunikujące starą Ochotę z centrum) były niezastąpione. Jeśli 521 musi paść ofiarą racjonalizacji komunikacji, pomyślnie o linii na miarę 150, która poruszając się

ze Szczęśliwic wzdłuż ulicy Białobrzkiej ułatwiłaby życie mieszkańcom Ochoty – kończąc swoją trasę gdzieś w centrum (Dw. Centralny, Emilii Platter, pl. Trzech Krzyży czy inna pętla), by zgodnie z polityką ZTM-u nie wydłużać tras niepotrzebnie. Autobus taki pewnie nie musiałby nawet mieć dużej częstotliwości kursowania (chyba, że weźmiemy pod uwagę poranny szczyt komunikacyjny uczniów szkół przy ul. Białobrzkiej, którym, nawiasem mówiąc, też odebrano bezpieczny transport do domu).

Szanowna Redakcjo, liczę, że zwrócić uwagę choćby na łamach portalu Informatora na powyższy problem. Nie skazujemy Ochoty na odcięcie od reszty miasta, a starszych osób od możliwości poruszania się nawet po swojej dzielnicy.

Pozdrawiam,

Adam Kuczborski



CENTRUM PODOLOGII

PROFILAKTYKA • ZABIEGI • LECZENIE STÓP



- Dyp. Spec. Podolodzy
- Pedicure podologiczny
- Kosmetyka lecznicza
- Odciski, modzele, pękające pięty
- Odciążenia i ortezy
- Paznokcie wrastające i grzybicze

ul. Kobielska 19
tel: 22 610 47 90

www.podologia-warszawa.pl

- Rekonstrukcja płytki paznokcia
- Opieka nad stopą cukrzycową
- Trudno gojące się rany
- Rehabilitacja (haluksy i inne)
- Dorośli, dzieci, sportowcy
- Wizyty domowe

ul. Słowicza 1
tel: 22 846 07 01

Zakres działania Centrum Podologii, Zdrowia i Urody

Konsultacje podologiczne - analiza deformacji i zmian w obrębie stóp z opracowaniem programu niezbędnego postępowania

- profilaktyka i pielęgnacja stóp oraz poradnictwo w zakresie stosowania preparatów specjalistyczno-pielęgnacyjnych (szczególnie WAZNA dla diabetyków!)
- pedicure podologiczny
- zabiegi wyprawdzające zgrubiałe, wkręcające, wrastające paznokcie
- klamry ortonyksyjne
- pobieranie do badań mikologicznych
- oczyszczenie, leczenie paznokci grzybiczych
- rekonstrukcja uszkodzonych paznokci
- usuwanie odcisków, nagniotków, kurzajek, brodawek, modzelei
- usuwanie (hiperaktoz) zrogowaciałego naskórka i leczenie pękających pięty
- trudno gojące się rany
- odciażanie miejsc bolesnych
- zabiegi usuwające problemy z nadmierną potliwością stóp
- wykonywanie ortoz indywidualnych z masy kauczukowo-sylikonowej
- sprzedaż ortoz gumowych
- masaże stóp i podudzi klasyczne oraz z elementami refleksoterapii
- ćwiczenia korekcyjne i rehabilitacja stóp (paluch koslawy, płaskostopie, palce młoteczkowate i inne)
- poradnictwo i zalecenia w doborze odpowiedniego obuwia

Centrum Podologii jest jedynym Instytutem w Warszawie, w którym dypłomowani Specjaliści Podolodzy są w stanie zapewnić swoim pacjentom najwyższy standard chodzenia. Centrum zajmuje się profilaktyką i pielęgnacją kończyn dolnych. Pomaga w wielu przypadkach problematycznych stóp.

Centrum Podologii, Zdrowia i Urody prowadzone jest przez małżeństwo **Annę i Adama Januszewskich** – specjalistów do spraw podologii, którzy od kilku lat zgłębiają wiedzę i tajniki tej specjalizacji. Uczestniczą w zjazdach, sympozjach i szkoleniach. W swojej pracy wykorzystują wiedzę z zakresu profilaktyki leczenia zachowawczego chorób narządu ruchu oraz ogólnej pielęgnacji kończyn dolnych. W szczególności obsługują pacjentów z grupy ryzyka tj. chorych na cukrzycę, sportowców, tancerzy, osoby starsze i dzieci. Przeciwdziałają powstawaniu zmian na stopach, a zabiegi i terapie przeprowadzają w przypadku już powstałych dolegliwości.

Śmiecie? System nie do przyjęcia

dokończenie ze str. 1

Rada Dzielnicy Ochota m.st. Warszawy zdecydowanie negatywnie ocenia brak jakichkolwiek konsultacji z mieszkańcami, właścicielami domów jednorodzinnych, zarządami wspólnot i spółdzielni mieszkaniowych na terenie dzielnicy Ochota, które w oczywisty sposób powinny poprzedzać uchwalenie tak ważnego dla interesu społecznego aktu prawa miejscowego przez Radę Miasta Stołecznego Warszawy. Ponadto Rada Dzielnicy Ochota wyraża swoje niezadowolenie wobec kolejnego faktu pominięcia przy procedowaniu w tak istotnej sprawie opinii i stanowiska Rady Dzielnicy.

Rada Dzielnicy Ochota m.st. Warszawy stanowczo domaga się przeprowadzenia przez władze Warszawy szerokiej akcji informacyjnej adresowanej do mieszkańców dzielnicy w sprawie nowych zasad gospodarowania odpadami komunalnymi.

Uzasadnienie

W uchwale nr LI/1497/2013 Rady m.st. Warszawy z 7 marca 2013 r. przyjęto, że mieszkańcy budynków wielorodzinnych (bloków i kamienic) w zależności od wielkości gospodarstwa domowego będą ponosić następujące opłaty miesięczne: 19,5 zł w gospodarstwie jednoosobowym, 37 zł w dwuosobowym, 48 zł w trzyosobowym oraz 56 zł w cztero- i więcejosobowych gospodarstwach domowych. Natomiast mieszkańcy domów jednorodzinnych bez względu na wielkość gospodarstwa domowego zapłacą taką samą kwotę tj. 89 zł, bez względu na liczbę mieszkańców danego domu. Powyższe stawki dotyczą odpadów komunalnych, gdy są zbierane i odbierane selektywnie,



natomiast w przypadku, gdy nie są zbierane i odbierane selektywnie, opłaty wynoszą odpowiednio od 27,30 zł do 78,40 zł w domach wielorodzinnych i 124,60 zł od gospodarstwa domowego w domu jednorodzinnym. Stawki opłat dla niezamieszkałych nieruchomości, na których usytuowane są obiekty handlowe, biurowce, urzędy i przedsiębiorstwa różnej wielkości będą uzależnione od odbioru liczby pojemników, przy czym opróżnienie pojedynczego pojemnika 120 l będzie kosztować 19 zł.

Z zawartego w Uchwale zestawienia opłat wynika, że mieszkańcy domów jednorodzinnych ponosić będą wyższe opłaty. Można przyjąć, że uchwała ich dyskryminuje, ponieważ nie można zakładać, że rodziny o tej samej liczebności członków wytwarzają więcej odpadów w domach jednorodzinnych niż analogiczne rodziny w domach wielorodzinnych. Nie do przyjęcia jest to, żeby osoba samotna zamieszkująca w domu jednorodzinnym ponosiła opłaty prawie 4,5 razy wyższe niż osoba

samotna w domu wielorodzinnym. Miasto powinno brać pod uwagę tak samo liczbę osób w domach jednorodzinnych jak i w mieszkaniach w budynkach wielorodzinnych. Z przedstawionego powyżej cennika opłat i przytoczonego przykładu wynika, że wysokość stawek nie ma związku z ilością wytwarzanych odpadów przez mieszkańców.

W obecnie obowiązującym systemie gospodarowania odpadami, mieszkańcy Warszawy ponoszą różne opłaty w zależności od przyjętego sposobu ich rozliczania, niemniej jednak są one znacząco mniejsze od przyjętych w Uchwale, a w wielu przypadkach dwukrotnie, trzykrotnie lub nawet więcej. Takie dane przytaczają mieszkańcy oraz przedstawiciele wspólnot i spółdzielni mieszkaniowych, zaniepokojeni i oburzeni faktem tak skandalicznej skali podwyżek w stosunku do obecnych cen rynkowych.

Należy podkreślić, że pomimo ustanowienia monopolu firmy, która wygra przetarg, a co za tym

idzie ma możliwość zoptymalizowania kosztów własnych, wielokrotnie wzrasta opłata za wywóz odpadów. W ocenie mieszkańców przyjęty sposób naliczania opłat i przyjęte stawki wskazują na to, że władze Warszawy potraktowały gospodarowanie odpadami, jako sposób na osiąganie nieuzasadnionych zysków. Warto też podkreślić, że w procedowaniu nad przyjętą Uchwałą nie podano do publicznej wiadomości ekspertyz dotyczących kosztów nowego systemu gospodarowania odpadami.

Reasumując, można stwierdzić, że władze m.st. Warszawy znacznie przeszacowały koszty związane z odbiorem, transportem, odzyskiem i utylizacją wszystkich odpadów komunalnych. Warto też podkreślić, że ujawnienie firmom biorącym udział w przetargu, cennika, według którego będą odbierane odpady od mieszkańców, stanowi zaprzeczenie zasad wolnego rynku i może spowodować zawyżenie ofert przetargowych.

List do Informatora Między Kopińską a Węgierską

Chciałbym zapoznać Państwa z moimi uwagami dotyczącymi terenu między ul. Kopińską a Węgierską. Moim zdaniem należy on do jednych z najbardziej zaniedbanych i zaśmieconych na Starej Ochocie. Niestety, w dużym stopniu przyczyną tego jest pobliski sklep, a zwłaszcza restauracja, z której śmieci wraz z potłuczonym szkłem, butelkami i puszkami leżą na zapleczu tego budynku.

Zastanawiam się, czy jest możliwe praktyczne wykorzystanie tego terenu na parking. Obecnie samochody parkują na całej długości budynku

akademika, wielokrotnie na chodniku, skutecznie uniemożliwiając przejście pieszym, oraz przed garażami – nieraz tarasując wyjazd jego użytkownikom. Teren jest spory i kilkanaście stanowisk znalazło by tam miejsce.

Przy okazji należałoby zadbać o dojazd dla zaopatrzenia do bufetu akademika, sklepu i restauracji, obecnie samochody z dostawą jeżdżą przez trawnik i po chodniku wzdłuż ul. Kopińskiej.

Pozdrawiam redakcję Informatora
Andrzej Gałązka



PROGRAM INTERAKTYWNY SENIOR

Skierowany jest do osób, które chcą poznać możliwości, jakie dają komputer i Internet.

Korzyści:

- wymiana zdjęć z rodziną przez internet;
- własne konto w serwisie społecznościowym;
- możliwość darmowej rozmowy z bliskimi na całym świecie;
- umiejętność pisania i odbierania listów elektronicznych;
- dostęp do ulubionej gazety bez wychodzenia z domu.



Pomagamy w wyborze odpowiedniego sprzętu komputerowego, uczymy podstaw korzystania z komputera. Udział w programie jest płatny.

Program Interaktywny Senior jest jedną z usług świadczonych przez firmę ZGODA.NET

ZADZWOŃ!

tel.: (22) 188 10 77

SZKOŁA DLA CIEBIE

A schools

KURSY MATURALNE

MOŻLIWOŚĆ ZDAWANIA MATURY W NASZYM LICEUM

BEZPŁATNE LICEUM

WWW.ASCHOOLS.PL

ul. Odrowąża 15 Warszawa

tel. 22 110-00-99

Platforma „dała nogę” przed śmieciami

Sprzeciw rady dzielnicy Włochy wobec planów budowy bazy MPO przy Instalatorów oraz protest w kwestii opłat za wywóz śmieci uchwalonych przez radę Warszawy. Blamaż radnych PO.



Podczas zwołanej na 26 marca nadzwyczajnej sesji rady dzielnicy Włochy radni zajęli się dwoma tematami: planowaną budową przy ul. Instalatorów 7C Dzielnicego Zakładu Oczyszczania MPO oraz wysokością stawek opłat za gospodarowanie odpadami komunalnymi – „opłata śmieciowa”. W roli głównej próbował wystąpić na początku sesji radny PO Krzysztof Czuma, który dążył do zmiany porządku obrad oraz

poddawał w wątpliwość zasadność stanowisk przygotowanych pod obrady. Jego aktywność spotkała się z dezaprobatą licznie zgromadzonych mieszkańców, którzy „wybuczeli” radnego Czumę.

Po długiej dyskusji z zaproszonymi gośćmi rada dzielnicy podjęła jednogłośnie (o dziwo włącznie z radnym Czumą) stanowisko w sprawie wyrażenia sprzeciwu wobec planowanego przedsię-

wzięcia polegającego na budowie Dzielnicego Zakładu Oczyszczania przy ul. Instalatorów 7C w dzielnicy Włochy.

Drugie stanowisko w sprawie przyjętej w dniu 7 marca 2013 uchwały rady Warszawy w sprawie wyboru metody ustalenia opłaty za gospodarowanie odpadami komunalnymi, ustalenie stawki takiej opłaty oraz ustalenia stawki opłaty za pojemnik o określonej pojemności zostało przyjęte przez radę

dzielnicy Włochy głosami radnych Wspólnoty Dzielnicy Włochy, PiS oraz radnej Stowarzyszenia Sądzińskiego Włochy. Włochowscy radni PO nie stanęli na wysokości zadania (inaczej niż kilka dni wcześniej ich partyjni koledzy z Ochoty) i nie wystąpili w obronie mieszkańców. Tuż przed głosowaniem... w pośpiechu umknęli z sali obrad. Wstyd!

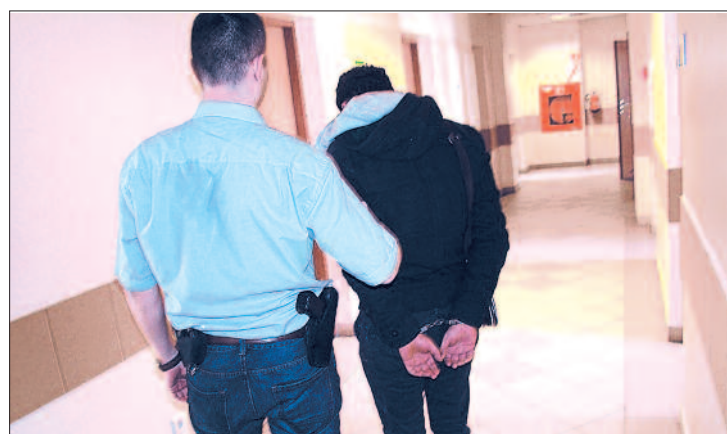
Na sesji był obecny poseł na sejm RP Adam Kwiatkowski.

Posel wystosował interpelację do Prezesa Rady Ministrów oraz pismo z zapytaniem do Prezydenta m.st. Warszawy, w których zwraca uwagę na zagrożenia płynące z umiejscowienia Dzielnicego Zakładu Oczyszczania przy ul. Instalatorów 7c w pobliżu Lotniska Okęcie oraz w sąsiedztwie osiedli mieszkaniowych dzielnicy Ochota i Włochy w Warszawie.

WYG

Starsza pani nie dała się oszukać

Wzorowym zachowaniem wykazała się 84-letnia mieszkanka Ochoty, która nie dała oszukać się metodą „na wnuczka”. 28- i 26-latek próbowali wyłudzić od niej 20 tys. złotych. Jednak nie wszystkie starszki są łatwowierne – kobieta o całym zdarzeniu powiadomiła policję.



Dzięki natychmiastowej reakcji funkcjonariuszy z wydziału do walki z przestępczością przeciwko mieniu mężczyźni trafili do policyjnej celi. Sąd zastosował wobec nich tymczasowy areszt. Grozi im do ośmiu lat więzienia.

Kilka dni temu na numer alarmowy zadzwoniła 84-letnia mieszkanka Ochoty, która poinformowała funkcjonariuszy, że prawdopodobnie ktoś próbuje wyłudzić od niej pieniądze. Jak ustalili policjanci, ze starszą panią skontaktował się mężczyzna podający się

za jej kuzyna. W trakcie telefonicznej rozmowy poprosił o pożyczkę 20 tys. złotych, które były mu pilnie potrzebne. Kobieta jednak nie dała wiary słowom mężczyzny i o całym zdarzeniu powiadomiła policjantów z Ochoty.

Funkcjonariusze z wydziału do walki z przestępczością przeciwko mieniu zadziałali błyskawicznie i zatrzymali oszustów. 28- i 26-latek wpadli w ręce policjantów w momencie, gdy przyszli odebrać pieniądze. Mężczyźni trafili do policyjnego aresztu.

Sąd przychylił się do wniosku prokuratury i zastosował wobec 26- i 28-latka trzymiesięczny areszt. Za próbę oszustwa grozi kara do ośmiu lat więzienia. Sprawa ma charakter rozwojowy. Nie wykluczone, że mężczyźni niebawem usłyszą kolejne zarzuty.

Pamiętaj!

W przypadku nagłej pożyczki:

- Bądź ostrożny w kontakcie z nieznajomym.
- Nigdy nie przekazuj pieniędzy osobom, których nie znasz. Nie ufaj osobom, które telefonicznie podają się za krewnych lub ich przyjaciół.
- Zawsze potwierdzaj „prośbę o pomoc”, kontaktując się z Twoim bliskim: wykonaj telefon lub skontaktuj się bezpośrednio.
- Wszelkie telefoniczne prośby, w tym z zagranicy o pomoc, grożą utratą pieniędzy.
- Gdy ktoś dzwoni w takiej sprawie i podejrzewasz, że to może być oszust – koniecznie powiadom policję – pod numerami alarmowymi 997 lub 112.

źródło: ochota.policja.waw.pl

BĄDŹ GOTOWY NA „ŚMIECIOWĄ REWOLUCJĘ”

Zapraszamy spotkania informacyjne dla zarządców/właścicieli nieruchomości nt. wprowadzenia nowego systemu gospodarowania odpadami komunalnymi w Warszawie.

- 17 kwietnia 9.00 Ochota Ośrodek Kultury Ochota, ul. Grójecka 75
- 23 kwietnia 18.00 Włochy Okęcka Sala Widowiskowa, ul. 1 Sierpnia 36a
- 15 maja 9.00 Ochota Ośrodek Kultury Ochota, ul. Grójecka 75

FACTORY

ZAWSZE
30% – 70% TANIEJ

MANIFEST YOUR
SPRING & SUMMER STYLE

Solar

OCHNIK

BIG STAR

Gatta

Reebok

gino rossi



Angielski dla seniorów w surmie

Ruszą zapisy do 4. grupy j. angielskiego dla seniorów

Od połowy kwietnia 2013 w Klubie Osiedlowym Surma uruchamiamy kurs j. angielskiego od podstaw dla seniorów. Kurs jest bezpłatny, prowadzony przez wolontariusza, trwa do końca czerwca 2013.

Termin zajęć: środa, od godz. 16.00. Grupa: do 12 osób.

Chętnych prosimy o zgłaszanie się do 11.04.2013 do Małgorzaty Tomaszewskiej pod numerem telefonu 22 823 04 32 lub mailowo: malgorzata.tomaszewska@oko.com.pl

Ilość miejsc ograniczona! obowiązuje kolejność zgłoszeń.



źródło: surma. com. pl

OGŁOSZENIA DROBNE PRZEZ INTERNET

Najbliższe wydanie 26.04.2013 r.

Potwierdzenie wpłaty należy przesłać do poniedziałku 22.04.2013 r. na fax 22 614-58-03 lub e-mail: drobne@gazetaecho.pl do godziny 17⁰⁰

- Krok 1.** Wejdź na www.echodrobne.pl i wybierz DODAJ OGŁOSZENIE
Krok 2. Wybierz odpowiednią rubrykę i zleć druk w gazecie
Krok 3. Wpisz treść ogłoszenia. Zaznacz gazety, w których ma się ukazać Twoje ogłoszenie i zdecyduj, w ilu kolejnych numerach ma się ukazywać. Jeśli chcesz - wybierz wyróżnienie ogłoszenia.
Krok 4. Jeśli chcesz fakturę VAT - wypełnij wszystkie pola, jeśli nie - podaj tylko swoje dane kontaktowe.
Krok 5. Wpłać wygenerowaną kwotę na podane konto, jako tytuł wpłaty wpisując numer zlecenia.
Krok 6. Przekonaj się, jak skuteczne jest ogłoszenie drobne w Echu

- Dickensa róg Grójeckiej paw. 4 tel. 22 658 13 13

OGŁOSZENIA DROBNE

ADMINISTROWANIE NIERUCHOMOŚCIAMI

Administrowanie Wspólnot Mieszkaniowych
tel. 604-553-618, e-mail: rudex1@gazeta.pl

2-POKOJOWE SPRZEDAM

• M-3 DWUSTRONNE, OKOLICE PROMENADY, 3P/12, 22 398-10-39

DOM SPRZEDAM

• Dom w Sulejówku 90 m² sprzedam 22 823-63-03

DZIAŁKĘ BUDOWLANĄ SPRZEDAM

• DZIAŁKI NAD JEZIOREM I RZĘKĄ SKRWĄ, 120 KM OD W-WY, OD 11 ZŁ/ m², 605-099-422
 • Działki rekreacyjne nad jeziorem, 150 km od W-wy, 11 zł/ m², 605-099-422

NAUKA

• Angielski na Ochocie – Rakowiec, Szczęśliwice i okolice tel. 506-685-484

USŁUGI STOLARSKIE

• Meble na wymiar 22 773-15-13, 504-824-568

USŁUGI TRANSPORTOWE

• A.Przeprowadzki, Sprzątanie Piwnic, Wywóz Mebli 512-139-430
 • AA Przeprowadzki 24h/7 wywóz starych mebli, AGD RTV 607-66-33-30

USŁUGI INNE

• Anteny, telewizory – naprawa, dojazd 602-216-943
 • Czyszczenie karcherem dywanów, tapicerki 694-825-760
 • Lodówki, pralki, telewizory – naprawa 694-825-760
 • Opróżnianie: piwnic, strychów, garaży, wywóz mebli, gruzu AGD i innych tel. 503-711-500

POPRAWKI KRAWIECKIE. Reperacje odzieży skórzanej, OCHOTA ul. Kaliska 20, tel. 22 659-22-86, 695-442-357

• Pralkę naprawa 22 666-55-22, 516-144-566 tanio, gwarancja

• Żaluzje roletki plisy verticale moskitiery tanio 22 848-34-34 www.zalvert.pl

BUDOWLANE

• 0000 Remonty i wykończenia! Solidnie i profesjonalnie – 504-474-694

• Cyklinowanie 3x lakierowanie, układanie, reperacje 662-745-557
 • Docieplenia 510-482-699

• ELEKTRYK Awarie Pomiaru 506-506-006

• Kominki – 513-127-630

• Malarz remonty 502-255-424

• Okna, naprawy, regulacje 787-793-700

• Remonty 782-161-343

• Remonty mieszkań, solidnie tel. 793-560-680

• Remonty, adaptacje, wykończenia. Tel. 695-092-101

• Tynki gipsowe, cementowo-wapienne tel. 511 529 965 www.budax.pl

FINANSE

Świeża pożyczka
bez BIK
do 10.000
tel. 668 681 902
* opłata wg taryfy operatora

• Biuro Rachunkowe – KPIR, Księgi Handlowe, ZUS, PFRON, PIT-y, doświadczenie, wykwalifikowana kadra, OC, profesjonalna obsługa. Bezpłatny parking, dogodny dojazd. Tel. 22 882-06-15, ul. Bohaterów Września 3 lokal U1

Kredyty bankowe i pozabankowe, chwilówki, Wolska 84/86, 604-22-07-27

• Pożyczki pod zastaw HIPOTEKI nieruchomości. Z zadłużeniami, bez przedpłat, bez BIK, ZGODNIE Z USTAWĄ. 602-303-202 bezpieczna-pożyczka.pl

www.mas-kominki.pl

MAS KOMINKI

513 127 630, 601 306 108

Z TĄ REKLAMĄ 10% RABATU

Już za miesiąc dorośli zdają maturę

► Za niecały miesiąc do matury przystąpią słuchacze AS – Liceum dla Dorosłych. Osoby, które chcą zdać egzamin w przyszłym roku, już dziś powinny rozpocząć naukę.

Wszystkie osoby, które nie ukończyły wcześniej szkoły średniej (w tym absolwenci zawodniczych szkół zawodowych), mogą zapisać się do naszego Liceum. Na maturę nigdy nie jest za późno. **Szczególnie teraz, kiedy nauka w naszym liceum jest bezpłatna.** Natomiast osoby, które posiadają już wykształcenie średnie, mają szansę powtórzenia materiału na kursie maturalnym. Postaraliśmy się, aby naukę w naszej placówce łatwo można było pogodzić z pracą zawodową i obowiązkami życia codziennego. Zajęcia w trybie zaocznym odbywają się w cyklu weekendowym dwa razy w miesiącu.

Kurs maturalny

Podczas kursu maturalnego słuchacze otrzymują odpowiednie przygotowanie merytoryczne potrzebne do zdania egzaminu dojrzałości. Niektórzy korzystają z możliwości zdawania egzaminu maturalnego przy naszym Liceum, inni przystępują do matury w swojej szkole macierzystej. Obecnie prowadzimy nabór na wiosenny kurs maturalny przygotowujący do matury w 2014 roku.

Liceum dla Dorosłych

Jesteśmy szkołą dla dorosłych. Większość naszych słuchaczy to osoby czynne zawodowo, nierzadko prowadzące własne firmy. Wykształcenie średnie jest im potrzebne jako warunek uzyskania lepszego stanowiska w pracy i lepszej pensji. Czasami zdarza się, że przychodzą do nas także słuchacze, którzy decydują się na zmianę szkoły jeszcze w trakcie trwania semestru (przyjmujemy również słuchaczy na szósty semestr). Mają oni możliwość nauki w przyjaznej atmosferze oraz ukończenia naszego Liceum, nie ponosząc kosztów nauki.

WSZYSTKICH, KTÓRZY MYŚLĄ O ZDAWANIU EGZAMINU MATURALNEGO, JUŻ DZIŚ SERDECZNIE ZAPRASZAM DO NASZEJ PLACÓWKI

dyr. Martyna Myszkowska



AS LICEUM OGÓLNOKSZTAŁCĄCE DLA DOROSŁYCH

AS – Liceum Ogólnokształcące dla Dorosłych
ul. Odrowąża 15, Warszawa
Kontakt do sekretariatu:
tel. 663-925-669, 22 110-00-99
www.aschools.pl

KANCELARIA PRAWNA
PEŁNA OBSŁUGA PRAWNA
PORADY PRAWNE 49
PISMA 149 zł
SPADKI, ROZWODY, WINDYKACJA
SPRAWY MAJĄTKOWE, SPÓŁKI
SPRAWY SĄDOWE, PISMA PROCESOWE
SPRAWY MIESZKANOWE, ZUS, US I WIELE INNYCH
ul. Astronomów 3 lok. 19 (przy ul. GŁÓDKA)
Tel. 517-249-447, 22 666-92-52

TURYSTYKA
• MAZURY, 7 DNI OD 540 ZŁ Z WYŻYWIENIEM.
JEZIORO, LAS, KAMERALNIE. TEL.
89 621-17-80, WWW.SZCZEPANKOWO.PL

ZDROWIE I URODA

A testy alergiczne, odczulanie
22 814-52-40

STOMATOLOG – PROTEZY NFZ – ZAPISY UL.
RUDZKA 6, TEL. 602-390-620

Terapia antynikotynowa 22 814-52-40

GASTRONOMIA

Wina na WESELE, IMIENINY, IMPREZĘ
FIRMOWĄ – dobiórę do potraw, doradzę,
dowiezę na miejsce 798-877-356

DAM PRACĘ

Samodzielne prowadzenie sklepu
specjalistycznego z winami, oczekujemy
doświadczenia w sprzedaży
bezpośredniej lub detalicznej, najlepiej
w branży alkoholowej lub podobnej,
konieczne prawo jazdy i samochód. CV:
piotr.krajczynski@dobrewina.pl

ROLETY PLISY ŻALUZJE
BEZPŁATNIE DOJAZD,
POMIAR, MONTAŻ
535-708-777

WYPOCZYNEK

• Wypoczynek przez cały rok w ciszy i spokoju
wśród jezior i lasów 100 km od Warszawy, bardzo
dobre warunki, weekendy, święta 24 235-82-94,
695-642-518

RÓŻNE

• Kupię ZŁOM: piece, kaloryfery, rury, wanny,
wraki samochodowe (wszystko co metalowe).
Dojadę tel. 503-711-500
• Skup książek – dojazd, 602-254-650

ANTYKI

• Antyczne meble obrazy, grafiki, srebra,
plakaty, książki, pocztówki, odznaki,
szable, orzełki, bibeloty tel. 601-336-063
• Antykwarjat kupi książki i inne rzeczy w domu
klienta, 666-923-218
• ANTYKWARIAT KUPI KSIĄŻKI, INNE STARE
PRZEDMIOTY 501-561-620

KUPIĘ SAMOCHÓD

• Kupię każde auto całe i uszkodzone (osobowe,
ciężarowe), nieopłacone, każdy rocznik
516-985-073
• Kupię każde auto osobowe i dostawcze
w każdym stanie, również rozbite oraz bez opłat.
Tel. 519-353-990
• Kupię każde auto z lat 98-2012. Najwięcej
zapłacę, szybki dojazd, gotówka 500-666-553

**KUPIĘ KAŻDE AUTO, NAJLEPSZA CENA!
530-444-333**

USŁUGI TAPICERSKO-DEKORACYJNE

- Renowacja mebli tapicerskich
- Nowe na zamówienie
- Szycie firan, zasłon i narzut
Warszawa, ul. Filtrowa 66
tel. 22 658 13 02, 603 762 435
czynne: pon.-pt. 8.00 - 17.00

• Skup aut po 98r. Najwyższe ceny, płatność od ręki, profesjonalna obsługa 500-540-100

KUPIĘ CZĘŚCI

• KUPIĘ nowe części do FIATA 125p i inne
501-041-555

BEZ KANTÓW
REMONTY, WYKOŃCZENIA WNĘTRZ

PEŁEN ZAKRES REMONTÓW

Solidna, profesjonalna ekipa

Zadbamy o każdy szczegół

tel. 504 474 694

ADMINISTRACJA DOMÓW MIESZKALNYCH

FELIX Sp. z o.o.

tel. 22 824 03 01; 22 824 01 51
mail: admfelix@admfelix.pl
www.admfelix.pl

KOMPLEKSOWO ADMINISTRUJEMY BUDYNKAMI

Pytamy burmistrza



Witam, korzystając z możliwości zadania pytania Panu Burmistrzowi za Państwa pośrednictwem, niniejszym to czynię.

Chciałbym zapytać dzielnicę znacznie coś zrobić w kwestii miejsc parkingowych w dzielnicy. Osobiście chodzi mi o ulicę 1 Sierpnia, a szczególnie od strony al. Krakowskiej.

Kilka ładnych lat temu na ulicy 1 Sierpnia zaczęły kursować autobusy. W związku z tym na potrzeby

wykonania przystanków autobusowych zabrano mnóstwo miejsc parkingowych – przepisy zakazują parkowania na przystanku oraz w odległości 15 m od jego środka, a jeśli jest zatoczka, to 15 m od końca zatoczki.

W czasie budowy przystanków owszem wykonano trochę miejsc parkingowych, ale znacznie mniej niż zlikwidowano. W ciągu tej ulicy jest mnóstwo trawnika, z którego

spokojnie można by wygospodarować na całej długości ulicy miejsca parkingowe. W bardzo bliskiej odległości jest park im. Marka Kotańskiego, więc zieleni jest pod dostatkiem, a samochodów jest coraz więcej.

Oczywiście temat z pewnością dotyczy całej dzielnicy. Byłoby miło, gdyby Pan Burmistrz poinformował co w ostatnich latach zostało zrobione w sprawie miejsc parkingo-

wych, oczywiście poza ustawianiem kolejnych zakazów parkowania.

Pozdrawiam

Ryszard

Ulica 1-go Sierpnia jest drogą w zarządzie Zarządu Dróg Miejskich. Niestety, nie jest to nasza gminna droga. Jak stwierdził Szanowny Internauta w swoim wpisie, rzeczywiście, przy okazji kompleksowego remontu ulicy, kilka lat temu, zostały wykonane miejsca parkingowe wzdłuż całego ciągu jezdni (gdzie tylko było to możliwe). Musimy pamiętać, że osiedla w ciągu ul. 1-go Sierpnia pochodzą z lat 60. i 70. ubiegłego stulecia. Ówczesni architekci nie przewidzieli tak dynamicznego rozwoju motoryzacji. Budowa miejsc parkingowych wymaga wielu uzgodnień oraz nakładów finansowych. Jako dzielnica nie mamy prawa organizacji miejsc parkingowych na terenie, który do nas nie należy, w związku z czym nie może być również zabezpieczonych

środków finansowych na ten cel. Co do zajęcia trawnika wzdłuż ulicy pod miejsca parkingowe, obawiam się, że mogłoby się to spotkać z protestami wielu niezmotywowanych mieszkańców osiedla. Osobiście stoję na stanowisku, że nie można popadać w skrajności. Miejsc parkingowych brakuje nie tylko w naszej dzielnicy, ale w całej Warszawie, ba, prawie we wszystkich polskich miastach. Nie oznacza to jednak, że należy wykorzystywać każdy kawałek gruntu (zieleni) pod miejsca parkingowe. Najlepsze rozwiązania, choć drogie – to parkingi wielopoziomowe, chociaż nie wszędzie możliwe do zrealizowania ze względu na charakter, powierzchnię działki. Uwzględniając obecną politykę ratusza (m.in. cięcie wydatków w dzielnicach) trudno o optymizm w kwestii rozwiązania tego problemu.

Z poważaniem,

Jerzy Kowaliszyn
wiceburmistrz dzielnicy Włochy

Żaden cud tylko kruk



Drodzy Państwo! Stał się cud. Słupki znikły na Radomskiej. Podobno przejechało kilku osiłków, wyrwali i wywieźli. To jakaś wasza bojówka do zwalczania słupków czy jakiś baran w ratuszu się rozmyślił? Tak czy siak super. (Anga)

Droga internautko to żaden cud. Narobiliśmy rabanu, to fakt. Wymyślił się fortel, to też fakt. Zrobiliśmy wiec na Radomskiej, i to fakt. Ale bez burmistrza Krzysztofa Kruka, który przyszedł na Radomską (ani nie proszony,

ani nie wzywany), fortel nasz „kupił” a następnie wcielił w życie – do dzisiaj byśmy te słupki po nocach pilowali. Co tu dużo gadać trzeba go jeszcze raz podejść i sprytnie mu flaszke czy coś wręczyć, bo to naprawdę duża sprawa. Spyta pani, jaki to fortel. Nie możemy powiedzieć, bo Informatora czytają te barany, co słupki stawiają i mogą znowu coś wymyślić.

Redakcja

PS. Bojówki na razie IOW nie ma, ale formujemy. Przyda się na Starej Ochocie, bo tam za sprawę wziął się burmistrz Komorowski i – co tu dużo gadać – jak skończy, to ludzie z Filtrowej będą parkować przy lotnisku na Okęciu. Ani chybi.

CZY MOŻNA WYLECZYĆ SIĘ BEZ LEKARSTW? BIOMAG - MEDYCINA XXI WIEKU

Choroby zwyrodnieniowe stawów, nadciśnienie, cukrzyca, żylaki, dna mocznicowa, reumatyzm, osteoporoza, astma, stwardnienie rozsiane – to tylko niektóre ze schorzeń, które dzięki sprzętowi rehabilitacyjnemu BIOMAG, mogą zostać powstrzymane lub całkowicie wyleczone.

Metoda leczenia, która 50 lat temu była dostępna tylko dla nielicznych, dziś staje się coraz bardziej powszechna. W Japonii stosuje ją już 10% społeczeństwa, jest ogólnodostępna w USA. W Europie Zachodniej bardzo szybko rozwija się i zastępuje leczenie farmakologiczne.

Chcielibyśmy, aby także Państwo mieli szansę poznania tej rewelacyjnej, bezpiecznej i prostej do zrozumienia formy leczenia, polegającej na regeneracji komórki. Prosimy zapoznać się z listami, jakie otrzymujemy od naszych pacjentów, którzy zdecydowali się dbać o swoje zdrowie stosując pole magnetyczne marki BIOMAG.

Po 3 tygodniach aplikacji przestałam brać bardzo silne leki przeciwbólowe, po których bolał mnie żołądek i musiałam brać tabletki osłonowe. Po 4 miesiącach rehabilitacji, przestały boleć kości, poruszam się szybciej, ciśnienie uregu-

lowało się, przesypiam dobrze noce, spaceruję, stałam się mniej nerwowa.

Zofia 70 lat (zwyrodnienie kręgosłupa szyjnego i lędźwiowego, osteoporoza i nadciśnienie tętnicze)

Po dwóch miesiącach aplikacji, była już znaczna poprawa, natomiast po siedmiu miesiącach nadciśnienie tętnicze zniknęło. Miałam na dolnej kończynie żylaki od ponad 30 lat. Po trzymiesięcznej aplikacji po żylakach nie ma śladu.

Tadeusz – Jedwabno (nadciśnienie tętnicze i miażdżyca)

Bez leków nie wytrzymałam jednego dnia, teraz ich nie zażywam. W tej chwili, po zabiegach, słyszę dużo lepiej. Mój stan zdrowia polepszył się na tyle, że nie myślę o lekach i lekarzu. Z mojego aparatu korzystają jeszcze 3 osoby.

Grażyna – Trzebież (reumatoidalne zapalenie stawów, ból kręgosłupa lędźwiowo-

wego i szyjnego, bóle pleców, rąk i nóg, zapalenie bębenka i ucha środkowego)

Postanowiłam razem z rodziną, że spróbuję leczyć się tym aparatem w domu. Używam aparatu BIOMAG dwa razy w ciągu dnia i widzę efekty: ból kręgosłupa minął, jak także ból nóg oraz napadowe bóle migrenowe. Z całą pewnością mogę powiedzieć, że to działa! Reszta mojej rodziny także korzysta z aparatu BIOMAG. Jesteśmy bardzo zadowoleni, że można tą metodą leczyć się w domu, bez kosztów rehabilitacji oraz farmakologii.

Karolina lat 28

W początkowej fazie miałam cukry powyżej 200, a po systematycznym stosowaniu BIOMAG, cukier obniżył się do 90. Nadciśnienie uregulowało się. Jestem pod stałą kontrolą lekarską i wszyscy się dziwią z moich postępów w leczeniu.

Maria – Opole

**DOŁĄCZ DO GRONA PO-
NAD 7000 ZADOWOLONYCH PA-
CJENTÓW.**

na facebooku **Medical-In Cen-
trum Profilaktyki Zdrowotnej.**

**Zapoznaj się z działaniem
sprzętu rehabilitacyjnego BIO-
MAG. Odwiedź naszą stronę**

**W CELU UMÓWIENIA SIĘ NA
KONSULTACJE PROSIMY O KON-
TAKT POD NR TELEFO-
NU 663 925 669.**



Nie mój interes



– Podejść no do płota – powiedziała Pawlak z kultowego filmu „Sami swoi” sąsiadowi przez miedzę. Ten utrzymuje ciągle, iż to nie jego sprawa.

Typowym miejscem urzędniczej indolencji jest styk ulicy Grójeckiej i Radomskiej. Pierwsza z nich jest ulicą wojewódzką, za stan jej nawierzchni, czystość, w tym odśnieżanie, odpowiada Zarząd Dróg Miejskich. Druga jest gminną, przypisaną dzielnicy

i przez analogię jej przypadają te funkcje. Ta graniczna rzeczywistość jest brutalna dla pieszych i obnaża skrajną niedojrzałość obu tych instytucji. Prowadzi to do sytuacji, kiedy podczas większych opadów deszczu, lub zalegającej mazi pośniegowej, suchą

nogą tego odcinka pokonać nie można. Rozległa, głęboka kałuża sięga Grójeckiej i obejmuje kawał Radomskiej.

Gdzie należy szukać przyczyny tego zjawiska? W remontach jezdni, jakie na przestrzeni dekad były robione.

Radomską remontowano wbrew zdrowemu rozsądkowi. Konsekwencje tego do dziś ponoszą, w całej rozciągłości, zarówno piesi, jak i zmotoryzowani mieszkańcy tej ulicy.

Problem gromadzącej się w dużych ilościach wody u wlotu Radomskiej z ulicy Grójeckiej sygnalizowałam zaraz po odbiorze tej dzielnicowej inwestycji. Pochłonięła krocie, a urząd nie potrafił wyegzekwować od wykonawcy, w ramach gwarancji, należytego jej wyprofilowania.

Kiedy Zarząd Dróg Miejskich położył nakładkę bitumiczną na ulicę Grójecką (główny ciąg komunikacyjno-handlowy dzielnicy), sytuacja uległa gwałtownemu pogorszeniu. Podniesienie poziomu jezdni o grubość podkładu położonego pod nowy asfalt utworzyło niekę w miejscu naturalnego przejścia dla pieszych. Widać ją gołym okiem, nawet przy suchej nawierzchni obu jezdni. Gromadzi ona w ogromnych ilościach i wodę, i błoto, a mimo monitów, pies z kulawą nogą z urzędu tym „gniotem” się nie zajął.

– Podejść no do płota – powiedziała Pawlak z kultowego już filmu „Sami swoi” sąsiadowi przez miedzę. Ten jak widać utrzymuje ciągle, iż to nie jego sprawa.

Anna Zbytniewska

Uniwersyteckie jajko



Jak co roku w gronie słuchaczy Uniwersytetu Trzeciego Wieku „Omega” odbyło się spotkanie świąteczne. Piękny występ chóru oraz wiele serdeczności to tradycja tej naszej ochockiej uczelni. Uniwersytet rośnie w siłę. Organizuje zajęcia dla ponad 200 osób.

Oprócz interesujących wykładów „Omega” oferuje seminaria (psychologiczne, dietetyczne oraz poświęcone religiom świata), lektoraty z języków obcych (angiel-

skiego, niemieckiego, francuskiego i hiszpańskiego), treningi umysłu i pamięci „Klub Cogito”, kółko malarskie i kącik literacki „Spotkania z literaturą”, wspólne zajęcia muzyczne dla studentów Uniwersytetu i pacjentów Domu Dziennego Pobytu „Z Ochotą”, kilkunastoosobowy chór oraz „Spotkania z muzyką”, zajęcia rekreacyjno-sportowe (gimnastykę dla seniorów, spacerów z kijkami po Polach Mokotowskich) oraz

„Tańce w gromadce” z nauką tańców polskich oraz tańców z różnych zakątków świata a także starożytności „Lecący Żuraw”. Po raz pierwszy w tym roku akademickim „Omega” zamierza wprowadzić zajęcia „Joga dla 50+”, z pełną gamą ćwiczeń oddechowych i relaksacyjnych oraz „Aqua Aerobik” w basenie – oba zajęcia są połączone ze wskazówkami racjonalnego odżywiania się.

Celem przyciągnięcia coraz większej liczby studentów do korzystania z uniwersyteckiej strony internetowej oraz „facebook-a”, Uniwersytet po raz kolejny organizuje kursy obsługi komputera i internetu „Komputer i ja”.

Warto wybrać się na wykłady. Wszystkich niezdecydowanych namawiam na kontakt z Omegą:

Grażyna Gójska-Gdula – prezes SOUTW „Omega”.

Kontakt: tel. 791-773-303, 504-430-249, 501-845-770

Adres mailowy: info@utwomega.pl

Grzegorz Wysocki

Nasi Sybiracy



Bardzo uroczyste w tym roku było na spotkaniu przedświątecznym Związku Sybiraków Koła Ochota. Przybyły trzy pokolenia: coraz mniejsza grupa osób, które doświadczyły pobytu na „niełudzkiej ziemi” oraz ich dzieci i wnukowie. Koło Sybiraków na Ochocie działa od 1989 roku. Podstawowym celem jego działania, obok opieki nad Sybirakami oraz ich rodzinami, jest upamiętnianie eksterminacji Polaków przez reżim sowiecki.

Na dorocznej uroczystości było obecnych wielu znakomitych gości. Prezes koła Maria Markiewicz powitała władze trzech dzielnic: Ochoty, Włoch i Ursusa. Obecni byli prezesi spółdzielni WSM Rakowiec i władze centralne Związku. Wręczono odznaczenia osobom szczególnie zasłużonym dla związku. Naszym Sybirakom składamy serdeczne życzenia zdrowia i wytrwałości w działaniu.

Redakcja

WELSKA DROGA DO ZDROWIA

“W przypadkach nagłych i poważnych zachorowań lub w stanach zagrożenia życia leczenie farmakologiczne jest często jedynym ratunkiem lecz jeśli ono zawodzi, a choroba przedłuża się, zachęcam do stosowania diety warzywno – owocowej, jako nowatorskiej metody profilaktyki i leczenia.” – Dr. med. Ewa Dąbrowska

Współczesna cywilizacja wiąże się z ogromnymi przemianami niemal we wszystkich dziedzinach życia, również w dziedzinie żywienia człowieka. Żywność naturalna utraciła swą wartość biologiczną w wyniku zastąpienia żywnością przetworzoną; rafinacja pozbawiła pokarm bezcennego błonnika, szeregu mikroelementów i witamin, zaś poddanie żywności wysokim temperaturom doprowadziło do zniszczenia enzymów i zmiany struktury przestrzennej białek. Następstwem przetwarzania żywności było pojawienie się na niespotykaną dotąd skalę szeregu przewlekłych chorób „cywilizacyjnych” o charakterze degeneracyjnym – zapalnym z miażdżycą i nowotworami na czele. Dieta warzywno – owocowa dzięki bogactwu minerałów wykazuje efekt alkalizujący w przeciwieństwie do współczesnego stylu odżywiania się, który opiera się głównie na pokarmach zakwaszających, czyli pokarmach rafinowanych. Ponieważ zakwaszenie wiąże się z osteoporozą, więc

dieta oparta na warzywach i owocach jest korzystna w leczeniu i profilaktyce osteoporozy.

Zasady leczenia dietą warzywno-owocową

W zależności od wskazań, zaleca się dietę opartą na warzywach niskoskrobiowych. Szczególnie cenne są zielone soki, które pochodzą z zielonych pędów roślin. Są one bogatszym źródłem bioaktywnych składników niż korzenie, posiadają chlorofil, którego budowa chemiczna jest podobna do hemoglobiny, mają aktywne enzymy, które oczyszczają, odtruwają, odnawiają krew, ułatwiają trawienie, alkalizują, dostarczają tlenu, energii, witamin i minerałów w najlepiej przyswajalnej postaci.

Przykłady zielonych pędów na soki: natka pietruszki, seler naciowy, botwina, mniszek, pokrzywa, szczaw, szpinak, brokuł, kapusta, sałata, kiełki lucerny, trawa z pszenicy.

Mechanizm działania

Dieta warzywno – owocowa w porównaniu z tradycyjnym żywieniem dostarcza pięciokrotnie mniejszej ilości kalorii (do 800 kcal/dzień), a także białek i węglowodanów. Ilość tłuszczu jest 20 – krotnie mniejsza, dlatego dla organizmu stanowi ona rodzaj



postu leczniczego.

W czasie takiej diety cały metabolizm przestawia się na tory spalania, oczyszczania i regeneracji.

Przestrzeganie zasad diety powoduje ustąpienie głodu. Często zanika też pożądanie słodczy, mięsa i innych używek. Czasami można zaobserwować już na początku diety jak szybko organizm usuwa wszelkie depozyty białkowe; zmniejszają się guzki tarczycy, także guzki przy stawach palców, cofają przykurcze i sztywność stawów i poprawia się sprawność ruchowa.

Jednym z ważniejszych mechanizmów działania diety jest odblokowanie zablokowanych genów. Przywrócenie aktywności genom uruchamia regenerację, sprzyja odmłodzeniu, hamowaniu nowotworów i przedłużeniu życia. W grupie badanych pacjentów z chorobą wieńcową wysoki po-



ziom cholesterolu „złego” LDL osiągnął normę po 6 tygodniach diety, zaś „dobry” HDL zwiększył się w tym czasie również osiągnął zakres normy.

Co dalej?

Leczenie dietą warzywno – owocową wspomaga aktywny ruch. Nic nie wyniszcza naszego organizmu tak, jak brak ruchu. Jeśli prowadzimy siedzący tryb życia nasze serce ma mniejszą wydolność, zanikają mięśnie. W rezultacie szybciej się męczymy, przybieramy na wadze, wzrasta poziom

cholesterolu we krwi. Ponadto spada odporność organizmu, a więc stajemy się bardziej podatni na choroby, także te cywilizacyjne jak cukrzyca, miażdżycy czy nadciśnienie tętnicze. Zdrowy tryb życia zależy przede wszystkim, od naszej aktywności fizycznej.

Ważne jest zatem, aby każdego dnia dostarczyć swojemu ciału około godziny ruchu.

Czym można wspomóc oczyszczanie organizmu w trakcie diety? Ponieważ toksyny są główną przyczyną chorób, dlatego też należy je usunąć wszelkimi dostępnymi sposobami. Wśród metod wspomagających należy podkreślić ruch, a zwłaszcza spacer, gimnastykę, ćwiczenia oczu według Batesa, siłownia itp.

Ruch uruchamia w organizmie te same mechanizmy co post; wywołuje redukcję masy ciała, ciśnienia, cukru, cholesterolu, zakrzepów itp. Pomocne są też lewatywy, hydrokolonoterapia, masaże, sauna i zabiegi fizykoterapeutyczne.

**Informacja o turnusach i rezerwacja: tel. +48 23 696-30-13, kom. 503-015-686; fax. +48 23 654-10-87
www.welski.pl e-mail: info@welski.pl lub awd@welski.pl**