

Gazetka Sąsiedzka

WWW.SASIEDZIDLAWESOLEJ.ORG



PAMIĘTAJ! 14-30 CZERWCA

ODDAJ SWÓJ GŁOS NA PROJEKTY

Z BUDŻETU PARTYCYPACYJNEGO!

TY DECYDUJESZ,
NA CO IDĄ PIENIĄDZE



W TYM WYDANIU:

WYBIERZ SĄSIADA ROKU!
PAMIĘTAJ ŻEBY ODDAĆ
SWÓJ GŁOS
STR 3

KTO ZAROBI NA WOW?
NOWY TERMIN WYDANIA
DECYZJI
STR 6

ŚWIĘTUJ Z NAMI
DZIEŃ SĄSIADA
11 CZERWCA 2017
STR 9

NAJWIĘKSZY SKLEP ZABAWKOWY W WARSZAWIE - WESOŁEJ

Markowe zabawki znane z reklamy TV

**MEGA PROMOCJE
NA DZIEŃ DZIECKA**

nawet do
**-70%
TANIEJ!**

ZABAWKI



Warszawa - Wesoła
(os. Stara Miłosna)
ul. Jana Pawła II 23/25
Pasaż Handlowy „POGODNA”
tel: 793 450 509, 793 390 069

f [zabawki.radosz2](https://www.facebook.com/zabawki.radosz)



Spinner

**HIT
2017**



ŁAZIENKI

WWW.DOMEKO.COM.PL

**WARSZAWA
TRAKT BRZESKI 75**



GRATIS / PROJEKT +
TRANSPORT

Sąsiedzi dla WESOŁEJ

LUBISZ DZIAŁAĆ?
ZALEŻY CI NA WESOŁEJ?
CHCESZ JĄ ZMIENIAĆ?
PRZYŁĄCZ SIĘ DO NAS!



Stowarzyszenie "Sąsiedzi dla Wesołej" zaprasza do udziału w I edycji konkursu:

SĄSIAD ROKU

Nagrody w trzech kategoriach:

Sąsiad Pomocna Dłoń
Sąsiad Aktywista
Sąsiad Animator

Zgłoszaj na sąsiada, którego cenisz, na którego możesz liczyć, który dba o naszą dzielnicę. Na zgłoszenia czekamy do 7 czerwca 2017, e-mail: redakcja@sasiedzidlawesolej.org

Zwycięzców poznamy podczas **Dnia Sąsiada** niedziela 11 czerwca 2017 o godz. 15.00

Drodzy Sąsiedzi,

Spóźniona wiosna wybuchła intensywną zielenią! Sezon rowerowy rozpoczęliśmy sąsiedzkiymi wycieczkami szlakiem naszych dębów – pomników przyrody. Widzieliśmy wspaniałe okazy; jeden z nich (przy ul. Sikorskiego) doceniony był jeszcze przed wojną przez ministra Grabskiego, który wykorzystał wizerunek drzewa na banknocie stułotowym. Dziękujemy Urzędowi Dzielnicy za poczynki dla zmęczonych rowerzystów!

Przed nami więcej sąsiedzkich atrakcji: 4 czerwca spotkamy się na dorocznym Pikniku Wesoła (zapraszamy do naszego stanowiska), a 11 czerwca będziemy obchodzić Dzień Sąsiada w Lesie Milowym oraz na terenie TKKF przy ul. Armii Krajowej. Warto wspólnie świętować, tym bardziej, że mamy w naszej dzielnicy osoby chętnie pomagające innym, świetnych organizatorów, a także uzdolnionych wizjonerów, skupionych na pokazywaniu najpiękniejszych aspektów Wesołej. Tym osobom chcemy podziękować za ich nieustające wsparcie i uhonorować Sąsiedzka Nagrodą.

Razem naprawdę możemy więcej! To dzięki Państwa wsparciu mieliśmy siły i środki, by podjąć walkę z obwodnicą w nasypie przez centrum Wesołej. I ta walka przynosi rezultaty. Dyrektor Regionalnej Dyrekcji Ochrony Środowiska właśnie wydał obwieszczenie, w którym przeswiera termin wydania decyzji środowiskowej dla WOW na koniec 2017 roku. To nie koniec walki! Ten czas musimy wykorzystać na kolejne pisma w sprawie i kolejne opinie ekspertów. Bez Państwa nie damy rady!

Bez zdolnych sąsiadów nie byłoby pięknego projektu tętni, nawiązującego do architektury przedwojennej Wesołej. Przypominamy o głosowaniu na projekty finansowane z Budżetu Partycypacyjnego w dniach od 14 do 30 czerwca, a w szczególności prosimy o głos na tętnię w Wesołej Centrum (obszar 1). Tymczasem zapraszamy do lektury!

REDAKCJA



NA OKŁADCE

ZAGŁOSUJ NA TĘZNIE WESOŁA

Projekt Tętnia Wesoła to mini park zdrowia dla mieszkańców Wesołej i okolic. To odskocznia, żeby się zregenerować i pooddychać świeżym powietrzem. To także powrót do przeszłości - Wesoła była przed wojną pod-

warszawskim letniskiem i niejednokrotnie pretendowała do bycia uzdrowiskiem ze względu na swoje położenie, przyrodę i związany z nią mikroklimat - dzięki olejkom eterycznym lasów sosnowych, oraz torfowisk. Autorką tego niezwykle-

go projektu jest architektka Iwona Bał z Sąsiedzi dla Wesołej. Głosując na projekt możemy stworzyć unikatowe miejsce, które zintegruje społeczność, poprawi jakość zdrowia i życia. Będzie to park zdrowia, wypoczynku i relaksu.

BEZPŁATNE PISMO STOWARZYSZENIA „SĄSIEDZI DLA WESOŁEJ”

Redakcja: Iwona Bał, Grażyna Bany, Kasia Białek, Joanna Gorzelińska (redaktor naczelna), Katarzyna Hornung, Agnieszka Klembowska, Donata Kozieliwicz, Magdalena Jędrzejewska-Pyrzanowska, Renata Mianowska, Dorota Wrońska ■ **Współpraca:** Izabela Antosiewicz, Hanna Bąbik, Adam Ciećwier, Tomasz Dominiak, **Kontakt z redakcją:** redakcja@sasiedzidlawesolej.org, www.sasiedzidlawesolej.org.pl, znajdź nas na **facebook** Wesoła Gazetka Sąsiedzka **Reklama:** reklama@sasiedzidlawesolej.org, tel. 608 576 520 ■ **Adres do korespondencji:** 1 Praskiego Pułku 38, 05-075 Warszawa-Wesoła **Wydawca:** Stowarzyszenie „Sąsiedzi dla Wesołej”, 1 Praskiego Pułku 38, 05-075 Warszawa-Wesoła; ISSN 2299-5188 **Opracowanie graficzne i DTP:** Renata Mianowska, www.GRAFITARIUM.PL ■ **Rysunki:** Iwona Bał ■ **Grafika/ilustracje:** pl.freepik.com (str.: 2, 10, 12, 21)

Gazetka bezpłatna REDAGOWANA SPOŁECZNIE. Redakcja nie zwraca materiałów niezamówionych i nie gwarantuje ich zamieszczenia. Zastrzegamy sobie prawo dokonywania skrótów i korekty językowej. Redakcja nie odpowiada za treści zamieszczone w materiałach reklamowych. Archiwalne numery dostępne na stronie www.sasiedzidlawesolej.org.pl



NAKŁAD: 4000 egz.



WSPOMNIENIE

W dniu 7 maja odszedł do Pana nasz Ksiądz Prałat Stefan Wysocki, był proboszczem naszej Parafii Opatrzności Bożej od 1972 do 2003 roku.

Dokładnie 45 lat temu poznałam Ks. Stefana, właśnie w tym samym roku zamieszkałam na stałe w Wesolej. Ksiądz Prałat był niezwykłym kapłanem, nie tylko budował wspólnotę parafialną, ale angażował się w życie społeczne. Był harcerzem „Szarych Szeregów”, dlatego tak wielką uwagę poświęcał edukacji i wychowaniu. Napisanie życiorysu księdza Stefana wymaga poświęcenia odrębnego miejsca na spisanie dokonań, których było tak wiele...

Pragnę napisać, chociaż maleńką cząstkę wspomnień o tym, co było dla mnie największym darem: spotkanie na swojej drodze księdza Stefana.

Był rok 1989, wymyśliłam Społeczną Szkołę Podstawową, ale na drodze stanął brak miejsca na jej budowę. Pomimo wielu starań, nie mieliśmy żadnego lokalu. Wówczas ksiądz Stefan uznał, że założenia i idea szkoły społecznej, jaką zaproponowałam jest czymś bardzo dobrym i potrzebnym. Pamiętam jaką byłam zaskoczona i uradowana, gdy ksiądz zaproponował miejsce u siebie na ple-banii i w domu rekolekcyjnym. Jak miał w zwyczaju, powiedział: „Zmieścimy się jakoś, dzieciaki są najważniejsze”. I tak mieszkaliśmy tam osiem lat. Kiedy został wybudowany budynek szkoły, Ks. Stefan mówił: „Teraz szkoła musi mieć patrona”.



Miałam przyjacielskie relacje z rodziną księcia Emanuela Bułhaka, twórcy kościoła Opatrzności Bożej i tak zrodził się pomysł na patrona nowej szkoły.

Ksiądz przywiązywał wielką wagę do historii i patriotyzmu. Przychodząc na uroczystości szkolne, zawsze przypominał uczniom o patronie szkoły Emanuela Bułhaku. Podał nam naszym

szkołom bibliotekę składającą się z 1000 woluminów.

Był człowiekiem otwartym i wspierał ludzi potrzebujących. Pamiętam jak bywało trudno w trakcie budowy szkoły, wówczas służył radą i doświadczeniem, wiedział jakie to wielkie wyzwanie, sam w tym czasie budował dom dla seniorów „Gniazdo Rodzinne”. Bardzo się cieszył z każdego dobra jakie mógł dać innym.

W dniu otwarcia szkoły w nowym miejscu powiedział: „To było osiem lat współpracy i doświadczeń jak w rodzinie, teraz jesteście u siebie i muszę wam powiedzieć, że mało kto wierzył w powstanie tego budynku, ale była jedna osoba, która w to szczerze wierzyła, to była Ligia”

Te słowa towarzyszą mi zawsze jak drogowskaz: „Nie poddawaj się, wiara daje siłę”.

Żegnaj Księżu Stefanie, przyjacielu dzieci i parafian.

Na zawsze będziesz w pamięci wychowanków.

LIGIA KRAJEWSKA,

twórczyni i pierwsza dyrektor Szkół Społecznych im. Księcia Emanuela Bułhaka w Wesolej

Harcerz i duszpasterz

KSIĄDZ PRAŁAT

STEFAN WYSOCKI

(5.03. 1928 ŁÓWICZ – 7.05. 2017 WARSZAWA)



Ksiądz Stefan Wysocki zmarł 7 maja w szpitalu w Międzyzlesiu. Był wielce zasłużonym dla Wesolej duszpasterzem, wieloletnim proboszczem parafii Opatrzności Bożej (1972-2003). W Wesolej rozbudował kościół, ozdobiony za jego staraniem polichromiami Jerzego Nowosielskiego, wybudował dom rekolekcyjny, powołał Fundację „Gniazdo Rodzinne”, która prowadzi Dom Opieki Społecznej. Po przejściu na emeryturę pozostał w parafii jako rezydent.

Od 1937 roku związany był z harcerstwem. W czasie II wojny światowej Stefan Wysocki był żołnierzem Szarych Szeregów, działał w łowickiej konspiracji. Po wojnie był m.in. kapłanem Szarych Szeregów (1980), przewodniczącym Rady Naczelnej Stowarzyszenia Szarych Szeregów (2002) a także członkiem Rady ds. Kombatantów i Osób Represjonowanych (2004).

W duszpasterstwie pracował przede wszystkim z młodzieżą szkolną i akademicką. Jako jeden z pierwszych rozpoczął wyjazdy w góry, spływy kajakowe - inicjatywy duszpasterskie o charakterze turystycznym.

Odnaczone: Krzyżem Armii Krajowej (1984), Krzyżem Partyzanckim (1995), Złotym Krzyżem Zasługi (1999), Medalem Pro Memoria (2005) oraz Krzyżem Kawalerskim Orderu Odrodzenia Polski (2008).

Cześć Jego pamięci!!!

MJP

Jest pierwszy z przetargów na budowę tunelu w Wesolej

Ruszył przetarg na zaprojektowanie trzech przepraw przez tory linii kolejowej Warszawa - Terespol: wiaduktu w ciągu ul. Chełmżyńskiej, tunelu w centrum Rembertowa oraz tunelu w Wesolej. Termin oddania gotowej dokumentacji wraz ze wszystkimi pozwoleniami ustalono na 18 miesięcy.

PLAN MINIMUM

W Wesolej zaplanowano likwidację przejazdu przez tory i budowę tunelu oraz przesunięcie ronda na skrzyżowaniu ul. 1. Praskiego Pułku z Okuniewską w stronę Placu Wojska Polskiego, a także przebudowę ul. Okuniewskiej łącznie na odcinku około pół kilometra. Zejścia z peronów przewidziano do tunelu drogowego. Długość tunelu ma uwzględnić dobudowanie w przyszłości dwóch dodatkowych torów kolejowych, po jednym po każdej stronie istniejącej linii.

POTRZEBNE KONSULTACJE

Postulaty przedstawione w pismach ZDM, ZTM i Burmistrza Wesolej dotyczą głównie problemów z dojazdami do ulic lokalnych, parkingów przy torach i przystanków autobusowych. Dzielnica Wesola wnosi przede wszystkim o konsultowanie inwestycji z naszym urzędem na wszystkich etapach, od koncepcji, przez projekt, aż do zakończenia budowy. Wskazano, by planowane rozwiązania nie pogarszały dostępu do nieruchomości oraz by unikać rozbiórek istniejącej zabudowy mieszkalnej i usługowo handlowej. Zachowana ma być przejezdność ulicy Głowackiego, a rondo po stronie północnej - odsunięte na zachód od osiedla. Po tamtej stronie torów, z budową tunelu powinna być skoordynowana realizacja parkingu typu "Parkuj i jedź". Jego pojemność ma być "wystarczająca" (obecnie na tymczasowych parkingach mieści się ponad 350 samochodów). Ostatnim postulatem dzielnicy jest zapewnienie miejsca dla autobusów 198. W razie konieczności, dopuszcza się zmianę jego trasy lub kierunku jazdy.

Z TUNELI NA PERON

Zarząd Dróg Miejskich wnosi o "rozwiązanie problemów" z wjazdem na ul. Miłą od strony 1. Praskiego Pułku i dojazdem do parkingów przy Głowackiego. Dla zapewnienia przejazdu w każdym kierunku pomiędzy tunelem a ul. Okuniewską, postuluje się budowę dodatkowego układu ulic. Zaproponowano obustronne, jednokierunkowe drogi dla rowerów (co byłoby spójne z jednokierunkowymi pasami wyznaczonymi na jezdni na południe od ul. Armii Krajowej). Chodniki także mają być wybudowane po obu stronach jezdni.

Warto zwrócić uwagę, że to ZDM proponuje rozważyć możliwość zamiany istniejących peronów krawędziowych (oddzielnych dla każdego toru) na peron wyspowy, umieszczony między torami kolejowymi. Wyjścia z tuneli pieszych mogłyby wtedy prowadzić na nowy peron i idąc z każdej strony można by łatwo dostać się do pociągów jadących w dowolnym kierunku.

DRZWI W DRZWI

Szczegółowe uwagi dotyczące dojścia pasażerów na perony i przystanki złożył Zarząd Transportu Miejskiego. Widać z nich, że zapewnienie wygodnego dostępu do pociągów i autobusów przy istniejącym układzie peronów byłoby dość skomplikowane. Zwrócono na przykład uwagę na możliwość szybkiego i pozbawionego zbędnych barier przejścia pasażerów z jednego peronu na drugi, porównywalnie z obecnym przejściem w poziomie terenu.

Dla zapewnienia tego ZTM postuluje przesunięcie peronu obsługującego kierunek wschodni (w stronę Mińska) na drugą stronę ulicy, naprzeciwko peronu dla pociągów jadących do Warszawy. Urzędnicy ZTM uważają, że wtedy wystarczyłby tylko jeden tunel dla pieszych. Nie wzięli jednak pod uwagę potrzeb innych mieszkańców Wesolej, którzy akurat nie korzystają z komunikacji publicznej, lecz potrzebują jedynie przejść przez tory. Większość z nich wybiera wtedy drogę po wschodniej stronie ulicy, bo tak jest bliżej na osiedle "wojskowe" oraz do większości sklepów i innych placówek. ZTM uzależnia też lokalizację przystanku 198 (który powinien być nie dalej niż 100 metrów od peronu) od możliwości obserwacji przez kierowców sytuacji w ruchu kolejowym, czyli potencjalnych pasażerów chcących skorzystać z przesiadki w stronę Starej Miłosny. Za optymalne uznano usytuowanie przystanku (a także parkingów "PiJ") na działce o trójkątnej kształcie, która powstanie po odsunięciu ronda od torów. Autobusy mogłyby mieć przystanek końcowy bezpośrednio przy peronie kolejowym, ze wspólnym zadaszeniem i z możliwością przesiadki do centrum Warszawy "drzwi w drzwi". Autobusy jechałyby w drugą stronę przez rondo, tunel i specjalną łącznicę na drugi przystanek znajdujący się przy przesuniętym peronie dla pociągów przyjeżdżających z centrum. Dalej ich trasa biegłaby ulicami Głowackiego, Moniuszki i Armii Krajowej do 1. Praskiego Pułku - czyli odwrotnie, niż teraz.

KIEDY TO WSZYSTKO ZBUDUJĄ?

Projekt został podzielony na trzy części, co oznacza, że w przypadku wydłużenia projektowania lub procedury uzgodnień dla któregośkolwiek z obiektów, każda z pozostałych inwestycji będzie mogła być bez przeszkód kontynuowana. Ich realizacja - najprawdopodobniej po kolei, aby uniknąć spiętrzenia się utrudnień komunikacyjnych - może się rozpocząć najwcześniej pod koniec 2019 roku. Warto zaznaczyć, że wcześniej ma szansę wystartować budowa tunelu w Sulejówku, w ciągu ul. Piłsudskiego. W przetargu na jego projekt otworzono już oferty. Najniższa cena wynosi 947 tys. złotych, czyli trochę ponad połowę przewidywań inwestora, którym jest PKP PLK. Inwestycja w Sulejówku jest prowadzona na podstawie trójstronnego porozumienia z 25 kwietnia 2016 roku, w którym uczestniczy także miasto i Mazowiecki Zarząd Dróg Wojewódzkich. Czas na opracowanie dokumentacji o zbliżonym zakresie do naszego tunelu jest podobny - 560 dni - ale projektowanie może rozpocząć się znacznie wcześniej. Pierwotnie planowano, że budowa ruszy nawet w przyszłym roku, ale, biorąc pod uwagę procedury przetargowe, należy przyjąć - i tak optymistycznie - że stanie się to na początku 2019. Wcześniejsze utworzenie bezkolizyjnego przejazdu przez tory na drodze wojewódzkiej (nr 638), łączącej Trakt Brzeski (DK nr 2) z szosą węgrowską (DW 637) pozwoli znacznie odciążyć ulicę 1. Praskiego Pułku, przede wszystkim uwolnić ją od ruchu tranzytowego. Obecnie większość kierowców woli przejazd przez Wesolą od jazdy przez Sulejówkę lub Rembertów, gdyż szlabany w naszej dzielnicy działają stosunkowo najsprawniej. Należy mieć nadzieję, że projektanci i urzędnicy odpowiedzialni za układ komunikacyjny w Wesolej wezmą to pod uwagę, odpowiednio dostosowując przepustowość naszych ulic.

TOMEK GŁÓWKA

DYŻURY RADNYCH

ze Stowarzyszenia *Sąsiedzi dla Wesolej* w poniedziałki

HANNA BABIK:

godz. 17.00-18.00 tel. 502 087 556,
e-mail: babikhanna@gmail.com,

JOANNA JANUSZEWSKA-MISKÓW:

godz. 16-17, tel. 570 730 034,
e-mail: jm.januszewska@gmail.com

Kto zarabia na WOW?



Regionalny Dyrektor Ochrony Środowiska ogłosił nowy termin wydania decyzji w sprawie przebiegu WOW przez

Wesołą: do 27 grudnia 2017 roku.

W uzasadnieniu czytamy: „powyższe spowodowane jest koniecznością przeanalizowania przedłożonego przez inwestora ujednoliconego i zaktualizowanego raportu o oddziaływaniu ww. przedsięwzięcia na środowisko”.

Szkoda, że w całej tej procedurze cały czas brakuje zdrowego rozsądku. Nie możemy się nadziwić jak inwestor - GDDKiA mógł popełnić drugi raz ten sam błąd, występując w 2015 roku o pozwolenie na budowę obwodnicy w wariantcie zielonym przez centrum Wesołej na nasypie, na którym minister Gęsickiej nie zostawiła suchej nitki wydając w 2007 roku decyzję na budowę wow w wariantcie czerwonym - w tunelu i z węzłem! Podkreślając, że wariant na nasypie jest szkodliwy społecznie i niszczący dla środowiska. Po co drugi raz wkładać palce między drzwi? Kto zarabia na nieprześląanych decyzjach? Przypomnijmy, że koszt budowy WOW z tunelem i węzłem (wariant czerwony) w 2007 roku kosztował 550 milionów złotych. Po 10 latach tańszy wariant na nasypie (zielony), bez tunelu i węzła inwestor wycenił na 1 miliard 200 milionów złotych ?!. Jak to możliwe? Tym bardziej, że na przestrzeni lat koszty budowy dróg w Polsce spadły, a nie wzrosły? Skąd 100 procentowy wzrost ceny? Dlaczego inwestor z naszych pieniędzy proponuje wariant bardziej szkodliwy dla mieszkańców i droższy od tego w tunelu?

Może już czas na porządną kontrolę procedury w sprawie WOW przez Wesołą?

JOANNA GORZELIŃSKA

Koszt budowy WOW

w 2007 r.: 550 mln (wariant czerwony z tunelem i węzłem)

W 2017 r.: 1 200 mln (wariant zielony na nasypie, bez węzła i tunelu)

Skąd 100 procentowy wzrost ceny?

Szanowni Państwo,

list do redakcji

w związku z zagrożeniem zdrowia i życia osób przebywających w Warszawie, zwracamy się do Państwa z uprzejmą prośbą o pomoc w nagłośnieniu problemu oraz w przekonaniu GDDKiA (oraz RDOŚ i SANEPID), o konieczności umieszczenia jak największej części planowanej Wschodniej Obwodnicy Warszawy (WOW) w tunelu. Według opracowania ekofizjograficznego do Studium uwarunkowań i kierunków zagospodarowania przestrzennego Warszawy¹, przez dzielnicę Wesołą przepływa powietrze zasilające kolejowy wschodni korytarz napowietrzający o najlepszym przewietrzaniu oraz najlepszej regeneracji².

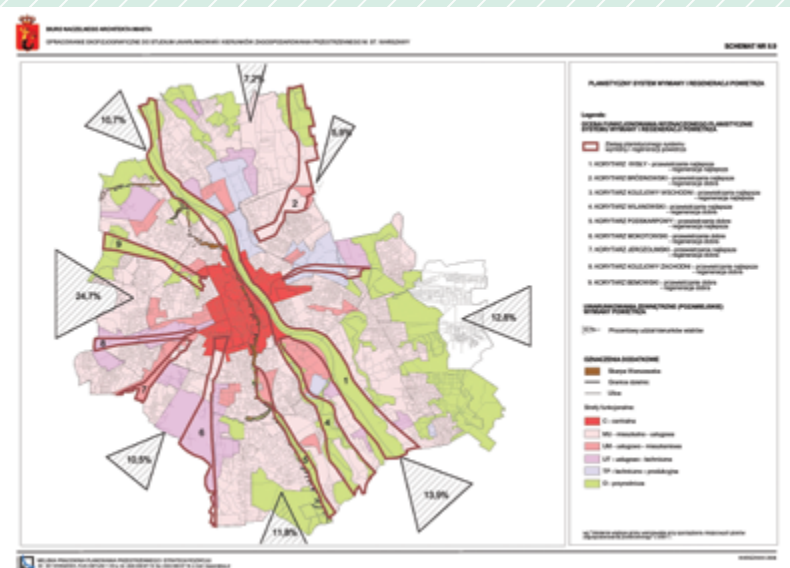
WOW, łącząc węzeł Drewnica z węzłem Zakręt, przechodzi m.in. przez zalesione tereny podwarszawskie oraz warszawskie (Rembertów, Wesoła)³. Autostrada, którą w ciągu doby przejeżdżać będzie minimum 100.000 aut, przecinać będzie trasę klina napowietrzającego, zaopatrującego Warszawę w tlen. Po jej wybudowaniu, przede wszystkim zimą gdy smog jest największy a wiatry wieją głównie z kierunku wschodniego (a więc w stronę centrum Warszawy), zamiast świeżego powietrza do stolicy napływać będzie dodatkowa fala smogu oraz zanieczyszczeń. Umieszczenie jak największych fragmentów WOW pod ziemią, zastosowanie filtrów przy elementach infrastruktury odprowadzających spaliny z tuneli, zapobiegnie znacznemu pogorszeniu i tak już znacznie zdegradowanego klimatu Warszawy.

GDDKiA, pomimo naszych starań, nie traktuje naszego Stowarzyszenia poważnie a nasze argumenty, poparte oficjalnymi, aktualnymi i zdawałoby się niepodważalnymi danymi, odrzuca na każdym etapie nie tyle dyskusji co naszego monologu mającego formę rzucania grochem o ścianę.

W związku z powyższym, zwracamy się do Państwa z prośbą jak wyżej- póki jeszcze jest czas i póki instytucje publiczne (RDOŚ, SANEPID) analizują inwestycję, zadziałajmy wspólnie aby Warszawiakom oraz osobom przyjeżdżnym oszczędzić dodatkowego smogu a więc astmy, raka, wielu innych chorób...

Członkowie Stowarzyszenia oraz Warszawiacy są na tyle zdeterminowani brakiem dialogu z GDDKiA oraz nieuwzględnianiem dobra mieszkańców Warszawy przy projektowaniu inwestycji, iż coraz częściej pojawiają się głosy o konieczności zwrócenia uwagi osób decyzyjnych na problem jakim jest WOW poprzez cykliczne protesty (m.in. przez blokowanie głównych warszawskich ciągów komunikacyjnych).

Będziemy niezwykle radzi z Państwa pomocy przy nagłośnieniu sprawy, z naszych wspólnych prób dotarcia do osób decydujących o inwestycji i z przekonania ich o tym że WOW w tunelu to najlepsze możliwe wyjście, z uratowania zdrowia i życia tysiącom (a na przestrzeni kilkudziesięciu lat milionom) mieszkańców Warszawy...



- <http://www.architektura.um.warszawa.pl/ekofizjografia>
- [http://www.architektura.um.warszawa.pl/sites/default/files/files/Ekofizjografia_schematy_II.pdf-schemat nr II.9 \(strona 9\)](http://www.architektura.um.warszawa.pl/sites/default/files/files/Ekofizjografia_schematy_II.pdf-schemat nr II.9 (strona 9))
- <http://www.siskom.waw.pl/s17.htm>

Trwa zbiórka publiczna na walkę z obwodnicą na nasypie przez centrum Wesołej!

Drodzy Sąsiedzi,

Dzięki Waszemu wsparciu od 2 lat skutecznie powstrzymujemy budowę obwodnicy na nasypie przez centrum Wesołej!

Potrzebujemy ŚRODKÓW na dalszą walkę!

Razem powstrzymamy ten katastroficzny wariant. Każda, nawet najmniejsza wpłata jest na wagę złota. Bez ekspertów i prawników nie mamy szans! Dziękujemy, Sąsiedzi dla Wesołej

Odbiorca: Stowarzyszenie Sąsiedzi dla Wesołej

NR. KONTA:

PEKAO 15 1240 2148 1111 0010 4745 9848

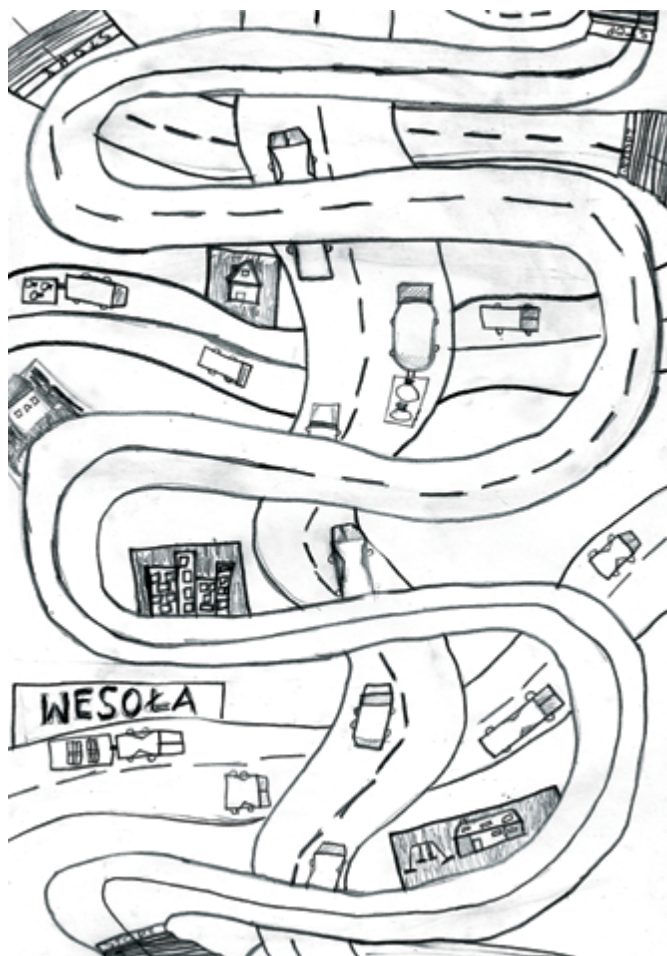
Tytułem: Darowizna na cel: NIE DLA OBWODNICY PRZEZ CENTRUM WESOŁEJ

Na co potrzebne są pieniądze:

Zebrane środki posłużą zarówno do działań prawnych jak i wszelkich możliwych akcji, które pomogą w odsunięciu WOW od centrum Wesołej. Musimy zatrudnić prawnika i ekspertów środowiskowych, którzy w fachowy sposób pomogą przedstawić wszelkie możliwe argumenty, żeby „Wariant Zielony” nie został wybrany.

Jeśli los Wesołej nie jest Ci obojętny, dołącz do Nas.

Każdy, kto wpłaci darowiznę, otrzyma pełny wgląd w raporty, na co środki zostały przeznaczone. Będzie też informowany drogą mailową o postępach akcji WOW NIE PRZEZ CENTRUM WESOŁEJ.



RYSUNEK: AGATKA GOLISZEK LAT 10
PRACA PLASTYCZNA Z ZAJĘĆ ARTYSTYCZNYCH GRAŻYNY BANY

Co robi Stowarzyszenie Sąsiedzi dla Wesołej w sprawie WOW

Wszystko wskazuje na to, że Wschodnia Obwodnica Warszawy nie ominie Wesołej. Procedura administracyjna się toczy. Kwestią czasu jest wydanie decyzji, która zmieni na zawsze oblicze naszej dzielnicy. Czujemy się zobowiązani do monitorowania i sygnalizowania Państwu jak w rzeczywistości wygląda sytuacja w tej sprawie. Mamy żal do naszych władarzy, że do takiego obowiązku się nie poczuwają. Kiedy GDDKiA w 2015 r. ogłosiła nowy wariant przebiegu „obwodnicy” przez centrum Wesołej na nasypie wzdłuż ulicy Niemcewiczka Rada Dzielnicy wydała uchwałę „NIE dla obwodnicy”. I to by było na tyle, jeśli chodzi o jawne, upublicznione, działania w tej sprawie od 2015 roku do dziś. Po wielu monitach stowarzyszenia o podjęcie interwencji w obronie zdrowia i jakości życia mieszkańców, 16 marca 2017 (sic!) roku Rada Dzielnicy powołała Komisję do spraw WOW (z niecierpliwością czekamy na efekty jej pracy!)

My mamy się czym pochwalić, jeśli chodzi o walkę z obwodnicą na nasypie. Po wnikliwej analizie raportu OOS (na podstawie którego wydawana jest decyzja o budowie) udało nam się odnaleźć w nim tyle nieścisłości, błędów i braków, że Regionalny Dyrektor Ochrony Środowiska zwrócił się o opinię do Instytutu Ochrony Środowiska, który w dużej mierze nasze uwagi potwierdził. To my zwykli mieszkańcy poświęcając wolny czas i płacąc za ekspertyzy

z własnych pieniędzy udowodniliśmy, że przedstawione w raporcie dane mają się nijak do rzeczywistości.

O odbyliśmy dziesiątki spotkań z: GDDKiA, RDOŚ, Ministerstwem Infrastruktury, Urzędem Dzielnicy, Urzędem m.st. Warszawy, Biurami Poselskimi, instytucjami pozarządowymi, mediami). Napisaaliśmy setki pism do różnych instytucji, które mogły być zainteresowane i mogłyby nam pomóc. Zorganizowaliśmy w straży pożarnej (płacąc za wynajem sali!) spotkanie dla Państwa, które pokazało, jak wiele jest w tej sprawie dezinformacji i jak mało w kwestii informowania mieszkańców robią instytucje za to odpowiedzialne. Na spotkaniu chcieliśmy przekazać naszą opinię i wiedzę na temat toczącej się procedury i wymienić się informacjami i to się udało!

Prawie w każdym numerze gazetki umieszczamy bieżące informacje na temat WOW, napisaliśmy wiele artykułów alarmujących Państwa. Informujemy o możliwościach wysyłania protestów przez mieszkańców i wiemy jak wiele ich Państwo już wysłało. Dziękujemy Wam za zaufanie i podjęte działania oraz za wpłaty, dzięki którym pojawiają się nowe ważne argumenty w sprawie. Dziękujemy za zgłaszanie się do współpracy ze Stowarzyszeniem. Rośniemy w siłę i mamy nadzieję, że kolejne osoby do nas dołączą. Razem mamy szansę. Chcemy chronić naszą wspaniałą dzielnicę i nie pozwolimy na jej kompletną degradację wariantem na nasypie!

STOWARZYSZENIE SĄSIEDZI DLA WESOŁEJ



Żywe lekcje historii przy dźwiękach renesansowej muzyki w tle z archeologią i ceramiką...

Sąsiedzi dla
WESOŁEJ

PIKNIK WESOŁA



4 czerwca 2017 czekamy na Was na naszym stoisku Stowarzyszenia "Sąsiedzi dla Wesołej" w godz. 12.00-17.00

Atrakcje:
warsztaty ceramiczne,
atelier fotograficzne,
stoisko z rzemiosłem rycerskim,
warsztaty dekorowania ciasteczek,
wata cukrowa,
kawa, lemoniada, ciasta,
gry i zabawy dla dzieci,
masaż dłoni olejkami eterycznymi i wiele innych niespodzianek.

SĄSIEDZI DLA WESOŁEJ

list do redakcji

Dzień dobry

Piszę do Państwa ponieważ od jakiegoś czasu bardzo niepokoi mnie pewna powtarzająca się sytuacja na ulicach Starej Miłosny - a dokładniej mówiąc ul. Jana Pawła.

Jestem mieszkańcem Starej Miłosny o ładnych kilku lat. Mieszkam przy rondzie Rumiankowa i obserwuję niebezpieczne sytuacje które notorycznie się powtarzają.

- problem pierwszy to rajdowe prędkości z jakimi poruszają się samochody - od Ronda Rumiankowa w stronę Restauracji KFC na prostym odcinku Jana Pawła gdzie dochodzi do bardzo niebezpiecznych sytuacji wyprzedzania innych pojazdów przed przejściami dla pieszych. Na wspomnianym odcinku są 4 przejścia dla pieszych przed, którymi jest podwójna ciągła linia, ale dla samochodów „wyścigowych” nie stanowi to problemu. Z tych przejść korzystają niejednokrotnie dzieci idące bądź wracające ze szkół, osoby z wózkami dziecięcymi i starsze osoby.

- problem drugi to rajdowe poczynania młodego człowieka z czarnego BMW serii 3, który od godz 18 do 21:30 jeździ po rondach jeździ bokiem a raczej ćwiczy poślizgi. Sprawa była już zgłaszana na Policję. Niestety Policja zapytała czy jest film na którym widać tzw driftowanie po rondzie, a filmu takiego póki co niestety nie ma. W związku z pojawiającym się niebezpieczeństwem jaki obydwie opisane sytuacje stwarzają uznałem, że należy do Państwa napisać wiadomość może tą sprawę da się jakoś rozwiązać póki jeszcze nie zdarzył się wypadek a tym bardziej nikt nie zginął.

Z POWAŻANIEM MIESZKANIEC STAREJ MIŁOSNY

**HIPODROMOWY
CROSS BIEGOWY**
crosswesola.blogspot.com

11 CZERWCA
SOBOTA
Godzina 10.00

HIPODROM
Wesoła
Warszawa





Sąsiedzi dla
WESOŁEJ

ŚWIĘTUJ Z NAMI

DZIEŃ SĄSIADA

1. Lokalizacja: Wiatki Nadleśnictwa koło Urzędu
11 czerwiec 2017 (niedziela) godz. 13.00 - 16.00

- sąsiedzkie grillowanie, warsztaty plastyczne,
warsztaty przyrodnicze, atelier fotograficzne,
prezentacja projektu BP pt.: "Tężnia Wesoła"
WYBORY SĄSIADÓW ROKU !!!



2. Lokalizacja: teren TKKFu ul. Armii Krajowej 32
11 czerwiec 2017 (niedziela) godz. 11.00-18.00

- 11.00 Sąsiedzki turniej tenisowy - wcześniejsze zapisy pod tel. 502-593-703
- 15.00 pokaz egzotycznych ptaków i zwierząt,
- 16.00 spotkaniem z p. A.Klimum - autorem książki "Stara Wesoła" / sprzedaż książek
- 17.00 sąsiedzkie ognisko (mile widziane gitary)



Uczciliśmy 600 lat Starej Miłosny!



O historii osiedla Stara Miłosna pisał wielokrotnie na łamach naszej Gazety sąsiad i warszawianista Adam Ciećwierz. Do 37 numeru z sierpnia 2016 roku napisał tekst o 600-leciu Starej Miłosny - najstarsza wzmianka w zachowanych dokumentach o osadzie Miłosina lub Miłoszyna pochodzi z roku 1416. Jej nazwa powstała najpewniej od imienia Miłosz. Okładkę tego numeru zdobiła mapa autorstwa Iwony Bal z naszego stowarzyszenia.

Zarząd Stowarzyszenia „Sąsiedzi dla Wesolej” wraz z jego radnymi: Hanną Bąbik i Joanną Januszewską-Misków zainicjował starania o zorganizowanie uroczystości poświęconej 600-leciu. Pomysł popart burmistrz Edward Kłós i Zarząd Dzielnicy Wesola. Okolicznościowa konferencja została objęta honorowym patronatem burmistrza i wsparta finansowo przez Urząd Dzielnicy. W jej organizację włączyły się również: pani **Elżbieta Daniłowicz**, dyrektorka Biblioteki Publicznej w Dzielnicy Wesola wraz z pracownikami oraz dyrektorka Gimnazjum nr 119 w Starej Miłosinie im. Marszałka Józefa Piłsudskiego pani **Ewa Tucholska** wraz z gronem pedagogicznym i uczniami tej szkoły.

Jubileusz w formie sesji naukowej z prelekcjami poświęconymi Starej Miłosnie miał miejsce **22 kwietnia w auli Gimnazjum nr 119**. Spotkanie otworzył i powitał gości

Zastępca Burmistrza Dzielnicy Wesola m.st. Warszawy **Marian Mahor**, mieszkańiec naszego osiedla. Sesji towarzyszyła wystawa tablic o tematyce historycznej naszego osiedla i jego przyrody.

Konferencję uświetnił występ chóru dziewcząt pod dyrekcją Marty Zamojskiej-Makowskiej, z bardzo ciekawym i urozmaiconym repertuarem (Stabat Mater Pergolesiego, psalmy Mikołaja Gomółki, Ave Maria, Kukułeczka z reortuaru „Mazowska”, latino swing bongo bongo, fragment z musicalu West Side Story).

PODZIĘKOWANIA

Dziękujemy wszystkim uczestnikom Jubileuszu. Dzięki wsparciu znanych sąsiedzkich firm mogliśmy wszystkich ugościć, wydrukować plansze i wydać pocztówkę. Składamy podziękowania naszej koleżance **Małgorzacie Mazurkiewicz** za profesjonalną konferansjerkę, **Iwoni Bal** za użyczenie ilustracji na okolicznościową pocztówkę oraz za ciekawy pokaz jej fotografii poświęconych widom i mokrądom Starej Miłosny.

Adamowi Ciećwierzowi za merytoryczny wkład w przygotowaniu sesji i za prezentację pt. „Stara Miłosna i okolice, kartki z dziejów osiedla i gminy”. **Pawłowi Ajdackiemu** za wykład na temat wydarzeń militarnych w okolicy i o bunkrach na te-

renie dzielnicy. **Dorocie Wrońskiej** o opowieść o lokalnej przyrodzie, **Katarzynie Oknińskiej** za przybliżenie historii starożytności Ochotniczej Straży Pożarnej. **Panu Rafałowi**, akustykowi z Domu Kultury z Wesolej - partnera wydarzenia, za zapewnienie bezbłędnego nagłośnienia.

Bardzo dziękujemy całej ekipie z Biblioteki Publicznej w Wesolej z Elą Daniłowicz na czele za twórczą i merytoryczną pracę przy organizacji obchodów.

Danucie Król i jej ekipie z gimnazjalnej stołówki za przygotowanie ciekawego i - przede wszystkim - podniebienia - poczęstunku.

Serdeczne podziękowania składamy sponsorom, którzy wsparli naszą imprezę: **Józefowi Wojtasiowi** z firmy Domeko, **Barbarze i Tadeuszowi Walickim**, właścicielom sklepów Groszek w Starej Miłosinie, **Zdzisławie Kalinowskiej** z KM Delikatesy. Piekarni Putka dziękujemy za pyszny okolicznościowy tort.

Wystawę prezentowaną podczas uroczystości w holu gimnazjum, złożoną z 12 tematycznych tablic, już wkrótce będzie można obejrzeć w siedzibie głównej naszej biblioteki.

HANNA BĄBIK,
MAGDALENA JĘDRZEJEWSKA-PYRZANOWSKA

Plener Malarski

22-26 sierpnia 2017

Bezpłatne zajęcia dla młodzieży i dorosłych, będą prowadzone na terenie naszej dzielnicy. Kuratorem pleneru jest malarka Grażyna Bany.

Zapisy: grazynabany@02.pl

organizatorzy:

LUBISZ PRZYRODĘ, TWOJĄ PASJĄ JEST FOTOGRAFOWANIE? MAMY MIŁĄ NIESPODZIANKĘ

NIE MUSISZ BYĆ PROFESJONALISTĄ, LICZĄ SIĘ CHĘCI I MIŁO SPĘDZONY WOLNY SOBOTNI CZAS.

Wesoła historia zaprosiła do Wesołej panią Taidę Tarabulę, słynną polską fotograf, która od lat wykłada na Uniwersytecie Warszawskim i na SGGW fotografię przyrodniczo-krajobrazową. W napiętym grafiku, pełnym plenerów w całej Polsce pani Taida znalazła czas na warsztaty w Wesołej. Odbędą się 10 czerwca 2017 w sobotę. Obowiązują zapisy, gdyż liczba miejsc jest ograniczona.

Zgłoszenia przyjmuje Ośrodek Działań Twórczych „Pogodna”

ul. Jana Pawła II 25, 05-077 Warszawa

telefon (0-22) 427 37 74; 793 830 307

e-mail: pogodna@domkulturywesola.net

Będą to całodniowe warsztaty fotograficzne w godzinach 9.00 - 17.00, których celem będzie nauka podstaw fotografii, w tym ustawień, kompozycji i praca w plenerze. Wybraliśmy dla państwa malownicze tereny mokradeł Starej Miłosny. Poszukamy tam ciekawych kadrów, rytmów, faktur, światła...

Zabawę rozpoczynamy już dziś. Na łamach Gazetki Sąsiedzkiej oraz na stronie „Wesoła Historia” ogłaszamy konkurs fotograficzny pt.: „Wydmy i mokradła Starej Miłosny”, tym samym zachęcając do wiosennych spacerów po Macierówce. Pokażmy jak piękne tereny są w Wesołej. Na zakończenie warsztatów urządzimy pokaz wybranych przez siebie najlepszych zdjęć z pleneru i rozstrzygniemy konkurs.



Rowerownik - dwie trasy zaliczone!

Podczas słonecznych, weekendowych wycieczek rowerowych 13 i 20 maja po Wesołej (będących kontynuacją zeszłorocznych spacerów po Lesie Miłowym) odkryliśmy nowe, godne polecenia trasy w Wesołej. Naszym celem było zlokalizowanie i zobaczenie wszystkich pomników przyrody na terenie osiedla Centrum i Zielona. Warto je znać, to nasze zielone płuca i prawdziwe skarby przyrody – poprawiają jakość powietrza i tworzą unikalny klimat

okaz – dąb znajdujący się na rogu ul. Sikorskiego i Lipowej. Zachwyt budził już wiele lat temu - znalazł się na przedwojennej stuzłotówce! Trasa drugiej wycieczki oprócz poszukiwań najstarszych drzew to pewna niespodzianka – zakończyła się nad leśnym „jeziorem” przy siedzibie Lasów Miejskich. Większość z nas była bardzo zaskoczona, mamy w bliskiej okolicy tak malownicze miejsce na rodzinną wycieczkę – jest coś do poczytania (tablice

Bal - aktywna promotorka uroków Wesołej, społecznie działająca w Stowarzyszeniu Sąsiedzi dla Wesołej, zamieszczając swoje piękne przyrodnicze fotografie na stronie fb wesolahistoria. Jej „Rowerownik” to pomysł na atrakcyjne wycieczki rowerowe po naszej okolicy z bogatymi informacjami o historii, przyrodzie, architekturze. To będzie pozycja obowiązkowa dla miłośników tej dzielnicy, a ukaże się, gdy tylko uda się zebrać fundusze na



naszej dzielnicy, są nie do zastąpienia. Niektóre okazy mają po kilkadziesiąt lat, ogromne dające cień rozłożyste korony, wysokość do dwudziestu kilku metrów. Największe wrażenie zrobił na nas widowskowy

informacyjne), zadaszone miejsce na piknik, taras nad wodą. Smaczne zakończenie wycieczek w wiatkach zafundował nam nasz Urząd Dzielnicy – dziękujemy!

Pomysłodawczynią tych tras jest Iwona

jej wydanie. W tym celu szukamy osób zainteresowanych zamieszczeniem odpłatnych reklam w przewodniku przygotowywanym przez Iwonę.

KASIA BIAŁEK

Tegoroczna wiosna troszkę ociąga się z nadejściem.



Pod koniec kwietnia zdarzały się noce z przymrozkami, w wielu miejscach padał śnieg. Było wiele mokrych i pochmurnych dni.

Jednak mimo, że niektórych może to wprawiać w ponury nastrój to powinniśmy się cieszyć. Wiosną opady są jak najbardziej porządane. Dzięki nim przyroda budzi się do życia, wszystko dookoła jest świeże i soczyste. Także nie narzekajmy na deszcz, tylko bądźmy za niego wdzięczni.

Maj jest miesiącem, w którym chcielibyśmy cieszyć się już słońcem i ciepłem. I zwykle tak jest. Pamiętajmy jednak, że wciąż mogą się zdarzyć przymrozki i wyrządzić szkody w naszych ogrodach. Zwracajmy więc uwagę na prognozy pogody i zabezpieczajmy przed niskimi temperaturami wrażliwsze rośliny. Zwyczajowo, mówi się że po „zimnych ogrodnikach” (11-15 maj) ogród jest już bezpieczny. Ale że natura lubi płatać figle, lepiej trzymajmy rękę na pulsie.

Maj jest miesiącem troszkę łżejszych i przyjemniejszych w mojej ocenie prac ogrodowych. Teraz przycinamy krzewy kwitnące przed rozwojem liści (forsycja, wierzbą, niektóre tawuły). Skracamy róże krzaczaste do wysokości 30-40 cm, a jeśli powyżej miejsca szczepienia zauważyliśmy dziczki usuwamy je. Po przekwitnięciu usuwamy zwiędłe kwiatostany z lilaka (pospolicie zwanego bzem). Odwdzięczy się nam w przyszłym roku jeszcze piękniejszym kwitnieniem.

Na rabatach kończą kwitnienie rośliny cebulowe. Odcinamy ich przywiedle kwiaty a pozostałe części roślin pozostawiamy. Dzięki temu nie tracą one energii na zawiązywanie nasion a przeznaczają je na gromadzenie substancji zapasowych w cebulach, co za rok pozwoli im wydać piękne kwiaty. Wysiewamy do gruntu rośliny dwuletnie oraz do połowy miesiąca niektóre jednoroczne, kwitnące latem. To również czas wysadzania do gruntu roślin jednorocznych z rozsady (najpierw lwie paszcze i astry chińskie a po 15 maja akamitki, szalwie, lobelie, żeniszki) oraz bulw i karp dali, pacioreczników i mieczyków.

Po „zimnych ogrodnikach” powoli wystawiamy na zewnątrz rośliny zimujące w pomieszczeniach (ostrożnie je hartując). Możemy również przygotować już pojemniki z kompozycjami z roślin takich jak pelargonie, sur finie, petunie, niecierpki, bluszcz kurdybanek, kocanki itd. W nasłonecznionych miejscach możemy ustawić skrzynki z ziołami.

Trawnik jest już soczyście zielony ale prawdopodobnie pojawiły się na nim chwasty. Można wykonać oprysk i się ich pozbyć albo je polubić. Jeśli nie zastosowaliśmy w kwietniu nawozu długo działającego to pod koniec maja ponownie nawozimy trawnik. Regularnie, raz w tygodniu wykonujemy koszenie. Być może pojawiły się w naszym ogrodzie krety. Jest wiele metod (rzadko skutecznych) na odstraszanie kretów. Pamiętajmy jednak, że kret to zwierze pożyteczne i będące pod ochroną. Dlatego wolno nam go przeganiać z ogrodu, ale nie wolno zabijać!

KATARZYNA HORNUNG

34.
KONKURS



WARSZAWA
W KWIATKACH
I ZIELENI

Kilkaset ogrodów i ogródków, pół tysiąca doniczkowych kwiatów do adoptowania, 30 tysięcy papierowych toreb, które zastąpią nieekologiczne foliowe reklamówki, warsztaty z Martą Gessler i Elizą Mórąwską (whiteplate.pl) to tylko kilka punktów programu „Warszawy w kwiatkach i zieloni”. Konkurs, zapoczątkowany jeszcze przez Stefana Starzyńskiego, wyrasta na największą w Polsce akcję związaną z naturą, ogrodnictwem i ekologią. Start już 15 maja.

W dobie, gdy natura wraca do łask, a ekologia wkracza w każdy aspekt naszej codzienności, Warszawa pokazuje, że każdy z nas może przyczynić się do przekształcenia miasta w żywy, zielony ekosystem. „Warszawa w kwiatkach i zieloni” to konkurs, do którego można zgłosić swój ogród, ogródek, balkon a nawet ukwiecone okno. To także cykl wydarzeń, które pokażą warszawiakom, że zielone i zdrowe miasto może dać wiele szczęścia. Zgodnie z zamysłem Stefana Starzyńskiego cała Warszawa zaangażowana zostanie w świętowanie wiosny i natury.

W mieście będzie działać sześć ogólnodostępnych Centrów Porad. Odbędą się w nich spotkania. Ich uczestnicy nauczą się m.in. jak rozpocząć swoją przygodę z ogrodnictwem, poznają sekrety zielarstwa, spacerują się szlakiem najładniejszych ogrodów. Innowacją w skali całego kraju będą bezpłatne usługi Wirtualnego Lekarza Roślin, który pomoże wyleczyć chore rośliny doniczkowe, a także udzieli wszelkich porad dotyczących ogrodnictwa. Podczas „Warszawy w kwiatkach i zieloni” ulice stolicy zakwitną, na przystankach autobusowych, w kawiarniach i klubach pojawią się kwiaty w doniczkach - będzie je można zabrać do domu. Przygotowane zostały również ekologiczne papierowe torebki – zastąpią one foliowe reklamówki. Znajdziemy je m.in. w lokalnych warzywniakach i na targach.

Do konkursu przystąpić może każdy mieszkaniec Warszawy, firma i instytucja działająca na terenie miasta, a także grupy osób podejmujące wszelkie zielone inicjatywy. Ogrody nagradzane będą w trzech głównych kategoriach: człowiek, firma, sąsiedzi. Co roku przyznawana jest Nagroda im. Stefana Starzyńskiego, którą osobiście wręcza prezydent Warszawy. Nagrody rozda także Towarzystwo Przyjaciół Warszawy w sześciu kategoriach oceniane będą: balkony, loggie, okna, ogródki przydomowe, budynki i tereny ogólnodostępne, osiedla i inne formy zieleni miejskiej. Dodatkowo przyznany zostanie tytuł „Mister Kwiatów” za całociowe ukwiecenie budynku.

ZGŁOSZENIA MOŻNA PRZESYŁAĆ OD 15 MAJA DO 30 CZERWCA 2017.

Więcej informacji na www.warszawawkwiatkach.pl oraz facebook.com/warszawawkwiatkach

ORGANIZATORZY:

Miasto Stołeczne Warszawa,
Towarzystwo Przyjaciół Warszawy

KONTAKT DLA MEDIÓW:

Agnieszka Kłab, zastępca rzecznika prasowego Urzędu m.st. Warszawy,
aklab@um.warszawa.pl Tel. 22 44 333 82, 519 066 077

Aleksandra Zawadowska, Business & Culture
a.zawadowska@businessandculture.pl Tel. 793 919 168



Nasiona czarnuszki siewnej

Nigella Sativa - czarny kmin, czy złoto faraonów to nic innego jak popularna w ostatnim czasie czarnuszka. Roślina przyprawowa, która posiada cenne właściwości wykorzystywane nie tylko w kuchni ale i w kosmetyce. Ze względu na ostry, specyficzny korzenny smak nasion, zastępuje często pieprz gdyż nie podrażnia przewodu pokarmowego.

Znana w kuchni jako przyprawa dodawana do nabiału, marmelat, przetworów warzywnych, sałatek oraz do duszonych mięsnych potraw jak i przy wypiekaniu pieczywa.

W medycynie naturalnej znana od dawna i ceniona ze względu na wszechstronne działanie prozdrowotne. Nasiona tej niezwyklej rośliny wykazują działanie rozkurczowe oraz żółciopędne, dlatego wykorzystywane są w dolegliwościach trawiennych oraz regulacji czynności wątroby i trzustki.

Dzięki zawartości witamin A, C, E, oraz biotyny, potasu, seleniu i przeciwutleniaczy wpływa korzystnie na nasze zdrowie, wzmacniając przy tym odporność.

Właściwości przeciwbólowe i przeciwzapalne czarnego kminu znalazły zastosowanie w chorobach reumatycznych.

Nasiona czarnuszki siewnej wspomagają organizm przy alergii, dolegliwościach płuc w przypadku infekcji górnych dróg oddechowych.

Olej tłoczony z nasion wykazuje działanie przeciwzapalne, przeciwalergiczne i antyseptyczne, jest szczególnie doceniany w przypadku alergii pokarmowych, wziewnych i skórnych.

Kosmetyczne zastosowanie oleju z czarnuszki najbardziej polecane jest dla osób z tendencją do atopowego zapalenia skóry, łuszczycy i trądziku.

Z uwagi na szerokie właściwości czarnuszki warto stosować ją w codziennym życiu, zaczynając od posiłków, na kosmetyce kończąc.

MG ZIELARNIA ZIELONA

REKLAMA

Sklep zielarsko - medyczny

ZIELARNIA ZIELONA

ul. Brata Alberta 2B, Warszawa Wesoła (Zielona)

**Zioła
kosmetyki naturalne
suplementy diety, leki**

Godziny otwarcia:
Poniedziałek - Piątek 10:00 - 18:00, Sobota 10:00 - 14:00

Zgłodniali miłości/ Gotujący "Tinder"

Żyjemy w czasach, w których aplikacje mobilne znacznie ułatwiają nam życie, oszczędzają czas, nerwy i kieszenie. W sklepie płacimy smartphonem i to o połowę mniej używając wirtualnych kuponów, do domu wracamy Uberem, a jeżeli w ogóle nie chce nam się wychodzić z domu - obiad i zakupy też robimy za pomocą aplikacji.



Jednym z największych problemów dzisiejszych czasów jest: nieustanny pośpiech, który towarzyszy większości z nas, rzadka możliwość zjedzenia ciepłego, wartościowego posiłku, czy spędzenia czasu z rodziną.

Substytutem życia towarzyskiego i aktywnego spędzania czasu stały się media społecznościowe lub gry komputerowe. Coraz trudniej jest zaopatrzyć się w niezbędny zapas dopaminy, oksytocyny i endorfiny na następne dni - nie mówiąc o tym jak destruktywnie wpływa na nasz organizm śmieciowe jedzenie, którego często nawet nie mamy czasu odgrzać. Przysłowie: „Głodny poradzi sobie i bez tyłki” niestety zdaje się coraz częściej mieć odzwierciedlenie w naszych mizernych posiłkach.

Dlaczego wspólne posiłki są tak ważne? Jedzenie jest nieodłącznym, niemal niezbędnym elementem tworzenia relacji społecznych i rodzinnych. Jedzenie zbliża, dlatego tak wielu z nas po opuszczeniu rodzinnego gniazda brakuje tych wspólnych chwil przy stole, babciowego rosółu – jednak na takie przyjemności często brak nam umiejętności, czasu lub pieniędzy.

Naprzeciw takim oczekiwaniom przybywa aplikacja Zwyczajny Obiad, która w Warszawie wystartuje już 3 czerwca (później również w innych miastach). Za jej pośrednictwem będzie można zarówno sprzedać swój obiad jak i zjeść u gospodarza, albo wziąć go na wynos. Obiad wycenia gotujący: od 10 do 25 zł. Może być nadzwyczajny, ale nie musi i właśnie tę zwyczajność podkreśla Dawid Sokołowski, twórca aplikacji.

Gotujący może zrobić obiad taki jaki potrafi, bo właśnie o to chodzi, żeby przekonać się, że ten zwyczajny obiad, może być czymś specjalnym dla kogoś innego.

Za pomocą mapki będzie można zobaczyć, kto najbliżej w okolicy ma do zaoferowania coś ciepłego, co trafia w nasze gusta. Gotujący decyduje też jaka będzie konwencja spotkania, czy będzie to tylko odbiór, półgodzinne spotkanie, godzinna pogawędka, czy spotkanie przy herbatce do późna. Jest to dobra okazja zarówno, żeby zarobić, dobrać zjeść, ale też nawiązać nowe relacje.

Wszystkich zainteresowanych zapraszam do polubienia fanpage'a na facebooku/Zwyczajny.pl oraz do zaglądania na stronę internetową www.zwyczajny.pl, gdzie można znaleźć więcej informacji, również w wersji wideo. W tym momencie poszukiwane są osoby gotujące, więc jeżeli jesteś zainteresowany/zainteresowana koniecznie daj znać w wiadomości. Odbývają się już pierwsze spotkania informacyjne, również przy wspólnym, smacznym obiedzie.

POLA BANY

Najważniejsza jest pasja...

Z LESZKIEM LEWKOWICZEM, HISTORYKIEM, NAUCZycIELEM W SZKOŁACH BUŁHAKA, OPIEKUNEM TEGOROCZNYCH ZWYCIĘZCÓW KONKURSÓW KURATORYJNYCH Z WOS-U I HISTORII ROZMAWIA POLONISTKA JOLANTA WIAK.

Masz na swoim koncie wielu laureatów i finalistów konkursów przedmiotowych. W tym roku także Twój uczeń – Tomek Ratowski i Jakub Dmochowski odnieśli ogromny sukces, pierwszy, uzyskując tytuł laureata kuratorskiego konkursu z Wiedzy o Społeczeństwie, a drugi – finalisty w konkursie historycznym, a zatem czy masz jakąś receptę na sukces?

Nie ma prostej recepty na sukces. Najważniejsze jest, aby rozbudzić w młodym człowieku ciekawość świata i ludzi. Ona jest początkiem głębszego zainteresowania naukami humanistycznymi. Idea konkursów przedmiotowych jest wyłonienie pasjonatów, czyli takich uczniów, którzy nie traktują danej dziedziny wiedzy tylko instrumentalnie.

Oczywiście, w długim procesie przygotowań do konkursu bardzo istotne jest nawiązanie kontaktu intelektualnego z uczniem – to porozumienie jest niezwykle ważne, ponieważ wchodzimy na zupełnie inny poziom wiedzy. Przyjmujemy

sam pracować nad pewnymi zagadnieniami, czytać dodatkowe lektury i samodzielnie wyszukiwać ciekawe informacje przydatne do konkursu. Ważna jest także odporność psychiczna przyszłego uczestnika – w tym także oswojenie go z ewentualną porażką. Przecież nie ma gwarancji sukcesu, choć droga, którą przebył w trakcie przygotowań, ogromny wysiłek włożony w dodatkową pracę jest już osiągnięciem i na pewno w przyszłości zapoczątkuje.

Czy możesz w przybliżeniu określić proporcje między wiedzą pozyskiwaną na zajęciach szkolnych i tą, którą uczeń musi zdobyć samodzielnie?

Trudno to oddać za pomocą wymiernych liczb, bo wiele zależy od samego uczestnika.

Zakładając więc pewne uproszczenie, około 70 % wiedzy uczeń musi opanować w toku samodzielnej pracy, czyli sukces jest absolutnie uwarunkowany pracowitością i docieklivością samego uczestnika.

Czy ważne jest, aby nauczyciel i uczeń myśleli podobnie, a może bardziej twórcze jest konfrontowanie różnych opinii?

Oczywiście bardzo dobrze, jeśli uczeń i nauczyciel myślą podobnie, ale też nie zakładam, że nasze poglądy w różnych kwestiach spornych muszą być identyczne. Szanuję zdanie ucznia i staram się przede wszystkim, aby myślał samodzielnie. Młodość w wieku dojrzewania ma skłonność do generalizowania, często postrzega rzeczywistość jako czarno - białą. Poszukuje też wartości i idei, z którymi chce się identyfikować. Dzięki wiedzy, świadomości historii i zdolności do samodzielnego myślenia, jest w stanie dać odpór fałszywym, choć z pozoru atrakcyjnym ideom.

Czy Ty także miałeś swojego mistrza, który zachęcił Cię do studiowania historii?

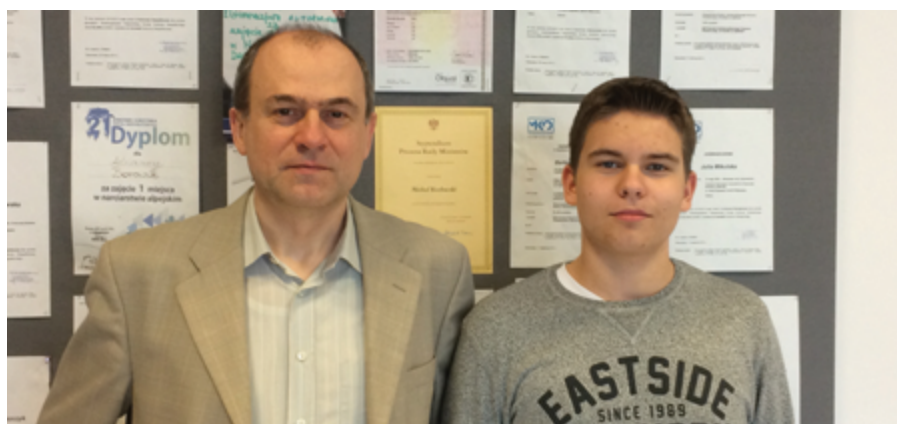
Moją pierwszą i zarazem najważniejszą inspiracją były książki. Jako piętnastolatek przeczytałem „Dzieje Grecji” N.G.L. Hammonda w doskonałym tłumaczeniu Anny Świderkówny. Z czasem zdałem sobie sprawę, że w historii Greków można dostrzec pewne uniwersalne mechanizmy związane z władzą czy rozwojem społecznym. Interesuje mnie filozofia dziejów. Jej doskonałym przykładem jest „Wojna i cywilizacja” Toynbryego. Dzięki tej lekturze mogłem wyzbyć się spojrzenia na przeszłość z poczuciem wyższości człowieka współczesnego, żyjącego w czasach wysoko rozwiniętej cywilizacji. Taką właśnie postawę wobec przeszłości chciałbym wypracować u swoich uczniów – rozumienie dziejów i człowieka

Co według Ciebie kryje się za określeniem dobrego nauczyciela?

Dobry nauczyciel to taki, który rozbudza intelektualnie ucznia, potrafi go zainspirować i pokazać, że nauka może być ciekawa, a wręcz fascynująca. Musi zbudować bliskie relacje z uczniem polegające na tym, że staje się dla niego partnerem intelektualnym, ale nie kolegą. Okazując szacunek uczniowi, sam także musi wymagać szacunku i stawiać granice. Jednym słowem dobry nauczyciel to taki, który staje się dla ucznia autorytetem.

Nie mam wątpliwości, że jesteś nim dla swoich uczniów. Jeszcze raz gratuluję Ci sukcesów dydaktycznych i pedagogicznych i bardzo dziękuję za rozmowę.

JOLANTA WIAK



też inny sposób pracy, bardziej oparty na partnerstwie i samodzielności ucznia.

Uczestnik konkursu musi sam chcieć zgłębiać wiedzę, a nawet mieć świadomość swojej niewiedzy, np. umiejętnie stawiać pytania i formułować problemy do rozwiązania.

W takim razie, co jest ważniejsze u uczestnika konkursu – pasja czy gotowość do ciężkiej, systematycznej pracy?

Oczywiście najważniejsza jest pasja, ale jest szereg innych kwestii, niezbędnych, aby osiągnąć sukces, chociażby właśnie samodyscyplina. Mimo że na opiekę naukową nad uczniem przygotowującym się do konkursu mam przyznane dodatkowe godziny, są one niewystarczające, żeby dojść do wymaganego poziomu wiedzy. Uczeń musi

Czy nauczyciel jest więc tylko kimś w rodzaju przewodnika po oceanie wiedzy?

Nie do końca. Uczeń pozyskuje podstawy wiedzy na lekcjach. Rolą nauczyciela jest zaciekawienie przedmiotem i zainspirowanie ucznia do samodzielnych poszukiwań. Jeśli pojawia się zainteresowanie przedmiotem, na ogół uczeń trafia na zajęcia kółka historycznego, tam często rodzi się pasja i chęć pogłębiania wiedzy. Staram się też, aby już na początku edukacji przyszli uczestnicy konkursu zmierzli się z jego formułą – mimo że praktycznie nie mają wtedy szans na odniesienie sukcesu, zdobywają doświadczenie niezbędne dla przyszłego uczestnika.

Historia i WOS to szczególne przedmioty – interpretacja wielu wydarzeń może być różna.

SZKOŁY BUŁHAKA - 27 lat tradycji w edukacji

Tu nauka łączy się z przyjemnością

W Szkołach Bułhaka od lat dbamy o optymalne warunki nauki oraz o rozwijanie pasji naszych uczniów. Dzięki temu łączymy skuteczną edukację, popartą wynikami, z przyjemnością zdobywania wiedzy.

I Społeczne Liceum Ogólnokształcące

3 nowe klasy profilowe dopasowane do rynku pracy i zainteresowań:

- medyczno-przyrodnicza
- ekonomiczno-prawna
- językowo-artystyczna

Gwarantujemy:

- wysokie wyniki na maturze
- przyjazną atmosferę sprzyjającą nauce
- rozszerzenia realizowane w małych grupach
- opiekę naukową UW
- ciekawe zajęcia uzupełniające i dodatkowe

Wesoła w budynku Liceum Tł. dr. Piłsudskiego 65 Warszawa
UWAGA PIKNIK 27 V
godz. 10-13





PIKNIK NAUKOWY:
Kuchenne laboratorium

- Przyjdź i spróbuj potraw z całego świata
- Zobacz, co kuchnia ma wspólnego z nauką!

ZAPRASZAMY CAŁE RODZINY! Wstęp wolny!

PATRONAT:

Ministerstwo Nauki
i Szkolnictwa Wyższego



Spółeczna Szkoła
Podstawowa nr 12

- klasy dwujęzyczne
- 3 dodatkowe języki obce:
hiszpański, francuski, niemiecki
- sukcesy w konkursach przedmiotowych

**Zapraszamy 6 i 7 latki
do 2 klas pierwszych!**

Prowadzimy nabór do klas VII:
dwujęzycznej i badawczej

Klasy VII - wszystkie zajęcia w budynku
gimnazjum/liceum przy Trakcie Brzeskim 63

Społeczna Szkoła Muzyczna

- indywidualne lekcje instrumentu
- doświadczona kadra
- klasy: fortepian, skrzypce, gitara, flet, klarnet, perkusja, wiolonczela
- zajęcia w godzinach popołudniowych

Uprawnienia szkoły publicznej od 2008 r.

Zapraszamy do kontaktu. Chętnie odpowiemy na każde pytanie. Zapraszamy także na dni otwarte. Szczegóły na www.szkolybulhaka.pl
Rekrutacja do liceum, szkoły podstawowej, w tym do klas VII oraz do przedszkola trwa.

• **Spółeczna Szkoła Podstawowa nr 12**, ul. Armii Krajowej 9, Warszawa – Wesola, tel. 22 773 55 92 • **I Spółeczne Liceum Ogólnokształcące**, ul. Trakt Brzeski 63, Warszawa – Wesola, tel. 22 773 36 00 • **Przedszkole Artystyczno-Językowe „Bulhaczek”**, ul. Strusia 58, Warszawa – Wesola, tel. 885 552 233 • **Spółeczna Szkoła Muzyczna I Stopnia im. W. Kilara**, ul. Armii Krajowej 9, Warszawa – Wesola, tel. 773 55 92

Liczba miejsc jest ograniczona

27 lat tradycji w edukacji

Szukasz pomysłu na wakacje? Zgłoś się do nas!
 Szkoły Bułhaka zapraszają na:

*Wakacyjny campus
 młodych talentów!*

26-30 czerwca
 Dla dzieci w wieku 6-9 lat oraz 10-16 lat

Dla ciekawych świata. Atrakcyjne, wakacyjne zajęcia „na luzie”, połączone ze zdobywaniem wiedzy i rozwijaniem zainteresowań dzieci i młodzieży.
 Miła atmosfera i doświadczona kadra.
 Masa atrakcji – od poniedziałku do piątku
 w godz. 9.00-15.00.

Cena 200 zł/tydzień
 (w cenie II śniadanie i obiad)

Zapisy telefoniczne (do 20 czerwca):
 Społeczna Szkoła Podstawowa nr 12, ul. Armii Krajowej 9,
 Warszawa - Wesoła, I Społeczne Liceum
 Ogólnokształcące im. E. Bułhaka, ul. Trakt Brzeski 63
 tel. 22 773 55 92, 22 773 36 00 www.szkolybulhaka.pl

Liczba miejsc jest ograniczona



Kreatywno Dziecko



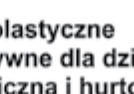
Artykuły plastyczne

Zabawki kreatywne dla dzieci

Sprzedaż detaliczna i hurtowa

www.kreatywnedziecko.eu

W OFERCIE:

Artykuły do twórczości plastycznej

ArtEquipment

www.artequipment.pl

05-075 W-wa Wesola, Skargi 1 · wygodny parking · (przy kościele), · tel: 22 7737 861

W poszukiwaniu straconego czasu, czyli inne spojrzenie na realizację podstawy programowej w szkole

Gdy szkoła stawia na jakość edukacji i przyjazną atmosferę rozwijania ciekawości poznawczej każdego ucznia i wspiera talenty, to znaczy, że wyrosła z doświadczeń i troski ludzi, dla których edukacja jest prawdziwą pasją. Każdy uczeń jest inny, ale ważne by znalazł swój obszar, w którym jest najlepszy i skupił się na rozwijaniu talentu, który może go zaprowadzić do sukcesów w przyszłości, wyznaczając ścieżkę całego życia.

Zadaniem szkoły jest także przeprowadzić młodego człowieka przez trudny czas dorastania, poszukiwania własnej drogi, kształtowania się światopoglądu, pasji, ustalania się systemu wartości.

W szkole o kameralnych klasach lekcja nie jest wykładem, lecz dialogiem, nauką samodzielnego poszukiwania i rozwiązywania problemów. Dzięki kształceniu blokowemu odzyskujemy tak często tracony w szkole czas. Dzięki korelacjom międzyprzedmiotowym i ścisłej współpracy nauczycieli uczymy dzieci odnajdywania pewnych logicznych całości, bez konieczności zapamiętywania oderwanych od siebie, jednostkowych, nie powiązanych ze sobą faktów.

• **Aby pokochać historię** trzeba nauczyć się szukać procesów społecznych, powta-

rzalności pewnych zjawisk, dedukcji ciągu przyczynowo- skutkowego, zrozumieć jak ludzie danej epoki myśleli i dlaczego podejmowali takie a nie inne decyzje. Trzeba poczuć czas....

• **Aby pokochać j. polski i literaturę** trzeba przetłumaczyć wartości dzieł klasyki literatury na język współczesnego świata i dać uczniom pole do twórczości własnej. I słuchać. I rozmawiać. Nauczyć szukać w literaturze odpowiedzi na dylematy każdej młodej osoby zmagającej się ze stworzeniem własnego wizerunku świata.

• **Aby pokochać nauki przyrodnicze**, trzeba stać się detektywem i poszukiwaczem. Trzeba dotknąć, zobaczyć, poczuć, posmakować, doświadczyć. Trzeba czasem zaprzeczyć. Trzeba podróżować i odkrywać bogactwa naszej planety. Zrozumieć jak wszystko od siebie zależy. Patrzeć na świat przez szkło powiększające. I szanować jego piękno.

• **Aby pokochać nauki ścisłe w tym matematykę, fizykę, informatykę** trzeba widzieć jak bardzo logiczne i zdyscyplinowane myślenie pomaga rozwiązać różne problemy. Trzeba myśleć sekwencyjnie, czasem nietuzinkowo. Trzeba także zastoso-

• **Aby pokochać języki (nie)obce** trzeba pokochać kultury świata, rozumieć skąd się wzięły i jak rozwijały, jak rosły i jak kształtowały różne narody.

Aby pokochać jeden przedmiot, trzeba rozumieć drugi. Wszystkie się dopełniają, wszystkie wspierają. Gdy zakresy tematyczne różnych przedmiotów łączą się ze sobą, nawet uczeń „przeciętny” wykazuje o wiele większe zrozumienie i staje się uczniem lepszym. Zyskuje poczucie pewności, więc nie boi się pytać.

Dziecko się uśmiecha, bo wolno mu popełnić błąd. Bo błąd to konieczny element rozwoju i poszukiwań, a nie powód do stresu i łez. Bo wolno mu pytać, bo nauczyciel nigdy pytania nie zignoruje, a błąd może naprawić.

Zapraszamy do sprawdzenia naszej pracy każdego dnia. Zwykłego dnia nie na pokaz...

Projekt ZWYKŁY DZIEŃ W NIEZWYKŁEJ SZKOLE w SMART SCHOOL nadal otwarty, a ocena dokonywana przez dziecko jest zawsze szczerą i prawdziwą. Zapraszamy na pokład SMART SCHOOL. Pełna wersja artykułu: www.facebook.com/smartschoolwarszawa

KINGA GOLDANOWSKA

REKLAMA

PRZEDSZKOLE I ŻŁOBEK

KUBUŚ

ZERÓWKA

ul. JEŹDZIECKA 21F LOK. 13
05-077 WARSZAWA-WESOŁA
tel. 602 678 951 / 509 980 390
www.przedszkolekubus.pl

ZAPRASZAMY DZIECI PRZEZ CAŁY ROK

POSIADAMY:

WŁASNĄ KUCHNIĘ, PLAC ZABAW Z KAWALKIEM
LASKU SOSNOWEGO O SZTUCZNEJ NAWIERZCHNI,
SĄSIĘDSTWO PARKU MIEJSKIEGO, ATRAKCYJNE CENY,
DOŚWIADCZONĄ KADRĘ PEDAGOGICZNĄ,
KAŻDA GRUPA POSIADA WŁASNĄ SALĘ Z ŁAZIENKĄ,
MONITORING W CAŁYM BUDYNKU.

ZAJĘCIA DODATKOWE:

J. ANGIELSKI, GIMNASTYKA KOREKCYJNA,
RELIGIA, ZAJĘCIA PLASTYCZNE, CERAMIKA,
JUDO, TANIEC, RYTMIKA, ZAJĘCIA LOGOPEDYCZNE I
PSYCHOLOGICZNE, WYJAZDY NA BASEN, TEATRZYK.

NAJLEPSZE PRZEDSZKOLE I ŻŁOBEK W OKOLICY

Alpaki

Z WARSZAWSKIEGO WAWRA

pomagają!

Na warszawskim Wawrze, znajduje się pierwszy w stolicy, i jeden z kilku w Polsce ośrodków, gdzie odbywają się zajęcia z alpakami. Odwiedziliśmy Ośrodek Psychoterapii Dzieci i Młodzieży KOPARKA, by poznać Kazika, Natana, Milora i Płomka – alpaki, które sprawiają, że uśmiech dzieci, młodzieży, a także dorosłych nie schodzi z twarzy.

Alpaki to przyjazne i łagodne zwierzęta. Podobne do lamy, miłe w dotyku - zwierzęta z rodziny wielbłądowatych, wywodzące się z Ameryki Południowej, pomagają w edukacji i rehabilitacji dzieci. Ich uroczy wygląd sprawia, że przebywanie w ich otoczeniu bardzo korzystnie wpływa na samopoczucie człowieka w sferach: społecznej, emocjonalnej, poznawczej i fizycznej. Można je głaskać, karmić, opiekować się nimi. Na pozór zwyczajne i proste zachowania mają duży wpływ na rozwój dzieci.

- Sprawując opiekę nad alpaka, dziecko uczy się odpowiedzialności i empatii. Głaskanie i przytulanie alpak, pomaga dzieciom rozluźnić się i otworzyć. Wspomaga budowanie samooceny i pewności siebie, może pełnić rolę katalizatora zmian i pomagać w przejściu poprzez stadia rozwojowe. Terapia z alpakami przynosi bardzo dobre efekty m.in. wśród osób z nerwicą, zaburzeniami lękowymi i depresją, autyzmem, ADHD i zespołem Downa. – tłumaczy Aleksandra Wróblewska, prowadząca zajęcia z alpakoterapii w KOPARCE

12 kwietnia 2017 roku odbyło się spotkanie „Alpakoterapia jako jedna z dziedzin animaloterapii” we współpracy z Poradnią Psychologiczno-Pedagogiczną nr 17, Szkołą Podstawową nr 138 z Oddziałami Integracyjnymi im. J. Horsta oraz P&M Alpakarnia. Miłośników alpaków pod swój dach zaprosiła Szkoła Podstawowa nr 138 z Oddziałami Integracyjnymi im. J. Horsta. Gościem specjalnym była Marta Pietrzykowska, jedna z prekursorów alpakoterapii w Polsce.

- Alpakoterapia jest stosunkowo nową formą terapii w Polsce i jednym z naszych naczelnych celów jest edukacja i popularyzacja tej metody. Właśnie dlatego połączyliśmy siły i przygotowaliśmy kwietniowe spotkanie. To bardzo owocne spotkanie, zarówno nauczyciele, rodzice oraz ich dzieci, mogli dowiedzieć się więcej na temat alpakoterapii i co najważniejsze, mogli poznać alpaki. – mówi Przemysław Chojnacki, właściciel Koparki.

Alpaki z Ośrodka Koparka odwiedzają szkoły i przedszkola w Warszawie, biorą udział w wydarzeniach specjalnych, a także chętnie występują w mediach – m.in. prognoza pogody program Dzień Dobry TVN nadawana była prosto z Koparki. Dodatkowo, jedną z propozycji ośrodka, z której korzysta coraz więcej rodziców, jest organizacja urodzin z udziałem alpak.

Ośrodek Psychoterapii Dzieci i Młodzieży KOPARKA choć działa od września 2016 roku, już został nagrodzony przez rodziców w plebiscycie portalu czasdzieci.pl na najlepszą inwestycję dla dzieci 2016 w województwie mazowieckim “Inwestujmy w dzieci”.

AUTOR

Więcej o Ośrodku Psychoterapii

Dzieci Młodzieży KOPARKA:

<http://osrodek-koparka.pl>



27 MAJA 2017, GODZ. 11:00-12:30
POCZYTANKI ORAZ RODZICIELSKIE POGADANKI W KLIMACIE
KARMIENTA PIERSIĄ I NIE TYLKO W "TULIMY",
WESOŁA – STARA MIŁOŚNA, UL. RUMIAŃKOWA 9A.

2 CZERWCA 2017, GODZ. 11:15-13:15
DLACZEGO WARTO KARMIC? POGADANKA Z DOULĄ MARLENĄ
ŚWIRK I POKAZ FILMU "BREAST IS BEST CZYLI O PIERSIACH
INACZEJ", ODT. "POGODNA", UL. JANA PAWŁA II 25, I PIĘTRO,
05-077 WARSZAWA - WESOŁA

26 MAJA - 1 CZERWCA 2017
**TYDZIEŃ PROMOCJI KARMIENTA PIERSIĄ
W WARSZAWIE - WESOŁEJ**



Fot. Matki Polki na wybiegu, Park Lotników, Kraków 4.03.2017 / Fot. Tomasz Wiech

ORGANIZATORZY   

MATRONATY    

PARTNERZY    

ŚWIĘTUJ Z NAMI
5
urodziny
Jasmin
DROGERIA

w dniach 29.05.-03.06
moc atrakcji *

- rabat 5%
- przy zakupie 5 produktów, najtańszy produkt GRATIS
- loteria paragonowa z nagrodami
- upominki
- darmowa analiza składu ciała i konsultacje z trenerkami Mrs. Sporty
- makijaż Pierre Rene
- dermatokonsultacje z Sylveco, Nacomi i Orientana
- atrakcje dla dzieci

Zapraszamy

*o szczegóły atrakcji pytaj w drogerii Jasmin.

DROGERIA JASMIN WARSZAWA WESOŁA
ul. Jana Pawła II 108 (obok sklepu Groszek)

WARTO KARMIC PIERSIĄ - ZRÓBMY TO RAZEM!

May obfituje w różne uroczystości. Dzień Matki i Dzień Dziecka połączyły jeden z elementów macierzyństwa, jakim jest karmienie piersią. Od 26 maja do 1 czerwca obchodzony jest w Polsce Tydzień Promocji Karmienia Piersią. Z tej okazji poproszono mnie o napisanie kilka słów o korzyściach z karmienia naturalnego.

Wszyscy zapewne już wiedzą, że Ministerstwo Zdrowia, w ślad za innymi organizacjami działającymi na świecie, zajmującymi się ochroną i promocją zdrowia, rekomenduje wyłączone karmienie piersią jako optymalny i wzorcowy sposób żywienia niemowląt do ukończenia 6 miesiąca życia oraz kontynuację karmienia piersią przy jednoczesnym podawaniu pokarmów uzupełniających do ukończenia przez dziecko drugiego roku życia i dłużej. Dlaczego warto karmić piersią? Otóż korzyści zdrowotne z karmienia naturalnego są i dla mamy, i dla dziecka. Mama szybciej wraca do formy po ciąży i porodzie, nawiązuje prawidłowe relacje z dzieckiem, a udane karmienie zmniejsza ryzyko zachorowania na depresję. Odległe w czasie korzyści to zmniejszenie ryzyka zachorowania na raka sutka, jajników i osteoporozę w starszym wieku, wydłużenie życia, dodatkowo - karmienie ponad 12 miesięcy to rzadsza zachorowalność na nadciśnienie tętnicze, cukrzycę, hiperlipidemię i chorobę niedokrwienną serca w okresie pomenopauzalnym. Prowadzone badania naukowe udowadniają też, że dzieci karmione piersią są zdrowsze (występuje m.in. zmniejszenie ryzyka: infekcji, SIDS, martwiczego zapalenia jelit u wcześniaków, wielu chorób niezakaźnych, rozwoju niektórych rodzajów nowotworów), szczuplejsze, a im dłużej karmione - są bardziej empatyczne i współczujące, inteligentniejsze oraz łatwiej nawią-

zują relacje z innymi. Nie wiem, jak do Was, ale do mnie takie dowody naukowe przemawiają.

Jeżeli karmimy bezpośrednio z piersi - mamy duże korzyści ekonomiczne, bo to najtańszy sposób karmienia dziecka. Jest on też praktyczny i wygodny. Nie generujemy odpadów, zbędny jest proces technologiczny, marketing, mniejsza jest zachorowalność - co daje również wymierne korzyści społeczne.

Często słyszę o naciskach na karmienie naturalne, ale nie ma to odniesienia w liczbach. Karmienie piersią nie jest, niestety, polską normą. Przydałoby się więcej kampanii społecznych promujących karmienie piersią zamiast reklam mleka sztucznego. W Polsce, w 12 miesiącu życia dziecka tylko 11,9% z nas karmi piersią „w jakikolwiek sposób” (naturalnie lub mieszanie) i jest to bardzo niski wskaźnik w skali światowej. Warto, aby był znacznie wyższy, bo chodzi tu nie tylko o nasze zdrowie, ale i dzieci, a w rozrachunku ogólnym - całego społeczeństwa. Można to osiągnąć tylko razem - jako partnerzy, rodzina, służba zdrowia, pracodawcy, rząd oraz społeczeństwo. Możemy zacząć od siebie - naszej małej społeczności w Wesołej - wspierając karmienie naturalne oraz chroniąc matki karmiące i dzieci.

Z okazji święta mam karmiących, zorganizowałam niespodzianki, oferty specjalne dla mieszkanki Wesołej i pobliskiej okolicy.

MARLENA ŚWIRK

od niedawna mieszkanka Wesołej, żona, mama długo karmiąca piersią, doula, promotorka karmienia piersią CNoL, akredytowany doradca noszenia dzieci w chustach i nosidłach miękkich AND, autorka portalu www.mlekiem-mamy.org, współprowadząca www.pracujezpelnapiersia.pl, społeczniczka.



W Dzień Matki warto na chwilę zatrzymać się i docenić tę szczególną więź, jaka nas łączy z Mamami. Czym jest dla Pani książka „Damy radę, Mamo!”?

Jest kawałkiem mojego życia. Zapisem chwil pięknych i wartościowych - choć trudnych... Bo niełatwo iść z kimś ramię w ramię wiedząc, że to spacer do nieuniknionej granicy życia i śmierci. Jest też uśmiechem w stronę mojej Mamy. Była wspaniałą kobietą – mądrą, dobrą i ujmująco skromną. Chciałam, aby po tej historii pozostało wspomnienie. Dla moich Dzieci. Dla innych kobiet i ich Mam... Ta książka postawała z miłości i wzruszeń, jest pisana sercem i z potrzeby serca.

Czy z Pani książki płynie jakieś przesłanie?

Gdy zaczęłam pisać, zdałam sobie sprawę, że ta książka to także wołanie: zadbajcie o swoje zdrowie – zapędzone, skupione na karierze i obowiązkach kobiety. Zadbajcie o swoje Mamy, tak jak one dbały o Was – bo raka we wczesnym stadium da się leczyć. Pielęgnujcie więzi,

Pielęgnujcie więzi!

Z MAGDALENĄ SZELAŃSKĄ, PSYCHOLOGIEM I AUTORKĄ KSIĄŻKI „DAMY RADĘ, MAMO!” ROZMAWIA JOANNA GORZELIŃSKA.

bo w którymś momencie może zabraknąć czasu na to, co odkładaliśmy „na później”. Noście piękne sukienki i bluzki dziś – nie chowajcie ich „na niedzielę”. Bo niedziela jest każdego dnia, gdy żyjemy.

W Pani książce jest taki piękny fragment, gdy porównuje Pani oczy swojej Mamy do oczu dziecka zabieranego z piaskownicy podczas najlepszej zabawy – że to już? Że to już czas iść?

Tak... I to spojrzenie towarzyszy mi w wielu momentach mojego życia. Gdy dokonuję wyborów, na co ja chcę poświęcić swój czas. Na co warto. Co wniesie do mojego życia jakąś wartość i wypełni je dobrą treścią. Bo nie wszystkim należy się przejmować – choć my kobiety mamy troskę w naturze i poświęcamy wiele emocji sprawom, które tak naprawdę są ważne tylko przez chwilę.

Pani również jest Mamą, prawda?

Tak. Dziś moja córka ma 18 lat, syn 12 – to już odchowane dzieciaki. Uwielbiam patrzeć, jak się rozwijają, kim są i jestem z nich bardzo dumna. Ale czasem dopada mnie przejmujący żal, że moja Mama im w tym dorastaniu nie towarzyszy. Że nie może pójść na Dzień Babci, zrobić niedzielnego rosółku, odrobić z nimi lekcji. Miesiąc po jej śmierci Karolinka szła do Pierwszej Komunii Świętej – biała sukienka, piękny dziecięcy śpiew psalmów... a mimo wszystko było to bardzo smutne święto. Dlatego uważam, że my kobiety musimy z jednej strony dbać o więzi – z naszymi córkami oraz z naszymi matkami, bo kobiety powinny się trzymać razem – ale

też dbać o siebie same. O zdrowie. Pogodę ducha. O dobre życie na co dzień.

Gdy na Panią patrzę – widzę uśmiechniętą, pełną energii, młodą kobietę. Znalazła Pani mimo tak ciężkich chwil sposób na to „dobre życie”?

Może życie wynagradza mi tamten trudny czas? Aktualnie rzeczywiście mam dobry czas – założyłam własną firmę – Instytut Relacji i Standardów – i pomagam innym firmom budować jakość obsługi Klienta. Jest to moja zawodowa pasja, która sprawiła, że napisałam kolejną książkę: o zarządzaniu jakością obsługi Klienta w biznesie. Przygotowuję się również do roli wykładowcy akademickiego, aby dzielić się swoją wiedzą i doświadczeniem. Bardzo lubię podróżować – zafascynował mnie język hiszpański, więc zaczęłam się uczyć hiszpańskiego. I bardzo bym chciała, aby ten „dobry czas” potrwał jak najdłużej!

Nie myślałam się, że jest w Pani mnóstwo energii i że dużo się w Pani życiu dzieje. Gdyby czytelnicy chcieli Panią bliżej poznać – jak mogą to zrobić? No i oczywiście gdzie mogą nabyć Pani książkę?

O, to bardzo proste! Przyjaciółka założyła dla mnie stronę www.magdalenaszelańska.pl – tam, można zapoznać się ze mną, z książką oraz ją zakupić – każdy egzemplarz jest przeze mnie osobiście podpisany. Bywam także na fejsbooku – jeśli ktoś ma ochotę na kontakt: zapraszam. Obiecuję, że odpowiem na każdą wiadomość, jaka do mnie trafi ☺

Dziękuję za rozmowę

JOANNA GORZELIŃSKA

R E K L A M A

Stomatologia Rodzinna

lek.stom. Edyta Kuza

Oferujemy pełen zakres usług:

- stomatologia zachowawcza
- stomatologia dziecięca
- zabiegi higieniczne
- wybielanie zębów
- protetyka, ortodoncja
- chirurgia, implanty
- **ICON** – innowacyjne leczenie próchnicy bez borowania!

- RTG na miejscu
- NOWOŚĆ!**
- ozonoterapia
- bezbolesne leczenie z użyciem podtlenku azotu (sedacja wziewna)

Konsultacje ortodontyczne – 08.06; 26.06; 20.07 2017 od godz. 14⁰⁰

ul. Ciepłarniana 25c
05-077 Warszawa-Wesoła
tel. 22 605 09 26
mob. 606 122 193

Przyjmujący lekarze:

- Edyta Kuza, • Aneta Wróbel,
- Katarzyna Milczarek, • Justyna Poddebniak

Godziny pracy: pon.-pt. 9⁰⁰-19⁰⁰

RAD-MED

Poradnia Chirurgiczno Diagnostyczna

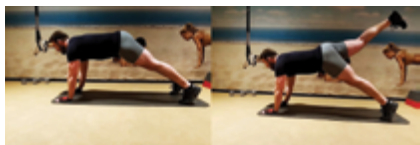
Konsultacje lekarskie, Zabiegi chirurgiczno - flebologiczne,
Diagnostyka USG, Leczenie trudnych owrzodzeń,
Odrutowanie alkoholowe, Wszywanie esperalu

www.rad.med.pl, tel. 600 877 751
ul. Jedziecka 20 lok 3, Stara Miłosna

TRENING STABILIZACYJNY W DOMOWYM ZACISZU

Na pewno nie raz słyszeliście o treningu stabilizacyjnym. Dlaczego jest tak promowany w świecie fitnessu? Przede wszystkim służy on wzmocnieniu mięśni głębokich, które otaczają korpus i wzmacniają kręgosłup, pomagają zachować prawidłową postawę. Poza tym ćwiczenia stabilizacyjne wzmacniają mięśnie brzucha, poprawiają równowagę, łagodzą bóle krzyża i pozwalają poprawić osiągnięcia sportowe. To swoisty fundament dla każdego przerzucającego sztangę! Do dzieła!

1. NAPRZEMIENNE UNOSZENIE NÓG W PODPORZE PRZODEM:



Pozycja wyjściowa: Przyjmij pozycję podporu przodem. Dłonie ułóż pod barkami

Jak ćwiczyć: Naprzemiennie unosz nogi pamiętając o mocnym napinaniu mięśni brzucha oraz dopinaniu mięśni pośladkowych

2. UNOSZENIE BIODER JEDNONÓŻ NA PIĘTACH W LEŻENIU TYŁEM:



Pozycja wyjściowa: Połóż się na plecach, uginając nogi w stawach kolanowych.

Jak ćwiczyć: Unos biodra do góry opierając się na jednej nodze, napinając mocno pośladki.

3. WSPINACZKA GÓRSKA



Pozycja wyjściowa: Przyjmij pozycję podporu przodem. Ciało oprzyj na dłoniach i stopach.

Pozycja wyjściowa: Dłonie pod barkami.

Jak ćwiczyć: Przyciągaj na przemian lewe i prawe kolano do klatki.

4. POMPKI Z UNIESIONĄ NOGĄ (DLA ZA-AWANSOWANYCH):



Pozycja wyjściowa: Przyjmij pozycję podporu przodem. Dłonie ułóż pod barkami, unieś jedną nogę do góry

Jak ćwiczyć: Wykonaj pompkę nurkując maksymalnie tułowiem. Jedna noga cały czas uniesiona w górę.

Wszystkie ćwiczenia wykonuj w 4 seriach po 25 powtórzeń.

Już w kolejnym, czerwcowym numerze przygotowałem dla Was specjalny trening na świeżym powietrzu! Bądźcie czujni :)



Trening personalny, diety online, suplementacja, indywidualne i grupowe zajęcia pływania.
Trener Damian Soból
KONTAKT: 692-266-796



AMERICAN SCHOOL OF WARSAW GOŚCINNA DLA SZACHISTÓW

Na przełomie marca i kwietnia w American School of Warsaw (ASW) odbył się II Drużynowy Ogólnopolski Turniej Szkół Gimnazjalnych i Ponadgimnazjalnych. W programie szachowego święta, znalazły się: drużynowy turniej w szachach błyskawicznych oraz drużynowy turniej w szachach szybkich.

W tych ciekawych ogólnopolskich zawodach niezwykle udany okazał się występ reprezentacji Naszego Gimnazjum w składzie:

Szachownica 1 Przemysław Laszczak – kapitan drużyny

Szachownica 2 Mariusz Woźnica

Szachownica 3 Zuzanna Kordula

Szachownica 4 Zuzanna Łaszczyk.

Nasi młodzi szachiści okazali się najlepsi spośród ponad 20 zgłoszonych do turnieju drużyn, reprezentujących licea ogólnokształcące, zespoły szkół i gimnazja, zwyciężając zarówno w turnieju blitza (szachów błyskawicznych) jak i szachów szybkich. Piękne puchary wzbogaciły kolekcję uczniowskich trofeów Gimnazjum 119 a pamiątkowe medale i okolicznościowe koszulki przygotowane przez organizatorów osobiste kolekcje. Oba turnieje rozgrywano zgodnie z międzynarodowymi przepisami FIDE systemem szwajcarskim w oparciu o kojarzenia komputerowe. Sędzią głównym była polska, utytułowana arcymistrzyni IA Agnieszka Brustman. Turniej szachów błyskawicznych rozgrywano na dystansie 11 rund, przy tempie gry 3 min + 2sek za ruch dla zawodnika na całą partię. Na turniej szachów szybkich składało się 7 rund, podczas których tempo gry wynosiło 15 min dla zawodnika na partię.

Na szczególne słowa uznania zasługują gościnność, wysoki poziom zabezpieczenia organizacyjnego zawodów oraz wytworzona przez gospodarzy znakomita atmosfera, sprzyjająca szachowym dyskusjom po angielsku i po polsku. Dyrektorami turnieju byli: Mr. Stephen Sidaway i Sabina Sołtysik z 11 klasy ASW, która w celu sfinansowania tego projektu zorganizowała udaną szkolną loterię. Wspomagało ich grono wolontariuszy. Gratulujemy naszym szachistom, ich rodzicom i Dyrekcji Gimnazjum znakomitego wyniku, zaś or-

ganizatorom z ASW tak udanego przedsięwzięcia. Udział w zawodach stał się także znakomitą okazją do poznania imponującej bazy dydaktycznej, sportowej i kulturalno-rekreacyjnej ASW. W tej podwarszawskiej szkole uczą się dzieci 50 narodowości. O dniu codziennym i specyfice nauczania oraz dosвідczeniach ASW z ogromną pasją i zaangażowaniem podczas wycieczki po obiektach szkoły opowiadał Dyrektor Turnieju. Kwestie organizacji życia szkolnego, czasu wolnego uczniów, czy znakomite wyposażenie poszczególnych pracowni budziło zainteresowanie ze strony opiekunów. Uwagę przykuwały np. 350- osobowa sala teatralna ze znakomitą zaplecem (akurat trwała próba do „Shreka”) ergonomiczne krzesła z miejscem na plecak czy drukarki 3-D i inne zaawansowane technologiczne urządzenia, z których praktycznie korzystają uczniowie.

Z relacji gospodarza wynikało również, że każdy uczeń od szóstki szkoły podstawowej otrzymuje raz na 3-lata tablet a następnie laptop, z zawartością umożliwiającą naukę wszystkich przedmiotów. Duże uznanie budziły widoczne na każdym kroku interakcje wiedzy teoretycznej z jej praktycznymi zastosowaniami w życiu codziennym, wykorzystywanie uczniowskiej inwencji do nadawania indywidualnego charakteru pomieszczeniom i korytarzom czy rozbudowana baza sportowo rekreacyjna z szeregiem boisk i miejsc odpoczynku.

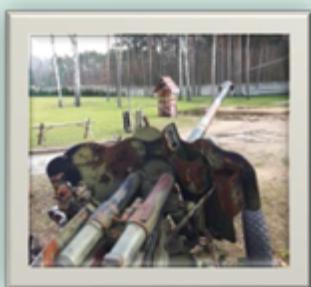


PIKNIK RODZINNY w KS ZAKRĘT

3 czerwca 2017 start godz. 15:00



ZAJĘCIA SURVIVALOWO-MILITARNE

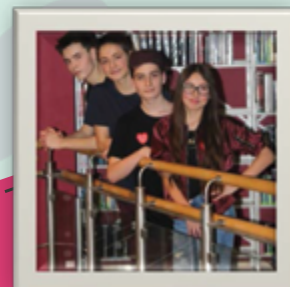
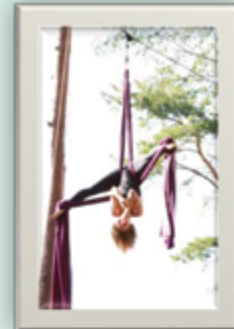


W programie min.:

Pokazy taneczne:

- Aerial Silk Kids
- Art Pole Kids
- Pole Dance

ZESPÓŁ MUZYCZNY THE SCHOOLERS



**Serdecznie
Zapraszamy!**

BĘDZIE JAK ZWYKLE WYJĄTKOWO



WIECZÓR CZESKI

W KLUBIE SPORTOWYM ZAKRĘT

27 MAJA 2017 GODZ. 20:00

GWIAZDA WIECZORU

UZNANY DZIENNIKARZ I PISARZ – **MARIUSZ SZCZYGIEŁ**



KONCERT ZESPOŁU



LATA 70/80-TE

CZESKIE MUSICAŁE

TRADYCYJNA

KUCHNIA CZESKA

PREZENTACJA - SHOW

MARIUSZA SZCZYGŁA

pt. "Kultura czeska moja
łaska nebeská"

KINO PLENEROWE

KOMEDIA CZESKA

"Skrzat" (Skřítek)



PATRON HONOROWY



Ambasada Republiki Czeskiej

BILETY DO NABYCIA:

w recepcji KS Zakręt (ul. Sportowa 7, 05-077 Zakręt)

na stronie www.kszakret.pl/ www.ebilet.pl

lub pod nr. Tel: +48 666 998 050



Klub Sportowy ZAKRĘT

tel. 666 998 050

mail: biuro@kszakret.pl

ul. Sportowa 7, 05-077 Zakręt

www.kszakret.pl



Zbawienna medyczna marihuana

Co zawierają konopie, że leczą? Czy pacjent leczony marihuaną może się uzależnić? I dlaczego jej zalegalizowanie jest w Polsce konieczne?

Na te trudne pytania szuka odpowiedzi Dorota Mirska - Królikowska, autorka bestsellera „Marek Bachański, doktor od spraw niemożliwych. Cała prawda o medycznej marihuanie”. Marihuana medyczna to temat, który budzi skrajne emocje, dzieli społeczeństwo, media i ustawodawców. Rodzice chorych dzieci nie mają wątpliwości - preparaty z konopii są dla nich jedyną szansą na wygranie ze śmiertelną chorobą. - Kto nie miał do czynienia z dzieckiem chorym na padaczkę lekooporną, nie jest w stanie wyobrazić sobie, z czym się ta choroba wiąże! – przekonuje autorka książki, dzieląc się z czytelnikami wieloma cennymi informacjami na temat samych konopii i ich właściwości leczniczych, a także leczenia. Wszak, jak pisze w postawie prof. Vetulani, preparaty z konopii miały ugruntowaną pozycję jako leki już w czasach starożytnych. Na przełomie XIX i XX wieku były oficjalnie używane w medycynie.

JOANNA GORZELIŃSKA

DO WYNAJĘCIA SALE na godziny

na różne zajęcia, spotkania itd.
vis a vis Urzędu Dzielnicy
Warszawa Wesoła. Dostępne są
również w sobotę i w niedzielę.

tel. 693-862-799

e-mail: parzonka@op.pl



REDENTAL

Gabinet stomatologiczny

Pełen zakres usług:
mikroskop, pantomograf,
leczenie w sedacji,
implanty, ortodoncja

REDENTAL
Wychodzisz z uśmiechem

☎ 509 336 323

ul. Norwida 8 (wjazd od ul. Żeromskiego)
Warszawa-Wesoła



MEDIKO

Centrum Medycyny i Kosmetyki

- **LASER VARILITE**
zamykanie naczyń na nogach i twarzy
- **MEZOTERAPIA MIKROIGŁOWA**
innowacyjny zabieg przeciwzmarszczkowy i ujędrniający
- **LASER LIGHTSHEER**
trwała i skuteczna depilacja laserowa
- **MEDYCYNĄ ESTETYCZNĄ**
mezoterapia, botox, wypełnianie zmarszczek
- **KOSMETYKA TWARZY I CIAŁA**

Promocja!

**Czerwiec
z Sesdermą**

**Dzień otwarty
06.06.2017
pokazy zabiegów,
konsultacje,
loteria**

Zapraszamy!

Informacje o nowościach i aktualnych
promocjach na naszej stronie internetowej
www.medikocentrum.pl
oraz na Facebooku

**Warszawa – Stara Miłosna
ul. Jeździecka 21F/17, II p.**

**tel. 22 40 30 765
530 51 22 45**

Godziny otwarcia:
pon.-pt. 9-20, sob. 9-14

www.medikocentrum.pl

Maj w Ośrodku Kultury w Dzielnicy Wesoła

– wybrane wydarzenia

Po raz pierwszy w Wesołej zostanie zorganizowana

NOC MUZEÓW PT. „CERAMIKA. MOC OGNIĄ”



Zapraszamy wszystkich 20 maja, w godz. 19.00-23.00 do Ośrodka Kultury przy ul. Starzyńskiego 21. Na miejscu będzie czekało wiele atrakcji, m.in. MOZAIKA, czyli układania ceramicznych puzzli, wystawy rzeźb przygotowanych przez młodzież z sekcji ceramiki z Ośrodka Kultury i Filii „Pogodna”, zajęcia plastyczne dla dzieci oraz warsztaty toczenia na KOLE GARNCARSKIM dla młodzieży i dorosłych. Ciekawym punktem programu będzie też POKAZ OGNIĄ ZE ŚWIATŁEM. Ponadto przez cały czas trwania imprezy będzie trwał wypał ceramiki w technice raku. Współorganizatorem wydarzenia jest: MIMBRES Pracownia Ceramiki Doroty Łasiz.

27 maja o godz. 16.00 zapraszamy na musical pt.

„LEKCJA WYCHOWANIA WG AKADEMII PANA KLEKSA”

Do niezwykle bajkowej Akademii Ambrożego Kleksa trafiają nowi uczniowie. Wyruszają oni w muzyczną podróż po krainie wierszy i bajek zapoznając się z klasyką polskiej literatury wierszowanej autorstwa Jana Brzechwy. Musical realizowany jest w ramach Warszawskiego Programu Edukacji Kulturalnej w Dzielnicy Wesoła pod kierunkiem Olgi Miłaszewskiej, Andrzeja Perkmana oraz Arkadiusza Głogowskiego.



Szczegółów oraz plakatów informujących o wydarzeniach organizowanych przez Ośrodek szukajcie na stronie internetowej oraz na fanpage'u w portalu Facebook: www.domkulturywesola.net www.facebook.com/okwesola www.facebook.com/pogodnafilia

FILIA ODT „POGODNA”

20 maja o godz. 18.00 odbędzie się **wernisaż wystawy konkursowych prac plastycznych oraz wręczenie nagród laureatom konkursu „Wesoła za 100 lat”** organizowanego przez ODT „Pogodna”. Wystawa potrwa do 26.05.

21 maja o godz. 17.00 zapraszamy na **występ kabaretu Made in China pt. „Tylko dla widzów dorosłych i inne skecze”**. Kabareciarze zaskakują pomysłami, operują sarkazmem i groteską, opisując paradoksy rzeczywistości. Program jest dowcipny i ironiczny, z dystansem do siebie i do świata. Liczba miejsc ograniczona. Bezpłatne wejściówki do odbioru od 15 maja od godz. 16.00.

Ośrodek Kultury oraz Filia „Pogodna” zapraszają również na wiele innych wydarzeń.



KONKURS NA RECENZJĘ „WSZYSTKIE KSIĄŻKI MÓWIĄ”

IV edycja konkursu na recenzję „Wszystkie książki mówią” została rozstrzygnięta. Komisja konkursowa w składzie: Wanda Monastyrska, Agnieszka Dubowska, Joanna Mackiewicz oraz Małgorzata Kazimierska wyłoniła laureatów w dwóch kategoriach wiekowych:

KATEGORIA 8 – 12 LAT

1. MIEJSCE: **Maria Stachyra** za recenzję cyklu „Wojny dorosłych-historie dzieci”
 2. MIEJSCE: **Natalia Podlasek** za recenzję książki „Gwiazd naszych win” (J. Green)
 3. MIEJSCE: **Martyna Kwiatkowska** za recenzję książki „Wieloryb” (R. Piątkowska)
Natalia Sarzyńska za recenzję książki „Za niebieskimi drzwiami” (M. Szczygalski)
- WYRÓŻNIENIE: **Wiktor Janeczek** za recenzję książki „Tajemnica mostu” (A. Maleszka)

KATEGORIA POWYŻEJ 13 LAT

1. MIEJSCE: **Kamila Wiemann** za recenzję książki „Królowa Ptaków” (Z. Beszczyńska)
Zuzanna Grzybowska za recenzję książki „Złodziejka książek” (M. Zusak)
2. MIEJSCE: **Maria Morawska** za recenzję książki „Lot nad kukułczym gniazdem” (K. Kesey)
Julia Łabędź za recenzję książki „Mały książę” (A. de Saint-Exupéry)
3. MIEJSCE: nie przyznano

WYRÓŻNIENIE: **Kateryna Leonteva** za recenzję książki „Słoneczne wino” (R. Bradbury)

W czwartej edycji konkursu na recenzję wzięło udział 51 osób. Większość stanowiła młodzież z Gimnazjum Nr 119 oraz dzieci ze Szkoły Podstawowej Nr 353.

Składamy serdeczne podziękowania paniom: Mirze Ciacharowskiej, Annie Grzymkowskiej, Katarzynie Tucholskiej i Jadwidze Rosłonec za pomoc w organizacji konkursu.

Bardzo dziękujemy wszystkim autorom prac, a laureatom gratulujemy!

„ODJAZDOWY BIBLIOTEKARZ”

REMBERTÓW – WESOŁA – DAKÓW – WESOŁA

„Odjazdowy Bibliotekarz” – rajd rowerowy, który stał się już naszą tradycyjną imprezą, w tym roku wyjątkowo odbędzie się później – **3 czerwca 2017r.** Trasa tegorocznego rajdu rozpocznie się w Rembertowie (na parkingu przy Bibliotece, ul. Gawędziarzy 8, godz. 9.30). Następnie uczestnicy wyruszą do Wesołej. Po krótkim postoju wszyscy – wspólnie z bibliotekarzami Rembertowa, Sulejówki i Wesołej oraz członkami Stowarzyszenia Rembertów Bezpośrednio wyruszą do Dakowa. Po krótkim odpoczynku wracamy do Wesołej. Trasa będzie przebiegała przez malownicze tereny leśne oraz drogi Wawra, jej szacunkowa długość to ok. 25 km. Tempo jazdy będzie dostosowane do rodzin z dziećmi. Tradycyjny piknik rodzinny na zakończenie rajdu będzie na terenie Ochotniczej Straży Pożarnej w Wesołej przy ul. 1 Praskiego Pułku 31.

Zachęcamy małych i dużych czytelników do przeżycia wspólnej, rowerowej przygody.

Organizatorami tegorocznego Odjazdowego Bibliotekarza są:

Biblioteka Publiczna w Dzielnicy Wesoła m.st. Warszawy,
Biblioteka Publiczna w Dzielnicy Rembertów m.st. Warszawy,
Miejska Biblioteka Publiczna w Sulejówku,
Stowarzyszenie Rembertów Bezpośrednio.

Poszukujemy sponsorów i partnerów naszego przedsięwzięcia. Jeśli ktoś w jakiś sposób mógłby nas wesprzeć – organizacyjnie lub finansowo – prosimy o kontakt. Z góry dziękujemy za okazane zainteresowanie! Więcej informacji już wkrótce na stronie internetowej Biblioteki oraz na FB.

KOMUNIKAT: W związku z inwentaryzacją zbiorów bibliotecznych **Filia Nr 1 w Starej Miłośnie będzie nieczynna w dniach 29 maja – 2 czerwca.**

Za utrudnienia z tego powodu przepraszamy!

Biblioteka Główna czynna w soboty. W każdą sobotę zapraszamy do Biblioteki Głównej przy ul. 1 Praskiego Pułku 31 **w godz. 10 - 15.** Jednocześnie informujemy, że z racji logistycznych w czasie wakacji dyżury sobotnie będą zawieszone.

Uniwersytet Trzeciego Wieku zaprasza!

ZAKOCHANY W TULIPANACH KOLOROWY MAJ!



Maj jest ostatnim miesiącem nauki w tym roku akademickim przed wakacjami. Od października nasi słuchacze uczestniczyli w różnorodnych zajęciach naszego uniwersytetu. Wiele się wydarzyło, zwiedzaliśmy niezwykle muzea, o których nie jeden z nas nawet nie wiedział. Czy ktoś z Państwa wie, że w naszym ZOO jest muzeum z okresu II wojny? Byliśmy również w Mennicy Polskiej, w Muzeum Żydów Polskich Polin, Muzeum Powstania Warszawskiego, Muzeum Kolekcji Jana Pawła II Porczyńskich, zwiedziliśmy także Zachętę. Nie patrząc na pogodę podziwialiśmy piękno naszej stolicy w ramach „Spacerów po Warszawie” z naszą Koleżanką Danusią Mirosz. Integrowaliśmy się przy ognisku, śpiewaliśmy kolędy, bawiliśmy

się na zabawie karnawałowej, gościliśmy wspaniałych „małych artystów” ze Szkoły Muzycznej a ostatnio na spotkanie integracyjne zaprosiliśmy chór emerytowanych nauczycieli z Powiśla. Wykłady na naszym UTW prowadzili wspaniali wykładowcy - specjaliści z wielu dziedzin nauki. Uczyliliśmy się od najlepszych; prof. K. Hozyasz (gastrolog) opowiadał nam o tajnikach glutenu, prof. M. Jędrusik o niezwykłych wyspach świata, dr B. Polaczek-Krupa mówiła o chorobach oczu. Wysłuchaliśmy pięknych wykładów z historii muzyki poważnej, historii sztuki. Wysłuchaliśmy też wykładu Witolda Czuksanowa o kwiatach, którego Państwo pewno znacie ze szklanego ekranu. Byli też u nas podróżnicy opowia-

dający o wspaniałych wyprawach. Mieliśmy przyjemność gościć niezwykle pasjonata, człowieka o wielkim sercu i dobroci kochającego muzykę „Czarnego Łądu” Gwidona Cybulskiego, który grał na afrykańskich instrumentach i opowiadał niezwykle historie. Zwiedzamy Polskę z Piotrem Kociszewskim, pod koniec maja pojedziemy na wycieczkę do Torunia i Bydgoszczy.

W czerwcu czekają nas dwa ważne wydarzenia: Walne Zebranie Członków Stowarzyszenia (8.06 - czwartek, godz. 15.45 w Szkole Podstawowej Nr 171) oraz zakończenie roku akademickiego (10.06 - sobota, godz. 11.00), które odbędzie się w Szkole Podstawowej w Zielonej (ul. Krótka 1). Serdecznie zapraszamy!

Na rozpoczęcie wakacji (23 czerwca) planujemy wycieczkę do Ogrodu ziołowego w Korycinach.

Szczegółowe informacje o naszej działalności znajdziecie Państwo na naszej stronie i facebooku.

KONTAKT Z UTW: WWW.UTW-WESOLA.ORG

E-MAIL: SEKRETARIAT@UTW-WESOLA.ORG,

SEKRETARIAT - 519 173 672

DYŻURY: PN, WT W GODZ. 12.00-13.00

OSRODEK DZIAŁAŃ TWÓRCZYCH „POGODNA”
W STAREJ MIŁOSNI (JANA PAWŁA II 25)

ŚR, CZW, PT W GODZ. 12.00-13.00

— BUDYNEK OSP W WESOŁEJ,

UL. 1. PRASKIEGO PUŁKU 31; SEKRETARIAT UTW

list do redakcji



W załączeniu przesyłam Państwu zdjęcia zrobione niedawno w lesie okalającym Starą Miłosną. Zdjęcie nr 1 to miejsce 100 m od Kościoła p.w. św. Hieronima, 200 m od gimnazjum, zdjęcie nr 2 to bunkier na Pohulance, zdjęcie nr 3-4 to fundamenty na łące na pld-wsch od osiedla.

Są to niestety ślady regularnych libacji naszej osiedlowej młodzieży gimnazjalnej, czyli nieletnich, którzy teoretycznie nie mają dostępu ani do papierosów, ani alkoholu, ani tym bardziej narkotyków.

A jak widać mają i to w dużych ilościach.

Wiedzą o tym rodzice, w naiwnym i wygodnym przeświadczeniu że „mojego dziecka to nie dotyczy”. Wiedzą władze gimnazjum, bezradne wobec masy problemów z kilkuset nastolatkami w trudnym wieku, skupionymi w jednej szkole. Wie też zapewne straż miejska, której na osiedlu nie zauważysz... Nietrudno też się domyślić, w których sklepach sprzedawany jest nieletnim „na boku” alkohol i papierosy.

Gimnazjum będzie istniało jeszcze 2 lata. Do tego czasu nasz las służący spacerom zamieni się w wysypisko, a niejeden nastolatek wejdzie w konflikt z prawem i zniszczy swoją przyszłość.

Chciałbym więc poprzez „Wiadomości sąsiedzkie” zaapelować:

- Do władz miejskich o częstsze patrole służb w lesie okalającym osiedle Stara Miłosna, zwłaszcza wieczorami i w weekendy.
- Do Gimnazjum nr 119 by zorganizowało (po lekcjach!) sprzątanie lasu, tak, aby ich podopieczni sami wybierali własne śmieci.
- I do rodziców, aby nie obudzili się z przysłowiową „ręką w nocniku” i wzięli pod lupę sposób spędzania czasu wolnego na osiedlu przez swoje dzieci.

A nawiasem mówiąc znowu „wszyscy wszystko wiedzą” i widzą, a nikt nie reaguje.

DJ



Onkowiec

T o m a s z D o m i n i a k

ELEKTROCHEMIOTERAPIA (ECT):

to stosunkowo nowa technika terapeutyczna zarówno w medycynie jak i weterynarii o charakterze głównie paliatywnym, która stosowana jest w leczeniu guzów nowotworowych zlokalizowanych w powłokach ciała (umieściowanych w skórze i tkance podskórnej). Podczas zabiegu pacjentowi podawany jest cytostatyk (bleomycyna lub cisplatyna). Celem elektrochemioterapii jest uzyskanie miejscowej kontroli nad guzem nowotworowym - naszym celem często jest poprawa jakości i komfortu życia zwierzęcia.

NA CZYM POLEGA ELEKTROCHEMIOTERAPIA (ECT)?

Elektrochemioterapia polega na krótko-odkresowej destabilizacji błon komórkowych tworzą, tzw pory w komórce, która występuje pod wpływem zastosowanego pola magnetycznego (elektroporcji). W ten sposób udaje się podnieść efektywność stężenia podawanej pacjentowi cytostatyku, dzięki czemu znacząco wzrasta (od kilku do kilkunastu razy np. Bleomycyna-

cytotoksyczny stosowanych u chorego leków. Elektrochemioterapia jest metodą bezpieczną i pozbawioną negatywnych skutków ubocznych, ponieważ nie wywiera wpływu na zdrowe tkanki.

JAKIE NOWOTWORY MOŻEMY LECZYĆ ZA POMOCĄ ELEKTROCHEMIOTERAPII U ZWIERZĄT ?

- Nowotwory jamy ustnej (czerniaki, raka płaskonabłonkowego, nadziąśłaki, szklwiaki, mięsaki, np. włókniakomięsaki (FSA))
- Nowotwory nosa głównie płytki nosowej np. rak płaskonabłonkowy
- Mięsaki tkanek miękkich (np. przed zabiegiem chirurgicznym w celu zmniejszenia guza lub po niecałkowitym wycięciu)
- Guzy z komórek tłuszczowych (MCT mastocytoma, np. przed zabiegiem chirurgicznym w celu zmniejszenia guza lub po niecałkowitym wycięciu)
- Czerniaki
- Guzy okolicy odbytu (prostnicy)

- Guzy jamy nosowej
- Chłoniaki np. skóry czy w okolicy oczu
- Brodawczaki
- Guzy gruczołu mlekowego inne nowotwory

JAKIE WYSTĘPUJĄ EFEKTY UBOCZNE ECT?

Efekty ogólne tej terapii występują rzadko. Podajemy w leki do chemioterapii w niskich dawkach miejscowo stąd efekty są rzadkie. Jeśli efekty uboczne się zdarzają są lokalne stany zapalne, czasami martwica. Po zastosowaniu ECT podajemy leki przeciwbólowe i przeciwzapalne przez min 3-5 dni. Zalecane są okłady w miejscu zastosowania leczenia.

JAK WYGLĄDA ZABIEG ?

Zabieg wykonujemy w pełnej narkozie (w naszej lecznicy w narkozie wziewnej) przeważnie 2-4 razy w zależności od nowotworu co tydzień lub dwa. Zabieg trwa ok 20-30 minut.

Zabiegi przeprowadzamy w Specjalistycznej Lecznicy onkologiczno-internistycznej DOM-VET.



**SPECJALISTYCZNA
LECZNICA
WETERYNARYJNA**
tel. 501 040 784
ul. Sikorskiego 74
Warszawa Wesoła





ZAREKLAMUJ SIĘ U NAS

INFORMACJE O ZASADACH ZAMIESZCZANIA REKLAM
OGŁOSZEŃ W „GAZETCE SĄSIEDZKIEJ” MOŻNA UZYSKAĆ
POD ADRESEM: REKLAMA@SASIEDZIDLAWESOLEJ.ORG
LUB NUMEREM TELEFONU: 608 576 520

Ogłoszenia drobne o charakterze sąsiedzkim publikujemy nieodpłatnie. Maksymalna długość tekstu – 100 znaków ze spacjami. Treść prosimy przysyłać do 25 dnia miesiąca poprzedzającego emisję numeru, na adres: reklama@sasiedzidlawesolej.org z zaznaczeniem rubryki, w której ma być zamieszczone ogłoszenie.

Ogłoszenia drobne **KOMERCYJNE** zamieszczamy w ramce 57x25 mm. Standardowe – w cenie 30 zł netto; kolorowe – w cenie 40 zł netto. Maksymalna długość tekstu – 150 znaków ze spacjami. Treść prosimy przysyłać do 20 dnia miesiąca poprzedzającego emisję numeru, na adres: Uwaga: drukujemy tylko opłacone z góry ogłoszenia!

**PRANIE DYWANÓW,
WYKŁADZIN,
TAPICERKI MEBŁOWEJ
I SAMOCHODOWEJ
tel. 500 753 803**

Sklep „PSIA KOŚĆ”
wszystko dla zwierząt (karmy, akcesoria)
Stara Miłosna, ul. Dolomitowa 6
(wejście od Jana Pawła II obok cukierni Gama)
tel. 509 455 028
NA TERENIE WESOŁEJ I SULEJÓWKA
DOWÓZ GRATIS

ZŁOTA RĄCZKA

Coś się w domu zepsuło?

- elektryka • instalacja wod-kan
- audio-video, komp • meble • zamki

Sprawnie, uprzejmie i niedrogo **663 066 572****WYNAJME**WWW.LOKALNABIURO.PL**PROTEZA
CAŁKOWITA 450 zł****PROTEZA
ELASTYCZNA
ACETAL 600 zł**

- bardzo duże doświadczenie
- ciężkie przypadki

507 221 820**Pracownia Protetyczna**
Majdan, gm. Wiązowna

CONIECO

**FARBY • LAKIERY • KLEJE
GIPSY • ART. METALOWE
I ELEKTRYCZNE
NARZĘDZIA • AKCESORIA
DRABINY**

STARA MIŁOSNA
ul. JANA PAWŁA II 66 (przy banku)
pon.-pt. 8.00-18.00, sob. 8.00-14.00
tel. 22 773 11 08

**Klucze do mieszkań,
samochodowe
kodowane**

**Zamki
Baterie do pilotów
Wkładki
Kłódki
Faktury
VAT**

**ZAPRASZAMY:
wt.-pt. 12-18
sob. 10-14**

**ul. Trakt Brzeski 71
(obok sklepu Biedronka)**

Autoryzacja: **WILKA** **IDE**

692 - 905 - 352

- Wyjdz z Twoim psem w godz. 9-12, tel. 662878526
- MATEMATYKA, OGÓLNIK, RÓWNIEŻ ZAKRES ROZSZERZONY. STARA MIŁOSNA TEL. 514 37 14 95
- J. JAPOŃSKI, J. ANGIELSKI ZE STUDENTKĄ - wszystkie poziomy, dzieci i dorośli. TEL: 691-599-945
- Do wynajęcia mieszkanie, 2 ładne pokoje Wesoła Groszówka 695 254 888

Certyfikat sklepu
Złoty Groszek
Jakość gwarantowana

groszek
Twój sklep na co dzień

ul. Jana Pawła II 110
ul. Rumiankowa 18

**wysoka jakość towaru
i sąsiedzka atmosfera**



DWUJĘZYCZNA SZKOŁA PODSTAWOWA SMART SCHOOL ZAPRASZA NA

**OŚTATNI PRZED WAKACJAMI
DZIEŃ OTWARTY DLA KANDYDATÓW
DO KLAS 2 i 3 oraz 5 i 6**

SPOTKANIE 31 MAJA, GODZINA 17.30
(siedziba szkoły w Zakręcie)

**POSIADAMY JESZCZE WOLNE MIEJSCA
W KLASACH 5 I 6**

Proponujemy uczniom starszym możliwość
edukacji dwujęzycznej z przygotowaniem
do dwujęzycznych szkół średnich.

**OTWARTE ZAPISY
DO RÓWNOLEGLE TWORZONEJ KLASY 3**



ZAPEWNIAMY:

- 🇬🇧 kameralne klasy, wyselekcjonowanych nauczycieli specjalistów
- 🇬🇧 dwujęzycznie prowadzone przedmioty: matematyka, przyroda, wf, informatyka (w klasach starszych również chemia i fizyka) w międzynarodowym systemie CLIL
- 🇬🇧 bogaty program projektów edukacyjnych, artystycznych w cenie szkoły
- 🇬🇧 **edukację nastawioną na osobę ucznia i jego indywidualne zdolności**
- 🇬🇧 wsparcie kształcenia indywidualnego na podstawie diagnozy inteligencji wielorakich H. Gardnera
- 🇬🇧 **autorskie programy korelacji treści w blokach przedmiotowych służące poszerzeniu wiedzy dzieci (ograniczające nakłady czasu pracy w domu)**
- 🇬🇧 11 godz. języka angielskiego tygodniowo (lektoraty oraz CLIL)
- 🇬🇧 dwujęzyczną klasę sportową
- 🇬🇧 Kreatywne koła zainteresowań w cenie (muzyczne, akrobatyczne, przyrodnicze itp.)
- 🇬🇧 240 godzin rocznie rozszerzenia podstawy programowej
- 🇬🇧 pełną opiekę psychologiczno-pedagogiczną
- 🇬🇧 możliwość odrabiania lekcji w szkole
- 🇬🇧 wspólne projekty artystyczne i rodzinne
- 🇬🇧 zajęcia dodatkowe i opiekę do godz. 18.00
- 🇬🇧 dowożenie do szkoły własnym smart busem
- 🇬🇧 szkoła posiada pozytywne opinie specjalistów z Uniwersytetu Warszawskiego, Uniwersytetu z Salamanki (Hiszpania)
- 🇬🇧 jest szkołą ćwiczeń dla jedynej w Polsce wydziału studiów CLIL na UW.
- 🇬🇧 szkoła posiada patronat naukowy ogólnopolskiego stowarzyszenia dwujęzyczności BILINGUIS
- 🇬🇧 przedszkole jest laureatem EUROPEAN LANGUAGE LABEL 2011 i placówką patronacką programu powszechnej dwujęzyczności

KONTAKT I ZAPISY:

666 840 640, 600 226 224

ZAPRASZAMY NA

WWW.SMARTSCHOOL.EDU.PL.

NASZ FB ORAZ KANAŁ YOU TUBE



WERSAL
CATERING

CATERING INNY
NIŻ WSZYSTKIE.



EVENTY & SPOTKANIA BIZNESOWE
PRZYJĘCIA PRYWATNE & WESELA
CATERING ZBIOROWY

