



ISSN 2299-5188

Wesoła

Gazetka Sąsiedzka

PISMO STOWARZYSZENIA SĄSIEDZKIEGO STARA MIŁOSNA

Nr 23 (styczeń/luty 2015)

Wesołe Ferie na lodzie!



Stowarzyszenie Sąsiedzkie
Stara Miłosna

Projekt okładki: Renata Mianowska (wykorzystała rysunek autorstwa Igi Schiffer, zdjęcie Creative Commons / Chris Anderson)

Podaruj nam 1% swojego podatku! Stowarzyszenie Sąsiedzkie Stara Miłosna



zespół edukacji dwujęzycznej

www.abc-edukacja.org.pl

Wspólna 55, W-wa Wesola, 22 773 40 28

Dwujęzyczne Przedszkole abc

Dwujęzyczna Szkoła Podstawowa nr 1

Dwujęzyczne Gimnazjum nr 1



MEDIKO

Centrum Medycyny i Kosmetyki

- **MEDYCYNĄ ESTETYCZNA**

Botox, kwas hialuronowy, mezoterapia – specjalna oferta promocyjna

- **KOSMETOLOGIA**

Zabiegi przeciwzmarszczkowe, przeciwtrądzikowe, redukcja przebarwień, kriolifting, fale radiowe RF

- **DEPILACJA LASEROWA LIGHTSHEER**

Skuteczne usuwanie zbędnego owłosienia **ZABIEGI OD 69 ZŁ!**

- **LASEROWE ZAMYKANIE NACZYNEK** VariLite i VPL

6. urodziny Mediko!

*W lutym mezoterapia i wypełniacze
Neauvia z rabatem 20%!*

*Wszystkie peelingsi chemiczne
z rabatem 20%!*



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

Drodzy Sąsiedzi!

Co nam przyniesie LUTY?

Miesiąc, sądząc z nazwy, srogi ale ludowe przysłowie mówi: „Po świętej Dorocie schną chusty na płocie”, bo słońce zaczyna już przygrzewać, ptaki śpiewają o wiosnie i nawet bez talentów wróżki można przewidzieć, że dzień urośnie o półtorej godziny. Jak dotąd nieźle.

Naszą lokalną atmosferę rozgrzeją „gorące sprawy”, o których będzie na str. 4. Podjęta już praca nowa Rada Dzielnicy (str. 4). Na projekt do Budżetu Partycypacyjnego to już ostatnie chwile (str. 5). O tym jak dęby wygrywają z dyskontem przeczytacie na str. 6. Polecamy też historię naszych kolei (str. 8) oraz pomysł na oczyszczanie powietrza w Wesolej dzięki odpowiednim przeróbkom pieców węglowych na niekopące (str. 12).

Ponadto w numerze wiele innych wieści i porad – w całości naszych, tutejszych, sąsiedzkich.

Miłej lektury!

REDAKCJA

Dyżury radnych

ze Stowarzyszenia Sąsiedzkiego
Stara Miłosna

Hanna Bąbik

Spotkania indywidualne po
wcześniejszym umówieniu
mailowo babikhanna@gmail.com
lub telefonicznie 502 087 556

Joanna Januszewska-Miśków

Spotkania indywidualne
w poniedziałki w godz. 16-17,
pok. 119 w Urzędzie Dzielnicy Wesola
po wcześniejszym umówieniu
mailowo jjanuszewska@neostrada.pl
lub telefonicznie 537 49 00 48

Pani Prezydent Miasta Stołecznego Warszawy Hanna Gronkiewicz-Waltz przestała dla Stowarzyszenia Sąsiedzkiego Stara Miłosna na ręce radnej Hanny Bąbik życzenia noworoczne wszelkiej pomyślności, realizacji zamierzonych celów oraz wiele życzliwości w 2015 roku.

Z przyjemnością przekazujemy życzenia od Pani Prezydent wszystkim mieszkańcom dzielnicy Wesola.



Gazetka Sąsiedzka

PISMO STOWARZYSZENIA SĄSIEDZKIEGO STARA MIŁOSNA

Redakcja: Grażyna Bany, Joanna Gorzelińska, Joanna Januszewska-Miśków (redaktor naczelna), Magdalena Jasik, Magdalena Jędrzejewska-Pyrzanowska, Joanna Kowalska, Barbara Krzewska, Ewa Lirska, Małgorzata Mazurkiewicz, Grażyna Milczarczyk, Dorota Wrońska

Współpraca: Izabela Antosiewicz, Hanna Bąbik, Małgorzata Kazimierska, Justyna Kwiatkowska, Anna Pawłowska-Pojawa

Kontakt z redakcją: gazetka@staramilosna.org.pl, www.staramilosna.org.pl, znajdź nas na **facebook** (Wesola Gazetka Sąsiedzka)

Reklama: reklama@staramilosna.org.pl, tel. 537 49 00 48 | **Adres do korespondencji:** Trakt Brzeski 28, 05-077 Warszawa-Wesola

WYDAWCA: Stowarzyszenie Sąsiedzkie Stara Miłosna, Trakt Brzeski 28, 05-077 Warszawa-Wesola; ISSN 2299-5188

Projekt i DTP: Oto-Studio Piotr Zajączkowski, www.oto-studio.pl | **Rysunki:** Joanna Stein

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.staramilosna.org.pl



NAKŁAD: 4000 egz.

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 – 12 II 2015, 26 II 2015, od godz. 14⁰⁰

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

Przyjmujący lekarze:
• Edyta Kuza
• Aneta Wróbel
• Katarzyna Milczarek

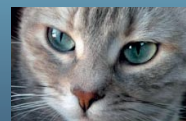
Godziny pracy:
pon.-śr. 9⁰⁰-19⁰⁰
czw.-pt. 8³⁰-19⁰⁰



Gabinet Weterynaryjny AMICUS

Stara Miłosna, ul. Hebanowa 16
tel. 606 482 555, 22 773 10 88
www.weterynarz-hebanowa.pl

W marcu bieżącego roku Gabinet uczestniczy w **AKCJI STERYLIZACJI**
Sterylizacje i kastracje psów oraz kotów
w **ATRAKCYJNYCH CENACH!**



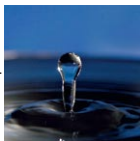
W roku 2015 Gabinet świadczy usługi z zakresu opieki weterynaryjnej, sterylizacje i kastracje **zwierząt bezdomnych i wolnożyjących**, występujących na terenie dzielnicy Wesola m.st. Warszawy.



Gorące sprawy

W naszej dzielnicy i w jej sąsiedztwie dochodzi do wielu istotnych wydarzeń, które Stowarzyszenie Sąsiedzkie obserwuje lub wobec których podejmuje działania. Najświeższe to: problem skażenia wód podziemnych składnikami paliwa i kontrowersyjny projekt budowy instalacji do recyklingu opon w Sulejówku. Nie jesteśmy w stanie wystarczająco o nich informować korzystając z naszego pisma, ponieważ sytuacja dynamicznie się zmienia. Dlatego komplet zebranej przez nas dokumentacji oraz bieżące postępy naszych działań będą zamieszczone na stronie internetowej Stowarzyszenia Sąsiedzkiego: staramilosna.org.pl w zakładce **GORĄCE SPRAWY**. Natomiast tu w Gazetce znajdziecie Państwo skrót najważniejszych wiadomości.

FOT.: Wikipedia



Skażenie wód składnikami paliwa

W odpowiedzi na pytanie radnej Małgorzaty Zaręby o przyczynę planowanego przyłączenia Wesolej do wodociągu Warszawskiego (tj. doprowadzającego wodę z Wisty) MPWiK odpowiedziało że istnieje,

cytujemy: „trwałe zanieczyszczenie warstwy wodonośnej w rejonie Starej Miłosnej eterem tert-metylo butylowym (MTBE) i benzenem”.

Stowarzyszenie próbuje obecnie ustalić obszar i stopień skażenia, jednak rzecznik prasowy MPWiK poproszony o dokładne

dane w postaci protokołów badań odmówił ich udostępnienia, żądając złożenia pisemnego wniosku. Złożyliśmy my więc taki wniosek i czekamy.

Otrzymaną odpowiedź zamieścimy na stronie staramilosna.org.pl.

DOROTA WRONSKA



Recykling opon w Sulejówku

W Sulejówku, blisko granicy z Wesolą ma powstać zakład utylizacji opon. Grupy protestujących mieszkańców mylnie nazywają go „spalarnią”, chodzi bowiem

o bardzo nowoczesną i uznaną za przyjazną dla środowiska metodę pirolizy niskotemperaturowej. Jest to metoda, w której opony są przekształcane w substancje podobne do surowców z których powstały (ciekłe i ga-

zowe węglowodory). Mimo zaawansowania technicznego tej metody, lokalizacja zakładu w bliskim sąsiedztwie zabudowań, budzi rzeczywisty niepokój.

Więcej na stronie staramilosna.org.pl.

DOROTA WRONSKA



Budowa wysypiska śmieci w Zielonce

W gminie Zielonka na terenie dawnego poligonu, tuż przy granicy z gminą Halinów, MPO planuje budowę Zakładu Unieszkodliwiania Odpadów. Mieszkańcy okolicznych miejscowości, którym to sąsiedztwo nie odpowiada, protestują. Protesty odbyły się m.in. Michałowie (gm. Halinów), Pustelniku (gm. Stanisławów), Okuniewie (gm. Halinów). Odbywają się też spotkania władz gmin zlokalizowanych w sąsiedztwie planowanej inwestycji.

Inwestycja ta również budzi niepokój mieszkańców Wesolej. Obawy dotyczą przede wszystkim tras przejazdu pojazdów wywożących odpady z Warszawy ulicą Okuniewską lub Traktem Brzeskim.

JOANNA JANUSZEWSKA-MISKÓW



Aktualności z dzielnicy

• Ulica Graniczna będzie dokończona

W kwietniu rozpocznie się budowa brakującego odcinka ul. Granicznej. Będzie to jezdnia 7-metrowa z chodnikami po obu stronach i ścieżką rowerową. Inwestycja ta jest planowana do ul. Mchów w Międzyzlesiu. Zakończenie prac jest przewidywane na koniec września 2015 roku.

• Magistrala średniego napięcia

Prace trwające m.in. wzdłuż ul. 1 Praskiego Pułku prowadzone są przez Polską Grupę Energetyczną w celu zwiększenia bezpieczeństwa energetycznego naszej dzielnicy. Magistrala połączy Starą Miłosną ze stacją przy Wesolandii.

• Strefa czasowego parkowania

Już w najbliższym tygodniu mieszkańcy zostaną poinformowani (akcja ulotkowa) o planowanym utworzeniu strefy czasowego parkowania w okolicach stacji kolejowej W-wa Wesola, m.in. na ul. 1 Praskiego Pułku.

JOANNA JANUSZEWSKA-MISKÓW

PODZIĘKOWANIA

S erdecznie dziękuję za serce i pomoc udzielone mojej córce Iman – uczennicy klasy IIE szkoły podstawowej nr 353. Szczególne podziękowania należą się wychowawcy klasy panu Łukaszowi Trawczyńskiemu, który zostawał po lekcjach i osobiście uczył Iman języka polskiego. Dziękuję również rodzicom dzieci z klasy IIE za piękne prezenty świąteczne dla mojej córki – m.in. choinkę, biurko, krzesło, zabawki i wózek z lalką.

Obie jesteśmy bardzo wdzięczne za udzielaną nam pomoc i serdeczne przyjęcie nas w społeczności.

LAYLA MUSAYEVA – MAMA IMAN





Od Radnej

0 Budżecie Partycypacyjnym



Wszystkich dzielnicach Warszawy trwa druga edycja Budżetu Partycypacyjnego.

Swoje projekty do 17 lutego może zgłosić każdy mieszkaniec miasta. Spośród projektów zgłoszonych zgodnie z wymogami regulaminu zostaną wyłonione w głosowaniu te, które będą zrealizowane przez Urzędy dzielnic w 2016 roku za pieniądze z budżetu dzielnic. W Wesolej kwota budżetu partycypacyjnego drugiej edycji wynosi ogółem 600 tys. zł, w tym 300 tys. zł jest przeznaczona na projekty ogólnodzielnicowe, a pozostałe 300 tys. zostało podzielone między nasze osiedla tak, jak ilustruje mapka obok.

Projekty mogą zgłaszać wszyscy mieszkańcy w Warszawie (meldunek nie jest wymagany), również niepełnoletni (załączają tylko pisemną zgodę rodzica/opiekuna). Kosztorys projektu nie może przekroczyć limitu budżetu. Projekty inwestycyjne możemy zgłaszać tylko na terenie, który jest własnością m.st. Warszawy lub dotychczas pisemną zgodę właściciela. Harmonogram realizacji projektu popartego przez minimum 30 osób musi się zmieścić w 12 miesiącach.

Dokładne informacje, regulamin oraz formularze wniosków są na stronie:

www.twojbudzet.um.warszawa.pl

W urzędzie dzielnicy Wesoła możemy dostać materiały informacyjne, a w każdy poniedziałek odpowiedź na szczegółowe pytania i wątpliwości oraz zwrócić się do Koordynatorki Budżetu Partycypacyjnego w dzielnicy o wskazówki przy wypełnieniu wniosku.

Oto wybrane przez nas w głosowaniu projekty ubiegłoroczne, które będą realizowane w dzielnicy w tym roku:

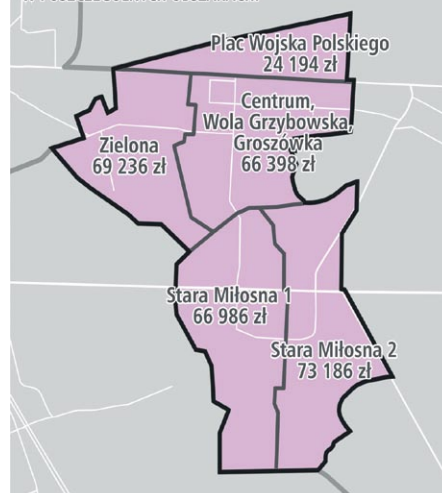
- Projekt i wykonanie pierwszego etapu trasy rolkowej – 146 500 zł
- Niewidomi są WŚRÓD nas i RAZEM z nami – 74 450 zł
- Pod Dębami wszyscy się spotkamy – 48 950 zł
- Wesoła na sportowo – 25 000 zł
- Domki dla skrzydlatych pasiaków – 3 193 zł
- Lato z jogą – 1 600 zł

**RADNA
HANNA BĄBIK**

WESOŁA

Kwota przeznaczona na projekty ogólnodzielnicowe – 300 000 zł

KWOTY DLA PROJEKTÓW
W POSZCZEGÓLNYCH OBSZARACH:



R E K L A M A



HALA basenowa



SANARIUM



**AQUA PARK
WESOLANDIA**

www.wesolandia.pl

ul. Wspólna 4, Warszawa-Wesoła; tel. 22 773 91 91



CARDIO Fitness



SIŁOWNIA



Dęby kontra dyskont

W poprzednim numerze naszej gazety pisaliśmy o obawach mieszkańców osiedla Stara Miłosna dotyczących przyszłości trzech ponad stuletnich dębów rosnących na działce przy placu zabaw obok przepompowni ścieków, gdyż nowy właściciel tej działki wystąpił do Urzędu Dzielnicy Wesoła z wnioskiem o ich wycięcie. Mieszkańcy osiedla mówią, że w tym miejscu ma stać sklep znanego dyskontu spożywczego.

W grudniu i styczniu grupie osób udało się zebrać 126 podpisów pod pismem do burmistrza Wesołej, które w imieniu mieszkańców podpisałam ja i mój sąsiad Robert Węgrzynowski i złożyłam w dniu 13 stycznia br. Napisaaliśmy w nim m.in.:

„My, mieszkańcy dzielnicy Wesoła, zwracamy się z prośbą o pomoc w uratowaniu trzech dębów rosnących na działce położonej pomiędzy ulicami Jana Pawła II, Kamyk i drogą dojazdową do przepompowni ścieków przy Kanatku Wawerskim, w bliskim sąsiedztwie placu zabaw na terenie Osiedla Stara Miłosna.

Działka została sprzedana inwestorowi, który wystąpił o wycięcie tych drzew, gdyż przeszkadzają mu w budowie obiektu handlowego – kolejnego na naszym osiedlu. A drzewa te są pięknymi okazami przyrody i jako takie powinny się znaleźć w rejestrze zabytków przyrody. Podobnie pięknych i starych drzew na naszym osiedlu jest coraz mniej.

W niedalekiej odległości od w/w działki, przy ulicy Granicznej buduje się osiedle, na którym ładnie wkomponowano równie piękne i stare dęby, ocalając je dla następnych pokoleń.

W sobotę 13 grudnia br. nasze dęby zostały poddane badaniu (jak udało się nam dowiedzieć od bardzo mało mównych pracowników

ków – wykonywanemu na zlecenie inwestora) polegającym m.in. na założeniu na nie jakichś urządzeń elektrycznych. Wykonujący badanie specjalista poinformował, że sprawdza stan zdrowia tych drzew.

Prosimy Pana Burmistrza, aby zrobił wszystko, by nie dopuścić do wycięcia drzew, które rosną tu na pewno od prawie stu lat. Każdy z trzech dębów jest bezcenny dla naszego otoczenia i dla naszego zdrowia. Cieszą oczy wszystkich mieszkańców, przechodniów i osób korzystających z pobliskiego placu zabaw (...).



Dęby w czerwcu 2014 r.

Po tygodniu przyszła odpowiedź z Urzędu, podpisana przez zastępcę burmistrza Dzielnicy Krzysztofa Kacprzaka. Czytamy w niej:

„Odpowiadając na Pani pismo informuję, że Zarząd Dzielnicy Wesoła m.st. Warszawy stoi na stanowisku, że projekt zagospodarowania przedmiotowego terenu musi uwzględniać ochronę istniejącego drzewostanu, co potwierdza wydana inwestorowi opinia Zastępcy Burmistrza Dzielnicy Wesoła m.st. Warszawy z dnia 4 grudnia 2014 r.

W treści wymienionej opinii wskazano, że z uwagi na to, iż chłonność budowlana ob-

szaru administracyjnego w wielu miastach ulega wyczerpaniu, dalsze uszczuplanie terenów, na których rośnie starodrzew, doprowadzi do naruszenia równowagi pomiedzy zabudową, a środowiskiem przyrodniczym oraz zasadniczego pogorszenia warunków życia mieszkańców. Mając na uwadze ochronę i prawidłowe gospodarowanie drzewostanem na obszarach zurbanizowanych, zobowiązano inwestora do rozważenia zmiany projektu zagospodarowania działki w taki sposób, aby starodrzew został wkomponowany w projektowaną zabudowę. Jednocześnie inwestor otrzymał decyzję o warunkach zabudowy, z treści której wynika, że projekt zagospodarowania terenu musi uwzględniać ochronę istniejącego drzewostanu.

FOT.: M. Jędrzejewska-Pyrzanowska

Informuję, że do czasu, kiedy przepisy obowiązującego prawa pozwolą na ratowanie drzew Zarząd Dzielnicy Wesoła m.st. Warszawy dołoży wszelkich starań, aby zapobiec wycince drzew.

W związku z załączoną listą podpisów mieszkańców, którzy popierają działania mające na celu ochronę dębów, proszę o poinformowanie tych osób o przedstawionym w niniejszym piśmie stanowisku Zarządu Dzielnicy Wesoła m.st. Warszawy.

Mamy nadzieję, że ze wsparciem ze strony urzędu w tej sprawie będziemy się cieszyli widokiem naszych dębów jeszcze przez wiele lat. Wierzmy, że władza lokalna będzie i w tym przypadku reprezentować interes mieszkańców.

Informacje dotyczące dębów są na bieżąco zamieszczane na stronie WGS na fb.

MAGDALENA JĘDRZEJEWSKA-PYRZANOWSKA

R E K L A M A

Kacper

WSZYSTKO DO SZKOŁY

Sklep czynny od 7.30 do 19.00
ul. Jana Pawła II 15E, 05-077 Wesoła

www.sklep.kacper.net.pl

ACCOUNTING
BIURO RACHUNKOWE
DORADCY PODATKOWEGO
Magdaleny Dembińskiej

Licencja Min. Fin. 9131/98

- 20 lat doświadczenia • pełen zakres usług • korzystne ceny • pomoc w założeniu działalności gospodarczej
- zwrot VAT za materiały budowlane

tel. 22 773-25-69, 22 773-38-91
www.podatkiwesola.pl

Warszawa-Wesoła • ul. Trakt Brzeski 54 A
(paw. handlowe) • godziny otwarcia 7:00-17:00

Akcja Stowarzyszenia Sądziekiego 600 kilogramów sąsiedzkich paczek!



Dzięki Państwa hojności udało nam się zebrać: 150 czekolad, mnóstwo kaszy, mleka, cukru, maki, herbaty, makaronu i innych produktów spożywczych dla najbardziej potrzebujących sąsiadów!

24 rodziny nie kryły też wzruszenia na widok ogromnych przedświątecznych paczek złożonych z prawie 600 kilogramów jedzenia!

Jak co roku, nasi dzielni wolontariusze przez kilka przedświątecznych weekendów namawiali Was do dzielenia się jedzeniem w Delikatessach K&M w Starej Miłosnej.



FOT.: M. Jędrzejewska-Pyrzanowska

W tym roku do naszej „Sąsiedzkiej Paczki” dołączyło także „Przed-szkole Pod Dębami” oraz sklep Groszek.

Dziękujemy Wszystkim za zaangażowanie!

Już dzisiaj zapraszam do kolejnej zbiórki!

GRAŻYNA MILCZARZYK

Zwycięskie pocztówki



Wyróżnienie otrzymał także gimnazjalista, uczestnik Sekcji Rysunku i Malarstwa OK w Wesolej – **Tymoteusz Kuchta** (lat 15).

GRAŻYNA BANY

Rysunek **Stasia Dąbrowskiego** (lat 6) został uznany za najładniejszą pracę w Ogólnopolskim Konkursie na Pocztówkę do Św. Mikołaja, zaś praca **Jasia Jachacza** otrzymała wyróżnienie w kategorii 3-6 lat. Obaj chłopcy są uczniami SP 353, prace powstały na Zajęciach Artystycznych. Wyróżnienie

Wyniki Konkursu Plastycznego «Obrazek Świąteczny»

KATEGORIA 3-6 LAT

- I. Alicja Zganiacz lat 6 – Przedszkole Robuś
- II. Marysia Misiewicz lat 4 – Przedszkole Robuś
- III. Jakub Orski lat 6 – Szkoła Podstawowa nr 171

Wyróżnienie:

- **Natalka Raszplewicz** lat 5 – Przedszkole Robuś

KATEGORIA 7-10 LAT

- I. **Konstancja Małek** lat 10 – Szkoła Podstawowa nr 171
- II. **Iga Schiffrers** lat 7 – Szkoła Podstawowa nr 353
- III. **Weronika Flaga** lat 8 – Szkoła Podstawowa nr 353

Wyróżnienie:

- **Michalina Stopczyńska** lat 10 – Szkoła Podstawowa nr 171
- **Maja Hajduk** lat 10 – Ośrodek Kultury w Dzielnicy Wesola

KATEGORIA 11-15 LAT

- I. **Julia Różycka** lat 15 – Gimnazjum nr 119
- II. **Julia Kryczko** lat 14 – Gimnazjum nr 120

W skład jury wchodziły artyści malarze Maria Surawska i Wieńczysław Pyrzanowski.



PRACA
ALICJI ZGANIACZ



PRACA
JULII RÓŻYCKIEJ



PRACA
KONSTANCJI MAŁEK

R E K L A M A

**PRYWATNE
PRZEDSZKOLE
I ŻŁOBEK „KUBUŚ”**

ul. Jeździecka 21 f.lok. 13
Warszawa Wesola

PRZEDSZKOLE ZA DARMO !!!

**Prowadzimy nabór na nowy rok szkolny 2014/15
– liczba miejsc ograniczona.**

Przez cały rok szkolny przedszkole za darmo wraz z wyżywieniem i zajęciami dodatkowymi (j. angielski codziennie, plastyka, rytmika, taniec, gimnastyka korekcyjna, judo, opieka psychologa, basen, logopeda, wycieczki do muzeum).

REALIZUJEMY PROJEKT UNIJNY Z EUROPEJSKIEGO FUNDUSZU SPOŁECZNEGO

tel. 602 678 951, 509 980 390 • www.przedszkolekubus.pl

**PRZEDSZKOLE PRYWATNE
i żłobek
„KUBUŚ”**



**PRYWATNE
PRZEDSZKOLE
I ŻŁOBEK „KUBUŚ”**

ul. Jeździecka 21 f.lok. 13
Warszawa Wesola

**NAJTAŃSZE I NAJLEPSZE
PRZEDSZKOLE I ŻŁOBEK W OKOLICY**

Wolne miejsca na nowy rok szkolny 2014/15

UWAGA!!! Bezpłatne przedszkole dla dzieci, które nie chodzą jeszcze do przedszkola, dla rodzin żyjących poniżej minimum socjalnego, dla opiekunów samotnie wychowujących dzieci, dla dzieci z wadami postawy i problemami logopedycznymi.

tel. 602 67 89 51 • www.przedszkolekubus.pl

Dzieje okolic historią kolei pisane...

Historia osiedli wchodzących w skład dzisiejszej Dzielnicy Wesoła związana jest aż z trzema liniami kolejowymi. Dwie – ma równie wielkimi co starymi: Terespolską i Nadwiślańską oraz małą, podwarszawską wąskotorówką zwaną Jabłonowską. Przez charakterystykę tej ostatniej czasami padają stwierdzenia, że nie było ich trzy, ale dwie i pół. Żart trochę przesadzony, bo stynna ciuchcia data z siebie więcej niż mogła, a zarówno ona jak i dwie pozostałe są arcyważną częścią dziejów naszych okolic.

Droga Żelazna Warszawsko-Terespolska

Początki Kolei Terespolskiej, a więc dzisiejszej Linii Kolejowej nr 2, do której należą przystanki Wesoła i Wola Grzybowska sięgają roku 1864, kiedy to założone przez warszawskiego przemysłowca Leopolda Kronenberga Towarzystwo uzyskało licencję na wybudowanie prywatnej drogi żelaznej z Warszawy do Terespolu. Prace rozpoczęto na początku 1865 roku. Materiały do budowy i tabor miały dostarczyć przedsiębiorstwa brytyjskie i niemieckie. Mimo, że roboty trwały już od kilkunastu miesięcy, kamień węgielny pod budowę drogi umieszczono w fundamentach Dworca Terespolskiego (w lekkim uproszczeniu poprzednika dzisiejszego Dworca Wschodniego w Warszawie) dopiero 8 maja 1866 roku. Cztery miesiące później otwarto pierwszy fragment trasy z Warszawy do Siedlec, a rok później dokonano oficjalnego otwarcia całej linii. W 1871 roku przedłużono ją jeszcze z Terespolu do Brześcia. Była to trzecia po Warszawsko-Wiedeńskiej i Warszawsko-Petersburskiej kolej w Królestwie Polskim.



Dworzec w Wesołej. Lata 30-te
(ze zb. autora)

W pierwszych latach po otwarciu linii najbliższymi nam stacjami były Rembertów i Miłosna w dzisiejszym Sulejówku. Nazwę pierwszej nadano na cześć ówczesnego namiestnika carskiego w Królestwie Polskim Fiodora Berga (właśc. Friedricha Remberta von Berg) drugą zaś zaczerpnięto od nazwy Dóbr, na których powstała. W kolejnych dekadach XIX wieku tereny wzdłuż linii kolejowej zaczęto zajmować wojsko. Nie było to zjawie-

sko odosobnione, ponieważ wszystkie koleje na ziemiach polskich musiały przed rozpoczęciem budowy uzyskać akceptację władz wojskowych, a koncesje uzyskiwały tylko te posiadające wartość strategiczną, najczęściej przebiegające wzdłuż planowanych linii frontu i łącznie ze sobą rozrzucone po Królestwie



Stacja w Sulejówku. Lata 30-te
(ze zb. NAC)

twierdzą. Stąd też najpierw powstaje poligon, wraz z nim osada w Rembertowie, a następnie magazyny wojenne w miejscu dzisiejszej jednostki w Wesołej. W tym miejscu rozpoczyna się również jej historia. Wraz z powstaniem instalacji wojskowych pomiędzy stacjami w Rembertowie i Miłosni powstaje przy torach platforma przeladunkowa dla jednostek i sprzętu wojskowego, a okoliczne tereny powoli zasiedla ludność związana z wojskiem i koleją.

Początek XX wieku to w naszej okolicy czas kiedy pojawiło się zjawisko zwane Wilęgiaturą, czyli podwarszawskie letniska. Gości przyjmowały osady położone z reguły wzdłuż linii kolejowych. Żeby móc przyjmować letników, w miejscu platformy wojskowej utworzono przystanek osobowy, który żeby dobrze kojarzył się w mieście nazwano Wesołą. Wybudowano również pierwszy i jak dotąd jedyny budynek stacyjny, który przetrwał do II wojny światowej. Ciekawostką jest fakt, że na stacji w Wesołej przyjezdnych witata tabliczka z napisem: „Kilka drzew na uroczysku, kilka chat na piaszczysku, wszędzie pusto, wszędzie goło, więc nazwali to Wesołą”. Ot taki ludowy, ale i sympatyczny folklor... Cóż, sprawa była na tyle poważna, że niektórych mapach z pierwszej połowy XX wieku możemy znaleźć oznaczenia „Letniska Wesoła” oraz „Wilęgiatury Sulejówek”.

Pierwszą, podwarszawską część linii zelektryfikowano pod koniec lat 30-tych, ostatnią zaś dopiero w roku 1980 ! I to też działo się w pośpiechu z uwagi na rozbudowę połączeń z Europą Zachodnią, związaną z letnią olimpiadą w Moskwie. Jeszcze przed wojną, na niektórych stacjach rozpoczęto budowę „skrzydlatych”, znanych do dziś z przystanków linii otwockiej wiat kolejowych. Prac nie ukończono, a wojnę przetrwała jedna, nie

istniejąca już dziś, w Sulejówku. Najważniejszą pamiątką z czasów powstania Kolei Terespolskiej, jest prawdopodobnie najstarsza zachowana budowla na terenie dzisiejszego osiedla Wesoła, zaadoptowana na budynek mieszkalny dawna „dróżnicówka”. Po wielu przeróbkach mieści się pod adresem Głównego 27.

Droga Żelazna Nadwiślańska

O związkach Starej Miłosny z Koleją Nadwiślańską było już wspomniane przy okazji artykułu o tramwaju konnym łączącym nasze osiedla z Wawrem. Po krótko wyglądało to tak, że w latach 1908-1939 wspomniana linia znacząco przyczyniła się do rozwoju gospodarczego naszych okolic umożliwiając łatwy wywóz towarów wytwarzanych w miejscowych przedsiębiorstwach, w tym szczególnie z cegielni. Trafiły one na dworce wawerskie, z których dalej najczęściej jechały do Warszawy. Kolejka konna była znaczącym ułatwieniem, ale wcześniejsze dekady to czas kiedy absolutnie jedynym prócz konnego (w pierwszej połowie XX wieku istniały alternatywne kolej wąskotorowa, prywatne autobusy i tramwaj elektryczny na Gocławku) połączeniem ze stolicą była właśnie tytułowa „droga żelazna”. Jej istnienie przyspieszyło nie tylko parcelację dawnych Dóbr Miłosna, ale i znacznie ułatwiło zaludnianie wydzielonych terenów. Dodatkowo przy dworcu Wawer przez kilka dekad funkcjonowało jedno z trzech biur (pozostałe dwa znajdowały się w Miłosni i Warszawie) Cegielni Miłosna oraz magazyn.



Dworzec w Wawrze. Lata 30-te
(ze zb. autora)

Kolej Nadwiślańską wybudowano w latach 1874-1877 z inicjatywy (a jakże !) Leopolda Kronenberga. Łączyła przygraniczną wówczas Mławę z Kowlem na Wołyniu po drodze przecinając Warszawę i łącząc najważniejsze twierdze wokół niej (Nowogrodek – Modlin oraz Iwanogród – Dęblin). Jej budowa zbiegła się z czasem z otwarciem warszawskiej Linii Obwodowej, która połączyła dworce po obu stronach Wisły. Sprawilo to, że najbliższy nam dworzec w Wawrze posiadał dogodne połączenie z każdym istotnym punktem w Warszawie. Prócz przewozów towarowych z uwagi na powstanie lotnisk, znaczącym dla naszych okolic, podobnie jak w przypadku Kolei Terespolskiej, stał się ruch osobowy. Ten z kolei miał kolosalny wpływ na rozwój osiedli od Wawra do Otwocka. Na początku XX wieku na linii pomiędzy tymi miej-



Dworzec w Miłosinie. 1866 rok. M. Fajans
(kopia ze zb. autora)



Stacja w Rembertowie. 1866 rok. M. Fajans
(kopia ze zb. autora)

scowściami wybudowano piękne drewniane stacyjki, które rozebrano wraz z elektryfikacją odcinka do Otwocka pod koniec lat 30-tych, zastępując dobrze dziś znanymi „skrzydlakami”. Podobny do Wesolej rodowód nazwy zyskały stacje Radość i Międzyzlesie. Najstarszą okoliczną pamiątką po starej „Nadwiślan-ce” jest wybudowany w 1910 roku dworzec w Otwocku. Prawdziwą perłą jest natomiast pierwotny, drewniany dworzec w położonym nieco dalej Celestynowie. W ogóle na całej trasie łącznie z leżącym dziś w granicach Białorusi Kowlem można odnaleźć jeszcze wiele starych i oryginalnych dworców.



Stacja w Radości. Lata 30-te
(ze zb. autora)

Dzisiejsze związki Starej Miłosny z linią Warszawa-Terespol powstały zaledwie kilka lat temu wraz z uruchomieniem autobusu dochodzącego do stacji Wesota. Wszelkie wcześniejsze, zwłaszcza historyczne koligacje łączyły ją z Koleją Nadwiślańską.

Kolej Jabłonowska

Kolej wąskotorowa zwana również Jabłonowsko-Karczewską została otwarta w roku 1900. Łączyła Jabłonnę (dziś część Legionowa) przez stację Warszawa-Most (okolice dzisiejszego Mostu Śląsko-Dąbrowskiego) z Wawrem, a od 1914 roku z Karczewem. Posiadała rozgałęzienie do Marek i dobrze nam znane, konne do Starej Miłosny. W latach 1916-23 istniała również odnoga do Zegrza, zwana Linią Wojenną i było połączone z tramwajem do Miłosny. Dziś mało kto wie, że tym sposobem, przez kilka lat istniało kolejowe połączenie Stara Miłosna-Zegrze! Niestety było epizodem.

Wąskotorówka mocno odciążała linię Nadwiślańską, szczególnie w przewozach osobowych. Głównym tego powodem były znacząco niższe koszty podróży. Niestety znacząco wyższa była ich uciążliwość. O tłumach gnieźdzących się w wąskich wagonikach, oparach dymu papierosowego i podróży na dachach wagonów do dziś krąży legenda. Kolejka mimo, że dublowała się na sporych odległościach z tramwajem elektrycznym i koleją normalnotorową to wykonywała 200% normy. W latach okupacji pełniła rolę zaopatrzeniową dla Warszawy. Od strony Karczewa w świeże mięso, a od strony

Jabłonnę w bimber. Po wojnie okazała się najbardziej niezawodnym środkiem komunikacji podstołecznej.

Kolej zlikwidowano w roku 1956. Jedynie odcinek Otwock-Karczew funkcjonował do roku 1963. Dziś na linii otwockiej zachowały się po niej prawie wszystkie stacyjki, a jej piętrowy, stary dworzec w Wawrze widać doskonale z wiaduktu nad torami PKP.



Stacja wąskotorówki w Radości. Lata 30-te
(ze zb. autora)

Oprócz olbrzymich mas letników, szmuglerów, kilogramów schabu i hektolitrów księżycówki, wąskotorówka przewiozła setki wagonów cegieł, kafl i dachówek ze Starej Miłosny, kilka pokoleń jej mieszkańców podróżujących co dzień do pracy oraz letników i kuracjuszy przybywających na wypoczynek wśród piaszczystych wydmy Pohulanki. A jej wspomnienie wśród tych, którzy ją pamiętają zawsze wywołuje specyficzny uśmiech na twarzy...

ADAM CIEĆWIERZ
VARSAVIANISTA, AUTOR FACEBOOKOWEJ STRONY
„STARA MIŁOSNA&OKOLICE W CZORAJ, DZIŚ I JUTRO”

R E K L A M A

Kreatywna Dziecko

Artykuły plastyczne
Zabawki kreatywne dla dzieci
Sprzedaż detaliczna i hurtowa

www.kreatywnedziecko.eu

KONTAKT
tel/fax:
22 773 78 61
kom. 510 339 336
05-475 W-wa Wesola,
ul. Skargi 1
- wygodny parking -
(przy kościele)
sklep@kreatywnedziecko.eu

Odbiór zamówień i zakupy pn-pt 9-17

Artykuły do twórczości plastycznej

ArtEquipment

www.artequipment.pl

05-075 W-wa Wesola, Skargi 1 - wygodny parking - (przy kościele), tel. 22 773 78 61

«By dodawać życia do lat, a nie tylko lat do życia»

– prof. Halina Szwarc

W tym roku przypada 40-lecie ruchu Uniwersytetów Trzeciego Wieku w Polsce i jest to rok prof. Haliny Szwarc, le-karki – gerontologa, założycielki pierwszego w kraju (po UTW we Francji i Belgii) uniwersytetu seniorów, dziś noszącego jej imię. Ten pierwszy uniwersytet powstał przy Centrum Medycznym Kształcenia Podyplomowego na warszawskich Bielanych, niedługo po pionierskiej organizacji seniorów powołanej w 1973 w Tuluzie we Francji przez prof. dr Pierre Vellas, specjalistę geriatryi społecznej. Idee uczenia się przez całe życie, integracji, aktywnej, godnej starości – akceptowane i propagowane przez Światową Organizację Zdrowia i Unesco – w Polsce są kontynuowane i rozwijane już w 500 uniwersytetach z ponad 150 tys. słuchaczami. Polski impo-nujący ruch uniwersytetów UTW szerzący zasadę równorzędności wszystkich faz życia jest nieporównywalny z żadnym innym kra-jem na świecie.

Honorowy patronat nad obchodami 40-lecia Ruchu UTW objęła Małżonka Prezydenta RP pani Anna Komorowska.

Obchody wspiera pani premier Ewa Kopacz, Sejm RP przez Sejmową Komisję Polityki Senioralnej i Parlamentarny Zespół ds. Uniwersytetu Trzeciego Wieku pod prze-wodnictwem p.o. Michała Szczerby, Depar-tament Polityki Senioralnej w Ministerstwie Pracy i Polityki Społecznej, prezydent m.st. Warszawy pani Hanna Gronkiewicz-Waltz, przedstawiciele UTW z całego kraju i samo-rządowe władze lokalne.

Srebrna gospodarka o zwiększającym się potencjale, obejmująca coraz liczniejszą grupę osób starszych, odpowiada na świadome potrzeby konsumentów i promuje poten-cjał społeczny, wiedzę, umiejętności, zdolno-ści i doświadczenie seniorów.



Barbara Górka
i Krystyna
Lewkowicz
na gali

W ramach obchodów 40-lecia Ruchu UTW 19 stycznia miała miejsce w Pałacu Prymasowskim w Warszawie pierwsza edycja Ogólnopolskiego Konkursu Srebrnej Go-spodarki „PRZYJAŹNI SENIOROM”. Projekt współfinansowany ze środków Rządowego Programu na Rzecz Aktywności Osób Star-szych ASOS 2014-2020 realizuje Fundacja Ogólnopolskie Porozumienie UTW kierow-na przez Krystynę Lewkowicz we współpracy z Fundacją Polskiego Godła Promocyjnego „TERAZ POLSKA” i Szkołą Główną Handlową, pod patronatem Sejmu RP oraz Ministerstwa Pracy i Polityki Społecznej. Zakończonymi Kon-kursu wpisującym się w potrzeby i oczekiwa-nia społeczne jest promocja przyjaźni, ade-



Twórcą logotypu dla jubileuszowych obchodów „40 lat Ruchu Uniwersytetów Trzeciego Wieku” jest pan Jacek Surawski, artysta grafik, nasz sąsiad ze Starej Miłosny

kwatnej do potrzeb seniorów oferty rynkowej produktów i usług oraz przejrzysta ochrona praw seniora – konsumenta.

Twórczo uczestniczy w srebrnej gospodarce nasza sąsiadka z grona Stowarzyszenia Sąsiedzkiego pani Basia Górka, która w pracowni w Starej Miłosni tworzy piękną, niepowtarzalną biżuterię. Jej stoisko było ob-legane przez panie goszczące na gali Konkursu, a prowadząca galę koordynatorka Konkursu „Przyjaźni Seniorom” Krystyna Lewkowicz wystąpiła w roli autorstwa naszej artystki.



FOT.: M. Górski

Unikatowy naszyjnik z kamieni otrzymała w prezencie od Barbary Górskiej pani premier Ewa Kopacz, która była gościem na ubiegło-rocznej uroczystej inauguracji roku akademickiego UTW w Szkole Główniej Handlowej.

HANNA BABIK

R E K L A M A

economynia
DOJEDZIEMY WSZĘDZIE, WYCZYŚCIMO WSZYSTKO

tel. 507 466 646
Warszawa Stara Miłosna, ul. Jeździecka 20
vis-a-vis sklepu Piotr i Paweł w Galerii Sosnowej

WĘDLINY DOMOWE

ZAPRASZAMY NA GORĄCE WYROBY PROSTO Z WĘDZARNI:

- czwartek 15:00-19:30
- piątek 11:30-19:00
- sobota 6:30-13:00

W-wa Wesoła Zielona, ul. Szeroka 29
Stara Miłosna, vis-a-vis Lidla
bazar w Międzyzlesiu, ul. Żegańska 1a

tel. 600-25-34-60

Kilimandżaro zdobyte!

28 stycznia o godz. 8.00 rano uczestnicy wyprawy „Parlament na szczyt dla dzieci” zdobyli Kilimandżaro!

Siedmiu senatorów i pięciu postów (wraz z Ligą Krajeową z Wesołej!) wyruszyło 22 stycznia na dach Afryki. Cel był jeden – zebrać jak najwięcej pieniędzy dla chorych dzieci! Parlamentarzyści uczestniczyli w trekkingu w ramach własnego urlopu. Każdy z nich sam pokrył koszty udziału w wyprawie. Inicjatorką akcji była Alicja Chybicka, a wyprawę poprowadził himalaista Tomasz Kobielski.



JOANNA GORZELIŃSKA

Wciąż można wysłać sms-y o treści: POMAGAM na numer 72792. Koszt sms-a 2,46 zł Cały dochód zostanie przekazany podopiecznym: Fundacji „Akogo”, Fundacji „Na ratunek dzieciom z chorobom nowotworową”, Fundacji „Promyk Słońca”, Fundacji Solidarności Międzynarodowej i Fundacji Polsat.

Rozpoczynamy nowy cykl *Bliskich Spotkań* – spotkań z tematami ważnymi, które czasami znikają z pola widzenia w obliczu Spraw-Zawsze-Pilnych. Zapraszamy na chwilę przerwy, uważnego przyjrzenia się codzienności, aby dostrzec jej znaczenie. Lub nadać nowe!

Czas na myślenie o czasie

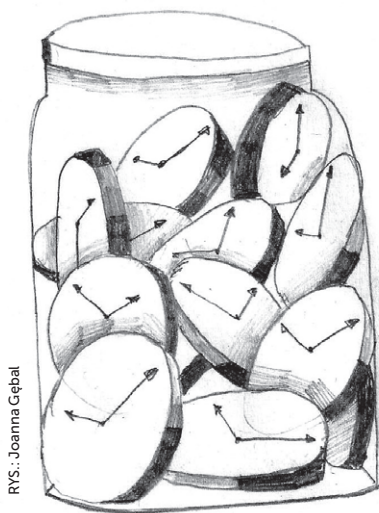
Nasze dzisiejsze spotkanie dotyczyć będzie czasu – który potrafi płatać nam figle i raz nam go brakuje, by innym razem ciągnąć się w nieskończoność.

W tym kontekście początek nowego roku to dobry moment na spojrzenie wstecz – co w ubiegłym roku było dla mnie ważne? Ważne nie w postanowieniach, zamierzeniach, ale w tym, na co rzeczywiście poświęciłem czas? I ile? To być może najlepsza miara naszej osobistej hierarchii spraw istotnych. Są oczywiście rzeczy, na które poświęcamy czas nie zawsze z własnego wyboru – wszak z szefem na przykład nie będziemy dyskutować. Jeśli jednak mamy poczucie, że będąc w pracy tracimy coś bardzo ważnego, może warto zatrzymać się na chwilę? Zadać sobie pytanie: czy jestem w odpowiednim dla mnie miejscu. Dobrze zastanowić się nad tym zawczasu, zanim doścignie nas świadomość lat spędzonych w biegu za nie swoim szczęściem.

Nic, co ktokolwiek z nas robi w swoim życiu, nie pozwoli zgromadzić choćby paru chwil odsetek; nic nie da szansy na odzyskanie czasu źle wykorzystanego. Czas, który upływa, mija bezpowrotnie. Choć więc Ben Franklin miał rację w wielu kwestiach, mylił się mówiąc, że czas to pieniądz. Czas, nasze najbardziej ograniczone dobro, jest w rzeczywistości znacznie cenniejszy niż pieniądze. To myśl amerykańskich psychologów, Philipa Zimbardo i Johna Boyd'a. Kiedy czytamy te słowa, wydają się absolutnie oczywiste – wie to każdy z nas, kto kiedykolwiek utracił kogoś bliskiego lub musiał pogodzić się ze stratą czegoś ważnego, choćby zdrowia. Czasu nie możemy zawrócić, i choć to truizm niemalże, nasze codzienne aktywności często tej po-

wszechniej wiedzy przeczą. Ileż czasu marnujemy na sprawy błahe – również myśląc o rzeczach nieistotnych czy spotykając się z ludźmi, którzy nic do naszego życia nie wnoszą...

W ciągu przeciętnego dnia podejmujesz setki decyzji dotyczących na przykład tego, co na siebie włożyć, co zjeść, co zrobić ze swoim wolnym czasem, z kim się spotkać, kogo unikać. W danym dniu te decyzje wy-



RYS.: Joanna Gębał

dają się trywialne, lub wręcz nic nieznaczące. Zebrane razem odpowiadają na pytanie *kim byłeś, kim jesteś i kim się staniesz*. To kolejny cytat z Zimbardo i Boyda – brzmi poważnie, prawda? I właśnie dlatego, że na co dzień nie podchodzimy do tematu czasu tak roztropnie, warto zrobić to chociaż od święta.

Możemy oczywiście pójść za potocznym myśleniem, że żyjemy w epoce, która czas ceni jak żadna inna. Wszakże postęp to także skrócenie ilości czasu potrzebnego na wykonanie danej czynności – przebycia określonego dystansu, obróbki danych, dokonania transakcji. Niecierpliwimy się w obliczu konieczności straty czasu – stania w korkach, kolejkach, oczekiwania na spóźnioną osobę. Kiedy jednak uda nam się tego uniknąć, gdzie podziewa się ów zyskany czas?

Stanowimy społeczeństwo ludzi(...), którzy zadowoleni są wtedy, kiedy uda im się zabić czas, uprzednio z takim trudem zaoszczędzony. To już Erich Fromm i słowa z 1976 roku, które – niestety – nie straciły na znaczeniu. Zdarza się nam fuknąć na kasjerkę w sklepie, że przecież nie mamy czasu, że się spieszymy, a później opadamy na kanapie po dotarciu do domu. Skaczemy po telewizyjnych kanałach, sprawdzamy kilka razy pocztę lub wpisujemy na portalach społecznościowych. Niestety, tego nie można nazwać odpoczynkiem, choć większości z nas słowo „relaks” pewnie z tym się kojarzy.

Na zakończenie jeszcze jeden cytat – tym razem z myśli Dalajlamy: *Nie tylko czas płynie nieubłaganie, ale również nasze życie upływa z każdą chwilą. Jeżeli coś nam się nie uda, nie możemy cofnąć się w czasie i spróbować jeszcze raz. W tym sensie tak naprawdę nigdy nie mamy drugiej szansy.*

Życzę zatem nam wszystkim, abyśmy w Nowym Roku sami zrobili sobie prezent i mądrze wykorzystali dany nam czas.

Wszystkiego dobrego! I do kolejnego Bliskiego Spotkania!

ANNA GÓRA
– MAMA 3,5-LETNIEGO FILIPA.
ZAŁOŻYCIELKA WYDAWNICTWA OGRÓD SŁÓW,
AUTORKA KALENDARZA „CIAŁO UMYŚŁ DUSZA”
NA 2015 ROK.

ZAPRASZAM NA: KONTAKT@OGRODSLOW.PL

Jak zadbać o miłość?

„To nie tak miało być...” – tego typu myśli dopadają nieraz małżonków po kilku, kilkunastu, czasem kilkudziesięciu latach wspólnego wędrowania przez życie. I co teraz? Jedni opuszczają ręce (i gło-

wę) i żyją z dnia na dzień „aby do przodu” – bo przecież nic się nie da zrobić. Inni próbują odreagować swoje frustracje w agresywnych zachowaniach, aż do rozbicia związku. A jeszcze inni... walczą. Jednak nie przeciwko sobie, lecz o siebie nawzajem. Nie poddają się. Szukają pomocy i dróg wyjścia z kryzysu. I okazuje się, że nie ma rzeczy niemożliwych. Miłość przez duże „M” nie tylko wraca, ale jest jeszcze mocniejsza niż przedtem.

Jeśli chcecie spotkać takich ludzi, dowiedzieć się „jak oni to robią” i też spróbować – zapraszamy na **WARSZTATY MAŁŻEŃSKIE**. To sprawa nie tylko dla tych, którym już coś się wali, ale też i dla tych, którzy chcą czegoś więcej, którzy chcą po prostu zadbać o swoją miłość, by rozkwitała coraz piękniej.

WARSZTATY MAŁŻEŃSKIE, to cykl trzech spotkań, które odbędą się w kościele parafii Najświętszego Serca Pana Jezusa w dniach: 8, 15 i 22 lutego 2015 r. o godzinie 19-ej. Na te spotkania warto zabrać ze sobą długopisy lub ołówki.

DOROTA I ANDRZEJ GIERA
ZE WSPÓLNOTY DOMOWEGO KOŚCIOŁA
W STAREJ MIŁOŚNEJ





Sztuka palenia od góry

– czyli lepsze powietrze dla Wesołej

Latем słodkie i przesycone zapachem losen; zimą cuchnące dymem i bardziej skażone niż w Śródmieściu. Takie jest powietrze w Wesołej. To można zmienić i to bez kosztownych inwestycji.

Główną przyczyną zimowego zanieczyszczenia powietrza w naszej dzielnicy są spaliny pieców centralnego ogrzewania. Piece spalające gaz nie powodują zanieczyszczeń, ponieważ to paliwo łatwo i w całości się spala. Natomiast przy spalaniu węgla, drewna i nieśteży czasem również odpadków powstaje wiele toksycznych związków, które najczęściej są po prostu niedopałkami.

To podwójna szkoda: smród i zanieczyszczenie dla okolicy i strata dla właściciela pieca, któremu część paliwa ucieka kominem zamiast dostarczyć ciepła.

Pieców na paliwa stałe wcale nie trzeba wymieniać, żeby spalanie w nich paliwa stało się bardziej kompletne. Wymaga to jednak poświęcenia trochę czasu na naukę i niekiedy niewielkich przeróbek pieca.

Oczywiście z miejsca trzeba zrezygnować z różnych dziwnych i strasznych pomysłów z paleniem plastików i opon (kara za takie praktyki jest dużo wyższa niż zysk z taniego opał).

Odwrócić kierunek

Zwykle instrukcja obsługi pieca węglowego przewiduje podłożenie ognia od dołu, tak aby wędrował ku górze. Wynika z tego obfity czarny dym – czyli właśnie niedopałone cząstki stałe, które są jednocześnie stratą paliwa i szkodą dla zdrowia.

Istnieje jednak inna, czystsza technika, która polega na odwróceniu kierunku wędrowania ognia przez umieszczony w piecu węgiel (tzw. zasyp) – patrz rysunki poniżej.

Przy podpaleniu zasypu od góry, palące się wierzchnie warstwy ogrzewają węgiel, umieszczony poniżej i uwalniają z niego substancje lotne, które zostają spalane zamiast zamienić się w sadzę. Dzięki temu z tej samej porcji paliwa powstaje więcej ciepła, spalanie jest mniej gwałtowne i trwa dłużej a dym z kolumny wygląda tak, jakby w domu pracował piec gazowy.

Metoda ta jest szczegółowo opisana na stronie internetowej **www.czysteogrzewanie.pl**. Wypróbował ją nasz sąsiad, pan Michał, mieszkaniak Starej Miłosny. Oddajemy mu więc głos.

DOROTA WRÓŃSKA

Jak to działa u Sąsiada?

Poza tym, że nie smrodzę, w nowym stylu palenia zużywam około 30% mniej opału, a dodatkowo temperatury w domu są równiejsze – gdyż przy paleniu od góry piec pracuje stabilniej (z mniejszą mocą chwilową, ale za to dłużej). Od kiedy przeszedłem na ten styl palenia, nie miałem ani razu zadymionej kolumny i domu.

Kiedyś wracałem do domu i zastawałem temperaturę 17 stopni, bo piec palony od dołu spalił wszystko szybciej niż powinien (czyli 30-40% wyrzucił z dymem w atmosferę), a nie było komu dotożyć paliwa. Rozpalałem więc zgodnie z instrukcją producenta kotła (oczywiście zadymiając siebie i pół okolicy) i w domu robiła się „sauna” 24-26 stopni. Trzeba przyznać, że to nie były zbyt komfortowe warunki.

W zeszłym sezonie rozpalałem nową czystą metodą raz dziennie i temperatura w domu nigdy nie spadła poniżej 20 stopni, co pokazuje jak poprawił się komfort mieszkania.

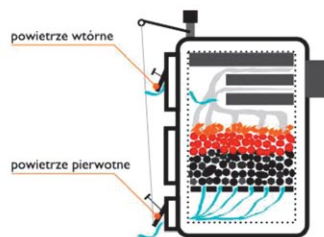
Takie są właśnie zalety: czystość (także pieca i kolumna, w których nie zbiera się sadza), oszczędności i poprawa komfortu.

Ten styl palenia ma jednak pewną wadę (wg mnie bardzo małą), mianowicie nie można swobodnie dorzucać opału do pieca – bo jeśli zakładamy, że spalanie odbywa się tylko od góry (co oznacza że płomień jest zawsze na górze „kupki” naszego węgla lub drewna), to nie można go przywalić świeżym paliwem (bo to jest znowu palenie od dołu i straty).

Trzeba się nauczyć ile kłaść opału w zależności od temperatury zewnętrznej, bo każdorazowo piec trzeba wygasić, załadować i ponownie rozpaść. Jednak biorąc pod uwagę, że raz rozpalony piec pracuje bez obsługi przez 12-20 godzin i to często na połowie ilości opału jaki trzeba stosować przy normalnym paleniu, to nie stanowi to w zasadzie problemu.



Kocioł górnego spalania



Cechy kotłów GS

- + proste i tanie
- + spalają każde paliwo
- wymagają cyklicznego rozpalania od nowa (1)
- smród, marnotrawstwo i morderstwo jeśli palisz złym sposobem

Realna średnia sprawność: ok. 60% przy rozpalaniu od góry
ok. 30% przy rozpalaniu od dołu

Jakie paliwo do kotła górnego spalania?

najlepiej	można	ani mi się waży!!
✓ węgiel kamienny Typ 31 lub 32 (płomienny lub gazowo-płomienny) Sortymenty: groszek, orzech, kostka	✓ węgiel kamienny Typ 33 i wyższe	✗ tworzywa sztuczne
✓ koks *	✓ węgiel brunatny	✗ martwe zwierzęta
✓ miął węglowy *	✓ drewno **	

1) za wyjątkiem palenia samym koksem

* o ile producent zaleca dane paliwo

** nawet jeśli producent zaleca drewno jako podstawowe paliwo, to efektywność jego spalania w takich kotłach jest niższa niż dla węgla i bardzo zależna od umiejętności palacza

Czyste Ogrzewanie
Tanie i wygodne ogrzewanie węglem na miarę XXI wieku

JAKI PIEC? JAKIE PALIWO?
PALENIE „OD GÓRY” JEST MOŻLIWE W NAJPROSTSZYCH KOTŁACH TZW. GÓRNEGO SPALANIA

Najważniejsze to poświęcić trochę czasu na poznanie tematu – i to też jest drobny kłopot, bo większość ludzi po paru nieudanych próbach niestety się zniechęca. Trzeba to przetrwać, bo warto dla swojego – przepraszam – wspólnego zdrowia.

Jeśli ktoś chciałby spróbować tej metody palenia, albo spróbuj i sobie nie poradzi – oferuję, oczywiście nieodpłatnie, pomoc (czysto.palic@gmail.com).

Przystosowanie kotła

Przed rozpoczęciem palenia od góry przeczytajcie szczegółową instrukcję na stronie www.czysteogrzewanie.pl

A tak swój kocioł przystosował Pan Michał:

Mój piec to zasypowy Żębic SKW-21/s. Czyli 21 kW mocy z ogromną komorą na paliwo stałe 40x40x40 cm mieszczącą ponad 30 kg węgla! Jest on około 3-krotnie za duży na zapotrzebowanie ciepłe mojego domu. Ale tak powszechnie dobiera się piece zasypowe, bo przy paleniu od dołu muszą mieć dużą komorę spalania, żeby w kocioł nie siedzieć w kottowni.

Fabrycznie piec był ze sterownikiem i dmuchawą, która miała ułatwiać i upraszczać proces spalania. W praktyce dmuchawa powodowała jedynie zadymę z komina. Trzeba było się wyzbyci elektroniki sterującej i dmuchawy a zdać się na przyrodę i fizykę (mowa tutaj o ciągu naturalnym komina).

Stąd przedstawiam sześć kroków do mojego sukcesu:

1. Usunięcie dmuchawy i zaślepienie jej kawatkiem blachy (fot. 1).



2. W związku z pkt. 1. było konieczne zapewnienie podstawowego sterowania prędkością spalania, stąd instalacja miarkownika analogowego (fot. 2). To proste urządzenie reagujące na temperaturę wody w piecu, po-

przez łańcuszek pozwala regulować uchylenie klapki Powietrza Głównego (koszt 90 zł ale niektóre piece go posiadają).



3. Odseparowanie rusztu pionowego od wyczystki pieca (fot. 3). To również kawałek blachy przykręcony do drzwiczek. To ważny element w przypadku pieców z zespolonymi drzwiczkami popielnika i rusztu pionowego. Gwarantuje, że paliwo nie rozpali się zbyt szybko w zupełnie niekontrolowany sposób, oraz że całe paliwo zostanie spalone praktycznie do ostatniego okruszka.



4. Dodanie Powietrza Wtórne, tj. otworów w górnych drzwiczkach.

Producenci oferują takie drzwiczki oryginalnie (ja dokupiłem), ale otwory w oryginalnych drzwiczkach może wykonać także mniej lub bardziej zaprzyjaźniony ślusarz. Otwory powinny dawać możliwość dosyć dokładnej regulacji ilości dopływu powietrza (rozetka).

Bardziej zaawansowanym elementem podawania Powietrza Wtórne jest Kierownica Powietrza Wtórne (fot. 4). Jest to „fujara” wykonana ze stalowych profili, dzięki pomocy mojego ojca (dziękuję!). Kierownica zmusza powietrze aby poszło w dół, prosto w zasyp, dzięki czemu dostarcza tlen i spalanie odbywa się wyjątkowo czysto (całkowicie bez dymu i jednocześnie oszczędnie!).



5. Uszczelnienie pieca tak, aby jedynymi źródłami powietrza była klapka dolna (Powietrza Głównego) oraz rozetka (Powietrza Wtórne). Wszelkie inne „szpary” należy zaślepić. Zanim to zrobim miałem poważne problemy ze spalaniem, ponieważ od nadmiaru „bocznego” powietrza w sposób niekontrolowany rozpałał się cały zasyp.

Nie dosyć że grzało krótko, to także nie paliło się czysto. Dlatego to także dosyć ważny element.

6. Zakup starszego węgla, a co za tym idzie – tańszego. Do pieców domowych powinny w zupełności wystarczyć węgle o wartości kalorycznej nieprzekraczającej 24 MJ/kg.

R E K L A M A

Artykuły Wyposażenia Wnętrz



- naczynia kuchenne
- garnki • patelnie
- sztućce • czajniki
- porcelana
- zestawy do grilla, wina



Doskonale na prezenty!!!

17 60
GERLACH



Sulejówkę, ul. Dworcowa 72

pon.-pt. 10.30-18.00, sob. 10.00-14.00
tel. 22 783 39 57

OUTLET I ZARRO



Warszawa Wesola, ul. Trakt Brzeski 29

pon.-pt. 11.00 - 19.00, sob. 10.00 - 14.00

Warszawa, ul. Polna 52

pon.-pt. 10.00 - 18.00, sob. 10.00 - 14.00

wojtek szewczyk
wesola animacja

Animator rozbawi i zajmie czas

Organizuje imprezy okolicznościowe dla dzieci

tel. 600 030 096
www.wesolaanimacja.pl

Dlaczego lubimy pływać?



jakiemu poddane jest zanurzone w środowisku wodnym ciało, stwarza doskonałe warunki do często jedynej aktywności tych osób, które ze względu na choroby kręgosłupa, stawów biodrowych, kolanowych, skokowych nie mają możliwości podejmować ćwiczeń w inny sposób.

Kolejnym pozytywnym aspektem pływania jest kształtowanie zachowań higienicznych. Udział w zajęciach pływania w obiekcie publicznym, wymusza na uczestnikach odpowiednie zachowania higieniczne, kształtując w ten sposób pozytywne nawyki związane z samoobstugą i kulturą higieniczną człowieka. Kształtowanie tych nawyków jest jednocześnie elementem edukacji społecznej jednostki i w szerszym kontekście formą podnoszenia poziomu rozwojowego całego społeczeństwa. Umacnianie pozytywnego wzorca w tej dziedzinie pozwoli w niedalekiej przyszłości dorównać wysokim standardom udziału w rekreacji w państwach Unii Europejskiej.



Może dlatego, że pierwsze 40 tygodni naszego życia znajdujemy się w środowisku wodnym? Niestety, zaraz po urodzeniu i przejściu w środowisko gazowe odruch pływania zanika, choć mamy głęboko zakodowaną „sympatię” do wody.

Pływanie jest umiejętnością użyteczno-zachowawczą, przede wszystkim chroniącą nasze życie. Często bagatelizujemy ten aspekt ale, niestety, wypadki się zdarzają.

Pływanie jest najwszechstronniejszą formą ruchu o najszerszym, pozytywnym działaniu na organizm człowieka:

- wspomaga rozwój, koryguje wady postawy, działa profilaktycznie przeciw chorobom aparatu ruchu czyli układu kostno-stawowo-mięśniowego;
- uaktywnia i rozwija działanie układu oddechowego, a przez to lepsze dotlenienie;
- uaktywnia i rozwija działanie układu krążenia, a przez to lepsze odżywianie wszystkich komórek, ale również szybciej likwiduje stany zapalne organizmu;
- uaktywnia i rozwija mechanizm termoregulacji (hartowanie, zapobieganie częstym infekcjom górnych dróg oddechowych);
- uaktywnia i rozwija mechanizmy przemiany materii – lepsze wchłanianie, lepsze wykorzystanie dostarczonych elementów, nadbudowywanie tkanek (szczególnie komórek mięśniowych);
- reguluje i usprawnia układ nerwowy;
- reguluje pracę wszystkich narządów, a szczególnie gruczołów wydzielania wewnętrznego i gospodarki hormonalnej organizmu – poprawia „sterowanie naszego komputera”.

Pływanie jest również niezwykle ważnym elementem rehabilitacji osób niepełnosprawnych, zarówno tych, którzy w ramach rekonwalescencji podejmują walkę o powrót do zdrowia, jak i dla tych, których niepełnosprawność jest stałą cechą życia. Sześciokrotne odciążenie,

Na koniec rzecz, o której każdy wie: regularne ćwiczenia prowadzą do wzrostu poziomu sprawności fizycznej i stanu zdrowia. Stała aktywność fizyczna prowadzi do znacznego wzrostu wartości wielu cech motorycznych składających się na sprawność fizyczną. Zaś wprowadzenie organizmu na wyższy poziom sprawności, wytrzymałości i odporności prowadzi do poprawy stanu zdrowia jednostek i w aspekcie szerszym – społeczności. Musimy pamiętać, że podejmowana aktywność fizyczna wyzwala w organizmie człowieka hormony zwane endorfinami, czy hormonami emocji, które uśmierzają ból, wywołują pozytywne emocje dając dobry nastrój.

Takiego właśnie dobrego nastroju i zdrowia życzymy Państwu zachęcając do pływania w Aquaparku Wesolandia w naszej dzielnicy przy ul. Wspólnej 4.

JACEK GRAJEWSKI

R E K L A M A

Ośrodek Rehabilitacji Plus i Odnowy Biologicznej mgr Beata Dobrowolska-Horszczaruk

Ośrodek specjalizuje się w leczeniu dzieci

GIMNASTYKA KOREKCYJNA – zajęcia indywidualne i grupowe

- NOWOCZESNE METODY LECZENIA: bólów kręgosłupa, zmian zwyrodnieniowych, bólów głowy, wad postawy, dyskopatii
- REHABILITACJA PO URAZACH
- MASAŻE: lecznicze, relaksacyjne i wyszczuplające
- GIMNASTYKA WYSZCZUPLAJĄCA DLA PAŃ

tel. **694 672 978**, beata-dobrowolska@wp.pl
Warszawa-Wesoła, ul. Słonecznej Polany 5

LEKARZE SPECJALIŚCI

- ginekolog • laryngolog • chirurg •
- ortopeda • dermatolog • internista •
- endokrynolog • badania USG •

MEDIKO

Centrum Medycyny i Kosmetyki

Warszawa – Stara Miłosna, ul. Jeździecka 21F/17
Galeria Sosnowa, II p., tel. 22 40 30 765

Bez wymówek w Nowym Roku

Chcesz być fit? Oto sześć pretekstów, które nie mają racji bytu!

Koniec roku to dla wielu osób czas noworocznych postanowień. Często obiecujemy sobie uprawiać częściej sport, zacząć wreszcie żyć zdrowiej oraz mieć lepszą kondycję fizyczną. Niektórzy szukają jednak wymówek i wykrętów, tłumacząc w ten sposób swój brak chęci, by w nowym roku zrobić coś dobrego dla swojego organizmu. Wiele pretekstów służy nam także w ciągu roku do tego, by przerwać treningi. Mrs.Sporty wzięła pod lupę i rozprawiła się z sześcioma najpopularniejszymi wymówkami.

- **Wymówka 1:** „Nie mam czasu”. Trening w klubie Mrs.Sporty zabiera 30 minut 2-3 razy w tygodniu. Klub jest położony w dogodnej lokalizacji, więc można łatwo i szybko do niego dotrzeć. Godziny otwarcia umożliwiają treningi przed pracą lub po niej.
- **Wymówka 2:** „Przecież uprawiam już sport”. Wprawdzie uprawianie sportu poprawia formę i pozytywnie wpływa na bilans aktywności fizycznej, jednak uprawianie jednej dyscypliny nie zastąpi treningu ogólnorozwojowego. Tylko trening całego ciała pozwala ćwiczyć wszystkie partie mięśni.
- **Wymówka 3:** „Nie muszę ćwiczyć, bo mam dobrą kondycję”. Aby tak pozostało, nieodzowne są regularne treningi. Tylko w ten sposób można budować masę mięśniową, które są istotnym warunkiem dobrej kondycji fizycznej. Mięśnie nieużywane szybko zanikają, dlatego obowiązkowo trzeba regularnie ćwiczyć całe ciało, aby zachować dobrą formę.
- **Wymówka 4:** „Treningi w klubie fitness mnie nudzą”. Tak może mówić tylko osoba, która nie ćwiczyła jeszcze w klubie Mrs.Sporty. Trener osobisty motywuje ćwiczące panie. Przyjemna atmosfera, muzyka i urozmaicone ćwiczenia sprawiają, że 30 minut mija, jak z bicza strzelił. A poczucia dobrze wykonanej pracy nad własną formą i kondycją nie zastąpi nam żadna forma rozrywki.

KARNET na darmowy trening personalny

MRS.SPORTY

Zapraszamy do zapisów w klubie lub pod numerem telefonu
512 774 212

- **Wymówka 5:** „Jestem na to za stara”. Nikt nie jest za stary, ponieważ ciało jest zdolne do ćwiczeń i wysiłku fizycznego. Trening w każdym wieku przynosi pozytywne efekty. Szczególnie osoby dojrzałe odnoszą największą korzyść z treningów wzmacniających serce i mięśnie. Ćwiczenia siłowe to najlepsza ochrona przed upadkami. Z kolei ćwiczenia wytrzymałościowe zapobiegają chorobom serca i układu krążenia.
- **Wymówka 6:** „Jestem w ciąży”. Wbrew powszechnemu mniemaniu nie ma lepszego powodu, by kontynuować treningi. Ćwiczenia zmniejszają ryzyko typowych chorób ciąży, takich jak cukrzyca czy nadciśnienie. Silniejsze mięśnie są korzystne dla dwojga: mamy i dziecka.

„Czasami to zwykłe lenistwo powstrzymuje nas przed podjęciem działań służących poprawie naszej kondycji fizycznej. Trenerzy osobiści w Mrs.Sporty podnoszą motywację, wspierają podczas wysiłku i pomagają osiągać cele treningowe” – wyjaśnia Monika Wiśniewska-Walas, Menager klubu Mrs.Sporty Wesoła. Właśnie dlatego w bieżącym roku pożegnajmy się z wymówkami!

W dobrej kondycji forma na wiosnę z Mrs.Sporty Wesoła.

Bądź fit wiosną dzięki skutecznym treningom

Jak przygotować organizm i sylwetkę do nadchodzącej wiosny – wie każda klubowiczka Mrs.Sporty. Oprócz indywidualnego treningu z trenerem osobistym Mrs.Sporty oferuje również konsultacje oraz proste porady i przepisy z zakresu prawidłowego odżywiania.

„Schudnąć, nosić bez kompleksów letnie sukienki, znowu czuć się doskonale we własnej skórze i mieć dobrą kondycję – każda kobieta może osiągnąć ten cel dzięki skutecznym treningom w Mrs.Sporty” – tłumaczy szefowa klubu Beata Paziewska. Indywidualny trening w Mrs.Sporty pozwala przede wszystkim pozbyć się przed latem waleczków tłuszczu zgromadzonych na brzuchu.

Potwierdza to Elmar Trunz-Carlisi z Instytutu Profilaktyki i Rehabilitacji w Kolonii: „Trening Mrs.Sporty oznacza stosunkowo duży wydatek energetyczny na poziomie 200-300 kalorii w 30 minut. Bez specjalnego wysiłku można w ten sposób zapobiegać nadwadze i gromadzeniu się niezdrowego tłuszczu brzuszego”. Jak dodaje Elmar Trunz-Carlisi, trening poprawia także u ćwiczących pań wytrzymałość i gibkość. Wystarczy 30 minut dwa razy w tygodniu, aby zaobserwować pozytywny wpływ na kondycję fizyczną i zdrowie.

Trening w Mrs.Sporty jest skuteczny również dzięki trenerowi osobistemu. Opracowuje on indywidualny plan treningowy, służy indywidualnymi konsultacjami, przekazuje łatwe w praktyce porady na co dzień oraz motywuje panie, aby mogły osiągać swoje cele treningowe, a także wymarzoną wagę.

SERDECZNIE ZAPRASZAMY:

Klub Wesoła Mrs.Sporty
ul. Jeździecka 21 F lok. nr 1
Stara Miłosna, „Galeria Sosnowa”
tel. 22 123 44 11
tel. kom. 512 774 212
klubwesola645@wp.pl

GODZINY OTWARCIA:

pon. 8:00-12:00 i 17:00-21:00
wt. 8:00-12:00 i 16:00-20:00
śr. 8:00-12:00 i 17:00-21:00
czw. 8:00-12:00 i 16:00-20:00
pt. 8:00-12:00 i 16:00-20:00
sob. 9:00-13:00

www.mrssporty.pl/club645

www.facebook.com/mrssportywesola

DZIEŃ OTWARTY:

6 lutego 2015, godz. 8:00-20:00

WIOSENNY PROGRAM KONDYCYJNY. ZACZNIJ TERAZ!



OSIĄGNIJ SWOJE
INDYWIDUALNE CELE!
4 TYGODNIE Z TRENEREM
OSOBISTYM ZA JEDNE 99 ZŁ.*

ZGŁOŚ SIĘ
TERAZ!
WIECZOREK
INFORMACYJNY
19 I 26 LUTEGO
GODZ. 20:30

* Jednorazowa opłata za członkostwo w 4-tygodniowym wiosennym programie kondycyjnym wynosi 99 zł. Z akcji można skorzystać tylko w klubach Mrs.Sporty biorących w niej udział. Oferta przeznaczona dla Pań nienależących do klubu.

MRS.SPORTY

Kolejna edycja ogólnopolskiego konkursu «Tesco dla Szkół» za nami!

Bułhak znowu na podium!

Zespół „Karina i 6b” ze szkoły podstawowej im. Bułhaka z Wesolej zdobył tytuł „Kulinarni odkrywcy” w kategorii „Najlepszy film anglojęzyczny”.



W tym roku jurorzy mieli wyjątkowo trudne zadanie, bo aż 434 zespoły kulinarnych odkrywców z całej Polski rywalizowało ze sobą o miejsce na podium.

Głównym zadaniem konkursowym tegorocznej edycji „Tesco dla Szkół” było nakręcenie 2-minutowego filmiku, który przekona jurorów, że gotowanie może być kreatywną i ciekawą zabawą.

Wiemy już, że zespół z klasy 6b z Kariną Gomótką na czele zdobył tytuł: „Kulinarni odkrywcy” w kategorii „Najlepszy film anglojęzyczny”!

Uczniowie wygrali dla swojej szkoły nowoczesną pracownię multimedialną z pełnym wyposażeniem! Dodatkowo wszyscy uczniowie z zespołu dostaną odtwarzacz MP4, fartuchy i czapki kucharskie.

To już drugi wielki sukces filmowy tej klasy! Pierwszy raz stanęli na podium w zeszłorocznej edycji tego samego konkursu.

Gratulujemy!!!

JOANNA GORZELIŃSKA

Filmy konkursowe można oglądać na stronie www.tescodlaszkol.pl

Wieczór Cudów po raz trzeci w Bułhaku!

W jeden magiczny wieczór udało się zebrać 21 373 zł dla małych pacjentów z chorobami nowotworowymi.

W Społecznej Szkole Podstawowej nr 12 jest taki jeden dzień, kiedy dzieją się prawdziwe cuda! Nauczyciele razem z uczniami i rodzicami spotykają się na wyjątkowym koncercie potoczonym z aukcją charytatywną na rzecz dzieci chorych na raka. Wcześniej odbywają się w szkole warsztaty z psychologami z CZD. Uczniowie i nauczyciele dowiadują się, np. jak rozmawiać z chorymi, jak wspierać ich w walce z chorobą. Potem przez wiele tygodni nauczyciele szyją z uczniami filcowe zabawki na kiermasz, a rodzice i przyjaciele szkoły zwożą bezcenne fanty na licytację.



Gościem honorowym wieczoru jest zawsze mały pacjent Kliniki Onkologicznej przy Centrum Zdrowia Dziecka, który najbardziej potrzebuje wsparcia. W tym roku zaczarowy-

waliśmy 9-letnią Madzię, której największym marzeniem był piesek.

Podczas Wieczoru Cudów działa kiermasz, na którym można kupić ozdoby choinkowe, kartki świąteczne i pierniki zrobione własnoręcznie przez uczniów i nauczycieli. Jest też kawiarenka z przepysznymi smakołykami upieczonymi przez bardzo zdolne mamy. Punktem kulminacyjnym wieczoru jest licytacja prowadzona przez Rafała Królikowskiego, który jest mistrzem otwierania... nie tylko serc! W ten jeden wieczór udało się wylicytować 21 373 zł dla chorych podopiecznych Fundacji „Nasze Dzieci”, działającej przy Klinice Onkologii CZD oraz spełnić marzenie Madzi, która od uczniów Bułhaka otrzymała małego pieska.

JOANNA GORZELIŃSKA

Biegówki – całoroczny sport wielopokoleniowy

Zarówno przedszkolak, jak i jego dziadkowie mogą cieszyć się z uroków zimy uprawiając narciarstwo biegowe.

Kształtowanie wytrzymałości na treningach narciarskich jest możliwe do zrealizowania zarówno dla biegacza z pierwszej, jak i z ostatniej dziesiątki. Ta forma aktywności fizycznej zaliczana jest do sportów całego życia! Nie oznacza to, że naukę poruszania się na nartach możemy odkładać w nieskończoność. Im szybciej poznamy tajniki tego sportu, tym lepiej! Najważniejszy jest ruch, ponieważ ruch to lekarstwo. Zapobiega on m.in. chorobom układu krążenia (serca), osteoporozie, cukrzycy, pomaga utrzymywać prawidłową wagę ciała.

Kilka porad jak zacząć:

Nie martw się, że nie ma śniegu. Narciarstwo biegowe można uprawiać również bez tego pięknego białego puchu. Wydaje się to być niemożliwe? A jednak jest realne i od wielu, wielu lat stosowane. Na początku XX wieku, norweski zawodnik Thorleif Haug zmienił

spójnienie na metodykę treningu biegaczy narciarskich. Przygotowania do sezonu rozpoczęły na długo przed okresem śnieżnym.



Co robisz? Biegał z kijami i bez, wykonywał ćwiczenia imitacyjne, wzmacniał kluczowe partie mięśni. Taki trening, Towarzystwo Narciarskie Biegówki wykonuje w każdą sobotę. Do tego dochodzi trening na nartorolkach, dzięki któremu doskonale kształtujemy równowagę i koordynację. Jak widać jest co robić, gdy śniegu brak.

A jeśli spadnie śnieg, ruszamy na trasę narciarską Hipodrom, na której znajdziecie wypożyczalnię, ciepły posiłek i opiekę instruktora oraz przygotowaną trasę do biegania na nartach.

Największą zaletą narciarstwa biegowego jest fakt, że trening nie musi się kojarzyć z ciężką harówką fizyczną. Trening to doskonały czas na poznanie okolicznych lasów i otaczającej nas przyrody.

Zapraszamy do wspólnych treningów!
Kontaktujcie się z nami przez <https://www.facebook.com/tnbiegowkiwesola> i biegowki.wesola@gmail.com

TN BIEGÓWKI WESOŁA

Noc Cudów w Bułhaku

Ponad 15 tysięcy złotych udało się zebrać podczas grudniowej Nocy Cudów w Gimnazjum i Liceum im. E. Bułhaka w Starej Miłosni. Pieniądze te wesprą działającą przy Centrum Zdrowia Dziecka Fundację Nasze Dzieci. W ten wyjątkowy wieczór, udało się również spełnić marzenie 15-letniego Janka, który zmaga się z chorobą nowotworową.

Dorośli często narzekają na młode pokolenie, zaczynając swój wywód od „Ach, ta dzisiejsza młodzież...” Gdyby w grudniowy wieczór przyszli do Bułhaka, na pewno zmieniliby zdanie. Bo to przede wszystkim dzięki ogromnemu zaangażowaniu naszych uczniów, którzy poświęcają swój czas, a czasem także swoje skarby, Noc Cudów w naszej szkole zawsze jest magiczna.

15-letni Janek, odkąd dowiedział się o swojej ciężkiej chorobie, dzielnie znosi uciążliwą terapię. Stara się żyć tak jak przed diagnozą. Jest wielkim miłośnikiem kolejnictwa. Marzył, by przejechać się Żnińską Koleją Wąskotorową do Biskupina. Dzięki Wieczorowi Cudów, jego marzenie się spełni. Już 14 lutego, w walentynki (teraz kolejka jest nieczynna), chłopiec wsiądzie do tego wyjątkowego pociągu. Z Warszawy zabierze go tam... prywatny odrzutowiec jednego z mieszkań-

ców Starej Miłosni. Kiedy Janek się o tym dowiedział, dostownie zaniemówił, bo nigdy wcześniej nie leciał samolotem. Uczniowie, rodzice i nauczyciele Bułhaka, wręczyli też wzruszonemu chłopcu gigantyczną kolejkę elektryczną z mnóstwem torów i wagonów. W oczekiwaniu na podróż do Biskupina, będzie teraz mógł zbudować własną kolejową makietę.

Ale nie tylko Jasiowi pomagaliśmy. Podczas wieczoru cudów udało się zebrać w sumie ponad 15 tysięcy złotych, które pomogą zorganizować letnie kolonie dla małych pacjentów Kliniki Onkologii CZD. Na licytację na rzecz Fundacji Nasze Dzieci udało nam się przekazać wyjątkowe przedmioty: pióro prezydenta Bronisława Komorowskiego, kryształowy przycisk do papieru Jolanty Kwaśniewskiej, fartuch z podpisem słynnego kucharza Modesta Amaro, czy beczkę, w której polscy himalaisci nieśli prowiant podczas wyprawy na jeden z najwyższych szczytów świata – K2. Na kiermaszu można było kupić płyty i książki z autografami, a także mnóstwo pamiątek i przedmiotów wykonanych własnoręcznie przez uczniów, ich rodziców i nauczycieli Bułhaka.

Tę wyjątkową imprezę brawurowo i z humorem poprowadził gwiazdor TVP Maciej



Kurzajewski, a oprawę muzyczną zapewniła znana piosenkarka Anna Serafińska, która śpiewała przy akompaniamencie wybitnego jazzmana Bogdana Hołowni.

Noc Cudów to już w Bułhaku tradycja. To także dla naszych uczniów najlepsza na świecie lekcja tego, że pomaganie innym daje ogromną satysfakcję.

IZABELA WOLAŃSKA-ZASĘPA,
KLAUDIA ROGULSKA
– SZKOŁY BUŁHAKA

R E K L A M A

Przyjdź do nas 14 lutego
Zakochaj się
w Bułhaku!

Dzień promocji Gimnazjum i Liceum Bułhaka
14.02 od godziny 10.00 do 13.00

ul. Trakt Brzeski 63, Warszawa-Wesoła,
os. Stara Miłosna, tel. 227733600
Szczegóły na www.szkolybulhaka.pl

sala zabaw
MIEJSKIE
ZOO

Sala zabaw dla dzieci,
350 m² dobrej zabawy,
ponad 150 m² konstrukcji,
a tam zjeżdżalnie,
baseny z piłkami, armatki
i wiele innych atrakcji!

godziny otwarcia
pn-pt: 11:00 - 20:00
sb - nd: 11:00 - 20:00

Miejskie ZOO
Aleja Piłsudskiego 4c
Stara Miłosna
+48 697 633 496
+48 607 045 855
+48 601 404 253
zabawa@miejskiezoo.com
www.miejskiezoo.com

SULEJÓWEK ↑
Aleja Piłsudskiego
Trakt Brzeski
Jana Pawła II
Gościniec
LUBLIN →

Zima z Astrid Lindgren

„Psoty z Emilem”

We wtorek, 20 stycznia, rozpoczęliśmy w naszej Bibliotece akcję „Zima w Mieście”. Tym razem „patronką” spotkań dla dzieci została Astrid Lindgren, a bohaterowie najbardziej znanych jej książek umilali nam czas... Na pierwszym spotkaniu postanowiliśmy trochę popsocić naśladując Emila ze Smalandii. Wspólnie bawiliśmy się na dużej sali Ochotniczej Straży Pożarnej. Były skoki, biegi i zagadki! Czytaliśmy oczywiście o przygodach Emila, między innymi o tym, jak włożył głowę do wazy i potem nie mógł jej wyjąć, a także – trochę ku przestrodze – o dziwnych skutkach spożywania sfermentowanych owoców. W drugiej części zajęć wspólnie oddaliśmy się pracom plastycznym, malując panoramiczny widok wioski Emila. Techniki do wyboru, motywów również: stąd na obrazkach pojawiły się nie tylko krowy czy wiejskie zagrody, ale nawet statek kosmiczny...



„Spotkanie z Nilsem Paluszkiem”

Dwa dni później (22 stycznia) nasi Goście spotkali się z malutkim Nilsem Paluszkiem. Na początku przypominaliśmy sobie, jakich małych bohaterów znamy, czy to z bajek, czy z filmów, a potem zapoznaliśmy się z historią tytułowego Nilsa. Dzieci słuchały z zapałem tchem niesamowitej historii o przyjaźni chłopca, który z pomocą Nilsa potrafił się zmniejszyć, a potem, bez przeszkód, wracać do rozmiarów człowieka. Sugestywna opowieść naprawdę potrafiła działać na wyobraźnię... Ponieważ Nils nie miał wygodnego domku, postanowiliśmy trochę mu pomóc i zaprojektować wygodny apartament. W kartonach umieściliśmy mebelki i wszelkie potrzebne

sprzęty, oczywiście ozdobione kolorowym papierem, tkaninami i krepiną. Nie zabrakło wygodnej sofy, lamp, zegara, kwiatków doniczkowych, obrazków na ścianach, zaston czy firanek. Chyba każdy poczuł się trochę jak zawodowy architekt wnętrz! Efekt prac można podziwiać w Bibliotece Główniej. Kto wie, może dla niektórych będzie to okazja by zaczerpnąć inspiracji do urządzenia swojego własnego domu? Serdecznie zapraszamy!

„W świecie Pippi Pończoszanki”

Na trzecich zajęciach (27.01) spotkaliśmy się z chyba najbardziej znaną bohaterką książek Astrid Lindgren, Pippi Pończoszanką. Na wstępie towarzyszyliśmy raki i bawiliśmy się w kręgu „dziwnym przedmiotem”. Po przeczytaniu fragmentu z opowieści o naszej bohaterce, przypominaliśmy sobie jak wyglądała: wszyscy zapamiętali, że miała rude włosy i niebiesko-czerwoną sukienkę. Niektórzy umieścili też na jej ramieniu matpkę – Pana Nilsona, i tak powstały piękne kolorowanki. Później, zawitaliśmy do Willi Śmiesznotki, w której mieszkała Pippi, a tam zwiedzaliśmy kuchnię, by dostać się do smakołyków... Na koniec postanowiliśmy wyposażyć Pippi w gigantyczną pończoszkę, co prawda malowaną na dużych arkuszach papieru, ale za to w modnych wzorach i kolorach!

„Awanturki z Lottą”

Cykl spotkań z bohaterami książek Astrid Lindgren zakończyliśmy z wielkim hukiem. W czwartkowe przedpołudnie (29.01) postanowiliśmy wstąpić do awanturki wspólnie z Lottą z ulicy Awanturników! Najpierw była okazja, by trochę się poruszać, pogimnastykować, a nawet pokrzyknąć. Potem czytaliśmy o przygodach Lotty i kolorowaliśmy ilustracje do książki. Okazało się, że z małej Lotty jest kawałek tobusiaka! Podczas wspólnej lektury dowiedzieliśmy się, dlaczego pewnego dnia Lotta postanowiła wyprowadzić się z domu i dokąd się udała. Żeby nie było jej smutno w nowym miejscu, razem urządziliśmy jej „pokój marzeń” – rychto dało się zauważyć, że chyba każdy z nas również chciałby mieć takie wspaniałe wnętrza w swoim własnym domu. Kilka kartonów oraz wycinki z kolorowych magazynów wystarczyły by stworzyć przepiękne projekty! Większość naszych

gości zabrała prace ze sobą, być może żeby pokazać rodzicom, jaki naprawdę chcieliby mieć pokój...

Dziękujemy dzieciom za aktywny udział w zajęciach, nauczycielom oraz rodzicom za zainteresowanie naszą ofertą! Ochotniczej Straży Pożarnej dziękujemy za użyczenie sali na spotkania w czasie ferii. Bardzo nam to pomogło zorganizować zajęcia, dzieci natomiast miały dużą przestrzeń do zabawy!

W lutym zapraszamy

26-27 lutego 2015 r. – „maraton” z **Kajetanem Rajskim** w lokalnych szkołach oraz w Bibliotece. Kajetan Rajski jest studentem prawa na krakowskim UJ. W 2014 roku ukazała się jego książka „**Wilczęta. Rozmowy z dziećmi Żołnierzy Wyklętych**”, już wiemy, że na wiosnę zostanie wydana następna część rozmów. Jak czytamy w recenzji na www.historia.org.pl: „to niezwykle barwna opowieść świadków minionych czasów. I – należy to podkreślić – jest to tętniący emocjami materiał źródłowy. Bo chociaż rodzice rozmówców Kajetana Rajskiego już nie żyją, to swymi wyborami (...) pozostawili głębokie piętno „dzieci bandytów”, na życiorysach swych potomków. A jakże trudno było być „dzieckiem bandyty” w PRL, to możemy się przekonać czytając kolejne karty książki. (...) Książkę znakomicie się czyta, celne pytania i interesujące odpowiedzi, nacechowane niekiedy zupełnie nieznanymi epizodami – wszystko to sprawia, że nie można znużyć się podczas lektury.”

Zapraszamy na spotkanie z Autorem w Bibliotece Główniej – **27 lutego o godz. 18.30.**

ELŻBIETA DANIŁOWICZ
MAŁGORZATA KAZIMIERSKA

Komunikat!

Zmotoryzowanych czytelników i uczestników spotkań w Bibliotece Główniej bardzo prosimy o parkowanie na terenie Ochotniczej Straży Pożarnej w podwórku (wjazd przez bramę). Parking jest bezpłatny! Parkowanie przed garażami, czy przed hydrantem może bardzo utrudnić pracę Strażakom. Pamiętajmy o tym!



PROGRAM OŚRODKA KULTURY W DZIELNICY WESOŁA M.ST. WARSZAWY

Warszawa, ul. Starzyńskiego 21, tel.: 22 773 61 88, wesolakultura@domkulturywesola.net, www.domkulturywesola.net

• 6 lutego (piątek) godz. 10.50

SPOTKANIA Z MUZYKĄ. Koncert Filharmonii Narodowej dla dzieci pt. „Trzy razy „f” – flet, fagot i fortepian”.

Program koncertu został rozpisany na dwa instrumenty dęte drewniane (flet i fagot) oraz fortepian. O ile flet i fortepian znane są ze swoich wirtuozowskich możliwości i solistycznych popisów, to fagot jest przede wszystkim instrumentem orkiestrowym i rzadziej występuje w roli solisty. Niezbyt często też się zdarza, żeby te trzy instrumenty grały razem, chociaż taki zespół cechuje niezwykle atrakcyjne brzmienie. Chcemy o tym przekonać naszych słuchaczy prezentując oryginalne utwory przeznaczone na ten skład instrumentalny, transkrypcje wielkich przebojów

muzyki klasycznej oraz popularne tematy filmowe i musicalowe.

• 15 lutego (niedziela) godz. 17.00

JO&LAZY FELLOW. Koncert w wykonaniu Joanny Knitter – voc, gitara akustyczna, Piotra Augustynowicza – gitara, Piotra Góry – perkusja i Krzysztofa Pomierskiego – bas.

Jo & Lazy Fellow to wszystko co najlepsze w country & western czyli proste teksty, skoczne melodie, nastrojowe ballady. Muzycy zespołu występowali na największych polskich festiwalach: Rawa Blues, Olsztyńskie Noce Bluesowe, Piknik Country Mrągowo, mają za sobą także tournée po Szwecji, Niemczech i Holandii.

• 18 lutego (środa) godz. 10.00

WARSZTATY ETNOGRAFICZNE. WALENTYNKI.

Poznajemy postać św. Walentego i zwyczaje związane z tym świętem, tworzymy magnetyczne serduszka. Zajęcia tylko dla grup zorganizowanych z klas „0”, obowiązują zapisy.

• 21 lutego (sobota) godz. 17.00

DOLINA BIEBRZY NA PODLASIU. OSTATNIE DZIEKIE MOKRADŁA EUROPY. Pokaz slajdów i prelekcja w wykonaniu Sebastiana Bielaka.

W czasie spotkania przybliżymy słuchaczom przyrodę Biebrzańskiego Parku Narodowego (ekosystemy, flora i fauna), krajobrazy doliny Biebrzy w czasie wiosennych wesebrań i wędrówek dzikiego ptactwa, sposoby zwiedzania parku, tradycyjną kuchnię Podlasia, styl życia i kulturę rdzennej ludności, lokalną architekturę oraz atrakcje turystyczne regionu.

FILIA OŚRODKA KULTURY – OŚRODEK DZIAŁAŃ TWÓRCZYCH „POGODNA”

Os. Stara Mitosna, ul. Jana Pawła II 25, tel. 22 427 37 74, pogodna@domkulturywesola.net

• 6 lutego (piątek) godz. 11.50

SPOTKANIA Z MUZYKĄ. Koncert Filharmonii Narodowej dla dzieci pt. „Trzy razy „f” – flet, fagot i fortepian” (patrz wyżej).

• 7 lutego (sobota) godz. 10.00-18.00

POGODNE PLANSZÓWKI. Spędź niezapomniany dzień z grami planszowymi. Czekają na Was takie tytuły jak: Agricola, Carcassonne, Robinson Crusoe, Dobble, Awanturnicy, Gra o Tron. Jeśli masz swoje gry, to przynieś je – zagramy razem. Zapraszamy wszystkich serdecznie.

• 8 lutego (niedziela) godz. 17.00

PRZEBJOJE OD OPOLA DO BROADWAY’u. Koncert karnawałowy w wykonaniu Mariusza Jaśko i Tomasza Czerskiego – solistów Teatru Sabat.



• 19 lutego (czwartek) godz. 19.00

MOJE MIASTO NOCĄ. Wernisaż wystawy fotografii Andrzeja Sety. Podczas wystawy będziemy mogli podziwiać zdjęcia wykonane przez pana Andrzeja, który fotografią zajmuje się od ponad 35 lat. Największą jego pasją w fotografii są zdjęcia nocne, stąd nazwa wystawy. Pan Andrzej Seta jest instruktorem sekcji fotograficznej w ODT Pogodna.

• 22 lutego (niedziela) godz. 16.00

PROT I FILIP. Przedstawienie dla dzieci w wykonaniu Teatru OdSkoczni. Wystąpią: Sebastian Skoczeń i Tomasz Korczyk. Zabawna opowieść na podstawie bajki Jana Brzechwy o dwóch przyjaciółach – Procie i Filipie, których najlepiej określa powiedzenie „ kto się czubi, ten się lubi”. W sytuacjach kryzysowych – wskoczyliby za sobą w ogień, ale na co dzień nie przepuszczają żadnej okazji, żeby splotać sobie figle. Spektakl za pomocą dowcipnych dialogów, zaskakujących i pełnych humoru sytuacji, pokazuje jak wielką wartość w życiu każdego jest przyjaźń i szacunek do drugiej osoby.

• 28 lutego (sobota) godz. 17.00

OMAN – W KRAJNIE PACHNĄCEJ KADZIDŁEM. Pokaz slajdów i opowieści z podróży Anny i Marcina Szymczaków. Kiedyś podróżowali we dwójkę, lecz w lipcu 2007 roku przyszła na świat Iga. Już po niedługim czasie w ich naszych głowach zaczęły przebiegać myśli o pierwszym wspólnym wyjeździe z maluchem. Pierwsze kroki we trójkę stawiali nie tak daleko: Kampanos, Mazury, Bieszczady. Postanowili jednak pojechać gdzieś dalej, jak Iga skończy pół roku, będzie

miała zrobione obowiązkowe szczepienia, a także nie będzie jeszcze samodzielnie przemieszczać się, co ułatwi kontrolę wkładanych do buzi przedmiotów. Pojawiło się najważniejsze pytanie: gdzie jechać??? Państwo Szymczakowie usiedli nad Atlasem Geograficznym Świata i ich oczy skierowały się na Oman...

Kurs szycia w ODT Pogodna

Chcesz nauczyć się szyc na maszynie? Zdobyc nową twórczą umiejętność? Rozwinąć swoje krawieckie umiejętności? **Przyjdź do ODT Pogodna na Warsztaty szycia.** W programie:

obsługa maszyny do szycia (stebnówka, overlock), nauka różnych technik szycia, obsługa hafciarki.

Zajęcia odbywać się będą w czwartki w godzinach 19:00-21:00, koszt 90 zł/m-c, wszystkie materiały wliczone w cenę. Prowadzenie **Zbigniew Lis.**

Szczegółowe informacje i zapisy w filii Pogodna. Zajęcia rozpoczną się po zebraniu grupy.



R E K L A M A



DOBRY DENTYSTA

Prywatny Gabinet Stomatologiczny

REDENTAL

Marzena Głaz-Koperska

Pełen zakres usług

Wejść i wyjść z uśmiechem!

ul. Słowackiego 53a (wejście od Norwida)
Warszawa-Wesoła

☎ 501 783 662, 509 336 323

TRANSNEC

WYWÓZ

**nieczystości płynnych
i kontenerów remontowych**



Warszawa-Wesoła, ul. Szosa Lubelska 2
tel. 22 773 37 67, tel./fax 22 773 24 63

www.transnec.waw.pl



Uniwersytet Trzeciego Wieku zaprasza

Najtrudniejszy pierwszy krok...! Za nami pierwsze z zaplanowanych spotkań integracyjnych. W sobotni wieczór (24 stycznia) w klimacie polskich kolęd odbyło się pierwsze spotkanie. Wieczór rozpoczęły kolędy i pastorałki w wykonaniu naszego zespołu muzycznego pod batutą dyrygent Oli Endzelm-Obertyn. Główna część spotkania



to wspólny śpiew kolęd przy akompaniamencie pianina, za którym usiadła utalentowana pani Ola. Wspólne śpiewanie, miła atmosfera, przyjacielskie rozmowy przy herbacie, kawie i słodkim ciasteczku... I w takim właśnie klimacie mamy zamiar realizować każde spotkanie. Już dziś zapraszamy na kolejne – 14.02.2015

w sobotę o godz. 17.00 do ODT „Pogodna” w Starej Miłosnej. Będą ostatkowe pączki, herbata i taniec w wykonaniu naszego zespołu „Tańca w kręgu”.

Przed nami nowy semestr pełen wielu atrakcji: bogaty program wykładów, ciekawe spotkania z niezwykłymi ludźmi, muzyka na żywo, koncerty, spotkania ze sztuką przez duże „S”, poznawanie kraju i nie tylko, zwiedzanie ciekawych miejsc to tylko niektóre z przedstawionych propozycji. Najbliższe z nich są w programie lutowym.

W lutym program UTW wygląda następująco:

- **6.02.2015** – „Sztuka polskiego modernizmu” – wykład Haliny Polak w SP 171 przy ul. Armii Krajowej 39 o godz. 17.00,
- **10.02.2015** – „Wyprawa w głąb mózgu” – wykład Marii Kłody w SP 171 o godz. 17.00 przy ul. Armii Krajowej 39,
- **12.02.2015** – w ODT „Pogodna” ul. Jana Pawła II 25 o godz. 12.00 p. Iwona Passini wygłosi wykład z cyklu „Moje cuda świata – Jordania”,
- **14.02.2015** – w sobotnie przedpołudnie rozpoczynamy cykl zwiedzenia „Place Warszawy – Plac Politechnika i okolice”

z Danusią Mirosz spotykamy się na peronie SKM Wesola-Centrum o godz. 9.50,

- **14.02.2015** – Ostatkowy wieczór integracyjny „Tańczący pączek” poprowadzi Dorota Czajkowska w ODT „Pogodna” ul. Jana Pawła II 25 o godz. 17.00,
- **17.02.2015** – Igor Pogorzelski przedstawi nam ikonę muzyki rozrywkowej „The Beatles – legenda lat 60-tych” – godz. 17.00 w SP 171, ul. Armii Krajowej 39,
- **19.02.2015** w czwartkowe popołudnie w Łazienkach Królewskich wystuchamy wykładu: „Twórczość Jana Bogumiła Pler-scha – nadwornego malarza Stanisława Augusta” o godz. 14.00 w Szkole Podchorążówki Muzeum Łazienki Królewskie,
- **24.02.2015** – „Architekci, którzy stworzyli Warszawę” to wykład Elżbiety Zatorowskiej w SP 171 przy ul. Armii Krajowej 39 – godz. 17.00.

SEKRETARIAT UTW

Kontakt z UTW

www.utw-wesola.org

e-mail: sekretariat@utw-wesola.org
sekretariat tel. 519 173 672

Teresa Polowczyk tel. 519 173 671
(pon.-pt. w godz. 9-15)

Dyżury kasjerki: pon., wt. 12.00-13.00
– Ośrodek Działań Twórczych „Pogodna” (Jana Pawła II 25); **śr.-pt. 12.00-13.00**
– budynek Straży Pożarnej w Wesolej, ul. 1 Praskiego Pułku 31

R E K L A M A

J.Cleaner
Jarosław Capała

PRANIE DYWANÓW
505 287 781

www.firmasprzatajaca-warszawa.pl

**PRZYCHODNIA
WETERYNARYJNA**
„Wesoły Pies”
zaprasza na:

AKCJĘ STERYLIZACJI
psów i kotów

Dodatkowe informacje: www.wesolypies.com.pl
(zakładka „aktualności”)
Zapisy pod numerem telefonu: **605-651-577**

**BIURO RACHUNKOWE
FOLAND S.C.**

Pracujemy z pasją od 1995 roku

**rozliczenia roczne
PIT**

*Ministerstwa Finansów
Licencja nr 051097*

ul. 1 Praskiego Pułku 7 czynne: pn-czw: 8-18 tel./fax: 22 773 40 36
05-075 Warszawa-Wesola pt: 8-16 www.foland.com.pl

SKLEP wszystko do biura
artykuły szkolne i papirnicze
druki akcydensowe

www.B-DENTAL.com.pl
**Specjalistyczny
Gabinet Stomatologiczny**

dr n. med. Iwona BZDEGA – lekarz stomatologii ogólnej
dr n. med. Wojciech BZDEGA
– specjalista protetyki stomatologicznej, chirurg stomatolog

Stara Miłosna, ul. Jana Pawła II 238
tel. 22 773 38 83, 602 351 757

KONSULTACJE ORTODONTYCZNE – 18 II, 18 III

profilaktyka • leczenie zachowawcze • leczenie dzieci
laseroterapia • protezy, naprawa • protetyka: korony, mosty
wybielanie zębów • leczenie chirurgiczne • rtg zębów – cyfrowo

Zimowe Ptakoliczenie 2015 w Wesolej

W dniach 24-25 stycznia odbyło się kolejne Zimowe Ptakoliczenie organizowane tradycyjnie przez OTOP w ostatni weekend stycznia, czyli w pełni zimy. W całej Polsce odbyło się kilkaset wycieczek ornitologicznych, a dostownie tysiące ludzi obserwowało ptaki w swoich ogrodach, przy karmnikach albo przy okazji normalnych spacerów.

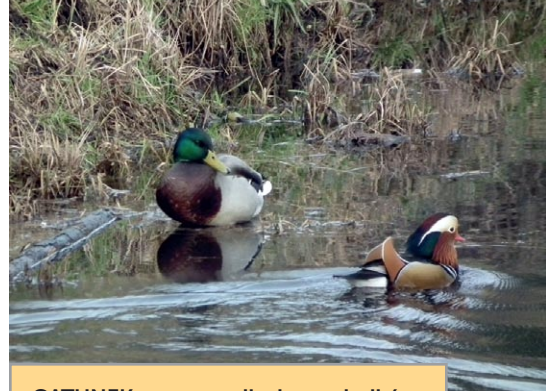
W osiedlu Stara Miłosna (Wesoła) również odbył się spacer potoczony z obserwowaniem ptaków. W tej imprezie wzięło udział 11 osób, którym udało się zaobserwować aż 21 gatunków ptaków nad Kanalem Wawerskim, na odcinku 2 km. Próbowaliśmy też oszacować liczebności poszczególnych gatunków, co nie było łatwe, gdyż kaczki, kawki, gawrony, sroki i czyże często zmieniały miejsce pobytu.

Przybliżone wyniki są następujące: kaczka krzyżówka 235 osobników, kawka 95, dzwonek 62, mazurek 27, czyż 20, gołąb miejski 15, sikora bogatka 14, sierpówka 14, sroka 13, sójka 11, modraszka 9, wrona siwa 9, dzięcioł duży 4, grubodziób 4, kos 4, gawron 3, kwiczoł 3, dzięcioł zielony 2, dzięcioł czarny 1, krogulec 1, kaczka mandarynka 1.

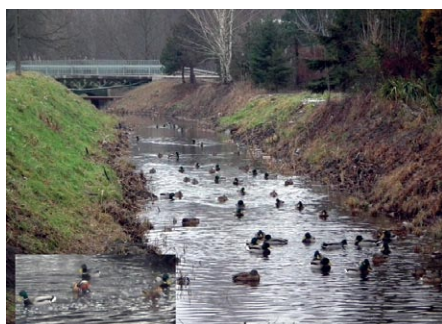
Szczególnie ciekawe były obserwacje z bliska dzięcioła zielonego, krogulca, kwiczoła, grubodzioba oraz głosy wydawane przez dzięcioła czarnego. Najbarwniejszym widzianym gatunkiem była mandarynka – samiec tej kaczki podobno już drugi rok pływa po Kanale Wawerskim.

Dziękujemy wszystkim uczestnikom za przybycie i wytrwanie do końca, pomimo pochmurnej i zimnej pogody. Ogólnopolskie wyniki akcji będą dostępne na stronie otop.org.pl za kilka dni.

EWA I PRZEMYSŁAW STOLARZ



GATUNEK	liczba osobników
Krzyżówka	235
Kawka	95
Dzwonek	62
Mazurek	27
Czyż	20
Gołąb miejski	15
Bogatka	14
Sierpówka	14
Sroka	13
Sójka	11
Modraszka	9
Wrona siwa	9
Dzięcioł duży	4
Grubodziób	4
Kos	4
Gawron	3
Kwiczoł	3
Dzięcioł zielony	2
Dzięcioł czarny	1
Krogulec	1
Mandarynka	1
RAZEM	547



R E K L A M A

CORPOMED
Centrum Rehabilitacji Miłosna

REHABILITACJA

zespoły bóle kręgosłupa, dyskopatie, rwy kulszowe, stany po skręceniach, złamaniach, zwichnięciach, zmiany zwyrodnieniowe stawów, wady postawy, płaskostopie, skoliozy, plecy okrągłe, koślawość, szpotawość kolan u dzieci

LEKARZE

Ortopeda
Lek. med. sportowej - *Nowość!*
Pediatria, Internista
Laryngolog, Dermatolog
Kardiolog
Neurolog, Neurochirurg
Chirurg naczyniowy

USG / EKG

stawów, brzucha, tarczycy, piersi, w. chłonnych, ślinianek, echo serca układu moczowego, przepływy żył tętnic szyi i nóg (kolor Doppler)
USG dzieci
st. biodrowe, jama brzucha, przeziemiączkowe głowy

CZY SPOTKAŁEŚ SIĘ Z TYMI DOLEGLIWOŚCIAMI?

ZESPÓŁ BÓLESNEGO BARKU
ŁOKIĘC TENISISTY
BÓLE DOLNEGO ODCINKA KRĘGOSŁUPA
BIOBÓR PRZESKAKUJĄCY
POROZWIĄZANIE PROSTOWNIKÓW UDO
BÓLE PACHWINY I PRZEWODZIELI
OSTROGA PIĘTOWA
HALUC - PALUCHY KOŚLAWY
BÓLE NADGARSTKA
KOLANO ODCIĘŻA
ZESPÓŁ MIĘŚNIA PRZECIŁOWEGO PRZEDNIEGO
BÓLE ŚCIEŻNIA ACHILLESA

POZBĄDŹ SIĘ BÓLU!
SZYBKO, TRWAŁE, BEZPIECZNIE

FALA UDERZENIOWA
EFEKT ODCZUWALNY JUŻ PO 1-2 ZABIEGACH!

www.corpomed.pl

Allianz **SIGNAL IDUNA** **UNIGA** **TUO ZDROWIE**

STARA MIŁOSNA
ul. Jana Pawła II 218
tel. 22 773-00-27
www.corpomed.pl

Biuro Księgowe
EWA GADOMSKA

05-077 Warszawa
ul. Mahoniowa 4
tel. 22 773 15 68
535 333 753

LICENCJA NR 0513/06

PEŁNA OBSŁUGA

JASMIN
DROGERIE

WESOŁA - STARA MIŁOSNA
ul. JANA PAWŁA II 108 - obok sklepu GROSZEK

Piękno w zasięgu ręki
www.drogeriejjasmin.pl

Z tą ulotką 5% RABATU na zakupy

Z kartą Stałego Klienta PrimoPartner
otrzymasz punkty, które wymienisz na **bony zakupowe!**

OGŁOSZENIA DROBNE

Ogłoszenia drobne o charakterze sąsiedzkim publikujemy nieodpłatnie. Maksymalna długość tekstu – 100 znaków ze spacjami. Treść prosimy przesyłać do 20 dnia miesiąca poprzedzającego emisję numeru, na adres: **drobne@stamilosna.org.pl** z zaznaczeniem rubryki, w której ma być zamieszczone ogłoszenie.

Ogłoszenia drobne KOMERCYJNE zamieszczamy w ramce 58x25 mm. Standardowe – w cenie 30 zł netto; kolorowe – w cenie 40 zł netto. Maksymalna długość tekstu – 150 znaków ze spacjami. Treść prosimy przesyłać do 20 dnia miesiąca poprzedzającego emisję numeru, na adres: **reklama@stamilosna.org.pl**, tel. 537 49 00 48.

- MAMA ROCZNEGO CHŁOPCA ZAOPIEKUJE SIĘ DZIECKIEM U SIEBIE W DOMU. TEL. 511 777 393
- POMOGĘ STARSZEJ OSOBE, SPRZĄTANIE, PRASOWANIE, ZAKUPY. TEL. 513 858 097
- Uczeń Liceum rozniesie ulotki. Solidnie i TANIO. Tel. 883 466 477
- Matematyka – skuteczna nauka i pomoc w nadrobieniu zaległości. Przygotowanie do egzaminów. Tel. 692 576 475
- MATEMATYKA, OGÓLNA, RÓWNIEŻ ZAKRES ROZSZERZONY. STARA MIŁOSNA. TEL. 514 37 14 95
- ANGIELSKI, NIEMIECKI, HISPANISKI. Wszystkie poziomy. Korepetycje, konwersacje, nadrobienie zaległości w szkole. Absolwentka anglistyki i studentka iberystyki. Dojazd do ucznia. Tel. 519 186 285
- MATEMATYKA – nauka, pomoc w nadrobieniu zaległości oraz przygotowanie do egzaminów. Tel. 692 576 475
- MATEMATYKA, FIZYKA – matury, studenci. Dojeżdżam. Dr. 665 014 406
- Matematyka, chemia, fizyka – korepetycje z dojazdem do ucznia. Tel. 796 868 462

- Licealistka (Advanced – CAE) udzieli korepetycji z języka angielskiego, tel. 664 190 785
- Język NIEMIECKI. Magister Germanistyki UW z przygotowaniem pedagogicznym. Dwanaście lat doświadczenia. 500 720 523
- SPRZEDAM DOM w zabudowie bliźniaczej – Wesoła Centrum 110 m². Dobry stan. Możliwość rozbudowy. Garaż wolnostojący. Bardzo dobra lokalizacja. 782 202 380
- SPRZEDAM LUB ZAMIENIĘ NA MIESZKANIE DOM W STANIE SUROWYM W WIELGOLESIE BRZEZIŃSKIM GM. HALINÓW, TEL. 511 777 393
- Sprzedam segment skrajny na osiedlu Stara Miłosna cena 565 tys. zł do negocjacji. Tel. 502 600 775

- Sprzedam lub zamienię na mieszkanie atrakcyjnie położone działki budowlane w Izabeli pod Warszawą. Szczegóły pod nr tel.: 519 186 285, 511 200 610
- Sprzedam segment Wesoła – Stara Miłosna, powierzchnia całkowita 240 m², mieszkalna 180 m², działka 190 m², do negocjacji, tel. 781 489 822
- Wynajmę segment skrajny na osiedlu Stara Miłosna. Czynnosc 2000 zł plus opłaty, kaucja 3000 zł. Tel. 502 600 775
- Poszukuję do wynajęcia domu/segmentu w Starej Miłosnej, tel. 501 061 710
- Sprzedam tanio rowerek dziecięcy bmx 16" oraz samochód na akumulator z pilotem. Tel. 507 059 484

Biuro Rachunkowe

Licencja MF Nr 14424/99

Warszawa-Wesoła, ul. Irydowa 16
tel./fax 22 773 26 93, 695 708 695
fismag@poczta.fm

ECO MYJNIA

z dojazdem do klienta – czyszczenie i dezynfekcja, para wodna, wysoka jakość mycia pojazdów, autokosmetyka, pranie tapicerki, dywanów, wykładzin, kanap
tel. 507 466 646

KANCELARIA PRAWNA

605-513-517, sekretariat@fraczyk.com.pl

Kancelaria Prawna z Krakowa
Oddział w Warszawie

20-letnie doświadczenie, konkurencyjne ceny

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 SULEJÓWKI
DOWÓZ GRATIS

PRACOWNIA PROTETYCZNA Ewa Waś

tel. 22 773 29 67, 605 40 38 42

Protezy - Naprawa - Express

PRANIE

dywanów, wykładzin,
tapicerki meblowej i samochodowej

tel. 500 753 803

Dojazd gratis!

np. dywan 4 x 3 m (12 m²) – 60 zł

PRANIE	KOSZENIE	MYCIE
dywanów i wykładzin, mebli tapicerowanych, tapicerki samoch.	trawników i nieużytków, wycinaka drzew i krzewów	kostki, elewacji, okien itp.

Grzegorz Kaliszewski • tel. 791-355-566

HOTEL DLA MAŁYCH ZWIERZĄT STRZYŻENIE PSÓW I PIELĘGNACJA

Stara Miłosna

Lek. wet. Izabela Rupińska

tel. 606-482-555, 22 773-10-88

DORABIANIE KLUCZY mieszaniowych i samochodowych

ul. Trakt Brzeski 73 (bud. Biedronki)

czynne: wt.-pt. 12⁰⁰-19⁰⁰, sob. 10⁰⁰-14⁰⁰

tel. 692 905 352

ZEGARMISTRZ

- Zegary, zegarki, paski, bransolety
- NAPRAWA, SPRZEDAŻ
- Baterie, szkła itp.

Stara Miłosna, ul. Jana Pawła II 158

czynne: pn.-pt. 10-18, sob. 10-14

tel. 606 657 692

USŁUGI HYDRAULICZNE

- remonty i modernizacje instalacji gazowych, kanalizacyjnych, CO, wentylacyjnych i pieców
- przeglądy i naprawy kominarskie
- uprawnienia budowlane i gazowe

696-321-228 www.silczuk-hydraulika.pl

REKLAMA

Informacje o zasadach zamieszczania reklam w „Gazetce Sąsiedzkiej” można uzyskać pod adresem: **reklama@stamilosna.org.pl** lub numerem telefonu: **537 49 00 48** (Joanna Januszevska)

ANGELINA SALON FRYZJERSKO-KOSMETYCZNY

FRYZJERSTWO

damsko-męskie

KOSMETYKA

CHANTARELLE

Germaine de Capuccini

MANICURE

= TIPSY, ŻEL AKRYL

PEDICURE

SOLARIUM -50% Ergoline



05-077 W-wa Wesoła, ul. Trakt Brzeski 29

pon.-pt. 9.00-20.00, sob. 8.00-16.00

☎ 22 773 39 20 • 512 359 100

Do każdej usługi powyżej 150 zł – UPOMINEK



KOMIS skup/sprzedaż rowerów

Naprawa rowerów

Części i akcesoria

Warszawa Wesoła

Al. Marszałka Józefa Piłsudskiego 4A

tel. 881-519-808

(200 m od wjazdu na stację BP w kierunku Sulejówka)

Pralnia „LAGUNA”

- pranie wodne
- pranie chemiczne
- magiel

PRANIE DYWANÓW

METODA

„NA WSKRÓŚ”

ul. Sezamkowa 30, Stara Miłosna

tel. 888 146 230



O tym, że ponad 90 procent kobiet nosi źle dobrane biustonosze jest coraz głośniejsze. Droga czytelniczko, zapewne należysz do tej grupy...

Większość z przedstawicielek płci pięknej męczy się w stanikach o zbyt luźnych obwodach i za małych miseczkach, nie zdając sobie sprawy z tego, że same szkodzą swemu zdrowiu i pięknej sylwetce. Musimy uwierzyć, że to biustonosz ma dopasować się do nas a nie my do biustonosza.

Trzeba uwierzyć że rozmiar stanika to nie tylko literki i cyfry. To jedno i drugie razem.

Biusty w górę!

Jeżeli chcemy dobrze dobrać biustonosz, optycznie wyszczuplić sylwetkę, poczuć się seksownie, a co najważniejsze odciążyć kręgosłup, musimy znaleźć taki stanik który ma dobrą miseczkę i obwód jednocześnie. Jest to szczególnie trudne przy dużym i pełnym biuście.

9 przykazań doboru biustonosza (bra-fitting):

- ▶ bra-fitting nie może być robiony na szybko; zarezerwuj co najmniej pół godziny,
- ▶ powinno się kupować dokładnie ten stanik, który się mierzyło, minimalne różnice mają wpływ!
- ▶ obwód przytrzymuje 80 procent ciężaru biustu – w ten sposób biust jest idealnie uniesiony, plecy odciążone, sylwetka wyprostowana,
- ▶ najczęstszy błąd w doborze stanika to zbyt szeroki obwód i za mała miseczka,
- ▶ fiszby nie mogą wrzynać się w piersi, powinny celować idealnie w połowę pachy,
- ▶ biustonosz zakładamy przodem, następnie pochylamy się zginając ciało wpród, lewą dłoń odciągamy od skóry lewą fiszbinę. Prawą dłoń sięgamy aż na topatkę i zbiegamy pierś do środka – przez lata noszenia

nieodpowiednich staników tkanka budująca piersi może przesunąć się aż w tak pozornie odległe miejsca,

- ▶ obwód stanika nie może zmieniać położenia; obwód musi pozostać w linii poziomej jeśli zapięcie kieruje się w stronę karku, to znaczy, że jest za szeroki,
- ▶ nie zrażmy się, jeśli początkowo czujemy, że nowy stanik uciska nas w obwodzie – typowy okres przyzwyczajania ciała to 2 tygodnie,
- ▶ piersi się uformują w każdym wieku; po jakimś czasie noszenia odpowiedniego biustonosza może okazać się, że mamy zupełnie inny (ładniejszy) biust!

Zapraszamy do „Magii Kobiet”, gdzie profesjonalna brafitterka nauczy Panie wszystkiego co najlepsze dla ich piersi.

TAMARA ZALEWSKA

MAGIA KOBIECI

ul. Wspólna 11 lok. 3
05-075 Warszawa Wesoła
tel. 513-017-613

mail: magia_kobiet@interia.pl
www.facebook.com/MagiaKobiet.Bielizna

R E K L A M A



PAW-BUD

- ❖ Beton towarowy
- ❖ Transport
- ❖ Pompa



05-462 Wiązowna, Duchnów, Szosa Mińska 48
tel. 22 795 15 94, 22 795 11 44, kom. 601 384 524
e-mail: pawbud@poczta.onet.pl



groszek

Twój sklep na co dzień

ul. Jana Pawła II 110
ul. Rumiankowa 18

wysoka jakość towaru
i sąsiedzka atmosfera

WYWÓZ ŚMIECI BUDOWLANYCH



KONTENERY REMONTOWE KP 5, KP 7, KP 14

- KONTENERY NA GRUZ
- KONTENERY NA GABARYTY - (MEBLE)
- KONTENERY NA ODPADY SEZONOWE - (TRAWA, GAŁĘZIE)
- WYWÓZ CZYSTEGO GRUZU NACZEPĄ
- WYWÓZ ŚNIEGU
- WYWÓZ SZAMBA OD 4,5 do 18 m3
- MOŻLIWOŚĆ PODPISANIA UMOWY

502 43 73 83
509 64 66 06

www.wywozsmieci.waw.pl



termet

GAZOWE URZĄDZENIA GRZEWCZE

SPRZEDAŻ
MONTAŻ - SERWIS

autoryzowany zakład
instalatorski wod-kan i co

Zakręt,
ul. Księdza Iwaniuka 15
kom.: 0 502 066 420







SPHINX

RESTAURACJA

TRAKT BRZESKI 60B
05-077 WARSZAWA WESOŁA

DOSTAWY ☎ **22 233 03 20**
NA TELEFON ☎ **665 85 86 14**

DANIA JUŻ OD
19,99 zł

www.sphinx.pl



ZNIŻKI NIE DOTYCZĄ PRODUKTÓW OBJĘTYCH INNĄ PROMOCJĄ

OBOWIĄZUJE DO
20.12.2014

Z TYM KUPONEM

-10%

SPHINX

REALIZACJA TYLKO W RESTAURACJI
SPHINX UL. TRAKT BRZESKI 60B

PLANUJESZ BUDOWĘ DOMU?

**Zadzwoń – dowiesz się,
jak w ciągu godziny dobrać
idealny projekt domu.**

**Duże rabaty na projekty
i adaptacje!!!**

PROJEKT i DOM

www.projektidom.pl

ul. Piotrusia Pana 26,
Warszawa-Wesoła

513 348 843



*Inspiracja
dla Twojego wnętrza*

Aranżacja
łazienki
GRATIS



> Łazienki > Drzwi
> Okna > Podłogi
> Materiały budowlane

ul.Trakt Brzeski 75
Warszawa-Wesoła
(22) 773-21-55 salon@domeko.com.pl
www.domeko.com.pl