

INFORMATO

CHOTY I WŁOCH

23.11.2012 – 6.12.2012

BEZPŁATNY DWUTYGODNIK

ROK XXI – nr 19 (632)

Zasady dla wszystkich!

Często spotykam się z pomysłami, aby wygrodzić część publicznego chodnika lub jezdni w celu zarezerwowania miejsca na zaparkowanie samochodu. Wielokrotnie takie postulaty pojawiają się wśród mieszkańców budynków, którzy mają pretensje, że nie mogą zaparkować na ulicy pod swoim blokiem, ponieważ miejsca zajmują obcy, którzy mieszkają gdzieś dalej.



Zawsze tłumaczę, że chodnik czy ulica jest urządzeniem publicznym i każdy może na równych prawach z niego korzystać. Ograniczenia z korzystania mogą dotyczyć w tym przypadku tylko kwestii bezpieczeństwa i organizacji ruchu. Zasada swobodnego dostępu do przestrzeni publicznej jest jedną z podstawowych zasad, bez której nie może funkcjonować żadna organizacja, zwłaszcza samorząd czy państwo.

Dlatego dziwi mnie, że tę fundamentalną zasadę „gwałcą” właśnie instytucje państwowe przy udziale samorządu. Są miejsca, gdzie różne instytucje, dzięki swoim możliwościom oddziaływania na zarządców drogi, jakimi są

różne szczeble samorządu, stawiają różne dziwne znaki. I tak: przy poczcie na Białobrzskiej stoi znak zakazu zatrzymywania,

który nie dotyczy pocztowców. Na Opaczewskiej policja wyłączyła z możliwości parkowania dość pokaźny odcinek drogi publicznej pisząc na znakach, że parking tylko dla pojazdów policyjnych. Ktoś może powiedzieć, że policja musi mieć możliwość podjechania przed samą komendę ze świeżo zatrzymanym groźnym przestępcą. Zgoda, ale żeby ten cel osiągnąć, można wydzielić trochę miejsca na podjazd a nie zajmować pół ulicy na potrzeby parkingowe pracowników całej komendy. Miejsc parkingowych jest coraz mniej. Brakuje ich nie tylko dlatego, że przybywa samochodów, ale również dlatego, że władze dość beztrosko ograniczają ich liczbę poprzez nieprzemyślane stawianie słupków oraz poprzez uprzywilejowywanie samych siebie. Czy kastę urzędniczą mają obowiązywać inne zasady?

Grzegorz Wysocki

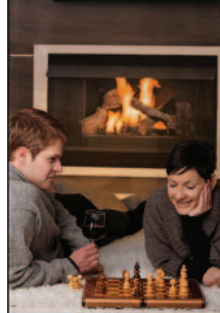


Projekty instalacji i sieci

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

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

 Firma
 Inżynierska
 Mazowska
 Roku 2012

 LUKSUSOWE
 APARTAMENTY
 W SARBINOWIE
 80m OD MORZA
KUP APARTAMENT CAŁKOWICIE
WYKOŃCZONY I WYPOSAŻONY
ZA 249 000 złtel. 604 52 00 00
biuro@atrium-apartamenty.pl
www.atrium-apartamenty.plwww.mas-kominki.pl

☎ 513 127 630, 601 306 108

Z TĄ REKLAMĄ 10% RABATU

FRYZJERSTWO KOSMETYKA

Strzyżenie 14 zł, Pasemka 45 zł

Strzyżenie + modelowanie 19 zł

Trwała + strzyżenie + modelowanie 43 zł

Pedicure + manicure 45 zł

ul. Słupecka 5

tel. 22 658-45-54



CENY OBOWIAZUJĄ CODZIENNIE DO GODZINY 14

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

KOŁO-DENT



Spółdzielcza Kasa Oszczędnościowo-Kredytowa

SKOK CHMIELEWSKIEGO
 ■ PRAKTYCZNE POŻYCZKI ■ LOKATY ■ KREDYTY ■ ROR
JUŻ PONAD
140
ODDZIAŁÓW
W POLSCE
 pożyczka
kolorowa jesień

oprocentowanie pożyczki 8,5 %, prowizja 1,5 %

opłata przygotowawcza 0 zł

wysokość pożyczki do 3000 zł

okres spłaty 12 miesięcy

PRZYKŁAD REPREZENTATYWNY: Całkowita kwota pożyczki 3000,00 zł, umowa zawarta w dniu 01.10.2012 r. na okres 12 miesięcy z oprocentowaniem nominalnym 8,50 %, prowizją za udzielenie pożyczki wysokości 45,00 zł, opłatą przygotowawczą w wysokości 0,00 zł. Rzeczywista Roczna Stopa Oprocentowania wynosi 11,97 %, całkowita kwota do zapłaty wynosi 3184,90 zł, całkowity koszt kredytu wynosi 184,90 zł (w tym kwota odsetek 139,90 zł), a kwota raty miesięcznej wynosi 261,66 zł.

Siedziba Kasy: Lublin, ul. Wallenroda 2E, tel. 81 446 30 00

www.skokchmielewskiego.pl

Warszawa:

NOWY ODDZIAŁ - ul. Wspólna 35, tel. 22 623 82 29, 22 623 82 18

ul. Powstańców Śląskich 104/214, tel. 22 313 23 75

ul. Korotyńskiego 23/23, tel. 22 824 43 71

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 Kałwajtys**Odpowiedzialny za dzielnicę Włochy
tel. 22 868 06 65, 501 080 674
DariuszKałwajtys@aster.pl**Janusz Omyliński**

e-mail: januszomyliński@gmail.com

**Michał Sierzputowski**e-mail: sierzputowskimichal@gmail.com
tel. 691-585-692Adres redakcji:
ul. Radomska 10/12 (oficyna)
02-323 Warszawa, fax: 22 659 73 33
www.infochoty.waw.pl
info@infochoty.waw.plWydawca: Fundacja na rzecz
Rozwoju Ziemi Mazowieckiej
Dział reklamy:
tel. 508-125-417, 22 614-58-03
piotr.pilipczuk@gazetaecho.pl
Druk: PolskaPresse

Dojechać na Mątwicką

Ruszył remont drogi wewnętrznej łączącej ulicę Mątwicką z ulicą Orzeszkowej. Jest to jedyna droga, jaką można dojechać do budynków przy Mątwickiej, na której w ostatnich latach powstały trzy nowe kamienice.

O problemach mieszkańców tej ulicy pisałam we wrześniu: „Zde-wastowana nawierzchnia jezdni, zapadnięte kostki w ciągach pieszych, połamane płyty na drodze wewnętrznej, rozjechana zieleni,



PRZESTAŃ CIERPIEĆ! KONIEC BÓLU KRĘGOSŁUPA I STAWÓW! PRZECZYTAJ KONIECZNIE

Zespół dyplomowanych fizjoterapeutów i lekarzy pracujących w firmie Fizjo Med Poland istniejącej od 1997r udowodnił, że poprawa rezerwy ruchowej w stawie objętym chorobą zwyrodnieniową oraz przywrócenie prawidłowego napięcia otaczających staw tkanek miękkich powoduje znaczną poprawę funkcji oraz redukcję dolegliwości pacjenta. To zmienia dotychczasowe spojrzenie na rehabilitację kręgosłupa i stawów.

— Pracowaliśmy nad doбором odpowiednich technik manualnych uznanych w świecie medycznym od kilku lat. W tym okresie pomogliśmy kilku tysiącom ludzi! Dziś wiemy, że wyniki naszych obserwacji oraz doświadczenie, które posiadamy umożliwia nam skuteczne leczenie wielu dysfunkcji narządu. **To przełom w rehabilitacji** — twierdzi pan Krzysztof Narosz szef zespołu terapeutycznego. — Techniki, które wybraliśmy do naszej pracy są bardzo subtelne, a co za tym idzie nie powodują powikłań czyli pogorszenia stanu pacjenta. Jednym słowem może być tylko lepiej!

Lekarze, którzy obserwują wyniki naszej pracy, są zdumieni. Mając dotąd do dyspozycji tylko fizykoterapię zdają sobie sprawę z ograniczeń. Dziś inaczej patrzą na możliwości rehabilitacji ortopedycznej.

Najlepsze efekty uzyskujemy w rehabilitacji: **stanów zwyrodnieniowych stawów, dyskopatii, bólu kolan, bólu biodra, bólu głowy, nerwobólach, rwy kulszowej, zespołu bolesnego barku, tężenia tenisisty i golfisty, zespołu cieśni nadgarstka.**



Po pierwszej konsultacji wiemy, czy jesteśmy w stanie Ci pomóc.

A oto kilka opinii naszych pacjentów:

Paweł I. 51 — Jestem neurochirurgiem. Od lat cierpiełem z powodu bólu kręgosłupa, jednak decyzję o operacji odwlekłem. Moi koledzy dali mi wizytówkę Pana Narosza i zdecydowałem się na rehabilitację. Nie zdawałem sobie dotąd sprawy, że jest możliwe usunięcie moich problemów bez operacji. Polecam.

Maria I. 69 — Moje kolano nie pozwalało mi wyjść z domu, ból był tak duży. Córnka wiozła mnie na rehabilitację do Fizjo Medu i dziś już pierwszy raz od roku sama poszłam do sklepu!

Bardzo Wam dziękuję.

Kazimiera I. 72 — Od lat leczyłam swój chory bark nie spałam w nocy ze względu na ból, w dzień nie mogłam ruszyć ręką. Po konsultacji nabrałam nadziei dziś śpię w nocy spokojnie, i nadal pracujemy nad ruchomością. Bardzo się cieszę wspólnie z terapeutami.

Jestem szczęśliwa, że trafiłam na takich ludzi

Badania będą prowadzone od 21 listopada do 7 grudnia. 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 ~ rwą kulszową i ramienną ~ barkiem
- ~ stawem biodrowym ~ cieśnią nadgarstka ~ nerwobólami ~ bólami głowy

odrapana (nowa!) elewacja budynku. Tak wygląda ulica Mątwicka i jej okolice.”

Jeden z problemów — ulica dojazdowa — doczekał się rozwiązania. W miejscowym planie zago-

spodarowania przestrzennego ta wewnętrzna droga została zakwalifikowana do ulic gminnych i rozpoczęto remont. Mieszkańcy aktywnie uczestniczą w ustaleniach co i jak ma być wykonane, jest więc szansa, że częściowo zrekomensowane zostaną uciążliwości związane z ostatnimi budowlami. Obserwujemy postępy.

Małgorzata Rojek

Rowery górą

Trzy dodatkowe stacje rowerowe powiększą sieć rowerów publicznych na Ochocie.



Wydawało się, że wszystko zostało już „pozamiatane” (patrz, „Rowerowy zawrót głowy” IOW nr 18). Ostatnia sesja rady dzielnicy pokazała jednak, że zdrowy rozsądek to droga dla inicjatyw obywatelskich.

Burmistrz dzielnicy Wojciech Komorowski znalazł w budżecie pieniądze na budowę trzech dodatkowych stacji rowerowych na Ochocie. (stanowisko Ochockiej Wspólnoty Samorządowej przyjęte na nadzwyczajnej sesji rowerowej z dn. 22.10.2012 r.).

Pierwsze osiem stacji powstanie na koszt miasta w marcu 2013 roku. Ich lokalizacja jest niespójna z oczekiwaniami mieszkańców. Obejmuje

przy tym tylko ściśle centrum dzielnicy. Tymczasem prace nad siecią systemu rowerów publicznych, prowadzone przez Zarząd Transportu Miejskiego, trwały od 2009 roku. Na żadnym z posiedzeń, mimo kierowanych zaproszeń, nie było przedstawiciela dzielnicy.

Burmistrz obiecał, że nowe stacje powstaną po konsultacjach społecznych. Ruszą one w późniejszym terminie. Należy je traktować — zakłada OWS — jako wstęp do budowy kolejnych.

Przy tak zakorkowanej stolicy, będą służyć do taniego i sprawnego przemieszczania się rowerem do punktuelowego.

Anna Zbytewska

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: 9⁰⁰ - 17⁰⁰ - dni powszednie



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 bezkrawie operacje filipińskiego uzdrowiciela robi na ciele eterycznym. Pacjenci są zdumieni umiejętnością bezbłędnej 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,
- prostaty, 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 Żaczku w dniach:

23, 24, 27-30.XI, 2-7.XII

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

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 niedosłyszy. 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 począt-

ku wcale ich nie zauważamy. Dopiero, 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 słu-

chu, 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 spe-



Oticon Intiga - Nowoczesny aparat słuchowy miniaturowych rozmiarów 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.

cializuje się w niesieniu pomocy osobom niedosłyszącym.

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

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

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.

Piknik na zieleniaku

Piknik na targowisku tymczasowym przy ul. Skorochód-Majewskiego zgromadził w sobotnie przedpołudnie (17 listopada) wielu mieszkańców Ochoty – głównie klientów bazaru.



Dużym zainteresowaniem cieszyła się gra planszowa

Na uczestników pikniku czekało wiele atrakcji. Kupcy z bazaru wystawili stoliki z polskimi artykułami żywnościowymi. Można było poczęstować się wędlinami, serami górskimi, miodem, owocami itp.

MPO Warszawa przygotowało kontener do zbiórki zużytego sprzętu elektrycznego i elektronicznego. Za oddanie zużytych baterii, bądź większych gabarytowo sprzętów (trafiały się i telewizory) można było otrzymać ekolo-

giczną torbę na zakupy. Przy stoliku wystawionym przez urząd dzielnicy Ochota najmłodsi mogli wziąć udział w konkursach i grach terenowych, gdzie nagrodami były lizaki, gry planszowe i książki poświęcone tematyce Ochoty.

Podczas pikniku udzielane były także porady dotyczące zdrowego żywienia i ekologicznych zachowań. Przeprowadzono także zbiórkę pieniędzy na renowację neonu dawnego kina „Ochota”.

Mimo przejmującego chłodu, atmosfera na pikniku była ciepła, a momentami nawet gorąca.

Impreza zorganizowana przez Stowarzyszenie Kupców Targowiska „Banacha”, odbyła się pod patronatem burmistrza Ochoty, Miejskiego Przedsiębiorstwa Oczyszczania oraz „Informatora Ochoty i Włoch”.

Gościem honorowym pikniku był wiceprezydent Warszawy Michał Olszewski, który został bardzo serdecznie przywitany przez kupców z bazaru. Podziękowali mu za dotychczasową – partnerską – współpracę w kwestiach



Prezydent Michał Olszewski ofiarował datek na neon kina „Ochota”

związanych z modernizacją bazaru i wyrazili przekonanie, że taka sama współpraca – w warunkach zrozumienia i wzajemnego poszanowania – będzie miała miejsce również w przyszłości.

Osobne i gorące podziękowania, za ogromne zaangażowanie i

wzorową organizację pikniku, należą się Michałowi Sierżputowskiemu – mieszkańcowi Ochoty, który nie będąc kupcem, od kilku lat bardzo aktywnie uczestniczy w działaniach kupieckiego stowarzyszenia.

Dariusz Kałwajtyś

**POŻYCZKI
BEZ BIK.**
Masz problem w Banku?
**Dzwoń:
668 681 903**
Profi Credit

BEZ KANTÓW
REMONTY, WYKOŃCZENIA WNETRZ
**PEŁEN ZAKRES
REMONTÓW**
Solidna,
profesjonalna ekipa
Zadbamy o każdy szczegół
tel. 504 474 694

**BEZPŁATNE
KONSULTACJE LEKARSKIE**

ZWYRODNIENIE KOLAN

- jeżeli jesteś w wieku 18 – 70 lat
- cierpisz z powodu zwyrodnienia kolana od ponad 6 miesięcy
- przyjmujesz leki przeciwbólowe

BÓLE KRZYŻA

- jeżeli jesteś w wieku 18 – 70 lat
- cierpisz z powodu bólu krzyża od co najmniej 6 miesięcy
- przyjmujesz leki przeciwbólowe

Zadzwoń i zapisz się na bezpłatne konsultacje lekarskie
22 644 41 63, 22 644 41 61, 690 422 393

SYNEXUS
Centrum Medyczne

**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

0 zlewni i ustawie śmieciowej



Ze Sławomirem Michałakiem – prezesem zarządu MPO rozmawia Grzegorz Wysocki

– Rzadko się zdarza, aby obietnice składane publicznie mieszkańcom były realizowane. W sprawie zlewni na Rakowcu tych obietnic było kilkanaście.

– Sprawa stacji zlewnej przy ul. Korotyńskiego to ważny temat dla mieszkańców dzielnicy Ochota. Zlewnia funkcjonuje na terenie Rakowa już od 1967 roku, dlatego mamy świadomość o jej uciążliwości dla społeczności lokalnej. Dziennie do punktu zlewego przyjeżdża około 30 pojazdów, w tym także samochody firm zewnętrznych, które zajmują się odbiorem ścieków z nieskanalizowanych terenów stolicy. Zależało nam na tym, aby zmniejszyć uciążliwości związane z obiektem, a następnie przenieść działalność w inne miejsce.

W ubiegłym roku informowałem radnych oraz mieszkańców

dzielnicy Ochota i Włochy, a także czytelników „Informatora”, że stacja zlewna przy ul. Korotyńskiego zostanie zamknięta w ciągu najbliższych 2–3 lat. Jednak dołożyliśmy wielu starań i dzięki współpracy z Miejskim Przedsiębiorstwem Wodociągów i Kanalizacji we wrześniu podpisaliśmy aneks do umowy dotyczący przekierowania strumienia nieczystości płynnych m.in. do Zakładu Oczyszczalni Ścieków Południe. Decyzja rady miasta o utworzeniu holdingu z MPWiK dała nam nowe możliwości, które natychmiast wykorzystaliśmy. Miło mi poinformować, że wychodząc naprzeciw oczekiwaniom mieszkańców zlewnia zostanie zlikwidowana do 30 listopada 2012 roku. Oczywiście MPO w Warszawie, w trosce o klientów, dalej będzie świadczyć usługę odbioru nieczystości, jed-

nak szybki rozwój sieci kanalizacyjnej w ostatnich latach spowodował ograniczenie tego typu działalności.

– **Co powstanie na działce po zlewni?**

– Ostatnim etapem likwidacji obiektu będzie przygotowanie nieruchomości do sprzedaży, którą, zgodnie z przyjętym harmonogramem, przewidujemy do końca 2012 roku. Sprzedaż terenu odbędzie się w trybie przetargu ustnego w formie licytacji, dlatego zapraszamy do udziału w postępowaniu wszystkich inwestorów, którzy są zainteresowani nabyciem nieruchomości. Zgodnie z miejscowym planem zagospodarowania przestrzennego obszaru Rakowca, przewidywane są w tym miejscu tereny pod usługi, handel i biura. Dokument określa także warunki zabudowy, zgodnie z którymi maksymalna wysokość zabudowy wynosi 30 metrów i nie więcej niż 9 kondygnacji. Powierzchnia nieruchomości, na której obecnie funkcjonuje stacja zlewna wynosi ok. 1300 m², natomiast maksymalna powierzchnia zabudowy dla działki budowlanej stanowi 40%. Nowa inwestycja, która powstanie na tym terenie będzie musiała spełniać te wytyczne, dlatego nie będzie stanowić przeszkody dla sąsiadujących nieruchomości, a także nie będzie uciążliwa dla mieszkańców.

– **Co się dzieje w bazie MPO na Polu Mokotowskim?**

– Dbając o wizerunek MPO w Warszawie, jako firmy nowoczesnej i dynamicznie rozwijającej się, restrukturyzujemy zakłady i modernizujemy instalacje należące do spółki. Oprócz likwidacji zlewni nieczystości płynnych, zarząd spółki zdecydował o zakończeniu działalności na terenie Pola Mokotowskiego. Zakład przy al. Niepodległości 213 funkcjonuje od 1957 roku i obsługiwał mieszkańców dzielnicy Ursynów,

Mokotów oraz Wilanów. Z bazy prowadzone były działania odbioru i wywozu nieczystości oraz zimowego i letniego oczyszczania ulic, znajdował się tam również punkt przeładunkowy odpadów.

W dniu 28 września br. z bazy przy al. Niepodległości wyjechały ostatnie śmieciarki, tym samym zakończyliśmy działalność operacyjną zakładu. Odpady, które do tej pory trafiały na przeładunek do bazy na Polu Mokotowskim, kierowane są obecnie do zakładów przy ul. Marsa 76 oraz ul. Burakowskiej 14. Powierzchnia terenu, na którym funkcjonował zakład, wynosi ok. 5 hektarów. Zimą przeprowadzimy jeszcze dodatkowe prace porządkowe tego terenu. Planowana jest m.in. rozbiórka znajdujących się w obrębie nieruchomości budynków oraz wywiezienie gruzu. Następnie, po uzgodnieniu warunków wzajemnych rozliczeń, teren zostanie przekazany miastu, aby mógł być wykorzystywany dla celów rekreacyjnych. Zgodnie z uchwalonym przez radę miasta

Warszawy planem zagospodarowania przestrzennego Pola Mokotowskiego z 2009 r., teren przy al. Niepodległości 213 należy do zespołu terenów parkowych, zieleni urządzonej oraz towarzyszących obiektów sportowych i usługowych.

– **Co się dzieje z ustawą śmieciową w Warszawie? Zapadła cięsa a zegar nieubłagane odmierzają czas.**

– Obecnie trwa 18-miesięczny okres wdrażania znowelizowanej Ustawy o utrzymaniu czystości i porządku w gminach. Głównym założeniem ustawy jest wybór przez gminy, w trybie zamówień publicznych, firm zajmujących się odbiorem i zagospodarowaniem odpadów. Samorządy będą także wskazywać instalacje, w których odpady będą unieszkodliwiane. Celem wprowadzanych zmian jest uszczelnienie systemu gospodarki odpadami oraz zmniejszenie ilości odpadów komunalnych kierowanych na składowiska. Szerzej o nowej rzeczywistości w kontekście znowelizowanej ustawy, czytelnicy dwutygodnika „Informator Ochoty i Włoch” będą mogli przeczytać w kolejnych wydaniach pisma.

Wigilia i sylwester w Wiśle!



Klub „Złotego Wieku” PCK oraz Dom Wczasowy „Halny” w okresie od 23 grudnia 2012 r. do 2 stycznia 2013 r. organizuje atrakcyjny wypoczynek świąteczno-noworoczny w Wiśle. Pokoje dwuosobowe, TV, łazienki.

Uroczysta kolacja wigilijna, święta Bożego Narodzenia, bal sylwestrowy z udziałem góralskiej kapeli, połączony z przysmakami kuchni beskidzkiej.

Bliższe informacje oraz zapisy pod telefonem nr 600-972-410 w godz. 9–21. Liczba miejsc, niestety, ograniczona.

Możliwość przedłużenia pobytu do 6 stycznia 2013 r.

FRYZJER-KOSMETYKA

strzyżenie męskie 10 zł

strzyżenie damskie 13 zł

strzyżenie + czesanie 18 zł

czesanie od 10 zł

farba (czesanie gratis!) 50 zł

manicure + pedicure 44 zł

henna komplet 10 zł

trwała (strzyżenie + czesanie) 42 zł

baileyage (strzyżenie + czesanie) 65 zł

**PROMOCJE
LISTOPAD**

Salon Fryzjersko-Kosmetyczny

tel. 22 823-82-81

ul. Elizy Orzeszkowej 8

(przy Opaczewskiej)

Skończyć z otyłością

Tak, był to mocny argument biorąc pod uwagę, że ważyłem 110 kg... Myślałem jak wszyscy, że wytrzymam maksymalnie tydzień, może dwa... Początek był bardzo trudny.



Osoba – jak ja – przyzwyczajona do siedzącego trybu życia, jedząca fastfoody i niezliczoną ilość słodkości miała nie lada wyzwanie: należało zmotywować się do postawienia kropki w rozdziale swojego życia. – Mamo, zaczynam się odchudzać! – zakomunikowałem krótko pewnego dnia i słów tych nie zapomnę nigdy. Od tej chwili kombinowałem jak przetwarzać jedzenie, aby było smaczne

Niecierpliwiłem się, gdyż przez pierwszy miesiąc waga pokazywała tylko -5 kg. Trochę mnie to przybiło, ale kontynuowałem dietę. W połowie drugiego miesiąca

(wcześniej odrzucając niektóre składniki żywieniowe) piłem tylko 3–4 litry wody dziennie i na kolację jadłem jabłko. Moja dieta trwała ok. 3,5 miesiąca. Jak pisałem wcześniej w pierwszym miesiącu ubyło mi ok. 5 kg, w drugim i trzecim po ok. 15 kg. Po 3,5 miesiąca odchudzania byłem lżejszy o 40 kg, a samopoczucie miałem o 100% lepsze! Aktywność fizyczna wzrosła, nie męczyłem się wchodząc pod górę. PSYCHIKA? Na pewno się wzmocniła, a samoocena poszła niewiarygodnie w górę.

Niektórzy zadają, lub będą zadawać pytanie: Co zrobić, aby to co zgubiłem/em nie wróciło? Co z efektem JO-JO? Kochani, nic nie wróci, nic nie urosnie na nowo pod warunkiem, że przynajmniej przez pół roku po zakończeniu diety będziemy ją kontynuować w łagodniejszej formie. Gdybym miał polecać dietę, na pewno rekomendowałbym turnusy dietetyczne z dietą dr Ewy Dąbrowskiej w Hotelu We-

lskim. Fachowa opieka, pomoc lekarzy i odpowiednie jedzenie podawane w ośrodku na pewno działają cuda.

Sporo ludzi może pomyśleć: To kolejna ściema. Znow ktoś kogoś próbuje na coś naciągać... Niech odpowiedzą na to będą moje zdjęcia przed kuracją oraz po niej.

Paweł (nomen omen) Jarzyna

Oto historia pana Pawła, jednego z kucharzy zatrudnionych w Hotelu WELSKIM. Na zdjęciu widać, że stał się po kuracji innym człowiekiem – przystojnym, pogodnym, pewnym siebie. Przekonuje, że warto popracować nad swoim zdrowiem, sprawnością, a w efekcie stosunkiem do życia, z którego można czerpać więcej zadowolenia.

Welskie turnusy zdrowia, to wyprofilowane pakiety relaksacyjno-terapeutyczne opracowane przez Zespół Profilaktyki Zdrowia Hotelu Welskiego m.in. przez lek. med. Waldemara Pawłowskiego, szefa Instytutu BIONET oraz lek. med. Grażynę Duszkiewicz oraz mgr Bożenę Suwińską-Daniluk.

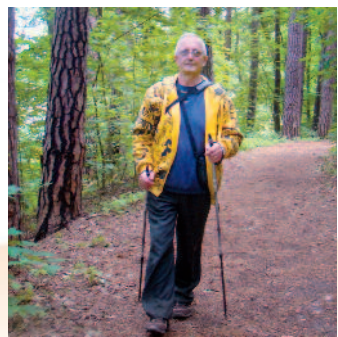
Cały zespół od lat stosuje to co naturalne i sprawdzone, wciąż poszukując nowych możliwości pomocy choremu w jego problemach.

Oczywiście **WELSKIE WEEKENDY I TRUNUSY ZDROWIA** to nie tylko dieta

konsultowana z lekarzem, ale także turnusy „dla starszaków”, czyli terapie i ćwiczenia specjalnie dobrane dla osób starszych, chorych, mniej sprawnych.

Szczegółowych informacji o turnusach i dostępności miejsc udziela hotelowy Zespół Profilaktyki Zdrowia, www.welski.pl, e-mail: awd@welski.pl

Można też dowiadywać się telefonicznie: 23 696-30-13, 23 654-10-87, 23 654-11-17, kom. 692-400-924.



Najbliższe planowane pobyty:

Turnusy 2-tygodniowe: 6–20.12.2012.

Turnusy 1-tygodniowe: 6–13.12, 13–20.12 br.

Weekendy: 6–9.12, 13–16.12 br.

Wypoczynek świąteczno-noworoczny:

Zdrowo w Nowy Rok – świąteczno-noworoczny aktywny wypoczynek połączony z programem zdrowotnym:

TURNUSY: 22–26.12 br., 22.12.2012–1.01.2013,

22.12.2012–6.01.2013, 27.12.2012–1.01.2013,

27.12.2012–6.01.2013

Dostrzegamy SINGLI!!! – Sylwestrowy wieczór spędź z nami nasi przyjaciele, idący przez życie „w pojedynkę”. Zapewniamy więc, że będzie możliwość poznania wyjątkowo ciekawych osób.

Wśród nas zapomnisz, że jesteś singlem!!!

Będę się czepiał jak pijany płotu



... Jeżeli zarząd dzielnicy Włochy nie podejmie zdecydowanych działań, które doprowadzą do modernizacji ogrodzenia przychodni, będę oficjalnie apelował do burmistrzów o sfinansowanie tego remontu z premii kwartalnych i innych, które przyznaje im prezydent Warszawy za dobrą i efektywną pracę – jak mniemam.

Latem tego roku złożyłem interpelację do zarządu dzielnicy Włochy, o wystąpienie do właściwej jednostki miasta w celu naprawy (wymiany) ogrodzenia Przychodni Lekarskiej przy ul. Szybowcowej 4 (Okęcie). Płot ledwo „zipie” i od dawna wymaga gruntownego remontu. Niektóre przęsła ogrodzenia dosłownie wiszą w powietrzu. W bezpośrednim sąsiedztwie znajduje się przedszkole. Poniżej zacytuję obszernie fragmenty odpowiedzi w tej sprawie, podpisanej przez zastępcę burmistrza Andrzeja Krupińskiego.

„W związku z interpelacją pana Dariusza Kałwajtysa, dotyczącą naprawy ogrodzenia Przychodni Lekarskiej nr 2 przy ul. Szybowcowej 4, uprzejmie informuję, iż z dokumentów przekazanych przez panią Marzenę Piotrowską-Wojciechowską, dyrektora ZPZ-LO Włochy, wynika, że powyższe zadanie inwestycyjne już w 2011 r. zostało zgłoszone zastępcy dyrektora Biura Polityki Zdrowotnej Urzędu m.st. Warszawy jako bezwzględnie konieczne do realizacji z powodu zaawansowanej korozji istniejącego ogrodzenia. Pomimo to, w związku ze znacznym ograniczeniem środków finansowych w budżecie m.st. Warszawy (...), przyjęto, że w ramach prac remontowych wykonywane będą tylko te zabezpieczenia, które ze względu na stopień uszkodzenia lub zużycia obiektów zagrażają bezpieczeństwu lub życiu osób z nich korzy-

stających. Niestety, ogrodzenie Przychodni Lekarskiej nr 2, pomimo, iż niewątpliwie wymaga podjęcia natychmiastowych działań naprawczych, nie stanowi bezpośredniego zagrożenia dla użytkowników przychodni, stąd Biuro Polityki Zdrowotnej nie znalazło uzasadnienia do przyznania środków na ww. inwestycję. Niemniej jednak dyrekcja SPZLO Włochy, widząc pilną potrzebę naprawy zniszczonego ogrodzenia, w dalszym ciągu będzie wytrwale starała się o pozyskanie dodatkowych środków w budżecie na powyższą inwestycję”.

Przyznam szczerze, że po takiej odpowiedzi zastanawiam się – kogo należałoby kopnąć w niekoniecznie przysłowiową tylną część ciała i czy aby takie kopnięcie zmobilizuje kogokolwiek do remontu ogrodzenia przychodni? Do tej pory byłem przekonany, że dyrektor publicznej placówki zdrowia zajmuje się prawidłową obsługą pacjentów, a nie naprawianiem i „zebraniem” o pieniądze na naprawę zepsutego ogrodzenia. Składając interpelację w powyższej sprawie byłem także przekonany, że to zarząd dzielnicy zwróci się do kompetentnej jednostki o wykonanie remontu ogrodzenia. Przynajmniej o to wnioskowałem w swojej interpelacji. Tymczasem zarząd dzielnicy poprzestał na zasięgnięciu informacji od dyrektora placówki.

podejmie w tej sprawie bardziej konkretnych i zdecydowanych działań, to obiecuję, że będę oficjalnie apelował do burmistrzów o sfinansowanie tego remontu z premii kwartalnych i innych, które przyznaje im prezydent Warszawy za dobrą i efektywną pracę – jak mniemam.

Dariusz Kałwajtys



SeGa Consulting Group s.c.

„Na tym świecie pewne są tylko śmierć i podatki,”

B. Franklin

**Ciesz się życiem ...
o resztę my zadamy:**

- doradztwo
- podatki
- księgowość.

**Porozmawiaj
z nami o rabatach
30% - 50%**

tel. 22 245 44 33, biuro@sega-biuro.com

www.sega-biuro.com

**UCZCIWA
DYSTRYBUCJA
ULOTEK
TANIO
502-280-720
NIE POTRZEBUJEMY LUDZI DO PRACY**

Pomóżmy seniorom – zamówmy kartki na święta



Polski Komitet Pomocy Społecznej Ochota znalazł się w bardzo trudnej sytuacji materialnej, co grozi likwidacją klubu seniora oraz magazynu żywnościowego

i odzieżowego, z którego korzystają biedni i bezdomni.

Z klubu codziennie korzystają seniorzy, przeważnie samotni, którzy w klubie znaleźli swój dru-

gi dom. Jego likwidacja pozostawi ich w samotności wraz z wieloma ich problemami, a brak magazynu pozbawi wiele osób bardzo potrzebujących, zaopatrywania się w niezbędne środki żywnościowe oraz odzież.

Jest to jedyny klub na Ochocie otwarty codziennie w godz. 9–16.

Jesteśmy zmuszeni zwrócić się do Państwa z gorącą prośbą o wsparcie finansowe nas, na zasadzie darowizny, w zamian za wykonane przez seniorów karty okolicznościowe: (na Wielkanoc, na urodziny, na Boże Narodzenie).

nr konta
86 1060 0076 0000 3200 0044 0216
tel. 22 659 74 45, 605 242 843

Prezes PKPS – Ochota
Józef Idzikowski z Seniorami

OGŁOSZENIA DROBNE PRZEZ INTERNET

Najbliższe wydanie 7.12.2012 r.
Potwierdzenie wpłaty należy przesłać do poniedziałku 3.12.2012 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

2-POKOJOWE SPRZEDAM

Piastów, blisko kolejki SKM i KM, niska zabudowa, 51,80 mkw., 355.000 zł, tel. 695-878-011

DOM SPRZEDAM

DO 525.000 ZŁ POW. LEGIONOWSKI KUCHNIA Z IKEA W CENIE TEL. 608-366-980 WWW.TWOJEDOMY.PL

•Dom w okolicach Serocka 158 m², działka 890 m² ogrdzona, w stanie deweloperskim, woda, gaz, prąd. 5 pokoi + salon, jadalnia, kuchnia, dwie łazienki, garaż tel. 691-444-202

DOM Z DZIAŁKĄ OD 365.000 ZŁ POW. NOWODWORSKI WWW.TWOJEDOMY.PL

•Nowy dom w Dosinie – 691-444-202

DZIAŁKĘ BUDOWLANĄ SPRZEDAM

•DZIAŁKI NAJ. JEZIORAMI, BLISKO W-WY 605-099-422

SALA KONFERENCYJNA DO WYNAJĘCIA

•W hotelu na Bielanych przy Trasie Mostu Północnego 22 865-27-70, 22 865-27-81

POSZUKUJĘ DO WYNAJĘCIA

Poszukuję niewielkiego domu do wynajęcia w okolicach Warszawy, tel. 602-26-91-91

NIERUCHOMOŚCI ZAMIEŃ

•Zamienię mieszkanie komunalne 42,5 m² przy Grójeckiej (wstrzymane do wykupu), II p, winda, balkon, na mieszkanie do 40 m² przeznaczone do wykupu. Pomogę w formalnościach. Tel. 519-530-465,

KUPIĘ MIESZKANIE

•Kupię mieszkanie: zadłużone, komunalne, z lokatorem, z lokatorem z przydziału, z możliwością wykupu, z dowolnym problemem prawnym lub z dożywotnim zamieszkaniem. 796-796-596 nuEstate@aol.com
•Zadłużone, komunalne, z lokatorem, z lokatorem z przydziału, z możliwością wykupu, z dowolnym problemem prawnym lub z dożywotnim zamieszkaniem. 796-796-596

USŁUGI STOLARSKIE

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

USŁUGI TRANSPORTOWE

•A. Przeprowadzki, Sprzątanie Piwnic, Wytwórz Mebli tel. 512-139-430

•AA Przeprowadzki 24h/7 Utylizacja mebli AGD, RTV 607-66-33-30
•Mały transport 608-331-200

USŁUGI INNE

•Anteny, telewizory – naprawa, dojazd 602-216-943
•Czyszczenie karcherem dywanów, tapicerki 694-825-760



W związku z rozwojem sieci sprzedaży Piekarnie Cukiernie Putka poszukują lokali na sklepy firmowe (zakup lub wynajem). 607-040-833 lokale@putka.pl

•Hydraulika, gaz, uprawnienia 22 886-31-45, 600-175-253

•Łodówki, pralki, telewizory – naprawa 694-825-760

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

•Naprawa AGD Pralki Łodówki Zmywarki 511-204-952

•Opróżnianie piwnic, strychów, garaży i inne, wywóz mebli, śmieci, gruzu i inne, z załadunkiem 503-711-500

•Opróżnianie piwnic, strychów, garaży, pomieszczeń, wywóz gruzu, mebli, śmieci itp. z załadunkiem. 506-223-080

•Prace naprawy 22 666-55-22, 516-144-566 tanio, gwarancja

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

•Ślusarstwo – Zamki, Kraty, Balustrady, Ogrodzenia 608-331-200

•WYNAJEM I USŁUGI PODNOŚNIKAMI KOSZOWYMI (DO 20 M) – 514-114-007

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

KOMPUTERY

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

•Tani serwis 602-849-614

BUDOWLANE

•A-Z remonty tel. 723-385-735

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

•ELEKTRYK Awarie Pomiar 506-506-006

•Kominki – 513-127-630

•Malarz, remonty 502-255-424; 835-66-18

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

•Remonty i wykończenia – solidnie i profesjonalnie – 504-474-694!

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

•Solidnie i profesjonalnie – 504-474-694

•Usługi remontowe tel. 602-688-458

FINANSE

Biuro rachunkowe – KPIR, KH, kadry, płace, ZUS. Doświadczenie w obsłudze osób fizycznych i spółek. OC. PIERWSZY MIESIĄC GRATIS! Tel. 506-098-980

Jesteś zadłużony??? SPŁACIMY Twoje zobowiązanie. Kredyty do 150 tys. zł. Rata niższa nawet o połowę!!! Tel. 784-024-578

•Kredyty gotówkowe konsolidacyjne chwilówki dla emerytów i rencistów 886-026-975

•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

•Pożyczki pod zastaw hipoteki nieruchomości, bez przedpłat, bez BIK 602-303-202 bezpieczna-pożyczka.pl

Odszedł Sylwester Kukuła

W dniu 26 października 2012 r. na cmentarzu Bródnowskim pożegnaliśmy członka Międzynarodowego Komitetu Obchodów Wyzwolenia Hitlerowskiego Obozu Zagłady w Dachau, długoletniego Prezesa Warszawskiego Koła Dachau-Natzweiler Polskiego Związku Byłych Więźniów Politycznych Hitlerowskich Więzień i Obozów Koncentracyjnych z siedzibą w Domu Kultury „Rakowiec”, Pana Sylwestra Kukulę – więźnia obozów koncentracyjnych, człowieka obdarzonego wielkim sercem na krzywdy ludzkie,



przyjaciela młodzieży. Przemyślał 90 lat

Cześć jego pamięci
Koledzy z Koła i DK „Rakowiec”.

USŁUGI TAPICERSKO-DEKORACYJNE

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

ZDROWIE I URODA

A testy alergiczne, odczulanie 22 814-52-40

Terapia antynikotynowa 22 814-52-40

GASTRONOMIA

•WESELA, KOMUNIE, przyjęcia okolicznościowe, studniówki, imieniny, bale. Bielany przy zjeździe z Mostu Północnego 22 865-27-70, 22 865-27-81

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

DAM PRACĘ

Opiekunki Niemcy tel. 501-356-229

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

•AAA Auto Skup Warszawa 880-211-798

RÓŻNE

•KSIĄŻKI skupuję 516-811-480

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

KANCELARIA PRAWNA Lexdar

PEŁNA OBSŁUGA PRAWNA
PORADY PRAWNE 49
WWW.LEXDAR.PL
SPADKI, ROZWODY, WINDYKACJA SPRAWY MAJĄTKOWE, SPÓŁKI
Pn-Pt godz.: 9.00-17.00
ul. Astronomów 3 lok. 19 (przy ul. GIGŁA)
Tel. 517-249-447, 22 666-92-52

•Papierośnice i wieczne pióro kupię 606-579-695

•Skup książek – dojazd, 602-254-650

•SKUP KSIĄŻEK, RÓŻNE DZIEDZINY 501-561-620

•Zakupię złom kabli elektr. Dojazd do klienta 506-223-080

•Zakupimy wszelki złom metalowy (piece, grzejniki, wanny, maszyny, wraki i inne urządzenia). Dojazd do klienta 506-223-080

ANTYKI

•A antykwarat kupi książki i inne rzeczy w domu klienta, 666-923-218

Antyki wszelkie za gotówkę tel. 504-017-418, 601-336-063

•Kolekcjoner kupi stare książki pocztówki monety zegarki militaria i inne antyki 502-011-257

•SKUPUJEMY BIBELOTY, STAROCIE, LIKWIDACJA MIESZKAN 500-808-909

KUPIĘ SAMOCHÓD

•Kupię każde auto – całe, uszkodzone, nieopłacone, każdy rocznik 516-985-073
•Kupię każde auto z lat 98-2012. Najwięcej zapłacę, szybki dojazd, gotówka 500-666-553
•Skup aut po 98r. Najwyższe ceny, płatność od ręki, profesjonalna obsługa 500-540-100

KURSY, SZKOLENIA

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

OSTATNIE MIESZKANIE 3 pokojowe DOSTĘPNE MIESZKANIA 2 pokojowe



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

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



KURSY MATURALNE

MOŻLIWOŚĆ ZDAWANIA MATURY W NASZYM LICEUM

LICEUM DLA DOROSŁYCH

WPISOWE DO LICEUM 0,- PLN

100% zdawalności

Teraz także po szkole zawodowej

Biegaj z Ochotą



Nowy pawilon



„Pawilon usługowo-handlowy” – pod taką nazwą WSM Ochota rozpoczęła zapowiadaną od kilku lat inwestycję przy ul. Żwirki i Wigury 3 na Okęciu.

Budowany pawilon ma być obiektem jednokondygnacyjnym. Jest to – jak sądzę – efekt wypracowanego kompromisu pomiędzy władzami Spółdzielni, a mieszkańcami pobliskiego budynku spółdzielczego, którzy kilka lat wcześniej oprotowali zamiar budowy w tym miejscu obiektu 3-, a następnie 2-kondygnacyjnego. Spór zakończył się – jak widać – na obniżeniu wysokości budowli, choć jak twierdzą zainteresowani mieszkańcy – budowany obecnie pawilon w bezpośrednim sąsiedztwie budynku mieszkalnego, obniży wartość mieszkań oraz zaciemni lokale mieszkalne usytuowane w parterze. Z drugiej strony budowanie nowych lokali przez spółdzielnię, to nic innego jak realizowanie zadań statutowych z myślą o poprawie kondycji finansowej spółdzielni.

Dariusz Kałwajtyś

Dzielnica Ochota zaprasza dorosłych, dzieci, rodziny – mieszkańców Ochoty na jesienno-zimowe bezpłatne zajęcia rekreacyjno-sportowe z instruktorami: bieg, marszobiegi, spacer w grupach „Biegaj z ochotą na Ochocie”

Park Szczęśliwicki (alejki i ścieżka biegowa wyznaczona przez Ministerstwo Sportu i Turystyki), zbiórka: park Szczęśliwicki – otwarte kąpielisko OSiR, ul. Uspiskowa 18, w każdą sobotę i niedzielę.

10 listopada–16 grudnia 2012 r.

- sobota – w godz. 10–11
- niedziela – w godz. 12.30–13.30

Biorąc udział w zajęciach poprawicie Państwo swoją sylwetkę oraz osiągniecie lepszą kondycję. Zaproponujemy jak kontrolować swoje treningi. Zachęcamy do aktywnego i zdrowego spędzania wolnego czasu. Uczestnicy zajęć otrzymają upominki – czapki z logo dzielnicy Ochota.

Planowane jest przedłużenie zajęć do końca grudnia 2012 r. oraz w styczniu 2013 r.

Powstaje kolejny biurowiec



Przy ul. 17 Stycznia na Okęciu rozpoczęła się budowa nowoczesnego biurowca Greenwings Office.

Siedmiokondygnacyjny budynek z podziemnym parkingiem na ok. 270 miejsc parkingowych ma być obiektem na wskroś nowoczesnym – spełniającym wszelkie wymogi stawiane dla tego typu obiektów.

Jest to kolejny biurowiec budowany w tej okolicy na przestrzeni ostatnich lat.

Teren, na którym realizowana jest obecnie budowa, przez ostatnie kilkanaście lat pełnił funkcję nielegalnego wysypiska śmieci i darmowego parkingu dla pracowników pobliskich instytucji, a płot służył do rozwieszania reklam i plakatów. Bałagan i samowola panująca w tym miejscu była przedmiotem wielu moich interwencji oraz tekstów w „Informatorze”.

Dariusz Kałwajtyś

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

BIOMAG (Pulsacyjne Pole Magnetyczne Niskich Częstotliwości) to rewelacyjna, bezpieczna i prosta do zrozumienia forma leczenia, polegająca na regeneracji komórki. Dziś metoda ta jest dostępna dla każdego.

Cieszymy się, że Państwa zainteresowanie leczeniem aparaturą BIOMAG jest tak duże. Postanowiliśmy zamieścić listę schorzeń, które z powodzeniem są leczone BIOMAGiem:

Astma, Cukrzyca, Dna moczanowa, Endoprotezy, Niedoczynność tarczycy, Choroba Alzheimera, Choroba niedokrwienna serca, Choroba zwyrodnieniowa stawów, Migrena, Naczyniowy udar mózgu, Zespół stopy cukrzycowej, Osteoporoza, Paradontoza, Reumatyzm, Stwardnienie rozsiane, mózgowo-rdzeniowe, Syndrom Parkinsona, Wysokie ciśnienie krwi, Zaburzenia w ukrwieniu kończyn... i wiele innych

Aparatura BIOMAG również redukuje ból; regeneruje tkankę po zranieniach, zwichnięciach, złamaniach, a także usuwa toksyny z organizmu.

Prosimy zapoznać się z listami, jakie otrzymujemy od naszych pacjentów, którzy zdecydowali się dbać o swoje zdrowie stosując pole magnetyczne marki BIOMAG.

Był to mój najlepszy zakup, dlatego że wyleczyłam swoje dżiąsła – stomatolog stwierdził, że przyczyną była paradontoza. Znaczenie podleczyłam bóle jelit i żołądka.

Janina (Olecko)

Ustały skurcze nóg, które najczęściej miałam w nocy. Nogi mam mocniejsze i mogę więcej chodzić. Czuję się lepiej, nie mam bólu kończyn dolnych, jestem fizycznie sprawniejsza. Terapię będę stosować nadal, gdyż mam żylaki.

Krystyna (Bielsko-Biała)

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.

Marla (Opole)

Stosując kurację wyzbyłam się bóli stawów, kregostupa. Takie same efekty są u męża. Żylaki zostały zlikwidowane w 70%. Mam nadzieję, że dalsze stosowanie kuracji w znacznym stopniu poprawi wygląd nóg, likwidując żylaki.

Maria i Stanisław (Milicz)

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



Gdy potrzebujesz pomocy

Andrzej! Dziś jego zły dzień. Poniedziałek. Dużo pracy, jak zawsze po weekendzie. Szybko, szybko do domu. Niepozmywane po śniadaniu, Arek zostawił sprzęt sportowy na środku mieszkania. Szybko do domu, bo będzie źle. Uff. Już jestem. Zrobiłam wszystko. Może będzie zadowolony, może pochwali, a może po prostu będzie dobrze. Nie wraca, już 18.00. Coś jest nie tak. Jak wróci późno, będzie wściekły.

Kroki na klatce, zgrzyt klucza w zamku jakby niepewny. Ściąga buty i ani jednego słowa. Dzieci wiedzą – „nie wychodzić z pokoju.

Ubieram się w uśmiech. Witaj! Zły wzrok. Żadnego słowa. Dam radę. Wytrzymam. A jak nie? Mieszkanie łśni, obiad, deser, dzieci siedzą cicho w pokoju. Będzie dobrze, będzie dobrze. Widzę, że nie będzie. Nadzieja. Może pójdzie spać? Przecież jest zmęczony.

– Zjesz obiad? – pytam. Odpowiada mnóstwem słów, tych złych i tych najgorszych. Wiem, że chce dobrze. On taki zajęty, ważny, przemęczony. Nie znosi sprzeciwu ale wiem, że chce jak najlepiej. Ok. Skupię się na plusach. Nie zdążyłam. Pierwszy cios przyszedł trochę niespodziewanie, ale przecież wiedziałam, że tak będzie. Sama sobie jestem winna. Dziś po-

niedziałek, korki, ciężka praca. Zaraz mu przejdzie, a ja wytrzymam. Już się przyzwyczaiłam. Dzieci widziały. Trudno. One też się już przyzwyczyły. Tylko, że patrzą z taką litością a może z pogardą? Wydaje mi się. Jesteśmy fajną rodziną. Wszyscy znajomi tak o nas mówią, więc pewnie tak jest. Tylko co dalej? Jak długo wytrzymamy – ja i dzieci? Czy ktoś może mi pomóc?

Beata

Brzmi znajomo, a może tak samo, a może to twoja historia? Może masz na imię Beata, Anka czy Maryla? Mieszkasz tuż za rogiem lub w innym mieście, ale powinnaś walczyć o siebie i o swoją rodzinę. Zwróć się o pomoc do rodziny i znajomych. Możesz zwrócić się do osób i instytucji

zajmujących się problemem przemocy w rodzinie.

Spotykając się z przemocą fizyczną, psychiczną, czy też ekonomiczną często nie wiemy co robić. Nie chcemy opowiadać o tym wszystkim co dzieje się w domu i rodzinie. Łudzimy się, że to się pewnie skończy, że nie jest tak źle, że przestanie pić.

Przemoc w rodzinie nie jest zjawiskiem rzadkim. Faktem jest, że występuje w wielu rodzinach. Ofiarami nie jest tylko pani Beata, Anka czy Maryla, ale również ich dzieci, nawet wtedy, gdy są jedynie świadkami i nigdy nie zostały uderzone. Powtarza się im, aby nie mówiły nikomu co dzieje się w domu, nie bardziej mylnego. Osoby doznające przemocy, a także świadkowie, powinni zgłaszać takie przypadki, zwłaszcza wtedy, gdy zachodzi zagrożenie utraty zdrowia lub życia. Obowiązek pomocy nie spoczywa tylko na policji, ale również na takich instytucjach jak szkoła, przedszkole, szpital czy przychodnia, a co za tym idzie na nauczycielach, lekarzach i pie-

łgniarkach. Te osoby mają możliwość częstego kontaktu z rodzinami i dziećmi. Mają również instrumenty prawne i znają metody radzenia sobie w takich przypadkach. Pani Beato, Anno czy Marylo, jeżeli widzisz lub czujesz, że potrzebujesz pomocy, to nie czekaj!

Małgorzata Dębowska

Wykaz miejsc, w których można uzyskać pomoc w zakresie przeciwdziałania przemocy w rodzinie:

- Ośrodek Pomocy Społecznej Dzielnicy Ochota m.st. Warszawy ul. Przemyska 11, tel. 22 822-

23-36 lub 22 822-29-92 email:

- opsosrodek@wp.pl
- Punkt Informacyjno-Konsultacyjny ul. Białobrzaska 32, tel. 22 822-56-92
- Ogólnopolskie Pogotowie dla Ofiar Przemocy w Rodzinie „Niebieska Linia”, ul. Korotyńskiego 3, tel: 22 824-25-01, 22 823-96-64 email: poradnia@niebieskalinia.pl www.niebieskalinia.pl
- Poradnia telefoniczna Warszawskiej Niebieskiej Linii, tel. 22 668-70-00.

RAZEM DLA KUBY
KONCERT CHARYTATYWNY w „Szesnaście”
Gimnazjum nr 16 z Oddziałami Integracyjnymi
ul. Skarżyńskiego 8 (Ochota)
8 grudnia 2012, godz. 14.00-18.00

W programie:

- koncerty uczniów i absolwentów,
- taniec irlandzki,
- pokaz szermierki,
- pokaz tańca towarzyskiego oraz warsztaty, Piotr Boruta z Czocherem, EURROLA DANCE STUDIO oraz TOMASZ BARAŃSKI z zespołem,
- kawiarenka domowych wypieków,
- loteria fantowa,
- kiermasz świąteczny
- targi rękodzieła i ...niespodzianki ?
- KONCERT CHARYTATYWNY ZESPOŁU „U STUDNI” MDK „RAKOWIEC”, GODZ. 19.

Całkowity dochód z imprezy jest przeznaczony na leczenie Kuby – ucznia trzeciej klasy Gim.16

Rewolucja w ogrzewaniu!

Nie przepłacaj za ciepło!

Jaki powinien być nowoczesny kocioł grzewczy? Wydajny, funkcjonalny, ekologiczny, niezawodny i oszczędny. Właśnie taki, jak nowy produkt Koperfam: KF25.



Kocioł na pelet przeznaczony jest do ogrzewania wszelkiego rodzaju pomieszczeń – począwszy od mieszkań i domów, kończąc na powierzchniach gospodarczych. Dzięki możliwości kaskadowego podłączania może być zastosowany do ogrzewania budynków o pow. do 400 m².

Podajnik mieści 190 kilogramów peletu. Dzięki zastosowaniu nowatorskich technologii, po jego spalaniu w zintegrowanym z palnikiem popielniku pozostaje około kilograma popiołu organicznego, który można wykorzystać jako nawóz w przydomowym ogródku. Piec jest wydajny: przy 150 m² powierzchni do ogrzania w pełni załadowany kocioł może pracować 4-6 dni zimą, latem może służyć do podgrzewania wody użytkowej.

KF25 przystosowany jest do pracy z większością modułów dodatkowych dostępnych na rynku: sterownikami dodatkowych obiegów grzewczych czy pokojowymi. Dodatkowo kotłem można sterować przez sieć komputerową czy telefon komórkowy. Piec jest intuicyjny w obsłudze – każdy potrafi to zrobić. Można też stosować palnik zamienne z istniejącą instalacją olejową lub gazową – trzeba jednak przed zakupem skonsultować się z Koperfam'em, by określić, czy współdziałanie systemów jest możliwe.

Pelet pozwala na duże oszczędności przy spalaniu w porównaniu z

Przykładowo, zakładając zużycie 3,5 tony peletu w sezonie grzewczym, w tym samym czasie trzeba wypalić ponad 1600 litrów oleju opałowego – różnica na korzyść kotła KF25 to ponad 3,5 tys. zł. W przypadku opalania gazem – ponad 1,5 tys. zł rocznie zostanie w kieszeni.

węglem, olejem opałowym czy gazem.

W przypadku opalania gazem – prawie 1,5 tys. zł rocznie zostanie w kieszeni. Samo paliwo jest ogólnie dostępne i może być dostarczane w workach po 15 kg, 20 kg lub 25 kg oraz w tzw. big-bagach (1 T). W przypadku odpowiedniego przygotowania instalacji, pelet może być tankowany z cysterny (podobnie jak olej).

koperfam
www.koperfam.pl
Koperfam – Legionowo
ul. Olszankowa 51
pon.-pt. 9.00-17.00
sob. 9.00-15.00
tel. 507 005 706
biuro@koperfam.pl



Przegląd stanu oświetlenia i wycieraczek.

Nadchodzące miesiące oznaczają znaczne pogorszenie widoczności. Zobacz, jak łatwo zwiększyć bezpieczeństwo. Sprawdzimy stan wycieraczek i oświetlenia Twojego Volkswagena wraz z usługą regulacji reflektorów halogenowych. Otrzymasz również atrakcyjną ofertę na zakup żarówek lub oryginalnych wycieraczek Economy Volkswagen.

Aby Twój Volkswagen pozostał Volkswagenem.
Volkswagen Serwis.



Autoryzowany serwis VW Auto Wimar Centrum

Michałowice-Opacz Kolonia, Al. Jerozolimskie 249 B, tel. 22 738 46 20, www.auto-wimar.pl