

INFORMATOR

OCHOTY I WŁOCH

18.01.2013–7.02.2013

BEZPŁATNY DWUTYGODNIK

ROK XXII – nr 01 (635)

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

Żegnaj Przyjacielu



W nocy z 5 na 6 stycznia zmarł Jarosław Grzegorzówka – wieloletni dyrektor Domu Kultury „Rakowiec”.

Nie ma chyba na Rakowcu osoby, która by poświęciła się temu osiedlu tak bez reszty jak on. Jarek praktycznie stał za każdym przedsięwzięciem kulturalnym i społecznym na osiedlu. Lista organizacji i inicjatyw, które współtworzył lub wspierał zajęłaby pewnie kilkanaście stron maszynopisu.

Współpracował też przez lata z naszą gazetą. Do Jarka dzwoniłem zawsze, ponieważ był ostatecznym źródłem informacji. Jeśli on coś potwierdzał lub czemuś zaprzeczał, można było przyjąć to za pewnik. W tym, co robił i mówił był absolutnie wiarygodny i rzetelny.

Z wielu pozytywnych cech Jarka zawsze pozostanie mi w pamięci niebywała życzliwość. Pomagał wielu ludziom, ponieważ był życzliwy i dobry.

Przez ostatnie lata walczył z chorobą, którą pokonał. Śmierć przyszła zupełnie niespodziewanie z zupełnie innej strony.

Nie mogę sobie wyobrazić Ochoty bez „Grzegorzówki”, jestem zrozpaczony. Wieczny odpoczynek racz mu dać Panie...

Grzegorz Wysocki

STUDIO FRYZJERSKO
- KOSMETYCZNE
TINA
WARSZAWA, HALA KOPIŃSKA
WEJŚCIE OD UL. BIAŁOBRZESKIEJ
TEL. 608 309 223
WT.-PT. 10-20, SOB. 8-14
WWW.TINA-STUDIO.PL

www.mas-kominki.pl

MAS KOMINKI
☎ 513 127 630, 601 306 108
Z TĄ REKLAMĄ 10% RABATU

STOMATOLOGIA KOŁO-DENT



STOMATOLOGIA DZIECIĘCA: 4 LEKARZY
ZAPEWNIAJĄCYCH SZCZEGÓLNE
PRZYJĘCIE "MAŁYCH PACJENTÓW"

- ORTODONCJA - PROTETYKA - ENDODONCJA
- CHIRURGIA - RTG - IMPLANTY
- LECZENIE CHOROBY PRZYŻĘBIA

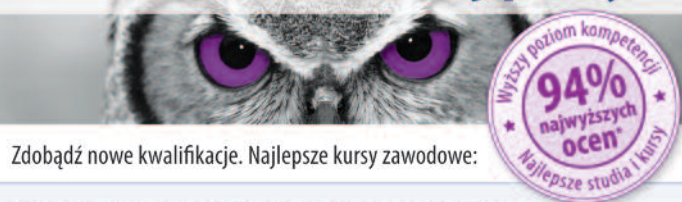
GODZINY OTWARCIA :
PON.-PT. 8:00-20:00, SOB. 9:00-15:00
ZAPISY TEL. 22 877 11 55

WARSZAWA, UL. GÓRCZEWSKA 114A, WWW.KOLO-DENT.PL

DOJAZD SAMOCHODOWY OD UL. TRAKTORZYSTKI
DOJAZD AUTOBUSOWY 109, 154, 171, 190, 310, 501, 507, 523,
PRZYSTANEK UL. GÓRALSKA 01 I GÓRALSKA 02



Szukasz nowej pracy?



Zdobądź nowe kwalifikacje. Najlepsze kursy zawodowe:

Kurs księgowości od podstaw 126 h
rozpoczęcie: Warszawa, 26 – 27 stycznia 2013 r.

Kurs głównego księgowego 108 h
rozpoczęcie: Warszawa 2 – 3 lutego 2013 r.

Kurs kadr i płac 80 h
rozpoczęcie: Warszawa 16 – 17 lutego 2013 r.



Rabat dla czytelników „Informatora”. Więcej informacji: 22 208 28 51

www.akademiamddp.pl

* dotyczy edycji kursów 2011

Twoja reklama odbije się Echem tel. 22 614-58-03, 502-280-720

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

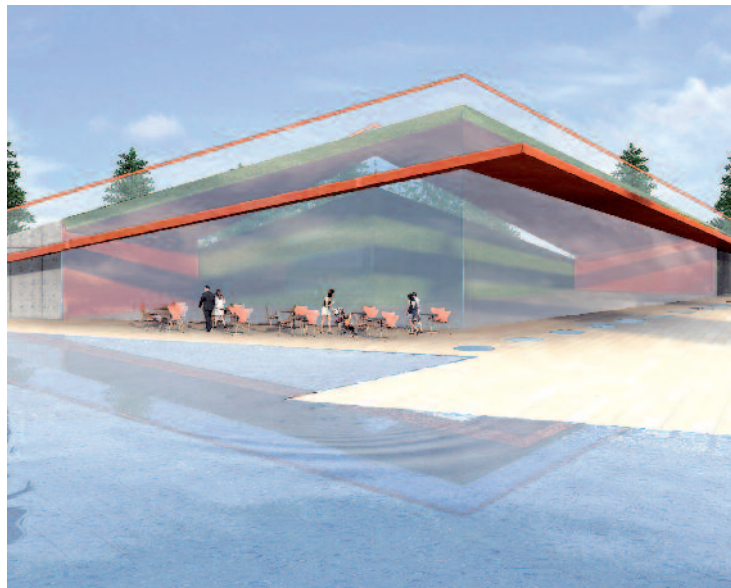
Adres redakcji:
ul. Radomska 10/12 (oficyna)
02-323 Warszawa, fax: 22 659 73 33
www.infochoty.waw.pl,
info@infochoty.waw.pl

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

CO SIĘ NAM SPODOBAŁO?

Zdecydowaliśmy się razem z burmistrzem dzielnicy podać pod głosowanie w ankiecie internetowej na portalu naszej gazety cztery warianty zagospodarowania i budowy muzeum Pola Mokotowskiego. W naszej sondzie wzięło udział 139 osób. Ponad połowa, czyli 73 osoby opowiedziały się za wariantem drugim.

W projekcie, który spotkał się z największym uznaniem naszych czytelników zaproponowano ukrycie dużej części kubatury pawilonu pod ziemią. Od strony wschodniej zaprojektowano “zielony dach” schodzący do poziomu terenu, który jest element



naturalnego krajobrazu parkowego.

Natomiast od strony przeciwnej, poprzez „uniesienie” fragmentu terenu i dachu pojawia się właściwa „treść” obiektu – nowoczesna, wielofunkcyjna struktura architektoniczna budynku otwarta na otaczającą zieleni poprzez przeszkloną elewację.

W poziomie naziemnym znajduje się sala muzeum oraz kawiarnia z zapleczem. Od strony wejścia za-

projektowano miejski staw połączony w przyszłości z istniejącym stawem parkowym.

Dzięki dwu poziomom budynek mimo ograniczeń w powierzchni zabudowy pomieści wielofunkcyjną salą wystawowo – widowiskową wyposażoną w najnowsze technologie komunikacji multimedialnej z widzem oraz niedużą część gastronomiczną umożliwiającą pokrycie kosztów eksploatacji obiektu.

Autorami projektu są architekci Zbigniew Tomaszczyk, Irena Lipiec oraz Krzysztof Ziolkowski, Marcin Ojrzyński i Piotr Grzelczyk – Decorum Architekti Sp z o.o.

Głosujemy na lokalizację stacji rowerowych



Wreszcie ruszyły konsultacje w sprawie lokalizacji trzech dodatkowych stacji rowerów publicznych na Ochocie. W wyniku sesji specjalnej zwołanej na wniosek Ochockiej Wspólnoty Samorządowej zarząd dzielnicy zobowiązał się do wybudowania dodatkowych trzech stacji rowerów publicznych.

Jest dziewięć propozycji lokalizacji tych stacji. Pokrywają się z tymi, które zgłaszali czytelnicy naszej gazety w listopadzie, podczas zorganizowanej przez nas dyskusji na naszym portalu. Dlatego apelujemy do wszystkich naszych czytelników o zajęcie stanowiska w tej sprawie poprzez zagłosowanie w ankiecie na stronie ratusza poświęconej konsultacjom.

Redakcja

JAK WYGRAĆ Z BÓŁEM 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 16 stycznia do 7 lutego.

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



OSTEOPOROZA BEZPŁATNE BADANIE

Kobiety po menopauzie są szczególnie narażone na osteoporozę
NIE DAJ SIĘ ZŁAMAĆ
– PRZEBADAJ SIĘ BEZPŁATNIE

Zapraszamy Panie w wieku 60-85 lat, które nie leczą się na osteoporozę na bezpłatne badanie gęstości kości biodra tzw. **DENSYTOMETRIĘ**



Rejestracja na badanie
22 644 41 61, 22 644 41 63

Centrum Medyczne
SYNEXUS

Zadbaj o swój słuch

Słabo słyszysz? Masz trudności z rozumieniem mowy? A może ktoś z bliskich ma kłopoty ze słuchem? Przeczytaj, w jaki sposób zasięgnąć pomocy!

Szacuje się, że około 10 procent populacji niedosłysz. Oznacza to, że słuch około 200 tys. Warszawiaków nie jest prawidłowy, choć z pewnością nie każdy zdaje sobie z tego sprawę. Trudno jest zdefiniować takie pojęcie jak „normalne słyszenie”. Istnieje znaczna różnica między zdolnością słyszenia u noworodka i nastolatka. Tak samo jak występują różnice u ludzi dwudziesto-, czterdziesto i sześćdziesięcioletnich. Jak wiele innych rzeczy słuch zmienia się na przestrzeni życia, ale zmiany zazwyczaj występują tak wolno, że na początku wcale ich nie zauważamy. Do-

piero, gdy słuch zaczyna wpływać na nasz sposób porozumiewania się z innymi osobami, zaczynamy się zastanawiać, co się dzieje.

Skutecznym rozwiązaniem otwierającym drzwi do świata dźwięków, które wydawały się bezpowrotnie utracone, może okazać się aparat słuchowy. Współczesne aparaty to bardzo zaawansowane i zminiaturyzowane urządzenia, potrafiące dostosować się do ubytku pacjenta. Wybór konkretnego modelu aparatu w znacznej mierze zależy od rodzaju ubytku słuchu, ale także od osobistych preferencji pacjenta i jego trybu życia.

W każdym przypadku specjalista audioprotetyk zaproponuje najlepsze rozwiązanie i pomoże dokonać najlepszego wyboru.

„W ostatnich latach obserwujemy zwiększone zainteresowanie pacjentów naszymi usługami. Noszenie nowoczesnego, miniaturowego aparatu słuchowego nie jest już krępujące jak 10 czy 20 lat temu, a jako najczęstsze przyczyny dyskomfortu pacjenci wskazują trudności w komunikowaniu się z rodziną i znajomymi. Nowoczesne technologie nie ominęły aparatów słuchowych, które wyposażone są w bardzo szybkie procesory potrafiące czynić z dźwiękiem prawdziwe cuda.” – mówi Izabela Marczyk, dyplomowany audioprotetyk z firmy Fonikon, która specjalizuje się w niesieniu pomocy osobom niedosłyszącym.



Oticon Intiga - Nowoczesny aparat słuchowy miniatury jest prawie niewidoczny na uchu. Zaawansowana technologia pozwala na łączenie się z telefonami komórkowymi, telewizorami i innymi urządzeniami audio. Poprawia jakość słyszenia i rozumienia mowy nawet w trudnych warunkach akustycznych.

FONIKON
APARATY SŁUCHOWE

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

Aparat słuchowy może przynieść wielką, pozytywną i natychmiastową różnicę. Bardzo ważnym czynnikiem jest indywidualne zaangażowanie pacjenta w proces noszenia aparatu. Im więcej informacji może on dostarczyć o swoich odczuciach i potrzebach, tym lepsze będą rezultaty.

Firma Fonikon zaprasza wszystkie zainteresowane osoby na bezpłatne badanie słuchu oraz konsultację audioprotetyczną. Osobom niepełnosprawnym proponujemy wizyty domowe. Z uwagi na duże zainteresowanie naszymi usługami prosimy o telefoniczne umawianie wizyt.

Śmiecie? Będzie jazda!

Komplet „uchwał śmieciowych” został już skierowany pod obrady rady miasta. Po lekturze tych dokumentów można mniej więcej wyobrazić sobie system wywozu odpadów komunalnych w Warszawie, który ma obowiązywać od 1 lipca bieżącego roku.

Miasto przerzuca odpowiedzialność na innych

Co prawda samorząd warszawski będzie odpowiedzialny za wywóz odpadów komunalnych, ale w żadnym razie nie zamierza wziąć odpowiedzialności za ich gromadzenie. Nadal właściciele nieruchomości, jakimi są w przytłaczającej większości spółdzielnie mieszkaniowe i wspólnoty, będą musiały zorganizować ich składowanie. To właśnie na zarządcy nieruchomości spoczywać będzie zorganizowanie altanek śmietnikowych, pojemników i całego systemu segregacji. Miasto również zamierza obciążać wspólnoty i spółdzielnie opłatami za wywóz śmieci a nie bezpośrednio właścicieli mieszkań, którzy w myśl nowych przepisów powinni wpłacać miastu opłaty za śmiecie. Taka organizacja zbierania opłat przerzuca cały ciężar windykacji właśnie na wspólnoty i spółdzielnie, mimo

że należne kwoty są należnościami miasta.

Od mieszkania czy z metra?

Skierowane uchwały uzależniają opłatę za śmiecie albo od gospodarstwa domowego lub od powierzchni użytkowej mieszkania. Władze miasta odrzuciły możliwość zbierania opłat w zależności od liczby zamieszkałych osób (ponieważ jest to system najbardziej ciężki do weryfikacji) oraz od zużytej wody (niemożliwy do zastosowania, ponieważ znaczący odsetek mieszkańców mieszka w lokalach nieopomiarowanych licznikami wody). Wybór wariantu zależy od radnych. Jak policzyli autorzy rozwiązań, niezależnie od wyboru wariantu miasto ściągnie podobną kwotę pieniędzy. Oczywiście w zależności od przyjętego rozwiązania inne grupy mieszkańców zapłacą więcej a inne mniej.

Ile za śmiecie?

Zakładając, że w danej nieruchomości śmiecie będą segregowane to opłaty wnoszone do kasy miasta będą następujące:

- w wariantcie za gospodarstwo domowe 45 zł miesięcznie
- w przypadku wariantu za m² wyniosą one 0,8 zł za m² do 60 m² a kolejne 60 m² po 0,68 zł a powyżej 120 m² 0. Trudno dzisiaj jednoznacznie określić, kto konkretnie straci, na którym wariantcie. Jednak można śmiało powiedzieć, że miasto promuje w tym systemie ludzi mieszkających w dużym zagęszczeniu kosztem tych, którzy mają duży metraż na osobę.

Premia za segregowanie śmieci

Niezależnie od tego, jaki model poboru opłaty śmieciowej zostanie przyjęty przez radnych miasta, system ma zróżnicowane stawki w zależności od tego czy mieszkańcy danej nieruchomości zorganizują segregację śmieci czy nie. W nieruchomościach, gdzie będą segregowane śmiecie opłata będzie



mniejsza o blisko 40%. Dlatego w dużej mierze w najbliższym czasie o to powinni zadbać zarządzający budynkami.

Będą dopłaty dla najbiedniejszych

Nie wnikając w szczegóły autorzy rozwiązań skierowanych do rady miasta zaproponowali system, w którym mieszkańcy otrzymujący dzisiaj dodatek mieszkaniowy (z uwagi na niskie dochody

na osobę w gospodarstwie domowym) mogą założyć, że będą płacić za śmiecie zblizoną opłatę, jaką płacą w obecnym systemie. Jednak każda osoba, która nie spełnia obecnie kryteriów przyznania dodatku mieszkaniowego odczuje dotkliwą podwyżkę. Znam takie osoby, którym opłata za śmiecie wzrosła nawet do 500%, ale o tym szczegółowo napiszę w następnym artykule.

Grzegorz Wysocki

„MY SIĘ ZIMY NIE BOIMY...” RODZINNE FERIE 2013

Czy ze śniegiem czy bez, w Hotelu Warszawianka Wellness & SPA jest wybornie.

DOŚKONAŁA KUCHNIA
RELAKS I PIELĘGNACJA W SPA
ZAJĘCIA TEMATYCZNE I ANIMACJE
ZABAWY W PLENERZE
WODNE SZALEŃSTWA W AQUA PARKU



Wyjątkowo atrakcyjne ceny pakietów:

dzieci w wieku do lat 3 – nieodpłatnie
starsze dzieci już od 89 zł/doba
dorośli już od 190 zł/doba

Pakiety pobytowe z trzema lub z dwoma posiłkami dziennie.



★★★★★

HOTEL WARSZAWIANKA
RODZINA-BIZNES

Jachranka 77

tel. 22 768 90 00

www.warszawianka.pl

Ochocka Wspólnota Samorządowa bohaterom

Już od czterech lat odbywa się na terenie kraju akcja świąteczna polegająca na przygotowywaniu paczek dla polskich kombatantów na Kresach. Organizatorem akcji jest Stowarzyszenie Odra-Niemen, którego siedziba znajduje się we Wrocławiu, ale jego działalność swoim zasięgiem obejmuje cały kraj. Głównym jej celem jest rozwijanie inicjatyw i projektów kresowych, polonijnych, historycznych i edukacyjnych.

Organizowana od 2009 roku świąteczna akcja „Paczka dla polskiego kombatanta na Kresach” realizowana jest w ramach projektu „Rodacy-bohaterom”. Paczki przygotowywane są ze zbiorów darów rzeczowych i wpłat finansowych. Jest to zadanie cykliczne, w którym udział biorą osoby prywatne, organizacje pozarządowe, instytucje publiczne, radni, kibice piłki nożnej zrzeszeni w klubach kibica, przedsiębiorcy, szkoły. Paczki świąteczne docierają na Białoruś (Stowarzyszenie Żołnierzy AK na Białorusi), Litwę (Klub Weteranów AK w Wilnie, Stowarzyszenie Polskich Kombatantów na Litwie, Stowarzyszenie Wrzesień '39) i Ukrainę (Lwowskie Towarzystwo Polskich Kombatantów i Osób Represjonowanych).

W akcji po raz pierwszy brała udział Ochocka Wspólnota Samorządowa. Na nasz apel pomocy kombatantom na wschodzie odpowiedziało sporo osób. Dzięki Waszej hojności, Drodzy Przyjaciele, udało się wysłać na Białoruś i Litwę około 500 kg artykułów żywnościowych. Zebraliśmy również ponad tysiąc złotych, za które kupiliśmy dużo oleju, kaszy, herbaty i cukru. Na pewno przy-

dadzą się naszym rodakom. Nawet nie wiecie ile uciechy sprawiliśmy razem tym ludziom i ich rodzinom. Dla nich jest bardzo ważne nie tylko, że dostali na święta produkty żywnościowe, ale przede wszystkim to, że o nich pamiętamy i trzymamy się razem.

Pięknie ujęli sens tej akcji kibice Legii pisząc do organizatorów:

„Drodzy Przyjaciele, trzeci rok z rzędu bierzemy udział w akcji i po raz kolejny chcemy wyrazić nasze uznanie dla Waszego zaangażowania w pomoc tym, którzy w godzinie próby stanęli do walki o wolną Ojczyznę i którzy, choć żyją w obcym kraju, nadal z dumą noszą w sercu miłość do naszej Ojczyzny. Jako mieszkańcy miasta tak doświadczonego przez wojenne zawieruchy, gdzie warszawiacy zawsze trwali na szanach niepodległości, dziś i my, kibice stołecznej Legii, chcemy choć w symboliczny sposób wyrazić nasz szacunek i pamięć wobec tych, którzy na obcej ziemi nadal są dumni ze swojej polskości. Z radością informujemy, że zaledwie w ciągu tygodnia legijna brać zebrała ponad 2,5 tony produktów żywnościowych, które przekazujemy w 105 paczkach dla kresowych



bohaterów. Jest to zaledwie namiastka tego, co winna jest Im Polska i Polacy, ale wierzymy, że jednocząc się, jako kibice piłkarzy z całego kraju, jesteśmy w stanie choć na chwilę przywołać uśmiech tych, którzy zasługują na to jak mało kto. Zwracamy się tym samym z apelem do wszystkich kibicowskich ekip w Polsce o włączenie się w akcje Stowarzyszenia Odra-Niemen, które programowo zajmuje się pomocą rodakom z przedwojennych, polskich Kresów. „Naród bez pamięci nie ma prawa do przyszłości, ani do bytu teraźniejszego” – powiedział Józef Piłsudski. Zatem

pamiętajmy o tych, dla których słowo Ojczyzna, to nie pusty slogan, a których los i historia wyrzuciły poza nawias Niepodległej.

Z pozdrowieniami kibice Legii Warszawa”.

Jako Ochocka Wspólnota Samorządowa jesteśmy dumni, że mogliśmy uczestniczyć w takiej akcji.

Grzegorz Wysocki

Matura dla dorosłych?

Maturo – noworoczne postanowienie dorosłych...

► Nowy Rok to czas nowych postanowień i chęci realizacji planów. Jednym z nich jest zdanie matury. Możliwe jest to w bezpłatnym AS-Liceum dla Dorosłych.

Wszystkie osoby, które nie ukończyły w przeszłości szkoły średniej (w tym absolwenci zasadniczych szkół zawodowych), mogą zapisać się do naszego Liceum. Na maturę nigdy nie jest za późno. Szczególnie teraz, kiedy nauka w AS – Liceum Ogólnokształcącym dla Dorosłych 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, aby egzamin maturalny zdać z wynikiem pozytywnym. Niektórzy korzystają z możliwości zdawania egzaminu maturalnego przy naszym Liceum, inni przystępują do matury w swojej szkole macierzystej. Aktualnie prowadzimy nabór na kurs maturalny przygotowujący do matury w 2014 roku.

„Na maturę nigdy nie jest za późno. Szczególnie teraz, kiedy nauka w AS – Liceum Ogólnokształcącym dla Dorosłych jest bezpłatna.”

Liceum dla Dorosłych

Jesteśmy szkołą dla dorosłych. Większa część naszych słuchaczy to osoby czynne zawodowo, nie rzadko prowadzące własne firmy. Wykształcenie średnie jest im najczęściej 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). Takie osoby mają możliwość nauki w przyjaznej atmosferze oraz ukończenia naszego Liceum, nie ponosząc kosztów za naukę.

Wszystkich, którzy myślą o zdawaniu egzaminu maturalnego, już dziś serdecznie zapraszamy do naszej placówki.



AS LICEUM OGÓLNOKSZTAŁCĄCE DLA DOROSŁYCH

AS – Liceum Ogólnokształcące dla Dorosłych mieści się przy ul. Odrowąża 15 w Warszawie. Kontakt do sekretariatu, tel. 663-925-669, 22 110-00-99 www.aschools.pl

Cześć i chwała bohaterowi

Odszedł Wojciech Marcinkiewicz: żołnierz, harcerz, wielki patriota i obywatel.



Filipiński uzdrowiciel JAMES CABELAS

Absolwent Paramedycznego i Technicznego Instytutu MERIDIAN w Baguio City oraz Azjatyckiego Instytutu Fundacji Paramedycznej w Pasay na Filipinach. Pochodzi z długowiecznej rodziny, w której dar uzdrawiania przechodzi z pokolenia na pokolenie i jest uznawany za jednego z najlepszych healerów na Filipinach.

Znajduje zaburzenia energetyczne różnych organów w ciele człowieka i skutecznie je eliminuje.

Poświęca choremu ok. pół godziny, ale zależy to od stanu chorego. Od tego też uzależnia wybór techniki. Raz są to manualne manipulacje, kiedy indziej uzdrawianie duchowe, praniczne bądź magnetyzacja tkanek. Tak zwane bezkrawicowe operacje filipińskiego uzdrowiciela robi na ciele eterycznym. Pacjenci są zdumieni umiejętnością bezbłędnego dotarcia do źródła choroby oraz tym, że często już po pierwszej wizycie u niego ustępują wieloletnie schorzenia.

James skutecznie pomaga w leczeniu wielu chorób:

– nowotworowych, chorobach organów wewnętrznych,
– prostacie, problemach hormonalnych,

– zapaleniu stawów, problemach i zmianach reumatycznych,
– chorobach układu nerwowego,
– udarze mózgu, migrenie,
– chorobie Parkinsona, paraliżu,
– problemach z krążeniem,
– chorobach kobiecych,
– bólach kręgosłupa, drętwieniu rąk i nóg.



Przyjmuje w Warszawie na Żaciszu w dniach: 20, 22-26, 29-31.I i 1, 3, 5-8.II

Zapisy i informacje w godz. 14-20 pod numerami tel. 22 679-22-47, 605-324-865, 605-177-007

Niekonwencjonalne Metody Leczenia „NATURA”
www.filipinskiuzdrowienia.pl

Mieszkania dla bogaczy

Z początkiem nowego roku praktycznie zniknęła możliwość wykupu mieszkań komunalnych przez dotychczasowych najemców na preferencyjnych zasadach.

Od 2004 r. mieszkańcy administrowanych przez miasto lokali mogli uwalniać się z nich płacąc ułamek wartości swoich mieszkań. W ten sposób próbowano przeprowadzić coś na kształt „małej prywatyzacji”. Tysiące lokatorów stało się właścicielami swoich mieszkań. Nie było to idealne wyjście z chorego systemu, w którym jedynym właścicielem było państwo. Ale z pewnością bardziej sprawiedliwe, niż „zwroty” całych kamienic fikcyjnym spadkobier-

com i handlarzom roszczeń.

Jednak zbliżający się początek nowego roku będzie rewolucją dla setek tysięcy lokatorów komunalnych. 90-procentową zniżkę dla chcących wykupić mieszkanie od miasta zastąpi maksymalnie 70-procentowy rabat. W połowie grudnia 2011 r. Rada Warszawy podjęła uchwałę, która w sposób istotny zmienia zasady zbywania mieszkań komunalnych na rzecz ich najemców. Jej wejście w życie oznacza praktycznie ko-

niec (przynajmniej w tej kadencji) nabywania mieszkań komunalnych przez najemców. I tak, zamiast 90-procentowej zniżki, po Nowym Roku dostać będzie można maksymalnie 70-procentowy rabat. I to tylko wtedy, jeśli mieszka się w nim minimum 40 lat. Ci, którzy wynajmują lokal od 10 lat, zapłacą już 50 procent wartości. Ci mieszkający dłużej niż 20 lat, na 50 proc. minus 1 proc. za każdy rok ponad te 20 lat.

Na dodatek, chociaż zniżka na wykup mieszkania komunalnego miała zniknąć dopiero z początkiem 2013 r. już od wielu mie-

sięcy nie można było z niej skorzystać. Wszystko przez urzędników, którzy wymyślili, że do udzielenia bonifikaty liczyć się bę-

kto dzięki przychylności urzędników „się załapał”, ten ma. A reszcie figa z makiem. Zignorowano podstawową zasadę równości obywateli wobec prawa.

Skutki wprowadzenia nowego systemu będą jednak bardziej dalekosiężne. Obecnie obowiązująca uchwała Rady Warszawy ogranicza z jednej strony możliwość



Kupiecka solidarność

Kupcy z Targowiska „Banacha” i przedstawiciele Ochockiej Wspólnoty Samorządowej odwiedzili protestujących w stołecznym ratuszu kupców z podziemi Dworca Centralnego.



Podczas drugiego dnia protestu, we wtorek 8 stycznia, grupę kupców zgromadzonych w stołecznym ratuszu odwiedzili przedstawiciele Stowarzyszenia Kupców Targowiska „Banacha” i Ochockiej Wspólnoty Samorządowej. Oprócz słodkiego poczęstunku, słów otuchy i zrozumienia, przywieźli ze sobą list poparcia, którego obszerne fragmenty przedstawiam poniżej:

„Stowarzyszenie Kupców Targowiska” Banacha „w pełni popiera akcję protestacyjną podmiotów prowadzących działalność kupiecką w podziemiach Dworca Centralnego.

Szanowni Kupcy, bulwersującym jest fakt, że władze m.st. Warszawy dopiero w obliczu tak mocno akcentowanej przez Was akcji protestacyjnej wyrażają chęć przyjrzenia się Waszym problemom, które znane są wszystkim od wielu miesięcy.

Poddajemy przy tym w wątpliwość intencje władz miasta w tej sprawie, które spotkanie z delegacją kupców warunkują zawieszeniem przez Was akcji protestacyjnej i przemieszczeniem się ze stołecznego ratusza do siedziby Zarządu Dróg Miejskich.

Życzymy Wam – szanowne koleżanki i koledzy, aby Wasze bieżące problemy, związane z prowadzeniem przez Was działalności gospodarczej w podziemiach Dworca Centralnego, znalazły zrozumienie władz Warszawy, które – mamy taką nadzieję, podejmą natychmiastowe i skuteczne kroki, które pozwolą na wypracowanie rozwiązań korzystnych dla kupców i miasta stołecznego Warszawy”.

Jeszcze tego samego dnia w godzinach wieczornych protestujący kupcy zostali zmuszeni do opuszczenia stołecznego ratusza przez oddział policji.

Dariusz Kałwajtys

dzie nie data złożenia wniosku, ale wyceny nieruchomości. Dzięki urzędniczej opieszałości, na taką wycenę oczekuje się nawet rok.

Radni opozycji protestowali przeciw takiemu postępowaniu Ratusza. W większości dzielnic procedury rozpatrywania wniosków się przedłużają. Mieszkańcy nie mieli szans na zakończenie procedur w ubiegłym roku. Opozycja zaproponowała dwa projekty uchwał umożliwiające osobom, które złożyły wniosek o wykup mieszkań komunalnych w 2012 roku, realizację wniosków w roku 2013 na dotychczasowych zasadach.

Oba projekty zostały odrzucone przez radnych Platformy Obywatelskiej. Obowiązuje zasada, że

nabycia mieszkania przez najemcę, a z drugiej strony, coraz bardziej otwiera możliwość nabywania mieszkań komunalnych w przetargach. Tak więc, o ile celem poprzedniego systemu było zaspokojenie potrzeb mieszkaniowych obywateli Warszawy, o tyle nowe prawo spowoduje przechodzenie mieszkań komunalnych w wyniku przetargów w ręce osób bardziej zamożnych, które będą przeznaczały je głównie pod wynajem. Dzięki temu Ratusz w krótkiej perspektywie zwiększy dochody pochodzące ze zbywania majątku. Ale skutki społeczne takiej polityki będą opłakane.

Maciej Maciejowski

FRYZJER-KOSMETYKA
strzyżenie męskie 10 zł
strzyżenie damskie 15 zł
strzyżenie + czesanie 20 zł
czesanie od 10 zł
farba od 60 zł
manicure + pedicure 50 zł
henna komplet 15 zł
trwała 50 zł
baleage od 70 zł
OFERTA WAŻNA PO OKAZANIU OGŁOSZENIA

PROMOCJE
LUTY/MARZEC
Salon Fryzjersko-Kosmetyczny
tel. 22 823-82-81
ul. Elizy Orzeszkowej 8
(przy Opaczewskiej)

OFERTA SPECJALNA
Mieszkanie 2 pokojowe 53m²
z piwnicą 2,2m² w cenie 275.000 zł

Legionowo, ul. Gen. B. Roi 16 lok. 1
(22) 774 07 55, www.marszalek.pl

Wpływ kolagenu na zdrowie

Czym jest kolagen?

Kolagen to białko występujące w tkance łącznej, stanowi ok. 30% masy wszystkich białek w organizmie. Ze względu na swoją odporność, wytrzymałość i elastyczność jest podstawowym składnikiem budulcowym rogówek, stawów, ścięgien, naczyń krwionośnych, skóry i wielu innych. Każdego dnia nasz organizm jest narażony na utratę kolagenu, dzieje się to na skutek procesów chorobotwórczych, czynników środowiskowych (np. promieniowania UV) oraz odczajających nas wolnych rodników.

Do około 25 roku życia organizm sam sobie radzi z uzupełnieniem niedoboru tego białka,

jednak wraz ze zwiększającą się ilością procesów starzenia stopniowo zanika zdolność produkcji kolagenu. Niestety ilość kolagenu przyjmowana z pożywieniem jest niewielka i nie wystarcza do



uzupełnienia jego braków w organizmie.

1 kapsułka dziennie to 40 mg czystego liofilizowanego kolagenu - dawka wystarczająca, by dbać o zdrowie

Zapraszamy do zakupów na www.kolagenplus.pl w dziale kup on-line lub wpłacając kwotę 175 zł na konto:

04 2490 0005 0000 4520 7313 1060 – podając w tytule przelewu adres wysyłki.

Po odnotowaniu wpłaty na powyższe konto, wysyłamy przesyłkę listem poleconym - priorytetowym (czas oczekiwania maksymalnie do 7 dni roboczych).

www.kolagenplus.pl

KRYZYŚ?

Chcesz oszczędzić
a jednocześnie mieć
EFEKT z ogłoszenia?Przekonaj się o SKUTECZNOŚCI ogłoszeń
drobnych w bezpłatnej prasie lokalnej.WEJDŹ NA WWW.ECHODROBNE.PL I ZOBACZ,
JAK PROSTE JEST ZAMIESZCZANIE OGŁOSZEŃ PRZEZ INTERNET.

OGŁOSZENIA DROBNE PRZEZ INTERNET

Najbliższe wydanie 8.02.2013 r.

Potwierdzenie wpłaty należy przelać do poniedziałku 4.02.2013 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
- Dickensia róg Grójeckiej paw. 4 tel. 22 658 13 13**

OGŁOSZENIA
DROBNE

NIERUCHOMOŚCI

- Poszkodowani dekretem Bieruta – Stowarzyszenie Centrum Reprywatyzacji udziela pomocy w dochodzeniu roszczeń 22 622-04-59, 608-418-435

DOM SPRZEDAM

- DOM Z DZIAŁKĄ OD 365.000 ZŁ. POW. NOWODORSKI WWW.TWOJEDOMY.PL DO 525.000 ZŁ. POW. LEGIONOWSKI KUCHNIA Z IKEA W CENIE TEL. 608-366-980 WWW.TWOJEDOMY.PL

Nowe domy w Dosinie atrakcyjna cena!
Działki od 800 m²! Powierzchnia
użytkowa od 125 m²! Tel. 691-444-202

DZIAŁKĘ BUDOWLANĄ SPRZEDAM

- Działki rekreacyjne nad jeziorem, 150 km od W-wy, 11 zł / m², 605-099-422

LOKAL UŻYTKOWY DO WYNAJĘCIA

- Lokal na działalność 50 m² + łazienka w budynku wolnostojącym Legionowo tel. 601-306-108

INNE DO WYNAJĘCIA

- Super pokoje, co wprawia Gości w miłe nastroje! Tanie pokoje do wynajęcia na Grochowie. Zapraszamy pary, osoby prywatne, firmy. Kom. 692-182-733 tel. 612-19-01

NAUKA

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

Darmowe Liceum dla Dorosłych
22 110-00-99

USŁUGI STOLARSKIE

- Meble na wymiar 22 773-15-13, 504-824-568
- Okna, doszczelnienia, naprawy 787-793-700

USŁUGI TRANSPORTOWE

- A.Przeprowadzki, Sprzątanie Piwnic, Wywóz Mebli 512-139-430
- AA Przeprowadzki 24h/7 wywóz starych mebli, AGD RTV 607-66-33-30
- Mały transport 608-331-200

Noworoczna WYPRZEDAŻ chwilówek do 1000 zł,
pożyczek 2000 zł, bez BIK oraz kredytów
gotówkowych i konsolidacyjnych do 150 tys. zł.
Warszawa, ul. Grójecka 78 tel. 784-024-578

USŁUGI INNE

- Anteny, telewizory – naprawa, dojazd 602-216-943

- Cyklinowanie 721-649-745

- Czyszczenie karcherem dywanów, tapicerki 694-825-760

- Lodówki, pralki, telewizory – naprawa 694-825-760

- Malowanie, gładzie, panele itp. 22 822-41-53, 503-666-944

- Opróżnianie: piwnic, strychów, garaży, wywóz mebli, gruzu AGD i innych tel. 503-711-500

- Pralok naprawa 22 666-55-22, 516-144-566 tanio, gwarancja

- Pranie dywanów, tapicerek, karcher 5 zł/m² 502-487-890

- Stowarzyszenie Centrum Reprywatyzacji udziela bezpłatnej pomocy w odzyskaniu nieruchomości/uzyskaniu odszkodowania za nieruchomości zabrane dekretem Bieruta 22 622-04-59, 608-418-435

- Ślusarstwo – Zamki, Kratki, Balustrady, Ogrodzenia 608-331-200

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

DOM I OGRÓD

- Elektryk-Hydraulik-Ogrodnik 792-311-822 www.kodit.pl

KOMPUTERY

- 0000 00 Tani Serwis Komputerowy 18 zł/h 24 H Dojazd 0 zł 503-432-422

- Tani serwis 602-849-614

BUDOWLANE

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

- Cyklinowanie 3x lakierowanie, układanie, reperacje 662-745-557

- ELEKTRYK Awarie Pomiar 506-506-006

- Kominki – 513-127-630

- Parkiety, mozaiki, schody, układanie, cyklinowanie, ceny producenta, tel. 507-153-870

- Remonty 502-255-424; 22 835-66-18

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

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

- Wykończenia i remonty mieszkań, domów W-wy i okolice 512-361-239

FINANSE

- 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



Biuro Rachunkowe
Justyna Zabrodzka

Usługi księgowe w pełnym zakresie

Pomoc przy rozliczeniu PIT za 2012r.

Tel. 530-626-660, 22 393-28-84
mail: biuro.zabrodzka@gmail.com

- Nieduże BIURO RACHUNKOWE przy Geodetów 8, pełen zakres usług, indywidualne podejście do klienta, odbiór dokumentów, przystępne ceny www.firmaakwe.republika.pl, tel. 602-137-813, firmaakwe@wp.pl

OKMA Insurance U nas SZYBKO I TANIO ubezpieczysz dom, mieszkanie, samochód, firmę, życie lub zdrowie. 15 TOWARZYSTW UBEPIECZENIOWYCH w jednym miejscu. Przeprowadzimy dla Ciebie porównanie dostępnych na rynku ofert i przygotujemy ofertę na telefon – 22 243-56-64. www.okma.com.pl

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

ZDROWIE I URODA

A testy alergiczne, odczulanie
22 814-52-40

Terapia antynikotynowa 22 814-52-40

GASTRONOMIA

- KRAINA PIEROGÓW – najwspanialsze smaki, cienie ciasto, wyrób na oczach klientów, niskie ceny. ZAPRASZAMY J.P. II 61 lok. 201 zamówienia tel. 22 30-85-785; 602-408-785; www.krainapierogow.eu

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

DAM PRACĘ

- Do sprzedaży ubezpieczeń, bardzo dobre warunki. tel. 22 203-77-15
- PRZEDSZKOLE NAWIĄŻE WSPÓŁPRACĘ Z: – LOGOPEDA – PSYCHOLOGIEM – NAUCZYCIELEM TANCA OFERTY PROSIMY PRZESYLAĆ NA ADRES: SEKRETARIAT@ASCHOOLS.PL

REHABILITACJI – współpraca handlowa, promocja sprzętu, polecenie kuracji rehabilitacyjnej. CV i zapytania proszę kierować na adres e-mail: warszawa@medicalin.pl

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

SPRZEDAM SAMOCHÓD

- Sprzedam bez pośredników Daewoo Matiz 1999r garażowany stan techn. b. dobry 608-177-689

KANCELARIA
PRAWNA

PEŁNA OBSŁUGA PRAWNA

PORADY PRAWNE 49

PISMA 149

SPADKI, ROZWODY, WINDYKACJA
SPRAWY MAJĄTKOWE, SPÓŁKI
SPRAWY SĄDOWE, PISMA PROCESOWE
SPRAWY MIESZKANIOWE, ZUS, US I WIELE INNYCH
ul. Astronomów 3 lok. 19 (przy ul. CIOŁKA)
Tel. 517-249-447, 22 666-92-52

- Volkswagen Passat combi 1.9 TDI-110km 1998 r. Przebieg 184000 km. Tel. 601-29-92-13

RÓŻNE

- Książki skupuję 516-811-480

- KUPIE RÓŻNE STAROCIE I WSPÓŁCZESNE: Fotografie, Pocztkówki, Książki, Znaczniki Pocztowe, Monety, Banknoty, Medale, Odznaczenia, Zegarki i INNE CIEKAWY. 22 818-02-68, 790-407-475

- Kupię ZŁOM: piece, kaloryfery, rury, wanny, wraki samochodowe (wszystko co metalowe). Dojadę tel. 503-711-500

- Skup książek – dojazd, 602-254-650

SZUKAM PSA

- 3 GRUDNIA we WŁOCHACH zaginęła sunia rasy YORK. Wabi się YOKO, ma 5 lat, jest krótko ostrzyżona. Suczka jest WYSTERYLIZOWANA I ZACIPOWANA. Cecha charakterystyczna brak lewego uszka. Ktokolwiek wie coś na temat mojej suni błagam o kontakt. Dla znalazcy NAGRODA 1000 ZŁ. 501-014-862

ANTYKI

- Antyczne obrazy, meble, srebra, platery, odznaki, odznaczenia, szable, książki, pocztówki, bibeloty, tel. 504-017-418

- Antykwariat kupi książki i inne rzeczy w domu klienta, 666-923-218

- SKUPUJEMY KSIĄŻKI, BIBELOTY, STAROCIE 501-561-620

KUPIĘ SAMOCHÓD

- 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 790-444-333

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

- Kupię każde auto: całe, uszkodzone, nieopłacone, każdy rocznik 516-985-073
- Skup aut po 98r. Najwyższe ceny, płatność od ręki, profesjonalna obsługa 500-540-100

KUPIĘ CZĘŚCI

- KUPIĘ nowe części do FIATA 125p i INNE Tel 501-041-555

**ROLETY
PLISY
ŻALUZJE**

BEZPŁATNIE DOJAZD,
POMIAR, MONTAŻ

535-708-777

KURSY, SZKOLENIA

Kursy Maturalne 22 110-00-99

• Szkoła Tańca Polańskiego r. zał. 1927
ZAPRASZA. Tel. 22 625-44-66;
692-364-045; www.k-polanski.com;
Warszawa, ul. Wilcza 19

KREDYT HIPOTECZNY
NA 30 LAT

250.000 ZŁ > RATA 1215 ZŁ
350.000 ZŁ > RATA 1659 ZŁ
500.000 ZŁ > RATA 2370 ZŁ



DORADZIMY,
DOBIERZEMY DO TWOICH
MOŻLIWOŚCI

TEL. 784 682 688



BEZ KANTÓW
REMONTY, WYKOŃCZENIA WNETRZ

PEŁEN ZAKRES REMONTÓW

Solidna, profesjonalna ekipa

Zadbamy o każdy szczegół

tel. 504 474 694

Bez pardonu

13 grudnia 2012 r. rada Warszawy uchwaliła budżet stolicy na 2013 r. O tym, że jest to budżet pełen wyrzeczeń i radykalnych cięć inwestycyjnych, przede wszystkim w dzielnicach, wielokrotnie informowały media.

Nie będę wdawał się dzisiaj w szczegóły budżetowe, tym bardziej że ciekawą analizę tego tematu przeprowadził Lech Królikowski w tekście „Budżet Warszawy na 2013 r., czyli co nas czeka po Nowym Roku” (materiał dostępny na stronie Warszawskiej Wspólnoty Samorządowej). Dziś krótko o kuglowaniu wokół budżetu z perspektywy dzielnicy Włochy.

W uchwalonym przez radę Warszawy materiale budżet dzielnicy Włochy po stronie wydatków bieżących wynosi niecałe 107 milionów złotych.

Nawet z obliczeń rachmistrzów z ratusza wynika, że minimalnie liczony deficyt wydatków bieżących na 2013 r. to ponad 12 mln zł, z czego lwią część przypada na oświatę i kulturę. I oto nagle niespodziewanie przychodzi do dzielnicy informacja, że miejskie służby finansowe dokonały dalszych korekt budżetu dzielnicy, a konkretnie kolejnych cięć wydatków na kwotę ponad 2,1 mln zł. Ot, tak sobie. Bez żadnych konsultacji z kimkolwiek na poziomie dzielnicy. Nie wiedział zarząd dzielnicy, nie wiedziała rada dzielnicy, nie wiedział główny księgowy.

Takie niezwykle „eleganckie” zwyczaje panują w mieście stołecznym Warszawa!

Cięcia wydatków objęły m.in. radykalne zmniejszenie funduszy na letnie oczyszczanie ulic, na dostawy i usługi na rzecz urzędu, co może skutkować brakiem środków na wywiązanie się z zawartych umów, a w konsekwencji nawet postępowaniami sądowymi. Prawdziwym kuriozum są jednak cięcia w dotacjach na rzecz organizacji pozarządowych, świadczących usługi w zakresie realizacji na rzecz dzielnicy programów z zakresu kultury i sportu. Otóż tak się składa, że we Włochach pod koniec ubiegłego roku przeprowadzono i rozstrzygnięto konkurs na zadania z zakresu upowszechniania kultury fizycznej. Dotacje zostały rozdzielone zgodnie



z kwotami przewidzianymi w uchwale budżetowej. I nagle kwota ta zostaje zmniejszona. Komu i na jakiej podstawie odebrać teraz wcześniej przyznane pieniądze? To, naprawdę, coś niesamowitego!

Z prawdziwą obawą czekam na nowe pomysły ratusza. Bałagan i skala chaosu bijąca z poczynań „centrali” zaczynają być niebezpieczne.

Jerzy Kowaliszyn

Zabawa z gestem

Mamy kryzys. To żadna prawda objawiona, ale fakt, z którym trzeba się liczyć. Większość władz dużych samorządów zaczęła więc liczenie i zabawy sylwestrowe zorganizowały znacznie skromniejsze niż w latach ubiegłych. Jednak nie stolica.



Na tegoroczną zabawę sylwestrową Warszawa przeznaczyła 3,6 mln zł. To najwięcej spośród wszystkich samorządów w Polsce. W większości dużych miast miejskie imprezy

sylwestrowe kosztowały podatników nie więcej niż kilkaset tysięcy złotych. Koszty zabaw zostały więc znacząco zmniejszone. W Warszawie kwota przeznaczona na Sylwe-

stra była identyczna jak podczas poprzedniej imprezy noworocznej.

Niewątpliwie nasze miasto należy do najbogatszych samorządów w Polsce. Nie znaczy to jednak, że kryzys nie dotknął miejskiego budżetu. Dyskusja budżetowa przeprowadzona przez radę miasta w grudniu ubiegłego roku pokazuje, że mamy do czynienia z poważnymi cięciami m.in. w oświacie i kulturze. I tak np. wydatki w stosunku do poprzedniego roku na oświatę zmniejszono o 4,3%, na sport i turystykę o 9,4%, na bezpieczeństwo i ład publiczny o 10%. Dodatkowo w ramach oszczędności planuje się m.in. likwidację kursów nocnych metra, likwidację niektórych linii komunikacji zbiorowej.

Trudno się dziwić władzom Warszawy, że ze względu na ogólnosiłową sytuację dokonują cięć w budżecie miasta. Jednocześnie trudno zrozumieć, że nie idą za przykładem innych władz miejskich i na zabawę sylwestrową, dokonują wydatku, który pozostaje

je na poziomie lat poprzednich. Sprawia to wrażenie jakby władzom miasta mniej zależało na oszczędzaniu i racjonalnemu wydatkowaniu środków z kasy

miejskiej a bardziej na kilkuminutowej promocji prezydenta miasta w ogólnopolskiej telewizji.

Sławomir Potapowicz



Z głębokim smutkiem i żalem
żegnamy

**JARKA
GRZEGRZÓŁKĘ**

wieloletniego działacza

Ochockiego Sojuszu Lewicy Demokratycznej,
szczerego i oddanego Przyjaciela,
wspaniałego, pełnego ciepła i życzliwości Człowieka.
Na zawsze pozostanie w naszych sercach i pamięci.

Koleżanki i Koledzy
z SLD Ochota

SUPERDENTYSTA

Rejestracja telefoniczna
tel. 22 676-59-56,
608-519-073

Warszawa,
ul. Myśliborska 104, piętro I
pon.-czw.: 10-12 i 15-18
www.superdentysta.com.pl



Elastyczne protezy nylonowe

Nylon w protetyce znalazł zastosowanie w latach 50. ubiegłego wieku.

W moim gabinecie jest co najmniej od 8 lat, ale w Polsce wciąż uchodzi za technologię nową.

Faktem jest, że dla pewnych pacjentów proteza nylonowa jest świetnym rozwiązaniem. Po pierwsze ma wieczystą gwarancję jeśli chodzi o złamanie lub pęknięcie – bo pod wpływem nadmiernego obciążenia proteza wygina się. Pacjenci, którzy wymagają przygotowania chirurgicznego przed założeniem innego rodzaju protez, w tym wypadku takiego przygotowania nie wymagają. Nylon dzięki swojej elastyczności może ominąć wypukłości kostne czy inne szczegóły anatomiczne, które przeszkadzają w noszeniu protezy tradycyjnej. Jednak tym co najbardziej pacjenci sobie cenią w protezach nylonowych, jest brak jakichkolwiek elementów metalowych. Protezy te nie mają klamer. Są cieńsze, lżejsze, nie powodują uczuleń.

Artur Pietrzyk

WEJŚCIE NA TYŁACH BUDYNKU

WWW.ASCHOOLS.PL
ul. Odrowąża 15 Warszawa
tel. 22 110-00-99

SZKOŁA DLA DOROSŁYCH
SZKOŁA DLA CIEBIE

KURSY MATURALNE
MOŻLIWOŚĆ ZDAWANIA MATURY W NASZYM LICEUM

LICEUM DLA DOROSŁYCH
PRZYJMUJEMY TAKŻE
NA 6-STY SEMESTR **ZA DARMO!**

CZY MOŻNA WYLECZYĆ SIĘ BEZ LEKARSTW? BIOMAG – MEDYCYNĄ XXI WIEKU

Choroby zwyrodnieniowe stawów, nadciśnienie, cukrzyca, zylaki, dna moczanowa, reumatyzm, osteoporoza, astma, stwardnienie rozsiane - to tylko niektóre ze schorzeń, które dzięki aparaturze 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 poznać tę rewelacyjną, bezpieczną i prostą do zrozumienia formę leczenia, polegającą na regeneracji komórek. 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 zylaki od ponad 30 lat. Po trzymiesięcznej aplikacji po zylakach nie ma śladu.

*Tadeusz, Jedwabno
(nadciśnienie tętnicze i miażdżycy)*

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 ro-

dziny także korzysta z aparatu BIOMAG. Jesteśmy bardzo zadowoleni, że można tą metodą leczyć się w domu, bez kosztów rehabilitacji oraz farmakologii.

Karolina, 28 lat

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, bóle kręgosłupa lędźwiowego i szyjnego, bóle pleców, rąk i nóg, zapalenie bębenka i ucha środkowego)*

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 wszy-

scy się dziwię z moich postępów w leczeniu.

Maria, Opole

DOŁĄCZ DO GRONA PONAD 7000 ZADOWOLONYCH PACJENTÓW. ZAPOZNAJ SIĘ Z DZIAŁANIEM ZESTAWÓW DOMOWYCH BIOMAG.

Osoby zainteresowane leczeniem, rehabilitacją i regeneracją za pomocą metody wykorzystującej pulsacyjne pole magnetyczne niskich częstotliwości (BIOMAG), prosimy o kontakt pod nr telefonu 663-925-669 lub e-mail: warszawa@medicalin.pl



Minął rok w Meridian

Międzynarodowa Szkoła Podstawowa Meridian istnieje od 2005 roku. Jest szkołą prywatną aktywnie działającą na terenie dzielnicy Ochota, z którą czuje się wyjątkowo związana. Szkoła jest pomysłodawcą wielu projektów i konkursów, do których udziału zapraszane są dzieci i młodzież z placówek oświatowych na terenie całej Warszawy.



Najstarszą tradycję ma Konkurs Matematyczny Meridian, w którym obecnie uczestniczy blisko 7 tys. uczniów ze szkół podstawowych, gimnazjów i liceów. Kolejnym przedsięwzięciem organizowanym od 2008 roku jest Konkurs Piosenki Angielskiej. Uczniowie

mogą także wziąć udział w Olimpiadach Językowych: z języka polskiego i tureckiego.

Nowym wydarzeniem, które po raz pierwszy Szkoła Meridian zorganizowała w roku 2012 były Targi Naukowe. Stały się one wspaniałą okazją do stworzenia

i zaprezentowania projektów naukowych z różnych dziedzin.

Przedszkolaki z Ochoty także miały okazję do wzięcia udziału w życiu szkoły poprzez uczestnictwo w II Festiwalu Wiosennym, na którym zespołowo wykonywały prace plastyczne.

Szkoła reprezentuje wielokulturowość, międzynarodową atmosferę i otwartość na dialog ze swym otoczeniem. Jak co roku odbyły się także Dni Międzynarodowe, na które zaproszeni zostali goście z ambasad, ministerstw i centrów kultury reprezentowanych krajów. 26 września w bibliotece „Przystanek Książka” w ramach Europejskiego Dnia Języków szkoła Meridian była honorowym gościem w bloku dotyczącym Języka i Kultury Turcji.

12 grudnia w szkole odbyło się spotkanie z Anną Kaszubską pomysłodawczynią i współautorką wielokulturowego projektu książkowego wydawnictwa National Geographic „Bajkowa mozaika. Bajki z całego świata” – zbioru bajek opowiedzianych przez wy-



jątkowych ludzi różnego pochodzenia, mieszkających w Polsce, jak np. Weronika Marczuk, Halina Mlynkova oraz uchodźców i emigrantów z Iraku, Gruzji, Białorusi, Wietnamu i wielu innych.

Innymi ważnymi gośćmi, którzy w minionym roku odwiedzili szkołę byli członkowie Związku Kombatanów RP: pani Elżbieta Sadzyńska – prezes Koła Kombatanów Rakowiec, Jan Witkowski, prezes Koła Kombatanów Ochota, profesor dr hab. komandor Józef Czerwinski oraz kapitan Maria Milbrandt – wiceprezes Mazowieckie-

go Zarządu Wojewódzkiego Związku Kombatanów RP i BWP. Tym razem 9 listopada w ramach uroczystych obchodów Narodowego Święta Niepodległości.

Miłym uwieńczeniem działalności szkoły za rok 2012 było stworzenie prac artystycznych przez nauczycieli plastyki – Karoliny Rydzewskiej oraz jej podopiecznych, które można oglądać na wystawie okna Wypożyczalni nr 23 przy placu Narutowicza.

**Idalia El-Sayed
Sekretarz Międzynarodowej Szkoły
Podstawowej MERIDIAN**

ODCHUDZANIE = OCZYSZCZANIE

Skuteczny Program Regeneracji Organizmu

Jesteś tym co jesz! Slogan? - ale jakże prawdziwy!

Przyjrzyj się uważnie sobie i odpowiedz, czy na co dzień obserwujesz takie objawy jak: zaparcia, wzdęcia, częste pobolewania żołądka, migrena, anemia, ciągłe zmęczenie, alergię, depresję, powiększenie węzłów chłonnych, gorączka, biegunki, gazy, objawy przeziębienia, nocne zgrzytanie zębami, pokrzywki, rozdrażnienia, nadwrażliwość jelit, żółtaczka, bóle stawowe, i mięśniowe, zaczerwienienie oczu, zaburzenia snu, nadwaga lub niedowaga, nerwowość i mimo stosowania wielu różnych diet nie możesz zrzucić zbędnych kilogramów oznacza to, że **twój organizm jest zanieczyszczony toksynami oraz robakami i innymi pasożytami pochodzącymi również z odżywiania.**

Pasożyty rozmnażają się szybko i wydzielają odchody, na które organizm reaguje np. alergią. Według Światowej Organizacji Zdrowia (WHO) ponad 25% populacji cierpi na uporczywe infekcje pasożytnicze. A te schorzenia mają wyjątkowo szkodliwy wpływ m.in. na wzrost i rozwój funkcji intelektualnych u dzieci.

Mimo wielkiego rozwoju medycyny choroby przewlekłe - cywilizacyjne (cukrzyca, nowotwory, choroby krążenia, choroby zwyrodnieniowe stawów, depresję, alergię) stanowią ciągle główny, nie rozwiązany problem zdrowotny.

Jakie są tego przyczyny?

Żyjemy coraz dłużej, przez życie gromadzimy w organizmie olbrzymie ilości toksyn. Nadmierna tkanka tłuszczowa, masy kałowe, złośliwe miażdżycowe, kamienie w nerkach, w pęcherzyku żółciowym, zmiany zwyrodnieniowe, w 90% problemy te wynikają z zanieczyszczonej okolicy. Aż 60% populacji skarży się na zaparcia o różnym nasileniu.

Nasz system trawienny jest skomplikowanym układem organów, w którym zachodzą złożone procesy z udziałem kwasów trawiennych, bakterii i enzymów. Dlatego też zdrowie i prawidłowe trawienie powinno być jednym z naszych priorytetów. Jeżeli o to nie zadamy wędrowną składników pożywienia przez cały ponad dziesięciomiesięczny przewód trawienny spowoduje wiele wspomnianych wyżej problemów zdrowotnych.

Droga do zdrowia...

Przed wszystkim zapanuj nad swoim organizmem i oczyść ciało z toksyn, usuń pasożyty i zgromadzone przez lata złośliwe. Nie traktuj swojego ciała fragmentarycznie, działaj kompleksowo i z troską. Nie daj się zwieść wszechobecnym reklamom na: nadkwasotę, wzdęcia, bóle stawów, głowy itp. **to droga do nikąd, to jedynie chwilowe „łagodzenie” objawów.** Konkretny farmaceutyczny tylko zacierają ręce, a ty tkwisz w spirali kolejnych farmaceutyków na kolejne dolegliwości. Spójrz na to ze strony biznesowej, czy gdyby oferowane farmaceutyki były tak skuteczne, musiałbyś je brać przez wiele lat? Czy komuś w tym biznesie naprawdę zależy na twoim całkowitym wyzdrowieniu?

Nasze ciało to cudowny samo uzdrawiający się organizm. Trzeba tylko dokonać rozumnych zmian w jakości „paliwa” jakie mu dostarczamy. Jeżeli już mamy na koncie wiele popełnionych przez lata błędów, ale też mamy wielką determinację wyjścia z chorego kręgu: jeść byle jak i byle co, a potem zażywać to co podsunie ten czy inny koncern farmaceutyczny, to jesteś drogi czytelniku na dobrej drodze wyzwalania - by poprawić jakość życia. Z myślą o tobie został stworzony specjalny program oczyszczania. Program został skonstru-

owany w oparciu o przeprowadzone badania przez specjalistów wielu dziedzin. Pracowali nad nim lekarze, farmaceuci, terapeuci, masażyści, dietetycy, fizyoterapeuci. Wykonujemy odtruwanie wszystkich najważniejszych organów. Na pytanie kto powinien poddać się oczyszczaniu? Odpowiedź jest prosta - **KAZDY!** Jak często? **PRZYNAJMNIEJ DWA RAZY DO ROKU!**

Co da mi udział w programie?

Ten wyjątkowy program poprawia funkcję wątroby, nerek, skóry, układ oddechowy, układ limfatyczny, a także przywraca równowagę psycho-fizyczną.

Oczyszczenie jelit spowoduje poprawę funkcji całego organizmu. Dzięki oczyszczeniu z kamieni kałowych pozbędziesz się kilku kilogramów, poprawi się twoja sylwetka i samopoczucie. Odpowiednio dobrane dieta zredukują tkankę tłuszczową, i poprawi funkcję trawienną, a poprawa pracy nerek i limfy zredukują obrzęki worki pod oczami i nada blask twojej skórze. Prawdziwie unikalne ćwiczenia oraz masaż doprowadzą układ mięśniowo-stawowy do sprawności. Ćwiczenia relaksacyjne wzmocnią umysł. Po turnusie wrócisz wzmocniony i zrelaksowany, a twoje problemy, znikną lub będą o wiele łatwiejsze do zniesienia.



**Informacja o turnusach i rezerwacja:
tel. +48 (23) 696-30-13
fax. +48 (23) 654-10-87
www.welski.pl
e-mail info@welski.pl
lub awd@welski.pl**