DWUTYGODNIK dzielnicy URSUS miasta PIASTÓW miasta PRUSZKÓW miasta i gminy OŻARÓW MAZ. gminy MICHAŁOWICE

Mocne Strony

NR 2(31)/2018 (ROK III) 25 STYCZNIA 2018 R. GAZETA BEZPŁATNA mocnestrony.com.pl ISSN 2451-3377

Porywający Koncert Kolęd Zespołu ENEJ w Ożarowskim Sanktuarium

➡ str. 4

NASZE STRONY

26 Finał WOŚP – szlachetny wolontariat w naszych stronach 8–9

PIASTÓW

X Jubileuszowy Koncert Noworoczny i wielki sukces akcji „Piastów dla Ani” 5

Szeleszczących strof dar 10

URSUS

Gdy piszę, to tak jakby litery same płynęły – wywiad z poetą 11

KOMORÓW

MECZ ANTOSIA – Akademia Młodego Sportowca zdała wielki egzamin 12

DOŁĄCZ DO NAS!
facebook
facebook.com/Mocne-Strony
Mocne Strony

KOLEJNE WYDANIE 8 lutego 2018

Drogi w powiecie pruszkowskim ➡ STR. 3

Szkoła bliżej nauki ➡ STR. 8

Problemy z kupnem biletów ZTM i KM ➡ STR. 14

12 stycznia 2018 roku w Falentach k. Raszyna odbyła się uroczystość otwarcia Instytutu Rehabilitacji im. Św. Hildegardy – nowoczesnego centrum specjalizującego się w holistycznym podejściu do pacjenta.

Dla ciała, duszy i umysłu

Na uroczystość otwarcia Instytutu i poświęcenia, mieszczącej się w budynku, Kaplicy Św. Hildegardy przybyło wielu, zaproszonych przez jego założycielkę i prezes Alicję Nowakowską gości. Byli wśród nich: przedstawiciele Kurii Metropolitarnej na czele z Biskupem Rafałem Markowskim, proboszczowie parafii dekanatu raszyńskiego, Starosta Pruszkowski Maksym Gołoś, Halina Krajkowska – zastępca Dyrektora Wydziału Zdrowia Urzędu Wojewódzkiego, Andrzej Zaręba – Wójt Gminy Raszyn, Maria Jolanta Batycka-Wąsik – Wójt Gminy Lesznowola oraz wójtowie sąsiednich gmin Powiatu Pruszkowskiego i Piaseczyńskiego. Przyjechało też wielu ordynatorów i dyrektorów szpitali z Warszawy, Pruszkowa, Konstancina i Otwocka. Instytut jest zlokalizowany w miejscowości Falenty w Gminie Raszyn, w sąsiedztwie południowej obwodnicy Warszawy, co umożliwia dojazd w czasie 15 min. z centrum Warszawy i w 10 min. z Lotniska im. F. Chopina, a także dogodny dojazd przybywającym z bardziej odległych rejonów Polski.

Kontynuacja misji po 900. latach

Misją (bo tak określa swoją działalność prezes Nowakowska) Instytutu Rehabilitacji im. Św. Hildegardy jest poprawa jakości życia osób z niepełnosprawnością ruchową, profilaktyka i propagowanie holistycznego podejścia do życia w oparciu o hildegardowy program zdrowia według sześciu tzw. złotych reguł życia. Ta średniowieczna wizjonerka, mistyczka i uzdrowicielka, nazwana przez Jana Pawła II „światłem dla ludzi jej czasów, które świeci jeszcze jaśniej dzisiaj” zainspirowała założycieli Instytutu do stworzenia centrum leczniczego, oferującego Kompleksowy Program Zdrowienia Pacjenta, obejmujący trzy sfery człowieka: ciało, umysł i duchowość. Uroczystość otwarcia Instytutu połączona była z poświęceniem Kaplicy Św. Hildegardy, która jest patronką jego misji. Dzięki temu wyjątkowemu patronatowi władze Instytutu otrzymały zgodę na przechowywanie Najświętszego Sakramentu. Uroczystą Mszę Świętą celebrował w zastępstwie Kardynała Nycza Biskup Rafał Markowski. Niezwykłą oprawę muzyczną zapewnił chór dziecięcy „Animaton” ze Szkoły Podstawowej w Łazach pod kierownictwem dyrygent Olivii Kaczyńskiej. Transmisję mszy mogli oglądać wszyscy przebywający aktualnie w swoich pokojach pacjenci Instytutu.

Święta mniszka z XII wieku

Na temat twórczości i dorobku Świętej Hildegardy podczas uroczystości mówiła Alfreda Walkowska – doktor nauk teologicznych, propagatorka i pierwsza praktykująca terapeutka medycyny Hildegardy z Bingen w Polsce. Podkreśliła, że żyjąca w średniowieczu (1098–1179) niezwykła kobieta, stworzyła prosty, skuteczny i pełny system medyczny oparty na naturalnych metodach. Jej czasy to świat bez telefonu, komputera, światła, samochodu, dróg. We wszystkich swoich dziełach Św. Hildegarda pokazuje jedność człowieka w rozumieniu duszy i ciała i jego ścisły związek z przyrodą. Jednocześnie jej medycyna jest czymś więcej niż diagnozowaniem i leczeniem chorób – jest tak bardzo potrzebnym współczesnemu człowiekowi sposobem na zdrowe, spełnione, wolne od zbędnych obciążeń, szczęśliwe życie. Hildegarda budowała klasztory, pisała rozprawy filozoficzne i teologiczne z dziedziny historii naturalnej, biologii, botaniki, kosmologii. Była kompozytorką i poetką. Za życia była w swoich dziedzinach autorytetem dla papieży, cesarzy, królów, a w XXI wieku została uznana za świętą i ogłoszona przez Benedykta XVI doktorem Kościoła (jako jedna z 4 kobiet w historii). Dzisiaj jej księgi są źródłem wiedzy, pozwalającej między innymi Pani Alicji prowadzić dzieło, które będzie służyło wielu ludziom.

Cierpienie nas ubogaca

Biskup Markowski powiedział o cierpieniu, często cichym, o którym nic nie wiemy. – *Przychodzę tu z nadzieją i pewnością, że ten dom wpisuje się w wielkie pragnienie Papieża Franciszka, aby czasy, w których żyjemy były czasami miłosierdzia i wzajemnie okazywanej sobie czułości. Tu spotykają się ludzie połączeni pragnieniem okazywania sobie miłosierdzia, czułości i troski. Jest to miejsce stworzone dla przywracania człowiekowi zdrowia fizycznego, ale również psychicznego i duchowego. Miejsce modlitwy, skupienia, w którym Chrystus będzie uzdrawiał, karmił i przywracał nadzieję.* Następnie poświęcił pomieszczenia, odwiedził kilku pacjentów w ich pokojach. Znalazł czas na rozmowy z chorymi.

Do cierpienia nawiązał też Ojciec Zdzisław, opiekun duchowy miejsca, misjonarz, kapelan:

cd. na str. 2

cd. ze str. 1 *– Tym, co nas najbardziej łączy jest cierpienie. Ono na całym świecie wygląda tak samo. Odkryłem to, będąc na misjach. Gromadząc się wokół człowieka cierpiącego sami również otrzymujemy pomoc. Stajemy się bardziej wrażliwi, otwarci, czuli.*

Rehabilitacja i leczenie na miarę XXI wieku

Instytut oferuje 74 komfortowe pokoje zapewniające miejsce dla 146 pacjentów, których stan zdrowia nie pozwala na rehabilitację w warunkach ambulatoryjnych i wymaga krótko- lub długoterminowych pobytów. Proponowane są turnusy rehabilitacyjne dla osób z problemami ortopedycznymi oraz neurologicznymi, ale można przyjść nawet na 2–3 dni. Warunki czasowe i finansowe są elastyczne, ustalane dla konkretnych pacjentów. Instytut zapewnia całodobowy nadzór medyczny i terapeutyczny, holistyczne i indywidualne podejście oraz unikatowy program żywienia pacjenta. Sale zajęciowe, warsztatowe i konferencyjne przeznaczone są do realizacji licznych przedsięwzięć promujących zdrowy styl życia i edukujących w zakresie m.in.: zdrowego żywienia, najnowszych metod dbania o kondycję cielesną i duchową oraz wspierania człowieka w dążeniu do zdrowego i pozytywnego życia.

Budynek Instytutu znajduje się w otoczeniu rezerwatu przyrody „Stawy Raszyńskie", na działce ze 100-letnimi kasztanowcami. Na 6000 m^2 powierzchni zlokalizowane jest nowoczesne i profesjonalnie wyposażone centrum rehabilitacji leczniczej – kinezyterapii i fizjoterapii, przychodnia lekarska, centrum konferencyjne oraz restauracja z kuchnią przygotowującą codzienne posiłki z własnej kuchni, według zasad żywienia Św. Hildegardy, potwierdzonych osiągnięciami współczesnej nauki. Leczeniem i rehabilitacją pacjentów zajmuje się profesjonalna kadra: lekarze, fizjoterapeuci, psycholodzy, neurologopedzi, psychoterapeuci, pielęgniarki, opiekunowie medyczni, dietetycy. Opiekę medyczną uzupełnia zgodnie z indywidualnymi potrzebami opieka duchowa kapłana i Kaplica Św. Hildegardy otwarta dla pacjentów.

Przychodnia Instytut Rehabilitacji im. Św. Hildegardy uzyskała status podmiotu leczniczego. Opieka ambulatoryjna obejmuje m.in.: porady lekarzy specjalistów, badania diagnostyczne i laboratoryjne, rehabilitację pacjenta oraz zabiegi fizykoterapeutyczne realizowane na podstawie indywidualnie opracowanego programu.

Tekst i zdjęcia **Jacek Sulewski**

Więcej zdjęć na:
WWW.MOCNESTRONY.COM.PL

Spółdzielczy Dom Kultury
oraz Książnica Pruszkowska
z wielką przyjemnością
zapraszają
na kolejny wieczór
poetycko-satyryczno-muzyczny
z cyklu
SALONIK Z KULTURĄ

28 stycznia 2018 r.
o godzinie 18.00
(Spółdzielczy Dom Kultury przy ulicy Hubala 5)

WSTĘP WOLNY

Na wieczór złożą się fragmenty recitalu Katarzyny Jamróz, program autorski Jerzego Fedorowicza oraz promocja najnowszej płyty Antoniego Murackiego – POEZJA JUŻ TUTAJ NIE MIESZKA. Artystom towarzyszyć będą wybitni instrumentaliści – Witold Cisło i Robert Kuśmierski.

Zimowe utrzymanie dróg na terenie Powiatu Pruszkowskiego

Wraz z pierwszym śniegiem jaki według prognoz pogody utrzyma się dłużej niż kilka godzin Starostwo informuje mieszkańców, a szczególnie kierowców o przyjętych rozwiązaniach w zakresie odśnieżania dróg powiatowych w sezonie zimowym 2017/2018. Łączny budżet na odśnieżanie 175 kilometrów dróg powiatowych jakim dysponuje Starostwo to 1 197 637,00 zł. Na dołączonych mapach poszczególnych gmin kolorem fioletowym zaznaczone zostały drogi powiatowe, których utrzymaniem zajmują się firmy wyłonione w drodze przetargów na zlecenie Starostwa Powiatowego w Pruszkowie.

Miasto Pruszków i Miasto Piastów

W obu miastach przetarg na odśnieżanie dróg wygrał Miejski Zakład Oczyszczania (MZO) w Pruszkowie. Tym samym jedna firma odpowiada za odśnieżanie wszystkich dróg. To dobra wiadomość dla kierowców. Wszystkie drogi na terenie miast obsługiwane będą przez jedną, lokalną firmę z Pruszkowa. Wartość przetargu i środków przekazanych na utrzymanie dróg powiatowych na terenie obu gmin to 140 400,00 zł.

Gmina Brwinów

Gmina Brwinów jako jedyna na terenie Powiatu Pruszkowskiego w toku zawartego porozumienia i przekazanych środków w wysokości 255 877,00 zł w całości przejęła na siebie obowiązek utrzymania dróg na swoim terenie. Tym samym w zakresie obowiązku Gminy Brwinów jest utrzymanie zarówno dróg gminnych, jak i powiatowych.

Gmina Michałowice

Przetarg na odśnieżanie dróg powiatowych na terenie Gminy Michałowice wygrała firma Zakładanie i Konserwacja Zieleńców Danuta Hanna Brysiak z Piastowa. Wartość przetargu, a tym samym kwota przekazana na utrzymanie dróg na terenie gminy to 180 360,00 zł.

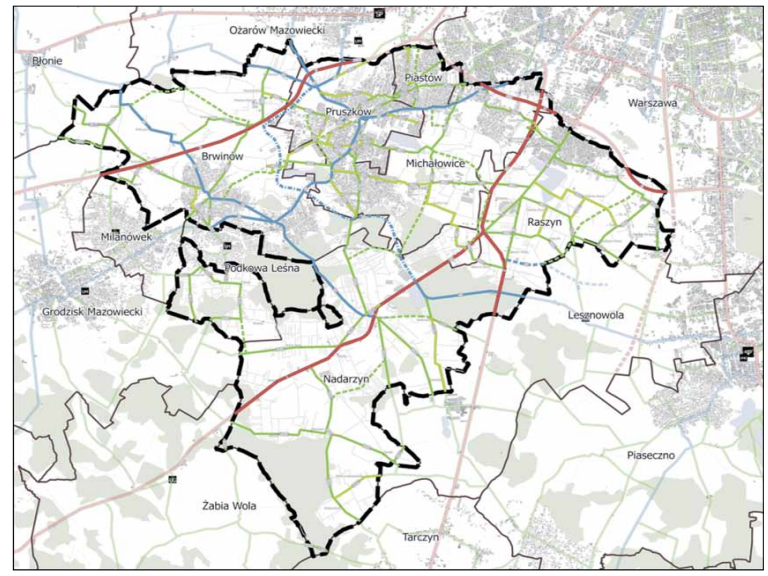
Gminy Nadarzyn i Raszyn

Odśnieżaniem dróg na terenie Gminy Nadarzyn w sezonie zimowym 2017/2018 zajmie się firma *South Stream*, która wygrała przetarg na odśnieżanie dróg na terenie dwóch gmin: Nadarzyn i Raszyn. Kwota przetargu to 621 000,00 zł.
Firma *South Stream* wygrywając przetarg o wartości 621 000,00 zł podjęła się odśnieżania dróg na terenie Gmin Raszyn i Nadarzyn. Wart zaznaczenia jest fakt, że decyzją Marszała Województwa Mazowieckiego w 2017 roku 8-kilometrowy odcinek przebiegającej przez Gminę Raszyn Alei Krakowskiej zmienił swoją kategorię. Będący do tej pory drogą krajową, fragment ważnej dla ruchu krajowego wylotowej arterii z Warszawy w kierunku Krakowa, od lipca stał się drogą Powiatową. Dla kierowców oznacza to przede wszystkim fakt, że droga nie będzie utrzymywana w standardzie dróg krajowych, ale jako droga powiatowa I kategorii. Mimo utrzymania drogi w najwyższej z przewidzianych dla dróg powiatowych kategorii kierowcy przyzwyczajeni do utrzymania jej w znacznie wyższym standardzie muszą być przygotowani na jego obniżenie. Zimowe utrzymanie 8 km odcinka tej drogi pochłonie niemal 1/3 całego budżetu przewidzianego na odśnieżanie wszystkich dróg w powiecie.

Przypominamy, że mieszkańcy chcący zgłosić konieczność i zapotrzebowanie na odśnieżanie mogą zrobić to telefonicznie wszystkim służbom mundurowym, jak również bezpośrednio do odpowiedzialnego pracownika Starostwa pod numerem: **602 393 644**.

Dodatkowo uruchomiliśmy specjalny adres mailowy, pod który można wysyłać zgłoszenia:
zima@powiat.pruszkow.pl

Plan sieci dróg powiatowych Powiatu Pruszkowskiego na lata 2017-2030



Na zlecenie Powiatu Pruszkowskiego został opracowany plan sieci dróg powiatowych na lata 2017 – 2030. Podstawą opracowania był art. 20 ustawy o drogach publicznych, który stanowi, iż do zarządcy drogi należy w szczególności opracowywanie projektów planów rozwoju sieci drogowej.

Plan wskazuje, że obecna sieć dróg na terenie Powiatu Pruszkowskiego jest dobrze rozwinięta i spełnia oczekiwania lokalnej społeczności. Niemniej jednak sieć dróg wymaga wprowadzenia nowej organizacji, głównie poprzez zniesienie kategorii dróg powiatowych na odcinkach wykorzystywanych w ruchu lokalnym i niespełniających definicji dróg powiatowych.
Zaproponowana nowa sieć dróg powiatowych pozwoli:

- zwiększyć nadzór nad poszczególnymi odcinkami dróg (w szczególności na terenach miejskich),
- zoptymalizować koszty utrzymania (zmniejszenie kosztów utrzymania poprzez zapewnienie ciągłości sieci dróg gminnych i powiatowych),
- ubiegać się o dofinansowanie modernizacji, remontów dróg gminnych (z programów finansowania przeznaczonych dla gmin).

Powiat również może partycypować wspólnie z gminami w kosztach modernizacji, remontów przekazanych odcinków dróg.

W trakcie opracowania zostały przeprowadzone konsultacje społeczne. W ich wyniku zebrano 405 formularzy ankietowych. Uwagi mieszkańców, które zostały uznane za zasadne, zostały uwzględnione w planie.

Plan sieci dróg powiatowych to 134-stronicowe opracowanie i mapy powiatu stanowiące propozycje nowego układu. Jedna mapa uwzględnia nowe S7 i nowe 721 BIS, druga przedstawia opracowanie bez uwzględnienia S7 i 721 BIS.

Z pełnym opracowaniem można się zapoznać na stronie Powiatu pod linkiem:
www.powiatpruszkowski.link/plandrogpowiatowych20172030

OŻARÓW MAZOWIECKI. Dwie godziny w wyjątkowej atmosferze wspólnego kolędowania

Koncert kolęd zespołu ENEJ

20 stycznia 2018 r. w Ożarowskim Sanktuarium Miłosierdzia Bożego odbył się wspaniały koncert kolęd w wykonaniu zespołu ENEJ.

Do Sanktuarium Miłosierdzia Bożego przybyli nie tylko mieszkańcy Ożarowa Mazowieckiego, ale i okolicznych miejscowości. Wierni, w różnym wieku tłumnie wypełnili kościół. Wśród nich były również dzieci, które tak bardzo poddawały się muzyce, że nie mogły ustać w spokoju. Sanktuarium opanowała atmosfera radości i wspólnoty. Również dorośli dali się porwać pozytywnej energii wprowadzonej przez wokalistów i instrumentalistów, co zaowocowało wspólnym, radosnym kolędowaniem.
Podczas dwugodzinnego koncertu zespół zagrał najpopularniejsze polskie kolędy. Enej swoim energetycznym występem spowodował, że nie był to zwykły koncert, ale wspólne, łączące wszystkich kolędowanie, któremu towarzyszyła wspaniała oprawa muzyczna.

Po zakończonym występie podczas, gdy wierni opuszczali świątynię słychać było same pozytywne komentarze dotyczące zarówno zespołu, jak i całego wydarzenia.

Tekst i zdjęcia
Sebastian Krupiński

Organizatorami koncertu zespołu ENEJ byli:
- ks. Zdzisław Słomka SAC Probosz Sanktuarium Miłosierdzia Bożego,
- Paweł Kanclerz – Burmistrz Ożarowa Mazowieckiego,
- Alina Holk – Dyrektor Domu Kultury „Uśmiech”
- Andrzej Cichal – Przewodniczący Rady Miejskiej

Więcej zdjęć na:
WWW.MOCNESTRONY.COM.PL

ENEJ – zespół założony w 2002 roku w Olsztynie przez Piotra i Pawła Sołoducha oraz Łukasza Kojrysa. Zespół od początku swojego istnienia grał muzykę z stylu folkowo rokowym z ukraińskim akcentem, przez lata doskonaląc swój muzyczny styl.

W 2008 roku ENEJ wydał swoją debiutancką płytę „Ulice”. Na kolejną płytę trzeba było poczekać do 2010 roku, kiedy to został wydany album „Folkorabel”.

Zespół swój wielki sukces osiągnął w 2011 roku podczas programu *Must Be The Music - Tylko Muzyka,* przechodząc kolejne eliminacje w programie, aby w ostateczności sięgnąć po zwycięstwo. Ten rok był przełomowy dla zespołu, po zwycięstwie w programie organizowanym przez telewizję Polsat, zespół stał się rozpoznawalny, a utwór „Radio Hello” okazał się hitem lata 2011. Zespół Enej jest autorem takich muzycznych hitów jak „Skrzydlate Ręce”, „Tak Smakuje Życie”, „Lili”, „Symetryczno-Liryczna” czy „Kamień z Napisem Love”. Utwory wielokrotnie odtwarzane przez rozgłośnie radiowe oraz muzyczne portale internetowe.

OBECNY SKŁAD ZESPOŁU:
Piotr (Lolek) Sołoducha – vocal, akordeon
Mirosław (Mynio) Ortyński – gitara basowa, vocal
Paweł (Bolek) Sołoducha – instrumenty perkusyjne
Jacek (Jaca) Grygorowicz – gitara elektryczna
Damian (Pinki) Pinkowski- saksofon
Kuba (Czaplay) Czaplejewicz - puzon
Łukasz (Długi) Przyborowski - trąbka
Kornel Kondrak - perkusja

Informacje z oficjalnej strony internetowej zespołu.

Ponieważ bóle kręgosłupa, to problem wciąż narastający, przedstawiamy Czytelnikom kolejny raz **OŚRODEK WYJĄTKOWO SKUTECZNYCH METOD PRZECIWBÓLOWYCH** – BEZ LEKÓW – **NATURMED**.

DOSKONAŁY SPOSÓB NA BÓL
OSTEOPATIA

Zapewnienia najróżniejszych gabinetów w prasie, Internecie, prześcigają się w atrakcyjności, trzeba jednak wiele wiedzy na ich temat, aby nie narobić sobie jeszcze większych kłopotów. Do Naturmedu często przychodzą ludzie z uszkodzonymi przez niewykwalifikowanych „specjalistów” kręgosłupami.

Bóle ostre, przewlekłe, nagłe, pourazowe, nerwobóle, bóle głowy, kręgosłupa, barku, kolan, bioder. Pierwsza konsultacja jest bezpłatna, aby ustalić wskazania do zabiegu lub przeciwwskazania.
NALEŻY PRZYNIEŚĆ BADANIA (również dawne) RTG lub rezonans.

Paradoksem jest, że likwiduje się bóle kręgosłupa, barku, pleców i inne, które mają swe źródło w kręgosłupie – niemal zawsze lekami przeciwbólowymi. Takie leki, żele, plastry – ból przyćmią na krótko, ale nie usuwają przyczyn bólu. Ból powraca. Skutki stosowania leków bywają bardzo poważne. Jednak należy pamiętać, że każdy objaw bólu należy zdiagnozować. A jeśli to kręgosłup „winien” – najbardziej sensowną i skuteczną metodą jest medycyna manualna i osteopatia.
Kiedy żarówka nie świeci, bo jest nie dokręcona, to manipulowanie samym wyłącznikiem nie spowoduje, że zaświeci.

Zawsze cytujemy kilka wypowiedzi pacjentów, dziś również:

◆ *To, co się dzieje w leczeniu, to w ogromnej ilości przypadków nie jest system ochrony zdrowia, ale system ochrony chorób, by nie wyleczyć, ale LECZYĆ! A ceny leków i leczenie rosną szybciej niż inflacja! Te koktajle z przyjmowanych leków niszczą tysiące ludzi rocznie! Uzmysłowiłam sobie to dobitnie po pomocy, jaką uzyskałam w Naturmedzie u mgr Jakuba Górnickiego. Czuję się świetnie!* **(prawnik z Łowicza l. 59)**

◆ *Byłem w Konstancinie trzykrotnie. Po żadnym pobycie nie było lepiej. Czytałem dano temu o Naturmedzie. Nieufnie, ale przyjechałem tu. To czego doświadczyłem od pana mgr Górnickiego jest zdumiewające. Ustąpiły moje problemy z nogami i barkiem, lepiej śpię.* **(Waldemar K. l. 71)**

◆ *Choć byłam w kilku gabinetach, to takiego zabiegu, jak u p. Górnickiego jeszcze nie miałam. Jestem tu czwarty raz, czuję się nieporównanie lepiej, bez bólu i leków! Może uda mi się uratować wątrobę zniszczoną lekami przez prawie dziewięć lat! Unormowało mi się trawienie! Nie bolą kolana i lędźwie! Wdzięczna ogromnie jestem!* **(nauczycielka l. 56)**

◆ *Ciąża uniemożliwiała mi zażywanie leków. Moja ginekolog podpowiedziała mi osteopatię w Ośrodku Naturmed. Tu bezpiecznie zlikwidowano mi ból pleców! Osteopatia, to rewelacyjna metoda! Jestem szczęśliwa!* **(Anna W. L. 29 z Błonia)**

◆ *Jestem sadownikiem – rolnikiem. Od dziecka ciężka praca. Już nie było dla mnie leku. Plecy, bark, lędźwie – niesamowicie bolały. Zaczęły siadać kolana i biodra. Czego ja nie łykałem?! Strach mówić! Sanatoria nie pomagały. Załamany i bez nadziei trafiłem do Naturmedu! Pan Górnicki wyprowadził mnie na spokojne wody. Jestem przeszczęśliwy! Brak mi słów podziękowania! Całym sercem dziękuję!* **(Janusz Wrotycz l. 62)**

◆ *Mam 76 lat. Bóle nóg i krzyża były nie do zniesienia. To niewiarygodne, że człowiekowi w tym wieku można tak bardzo pomóc i to bez leków! Jestem wzruszony i wdzięczny.* **(emeryt)**

◆ *Do Naturmedu w Gołąbkach koledzy wnieśli mnie na krześle. Zastrzyki przez 12 dni nic nie pomogły. A tu już po drugim zabiegu chodzę samodzielnie, to po prostu rewelacja.* **(41 lat, pacjent z Sochaczewa)**

◆ *Mój kolega ortopeda stwierdził, że nie ma sensu leczyć mnie lekami, fizykoterapia to za mało i dał mi namiar na Naturmed, do pana mgr Jakuba Górnickiego lub mgr Wojciecha Papajewskiego. Powiedział: obaj świetni! Stwierdziłem, że takich, jak oni powinno być chociaż kilku w każdym mieście! Trzy zabiegi u pana Jakuba Górnickiego i dwa u pana Wojciecha Papajewskiego postawiły mnie na nogi! Mogę wykonywać wszystkie obowiązki w pracy i w domu, chodzę nawet na tenisa, byłem miesiąc temu w górach! Coś niesamowitego!* **(Andrzej z Warszawy l. 66)**

OŚRODEK
MEDYCYNY MANUALNEJ i OSTEOPATII
NATURMED
URSUS-GOŁĄBKI, ul. Koronacyjna 15
ZAPISY: tel.: 604 092 007 lub 22 662 49 07
od poniedziałku do piątku 9^{00}–17^{00}

JAKUB GÓRNICKI – magister fizjoterapii, osteopata – przyjmuje pacjentów w każdym wieku. Leczy ostre i przewlekłe bóle kręgosłupa, stawów i mięśni. Do największych zalet zabiegów u osteopaty należy szybki i długotrwały efekt, a poprawa następuje często po 3–5 zabiegach.
Jest wykładowcą w jednej z warszawskich uczelni na Wydziale Fizjoterapii i Wydziale Medycyny Osteopatycznej.

PIASTÓW. Wielki sukces akcji „Piastów dla Ani”. Wielkie podziękowania dla organizatorów

X Jubileuszowy Koncert Noworoczny w Piastowie

„ZAŁOŻYĆ OGRÓD TO UWIERZYĆ W JUTRO” – pod takim hasłem w Szkole Podstawowej nr 1 w Piastowie im. Stanisława Staszica w dniu 11 stycznia 2018 r. odbył się X Jubileuszowy Koncert Noworoczny. Najważniejszym punktem uroczystości było podsumowanie udanej akcji „Piastów dla Ani”. – *Bardzo proszę, abyśmy ten koncert poświęcili Ani oraz wszystkim, którzy chcą wspomagać ją w dziele powrotu do zdrowia oraz tym, którzy chcą pomagać innym* – zachęcała Urszula Skrzypczak, dyrektor SP NR 1.

Dzięki czerwcowemu piknikowi (pisaliśmy o wydarzeniu w MS 10/2017) i kilkumiesięcznej akcji zbiórki środków na operację udało się zgromadzić odpowiednią kwotę – 100 tys. euro. Środki zbierane były z myślą o operacji Ani Ługowskiej (uczennicy SP 1 w Piastowie). Dziewczynka od urodzenia cierpi na bardzo rzadką chorobę – ciężki zespół CCHS, zwany również Klątwą Ondyny. Gdyby nie respirator, mogłaby przestać oddychać we śnie. Ale gdy tylko pojawiła się szansa na operację umożliwiającą Ani powrót do normalności, przespane noce dla niej i jej rodziców, chętnych do pomocy nie zabrakło. Początkowo dziewczynka miała zostać zoperowana za granicą. – *Jednak rodzice zdecydowali, że za zebrane środki kupią niezbędny sprzęt do polskiej kliniki. To wspaniałe!* – podkreśliła Urszula Skrzypczak.

Ania na leczeniu w Olsztynie

Pod koniec zeszłego roku, 13 grudnia, Ania Ługowska przeszła pionierską w Polsce operację w Uniwersyteckim Szpitalu Klinicznym w Olsztynie. Lekarze usunęli rurkę tracheostomijną oraz wszczepili stymulator nerwu przeponowego, który pozwala oddychać w nocy już bez pomocy respiratora. Koszt jednego urządzenia to ponad 300 tys. złotych. Dziewczynka jest obecnie w trakcie leczenia w Olsztynie – w styczniu musiała przejść jeszcze jedną operację. Ania, pomimo nieobecności na koncercie, wraz z mamą przekazała ze szpitala (dzięki nagraniu video) wzruszające i pełne prawdziwej radości i wdzięczności podziękowania dla wszystkich gości zebranych na koncercie.

– *(…) To bardzo pozytywne zakończenie wielkiej akcji, która rozpoczęła się rok temu, właśnie podczas Koncertu Noworocznego. To właśnie wtedy cały Piastów dowiedział się „O czym śni Ania” i tak ogromna ilość osób, szkoły, przedszkola i inne instytucje zaangażowały się w pomoc dla Ani. Osiągnęliśmy swój cel i teraz chcielibyśmy wszystkim bardzo, bardzo serdecznie podziękować* – mówiła mama dziewczynki.

Ania dodała: – *Dziękuję wszystkim za wsparcie mnie i pozdrawiam całą „Jedyneczkę”, rodziców, dzieci, a szczególnie klasę 7A, wolontariat i chór. Żałuję, że nie mogę być z wami na Koncercie Noworocznym, ale myślami jestem z wami.*

Kto został Przyjacielem Szkoły?

Do powodzenia akcji charytatywnej „Piastów dla Ani”, zainicjowanej podczas zeszłorocznego IX Koncertu Noworocznego, przyczyniła się niezwykła mobilizacja piastowian, a nawet ludzi z całej Polski. Przedsięwzięcie – zarówno zbiórkę jak i podsumowanie operacji – relacjonowały również media ogólnopolskie.

– *Często myśleliśmy, czy nasz cel – zebranie 100 tys. euro nam się uda. (…) I udało się!* – przypominała Urszula Skrzypczak. Podziękowała osobom, które szczególnie przyczyniły się do sukcesu. Statuetki Przyjaciel Szkoły otrzymali: Burmistrz Miasta Piastowa Grzegorz Szuplewski, kierownik piastowskiego MOSiR-u Jerzy Derlatka, wiceprezes Stowarzyszenia Możesz Mariusz Walczak, dyrektor Miejskiego Ośrodka Kultury w Piastowie Wanda Przybylak, prezes Akademii Inicjatyw Młodzieżowych Jolanta Balcerzak oraz właściciel firmy transportowej ARTRANS Adam Purymski. Tytułem Przyjaciela Szkoły uhonorowana została też Rada Rodziców Szkoły Podstawowej Nr 1. Wyróżnienie z rąk Dyrekcji Urszuli Skrzypczak odebrała Angelika Dalecka, Przewodnicząca Rady Rodziców. – *Ono nie jest nasze – to wyróżnienie dla Wszystkich Wspaniałych Rodziców, którzy pomagali organizować Piknik dla Ani* – skomentowali Rodzice.

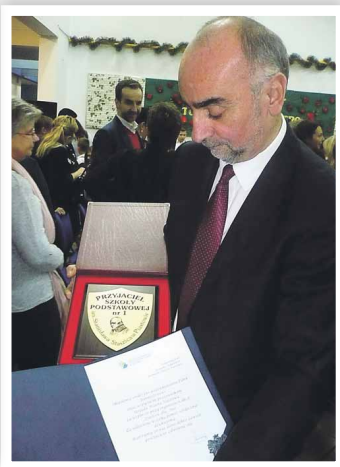
Każdy ma prawo do szczęścia

Po wzruszającej części oficjalnej licznie zebrani goście obejrzeli program artystyczny inspirowany ponadczasową powieścią Tajemniczy ogród – według scenariusza Iwony Skiby i Agnieszki Gołdy – wychowawczyń klas szóstych. Głównym przesłaniem było podkreślenie, że każdy ma prawo do szczęścia, które dają: bliskość innych ludzi, wiara we własne siły i piękno otaczającego nas świata. W otoczeniu misternie wykonanej scenografii goście oglądali na scenie postaci z książki w pięknie uszytych strojach. Oprawę muzyczną przygotowali Bogdan Nidzgorski i Joanna Kęsy-Świś. Usłyszeć można było znane utwory, wykonywane solo i z towarzyszeniem chóru szkolnego. W programie pojawiły się także elementy taneczne oraz akcenty francuskie.

List gratulacyjny

Po części artystycznej przedstawicielka Ośrodka Rozwoju Oświaty Jolanta Rafał-Łuniewska odczytała list gratulacyjny podpisany przez wicedyrektora Ośrodka Rozwoju Edukacji Marzennę Habib oraz Kierownika Wydziału Specjalnych Potrzeb Edukacyjnych – Katarzynę Stępniak. Dyrekcja Szkoły podziękowała wszystkim obecnym oraz zaangażowanym osobom w organizację Koncertu Jubileuszowego. Wśród obecnych, poza już wymienionymi w tekście, byli m.in. Roselyne Marty – *attache* ds. współpracy językowej Instytutu Francuskiego, członek Zarządu Powiatu Pruszkowskiego Zdzisław Brzeziński, Kazimierz Dymek – wiceprzewodniczący Rady Miasta Piastowa, Marta Dobrzyńska – dyrektor Centrum Edukacji Obywatelskiej, Aleksandra Cupok – koordynator programu SUS Centrum Edukacji Obywatelskiej oraz kilkunastu innych przedstawicieli lokalnych instytucji stale współpracujących ze szkołą.

Tekst i zdjęcia
Agnieszka Gorzkowska



„Szkoła bliżej nauki”

„Młodzi ludzie, którzy większość swojego czasu spędzają w wirtualnej rzeczywistości, nie mają wcale dużych kompetencji wyszukiwania rzetelnej wiedzy. Przynajmniej częściowe skierowanie uwagi młodych ludzi nie tyle na samą informację, ale na proces poszukiwania informacji, a następnie ich ocenę ze względu na jakość i wiarygodność, jest ważnym celem edukacyjnym w dzisiejszym świecie. Wszyscy, przez całe życie, jesteśmy zmuszeni do zdobywania informacji …” – tych słów wysłuchali, podczas wykładu doktora Łukasza Lamży - filozofa przyrody i popularyzatora nauki, zebrani w poniedziałek, 16 października 2017 r. w Centrum Nauki Kopernik. Tego dnia miała miejsce inauguracja projektu „Szkoła bliżej nauki”.

Cel projektu

Projekt przygotowało Centrum Nauki Kopernik. Jego celem jest zacieśnienie relacji edukacji z nauką, rozwój kompetencji uczniówc(szczególnie umiejętności informatycznych i matematyczno-przyrodniczych), kształtowanie postaw kreatywności i pracy zespołowej, promowanie aktywności naukowej oraz stworzenie warunków dla nauczania metodą badawczą (poprzez wyposażenie szkolnych pracowni i doskonalenie kompetencji zawodowych nauczycieli.

Zapowiedź

Początki projektu sięgają dwa i pół roku wstecz, kiedy to zainteresowane szkoły mogły zgłosić swój udział. Tak uczyniło Gimnazjum nr 133 im. Ks. Stefana Kardynała Wyszyńskiego w Ursusie przy ul. Warszawskiej 63. W międzyczasie zaczęto jednak mówić o reformie szkolnictwa w Polsce i o projekcie zrobiło się cicho. W ubiegłym roku zmiany w systemie edukacji zostały przeprowadzone, wspomnianego gimnazjum już nie ma – na jego miejscu mamy Szkołę Podstawową nr 383 (patron pozostał ten sam). A w wakacje okazało się, że projekt „Szkoła bliżej nauki” jednak ruszy. Wtedy odbyło się pierwsze spotkanie.

Uczestnicy

Projekt „Szkoła bliżej nauki” Centrum Nauki Kopernik przygotowało we współpracy z mazowieckimi samorządami. Ma trwać 2 lata – zakończenie przewidziano na wrzesień 2019 r. Zgłosiło się do niego 38 szkół podstawowych oraz szkół z oddziałami gimnazjalnymi z Warszawskiego Obszaru Funkcjonalnego: Warszawy, gmin – Grodzisk Mazowiecki, Lesznowola i Stare Babice, oraz miast – Otwock, Żyrardów i Kobyłka. Są wśród nich szkoły integracyjne oraz z terenów wiejskich. W sumie działaniami projektu zostało objętych blisko 1900 uczniów (z jednej placówki można było zgłosić maksymalnie 50 uczniów) i ponad 160 nauczycieli. Mają z nimi współpracować opiekunowie oraz czterej eksperci, a w drugim roku projektu także czterej naukowcy. Szkoła Podstawowa nr 383 uczestniczy w nim jako jedyna placówka oświatowa z Ursusa. Zgłoszono dwie klasy gimnazjalne – IIb i IIc – razem 49 uczniów. Koordynatorem ze strony szkoły jest p. Anna Tuchowska – nauczyciel geografii i edukacji dla bezpieczeństwa.

Inauguracja

W spotkaniu inaugurującym projekt, 16 października 2017r. wzięli udział przedstawiciele samorządów, dyrektorzy oraz nauczyciele ze szkół projektowych. Byli obecni dziennikarze i telewizja. Nauczyciele mieli okazję poznać się w grupach, w których będą spotykać się w czasie szkoleń, poznali przestrzenie Centrum Nauki Kopernik, harmonogram zaplanowanych działań.

Warsztaty dla nauczycieli

Kolejne spotkania – warsztatowe –były przeznaczone tylko dla nauczycieli. W listopadzie – „Eksponaty i eksperymenty”, a w grudniu – „Nauka w puszce” i „ Pod prąd”. Następne przewidziane są na przełomie lutego i marca. Podczas warsztatów nauczyciele poznają nowoczesne narzędzia i metody pracy z uczniem, mają możliwość nauczenia się w praktyce, jak optymalnie wykorzystywać wizyty w takich miejscach jak Centrum Nauki Kopernik, jak organizować lekcje, na których uczniowie prowadzą badania, jak samodzielnie budować urządzenia do eksperymentowania.

Doposażanie szkół

W ramach projektu szkoły doposażane są w sprzęty, które mają wesprzeć nauczycieli w pracy z uczniami. Od końca października, przez cały listopad, do uczestników trafiły zestawy do nauki programowania „Micro:bit”. Każda szkoła otrzymała 50 takich minikomputerów. Mają one pomóc uczniom w analizowaniu wyników badań, które będą prowadzić w przyszłym roku szkolnym razem z nauczycielami, będą też wykorzystywane podczas różnych lekcji. W grudniu do szkół trafiło po 10 zestawów „Woda”. Po feriach nauczyciele zostaną przeszkoleni na temat pracy z ww. narzędziami. I wtedy w projekcie czynnie zaczną brać udział uczniowie.

Uczniowie

Zajęcia organizowane dla nich mają rozwijać kompetencje w zakresie przedmiotów matematyczno-przyrodniczych oraz informatyki, a także kształtować postawy kreatywności i umiejętność pracy zespołowej. Zdobyte kompetencje nauczyciele i uczniowie wykorzystają przy realizacji projektów edukacyjno-badawczych, które mają powstać we współpracy z naukowcami z CN Kopernik. W ramach projektu uczniowie dwukrotnie odwiedzą Centrum – pierwsza wizyta planowana jest na kwiecień.

Harmonogram

Cały projekt podzielono na pięć ścieżek – etapów, które pozwolą dyrektorom, nauczycielom i uczniom wdrożyć się w pracę metodą badawczą. Warsztaty, prowadzone lekcje, wizyty w Centrum Nauki Kopernik zostały ułożone w czasie w ten sposób, aby kolejne działania wynikały z poprzednich. Cykl warsztatów zaplanowano w taki sposób, aby pozyskaną na nich wiedzę nauczyciel mógł na bieżąco zweryfikować w pracy z uczniami.

Projekt „Szkoła bliżej nauki” wystartował. Na razie zaangażowani są nauczyciele, w niedługim czasie będą aktywnie uczestniczyć uczniowie.
O kolejnych etapach działań mających na celu stworzenie w szkołach warunków dla nauczania z wykorzystaniem elementów metody badawczej postaramy się Państwa informować.

Tekst i zdjęcia
Wojciech Grzesik

Gmina OŻARÓW MAZOWIECKI

50 LAT OŻARÓW MAZOWIECKI

Regionalny Program Operacyjny Województwa Mazowieckiego 2014–2020

„CHĘTNI NA EKSPERYMENTY”

Od listopada 2017 roku Gmina Ożarów Mazowiecki realizuje projekt współfinansowany z funduszy europejskich – „Chętni na eksperymenty”. Projekt jest adresowany do uczniów Szkoły Podstawowej nr 1 im. J. Kusocińskiego w Ożarowie Mazowieckim i Szkoły Podstawowej im. Szarych Szeregów w Płochocinie.

Głównym celem projektu jest podniesienie kompetencji kluczowych, właściwych postaw i umiejętności niezbędnych na rynku pracy. Działania realizowane w ramach projektu obejmują między innymi prowadzenie zajęć dydaktycznych, w tym kółek zainteresowań, warsztatów, laboratoriów z przedmiotów ścisłych i informatycznych oraz zajęć wyrównawczych. Szkoły biorące udział w projekcie otrzymają również sprzęt i pomoce dydaktyczne.

Szkoła Podstawowa nr 1 w Ożarowie Mazowieckim (klasy I–III) realizuje takie zajęcia jak: Zajęcia matematyczno-przyrodnicze i Warsztaty/laboratoria „Mały badacz”.

Szkoła Podstawowa nr 1 w Ożarowie Mazowieckim (klasy IV–VIII) prowadzi zajęcia: Inicjatywność i przedsiębiorczość, Kompetencje informatyczne, Laboratorium „Jestem badaczem”, Warsztaty edukacyjne „Młody inżynier”.

Szkoła Podstawowa w Płochocinie zorganizowała zajęcia: przyrodniczo-ekologiczne, matematyczne, informatyczne, dydaktyczno-wyrównawcze oraz planuje warsztaty w Centrum Nauki Kopernik.

Całkowita wartość projektu to 1 995 712,30 zł, a wysokość dofinansowania z Funduszy Europejskich to 1 596 569,84 zł. Projekt będzie realizowany do końca czerwca 2019 roku.

Strona projektu **www.chetninaeksperymenty.eu**.

Katarzyna Wocheń
Biuro Oświaty Gminy Ożarów Mazowiecki

Fundusze Europejskie Program Regionalny | Mazowsze. serce Polski | Unia Europejska Europejski Fundusz Społeczny

DOTACJA NA WYMIANĘ PIECA

EDYCJA 2018

Gmina Ożarów Mazowiecki planuje złożyć (po ogłoszeniu naboru) do Wojewódzkiego Funduszu Ochrony Środowiska i Gospodarki Wodnej w Warszawie wniosek o dofinansowanie w 2018 r. wymiany kotłów grzewczych w gospodarstwach domowych mieszkańców.

Z uwagi na duże zainteresowanie Mieszkańców dofinansowaniem wymiany starych i nieefektywnych źródeł ciepła z dniem 2 stycznia 2018 r. rozpoczęliśmy przyjmowanie deklaracji uczestnictwa w programie na 2018 rok.

ZAPRASZAMY DO UDZIAŁU W PROGRAMIE I SKŁADANIA DEKLARACJI.

Elżbieta Jastrzębska-Jóźwiak
Kierownik Referatu Funduszy Zewnętrznych

KULTURA

NOWE ZASADY DZIAŁANIA KASY Urzędu Miejskiego

Od nowego roku zmieniły się zasady funkcjonowania kasy w Urzędzie Miejskim w Ożarowie Mazowieckim.

Dotychczas funkcjonująca kasa uległa zamknięciu, a w jej miejsce uruchomiona została Agencja Banku PKO BP S.A, w której można dokonywać wszelkich płatności na konto Urzędu Miejskiego w Ożarowie Mazowieckim bez dodatkowych opłat. Ponadto mieszkańcy mają możliwość dokonywania innych płatności np. za energię elektryczną, telefon itd. (z prowizją).

Osoby posiadające rachunki bankowe w PKO BP S.A, mogą poprzez agencję dokonywać operacji na swoich rachunkach.

Urząd Miejski w Ożarowie Mazowieckim

Rekrutacja do szkół i przedszkoli

Szanowni Rodzice,

W związku z realizowanym projektem „Rozwój innowacyjnych E-usług w Gminie Ożarów Mazowiecki” rekrutacja na rok szkolny 2018/19 do przedszkoli i szkół podstawowych odbywać się będzie wyłącznie w sposób elektroniczny. W związku z tym składane w czasie rekrutacji wnioski muszą być podpisane elektronicznie przez obojga rodziców. Można tego dokonać poprzez profil zaufany. Szczegółowe informacje, jak założyć taki profil dostępne są na stronie **pz.gov.pl**. Swoją tożsamość można również potwierdzić korzystając z bankowości elektronicznej. Lista banków udostępniających tą usługę znajduje się na wyżej podanej stronie. Urząd Miejski wystąpił z wnioskiem do MSWiA o utworzenie punktu potwierdzenia tożsamości w siedzibie urzędu.

Szczegółowe informacje dotyczące elektronicznej rekrutacji zamieszczone będą w Informatorze Ożarowskim oraz na stronach internetowych Urzędu Miejskiego, szkół i przedszkoli.

Tomasz Tymoftyjewicz – Zastępca Burmistrza ds. społecznych

26 FINAŁ Wielkiej Orkiestry

Wielkie Granie i Ślizganie 2018

URSUS

Po raz kolejny Urząd Dzielnicy Ursus m.st. Warszawy zaprosił mieszkańców na zimową, plenerową imprezę sportowo-rekreacyjną „Wielkie Granie i Ślizganie". Impreza odbyła się na terenie Szkoły Podstawowej nr 14 przy ulicy Sosnkowskiego 10.

Turniej na początek

O 9.00 rozpoczął halowy turniej piłki nożnej dla dzieci z rocznika 2011. Zawodnicy mogli obejrzeć pokaz sztuczek piłkarskich, a także mecz pomiędzy koszykarkami UKS 4 Ursus, siatkarzami UKS Iskra Warszawa i piłkarzami KS Ursus Warszawa. Od 13.30 rozpoczął się koncert zespołu Imeo oraz gry i zabawy na lodowisku.

Oficjalne otwarcie

Około godziny 14.30 oficjalnie imprezę otworzyła burmistrz Dzielnicy Ursus Urszula Kierzkowska wraz z zastępcami Wiesławem Krzemieniem i Kazimierzem Sternikiem. Wśród wolontariuszy tego dnia można było spotkać posła Andrzeja Halickiego, radną Miasta Stołecznego Warszawy Marię Łukaszewicz, a także radne Dzielnicy Ursus Marię Miszkiewicz i Jolantę Dąbek.

Występy gwiazd i zespołów

Oprawa muzyczna tegorocznej imprezy była bardzo zróżnicowana, a oprócz zespołu Imeo wystąpili: zespoły prowadzone przez Panią Annę Kałużną, czyli Wiolinki, Kameleon i Młodzieżowa Grupa Musicalowa, gwiazda wieczoru Cleo, zespół Exaited oraz Renata Dąbkowska z zespołem Dystans.

Licytacje na WOŚP

W przerwach między koncertami odbywały się licytacje różnych pamiątek sportowych, a były wśród nich takie skarby jak: rękawice bokserskie z autografem Joanny Jędrzejczyk, karnety do klubu Mrs. Sporty Warszawa – Ursus, koszulki piłkarskie, szaliki klubowe i piłki z autografami. Imprezę prowadzili podobnie jak w roku ubiegłym – Maciej Smoliński, prezenter stacji Polo TV, oraz Andrzej Kołodziej.

Atrakcje

Konkursy na lodowisku poprowadzili instruktorzy AZS Warszawa. Wspaniałą atrakcją był autobus elektryczny marki Ursus przygotowany przez firmę Ursus Bus, który na co dzień można spotkać na kilku liniach w Warszawie, a tego dnia można było w nim zrobić sobie pamiątkowe zdjęcia.
Na wszystkich uczestników imprezy czekała gorąca herbata i pyszna grochówka. Wspaniale spisali się wolontariusze ze sztabu nr 2012 w Ursusie, których w tym roku było 140. Dzięki ofiarności mieszkańców zebrano blisko 140 tys. złotych.

(NP)

Hufiec ZHP dla WOŚP

PIASTÓW

Jak co roku Hufiec ZHP Piastów zorganizował Sztab na Finał Wielkiej Orkiestry Świątecznej Pomocy. Tegorocznym Szefem Sztabu została Skarbniczka Hufca pwd. Agnieszka Jarosz, a Burmistrz – Pan Grzegorz Szuplewski objął całe wydarzenie honorowym patronatem. Zebraliśmy w sumie 29.718,37 zł.

W organizację 26 Finału włączyli się również inni instruktorzy i harcerze naszego Hufca, strażacy z piastowskiej OSP, pracownicy Miejskiego Ośrodka Kultury wraz z jego Dyrektor Panią Wandą Przybylak.
Jeszcze przed Finałem, w piątek kwestowaliśmy na imprezie zamkniętej jaką był bal karnawałowy w Szkole Podstawowej nr 3.
W niedzielę na ulice wyruszyło 34 wolontariuszy z puszkami: 3 drużyny harcerskie, strażacy z Ochotniczej Straży Pożarnej oraz osoby prywatne.
Oprócz nich, kilka osób kwestowało w Miejskim Ośrodku Kultury.
Nowością jaką zaproponowaliśmy mieszkańcom był terminal do kart płatniczych, w który wyposażona była wolontariuszka przyjmująca wpłaty za wylicytowane przedmioty.
W tym roku licytowaliśmy oprócz gadżetów przekazanych nam przez Fundację WOŚP przedmioty od dar-

Świątecznej Pomocy

Szkoła w Komorowie gra z WOŚP od 2 finału

KOMORÓW

Z powodu rozpoczynających się ferii szkolnych koncert w ramach WOŚP odbył się już w piątek 12 stycznia. Podczas koncertu występowały dzieci z Zespołu Szkół z Komorowa oraz grupy taneczne z „Dance Imperium" z Pruszkowa.

W przerwach między występami odbywała się licytacja gadżetów, za które uzyskano niemałe kwoty, np.: zegar WOŚP udało się zlicytować za 800 zł, obraz olejny „Pejzaż z łódką" – 550 zł, rakieta do tenisa ziemnego firmy „YONEX" – 420 zł, replika piłki Realu Madryt z 1902 r. – 400 zł. Funkcjonowała również kawiarenka oraz kiermasz z tzw. „przydasiami" (książki, maskotki, wazony, wisiorki).

W tym roku w zbiórce pieniędzy na WOŚP w Komorowie wzięło udział 83 wolontariuszy (w zeszłym było ich 94), którzy kwestowali w niedzielę 14 stycznia, czyli w dniu 26 finału WOŚP. Szefem tegorocznego Sztabu był nauczyciel historii – Daniel Wolborski.

Zebrana kwota to 54.000 zł (w zeszłym roku 57.700 zł)

Zdjęcia: Daniel Wolborski

czyńców - ponad 20 lokalnych firm, biblioteki miejskiej oraz osób prywatnych. Z licytacji udało się nam uzyskać kwotę 3650 zł. Oprócz licytacji odbywającej się w sali kinowej MOK, na scenie swój program artystyczny zaprezentowały cztery przedszkola miejskie oraz solistki z Miejskiego Ośrodka Kultury. Konferansjerką i prowadzeniem licytacji zajęli się instruktorzy i harcerze piastowskiego Hufca ZHP. Wspólnie z naszym Sztabem w Miejskim Ośrodku Kultury swoje wydarzenia zorganizowały:

- Półki do Spółki – można było u nich wymienić niepotrzebne już książki na inne
- Graty z Chaty – tu każdy mógł przynieść zbędne, ale nie zniszczone rzeczy, a w zamian wybrać sobie coś innego.
- PKP czyli Piastowski Klub Planszówkowy – można było przyjść całą rodziną pograć w planszówki.

Oczywiście można było też wrzucić coś do puszek i dostać serduszko.

W MOK mieliśmy jeszcze dwa stoiska obsługiwane przez instruktorów i harcerzy Hufca: punkt rejestracji dawców szpiku i „pchli targ", który przyciągał głównie dzieci. Za datek do puszki można było wybrać sobie mniejszy lub większy drobiazg lub słodkie serduszko z musu owocowego – dar od Cukierni Olczak i Syn.

Mieliśmy w tym roku również sponsorów, dzięki którym nasi wolontariusze i komisja licząca cały dzień pieniądze z puszek nie byli głodni. Piekarnia Swojskie Wypieki i piastowski Top Market zapewnili produkty do przygotowania kanapek, a piastowska Pizzeria Corrado zapewniła obiad dla Sztabu.

Wieczorem na placu OSP dzięki strażakom zapłonęło ognisko dla mieszkańców. Oprócz pieczenia kiełbasek mieliśmy jeszcze piękny tort w kształcie serca przygotowany przez Cukiernię Olczak i Syn.

Na koniec, o godzinie 20:00 zebrani na placu OSP mogli obejrzeć przygotowany przez strażaków na Światełko do Nieba pokaz fajerwerków.

Agnieszka Jarosz

Zespół Szkół Ponadgimnazjalnych nr 1 już po raz 10 zagrał z WOŚP!

Zespół Szkół nr 1 w Ożarowie Mazowieckim gra z WOŚP już od 2008 roku. W pierwszych latach szefem sztabu była Anna Dymkowska, następnie od 2017 roku funkcję przejęła Wioleta Krause-Badur wspierana przez Sebastiana Krupińskiego.

Tak jak podczas poprzednich finałów, tak i tym razem w sztabie chwilę po 9:00 zebrali się wolontariusze w celu odbycia krótkiego instruktarzu oraz odebrania puszek i identyfikatorów.

W sztabie zgłosiło się 18 wolontariuszy oraz osoby towarzyszące i wspierające naszych wolontariuszy.

Na szczególną uwagę zasługuje postawa trzech uczennic klasy 1. Julka Ptak, Ania Adamowska i Marzena Mastalerz sobotę poprzedzającą finał poświęciły na przygotowanie poczęstunku dla wolontariuszy – pod opieką nauczyciela przygotowały pierogi, krokiety i barszcz dla zmęczonych i zziębniętych wolontariuszy. Następnego dnia również nie próżnowały – jako wolontariuszki zebrały do swojej puszki prawie 1000 zł.

Kuchnię, profesjonalny sprzęt gastronomiczny oraz wsparcie finansowe w organizacji sztabu zapewniła Rada Szkoły oraz bufet „Belferek" zlokalizowany w budynku Zespołu Szkół.

Sztab odwiedzili także absolwenci szkoły, byli nauczyciele i uczniowie często przychodząc z całymi rodzinami. Pierwsi wolontariusze z puszkami pojawili się w sztabie ok 13:00 i od tego momentu systematycznie rozliczano kolejnych wolontariuszy. Ostatnia puszka została rozliczona ok 16:30. Rekordziści w puszkach zgromadzili po tysiąc, dwa, a nawet trzy tysiące złotych. Najwięcej zebrała Anna Stachowicz wspierana przez Patrycję Dyjewską – 3033,70 zł, Cezary Krupiński – 2185,58 zł, Eliza Kałużna wraz z siostrą Amelką Kałużną – 1487,69 zł, Paweł Kułakowski wspierany przez Olę Kobylińską – 1296,72 zł. Łącznie w sztabie zebrano 15 112,52 zł. Pamiętajmy jednak, że nie liczy się ile kto zebrał pieniędzy, ale realizacja wspólnego celu oraz zaangażowanie tak wielu młodych ludzi!

Zebrane środki finansowe zostały rozliczone tego samego dnia w oddziale mBanku przy rondzie ONZ w Warszawie.

Współorganizator sztabu i fotoreporter Sebastian Krupiński

POMOC PRAWNA

DOM • RODZINA • FINANSE

Masz problem prawny? Napisz do nas...* ... POMOŻEMY!

POLISA NIE ODPOWIADA ZA WSZYSTKO

Odwiedził mnie agent ubezpieczeniowy. Zaproponował mi wykupienie zamiast typowej polisy na mieszkanie ubezpieczenie od wszystkich ryzyk. Twierdzi, że w ten sposób nie będę się musiał już martwić jakimkolwiek nieszczęściem, które zdarzy się pod moim dachem. Nie jestem jednak przekonany czy taka oferta jest dla mnie rzeczywiście najlepsza. Czy – jak to się często zdarza – nie ma w niej przypadkiem paru krzywdzących mnie rozwiązań.

Ma Pan rację! W zaproponowanym Panu rozwiązaniu jest co najmniej kilka haczyków. To, co zaoferował Panu agent ubezpieczeniowy to tak zwane ubezpieczenie „all risks" czyli od wszystkich ryzyk. W teorii nie ma lepszej i pełniejszej ochrony ubezpieczeniowej. I to co najmniej z dwóch powodów. Po pierwsze firma, która sprzedaje takie polisy odpowiada za szkody spowodowane wszelkimi zdarzeniami losowymi, nawet tymi, których nie da się przewidzieć. Po drugie w polisach tego typu obowiązuje zasada, że to towarzystwo ubezpieczeniowe w przypadku wystąpienia szkody musi udowodnić, że za nią nie odpowiada. W efekcie cały wysiłek klienta posiadającego ubezpieczenie tego typu sprowadza się do zgłoszenia zdarzenia, za które ubezpieczyciel musi zapłacić. Jeśli sprzedawca polisy nie chce tego robić, będzie musiał to sam udowodnić. Tyle teoria. W praktyce ubezpieczenie typu „all risks" zawiera cała listę wyłączeń z ochrony ubezpieczeniowej. To opis wszystkich tych zdarzeń i okoliczności, za które towarzystwo ubezpieczeniowe nie będzie ponosić odpowiedzialności. W efekcie polisa taka zbudowana jest na zasadzie „zapłacimy za wszystko, ale za wyjątkiem tego co tu jest napisane". Ubezpieczyciele potrafią dbać o swoje interesy dlatego lista wyłączeń może być naprawdę długa. Klient pragnący skorzystać z ubezpieczenia tego typu musi więc przede wszystkim znaleźć w swojej polisie listę tych wyłączeń i uważnie się z nią zapoznać. Tylko wtedy nie będzie zaskoczony, gdy zdarzy się nieszczęście, a ubezpieczyciel nie zapłaci za powstałą szkodę powołując się właśnie na jedno z nich.

WSKAŻ KTO DOSTANIE PIENIĄDZE Z OFE

Jestem bardzo ciężko chora. Mój mąż już nie żyje. Mam odłożone sporo pieniędzy na rachunku w Otwartym Funduszu Emerytalnym. Chciałabym, żeby po mojej śmierci pieniądze te dostała moja wnuczka. Jak mam o to zadbać?

Jeśli Pani mąż nie żyje całość zgromadzonych na koncie w Otwartym Funduszu Emerytalnym (OFE) środków powinna trafić do uposażonych przez Panią osób. W dokumentach, które dostała Pani przystępując do OFE było miejsce na wskazanie takich ludzi. Każdy członek OFE może wskazać w dowolnej chwili kogo chce uposażyć. Wystarczy więc wizyta w siedzibie funduszu i zmiana bądź uzupełnienie dokumentacji. Jeśli wnuczka zostanie wskazana jako osoba uposażona po śmierci członka OFE dostanie odłożone tam pieniądze. Powinno to nastąpić w ciągu trzech miesięcy, ale nie wcześniej niż w terminie jednego miesiąca, od dnia przedstawienia funduszowi urzędowego dokumentu stwierdzającego tożsamość osoby uprawnionej. Wnuczka ma do wyboru dwa sposoby na wypłatę tego, co zostanie po babci. Po pierwsze może zażądać, żeby wszystkie oszczędności zostały jej wypłacone jednorazowo. Po drugie, zgromadzone środki mogą jej być udostępniane w ratach płatnych przez okres nie dłuższy niż dwa lata. Uposażony musi pisemnie zdecydować jaki sposób wypłaty pieniędzy wybiera. Jeśli nie wskaże Pani, kto ma dostać oszczędności zgromadzone w OFE, wszystkie te pieniądze wejdą w skład spadku. Spadkobiercy dostaną je jak tylko przedstawią w OFE prawomocne stwierdzenie nabycia tego spadku. Sama wypłata gotówki nastąpi już w sposób, który opisaliśmy w przypadku wnuczki.

FIRMA NIE ROZLICZY JUŻ PIT

Co roku składałem swojemu pracodawcy oświadczenie, żeby za mnie wypełniał zeznanie podatkowe. Rozliczam się samodzielnie, nie korzystam z ulg więc takie rozwiązanie było dla mnie bardzo wygodne. W tym roku księgowa w firmie powiedziała mi, że nie może mi już w tym pomóc.

To prawda. W rozliczeniu rocznym za 2017 r. nie ma już możliwości, by pracodawca sporządzał za pracownika PIT-40 i rozliczał go w ten sposób z podatków. Osoby korzystające wcześniej z tego rozwiązania teraz mają do wyboru dwie ścieżki postępowania. Pierwsza, to oczywiście sporządzenie zeznania podatkowego samodzielnie. Druga, to powierzenie tej czynności urzędowi skarbowemu. W tym celu trzeba do niego wysłać wypełniony formularz PIT-WZ. Należy to zrobić do 16 kwietnia (bo 15 kwietnia wypada w niedzielę). Niestety, można to zrobić wyłącznie elektronicznie – nie ma możliwości wypełnienia tego formularza ręcznie. Jeśli wyślemy PIT-WZ w ciągu pięciu dni urząd skarbowy przygotuje nam wstępną wersję zeznania podatkowego. Jeśli uznamy, że jest wypełnione poprawnie, wystarczy je zaakceptować.

Artur Borkowski

– prawnik, od wielu lat skutecznie rozwiązuje prawne problemy związane z domem, rodziną i finansami

* Pytanie można zadać drogą e-mailową pod adresem: **redakcja@mocnestrony.com.pl** w tytule e-maila wpisując: PORADA PRAWNA. Pytanie musi być zwięzłe i dotyczyć tylko jednego zagadnienia. Odpowiedź wyłącznie na łamach.

URSUS. Jedno z najpiękniejszych spotkań literackich w „Kolorowej"

Szeleszczących strof dar...

... czyli o podnoszeniu się z otchłani

„Mrok jest w nas wyparty, po części uśpiony. Czasem tylko szelesty, nieokreślone, mimowolne, zapraszają do tańca. Tańca pierwotnego i wymownego niczym lśnienie tafli księżyca nocy listopadowej". Cytatem tym, po słowach wprowadzających wygłoszonych przez Janusza Łukaszewicza, rozpoczął swój wieczór autorski poeta MARCIN SZYMAŃSKI. To szczególne wydarzenie zatytułowane *Szeleszczących strof dar* miało miejsce 17 stycznia 2018 roku w Domu Kultury „Kolorowa" Ośrodka Kultury Arsus, gdzie od wielu lat prowadzone są spotkania literackie inicjowane przez niestrudzonego Janusza Łukaszewicza.

Wieczór ten zorganizował Dom Kultury „Kolorowa" przy współudziale funkcjonującego w jego murach stowarzyszenia – Klubu Rodzin Abstynenckich „Zorza" – prowadzącego działalność pomocową dla osób uzależnionych od alkoholu oraz ich rodzin. Marcin Szymański jest zaś 33-letnim poetą zmagającym się z chorobą alkoholową.

Kilka wierszy – w tym utwory *Wstępu słowem, Oscuro, Liter rykoszet, Poetica* czy *Lęk* z wydanego niedawno debiutanckiego tomiku Szymańskiego – charakteryzujących się bogactwem metafor i złożonym stylem – z odpowiednią intonacją i wyraziście wyrecytowały Marzena Zagrajek i Kamila Gotner. Z kolei utwór *Tamtamram, nie tamto tam* zapadał w pamięć dzięki niecodziennej konstrukcji i ciekawemu słownictwu.

Na koniec deklamacji artysta zwrócił się do obecnych: „Czy jestem dobrym poetą, czy poetą cierpiącym, odpowiedzi na te pytania zostawiam Wam".

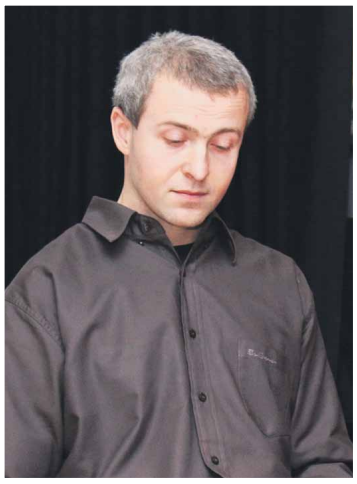
Po prezentacji wierszy była też okazja do dyskusji – Marcin Szymański chętnie i z charakterystyczną dla siebie bezpośredniością odpowiadał na pytania, a padło ich bardzo wiele. Na wieczór przybyli bowiem liczni goście: mieszkańcy Ursusa, członkowie stowarzyszenia „Zorza", osoby znające poezję autora z portali społecznościowych, jak również jego przyjaciele i znajomi. Kierownik Domu Kultury „Kolorowa", p. Elżbieta Zdanowska-Cozac, stwierdziła na zakończenie, że było to jedno z najpiękniejszych spotkań literackich w „Kolorowej". Faktycznie, poezja Szymańskiego wywarła na słuchaczach ogromne wrażenie, wzruszyła i zachwiała naszą pewnością rozumienia świata. „Myśli / Jako turbiny dla naszych ciał / Czasem bywają czystą fantazją, czasem refleksjami, a czasem są czymś więcej".

Było to spotkanie z poetą pogodzonym z „mroczną" częścią swojej jaźni i patrzącym odważnie w przyszłość. Ostatni odczytany przez niego wiersz był już zaczątkiem czegoś nowego, następnego etapu w jego twórczości.

Wieczory poetyckie w „Kolorowej" są zawsze ciekawe, nastrojowe i twórcze. Budzą wiele dobrych emocji i już na długo wpisały się w pejzaż kulturalny Ursusa. Warto na nie przychodzić i współodczuwać ten niepowtarzalny nastrój.

Tekst i zdjęcia **Anna Zgutka**

Więcej zdjęć na: WWW.MOCNESTRONY.COM.PL



Gdy piszę, to tak jakby litery same płynęły

Z MARCINEM SZYMAŃSKIM, poetą – bohaterem wieczoru autorskiego – rozmawia Anna Zgutka

■ ***Czy jest to Pana pierwszy wieczór literacki, czy wcześniej prezentował Pan swoje wiersze publiczności?***

– Jest to mój debiut. Zresztą dopiero od niedawna zacząłem się utożsamiać z byciem poetą. W ostatnim czasie wydałem tomik, także małymi krokami, powolutku zmierzam...

■ ***...do celu, no właśnie – a jaki Pan sobie obrał?***

– Raczej jest kilka tych celów – dzisiejszy wieczór to trochę takie preludium.

■ ***Jest Pan związany z Ursusem, z tą przestrzenią miejską?***

– Mieszkam tutaj od urodzenia. Miałem taki okres w życiu, kiedy wynajmowałem przez dwa lata mieszkanie w innej dzielnicy, ale wróciłem. Sytuacja życiowa zmusiła mnie do powrotu.

■ ***Powrotu do korzeni.***

– Tak. Moja historia życiowa wiąże się z alkoholizmem. Jestem alkoholikiem.

■ ***To również odbija się w Pana twórczości. Pana poezja naznaczona jest trudnymi przeżyciami.***

– Jest ciężka, ale zauważam zmiany w swojej twórczości, spowodowane poprawą jakości mojego życia.

■ ***Osoby zmagające się z chorobą, z cierpieniem często mają potrzebę uzewnętrznienia nagromadzonych emocji. Jest to rodzaj terapii.***

– Pierwsze wiersze zacząłem pisać już w podstawówce i patrząc w tym kontekście, to może faktycznie coś w tym jest, gdyż wywodzę się z rodziny dysfunkcyjnej. Mój zmarły ojciec był alkoholikiem, mój brat jest alkoholikiem i ja jestem alkoholikiem.

■ ***Pochodzi Pan z rodziny dotkniętej chorobą. Bardzo trudną, która odciska swoje piętno również na dzieciach. Wspomniał Pan o tworzeniu wierszy od wczesnych lat, powstawały one w różnych okresach Pana życia i pisane były do szuflady. Kiedy zrodziła się myśl, zaistniały takie okoliczności, że mógł Pan wydać tomik, a wiersze ujrzały w końcu światło dzienne?***

– Z tym związana jest pewna historia. Moja trzeźwość trwa ponad dwa lata, na początku tego etapu zacząłem zamieszczać swoje wiersze na Facebooku. Są tam różne grupy poetyckie i zacząłem w nich dostawać wyróżnienia. Wielokrotnie słyszałem, że moja twórczość odbiega od przeciętnej, wyróżnia się i właśnie jedna osoba, której kompletnie nie znałem, skontaktowała się ze mną i zaproponowała, że wyłoży pieniądze, bo moje wiersze muszą być wydane. Najpierw miałem wielkie obawy, to dla mnie była niecodzienna sytuacja. Zresztą ogólnie byłem wtedy w trudnej sytuacji, również finansowej, ale bliska mi osoba – Marzena Zagrajek, powiedziała, że to zrządzenie losu i nie ma się nad czym zastanawiać, trzeba działać.

■ ***To wspaniale, że był ktoś, kto pomógł w podjęciu takiej przełomowej decyzji.***

– Tak. Marzena Zagrajek wielokrotnie mi pomagała. Zdaję sobie sprawę, że w wielu dziedzinach życia nadal mam pewne trudności. Odkąd nie piję, uczę się życia na nowo. W trudnych dla mnie sytuacjach potrzebuję takiego popchnięcia, czynnika motywacji. „Dasz radę” – nawet dzięki takiemu prostemu zachęceniu przekonuję się, że rzeczywiście dam radę.

■ ***Świat w Pana wierszach nie jest czarno-biały, lecz pełen szarości. Zło zawiera w sobie nutę dobra i odwrotnie. Nasuwa mi się skojarzenie z zasadą yin-yang.***

– Perspektywa, z której ja spoglądam na świat i te moje ciężkie doświadczenia, sytuacja w rodzinie, okres bezdomności itd., to wszystko sprawiło, że ironicznie rzecz ujmując: „Jestem tu, gdzie jestem” i dzięki temu „Jestem, jaki jestem”. I to co dla mnie jest szczególnie ważne – przestałem się wstydzić i bać tego, jaki jestem.

■ ***Właśnie, chyba wiersze też były taką formą terapii, by przestać się bać i wyjść naprzeciw losowi.***

– To jest bardzo ciężko wytłumaczyć, gdyż w okresach, kiedy piłem, własną twórczość wykorzystywałem przeciw sobie. Jeszcze bardziej chciałem w siebie uderzać, żeby jeszcze bardziej bolało.

■ ***Dlatego tak mocna i wyrazista jest ta poezja, ale nie wszędzie, w niektórych wierszach prześwieca też pewien liryzm, delikatność, subtelność.***

– Mogę właściwie powiedzieć, że wiersze, które będą prezentowane na wieczorze to te lżejsze, niektóre z nich nie znalazły się w tomiku i też zauważyłem dosłownie kilka dni temu, iż moja twórczość się zmienia. Już nie potrzebuję tego ciężaru, jest też we mnie taka radość, nie posługuję się już taką liczbą metafor, nie rozwlekam wierszy, tylko poszukuję. Jest to kolejny etap tej drogi. Zresztą planuję również pisać teksty do piosenek, bo znajomy, który dzisiaj miał grać [Kazimierz Werner – przyp. red.], ale niestety zmogła go choroba, utwierdza mnie w przekonaniu, że byłbym świetnym tekściarzem.

■ ***Chciałam się właśnie spytać o ten kolejny etap. Ma Pan już nowe pole do działania?***

– Tak. W planach mam też prozę, myślę o napisaniu książki. To już wcześniej się zresztą pojawiło i napisałem książkę, ale ponieważ przypadło to na bardzo burzliwy okres w moim życiu, to po jej napisaniu upiłem się i skasowałem cały tekst z komputera.

■ ***Czy inspiruje Pana czyjaś twórczość lub autor, w którego utworach jest coś istotnego dla Pana?***

– Na pewno Mały książę Antoine’a de Saint-Exupéry’ego, którego fragment zacytuję podczas wieczoru. To jest tak, że jak go pierwszy raz przeczytałem, to zupełnie inny był mój odbiór niż na początkowym etapie mojej trzeźwości. Kiedy ponownie trafił w moje ręce, to ogrom emocji, jakie we mnie wzbudził z pewnością mnie zainspirował. Ciekawe wątki dla siebie znajduję też u Paulo Coelho.
Wiele osób, przyjaciół, znajomych ma mnie za osobę oczytaną. Mogę jednak teraz, na łamach gazety, zdementować to. Tak naprawdę bowiem rzadko czytam. Jeżeli czuję wewnętrzną potrzebę, to sięgam po książkę, jak np. po Terry’ego Pratchetta czy Harukiego Murakami. Natomiast nie pochłaniam książek, tak jak większość osób uważa. Ostatnio mój kolega zdziwił się, że mam taki zasób słów, bo słownika nie wertuję, a jak piszę wiersz, to zajmuje mi to od trzech do pięciu minut, dodam, że edukację przerwałem w technikum.

■ ***To pisze Pan bardzo szybko, ale jakąś wenę musi Pan przecież odczuwać?***

– Nie musi być weny, np. gdy jadę do pracy, to w autobusie puszczam sobie muzykę i piszę jeden, drugi, trzeci wiersz. Czasem coś zauważam, np. dzisiaj zwróciła moją uwagę ulica Posag 7 Panien i ułożyłem wiersz zainspirowany tą nazwą.

■ ***Wiersze są z reguły bardzo osobiste, ale czy zawierają też treści uniwersalne, żeby czytelnicy odnieśli z nich również coś do swojego życia.***

– Mogę powiedzieć, że gdy piszę, to tak jakby litery same płynęły, często używam sformułowania, iż poezja mnie prowadzi. Kiedy w trakcie pisania zostaje mi np. jedna strofa – to sam nie wiem, jak się wiersz zakończy, dokąd mnie poprowadzi.

■ ***Często chyba prowadzi Pana do samooczyszczenia?***

– To różnie bywa. W początkowym etapie mojej trzeźwości, kiedy np. pojawiał się głód alkoholowy, to jednym ze sposobów było pisanie. Przyglądałem się swojemu wnętrzu i starałem się oczyścić z tego, co pchało mnie do sięgnięcia po alkohol.

■ ***No właśnie, to tematy bardzo trudne, ale na pewno warto o tym mówić.***

– Różni ludzie są chorzy i mają odmienne podejście do tego problemu. Moje jest bardzo otwarte i bezpośrednie. Nie mam oporów, żeby o tym mówić. Temat poszedł trochę do przodu, ale jeszcze dużo w kuluarach się dzieje, więc warto rozmawiać, nie bać się tego.

■ ***Dziękuję bardzo za rozmowę.***

(AZ)

KOMORÓW. Akademia Młodego Sportowca w Komorowie zdała wielki egzamin

Mecz Antosia

W niedzielę, 7 stycznia 2018 roku w hali sportowej w Zespole Szkół Ogólnokształcących przy alei Marii Dąbrowskiej 20/12 w Komorowie odbyła się wielka akcja charytatywna.

Ponad rok temu Antoś został piłkarzem Akademii Młodego Sportowca Komorów. Treningi od zawsze sprawiały mu ogromną radość, bo piłka nożna jest jego wielką pasją. Niestety 6-letni Antoś musiał przerwać treningi i teraz ma przed sobą najważniejszy mecz. Jego meczem jest walka z chorobą – białaczką. Wiadomość spadła na chłopca i jego rodziców nagle. Białaczkę wykryto w listopadzie 2017 roku po interwencji rodziców, zaniepokojonych stanem syna. Zrobiono badania, które potwierdziły chorobę. Mały piłkarz ma już wdrożoną chemioterapię i pierwsze sygnały wskazują, że organizm reaguje na chemię pozytywnie.

Wielka mobilizacja

Na tę dramatyczną sytuację wspaniale zareagował Mariusz Łojek-Kalman, trener i założyciel AMS Komorów. Efektem jego działań był festyn, zorganizowany 7 stycznia w szkole w Komorowie pod hasłami: „Pomóżmy Antosiowi wygrać mecz! Dajmy chorobie czerwoną kartkę !"

W ramach imprezy odbył się turniej piłkarski z udziałem drużyn AMS Komorów, FC Mundialito Grójec, FC Mundialito Mogielnica, AMS Duchnice i AMS Ożarów Mazowiecki. Były pokazy gimnastyki artystycznej (EduCenter Komorów), Kick-boxingu i capoeiry – Tadeusz Pichler, wystąpiły grupy taneczne Dance Imperium Centrum Tańca i Ruchu oraz „Roztańczeni z Mazowszem", zagrał Witek Muzyk Ulicy. Na apel Pana Mariusza odpowiedziało bardzo wiele osób, nie tylko spośród społeczności lokalnej, ale również gwiazdy sportu z pierwszych stron gazet. Natychmiast w organizację akcji zaangażowali się rodzice z akademii i ze szkoły. Z licytacji i zbiórki na leczenie Antosia uzyskano 45 219,90 złotych.

Hity licytacji

Koszulka Roberta Lewandowskiego z autografem i certyfikatem autentyczności (Bayern Monachium) osiągnęła cenę 7500 zł, piłka do koszykówki z autografem Marcina Gortata – 2700 zł, rakieta do tenisa podpisana przez siostry Radwańskie – 1700 zł, piłka z autografem Roberta Lewandowskiego – 1500 zł, koszulka Legii Krzysztofa Mączyńskiego z autografami całego zespołu – 600 zł.

Podziękowanie

Mariusz Łojek-Kalman w rozmowie ze mną prosił o podziękowanie na łamach gazety wszystkim, którzy bezinteresownie zaangażowali się w przygotowania, promocję akcji i przekazali gadżety na licytację, a byli wśród nich: ratownicy medyczni z PCK, Cafe Rower, Rada rodziców, Dyrekcja szkoły w Komorowie, kwestujący, rodzice, kucharz, który przygotował obiady, dzieci, które przekazały piękne prace plastyczne, sędzia turnieju piłkarskiego, wspaniale prowadzący licytację – DJ STRAŻAK Jarosław Jaworski, uczniowie szkoły w Komorowie, Jurastudio i wiele innych osób. Podczas akcji udało się zarejestrować 61 potencjalnych dawców szpiku. Tutaj specjalne podziękowania dla Pani Ani, odpowiedzialnej za DKMS (Baza Dawców Komórek Macierzystych). Pan Marcin dodał, że „Wszyscy wierzymy mocno w końcowy sukces".

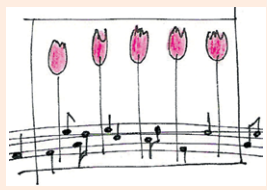
Zainicjowana przez Akademię Młodego Sportowca akcja odniosła niewątpliwy sukces finansowy i to ważne dla chorego chłopca i jego rodziny, ale jeszcze ważniejsze jest pokazanie przez jego kolegów z akademii i ze szkoły i przez wielu, wielu ludzi, że Antoś ma wsparcie, że są z nim razem.

Jacek Sulewski
Zdjęcia Joanna Łojek-Kalman

DOM KULTURY „K O L O R O W A"

02-495 Warszawa, ul. gen. K. Sosnkowskiego 16, tel. 22 867 63 95, 22 667 83 75
e-mail: dk.kolorowa@gmail.com www.kolorowa.arsus.pl

Dom Kultury „Kolorowa" (oraganizator) we współpracy z środkim Kultury „Arsus" w Dzielnicy Ursus m.st. Warszawy zaprasza na



XVI Konkurs Piosenkarski
T U L I P A N A D A

Konkurs ma charakter otwartego edukacyjnego przeglądu, do którego zapraszamy dzieci, młodzież i dorosłych: amatorskie zespoły wokalne, wokalno-instrumentalne, chóry, solistów ze szkół, ośrodków społeczno-wychowawczych, placówek kulturalnych, ognisk muzycznych, a także twórców działających samodzielnie.

CEL KONKURSU

1) zachęcanie dzieci, młodzież i dorosłych do czynnego uczestnictwa w amatorskim ruchu muzycznym,
2) promocja utalentowanych muzycznie i motywowanie ich do systematycznego doskonalenia swoich umiejętności,
3) umożliwienie publicznej prezentacji umiejętności wokalnych i muzycznych oraz wyróżnienie najciekawszych występów i promocja laureatów.

Konkurs organizowany pod patronatem Burmistrza Dzielnicy Ursus m. st. Warszawy Pani Urszuli Kierzkowskiej.

Nagrodę Grand Prix ufundowała Burmistrz Dzielnicy Ursus m. st. Warszawy Pani Urszula Kierzkowska.

PATRONAT HONOROWY
ANNA BERNAT – BARBARA KOLAGO

KONKURS PRZYGOTOWANY JEST W CZTERECH KATEGORIACH WIEKOWYCH:

I. 6-9 LAT **II. 10-12 LAT**
III. 13-17 LAT **IV. OD 18 LAT**

ORAZ W TRZECH KATEGORIACH MUZYCZNYCH:

1. **SOLIŚCI - WOKALIŚCI** (akompaniament z nośnika cyfrowego lub własny – np. fortepian, gitara lub zespół muzyczny). – oceniamy wyłącznie wokalistę!
2. **ZESPOŁY WOKALNO-INSTRUMENTALNE** - pod tym pojęciem rozumie się zespół osób jednocześnie grających i śpiewających (bez podkładu)
3. **CHÓRALNA** (akompaniament z nośnika cyfrowego lub z towarzyszeniem fortepianu lub *a'capella*.

O zakwalifikowaniu do odpowiedniej kategorii wiekowej decyduje wiek uczestnika w terminie I etapu eliminacji. (W przypadku zespołu muzycznego o składzie obejmującym więcej niż jedną kategorię wiekową o właściwej klasyfikacji decydować będzie przynależność większości składu osobowego do jednej z wymienionych kategorii a także jego wiodąca rola w przygotowanej prezentacji muzycznej).

REPERTUAR

Tegoroczny konkurs poświęcamy twórczości WOJCIECHA MŁYNARSKIEGO oraz ANNY BERNAT i BARBARY KOLAGO.

MIEJSCE I TERMIN KONKURSU

Eliminacje odbędą się w Ośrodku Kultury „Arsus" – sala widowiskowa, Warszawa-Ursus, ul. Traktorzystów 14:

I ETAP - 12, 13, 14 MARCA 2018 ROKU.
Szczegółowy plan przesłuchań dostępny będzie na stronie internetowej www.kolorowa.arsus.pl

II ETAP - 23 KWIETNIA 2018 ROKU,
do którego jury zakwalifikuje najlepszych z każdej kategorii wiekowej.
Informacja o zakwalifikowanych do II etapu będzie dostępna na stronie internetowej www.kolorowa.arsus.pl po zakończeniu eliminacji.

WERDYKT JURY będzie dostępny na stronie internetowej www.kolorowa.arsus.pl - **27 KWIETNIA 2018 R.**

KONCERT LAUREATÓW

i uroczyste wręczenie nagród odbędzie się
9 MAJA (ŚRODA) 2018 ROKU
O GODZINIE 18.00
w sali widowiskowej Ośrodka Kultury „Arsus", Warszawa - Ursus, ul. Traktorzystów 14.

Organizator zapewnia kompletne nagłośnienie w zależności od wymagań uczestnika. Dopuszcza się możliwość akompaniamentu zarejestrowanego na nośniku cyfrowym lub podkład muzyczny (syntezator, fortepian, gitara itp.). Bardzo prosimy o zwrócenie uwagi na jakość techniczną podkładu. Słabe parametry techniczne podkładu obniżają jakość prezentacji artystycznej.

SZCZEGÓŁOWYCH INFORMACJI udziela opiekun konkursu JANUSZ ŁUKASZEWICZ
Dom Kultury „ Kolorowa" 02-495 Warszawa--Ursus, ul. gen. K. Sosnkowskiego 16, II piętro, pokój 230, tel.: 604 503 353, 22 867 63 95, 22 667 83 75

KARTY UCZESTNICTWA

(do pobrania na **WWW.KOLOROWA.ARSUS.PL**) należy przesłać lub dostarczyć
DO DNIA 18 LUTEGO 2018 ROKU
na adres: Dom Kultury „Kolorowa", 02-495 Warszawa-Ursus, ul. gen. K. Sosnkowskiego 16, „TULIPANADA" tel. 22 867 63 95, e-mail: dk.kolorowa@gmail.com lub on-line ze strony organizatora.

WSZYSTKIE INFORMACJE dostępne na stronie internetowej organizatora WWW.KOLOROWA.ARSUS.PL

GALERIA SZTUKI WSPÓŁCZESNEJ
AD-HOC
w Dzielnicy Ursus m.st. Warszawy

ZAPRASZA
na wystawę akwareli
„Ze snu malowane"
Alicji Kośniewskiej
spotkanie z artystką
3 LUTEGO O GODZ. 17.00

Od kilku lat maluję i nieustająco sprawia mi to przyjemność. Mimo udziału w plenerach najczęściej korzystam z własnych zasobów wspomnień i z wyobraźni. Wyśnione obrazy przelewam na płótno lub papier. Tak powstawały moje pastelowe i olejne pejzaże. W ramach poszukiwania innych środków wyrazu olej i pastele porzuciłam na rzecz akwareli, której oddałam się całkowicie. Z uporem zgłębiam jej tajniki, a zdobytą wiedzą dzielę się z miłośnikami tej pięknej i niedocenianej techniki na zajęciach w Fundacji „Kluboteka Dojrzałego Człowieka" na Ursynowie. Powstałe w ciągu tych kilku lat prace, nie tylko akwarelowe, pokazywałam na licznych wystawach indywidualnych i zbiorowych, a niektóre z nich znajdują się w zbiorach prywatnych w kraju i za granicą.

WYSTAWA potrwa
od 3 do 25 lutego 2018 r.
wstęp wolny

KALENDARZ kulturalny LUTY 2018 CO GDZIE KIEDY

URSUS

OŚRODEK KULTURY „ARSUS”

ul. TRAKTORZYSTÓW 14,

SPRZEDAŻ BILETÓW OK. „Arsus” w dniach:
– pon., śr., pt. w godz. 10.00 – 14.00 oraz
– wt., czw. w godz. 15.00 – 19.00,
od poniedziałku do piątku, tel. 22 478 39 36
lub na portalu **WWW.BILETYNA.PL** (zamówienia indywidualne i zbiorowe). Pobliski parking – Plac Czerwca 1976 r. przy Urzędzie Dzielnicy Ursus

3.02, godz. 17.00 (galeria „Ad-Hoc”)
Wernisaż wystawy malarstwa Alicji Kośniewskiej pt. „PEJZAŻE”. Artystka prezentuje akwarele z różnych lat swojej twórczości.Eskpozycja czynna do 25 lutego.
WSTĘP WOLNY

05.02, godz. 16.00 (sala klubowa)
Warsztaty poetyckie w Klubie Literackim „Metafora”. Prace nad Almanachem XI poświęconym 100. leciu niepodległości Polski. Prowadzenie Anna Rykowska.
WSTĘP WOLNY

11.02, godz. 12.30 (sala widowiskowa)
Bajka dla dzieci (3 – 8 lat) pt. „Plastusiowy pamiętnik i plamy” w wykonaniu aktorów Agencji Artystycznej PRYM ART. CENA BILETU 10 ZŁ.

15.02, godz. 18.00 (sala widowiska)
Prapremiera spektaklu komediowego „ANDROPAUZA 3 – czyli, jak żyć i nie zwariować?”. Wystąpią: P. Skarga, D. Gnatowski, A. Dziurman, J. Kawalec, A. Załęcka. Reżyseria Piotr Dąbrowski i Katarzyna Mikiewicz.
CENA BILETU 40 ZŁ I 50 ZŁ.

16.02, godz. 19.00 (sala kameralna)
Spektakl Teatru „FOYER” pt. „Zimny prysznic”. Reżyseria i adaptacja tekstu Sławomir Kosyl.
Historia o trudnych relacjach uczuciowych pewnej pary, która podejmuje decyzję o rozstaniu. Spektakl tylko dla widzów dorosłych.
WSTĘP WOLNY

21.02, godz. 17.00 (sala kameralna)
Premiera Almanachu X poetów Klubu Literackiego „Metafora” pt. „MUZA I MY”. Twórczość liryczną, satyrę i prozę prezentuje 20 autorów.
WSTĘP WOLNY

22.02, godz. 19.00 (sala widowiska)
Spektakl młodzieżowego Teatru „MIR” pt. „Polowanie na lisa”. Reżyseria Radosław Mazur. Zabawna jednoaktówka mistrza polskiej groteski Sławomira Mrożka.
WSTĘP WOLNY

23.02, godz. 19.00 (sala widowiskowa)
Spektakl Teatru „Beznazwy” pt. „Wielka wygrana”. Reżyseria Ernestyna Winnicka.
Sztuka napisana przez Szolema Alejchema w adaptacji Marty Guśniowskiej opowiadająca o losach biednego szewca, który wygrywa wielkie pieniądze na loterii.
WSTĘP WOLNY

02.03, godz. 19.00 (sala widowiska)
Spektakl „BELFER” w mistrzowskim wykonaniu Wojciecha Pszoniaka.
CENA BILETU 40 ZŁ I 50 ZŁ.
Realizacja spektaklu dzięki współpracy z Mazowieckim Teatrem Muzycznym.

DOM KULTURY „MIŚ”

OŚRODKA KULTURY „ARSUS”
w Dzielnicy Ursus m. st. Warszawy
ul. Traktorzystów 20, 02-495 Warszawa
tel./fax. 667-92-18
e-mail: domkulturymis@op.pl **www.mis.arsus.pl**

01.02.18 godz. 18.00
Fundacja Harambi oraz Dom Kultury „Miś” zapraszają na **WIECZÓR SUDAŃSKI.** W programie wieczoru: projekcja filmu krótkometrażowego o Sudanie, tradycyjny poczęstunek oraz pokaz tradycyjnych tańców sudańskich. WSTĘP WOLNY

03.02.18 godz. 16.00
„Mroźne wieczory – gorące rytmy” - zabawa taneczna dla Seniorów z Klubu „Wesoła Chata”. WSTĘP WOLNY

04.02.18 godz. 12.30
Niedzielno – rodzinne spotkanie z teatrem. Bajka dla dzieci pt. „Przygody Kubusia Puchatka”.
Dziwny jest niedźwiedzi ród, że tak bardzo lubi miód, bzyk-bzyk-bzyk, ram-pam-pam. Co to znaczy? Nie wiem sam. Taką oto mruczankę ułożył sobie grubiutki miś o bardzo małym rozumku nim zorientował się, że patrzą na niego zaciekawione dzieci. Usiadł i pomyślał, a im więcej myślał tym mniej wiedział. Aż w końcu wpadł na pomysł. Razem z dziećmi udadzą się na przyprawę na biegun północny, wyśledzą łasiczkę, a może nawet złapią groźnego słonia!!! Bo ze słoniami to nigdy nic nie wiadomo... WSTĘP 10 ZŁ

05.02.18 godz. 10.00
„Bezpieczeństwo w sieci” - spotkanie dla uczniów klas V szkół podstawowych prowadzone przez pracowników Referatu Profilaktyki Straży Miejskiej m.st. Warszawy.

06.02.18 godz. 18.00 /wstęp wolny/
„Gradacja szkodników - zagrożenie dla lasów?” – spotkanie prowadzi dr Magdalena Falencka Jabłońska, pracownik naukowy Zakładu Ekologii Lasu.

08.02.18 godz. 18.00
„Na tłusto i wesoło w Klubie Seniora Wesoła” Chata” – biesiada przy pączkach i herbacie w Klubie Seniora. WSTĘP WOLNY

10.02.18 godz. 16.00
„Walentynkowe pożegnanie karnawału w Klubie Seniora Wesoła Chata” – biesiada i humor. WSTĘP WOLNY

13.02.18 godz. 18.00
„Jak zapobiec udarowi” -spotkanie z Dariuszem Karczmarczykiem - Wiceprzewodniczącym Komisji Zdrowia m.st. Warszawy. WSTĘP WOLNY

20.02.18 godz. 10.00
„Liczy się każda sekunda” – warsztaty z udzielania pierwszej pomocy dla uczniów klas VI szkół podstawowych, prowadzone przez funkcjonariuszy Wydziału Profilaktyki Straży Miejskiej m.st. Warszawy.

22.02.18 godz. 18.00
„Perły Bliskiego Wschodu” – prezentacja multimedialna połączona z wystawą zdjęć zabytków Bliskiego Wschodu - Bożeny Trabulsje (poetka, eseistka, reportażystka, podróżniczka, miłośniczka historii antycznej, fotografka, długoletnia przewodnicząca Polonii syryjskiej. Pod koniec lat siedemdziesiątych wyemigrowała z rodziną do Syrii. Mieszkała przez 40 lat w Damaszku). WSTĘP WOLNY

DOM KULTURY „KOLOROWA”

3.02. (sobota) godz. 17.00
Wernisaż wystawy malarstwa Andrzeja Jendrasiaka Wystawa czynna do 28 lutego 2018 r.

11.02. (niedziela) godz. 12.30
Poranek muzyczny dla dzieci (finansowany przez Urząd Dzielnicy Ursus m.st. Warszawy)

11.02. (niedziela) godz. 18.00
Koncert pt. ,,Pastorałki i kolędy” w wykonaniu zespołu ,,Nasza paczka”

14.02. (środa) godz. 18.00
Koncert Walentynkowy pt. ,,Czar romansu” w wykonaniu zespołu operetkowego ,,Belcanto”

17–18.02 sobota – niedziela
Turniej szachowy o puchar Burmistrza Dzielnicy Ursus

18.02. (niedziela) godz. 16.30
Koncert pt. ,,wieczór pieśni” z cyklu Niedzielne Spotkania z Muzyką Kameralną

23.02. (piątek) godz. 17.00
Premiera przedstawienia teatralnego teatrzyku ,,Kurtynka” z Domu Kultury ,,Kolorowa”

25.02. (niedziela) godz. 12.30
Przedstawienie teatralne dla dzieci pt. ,,Magiczny płatek śniegu” z cyklu Niedzielne Spotkania z Teatrem

WŁOCHY

DOM KULTURY „WŁOCHY”

Warszawa-Włochy, ul. B. Chrobrego 27

11.02.2018 (niedziela), godz. 18:00
TEATRALNA SCENA TALENTÓW (TeST)
Scena Kotłownia

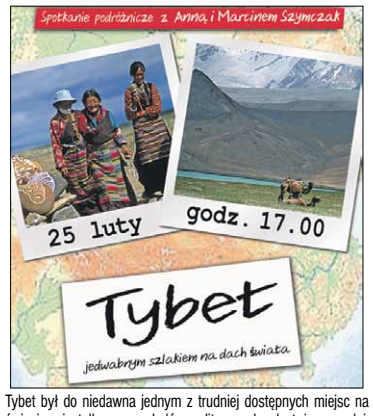
Malina Prześluga „Stopklatka”
Życie to jednak nie film. W realności czujemy, kochamy, płaczemy, biegamy, żyjemy, nie to co w filmie. W życiu – w odróżnieniu od filmu – nie można niczego zatrzymać w stopklatce. Dla głównego bohatera spektaklu taką stopklatką jest moment wypadku, który na zawsze zmienia jego życie. Jego światem staje się nieograniczona wyobraźnia, dzięki której może przeżyć rzeczy, o których nie śni się nawet ludziom zupełnie zdrowym. Bohater świadomie i z dużym dystansem odnosi się do siebie i innych.
Występują: Michał Świderski, Kathrin Sotrel, Agnieszka Wędzik / Karolina Paszko
Reżyseria: Rafał Swaczyna WSTĘP WOLNY

18.02.2018 (niedziela), godz. 18:00
SPOTKANIE Z CYKLU „MUZYCZNE CO NIECO”
Recital Martyny Ciok „Po prostu miłość”
Instrumenty klawiszowe: Patryk Huńkowski
„Większość utworów, które wykonujemy to piosenki o miłości. Czy miłość może istnieć bez drugiego człowieka? My kochamy muzykę, dlatego wyrażamy uczucia poprzez dźwięki. Czas około walentynkowy to wspaniały moment, aby zanurzyć się w miłosnych historiach, na które zapraszamy wszystkich Państwa.” WSTĘP WOLNY

24.02.2018 (sobota), godz. 19:30
Spektakl Teatru Hybrydy UW „Łysa śpiewaczka”
Obsada: Aleksandra Piasecka – Pani Smith, Krystian Czaja – Pan Smith, Agata Gontarczyk – Pani Martin, Grzegorz Gawlista – Pan Martin, Nina Putyńska – Służąca, Piotr Bartman – Strażak. Reżyseria: Paweł Leszkowicz, Asystentka reżysera: Nina Putyńska, Muzyka: Mateusz Wróbel
WSTĘP WOLNY

25.02.2018 (niedziela), godz. 12:30
BAJU BAJ czyli spektakl teatralny dla dzieci
Teatr Urwis „Król Zwierząt”
W królestwie dżungli następują przełomowe zmiany. Dotychczasowy król już nie chce dłużej być władcą. Kto zostanie nowym królem i uratuje dżunglę? Bajka kolorowa, zabawna i interaktywna. Przedstawienie uczy zachowań savoir-vivre oraz przestrzega, że nie powinno się oceniać innych tylko po pozorach. BILETY: 8 PLN

25.02.2018 (niedziela), godz. 17:00
Slajdowisko. Cykl spotkań podróżniczych
Anna i Marcin Szymczak „Tybet”



Tybet był do niedawna jednym z trudniej dostępnych miejsc na świecie, nie tylko ze względów politycznych, ale też przyrodniczych. Zamknięty przez władze chińskie dla ruchu turystycznego, położony na wysokościach między 3500 a 5500 m. n.p.m. Na terytorium Tybetu zachowała się przepiękna pierwotna kultura oraz mistyczna religia. Dotrzemy tam zakazaną dla turystów drogą, czyli od północnego-zachodu przemierzając legendarny Jedwabny Szlak. Będziemy wędrować razem z pielgrzymami wokół świętej góry Kailash, przemierzymy karkołomną drogę do Lhasy, by w końcu dotrzeć pod najwyższy szczyt na Ziemi czyli Mount Everest.

OŻARÓW MAZ.

Dom Kultury "Uśmiech"

4 lutego - niedziela - godz. 16.00
Wieczorek taneczny dla seniorów przy muzyce na żywo.
WSTĘP 15 ZŁ/OS
Ożarów Mazowiecki, ul. Poznańska 165, tel. 22 722 14 45

11 lutego - niedziela godz. 16.00
Teatr Rodziców z Domu Kultury „Uśmiech” zaprasza na spektakl pt.: **„Kraina Czekolady”.**
SCENA OŁTARZEW, ul. Kilińskiego 20

17 lutego - sobota - godz. 16.00
Recital Katarzyny Żak „Piosenki z dobrym tekstem” współorganizowany z Biblioteką Publiczną w Ożarowie Mazowieckim

PIASTÓW

KINO BAŚŃ - program

26–28 STYCZNIA 2018 r.
godz. 17.00 **PADDINGTON 2** WLK. BRYTANIA/FRANCJA / b/o dubbing / 103 min.
godz. 19.00 **REAKCJA ŁAŃCUCHOWA** POLSKA / l. 14 / 100 min.

2–4 LUTEGO 2018 r.
godz. 17.00 **COCO** USA / b/o dubbing / 105 min.
godz. 19.00 **GWIEZDNE WOJNY: OSTATNI JEDI** USA / l. 12 / 152 min.

9–11 LUTEGO 2018 r.
godz. 17.00 **FERNANDO** USA / b/o dubbing / 108 min.
godz. 19.00 **PODATEK OD MIŁOŚCI** POLSKA / l. 12 / 101 min.

16 LUTEGO 2018 r.
godz. 16.00 **GNOMY ROZRABIAJĄ** KANADA / b/o dubbing / 89 min.
18.00 i 20.00 **POMIĘDZY SŁOWAMI** (PREMIERA) POLSKA / l. 14 / 85 min.

18 LUTEGO 2018 r.
godz. 13.00 i 17.00 **GNOMY ROZRABIAJĄ** KANADA / b/o dubbing / 89 min.
godz. 19.00 **POMIĘDZY SŁOWAMI** (PREMIERA) POLSKA / l. 14 / 85 min.

23–25 LUTEGO 2018 r.
godz. 17.00 **BARBIE: DELFINY Z MAGICZNEJ WYSPY** USA / b/o dubbing / 63 min.
godz. 19.00 **ATAK PANIKI** POLSKA / l. 14 / 100 min.

Cena biletu 12/16 zł
Rezerwacji biletów można dokonać osobiście lub pod nr tel. 501-750-673 w czasie pracy kasy kina (godzinę przed seansem) **https://www.tiketto.pl/**

FILIA BRONISZE

4 lutego - niedziela - godz. 15.00 - 17.00
Bal karnawałowy dla dzieci „Misiowi Przyjaciele”.
WSTĘP WOLNY

11 lutego – niedziela, godz. 16.00 - 20.00
„Taneczny wieczorek ostatkowy” dla seniorów.
WSTĘP WOLNY

18 lutego - niedziela - godz. 15.00
Spektakl teatralny dla dzieci.
Teatr PARANDYK zaprezentuje w formie kabaretu **„Czarodziejski koncert życzeń”.**
WSTĘP WOLNY

25 lutego niedziela - godz. 16.00
Wernisaż - pokonkursowa wystawa prac „Pani Zima”.
Rozstrzygnięcie konkursu i wręczenie nagród laureatom.

FILIA JÓZEFÓW

11 lutego 2018 - niedziela - od godz. 17.00
„Zapusty” – ostatkowy wieczorek taneczny dla dorosłych.
WSTĘP WOLNY!
W programie:
● Wieczorny korowód ● Zabawy i zwyczaje zapustowe ● Wieczorek taneczny z wodzirejem i „Kapelą z Uśmiechem”

25 lutego 2018 - niedziela - godz. 15.00
Przedstawienie teatralne dla dzieci pt. „Zielona karuzela” - Teatr Parandyk. WSTĘP WOLNY!

PRUSZKÓW

MUZEUM STAROŻYTNEGO HUTNICTWA MAZOWIECKIEGO

3 lutego 2018 - sobota - godz. 16:00
Ręka w rękę z królem Polski, czyli jak sztandar ze smokiem powiewał pod Grunwaldem?
Piąta prelekcja z cyklu: **Księstwo Mazowieckie – dramatyczne wydarzenia, zamki, książęta, rycerze i smok.**
Prowadzący Daniel Sukniewicz (archeolog, dziennikarz i znawca dziejów Mazowsza)
WSTĘP WOLNY. BEZ ZAPISÓW.

8 lutego - czwartek - godz. 20:00.
Magia jazzu – Koncert jazzowy w wykonaniu AGI ZARYAN
Aga Zaryan jest znaną w świecie wokalistką jazzową młodego pokolenia – od Tokio aż do Nowego Jorku. Artystka przybliża współczesnej publiczności to, co najlepsze w jazzie, kontynuując tradycję takich artystów, jak Shirley Horn, Carmen McRea i Joni Mitchell. Jest pierwszą oraz jedyną polską wokalistką, której płyty ukazują się nakładem legendarnej wytwórni Blue Note Records z Manhattanu. Wyróżnia ją indywidualny styl i podejście do śpiewania z charakterystyczną lekkością frazowania oraz ciepłym matowym tonem głosu. Wokalistka nagrała osiem albumów, w tym złoty, platynowe i multiplatynowe.
Jest to już piąty koncert organizowany w ramach Sezonu koncertowego 2017/2018.
BILETY W CENIE 50 ZŁ

GM. MICHAŁOWICE

10 lutego, w godz. 11.00-13.00
Rodzinne granie w planszówki

Zarząd Osiedla Michałowice zaprasza na warsztaty gier planszowych. W programie prezentacja gier, rozgrywki i turnieje oraz loteria z nagrodami.

10 lutego, godz. 20.00
Zabawa kostiumowa „Walentynki na parkiecie”
Sołtys Sołectwa Michałowice zaprasza mieszkańców na zabawę kostiumową „Walentynki na parkiecie”.
ZGŁOSZENIA SMS PROSZĘ KIEROWAĆ POD NUMER 600 058 085 od dnia 15 stycznia.
DECYDUJE KOLEJNOŚĆ ZGŁOSZEŃ.

NASZE STRONY. Problemy z kupnem biletów ZTM i KM w naszym regionie

„Białe plamy" z biletomatami. Przynajmniej kilka lat na poprawę

Dotarły do nas niepokojące sygnały od mieszkańców Dzielnicy Ursus, Piastowa, Pruszkowa, Ożarowa Mazowieckiego oraz Michałowic w kwestii problemów z zakupem biletów ZTM i KM. Sytuacja jeszcze bardziej się skomplikowała nie tylko ze względu na trwające prace modernizacyjne linii kolejowej nr 447 na odcinku Warszawa Włochy – Grodzisk Mazowiecki, ale i przez nowe zasady sprzedaży biletów. Od 2018 roku niemożliwe jest zaopatrzenie się w bilety ZTM u kierowców i motorniczych. Zapytaliśmy zatem o planowane działania naprawcze Koleje Mazowieckie oraz Zarząd Transportu Miejskiego.

W związku z prowadzonymi pracami modernizacyjnymi na linii kolejowej podmiejskiej i zamknięciem stacji PKP Warszawa Ursus zlikwidowany został tamtejszy automat z biletami kolejowymi. – *Codziennie kilka osób przychodzi do nas zdezorientowanych, bo chcą kupić bilet kolejowy, aby wsiąść w autobusową komunikację zastępczą. A nie mają gdzie* – poinformowali pracownicy z pobliskich sklepów. Sprawdziliśmy. Nigdzie w pobliżu stacji nie ma żadnej informacji o automacie z biletami. Na stacjach kolejowych PKP Warszawa Ursus Północny oraz PKP Warszawa Gołąbki również nie kupimy biletu – ani w kasie, ani w biletomacie. Mieszkańcy narzekają i nic dziwnego. Coraz więcej osób osiedla się w Dzielnicy, więc biletomaty na ww. stacjach okazałyby się bardzo przydatne tym bardziej, że nie wszyscy muszą posiadać karty miejskie czy aplikacje, dzięki którym zakupią bilety. Ten sam problem dotyczy mieszkańców Piastowa. Chcąc np. zakupić bilet, aby wsiąść w zastępczy autobus ZG, podróżni muszą dostać się w tym celu do… Pruszkowa, na ul. Ołówkową 1D, naprzeciwko Dworca PKP. Do wyboru pozostają jeszcze 2 biletomaty w... Brwinowie: przy ul. Pszczelińskiej 3 (teren OSP) oraz ul. Armii Krajowej 14 (obok sklepu Top Market). Trochę daleko.

„Trwają rozmowy"

Zapytaliśmy o rozwiązania tych problemów rzeczniczkę prasową Kolei Mazowieckich. – *Jeśli chodzi o montaż biletomatu w Piastowie, informuję, że obecnie trwają rozmowy z zarządcą terenu – lokalizacja wytypowana do zainstalowania urządzenia to ul. Warszawska 43. Natomiast biletomat w Ursusie ma stanąć przy skrzyżowaniu ulic Wojciechowskiego i Jagiełły. Trwają ustalenia dotyczące warunków i możliwości zainstalowania urządzenia* – odpowiedziała Donata Nowakowska. Dodała oczywiście, że bilety na przejazdy realizowane pociągami spółki KM oraz autobusami ZKA (Zastępczej Komunikacji Autobusowej) można nabyć za pośrednictwem strony internetowej bilety.mazowieckie.com.pl, w aplikacji mobilnej *SkyCash* oraz we wszystkich kasach i biletomatach KM z określonym w Regulaminie z wyprzedzeniem, tj. dla biletów okresowych – 7 dni przed datą planowanej podróży, natomiast dla biletów jednorazowych – 30 dni przed datą planowanej podróży.

Zbyt mała ilość biletomatów ZTM w ościennych gminach

W związku z brakiem możliwości od Nowego Roku zakupu biletów u motorniczych i kierowców pojawiły się niedogodności również dla pasażerów jeżdżących autobusami Warszawskiego Transportu Publicznego, szczególnie w naszym regionie: Piastowie, Pruszkowie, Ożarowie i Michałowicach. „Głównym zadaniem kierowców i motorniczych jest spokojne, bezpieczne i punktualne przewiezienie pasażerów" – uzasadnia swoją decyzję ZTM. „Osoby prowadzące pojazdy muszą skupić swoją uwagę na ruchu ulicznym, a konieczność przyjmowania pieniędzy i wydawania biletów może powodować obniżenie koncentracji" – czytamy na stronie ZTM. O ile jeszcze w Dzielnicy Ursus jest 28 punktów sprzedaży biletów typu „KIOSKI", w których prowadzona jest sprzedaż pełnej gamy biletowej ZTM, a także jest 10 automatów biletowych, to na terenie pozostałych gmin sprawa nie wygląda już tak pięknie. W Michałowicach automat biletowy znajdziemy tylko na stacji WKD Michałowice (peron 1), a „KIOSK" przy ul. Jesionowej (budynek na stacji WKD).

Zastępcze autobusy, ale bez biletomatów…

W Piastowie jest nieco lepiej: 14 „KIOSKÓW", ale zaledwie 1 biletomat przy PKP Piastów. Nie oznacza to jednak, że mieszkańców omijają problemy z kupnem biletów. – *Piastowskie kioski (przynajmniej w okolicy przystanku Traugutta) są ubogo wyposażone w bilety bądź wcale ich nie mają... Niestety doświadczyłam tego nie raz* – informuje nas mieszkanka Piastowa. – *Idąc na przystanek zahaczyłam o dwa sklepy i kioski. Wszędzie brak biletów, w autobusie również (…). No to już jakaś paranoja jest!* – wtóruje kolejna osoba. – *To chore, że akurat teraz, kiedy jest ten remont na kolei, oni wyłączają sprzedaż biletów w autobusach. Żeby chociaż w tych autobusach zastępczych je zostawili* – narzeka następny pasażer. W podobnym tonie skarżą się inni: „Żaden z autobusów PKS Grodzisk Maz. nie posiada biletomatu, więc to bardzo utrudnia podróż. Fakt, są różne aplikacje na telefony, ale nie każdy musi mieć takową aplikację bądź telefon". Kilkakrotnie podkreślany jest problem kupna biletów w weekendy i święta. Padają również propozycje ustawienia biletomatów ZTM przy pętli autobusowej przy ul. Ogińskiego, w okolicach sklepu „Biedronka", ronda im. Ryszarda Kaczorowskiego, przy przystankach Toruńska i Norwida, gdzie nie ma ani „KIOSKU" ani biletomatu. Mieszkańców irytuje też brak kasowników – nie można sobie aktywować biletu po zakupie w biletomacie. Trzeba podkreślić, że Zarząd Transportu Miejskiego uruchomił komunikację zastępczą na czas zamknięcia linii kolejowej. Jednak zastępcze autobusy dojeżdżające do Piastowa – 717 – oraz przejeżdżające przez Piastów do Pruszkowa – ZW – nie mają w ogóle zamontowanych biletomatów!

„Więcej kontrolerów"

W Pruszkowie podobnie: linie zastępczej komunikacji autobusowej – ZP i wspomniana ZW – również nie zostały wyposażone w biletomaty. A automaty z biletami na terenie Pruszkowa znajdziemy jedynie przy stacji WKD Pruszków (peron 1, ul. J.I. Kraszewskiego) oraz przy ul. Ołówkowej 1D. „KIOSKI" działają w 10. lokalizacjach. Sprawdziliśmy jednocześnie sytuację w Ożarowie Mazowieckim. Tam niestety bilet z automatu kupimy jedynie przy stacji PKP Ożarów Mazowiecki. „KIOSKÓW" nie ma zbyt wiele – funkcjonują jedynie w 9. miejscach. Jak sytuację oceniają mieszkańcy Ożarowa? – *W mniejszych gminnych miejscowościach nie ma biletomatów, o sklepach też nie wspomnę, bo takich*

Fot. media2.pl

brak na tzw. „odludziach". Jedynym ratunkiem było kupno biletu u kierowcy (…) – komentuje mieszkaniec. – *Mieszkając w Umiastowie nie mam gdzie kupić biletów. (…) Jedynie, gdzie mogę kupić, to dopiero w Ożarowie* – zgłasza problem inna osoba. – *W Morach nie ma ani sklepu ani kiosku. Na starej stacji paliwowej były bilety. Teraz już nie ma gdzie ich kupić. Moja córka nie ma karty, więc jak czasem musi skorzystać z autobusu, nie ma możliwości zakupu biletu.* Mieszkańcy gminy zwracają uwagę, że coraz więcej kontrolerów jeździ w liniach 713 i 743 – jakby chcąc celowo wykorzystać niefortunną sytuację, w jakiej znaleźli się od 1 stycznia pasażerowie. Pojawiły się głosy, że we wszystkich autobusach jeżdżących w 2. droższej strefie powinna zostać utrzymana sprzedaż biletów u kierowców i że ZTM nie przeanalizował dokładnie sytuacji w podwarszawskich miejscowościach. Wśród innych problemów wymieniano brak ujednolicenia systemu sprzedaży w biletomatach – w niektórych można płacić np. tylko kartą, co też bywa niewygodne.

Na biletomaty w autobusach poczekamy…

Zadaliśmy w związku z powyższymi problemami pytania Zarządowi Transportu Miejskiego. – *Planujemy wyposażenie wszystkich pojazdów komunikacji miejskiej ZTM w mobilne automaty biletowe, niemniej jednak z uwagi na trwające Umowy przewozowe wieloletnie na dzień dzisiejszy nie jest możliwe wyposażenie całego taboru w urządzenia* – komentuje sytuację Igor Krajnow, Kierownik Sekcji Komunikacji Medialnej i Społecznej. Dodaje: – *Nie skupiamy się tylko na biletomatach, ponieważ na terenie dzielnicy oraz ościennych gmin jest wiele innych punktów sprzedaży biletów komunikacji miejskiej, których absolutnie nie można pominąć. Ponadto warto dodać, iż oprócz automatów biletowych i kiosków bilet komunikacji miejskiej można również zakupić z wykorzystaniem telefonu komórkowego.* Jednak, jak wykazaliśmy w tekście, „wiele innych punktów sprzedaży biletów" to jednak naciągane stwierdzenie w przypadku podwarszawskich miejscowości.

Badanie sprzed roku… jedynie poglądowe

Przypomnieliśmy się jednocześnie o wyniki i działania w związku z przeprowadzaną równo rok temu ankietą wśród pasażerów. Dawała ona m.in. możliwości sugerowania nowych lokalizacji dla biletomatów, głównie dla Warszawy, jednak były tam pola dedykowane dla ościennych gmin. – *Badanie zostało przeprowadzone jedynie poglądowo. Z chwilą podpisania Umowy pomiędzy ZTM a przyszłym operatorem automatów biletowych ankieta zostanie ponownie przeanalizowana i wskazane zostaną miejsca wybrane przez pasażerów. Mając na uwadze wcześniejsze zgłoszenia od pasażerów dzięki zawartej Umowy z Mennicą Polską S.A. został zainstalowany automat biletowy w zespole przystankowym Hassa w dzielnicy Ursus* – odpowiedział Igor Krajnow. Wszelkie uwagi od pasażerów przekazaliśmy do ZTM i KM, i będziemy śledzić działania w celu poprawy komfortu podróżnych. Pełną, aktualną listę punktów sprzedaży biletów prezentujemy na naszej stronie internetowej www.mocnestrony.com.pl.

Agnieszka Gorzkowska

Mocne Strony
www.mocnestrony.com.pl
e-mail: redakcja@mocnestrony.com.pl

Wydawca: FOTOSPRESS; **Adres redakcji:** 02-495 Warszawa, ul. Wiosny Ludów 41/1
Redaktor naczelny: Jacek Sulewski, **e-mail:** j.sulewski@mocnestrony.com.pl, **tel.:** 602 666 134
Sekretarz redakcji: Anna Stefańska, **e-mail:** redakcja@mocnestrony.com.pl
Zespół: Agnieszka Gorzkowska (redaktor), **e-mail:** a.gorzkowska@mocnestrony.com.pl, Wojciech Grzesik (redaktor), **e-mail:** w.grzesik@mocnestrony.com.pl, Marlena Hess (redaktor), **e-mail:** m.hess@mocnestrony.com.pl, Anna Zgutka (redaktor), Artur Borkowski (prawnik), Małgorzata Osińska (dyrektor artystyczny), Agnieszka Zuchowicz (www)
Współpraca: Tadeusz Kotus
Biuro reklamy i marketingu: reklama@mocnestrony.com.pl, **tel.:** 509 559 506
Druk: AGORA | **Nakład:** 20 tys. egz.

Publikacja jest chroniona przepisami prawa autorskiego. Wykonywanie kserokopii lub powielanie inną metodą oraz rozpowszechnianie bez zgody Wydawcy w całości lub części jest zabronione i podlega odpowiedzialności karnej.

Redakcja nie zwraca materiałów niezamówionych i zastrzega sobie prawo do skrótów i zmian.

Redakcja nie ponosi odpowiedzialności za treść reklam i ogłoszeń zamieszczonych na łamach.

Drugą odsłonę Kącika Psychologicznego – tym razem w zakresie relacji międzyludzkich – poświęcamy zagadnieniu wybaczania. Okazuje się, że nie do końca rozumiemy, czym właściwie jest wybaczenie – najczęściej błędnie utożsamiamy je z zapominaniem, przyzwalaniem na dalsze krzywdzenie czy z wyciąganiem ręki na zgodę. Wybaczenie nie polega jednak na tym, aby ulżyć osobom, które nas kiedyś zraniły. Chodzi w nim przede wszystkim o to, aby lżej było nam samym.

Kącik PSYCHOLOGICZNY

PSYCHOLOGIA NASZYCH RELACJI

WYBACZENIE TO PREZENT DLA SAMEGO SIEBIE

Monika spędziła samotnie kolejne święta. Miała wprawdzie zaproszenie od Zbyszka, swojego byłego męża, z którym rozwiodła się kilka lat temu, ale nawet przez chwilę nie rozważała, żeby z tego zaproszenia skorzystać. Jak mogłaby? Musiałaby wtedy zgodzić się na towarzystwo Kingi, dla której Zbyszek ją zostawił – jeść przygotowane przez nią potrawy, rozmawiać z jej rodziną, patrzeć na ich wspólne dziecko. Nigdy nie wybaczy Zbyszkowi, że ją zdradził z Kingą. Niezależnie, ile razy będzie ją jeszcze przepraszał. Ma mu wybaczyć i zapomnieć o tym, co się stało? Udawać, że wszystko jest w porządku? Nigdy w życiu! Zniszczył jej życie. Nie tylko wtedy, ale także później – przeciągając na swoją stronę ich wspólnych przyjaciół (mówili oni wprawdzie, że Monika jest zbyt zawzięta i mają dość, że zawsze źle życzy Zbyszkowi, ale to świadczy wyłącznie o tym, że nie rozumieli jej cierpienia). Monika nigdy potem się już z nikim nie związała. Jak mogłaby po czymś takim znów zaufać mężczyźnie? Pielęgnuje w sobie teraz tylko jedno pragnienie - aby Zbyszek też został kiedyś zdradzony i poczuł się jak ona.

Kiedy krzywda nie znika

Każdy z nas został kiedyś zraniony – złym słowem od najbliższej osoby, niesprawiedliwym potraktowaniem w pracy czy wręcz celową i zamierzoną złośliwością w jakiejkolwiek innej dziedzinie życia. Emocje odczuwane po takim zdarzeniu to najczęściej żal, uraza, gniew, rozgoryczenie, a czasem nawet chęć odwetu. Niekiedy emocje te z biegiem czasu ulegają naturalnemu osłabieniu. Jednak, tak jak w przypadku Moniki, niektóre krzywdy towarzyszą nam przez lata, wciąż rozpamiętujemy je na nowo, niejako pielęgnujemy je, a wybaczenie nigdy nie osiąga tutaj statusu choćby rozważanego scenariusza. Angażowanie takiej ilości energii w chowanie urazy przekłada się nie tylko na pogorszenie zdrowia psychicznego i fizycznego, ale także na problemy społeczne, duchowe, a nawet ekonomiczne.

Przebaczyć tak, ale nie zapomnieć

Wybaczenie jest to uwolnienie się od negatywnych myśli i emocji związanych z doznaną krzywdą. Często jednak rozumiemy to zagadnienie tak jak Monika – utożsamiamy je np. z zapominaniem czy z darowaniem winy. Dlatego przyjrzyjmy się najpierw mitom, które narosły wokół wybaczania. Wybaczyć nie oznacza zapomnieć – wręcz przeciwnie, niczego nie zapominajmy. Wszelkie zdarzenia z naszego życia, także te trudne i bolesne, stanowią dla nas cenne doświadczenie. Chodzi tylko o to, aby pamięć o doznanej krzywdzie przestała boleć. Wybaczyć nie oznacza usprawiedliwić – nie musimy szukać okoliczności łagodzących dla danego czynu. Są krzywdy, dla których nie da się znaleźć żadnego rozsądnego wytłumaczenia i mimo to je również można przebaczyć.

Często ofiara nie jest niczemu winna. Co za tym idzie, wybaczenie nie oznacza rezygnacji ze sprawiedliwej kary. Przykładem niech będzie tutaj papież Jan Paweł II, który spotkał się w więzieniu z Ali Agcą, swoim niedoszłym zabójcą. Mimo że papież wybaczył mu zamach na swoje życie to Ali Agca musiał odsiedzieć swój wyrok.

Nie udawaj, nie bagatelizuj, nie obwiniaj się

Wybaczanie nie jest też udawaniem, że nic się nie stało. Nie polega ono na pomniejszaniu znaczenia krzywdy, bagatelizowaniu jej czy wręcz udawaniu przed samym sobą, że żadna krzywda nie miała miejsca. Masz prawo do bólu, rozgoryczenia i poczucia krzywdy – chodzi tylko o to, by odreagować te uczucia i pozwolić im ustąpić, by nie pozostały w Tobie do końca życia. Nie wolno mylić także wybaczania z samoobwinianiem i przyjmowaniem na siebie odpowiedzialności za to, co się stało. Zapewne, w sytuacji Moniki, przyczyn rozwodu było wiele, a zdrada mogła być tylko ich konsekwencją.

Czym jest wybaczenie?

Przede wszystkim jest to rezygnacja z pielęgnowania w sobie urazy i negatywnych emocji, a także, jak w przypadku Moniki, z chęci zemsty, czyli naturalnej tendencji, żeby wyrównać rachunki. Takie zachowania zatrzymują nas w przeszłości, której nie jesteśmy w stanie zmienić, możemy jednak czerpać z niej naukę. Mamy bowiem realny wpływ na naszą teraźniejszość i przyszłość. Psycholog Carl Rogers powiedział kiedyś, że człowiek, który żyje przeszłością nigdy nie osiągnie pełni swojego potencjału. Należy zaakceptować rzeczywistość – tylko wtedy pielęgnowana przez nas uraza przestanie mieć nad nami władzę. Pielęgnowane przez Monikę poczucie krzywdy zawładnęło jej życiem, zatrzymało ją w przeszłości, uczyniło osobą zawziętą, pełną żalu i cierpienia. Bohaterka ma poczucie, że wybaczenie byłoby niezasłużonym prezentem dla jej męża-winowajcy. Owszem, byłby to dar, ale dla niej samej.

Dlaczego warto wybaczyć?

Wybaczanie przynosi wiele korzyści. Zwiększa dostęp do pozytywnych emocji i przywraca poczucie własnej wartości. Wpływa korzystnie na relacje interpersonalne. Liczne badania wskazują na pozytywny wpływ skłonności do wybaczania na zdrowie fizyczne i psychiczne, dobre samopoczucie i z zadowolenie z życia. To zdrowotne oddziaływanie wybaczania widać choćby w tym, że proces ten zmniejsza poziom stresu, przeciwdziała depresji i uzależnieniom. Tak jak zostało to już wspomniane, uwalnia z pułapki przeszłości – daje możliwość czerpania satysfakcji z teraźniejszości i przyszłości. To dar, który przynosi radość, harmonię i spokój.

Jak to zrobić?

Wybaczanie to długotrwały proces i na pewno nie zamyka się w uroczystym wypowiedzeniu słów: „Wybaczam ci". Tak naprawdę w ogóle nie trzeba ich mówić, a i winowajca niekoniecznie musi zostać o tym akcie przebaczenia poinformowany. Pamiętaj – robisz to dla siebie. Psychologowie radzą, aby przypomnieć sobie sytuację, w której kiedyś ktoś NAM przebaczył i postawić się na miejscu tej osoby. Warto dać też ujście tłamszonym w nas emocjom w dowolnej formie – można je wykrzyczeć lub wylać na papier. Zacznij zajmować się teraźniejszością. Nie krępuj się szukać wsparcia u najbliższych. I co najważniejsze, bądź wobec siebie cierpliwy i wyrozumiały, daj sobie czas. W szczególnych przypadkach warto rozważyć pomoc specjalisty. Strategie dążenia do przebaczenia mogą być bardzo różne – nie będzie to proces łatwy, ale na pewno warty włożonego w niego wysiłku. Podaruj sobie przebaczenie i zacznij żyć na nowo.

Marlena Hess

Bibliografia:
Bogusław Włodawiec, Czym jest wybaczanie, http://www.psychologia.net.pl/artykul.php?level=363
Jerzy Mellibruda, Pułapka niewybaczonej krzywdy, Warszawa 1995.

DLA PSA I KOTA

DLACZEGO WARTO I TRZEBA sterylizować i kastrować koty?

Zabieg sterylizacji staje się coraz bardziej popularny, zwłaszcza u kotów. Jest wyrazem dobrej opieki oraz świadomości właściciela. Stanowi najskuteczniejszą i najlepszą dla zwierzęcia metodę zapobiegania rozmnażaniu, co ma pozytywny wpływ na sytuację w schroniskach oraz liczebność bezdomnych zwierząt. Jest bezpieczny i ma korzystny wpływ na życie i zdrowie zwierzęcia. Umożliwia, między innymi wyeliminowanie pewnych niechcianych zachowań zwierzęcia (np. znaczenie moczem u kocurów), co ma istotny wpływ na komfort życia zarówno właściciela, jak i jego czteronożnego podopiecznego.

Nadpopulacja kotów, przepełnione schroniska oraz stale wzrastająca liczba zwierząt bezdomnych powinny skłonić właścicieli zwierząt nierasowych do kastracji. Znalezienie domu nawet dla najładniejszego kocięcia okazuje się naprawdę ciężkim zadaniem.
Najbardziej humanitarnym sposobem zapobiegania niechcianym miotom jest kastracja zwierzęcia. Dotyczy to zarówno samic, jak i samców. Należy także pamiętać, że sam zabieg jest bezpieczny i ma korzystny wpływ na życie i zdrowie zwierzęcia. Jest wyrazem dobrej opieki i odpowiedzialnej postawy właściciela. U samic istnieje także możliwość okresowej eliminacji z rozrodu poprzez stosowanie antykoncepcji hormonalnej (w postaci tabletek lub iniekcji). Metoda ta związana jest jednak z licznymi efektami ubocznymi takimi, jak ropomacicze, cukrzyca czy nowotwory gruczołu mlekowego.

KASTRACJA KOTA:
- powoduje zmiany w zachowaniu- kocury stają się spokojniejsze, łagodniejsze, chętniej pozostają w domu, stają się bardziej towarzyskie;
- zmniejsza potrzebę oddalania się od domu w celu poszukiwania samicy, co z kolei zmniejsza ryzyko wypadków komunikacyjnych i innych urazów;
- zmniejsza agresję wobec innych samców; jest to szczególnie istotne u kocurów wychodzących z domu- pozwala uniknąć ciężko gojących się ran powstających po pogryzieniu czy zakażenia potencjalnie śmiertelnymi chorobami (białaczka, FAIDS);
- eliminuje znaczenie terenu moczem (u kocurów mocz ma bardzo intensywny, praktycznie niemożliwy do usunięcia, zapach);
- eliminuje ryzyko rozwoju schorzeń prostaty czy jąder;
- uniemożliwia pokrycie samicy, przez co zapobiega niechcianym ciążom.

W Przychodni Weterynaryjnej
DLA PSA I KOTA
do końca marca
trwa
Akcja Sterylizacji i Kastracji
Cena zabiegów jest niższa o 50%.

STERYLIZACJA KOTKI:
- pozwala trwale pozbawić samicę zdolności do rozmnażania, zapobiegając niechcianym miotom;
- eliminuje uciążliwe objawy towarzyszące rui (intensywna wokalizacja niezależnie od pory dnia, apatia, agresja, ocieranie się o różne przedmioty);
- zapobiega powikłaniom związanym z ciążą i porodem;
- zapobiega infekcjom gruczołu mlekowego, macicy i ropomaciczu (w ostatnim przypadku sterylizacja stanowi zabieg ratujący życie; sterylizacja wykonana w takim przypadku jest jednak obarczona znacznie większym ryzykiem powikłań);
- zapobiega nowotworom narządów rodnych;
- wczesna sterylizacja, wykonana przed pierwszą rują minimalizuje ryzyko rozwoju nowotworów gruczołu mlekowego (najczęściej złośliwych).

lek. wet. Rafał Skwarski
specjalista chorób psów i kotów

PRZYCHODNIA WETERYNARYJNA

02-495 Warszawa-Ursus
ul. Rynkowa 5

tel. 22 245 31 07

www.ursusweterynarz.pl

GODZINY OTWARCIA:
pon.–pt. 9.00–20.00
sobota 10.00–14.00
niedziela 10.00–13.00

OGŁOSZENIA DROBNE

DAM PRACĘ

PROBET Sp. z o. o. zatrudni osoby posiadające orzeczenie o niepełnosprawności na stanowisko:

PRACOWNIKA GOSPODARCZEGO I SPRZĄTACZKI

MIEJSCE PRACY: Pruszków, Duchnice

WYMAGANIA:
- sumienność i pracowitość
- doświadczenie na podobnym stanowisku będzie dodatkowym atutem

OFERUJEMY:
- pracę w stabilnej firmie
- umowę o pracę
- atrakcyjne wynagrodzenie
- system premiowy

Kontakt telefoniczny:
22 730-09-28, 798-912-400

LEKARSKIE

WIZYTY DOMOWE

Lekarz specjalista PSYCHIATRA z doświadczeniem w diagnozowaniu i leczeniu:
– problemów wieku podeszłego (psychogeriatria),
– osób cierpiących na zaburzenia nastroju, nerwice oraz psychozy.

Elastyczne godziny wizyt.
Teren Ursusa, Włoch i okolic.

tel.: 694-380-980

ZAMAWIANIE REKLAM I OGŁOSZEŃ DROBNYCH

Reklamę lub ogłoszenie drobne w dwutygodniku „Mocne Strony" można zamówić na DWA SPOSOBY:

1. **drogą e-mailową** na adres: **reklama@mocnestrony.com.pl** **albo**
2. **osobiście** w Agencji Reklamowej „LINEA"
   02-495 Warszawa URSUS, UL. CIERLICKA 2
   w dni powszednie (pn.–pt.) w godz. 8^{00}–17^{00}

UWAGA! Publikacja ogłoszeń drobnych tekstowych tylko w modułach w ramce:
1 moduł (47 mm × 30 mm) – 30 zł netto
2 moduły (47 mm × 60 mm) – 50 zł netto
3 moduły (47 mm × 90 mm) – 70 zł netto

ZAMÓWIENIE reklamy lub ogłoszenia na **7 dni** przed kolejną datą wydawniczą **gwarantuje publikację.**
Wszystkie reklamy i ogłoszenia widoczne są przez **co najmniej 2 tygodnie** również na naszej stronie internetowej **www.mocnestrony.com.pl** – aż do kolejnego wydania

URSUS FACTORY

URSUS, ul. Traktorzystów

ZAPYTAJ O MDM
MIESZKANIE DLA MŁODYCH

WARSZAWA W TWOIM ZASIĘGU

PRZEDSPRZEDAŻ CENY OD 5950 ZŁ/M²

- NOWE OSIEDLE, DUŻY WYBÓR MIESZKAŃ, OD 5950 ZŁ/M²
- 15 MINUT DO ŚRÓDMIEŚCIA – BEZPOŚREDNIO PRZY STACJI SKM URSUS
- DOSTĘPNE METRAŻE: OD 32 DO 71 M²

ZOBACZ PLANY NASZYCH MIESZKAŃ: **www.victoriadom.pl**

Victoria Dom **22 11 39 400** **536 488 811**