

# INFORMATO

## OCHOTY I WŁOCH

14.12.2012–17.01.2013

BEZPŁATNY DWUTYGODNIK

ROK XXI – nr 21 (634)

# Radość wielka

Wędrowki po sklepach, poszukiwanie promocji, by jakoś zmieścić się w chudym świątecznym budżecie, świąteczne przygotowania... Choć w ich trakcie trudno w to uwierzyć, to one się kiedyś kończą. I wtedy możemy zacząć świętować.

**BURMISTRZ DZIELNICY OCHOTA**  
KLUB RODZIN ABSTYNENCKICH OSTOJA  
I STOWARZYSZENIE WISE

SERDECZNIE ZAPRASZAJĄ NA

**KONCERT ŚWIĄTECZNY**  
DLA MIESZKAŃCÓW OCHOTY

**16 grudnia (niedziela)**  
godz. 12.00

**PLAC NARUTOWICZA**

wystąpi  
**ZESPÓŁ ESTRADOWY K-2**

PRZEWIDZIANO CIĘPŁY POČĘSTUNEK I NIESPODZIANKI





Zapalamy świecę Caritasu, ten nowoczesny odpowiednik dodatkowego talerza dla wędrowca, łamiemy się opłatkiem, czekamy na dzwonek do drzwi, może to święty Mikołaj.

Życzymy Państwu, by przyszli do Was, i święty Mikołaj, i Anioł Pański z orędziem radości:

„Naraz stanął przy nich anioł Pański i chwała Pańska zewsząd ich oświeciła, tak że bardzo się przestraszyli. Lecz anioł rzekł do nich: Nie bójcie się! Oto zwiastuję wam radość wielką, która będzie udziałem całego narodu: dziś w mieście Dawida narodził się wam Zbawiciel, którym jest Mesjasz, Pan”.

Takiej wielkiej świątecznej radości na święta Bożego Narodzenia i wszystkiego, co najlepsze na nadchodzący Nowy 2013 Rok

życzy Redakcja Informatora

**FONIKON**  
APARATY SŁUCHOWE

Posiadamy sieć 13 gabinetów na terenie całej Warszawy. Zapytaj o najbliższy gabinet: 22 392 76 19.

**Partner Oticon – najlepsze aparaty słuchowe od ponad 100 lat**

ul. Szczęśliwicka 36 gab. 141, tel. 22 392-75-39  
ul. Koszykowa 78 gab. 266, tel. 22 425-67-06  
ul. J. Dąbrowskiego 16, tel. 22 498-75-40

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

**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

**PLISY, ROLETY  
ŻALUZJE,  
VERTICALE,**

UL. WIOSNY LUDÓW 63A  
KOM. 511 115 615  
WWW.ZASLANIAMY.COM.PL

**Kredyt gotówkowy  
OD 8,9%**  
**OFERTA ŚWIĄTECZNA!**

Pomoc również przy wszelkich ubezpieczeniach i kredytach hipotecznych z dopłatami.  
**Bez prowizji dla klienta!**  
tel. 695 995 743

**FRYZJER-KOSMETYKA**

strzyżenie męskie 10 zł  
strzyżenie damskie 13 zł  
strzyżenie + czesanie 18 zł  
czesanie od 10 zł  
farba (czesanie gratis!) od 50 zł  
manicure + pedicure 44 zł  
henna komplet 10 zł  
trwała (strzyżenie + czesanie) 42 zł  
baleage (strzyżenie + czesanie) 65 zł

**PROMOCJE GRUDZIEŃ**

Salon Fryzjersko-Kosmetyczny  
tel. 22 823-82-81  
ul. Elżby Orzeszkowej 8 (przy Opaczewskiej)

**CHWILÓWKI  
NA DOWÓD OSOBISTY**

**KREDYTY  
BANKOWE  
I POZABANKOWE  
BEZ BIK**

Wolska 84/86, Warszawa  
600665061, 22 6324106  
OFERTA KREDYTUM.PL

**STUDIO FRYZJERSKO  
- KOSMETYCZNE  
TINA**

WARSZAWA, HALA KOPIŃSKA  
WEJŚCIE OD UL. BIAŁOBRZESKIEJ  
TEL. 608 309 223  
WT.-PT. 10-20, SOB. 8-14  
ZAPRASZAMY

**STOMATOLOGIA KOŁO-DENT**

**STOMATOLOGIA DZIECIĘCA: 4 LEKARZY  
ZAPEWNIĄJĄCYCH SZCZEGÓLNE  
PRZYJĘCIE "MAŁYCH PACJENTÓW"**

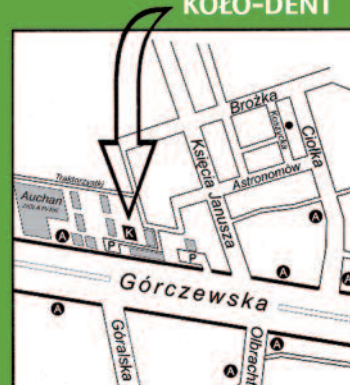
- ORTODONCJA - PROTETYKA - ENDODONCJA
- CHIRURGIA - RTG - IMPLANTY
- LECZENIE CHOROÓB PRZYŻĘBIA

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

**pożyczka**  
**kolorowa jesień**

oprocentowanie 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.skochmielewskiego.pl](http://www.skochmielewskiego.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.: 9<sup>00</sup>–17<sup>00</sup>  
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: Polska Presse

# Nowy inspektor ds. kryminalnych

Podinspektor Michał Pisarski dołączył do kadry kierowniczej KRP Warszawa V. Od dziś pełni obowiązki zastępcy komendanta rejonowego policji ds. kryminalnych. Został wprowadzony w obowiązki przez panią komendant podinspektor Małgorzatę Łyszko-Domagalską. Nowego przełożonego powitała również kadra kierownicza i pracownicy.



Na uroczystej odprawie, w której uczestniczyła kadra kierownicza i pracownicy komendy, pani komendant podinspektor Małgorzata Łyszko-Domagalska wprowadziła w obowiązki nowego komendanta. Podinspektor Michał Pisarski będzie pełnił obowiązki

na stanowisku zastępcy komendanta rejonowego policji Warszawa V do spraw kryminalnych.

Podinspektor Michał Pisarski w policji jest od 19 lat. Do tej pory był komendantem komisariatu policji w Ursusie.

Życzymy Panu Komendantowi samych sukcesów zawodowych.

Ponadto, na stanowisko zastępcy komendanta rejonowego policji Warszawa V ds. prewencji został powołany podinsp. Lech Bielak.

Akt mianowania został również wręczony nadkom. Dariuszowi Skalskiemu pełniącemu do tej pory obowiązki zastępcy naczelnika wydziału prewencji, na stanowisko zastępcy naczelnika wydziału prewencji.

eb (źródło: zoliborz.policja.waw.pl)

## JAK WYGRAĆ Z BÓLEM KRĘGOSŁUPA I STAWÓW

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

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

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

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

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

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

Proszę powiedzieć na czym polega taka skuteczność leczenia?

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



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

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

### Odczuwasz te dolegliwości?

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

Zadzwoń! Pozwól sobie pomóc!

Badania będą prowadzone od 12 do 23 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 ~ rwa kulszową i ramienną ~ barkiem  
~ stawem biodrowym ~ cieśnią nadgarstka ~ nerwobólami ~ bólami głowy



Z okazji Świąt Narodzenia Pańskiego i zbliżającego się Nowego Roku życzę doświadczenia obecności Boga w każdym dniu.

Niech przesłanie radości i pokoju, jakie płynie z narodzin Chrystusa daje siłę do przewyciężenia uprzedzeń i wrogości oraz do budowania świata opartego na miłosierdziu i solidarności.

**Adam Kwiatkowski**  
Poseł na Sejm RP

**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: 9<sup>00</sup> - 17<sup>00</sup> - dni powszednie

**FERIE Z ROBOTAMI**

Tygodniowa Przygoda z Robotyką LEGO i Eksperymentami!

ZAPEWNIAMY:

- 30 godzin robotyki LEGO i eksperymentów
- Warsztaty od poniedziałku do piątku w godz. 10-16
- Zajęcia w grupach do 12 osób
- Każde dziecko konstruuje oddzielnego robota
- Możliwość opieki poza godzinami zajęć
- Kanapki i napoje podczas warsztatów
- Pokaz dla rodziców na zakończenie kursu
- Dyplom, plakat, zdjęcia oraz PREZENT NIESPODZIANKA!

**599 zł**  
zniżki dla rodzeństwa

INFORMACJE: 535 573 778  
www.iCount.pl

**www.feriezrobotami.pl**

**ZOBACZ FILM**

**O OSIEDLU**

**„Nowy Bukowiec”**

**w Legionowie**

**www.marszalek.pl**

**(22) 774 07 55**

# Sztuczki wokół parku



**To z czym się przyjdzie zmierzyć na najbliższej sesji rady Ochoty, to brutalna próba likwidacji marzeń mieszkańców o parku.**

Park przy Dworcu Zachodnim to marzenie ponad 15 tysięcy mieszkańców. Tyle osób podpisało się pod potrzebą jego utworzenia. Stali czytelnicy naszej gazety pamiętają zapewne cykl artykułów mojego autorstwa, które na przestrzeni minionych lat dokumentowały wszystkie fakty mogące prowadzić do realizacji tego celu. Kluczem do niego było Studium uwarunkowań i kierunków zagospodarowania przestrzennego m.st. Warszawy. Zapis tego Studium jest obowiązującym prawem dla konstruowania planów miejscowych, które precyzują szczegółowe zapisy planu w odniesieniu do poszczególnych rejonów dzielnicy Warszawy. Z niemałym trudem i ogromnym zaangażowaniem garstce radnych, zwolenników idei parku, udało się doprowadzić do tego, że obszar przy Dworcu Zachodnim został zapisany w Studium jako zieleń parkowa.

Pierwszy ruch ze strony ratusza, idący w kierunku obejścia Studium, miał miejsce z początkiem obecnej kadencji rady. Była nim uchwała rady Warszawy dopusz-

czająca zmiany w uchwalonym blisko dekadę temu Studium rozwoju m.st. Warszawy. Przyzwolenie na fragmentaryczne wyjmowanie z tegoż Studium całych kwartałów miasta otworzyło drogę do dowolnej „rekonstrukcji” projektów planów. Nie zawsze w dobrej pojętym interesie dzielnicy, a mówiąc wprost, w przypadku Ochoty i jej mieszkańców.

Podczas prac nad projektem planu miejscowego rejonu Czyste (obejmuje Wolę), którego częścią jest Ochota, na etapie jego opiniowania przez radę dzielnicy (2011 r.), ów plan uległ modyfikacji. Nie wychodził jednak poza ustalenia Studium.

Rozległy teren przed Dworcem Zachodnim, wcześniej uznany w całości jako zieleń parkowa,znaczony został jako zieleń parkowa urządzona. Powierzchnia biologicznie czynna z 90% została zmniejszona do 70%. Zmiana ta dopuszczała budowę obiektów sportowych na tym obszarze, ze wskazaniem na boisko wielofunkcyjne! Towarzyszące mu zaplecze wraz z wszelkimi alejkami nie mo-

gło przekraczać 30% powierzchni ogółu terenu.

Należało jedynie doprecyzować zapis planu w taki sposób (uwaga do projektu planu), aby nie było wątpliwości jakie obiekty budowlane (typu szatnie oraz zaplecze socjalne) i na jakich warunkach, można tu zrealizować. Było to ustępstwo, które miało być pomostem do realizacji oczekiwań ochockiej społeczności. Jeśli taki zapis planu zostałby przyjęty przez radę Warszawy, to obiekty sportowe wpisane w zieleń parku, poszerzyłyby krąg osób korzystających z rekreacji. Byłby to bez wątpienia sukces ludzi dobrej woli.

Czerwone światło dostrzegłam, kiedy doszły mnie słuchy o wyłączeniu z mppz rejonu Czyste obszaru po ochockiej stronie Dworca Zachodniego! Utwierdziła mnie w tym odpowiedź Marka Mikosa, p.o. dyrektora biura architektury i planowania przestrzennego, na moją interpelację: – Uchwałą rady Warszawy z 8 marca 2012 r. plan miejscowy rejonu Czyste podzielony został na trzy części. Dla terenu w rejonie ronda Zesłańców Syberyjskich w dzielnicy Ochota został złożony wniosek o zmianę Studium uwarunkowań i kierunków zagospodarowania przestrzennego.

W najbliższym czasie rada Warszawy przesądzi o sposobie rozpatrzenia tego wniosku...

To z czym dziś mamy do czynienia, w przedłożonym radnym dzielnicy przez BAiPP materiale, to brutalna próba likwidacji parku przy Dworcu Zachodnim. Niebezpieczna, bo zarząd dzielnicy zamiast stać na straży oczekiwań swoich mieszkańców, rozgrywa własną grę. Jego uwagi do Studium sformułowane w zaciśniętych, sprzecznych z kierunkiem przyjętym wcześniej przez radę dzielnicy, wzbudziły gorący dyskurs wśród zdezorientowanej taką „wrzutką” komisji polityki przestrzennej i ochrony środowiska (merytoryczna, wiodąca komisja, opiniująca projekty uchwał kierowane na sesję).

Mając w pamięci wypracowane z trudem korzystne dla powstania parku zapisy, ze zdumieniem czytałam się w przedłożone w ostatniej chwili komisji wnioski do Studium (pełna anonimowość), rekomendacje BAiPP oraz uwagi i rekomendacje zarządu dzielnicy Ochota.

Te ostatnie w zawołany sposób pieczętowały grabież parku. Wyszyły nawet przed orkiestrę. Miejskie biuro architektury uprawiało natomiast ekwilibrystykę owijając przy tym w bibulkę gorzką prawdę. Dopiero przyparte do muru powiedziało wprost, że chodzi o zabudowę pierzei ulicy Bitwy Warszawskiej oraz Al. Jerozolimskich, kosztem zieleni parkowej.

Kolejnym zamiarem okazała się zmiana funkcji 10 działek w związku ze zwrotami nieruchomości (4 wnioski?), a na końcu... spełnienie oczekiwań naszego rodzimego zarządu, w postaci budowy hali sportowej!

Jeśli nałożyć na to konieczność dróg dojazdowych do, ciągnących się wzdłuż pierzei blisko kilometr, apartamentowców i biurowców, nie mówiąc już o parkingach oraz grodziach posesji, to zamiast

parku, mieszkańcy otrzymają ogromne city. Wszystko z aprobatą ochockiego zarządu.

Czy radni wykażą się rozważą rozstrzygnięciem najbliższa sesja rady (10 grudnia, godz. 16.30)

Upatruję w niej szansę w odwróceniu czarnej karty.

Sprawa budowy parku Zachodniego jest od lat bezsporna na Ochocie.

Burmistrz przed wyborami obiecuje parki, bazy itp., a po wyborach robi co innego.

Troskliwy gospodarz przed wyborami. Po wyborach troskliwy technokrata.

## Z ostatniej chwili:

Po burzliwej dyskusji rada dzielnicy odrzucała możliwość zmiany studium na obszarze planowanego parku.

Anna Zbytneńska

**EUROPEJSKA  
WYŻSZA SZKOŁA  
INFORMATYCZNO-  
EKONOMICZNA  
W WARSZAWIE**

**STUDIUM U NAS OD MARCA  
STUDIA I I II STOPNIA  
BIELANY • PRAGA • OCHOTA  
CZESNE OD 200 PLN\***

**ATRAKCYJNE KIERUNKI I SPECJALNOŚCI**

GRAFIKA KOMPUTEROWA I MULTIMEDIA, GRY I ANIMACJE KOMPUTEROWE, APLIKACJE INTERNETOWE I MOBILNE, SIECI KOMPUTEROWE I SYSTEMY ROZPROSZCZONE, TWORZENIE I TESTOWANIE OPROGRAMOWANIA, BEZPIECZEŃSTWO I OCHRONA INFORMACJI, MARKETING, REKLAMA I PR, ZARZĄDZANIE ORGANIZACJĄ I KAPITAŁEM LUDZKIM, FINANSE, RACHUNKOWOŚĆ I ZARZĄDZANIE PODATKAMI, LOGISTYKA, ZARZĄDZANIE JAKOŚCIĄ, ZARZĄDZANIE ROZWOJEM REGIONALNYM

\*Cena za jeden miesiąc - oferta ograniczona w czasie, tylko z tym ogłoszeniem

**INFOLINIA: 22 371 03 30**

**ZAPISY: Białostocka 22**

**INFORMACJA: <http://eu.edu.pl>**

**LICEA DLA DOROSŁYCH EXPERTUS**  
• Liceum Ogólnokształcące (2 i 3 lata)  
**SZKOŁA POLICEALNA EXPERTUS**  
**bez matury, atrakcyjne specjalności:**  
Grafika, Sieci, Informatyka...

**NAUKA ZA DARMO!\***  
uprawnienia szkoły publicznej, zaświadczenia do ZUS i WKU, dobre wyniki na maturze i egzaminach zawodowych, nie ma ukrytych opłat  
\*w wybranych szkołach i lokalizacjach

**Zajęcia: Bielany, Ochota, Praga, Żoliborz**

**ZAPISY: Perzyńskiego 10**

**INFOLINIA: 22 392 04 60**

**<http://expertus.edu.pl>**

**Przeżyłeś ZAWAŁ SERCA lub UDAR  
i przyjmujesz leki obniżające cholesterol?**

**CENTRUM MEDYCZNE SYNEXUS w Warszawie,  
przy ul. Leszno 12, zaprasza na:**

- ➔ **BEZPŁATNE** oznaczenie lipidogramu
- ➔ **BEZPŁATNĄ** konsultację lekarską

Lipidogram jest to wynik badania laboratoryjnego, dostarczający informacji o zawartości poszczególnych frakcji tłuszczowych tj. LDL (zły cholesterol), HDL (dobry cholesterol) i poziomie trójglicerydów.

Osoby zainteresowane prosimy o kontakt pod numerem telefonu:

**22 644 41 63\***

w celu umówienia terminu wizyty.

\*opłata według stawek operatora

**SERDECZNIE ZAPRASZAMY!**



**Życzymy Państwu spokojnych i radosnych  
Świąt Bożego Narodzenia.**

**Niech wspólne świętowanie przyniesie  
mnóstwo radości w gronie najbliższych,  
a nadchodzący Nowy Rok  
był pełen optymizmu, wiary,  
szczęścia i powodzenia.**



**Rada i Zarząd Dzielnicy Włochy  
m.st. Warszawy**

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

Choroby zwyrodnieniowe stawów, nadciśnienie, cukrzyca, żylaki, 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 poznania tej rewelacyjnej, bezpiecznej i prostej do zrozumienia formy leczenia, polegającej 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 bolała 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. Miałem na dolnej kończynie żylaki od ponad 30 lat. Po trzymiesięcznej aplikacji po żylakach nie ma śladu.

*Tadeusz, Jedwabno  
(nadciśnienie tętnicze i miażdżyca)*

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)*

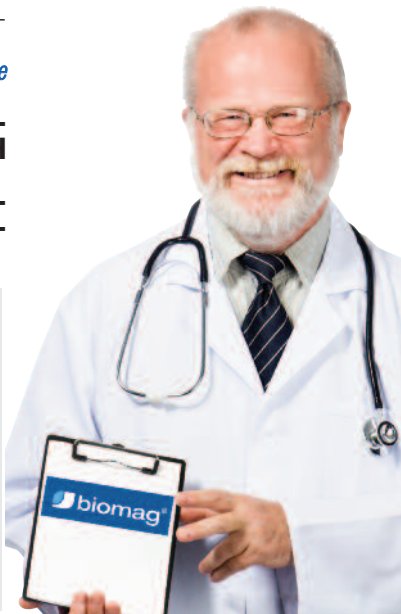
W początkowej fazie miałam cukry powyżej 200, a po systematycznym stosowaniu **BIOMAG**, cukier obniżył się do 90. Nadciśnienie uregulowało się. Jestem pod stałą kontrolą lekarską i wszy-

scy się dziwią z moich postępów w leczeniu.

*Maria, Opole*

**DOŁĄCZ DO GRONA PONAD 7000 ZADOWOLENÝCH 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**



## Ale grali!!!

Wrzawa, kibice i energetyczna muzyka. Jest 1 grudnia 2012 roku. Na środku hali sportowej Ośrodka Sportu i Rekreacji Włochy wychodzą młodzi adepci futbolu. Następuje uroczyste otwarcie zawodów i tym samym rozpoczyna się V Świąteczny Turniej Piłki Nożnej Drużyn Podwórkowych.

Równo o godzinie 11.00, rozbrzmiewa pierwszy gwizdek sędziego. Z trybun unosi się głośny doping, na boisku zaczyna się twarda, sportowa rywalizacja zgodna z duchem Fair Play.

W pierwszej grupie grają najmłodsi adepci futbolu urodzeni w latach 2003–2005, w drugiej – dzieci z roczników 2000–2002. Na przemian grają zespoły z grupy pierwszej i drugiej. Łącznie rozegranych zostaje 12 wyrównanych pojedynków. W najmłodszej kategorii wiekowej wygrywa drużyna Chłopaki z Okęcia, zdobywając komplet punktów. W grupie starszej zwyciężają Podwórkowi Wojownicy – drużyna z rejonu Starych i Nowych Włoch.

W tym miejscu warto przypomnieć, że zawodnicy tej drużyny godnie reprezentowali włochow-

ską dzielnicę, zdobywając II miejsce (rok 2011) i III miejsce (rok 2012) w Turnieju „Gramy o Złotą Piłkę” im. Aleksandra Zaranka oraz I miejsce w Turnieju o Puchar „Lata w Mieście 2012”.

O godzinie 14.15 rozpoczęła się ceremonia wręczenia nagród. Nagrody wręczali przedstawiciele Polskiego Związku Piłki Nożnej; Stefan Majewski – wielokrotny reprezentant Polski i trener, Tomasz Zabielski – koordynator Programu Grassroots w Polsce, Marek Bieliński – wiceprzewodniczący rady dzielnicy Włochy, Radosław Sosnowski – radny dzielnicy Włochy oraz pedagogzy ulicy ze stowarzyszenia Stołeczni Animatorzy Środowiskowi – Marcin Pospiech i Sebastian Olejniczak.



W drugiej części turnieju rozegranych zostało kolejnych 12 meczów. Tym razem do rywalizacji przystąpiły zespoły dziewcząt i chłopców z roczników 1999–1996. Ciekawostką jest fakt, że jedna z drużyn żeńskich została utworzona na trybunach, wśród widzów, tuż przed rozpoczęciem rozgrywek. Mimo trzech porażek, dziewczyny z drużyny Lejdys zebrały ogromne brawa za odwagę i waleczność. Jubileuszową edycję Turnieju wygrały zawodniczki FC Solipska Girls oraz zawodnicy FC Yelonki (Kark Skład).

O godzinie 18.30 nastąpiło uroczyste wręczenie nagród i zakończenie turnieju.

W V Świątecznym Turnieju Piłki Nożnej Drużyn Podwórkowych uczestniczyło 150 zawodniczek i zawodników. Wszyscy otrzymali pamiątkowe medale i nagrody w postaci słodyczy. Ponadto zwycięzcy otrzymali puchary i nagrody rzeczowe. Statuetki, piłki, rękawiczki bramkarskie i gadżety wręczone zostały w kategoriach „Najlepszy strzelec”, „Najlepszy zawodnik” i „Najlepszy bramkarz”. Opiekunowie drużyn otrzymali materiały szkoleniowe PZPN.

Serdecznie dziękujemy dzieciom za udział w zawodach, rodzicom za pomoc techniczną, kibicom za doping i trzymanie kciuków, spikerowi za perfekcyjne prowadzenie zawodów oraz Polskiemu Związkowi Piłki Nożnej za udzielone wsparcie.

### Organizatorzy:

Urząd Dzielnicy Włochy m.st. Warszawy

Stowarzyszenie Stołeczni Animatorzy Środowiskowi

Ośrodek Sportu i Rekreacji Dzielnicy Włochy m.st. Warszawy

MP

## „WSTYDLIWY PROBLEM”

**Według statystyk problem wysiłkowego nietrzymania moczu dotyka ok. 10-15% każdego społeczeństwa, co w polskich realiach stanowi około 4 mln osób. Dotyczy co dziesiątej osoby powyżej 65-roku życia, w większości kobiet. Dolegliwość ta ma ogromny wpływ na jakość życia, gdyż ludzie cierpiący na nią znacznie częściej doznają różnorodnych problemów psychologicznych – do depresji włącznie. Wiele osób woli wyciąć się z życia społecznego niż komukolwiek zdradzić „wstydlivą” tajemnicę.**

Tymczasem nietrzymanie moczu nie powinno być uważane za „naturalną kolej rzeczy” w procesie starzenia się, a osoby z tą dolegliwością mają wiele możliwości jej leczenia i zapobiegania nieprzyjemnym skutkom.

Jest oczywiste, że mięśnie, które nie wykonują żadnej pracy, słabną i w rezultacie stają się dużo mniej efektywne. Z wiekiem tracą sprężystość i elastyczność, ubywa również elastyn, włókna kolagenowe ulegają rozciąganiu. Wszystko to może powodować trudności z utrzymaniem moczu, doprowadzając do powstania tzw. „wstydlivego problemu”.

Gimnastyka to najczęściej zalecana forma wspomagająca leczenie. Odpowiednio wczesnie rozpoczęta gimnastyka mięśni odpowiedzialnych za trzymanie

moczu (mięsień Kegla, zwieracz) może uchronić przed nietrzymaniem moczu.

Dlatego też **systematyczne ćwiczenie** mięśni dna miednicy powinno być nawykiem każdej kobiety. Wówczas ma ona szansę wyeliminować nieprzyjemne skutki osłabienia mięśni, jak mimowolne wyciekanie moczu podczas kaszlu, śmiechu czy ćwiczeń fizycznych.

Niestety tylko jedna czwarta Polek cierpiących na nietrzymanie moczu przyznaje, że kiedykolwiek ćwiczyła mięśnie dna miednicy. Tymczasem, ćwiczenia te nie tylko zapobiegają i pomagają leczyć nietrzymanie moczu (NTM), ale także **wzmacniają kręgosłup i poprawiają jakość życia seksualnego.**

Otyłość jest jednym z pewniejszych czynników ryzyka, także zaburzeń czyn-

ności dolnych dróg moczowych. Dlatego też podczas **turnusów oczyszczających i odchudzających**, jakie odbywają się w Hotelu Welskim prezentujemy techniki przeznaczone dla kobiet cierpiących na choroby związane z kondycją mięśni dna miednicy.

Warto też wspomnieć o **związanych z drżnięć pęcherz moczowy**. Niestety wśród nich wymienia się kawę, ostre przyprawy, alkohol i napoje gazowane, ale też pomidory, owoce cytrusowe, cukier oraz nabiał i miód. Odpowiednio dobrane **dieto** znakomicie uzupełnia stosowane terapie.

Wieloletnie doświadczenie lekarzy, farmaceutów i terapeutów połączyliśmy w jeden wyjątkowy program leczniczy i terapeutyczny. Wielu lekarzy ginekologów i urologów po zapoznaniu się z proponowanym przez nas programem terapeutycznym podkreślało fakt jego wysokiej wartości merytorycznych i szerokiego spektrum oddziaływania.

Celem naszego programu jest również edukacja. Podkreślamy możliwość prowadzenia aktywnego trybu życia przez osoby dotknięte problemem nietrzymania moczu. Obalamy mity na temat nietrzymania moczu jako dolegliwości osób starszych i schorowanych.

Instytut „Bionet” zaprasza wszystkie zainteresowane osoby zarówno na wykłady wstępne jak i turnusy prowadzone pod okiem wykwalifikowanego personelu.

**Pocieszające jest to, że bez względu na wiek niemal każdy przypadek nietrzymania moczu daje się wyleczyć.**

Szczegółowych informacji o turnusach i dostępności miejsc udziela hotelowy Zespół Profilaktyki Zdrowia, [www.welski.pl](http://www.welski.pl), e-mail: [awd@welski.pl](mailto: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 spędzaj z nami nasi przyjaciele, idący przez życie „w pojedynkę”. Zapewniamy więc, że będzie możliwość poznania wyjątkowo ciekawych osób. Wśród nas zapomnisz, że jesteś singlem!!!**

# Barwny listopad na Malowniczej



**Listopad w podstawówce nr 87 przy ul. Malowniczej na Okęciu obfitował w wydarzenia. Każdy tydzień był dla nas nowym wydarzeniem.**

Święto Odzyskania Niepodległości. Podczas przygotowanej lekcji wychowania patriotycznego cofnęliśmy się do wydarzeń roku 1918. Przy dźwiękach „Marszu Pierwszej Brygady” i innych pieśniach patriotycznych, w tle – na prezentacji – widoczna była alegoria rozbiorów, postać marszałka Piłsudskiego, Legiony i itp.

„Wiem co jem” – to akcja organizowana przez biuro edukacji, w której nasza szkoła wzięła udział. Zorganizowaliśmy Dni Zdrowego Żywnienia, podczas których na klasowych stoiskach zagościły zdrowe warzywa i owoce. Były sałatki, soki, sushi i wspólne drugie śniadanie. Uczniowie klas IV–VI mogli po-

chwalić się przygotowaną przez siebie prezentacją układów tanecznych, piosenek i rymowanek.

„Zdrowe Żywnienie” – w dzielnicowym konkursie organizowanym przez Gimnazjum nr 112 nasi uczniowie zajęli I miejsce w zakresie umiejętności plastycznych i II miejsce w konkursie wiedzy.

Planetarium, które zagościło w naszej szkole, dostarczyło niepowtarzalnych wrażeń z wirtualnej podróży do odległych zakątków wszechświata. Naszą podróż ko-

smiczną zaczęliśmy od odpalenia rakiety. Po drodze widzieliśmy układ słoneczny, z bliska oglądaliśmy planety i konstelacje gwiazd. Przeżyliśmy też chwile strachu, kiedy wpadliśmy w czarną dziurę. Na szczęście z tej przygody wyszliśmy cali i zdrowi.

Innowacyjne Centrum Bezpieczeństwa, które odwiedziliśmy w listopadzie pozwoliło nam na zdobycie wielu cennych i praktycznych informacji z zakresu bezpieczeństwa uczestników ruchu drogowego. Każdy z uczestników zajęć ćwiczył elementy udzielania pierwszej pomocy, mógł zdobywać doświadczenia i sprawdzać

swoją wiedzę z ruchu drogowego na licznych symulatorach.

Dzień Pluszowego Misia obchodzony jest od 2002 roku. Na Malowniczej odbył się po raz pierwszy. Maluchy wraz z wychowawczyniami przyszedł do szkoły w piżamach z ulubionymi pluszakami, bo jak wiadomo z nim zasypia się najlepiej. Każda klasa zaprezentowała piosenkę o misiu. Uwieńczeniem tego wyjątkowego dnia był pokaz mody piżamowej.

„Psia gwiazdka”. Przez cały listopad zbieraliśmy karmę, koce, obroże i pościel dla zwierząt ze schronisk na Paluchu i Falenicy

Andrzejki zakończyły barwny listopad. Lanie wosku, wspaniała zabawa i degustacja pysznych ciast upieczonych przez mamy, babcie i samych uczniów.

**G. Karbownik, A. Osińska-Jarmul**

[www.mas-kominki.pl](http://www.mas-kominki.pl)

**MAS KOMINKI**

☎ 513 127 630, 601 306 108

**Z TĄ REKLAMĄ 10% RABATU**

[WWW.ASCHOOLS.PL](http://www.aschools.pl)  
ul. Odrowąża 15 Warszawa  
tel. 22 110-00-99

**A schools**

**SZKOŁA DLA DOROSŁYCH  
SZKOŁA DLA CIEBIE**

**KURSY MATURALNE**  
MOŻLIWOŚĆ ZDAWANIA MATURY  
W NASZYM LICEUM

**LICEUM DLA DOROSŁYCH**  
WPISOWE DO LICEUM 0,- PLN

100%  
zdawalności

Teraz także  
po szkole  
zawodowej

**Szczęśliwych, pogodnych i zdrowych  
Świąt Bożego Narodzenia  
i pomyślnego Nowego 2013 Roku  
życzą wszystkim mieszkańcom Ochoty**

**Hanna Gęściak-Wojciechowska**  
Przewodnicząca Rady Dzielnicy Ochota

**Wojciech Komorowski**  
Burmistrz Dzielnicy Ochota

**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**

**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](http://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**

# Listy do Informatora

## Panie burmistrzu żądamy odpowiedzi



**Szanowny Panie Burmistrzu,**

Według mojej wiedzy jest Pan gospodarzem dzielnicy i osobą łączącą dzielnicę (obywateli) z władzami nadrzędnymi. Proszę więc o rzeczową odpowiedź – jakie widzi Pan rozwiązanie problemu parkowania samochodów na Ochocie dla jej mieszkańców.

Bardzo proszę o nie powoływanie się, że zmiany i zabieranie miejsc parkingowych (właśnie pod oknami malują nowe pasy ograniczające) to sprawa ZDM – Pan winien być z nimi w stałym dialogu. Ani nie uzasadniać konieczności zmian dla poprawy ogólnego bezpieczeństwa. Ja pytam, jakie jest Pana dalsze rozwiązanie problemu. Poczynione zmiany to załatwienie sprawy do połowy. Robiąc takie posunięcia normalnie ma się plan zakończenia problemu. Mam nadzieję, że Pan wie jakie będą dalsze posunięcia Władzy w tej kwestii.

Z wyrazami szacunku

**Teresa Pągowa**

## Dziękuję

Zbliżają się Świąta. Z tej okazji wszystkim Czytelnikom „Informatora”, wszystkim Mieszkańcom Ochoty i sobie samej życzę, aby zawsze z nami była pani Anna Zbytniewska, nasza radna dzielnicy Ochota i redaktorka „Informatora”. Pani Annie zaś życzę zdrowia, szczęścia i wszystkiego najlepszego, na co zasługuje osoba tak mądra, kompetentna, zaangażowana w ważne sprawy społeczne, wrażliwa na zło i krzywdę, dobra i serdeczna. O tym, jaka jest pani Anna przekonałam się wiele lat temu, dowiadując się o jej działaniach na rzecz powstania parku naprzeciwko Dworca Zachodniego. Parę lat temu poprosiłam panią Zbytniewską o pomoc dla naszej doręczyni, której groziła niezawiniona bezdomność. Sytuacja była bezradna, lecz dzięki pani Annie wszystko zakończyło się pomyślnie.

W tym roku zły los dopadł i mnie. Moja bardzo ważna życiowa sprawa utknęła w „martwym punkcie” bezwładu i niemocy maszyny urzędniczej. Pani Zbytniewska pomagała mi służąc radą jak pisać pisma, gdzie iść etc. Interweniowała w mojej sprawie. Poświęciła mi wiele czasu, nawet wieczorami, dzwoniła, konsultowała, nie szczędząc sił, by mi pomóc. Często będąc u niej, widziałam stosy papierów, teczek – dziesiątki ludzkich spraw. Odbierała wiele telefonów od potrzebujących wsparcia. I dla nas wszystkich zawsze miała i ma czas, cierpliwość i dużo serca, pociechę i dobre słowo. Jak prawdziwy przyjaciel.

Sprawa zakończyła się dobrze. Kiedy dziękowałam, pani Anna powtarzała: „proszę nie dziękować, przecież to mój obowiązek, ja po to jestem”

Jak miło to słyszeć! Cieszę się, że wybierałam panią Zbytniewską na radną, że mnie reprezentuje. chciałabym, aby wszyscy nasi przedstawiciele, politycy na wszystkich szczeblach władzy myśleli tak, jak pani Anna, aby byli dla nas tacy, jak ona. Przecież ich wybieramy po to, by nas mądrze i dobrze reprezentowali, pomagali nam w naszych małych i wielkich, wszystkich równie ważnych sprawach. Czas szybko płynie. Przyjdą wybory do władz dzielnicy, miasta, kraju. Pamiętajmy o tym, czego oczekujemy od naszych przedstawicieli. Wybierajmy tych, którzy będą naszymi przyjaciółmi, zwłaszcza w biedzie, tak, jak pani Anna Zbytniewska.

Tej mądrości i roztropności nam wszystkim gorąco życzę nie tylko z okazji Świąt.

**Mieszkanica Ochoty**  
**Małgorzata Modrzejewska**

## OGŁOSZENIA DROBNE PRZEZ INTERNET

Najbliższe wydanie 18.01.2013 r.

Potwierdzenie wpłaty należy przesłać do poniedziałku 14.01.2013 r. na fax 22 614-58-03 lub e-mailem: drobne@gazetaecho.pl do godziny 17<sup>00</sup>

- Krok 1.** Wejdź na [www.echodrobne.pl](http://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 Reparywacji udziela pomocy w dochodzeniu roszczeń 22 622-04-59, 608-418-435
- Sprzedam działkę rek. Śiężany 609-657-994

### DOM SPRZEDAM

- BEZPOŚREDNIO, NOWY BŁIZNAK, 139 MKW, DZIAŁKA 307 MKW, BEZPIECZNY NIE ZALEWOWY WAWER, STANDARD DEWELOPERSKI, DACHÓWKA CERAMICZNA, MOŻLIWOŚĆ DOPŁATY W RNS DO 85 TYS. PLN, CENA 669 TYS. PLN, TEL. 609-334-542
- DO 525.000 ZŁ POW. LEGIONOWSKI KUCHNIA Z IKEA W CENIE TEL. 608-366-980 WWW.TWOJEDOMY.PL
- Dom w okolicach Serocka 158 m<sup>2</sup>, działka 890 m<sup>2</sup> 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. NOWODORSKI WWW.TWOJEDOMY.PL
- Nowy dom w Dosinie – 691-444-202

### DZIAŁKĘ BUDOWLANĄ SPRZEDAM

- DZIAŁKI NAD JEZIORAMI, BLISKO W-WY 605-099-422
- Działki NAD JEZIOREM 145 km od Warszawy 11 zł/ m<sup>2</sup> 605-099-422

### POSZUKUJĘ DO WYNAJĘCIA

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

### NIERUCHOMOŚCI ZAMIENIĘ

- 2 pokoje z kuchnią 36 m<sup>2</sup>, hipoteczne, ul. Geodetów – Ochota na większe własnościowe, też na Ochocie, z dopłatą 787-153-787

### KUPIĘ MIESZKANIE

- Zadłużone, komunalne, z lokatorem, z lokatorem z przydziału, z możliwością wykupu, z dowolnym problemem prawnym lub z dożywotnim zamieszkaniem. 796-796-596

### NAUKA

- Matma, fiz, chem 503-972-358

### USŁUGI STOLARSKIE

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

### USŁUGI TRANSPORTOWE

- A. Przeprowadzki, Sprzątanie Piwnic, Wywóz 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 SATELITARNE I NAZIEMNE MONTAŻ SERWIS TEL: 534-102-010
- Anteny, telewizory – naprawa, dojazd 602-216-943
- Czyszczenie karcherem dywanów, tapicerki 694-825-760
- Łodówki, pralki, telewizory – naprawa 694-825-760
- Malowanie gładzie panele 22 822-41-53, 503-666-944
- Okna naprawy doszczelnienia 787-793-700
- Pralek naprawa 22 666-55-22, 516-144-566 tania, gwarancja
- Pranie dywanów, tapicerki, karcher 5 zł/m<sup>2</sup> 502-487-890
- Stowarzyszenie Centrum Reparywacji udziela bezpłatnej pomocy w odzyskaniu nieruchomości/uzyskaniu odszkodowania za nieruchomości zabrane dekretem Bieruta 22 622-04-59, 608-418-435
- Ślusarstwo – Zamki, Kraty, Balustrady, Ogrodzenia 608-331-200
- Żaluzje roletki plisy verticale moskitiery, tania 22 848-34-34 [www.zalvert.pl](http://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

- Cyklinowanie 3x lakierowanie, układanie, reperacje 662-745-557
- ELEKTRYK Awarie Pomiaru 506-506-006
- Kominki – 513-127-630
- Malarz ekspres 835-66-18, 502-255-424
- Parkiety, mozaiki, schody, układanie, cyklinowanie, ceny producenta, tel. 507-153-870
- Remonty mieszkań, solidnie tel. 793-560-680
- Solidnie i profesjonalnie – 504-474-694

### FINANSE

- Biuro rachunkowe – KPiR, KH, kadry, płace, ZUS. Doświadczenie w obsłudze osób fizycznych i spółek. OC. PIERWSZY MIESIĄC GRATIS! Tel. 506-098-980
- Kredyty gotówkowe, hipoteczne, konsolidacyjne i chwilówki. Tel. 886-026-973
- Kredyty gotówkowe, konsolidacyjne, ubezpieczenia AC, OC i Inne. Taniol! Tel. 783-927-645
- Nieduże BIURO RACHUNKOWE przy Geodetów 8, pełen zakres usług, indywidualne podejście do klienta, odbiór dokumentów, przystępne ceny [www.firmaakwe.republika.pl](http://www.firmaakwe.republika.pl), tel. 602-137-813, [firmaakwe@wp.pl](mailto:firmaakwe@wp.pl)
- Pożyczki pod zastaw HIPOTEKI nieruchomości. Z zadłużeniami, bez przedpłat, bez BIK, ZGODNIE Z USTAWĄ. 602-303-202 bezpieczna-pozyczka.pl
- Specjalna OFERTA ŚWIĄTECZNA. Kredyty gotówkowe i konsolidacyjne do 150 tys. zł ul. Grójecka 78 tel. 784-024-578

### ZDROWIE I URODA

- A testy alergiczne, odczulanie 22 814-52-40
- Terapia antynikotynowa 22 814-52-40

### GASTRONOMIA

- KRAJINA PIEROGÓW – najwspanialsze smaki, cienkie ciasto, wyrób na oczach klientów, niskie ceny. ZAPRASZAMY J.P. II 61 lok. 201 zamówienia tel. 22 30-85-785; 602-408-785; [www.krainapirogow.eu](http://www.krainapirogow.eu)

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

### DAM PRACĘ

- Agencja ochrony zatrudni sprawnych emerytów i rencistów tel. 511-545-356, 501-185-167 godz. 14-18

### 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](mailto:piotr.krajczynski@dobrewina.pl)

### SPRZEDAM SAMOCHÓD

- AAA Auto Skup Warszawa 880-211-798

### RÓŻNE

- Papierośnice i wieczne pióro kupię 606-579-695
- Skup książek – dojazd, 602-254-650
- SKUP KSIĄŻEK, RÓŻNE DZIEDZINY 501-561-620

### SZUKAM PSA

3 GRUDNIA W POŹNYCH GODZINACH WIECZORNICH WYBIEGŁA Z PODWÓRKA WE WŁOCHACH PRZY ULICY ŚWIERSZCZA 34 SUNIA RASY YORK. SUNIA MA NA IMIĘ YOKO, MA 5 LAT, JEST ZAĆZIPOWANA I WYSTERYLIZOWANA. MĄSCI STAŁOWO ŻŁOTEJ, KRÓTKO OSTRZYŻONA, CECHA CHARAKTERYSTYCZNA BRAK JEDNEGO USZKA. UCZCIWEGO ZNAJAZCĘ BŁAGAM O ZWRÓT LUB WSZELKIE INFORMACJE NA JEJ TEMAT. BARDZO ZA NIĄ TĘSKNIĘ. NAGRODA 501-01-48-62

## 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

## KANCELARIA PRAWNA

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

### ANTYKI

- A antykwariat kupi książki i inne rzeczy w domu klienta, 666-923-218
- Antyczne obrazy, grafiki, srebra, platery zegary, odznaki, odznaczenia, szable, książki, pocztówki, bibeloty, gotówka 504-017-418
- SKUPIJEMY STAROCIE, BIBELOTY 500-808-909

### KUPIĘ SAMOCHÓD

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

### KUPIĘ CZEŚCI

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

### KURSY, SZKOLENIA

- Szkoła Tańca Polańskiego r. zał. 1927 ZAPRASZA. Tel. 22 625-44-66; 692-364-045; [www.k-polański.com](http://www.k-polański.com); Warszawa, ul. Wilcza 19

KUP NAWET NA CAŁY ROK 2013  
**OGŁOSZENIA DROBNE**  
W CENACH Z 2012 - UNIKNIESZ PODWYŻKI!!!  
(od dziś do końca 2013 roku będzie 21 edycji)

**NAJSKUTECZNIEJSZE**  
**OGŁOSZENIA W MIĘŚCIE**  
**DROBNE W PRASIE LOKALNEJ**

**SZYBKO, ŁATWO, TANIO**  
**- ZAJRZYJ NA WWW.ECHODROBNE.PL**

# Dlaczego, gdy pada deszcz Warszawa się korkuje?

**Bo wtedy kierowcy jeżdżą zgodnie z przepisami, czyli nie szybciej niż 50 km na godzinę. Gdyby jeździli tak zawsze, to miasto dzień w dzień byłoby kompletnie nieprzejezdne. Na szczęście 90% kierowców jeżdżąc, kieruje się zdrowym rozsądkiem.**

Co oznacza – według mnie – jazda zgodna ze zdrowym rozsądkiem, pokażę na przykładzie dwóch warszawskich ulic. Plac Bankowy z ul. Jana Pawła II łączy wąska, jednokierunkowa ul. Elektoralna. Po obydwu jej stronach wyznaczone są miejsca parkingowe (prawie zawsze zajęte), a środkiem biegnie jeden pas przeznaczony do jazdy. Jadąc tamtędy nie widać, czy spomiedzy zaparkowanych samochodów nie wyskakuje nam właśnie pod koła nierozważny przechodzień. I tam, na Elektoralnej, jazda z przepisową prędkością 50 km na godzinę może się wydawać zbyt szybka. Ale, dajmy na to, na ul. Ostrobramskiej (3 pasy w każdą stronę, kładki dla pieszych nad jezdnią, pomiędzy skrzyżowaniami ze światłami kilometrowe odcinki) ruszenie spod świateł i rozpędzenie samochodu do 75 km na godzinę a następnie łagodne zwolnienie i zatrzymanie się przed kolejny-

mi światłami oznacza – wiem, wiem: złamanie przepisów – ale na rzecz zdrowego rozsądku właśnie.

To, o czym piszę powyżej, wiedzą wszyscy kierowcy. Wszyscy w tzw. statystycznym rozumieniu. Czyli 95%. I tak właśnie jeżdżą. Nikt z tego grona rozsądnych kierowców „nie wychyla” się w żadną stronę. Nikt z nich – jeżeli nie ma korka – nie jedzie Ostrobramską pięćdziesiątką, ale pukają się oni po głowie, gdy widzą, jak ktoś tam pruje setką.

I ci zdroworozsądkowi kierowcy staną się główną ofiarą rozbudowywanego na wielką skalę systemu radarowej kontroli szybkości, w skład którego wchodzi kilkaset radarów stacjonarnych, radary przenośne (w tym ustawiane kaskadowo), tradycyjne i laserowe „suszarki” oraz coraz liczniejsze radiowozy nieoznakowane (policyjne, jak i należące do Inspekcji Transportu Drogowego). Jako że zdroworozsądko-



wi kierowcy nie przekraczają dozwolonej prędkości tam, gdzie byłoby to naprawdę niebezpieczne, to „radarowe polowania” będą się odbywały tam, gdzie 70 zamiast pięćdziesiątki (na terenie formalnie zabudowanym) lub 110 zamiast dziewięćdziesiątki (poza takim terenem) niczemu nie zagraża. Czyli „chłopcy radarowcy” polować będą na Ostrobramskiej, ale wariat prując siedemdziesiątką po Elektoralnej może spać spokojnie.

Powiedzmy sobie szczerze – w sprawie limitów prędkości oraz kontroli ich przestrzegania mamy do czynienia z wyjątkowym natężeniem hipokryzji. Tak jak przed laty oglądaliśmy w telewizji reklamę piwa (tu – mrugnięcie okiem) bezalkoholowego, gdy chodziło przecież o sprzedaż piwa jak najbardziej alkoholowego, tak teraz przedstawiciele policji, straży miejskiej i ITD przekonują nas, że chodzi tu o zwiększenie (tu – mrugnięcie

okiem) bezpieczeństwa w ruchu drogowym, podczas gdy wszyscy wiedzą, że podstawowym celem radarowych inwestycji jest jedynie wzrost dochodów budżetowych państwa. Dość powiedzieć, że na rok 2013 dochody państwa z tytułu mandatów oszacowano na poziomie 1,5 mld zł, co oznacza, że w stosunku do 2012 roku jest to wzrost 60-krotny (tj. o 5900%)! Z tego punktu widzenia podniesienie limitu prędkości na Ostrobramskiej do 70 km na godzinę byłoby „niepatriotyczne”, bo zmniejszyłoby dochody budżetu.

Wyprzedzając polemikę ze strony któregoś z fanatyków radarowej „inwigilacji” kierowców w najbardziej absurdalnych i niebezpiecznych miejscach, popartą argumentem, że przecież statystyki nie kłamią – w 80% wypadków drogowych odnotowano nadmierną prędkość – chciałbym zwrócić uwagę na tzw. pozorne zależności przyczynowo-

-skutkowe. Otóż jeżeli przekraczanie o 20-30 km dozwolonego limitu (a czyni tak 80% kierowców) nie ma żadnego wpływu na wypadkowość, to oznacza to, że zarówno u kierowców, którzy wypadek mieli, jak u kierowców bez wypadku, procent przekraczających limit prędkości jest dokładnie taki sam i wynosi 80%. A traktowanie przekroczenia limitu prędkości jako przyczyny wypadku jest w takim przypadku równie uzasadnione, jak w międzywojennych Stanach Zjednoczonych byłaby próba upatrywania podstawowej przyczyny wypadków samochodowych w czarnym kolorze karoserii. A przecież statystyki nie kłamią – w 95 procentach ówczesnych wypadków drogowych brały udział czarne samochody.

Tak, potwierdzam – 95% ówczesnych samochodów miało czarną karoserię...

Paweł Piskorski

## O parkowaniu na Starej Ochocie – wyjaśnienie słów kilka

**W ostatnim czasie duże kontrowersje wzbudziła sprawa rozszerzania Strefy Płatnego Parkowania Niestrzeżonego (SPPN) na Ochocie. Mieszkańcy sprzeciwiali się wytyczaniu nowych miejsc postojowych i nowej organizacji ruchu. Problem jest istotny i wymaga wyjaśnienia.**

Wprowadzenie Strefy Płatnego Parkowania Niestrzeżonego na Starej Ochocie nie jest tematem nowym. Mieszkańcy wielokrotnie zgłaszali propozycję utworzenia Strefy dla unormowania parkowania. Ich propozycje poparli ochoccy radni i burmistrzowie. Wszyscy zdajemy sobie sprawę, że parkowanie samochodów na Starej Ochocie jest dużym problemem. Problemem również na obszarze całej Ochoty, dzielnicy mocno zurbanizowanej.

Utworzenie strefy SPPN musi być poprzedzone zmianą organizacji ruchu. Plan takiej reorganizacji jest w tej chwili wprowadzany w życie. Z jednej strony porządkuje ruch i parkowanie, a z drugiej strony wymusza zmniejszenie liczby miejsc postojowych na określonej powierzchni. Jest to spowodowane obowiązującymi przepisami prawa o ruchu drogowym. Zakazane jest na przykład parkowanie samochodów na łukach skrzyżowań, a taka sytuacja powtarzała się na gminie. Z obserwacji z innych rejonów i dzielnic Warszawy, gdzie została wprowadzona strefa SPPN wynika, że będzie więcej miejsc postojowych dla mieszkańców, gdyż inni kierowcy nie będą parkować lub parkowanie będzie sporadyczne.

Sytuacja komunikacyjna na terenie Starej Ochoty jest w fazie porządkowania. Na początku grudnia Zarząd Dróg Miejskich rozpoczął wprowadzanie nowej organizacji ruchu w rejonie Starej Ochoty. Rozpoczęto oznakowanie ciągów komunikacyjnych i miejsc postojowych. Projekt nowej organizacji ruchu został przygotowany zgodnie z prawem o ruchu drogowym oraz obowiązującymi normami.

Ponieważ przyzwyczaję kierowców nie da się od razu zmienić, to dzisiaj spotykamy się z sytuacją konfliktową. Parkowanie odbywa się jak poprzednio, to znaczy gdziekolwiek, z lekceważeniem zupełnie nowej organizacji ruchu. W związku z powyższym służby miejskie interweniują i normalizują sytuację tak, aby wyegzekwować zachowania zgodne z przepisami.

Mamy przeświadczenie, że wprowadzone zmiany, pomimo bieżących nieporozumień, przyniosą oczekiwane przez mieszkańców rezultaty. Otrzymaliśmy zapewnienie Zarządu Dróg Miejskich, że głosy mieszkańców dotyczące organizacji Strefy będą uwzględniane. Wszelkie zauważone niedogodności będą rozpatrywane i weryfikowane na bieżąco.

Burmistrz Dzielnicy Ochota  
Maurycy Wojciech Komorowski

### Matura dla dorosłych?

## Liceum dla Dorosłych i kursy maturalne w jednym miejscu

► Na maturę nigdy nie jest za późno – powtarza dyrektor AS-Liceum Ogólnokształcącego dla Dorosłych – pani mgr Małgorzata Myszkowska. – Nieważne czy ma się 20 czy 50 lat, zdobycie wiedzy z zakresu szkoły średniej to inwestycja ponadczasowa.

Oferują Państwo możliwość uzyskania wykształcenia średniego, jak również kursy przygotowujące do matury. Kto może skorzystać z Państwa oferty?

– Wszystkie osoby, które nie ukończyły w przeszłości szkoły średniej (w tym absolwenci zasadniczych szkół zawodowych), mogą zapisywać się do naszego liceum. Natomiast osoby, które posiadają 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.

Co uzyskują słuchacze po ukończeniu kursu maturalnego?

– Przede wszystkim podczas kursu słuchacze otrzymują odpowiednie przygotowanie merytoryczne potrzebne, aby egzamin maturalny zdać z wynikiem pozy-

tywnym. Niektórzy korzystają z możliwości zdawania egzaminu maturalnego przy naszym liceum, inni przystępują do matury w swojej szkole macierzystej. Aktualnie

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

prowadzimy nabór na kurs maturalny przygotowujący do matury w 2014 roku.

Kto zapisuje się do Państwa liceum?

– Przede wszystkim jesteśmy szkołą dla dorosłych. Większa część naszych słuchaczy to osoby czynne zawodowo, nierzadko 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. Takie osoby mają możliwość nauki w przyjaznej atmosferze oraz ukończenia naszego liceum.

**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**

# Miś Uszatek zwiedza Warszawę

Konkurs interdyscyplinarny pod hasłem „Pokaż Uszatkowi Warszawę” zorganizowany został przez nauczycielki z Przedszkola 315 w ramach obchodów Światowego Dnia Misia. Była to piąta edycja konkursu skierowanego do dzieci z przedszkoli i grup przedszkolnych w ochockich szkołach. Inicjatorką i głównym organizatorem konkursu była nauczycielka Joanna Ostrowska, zaś w realizacji zadań pomagała nauczycielka Danuta Maksymiuk-Trompka.

Zaproszenia do udziału w konkursie oraz regulamin otrzymały wszystkie przedszkola i grupy przedszkolne w szkołach podstawowych. Udział wzięło 16 przedszkoli (Przedszkola nr: 61, 66, 99, 100, 101, 102, 111, 176, 225, 241, 248, 255, 239, 312, 293, 315) oraz grupa przedszkolna ze Szkoły Podstawowej nr 264.

Otrzymaliśmy 126 prac plastycznych. Do każdej pracy dołączony był krótki tekst literacki: opis miejsca, które zwiedza Miś Uszatek lub krótka historyjka czy rymowanka dziecięca, spisana przez osobę dorosłą. Wykonawcy zastosowali różnorodne formy i techniki plastyczne i wykazali się wspaniałą znajomością najbardziej charakterystycznych zabytków architektury

i przyrody w Warszawie. Znakomita większość prac była wykonana przez dzieci, pozostałe miały znamiona pomocy dorosłych.

W wykonanie prac włączyli się rodzice przedszkolaków (informacje uzyskaliśmy od dzieci i nauczycieli) oraz nauczycielki, dzięki czemu dzieci rozwijały swoją wiedzę o stolicy i umacniały więzi rodzinne.

Podczas spotkania podsumowującego przebieg konkursu, które odbyło się 23 listopada, dzieci wraz z nauczycielkami i dyrektorami przedszkoli, bawili się wspólnie z misiem (w rolę wcieliła się pani Joanna Ostrowska) oraz Warszawską Syrenką (w tej roli – nauczycielka Danuta Maksymiuk-Trompka). Autorzy prac m.in. zwiedzali z misiem wystawę,



odbyli wspaniałą podróż po Warszawie, z Syrenką śpiewali i tańczyli, budowali z klocków makietę miasta Warszawy wraz z Pałacem Kultury, jechali tramwajem wraz z piosenką „Na prawo most, na lewo most”.

Wszyscy wykonawcy otrzymali dyplomy (autorstwa pani Joanny

Ostrowskiej) oraz książeczki „Baśnie polskie. Warszawska Syrenka” i kredki zaś autorzy wyróżnionych prac (59 osób) – dodatkowo pluszowe misie i przewodniki dla dzieci i rodziców „Warszawa – Krakowskie Przedmieście” lub „Warszawa – Marszałkowska”. Przedszkola otrzymały dyplomy

i „Antologię poezji dla dzieci”, nauczycielki dyplomy za wspieranie dzieci podczas przygotowania do udziału w konkursie.

Po podsumowaniu i rozdaniu nagród zaprosiliśmy gości na poczęstunek

Alicja Kowalska



Spokojnych i radosnych  
Świąt Bożego Narodzenia  
oraz pomyślności i sukcesów  
w Nowym 2013 Roku

LOTNISKO  
CHOPINA  
W WARSZAWIE



WARSAW  
CHOPIN  
AIRPORT