

# INFORMATOR

## ŻOLIBORZA

18.01.2013 r. – 7.02.2013 r.

BEZPŁATNY DWUTYGODNIK

ROK XI – nr 01 (228)

# Opiekuńcze miasto, opiekuńczy Żoliborz



**Nie słyszymy ich wołania o pomoc, bo tłumi je strach, że zostaną sami i nikt już im nie pomoże.**

Dwa lata temu żoliborską opinię publiczną zbulwersowało doniesienie o zatrzymaniu ówczesnej dyrektor Ośrodka Pomocy Społecznej Żoliborz pod zarzutem przyjmowania korzyści materialnych od uczestników przetargów. W sprawę zamieszana była instytucja, która świadczy usługi opiekuńcze na terenie nie tylko Żoliborza, ale i Warszawy.

Obecnie dowiadujemy się, że ta sama firma wygrała na Żoliborzu przetarg na świadczenie usług opiekuńczych.

Wszystko dlatego, że tylko skazani prawomocnym wyrokiem sądu mogą być wykluczeni z możliwości brania udziału w przetargach i prowadzenia dalszej działalności. Zamieszani w sprawę są dalej nieskalani i mogą, jak widać z sukcesem kontynuować działalność.

Nie stało się więc nic niezgodnego z prawem.

Naruszone zostało jedynie poczucie sprawiedliwości wszystkich, którzy patrzą na podobne działania.

Niektóre osoby same zawieszają działalność i wznowiają ją po oczyszczeniu się z zarzutów. W przypadku omawianej firmy, która skorzystała na przetargu, jedyną czystką jaką zastosowano było poze-

ganne fakty ze sfery pozazawodowej.

W tym momencie uzupełnilibyśmy czysto formalne przepisy przetargowe o wymogi rzeczywistości opierające się na społecznym, pozaprawnym odczuciu osób mogących zgodnie z własnym sumieniem i poczuciem sprawiedliwości taką opinię sformułować.

Institucje pomocowe i organizacje pożytku publicznego niewątpliwie należą do instytucji zaufania społecznego i wprowadzenie takiego kryterium do przetargu dla tych właśnie firm byłoby jak najbardziej zasadne. Tym bardziej że forma usług opiekuńczych świadczonych na terenie Warszawy pozostawia wiele do życzenia.

Chyba nie ma drugiej takiej instytucji w Warszawie, która tak mało płaci swoim pracownikom za pracę! Przynajmniej część z nich otrzymuje ok. 4 zł za godzinę. Taka stawka to

gnanie (w każdym razie w rejestrze sądowym) osoby bezpośrednio zamieszanej. W efekcie, z nazwy firmy zniknęła jedna literka.

Jak widać nie wszystkich stać na przyzwoitość, zatem niezbędne są przepisy, które taką przyzwoitość wymuszają.

W warunkach startu w przetargu mógłby się np. znaleźć zapis o nieskazitelnym opinii instytucji biorącej w nim udział. Nieskazitelną to wymóg stawiany wielu osobom zaufania społecznego m.in.: sędziom, prokuratorom, urzędnikom. Na nieskazitelnym charakter składają się cechy indywidualne oraz zdarzenia i okoliczności tworzące dany wizerunek. Naczelny Sąd Administracyjny w jednym z wyroków uznał wręcz, że w tym wizerunku powinny być brane pod uwagę również na-

**Projekty instalacji i sieci**  
centralne ogrzewanie, węzły cieplne, gaz, wod-kan i cwu, elektryka, p.poż.

**ekoprojekt**<sup>®</sup>  
www.ekoprojekt.com  
tel. 22-886-44-39  
biuro@ekoprojekt.com

Firma Inżynierska Mazowska Roku 2012

upokorzenie dla pracownika, a wstyd dla państwa, które zezwala, by jego obywatele za ciężką, bądź co bądź, pracę dostawali wynagrodzenie tej wysokości!

Usługi opiekuńcze świadczone są osobom starszym, chorym, niesprawnym. Polegają często na przejęciu całej aktywności takiego człowieka – zakupów, przygotowania posiłku, sprzątnięcia, toalety wraz ze zmianą pampersów u osób leżących. Osobom samotnym trzeba wezwać lekarza, wykupić recepty, zapłacić rachunki, po prostu żyć za tych, którzy sami już nie są w stanie sobie poradzić.

Warunki przetargu na usługi opiekuńcze ustanawiają najniższą cenę jako podstawowe kryterium wygrania takiego przetargu. Ten oczywisty i ze wszech miar szkodliwy nonsens powoduje, że żadna z firm nie może zapłacić swoim pracownikom godziwego wynagrodzenia, bo nigdy nie wygra przetargu na usługi.

Brak godziwego wynagrodzenia powoduje, że nikt z realnymi kwalifikacjami opiekuńczymi nie podejmie pracy za takie pieniądze, bo w szarej strefie znajdzie godziwie płatne zatrudnienie, a firmy świad-

dokończenie na str. 4

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

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

**ATRAKCYJNE KIERUNKI I SPECJALNOŚCI**

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

INFOLINIA: **22 371 03 30**  
**22 371 85 41**

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

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

**LICEA DLA DOROSŁYCH EXPERTUS**

• Liceum Ogólnokształcące (2 i 3 lata)

**SZKOŁA POLICEALNA EXPERTUS**

bez matury, atrakcyjne specjalności:

Grafika, Sieci, Informatyka...

**NAUKA ZA DARMO!\***

uprawienia szkoły publicznej, zaświadczenia do ZUS i WKU, dobre wyniki na maturze i egzaminach zawodowych, nie ma ukrytych opłat

\* w wybranych szkołach i lokalizacjach

Zajęcia: Bielany, Ochota, Praga, Żoliborz

ZAPISY: **Perzyskiego 10**

INFOLINIA: **22 392 04 60**

<http://expertus.edu.pl>



Naszej koleżance redakcyjnej  
**Ewie Zaborowskiej**  
wyrazy głębokiego współczucia  
z powodu śmierci  
**MEŻA**

Składa redakcja Informatora Żoliborza

# NISSAN

AUTORYZOWANY SERWIS  
JAWORSKI-GAJEWSKI

ZAPRASZA NA PRZEGLĄDY I NAPRAWY  
GWARANCYJNE ORAZ POGWARANCYJNE  
LIKWIDACJA SZKÓD KOMUNIKACYJNYCH

W-WA BIELANY UL. OCZAPOWSKIEGO 15, TEL. 22 569-92-20

# OSTEOPOROZA BEZPŁATNE BADANIE

Kobiety po menopauzie są szczególnie narażone na osteoporozę  
**NIE DAJ SIĘ ZŁAMAĆ**  
– PRZEBADAJ SIĘ BEZPŁATNIE

Zapraszamy Panie w wieku 60-85 lat, które nie leczą się na osteoporozę na bezpłatne badanie gęstości kości biodra tzw. **DENSYTOMETRIĘ**



Rejestracja na badanie  
22 644 41 61, 22 644 41 63

Centrum Medyczne  
**SYNEXUS**



**RETINA SZPITAL OKULISTYCZNY**  
[www.retina.pl](http://www.retina.pl)

**ZABIEGI:** operacje zaćmy, siatkówki - witektonia, drobne zabiegi chirurgiczne.

**BADANIA:** leczenie zwyrodnienia plamki (AMD) - zastrzyki, badanie dna oka, pole widzenia, diagnostyka jaskry, krioterapia, laseroterapia, angiografia fluoresceinowa, OCT i badanie tomograficzne siatkówki i nerwu wzrokowego, plastyka powiek i zmian skórnych.

**BEMOWO, ul. Gimnazjalna 1, tel. 22 664 44 33, 693 722 448 (poniedziałek - piątek)**  
**ŻOLIBORZ, ul. Cieszkowskiego 1/3 (tył budynku), tel: 22 869-41-19, 693 722 448 (środy)**

**Członkowie Redakcji**

Redaktor Naczelny



**Zbigniew Duszewski**

tel. 604-132-673  
redakcja@infzoliborza.waw.pl



**Beata Zasada-Wysocka**

tel. 500-126-672  
zasadawysocka@tlen.pl



**Ewa Zaborowska**

tel. 606-318-117  
ewa@zaborowski-itc.pl



**Joanna Kania-Karmalska**

tel. 508-944-228  
joanna.karmalska@vp.pl



**Izabella Anna Zaremba**

tel. 839-42-47



**Grzegorz Wysocki**

tel. 505-132-580  
info@infochoty.waw.pl



**Grzegorz Hlebowicz**

tel. 793-002-776  
g.hlebowicz@zoliborz.org.pl



**Robert Napiórkowski**

tel. 505-105-292  
napiorkowski.r@gmail.com

Adres korespondencyjny:  
ul. Broniewskiego 22a m 127  
01-771 Warszawa

Kontakt z redakcją:  
tel. 604-132-673  
www.infzoliborza.waw.pl

Dział reklamy:  
tel. 22 614-58-03  
iza.mejner@gazetaecho.pl

Druk:  
Polskapresse

# Życzę sobie...

Pomyślałem, że może faktycznie się czepiam? Za „czepianiem się” nie przepadam i daleki jestem...



W jednym z pierwszych artykułów, jaki zamieściłem na portalu, zadałem sobie pytanie: czy i kiedy plakaty reklamujące Święto Placu Wilsona znikną? W jednym jedynym komentarzu pod artykułem ktoś napisał: „czepiasz się”. Pomijając fakt, że plakat wisiał na skrzynce z napisem „urządzenie elektryczne nie dotykać” to ogarnęło mnie zwątpienie. Pomyślałem, że może faktycznie się czepiam? Za „czepianiem się” nie przepadam i daleki jestem od szukania przysłowiowej „dziury w całym”. Niemniej w tym przypadku

przecucie mnie nie zmyliło. Plakaty wiszą do dzisiaj, co widać na załączonym obrazku. Dziwię się, ponieważ powyższa firma z jednej strony wpisuje się na mapę wydarzeń kulturalnych naszej dzielnicy, a z drugiej tę samą dzielnicę oszpeca przeterminowanymi plakatami. Tym bardziej że legalnych miejsc, na których można powiesić plakaty nie brakuje.

Ale odnotowałem też niewielkie sukcesy. Obcięto gałęzie zasłaniające znak nakazu jazdy w lewo, zniknął drogowy „Apteka”, kierujący ludzi do nieistniejącej



apteki, w końcu zalepiono dziurę w jezdni na alei Wojska Polskiego, w której w deszczowy dzień można było utopić średniej wielkości psa. Tyle, że takie sukcesy niezbyt mnie cieszą. Z prostego powodu. Mam świadomość odwalania za kogoś innego jego roboty. Wy-

daje mi się, że rola „Informatora” powinna być zupełnie inna. Abyśmy mogli częściej informować o zdarzeniach doniosłych i miłych związanych z naszą dzielnicą, w Nowym Roku zyczymy czytelnikom jak i sobie zyczyć!

Sergiusz Kornatowski

## List do Informatora Żoliborskie książki

W ostatnim numerze „Informatora Żoliborza”, nr 21 (227) piszą Państwo o żoliborskich książkach. Pozwolę sobie wspomnieć, że w nr 14 (178) z 10.09–23.09.2010 pisali Państwo o książce „Nasz Dom”, przedstawiającej historię jednego z żoliborskich domów i jego mieszkańców. Szkoda, że pominięto wzmiankę na ten temat. Załączam kopię artykułu. Pozdrawiam. Z poważaniem.

Jerzy Kamiński

### Od redakcji

Szanowny Panie,  
Dziękuję za przypomnienie. Faktycznie Izabella Zaremba pominęła tę i nie tylko tę książkę. Jednak autorka stawiała sobie za cel przedstawienie przede

wszystkim owoców pracy środowiskowego projektu, w którym uczestniczy. Poza tym książka „Nasz Dom Sierpecka 6” oraz inna, niewymieniona przez autorkę, książka „W sercu Żoliborza”, poświęcona SBM Żoliborz doczekały się osobnych publikacji w „Informatorze”.

Niemniej na naszej stronie internetowej planujemy stworzyć stałe miejsce dla wszystkich żoliborskich książek, które będzie systematycznie aktualizowane, zaś w wersji papierowej naszej gazety – nie była to ostatnia publikacja o żoliborskich książkach.

Łączę wyrazy szacunku

Zbigniew Duszewski

### JAK WYGRAĆ Z BÓLEM KRĘGOSŁUPA I STAWÓW

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

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

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

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

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

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

Proszę powiedzieć na czym polega taka skuteczność leczenia?

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



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

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

#### Odczuwasz te dolegliwości?

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

Zadzwoń! Pozwól sobie pomóc!

Badania będą prowadzone od 16 stycznia do 7 lutego.

Liczba miejsc ograniczona

W OPINII PACJENTÓW NAJSKUTECZNIEJSI TERAPEUCI W WARSZAWIE

Bemowo – ul. Tkaczy 13, tel. 22 666-05-77

Mokotów – ul. Różana 51, tel. 22 498-18-55

www.terapia-manualna.com

**Fizjo Med Poland** rok zał. 1997

Przychodnia rehabilitacyjno-lekarska

POMOŻEMY CI W PROBLEMACH Z:

- ~ kręgosłupem ~ stawem kolanowym ~ rwą kulszową i ramienną ~ barkiem
- ~ stawem biodrowym ~ cieśnią nadgarstka ~ nerwobólami ~ bólami głowy

## Imprezy w Galerii Żoliborz

Galeria zaprasza na kolędowanie oraz pokaz ćwiczeń Tai Chi.

17 stycznia o godz. 18.00 odbędzie się koncert kolęd i wspólne kolędowanie. Kolędy zaśpiewa chór Cantate Domino parafii Ofiarowania Pańskiego. W piątek 18 stycznia, również o godz. 18.00, Galeria zaprasza na pokaz ćwiczeń Tai Chi oraz spotkanie z lekarzem, który od strony medycznej wyjaśni wpływ ćwiczeń na organizm człowieka. Wstęp wolny. Galeria Żoliborz, ul. Broniewskiego 28, 1 piętro, nad supermarketem Simply (adres email: galeriazoliborz@op.pl).

## OFERTA SPECJALNA

Mieszkanie 2 pokojowe 53m<sup>2</sup>

z piwnicą 2,2m<sup>2</sup> w cenie 275.000 zł



Legionowo, ul. Gen. B. Roi 16 lok. 1

(22) 774 07 55, www.marszalek.pl

# Zadbaj o swój słuch

**Słabo słyszysz? Masz trudności z rozumieniem mowy? A może ktoś z bliskich ma kłopoty ze słuchem? Przeczytaj, w jaki sposób zasięgnąć pomocy!**

Szacuje się, że około 10 procent populacji niedosłyszy. Oznacza to, że słuch około 200 tys. Warszawiaków nie jest prawidłowy, choć z pewnością nie każdy zdaje sobie z tego sprawę. Trudno jest zdefiniować takie pojęcie jak „normalne słyszenie”. Istnieje znaczna różnica między zdolnością słyszenia u noworodka i nastolatka. Tak samo jak występują różnice u ludzi dwudziesto-, czterdziesto i sześćdziesięcioletnich. Jak wiele innych rzeczy słuch zmienia się na przestrzeni życia, ale zmiany zazwyczaj występują tak wolno, że na początku wcale ich nie zauważamy. Do-

piero, gdy słuch zaczyna wpływać na nasz sposób porozumiewania się z innymi osobami, zaczynamy się zastanawiać, co się dzieje.

Skutecznym rozwiązaniem otwierającym drzwi do świata dźwięków, które wydawały się bezpowrotnie utracone, może okazać się aparat słuchowy. Współczesne aparaty to bardzo zaawansowane i zminiaturyzowane urządzenia, potrafiące dostosować się do ubytku pacjenta. Wybór konkretnego modelu aparatu w znacznej mierze zależy od rodzaju ubytku słuchu, ale także od osobistych preferencji pacjenta i jego trybu życia.

W każdym przypadku specjalista audioprotetyk zaproponuje najlepsze rozwiązanie i pomoże dokonać najlepszego wyboru.

„W ostatnich latach obserwujemy zwiększone zainteresowanie pacjentów naszymi usługami. Noszenie nowoczesnego, miniaturowego aparatu słuchowego nie jest już krępujące jak 10 czy 20 lat temu, a jako najczęstsze przyczyny dyskomfortu pacjenci wskazują trudności w komunikowaniu się z rodziną i znajomymi. Nowoczesne technologie nie ominęły aparatów słuchowych, które wyposażone są w bardzo szybkie procesory potrafiące czynić z dźwiękiem prawdziwe cuda.” – mówi Izabela Marczyk, dyplomowany audioprotetyk z firmy Fonikon, która specjalizuje się w niesieniu pomocy osobom niedosłyszącym.



Oticon Intiga - Nowoczesny aparat słuchowy miniaturowych rozmiarów jest prawie niewidoczny na uchu. Zaawansowana technologia pozwala na łączenie się z telefonami komórkowymi, telewizorami i innymi urządzeniami audio. Poprawia jakość słyszenia i rozumienia mowy nawet w trudnych warunkach akustycznych.

Aparat słuchowy może przynieść wielką, pozytywną i natychmiastową różnicę. Bardzo ważnym czynnikiem jest indywidualne zaangażowanie pacjenta w proces noszenia aparatu. Im więcej informacji może on dostarczyć o swoich odczuciach i potrzebach, tym lepsze będą rezultaty.

**FONIKON**  
APARATY SŁUCHOWE

ul. Ceglowska 80  
tel. 22 392 91 99

(Szpital Bielański)

ul. Żeromskiego 33  
tel. 22 499 66 30  
(przychodnia specjalistyczna)

**Firma Fonikon zaprasza wszystkie zainteresowane osoby na bezpłatne badanie słuchu oraz konsultację audioprotetyczną. Osobom niepełnosprawnym proponujemy wizyty domowe. Z uwagi na duże zainteresowanie naszymi usługami prosimy o telefoniczne umawianie wizyt.**

promocja

# Nasze Adresy



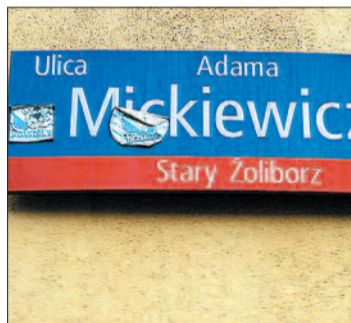
na sukcesem spoczęła na laurach. Jaki to problem, aby przejść się kilkadziesiąt metrów dalej i zobaczyć w jakim stanie są okoliczne tabliczki? Tak naprawdę wystarczyłby kubeł z gorącą wodą i szczotka oraz odrobina dobrych chęci. Ale pewnie jak zawsze nie ma pieniędzy.

Sergiusz Kornatowski



Dzięki interwencji naszej i naszego czytelnika ulica Małgoska stała się na powrót ulicą Małgoską. Zniknęły też stare, pamiętające czasy PRL tabliczki z nazwą ulicy Bytomskiej.

Skoro się udało, to może w dzielnicy jest osoba odpowiedzialna za te tabliczki spełniające dość istotną rolę w poszukiwaniu adresu. To znaczy powinna być, ale upojo-



## Harcerze i gimnazjaliści zbierali dary dla kombatantów



Samorząd szkolny Gimnazjum 55 im. Jana Bytnara „Rudego” przy al. Wojska Polskiego 1a oraz działająca przy tej szkole 125 Warszawska Drużyna Wędrownicza Harcerskiej Służby Granicznej SDRI GROM im. ppłk. Jacka Bartosiaka przeprowadziły zbiórki darów dla weteranów walk o wolność Polski, którzy po 1945 roku zostali za wschodnią granicą.

Zbiórka została przeprowadzona w ramach ogólnopolskiej akcji „Paczka dla polskiego kombatanta

na Kresach”, której organizatorem jest Stowarzyszenie Odra-Niemen.

Łącznie uczniowie i harcerze zebrali 14 pełnych paczek produktów żywnościowych i siatkę „drobnicy”, z której nie dało się skompletować pełnych paczek. We wtorek, 11 grudnia br. dary zostały przekazane warszawskim przedstawicielom organizatorów akcji.

Maciej Pietraszczyk  
drużynowy

125 WDW HSG SDRI GROM

## „MY SIĘ ZIMY NIE BOIMY...” RODZINNE FERIE 2013

Czy ze śniegiem czy bez, w Hotelu Warszawianka Wellness & SPA jest wybornie.

DOŚKONAŁA KUCHNIA  
RELAKS I PIELĘGNACJA W SPA  
ZAJĘCIA TEMATYCZNE I ANIMACJE  
ZABAWY W PLENERZE  
WODNE SZALEŃSTWA W AQUA PARKU



**Wyjątkowo atrakcyjne ceny pakietów:**

dzieci w wieku do lat 3 – nieodpłatnie  
starsze dzieci już od 89 zł/doba  
dorośli już od 190 zł/doba

Pakiety pobytowe z trzema lub z dwoma posiłkami dziennie.



HOTEL WARSZAWIANKA  
RODZINA-BIZNES

Jachranka 77

tel. 22 768 90 00

www.warszawianka.pl

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

**Choroby zwyrodnieniowe stawów, nadciśnienie, cukrzyca, zylaki, dna moczanowa, reumatyzm, osteoporoza, astma, stwardnienie rozsiane - to tylko niektóre ze schorzeń, które dzięki aparaturze BIOMAG, mogą zostać powstrzymane lub całkowicie wyleczone.**

Metoda leczenia, która 50 lat temu była dostępna tylko dla nielicznych, dziś staje się coraz bardziej powszechna. W Japonii stosuje ją już 10% społeczeństwa, jest ogólnodostępna w USA. W Europie Zachodniej bardzo szybko rozwija się i zastępuje leczenie farmakologiczne.

Chcielibyśmy, aby także Państwo mieli szansę poznać tę rewolucyjną, bezpieczną i prostą do zrozumienia formę leczenia, polegającą na regeneracji komórki. Prosimy zapoznać się z listami, jakie otrzymujemy od naszych pacjentów, którzy zdecydowali się dbać o swoje zdrowie stosując pole magnetyczne marki BIOMAG.

Po 3 tygodniach aplikacji przestałam brać bardzo silne leki przeciwbólowe, po których bolała mnie żołądek i musiałam brać tabletki osłonowe. Po 4 miesiącach rehabilitacji, przestały boleć kości, poruszam się szybciej, ciśnienie uregu-

lowało się, przespiałam dobrze noce, spaceruję, stałam się mniej nerwowa.

*Zofia, 70 lat  
(zwyrodnienie kręgosłupa szyjnego i lędźwiowego, osteoporoza i nadciśnienie tętnicze)*

Po dwóch miesiącach aplikacji, była już znaczna poprawa, natomiast po siedmiu miesiącach nadciśnienie tętnicze zniknęło. Miałem na dolnej kończynie zylaki od ponad 30 lat. Po trzymiesięcznej aplikacji po zylakach nie ma śladu.

*Tadeusz, Jedwabno  
(nadciśnienie tętnicze i miażdżyca)*

Postanowiłam razem z rodziną, że spróbuję leczyć się tym aparatem w domu. Używam aparatu BIOMAG dwa razy w ciągu dnia i widzę efekty: ból kręgosłupa minął, jak także ból nóg oraz napadowe bóle migrenowe. Z całą pewnością mogę powiedzieć, że to działa! Reszta mojej ro-

dziny także korzysta z aparatu BIOMAG. Jesteśmy bardzo zadowoleni, że można tą metodą leczyć się w domu, bez kosztów rehabilitacji oraz farmakologii.

*Karolina, 28 lat*

Bez leków nie wytrzymałam jednego dnia, teraz ich nie zażywam. W tej chwili, po zabiegach, słyszę dużo lepiej. Mój stan zdrowia polepszył się na tyle, że nie myślę o lekach i lekarzu. Z mojego aparatu korzystają jeszcze 3 osoby.

*Grażyna, Trzebież  
(reumatoidalne zapalenie stawów, bóle kręgosłupa lędźwiowego i szyjnego, bóle pleców, ręk i nóg, zapalenie bębenka i ucha środkowego)*

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

scy się dziwią z moich postępów w leczeniu.

*Maria, Opole*

**DOŁĄCZ DO GRONA PONAD 7000 ZADOWOLONYCH PACJENTÓW. ZAPOZNAJ SIĘ Z DZIAŁANIEM ZESTAWÓW DOMOWYCH BIOMAG.**

**Osoby zainteresowane leczeniem, rehabilitacją i regeneracją za pomocą metody wykorzystującej pulsacyjne pole magnetyczne niskich częstotliwości (BIOMAG), prosimy o kontakt pod nr telefonu 663-925-669 lub e-mail: warszawa@medicalin.pl**



## Międzynarodowy Certyfikat Zielonej Flagi dla SP nr 68

**Dnia 20 grudnia 2012 r. w Szkole Podstawowej z Oddziałami Integracyjnymi nr 68 w Warszawie odbyła Regionalna Konferencja programu Szkoły dla Ekorozwoju, połączona z wręczeniem międzynarodowych certyfikatów Zielonej Flagi oraz tytułów Lokalnego Centrum Aktywności Ekologicznej za rok 2011/2012.**



W spotkaniu wzięło udział 20 przedstawicieli wyróżnionych placówek z czterech województw: mazowieckiego, łódzkiego, podlaskiego i lubelskiego. W ceremonii udział wzięł burmistrz dzielnicy Żoliborz Krzysztof Bugła oraz przedstawicielka biura edukacji m.st. Warszawy Ewa Tomaszewska. Zebranych gości powitała koordynator Programu Szkoły dla Ekorozwoju Beata Kunc oraz dyrektor Szkoły Podstawowej nr 68 Elżbieta Rządowska.

Zielona Flaga jest nadawana szkołom na całym świecie w ramach Programu Eco-Schools. Rolę koordynatora krajowego pełni Fundacja Partnerstwo dla Środowiska, która jest jako jedyna uprawniona do nadawania certyfikatu Zielonej Flagi.

Szkoła przy ulicy Or-Ota jest jedną z 15 placówek, które tego dnia odebrały certyfikat Zielonej Flagi.

Jest to kolejne potwierdzenie wielkiego zaangażowania placówki w edukację przyrodniczą i wysokiej jakości działań na rzecz zrównoważonego rozwoju. Miniony rok w Szkole Podstawowej z Oddziałami Integracyjnymi nr 68 minął

pod hasłem angażowania się placówki w działania skoncentrowane wokół promocji odnawialnych źródeł energii (np. zainstalowano kolejny panel fotowoltaiczny z miernikiem temperatury i ciśnienia atmosferycznego), promocji zdrowego stylu życia (np. zorganizowano Dzielnicowy Dzień Dobrego Jedzenia), oraz działań związanych z różnorodnością biologiczną najbliższego otoczenia (np. nasadzenia roślin w przyszłolnym ogrodzie i na terenie WSM Żoliborz). Szkoła

nawiązała współpracę z Bankiem HSBC (który przekazał fundusze na zakup roślin) czy z WSM Żoliborz. Te działania podnoszą świadomość ekologiczną uczniów oraz poszerzają ich wiedzę i umiejętności, wykraczając poza ramy podstawy programowej. Za to wszystko Szkoła przy Or-Ota została doceniona, zdobywając, jako jedyna szkoła z terenu Warszawy, Międzynarodowy Certyfikat Zielonej Flagi.

**Tekst: Beata Domińczak**

**Zdjęcia: Marek Bujko**

## Opiekuńcze miasto, opiekuńczy Żoliborz

**dokończenie ze str. 1**

czące usługi opiekuńcze skazane są na jedynie przeszkolonych, przypadkowych, często zupełnie niewłaściwych pracowników.

Najbardziej cierpią z tego powodu osoby stare i samotne, skazane na pomoc świadczoną za pośrednictwem OPS-ów w postaci takiej formy usług opiekuńczych.

Nie słyszymy ich wołania o pomoc, bo tłumy je strach, że zostaną sami i nikt już im nie pomoże. Ta sy-

tuacja trwa już od wielu lat i nie było jak dotąd żadnej woli politycznej, by ją zmienić...

Jeżeli miarą cywilizacji jest stosunek do najsłabszych członków społeczności, do tych, których trzeba chronić i zapewnić im opiekę, to obecna polityka społeczna, brak wyobraźni i sumień urzędników i decydentów przemierza nas całkiem niedługo na peryferia tej cywilizacji, gdzie znajduje się już tylko nędza, bezdomność i eksterminacja.

**Joanna Kania-Karmalska**

## ODCHUDZANIE = OCZYSZCZANIE

**Skuteczny Program Regeneracji Organizmu**

**Jesteś tym co jesz! Slogan? - ale jakże prawdziwy!**

Przyjrzyj się uważnie sobie i odpowiedz, czy na co dzień obserwujesz takie objawy jak: zaparcia, wzdęcia, częste pobolewania żołądka, migrena, anemia, ciągłe zmęczenie, alergie, depresja, powiększenie węzłów chłonnych, gorączka, biegunki, gazy, objawy przeziębienia, nocne zgrzytanie zębami, pokrzywki, rozdrażnienia, nadwrażliwość jelit, żółtaczkę, bóle stawowe, i mięśniowe, zaczerwienienie oczu, zaburzenia snu, nadwaga lub niedowaga, nerwowość i mimo stosowania wielu różnych diet nie możesz zrzucić zbędnych kilogramów oznacza to, że **twój organizm jest zanieczyszczony toksynami oraz robakami i innymi pasożytami pochodzącymi również z odżywiania.**

Pasożyty rozmnażają się szybko i wydzielają odchody, na które organizm reaguje np. alergią. Według Światowej Organizacji Zdrowia (WHO) ponad 25% populacji cierpi na uporczywe infekcje pasożytnicze. A te schorzenia mają wyjątkowo szkodliwy wpływ m.in. na wzrost i rozwój funkcji intelektualnych u dzieci.

Mimo wielkiego rozwoju medycyny choroby przewlekłe - cywilizacyjne (cukrzyca, nowotwory, choroby krążenia, choroby zwyrodnieniowe stawów, depresje, alergie) stanowią ciągle główny, nie rozwiązany problem zdrowotny.

**Jakie są tego przyczyny?**

Żyjemy coraz dłużej, przez życie gromadzimy w organizmie olbrzymie ilości toksyn. Nadmierna tkanka tłuszczowa, masy kałowe, złośliwe miażdżycowe, kamienie w nerkach, w pęcherzyku żółciowym, zmiany zwyrodnieniowe, w 90% problemy te wynikają z zanieczyszczonej okolicy. Aż 60% populacji skarży się na zaparcia o różnym nasileniu.

Nasz system trawienny jest skomplikowanym układem organów, w którym zachodzą złożone procesy z udziałem kwasów trawiennych, bakterii i enzymów. Dlatego też zdrowe i prawidłowe trawienie powinno być jednym z naszych priorytetów. Jeżeli o to nie zadamy wędrowka składników pożywności przez cały ponad dziesięciometrowy przewód trawienny spowoduje wiele wspomnianych wyżej problemów zdrowotnych.

**Droga do zdrowia...**

Przed wszystkim zapanuj nad swoim organizmem i oczyść ciało z toksyn, usurj pasożyty i zgromadzone przez lata złośli. Nie traktuj swojego ciała fragmentarycznie, działaj kompleksowo i z troską. Nie daj się zwieść wszechobecnym reklamom na: nadkwasotę, wzdęcia, bóle stawów, głowy itp. **to droga do nikąd, to jedynie chwilowe „łagodzenie” objawów.** Koncerny farmaceutyczne tylko zacierają ręce, a ty tkwisz w spirali kolejnych farmaceutyków na kolejne dolegliwości. Spójrz na to ze strony biznesowej, czy gdyby oferowane farmaceutyki były tak skuteczne, musiałbyś je brać przez wiele lat? Czy komuś w tym biznesie naprawdę zależy na twoim całkowitym wyzdrowieniu?

Nasze ciało to cudowny samo uzdrawiający się organizm. Trzeba tylko dokonać rozumnych zmian w jakości „paliwa” jakie mu dostarczamy. Jeżeli już mamy na koncie wiele popełnionych przez lata błędów, ale też mamy wielką determinację wyjścia z chorego kręgu: jeść byle jak i byle co, a potem zażywać to co podsunie ten czy inny koncern farmaceutyczny, to jesteś drogi czytelniku na dobrej by podjąć wyzwanie - by poprawić jakość życia. Z myślą o tobie został stworzony specjalny program oczyszczania... Program został skonstru-

owany w oparciu o przeprowadzone badania przez specjalistów wielu dziedzin. Pracowali nad nim lekarze, farmaceuci, terapeuci, masażyści, dietetycy, fizyoterapeuci. Wykonujemy odtruwanie wszystkich najważniejszych organów. Na pytanie kto powinien poddać się oczyszczaniu? Odpowiedź jest prosta - **KAZDY!** Jak często? **PRZYNAJMNIEJ DWA RAZY DO ROKU!**

**Co da mi udział w programie?**

Ten wyjątkowy program poprawia funkcję wątroby, nerek, skóry, układ oddechowy, układ limfatyczny, a także przywraca równowagę psycho-fizyczną.

Oczyszczenie jelit spowoduje poprawę funkcji całego organizmu. Dzięki oczyszczeniu z kamieni kałowych pozbędziesz się kilku kilogramów, poprawi się twoja sylwetka i samopoczucie. Odpowiednio dobrana dieta zredukuję tkankę tłuszczową, i poprawi funkcję trawienną, a poprawa pracy nerek i limfy zredukuję obrzęki worki pod oczami i nada blask twojej skórze. Prawdziwie unikalne ćwiczenia oraz masaże doprowadzą układ mięśniowo-stawowy do sprawności. Ćwiczenia relaksacyjne wzmocnią umysł. Po turnusie wrócisz wzmocniony i zrelaksowany, a twoje problemy, znikną lub będą o wiele łatwiejsze do zniesienia.



**Informacja o turnusach i rezerwacja:**  
tel. +48 (23) 696-30-13  
fax. +48 (23) 654-10-87  
www.welski.pl  
e-mail info@welski.pl  
lub awd@welski.pl

# Festiwal Zdrowia w SP nr 92

**Bo nic nad zdrowie ani lepszego, ani droższego... Postanowili nas o tym przekonać uczniowie Szkoły Podstawowej nr 92, którzy to pod opieką nauczycielki przyrody Anny Gongolewskiej zorganizowali 17 grudnia 2012 Festiwal Zdrowia. Do udziału w nim zostały zaproszone inne żoliborskie podstawówki i gimnazja.**

Celem festiwalu było motywowanie uczniów do dbania o własne zdrowie, wyrabianie nawyków prawidłowego odżywiania się i propagowanie odpowiedniego stylu życia. Każda z zaproszonych szkół miała za zadanie przygotować

krótką prezentację na wybrany temat z zakresu promocji zdrowia. Wśród nich był pokaz judo i gimnastyki artystycznej przygotowany przez SP 267, prezentacja zdrowej żywności w wykonaniu SP 65, pokazy taneczne, film i piosenki za-

demonstrowane przez uczniów SP 92. Uczniowie Gimnazjum nr 55 przedstawili prezentację na temat odpowiednio zbilansowanej diety i zapotrzebowania kalorycznego naszych organizmów. Niektórzy, tak jak goście z Gimnazjum nr 56, podeszli do tematu bardziej poważnie i przenieśli nas do sali sądowej w scenie propagującej walkę z paleniem papierosów.

Zostały przygotowane również specjalne stanowiska, gdzie

uczniowie SP 92 pod okiem szkolnej pielęgniarki Anny Korotko demonstrowali sposoby udzielania pierwszej pomocy, dokonywali obliczania właściwego wskaźnika BMI na podstawie parametrów wzrostu i wagi. Dużym zainteresowaniem cieszyły się również gry dydaktyczne, w których to uczestnicy festiwalu mieli szansę sprawdzić swoją wiedzę z zakresu biologii i przyrody. Było też coś dla podniebienia. A o to zatroszczyli się najmłodsi, czyli uczniowie klas 0-III i przygotowali prawdziwa uczta zdrowych smakołyków. Wśród nich dominowały nie tylko

świeże warzywa, owoce i soki, ale także sałatki, kanapki i inne pyszne przekąski.

Na koniec imprezy dyrektor SP 92 Magdalena Rupniewska wręczyła wszystkim uczestnikom festiwalu pamiątkowe dyplomy i nagrody, po czym zaprosiła do wspólnego tańca, jakim był pokaz zumbi, prowadzony przez instruktorkę fitness.

Uczniowie SP 92 i zaproszeni goście pokazali, że zdrowie to nie tylko dieta i sport, ale także dobry humor i świetna zabawa. A tego podczas festiwalu nikomu nie zabrakło.

## Na pięknym brzegu – Żoliborz, ludzie i ich dzieje

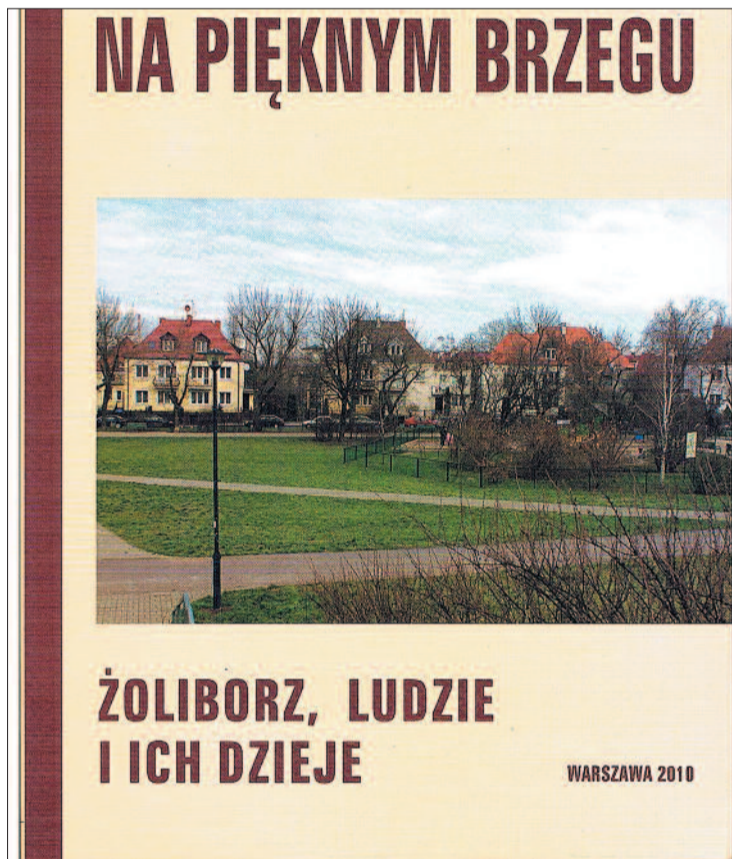
**Książka napisana przez żoliborzan. Podobnie jak poprzednie, bez z góry ustalonego planu, którą można uzupełniać, rozbudowywać. Jest to dzieło otwarte, zbudowane z różnorodnych form literackich, które można czytać tak jak poprzednie, na dowolnie otwartej stronie.**

wniosły wkład w budowę „Żoliborza kulturalnego”. Są to pisarze, artyści, społecznicy, którzy – „sprowokowani” przez Izabelę Zarembę – podzielili się swoimi myślami, poglądami na wiele interesujących tematów. Prócz wywiadów znajdują Czytelnicy teksty mówiące o wydarzeniach żoliborskich, które warte były, by je utrwalić na papierze.

Książka została wydana przez „Informator Żoliborza”.

Można ją nabyć w sklepie „Pivnica z winami – dobrewina.pl”, ul. Mickiewicza 30 (obok pl. Wilsona), tel. 22 839-16-41

Grzegorz Wysocki



Trzecia publikacja różni się jednak nieco od pierwszej i drugiej tym, że jest ona głównie poświęco-

na ludziom, znanym i mniej znanym żoliborzanom. Przeważają w niej wywiady z osobami, które

## NOWE ŻYCIE SADÓW ŻOLIBORSKICH

**Klubokawiarnia osiedlowa, a w niej nieuciążliwa gastronomia, ciekawy program społeczno-kulturalny skierowany przede wszystkim do mieszkańców osiedla Sady Żoliborskie, spotkania i imprezy dla dzieci, rodziców oraz starszych. Tak już niedługo może wyglądać dotychczas zaniedbany dawny budynek TKKF przy ul. Sady Żoliborskie 4.**

Zakład Gospodarowania Nieruchomościami Żoliborz właśnie ogłosił przetarg na jego 10-letnią dzierżawę – działka 463 m<sup>2</sup>, w tym 145 m<sup>2</sup> pow. zabudowanej. Celem przetargu jest wyłonienie najemcy, który dokona remontu obiektu, zgodnie z koncepcją ZGN i stworzy w tym miejscu klubokawiarnię osiedlową, w

której prowadzić będzie program społeczno-kulturalno-oświatowy skierowany do społeczności lokalnej. 10-letni okres dzierżawy gwarantuje rentowność przedsięwzięcia, które wymaga istotnych nakładów inwestycyjnych, jednak miejsce to już niedługo ma szansę stać się istotnym punktem na mapie tej

części Żoliborza. Kryterium oceny ofert będzie w pierwszej kolejności program, a w drugiej wysokość czynszu i nakładów inwestycyjnych przyszłego dzierżawcy obiektu. Zainteresowani mogą jeszcze do 31 stycznia składać swoje oferty w siedzibie ZGN Żoliborz, przy ul. Marii Kazimiery 1.



ZAŁOŻENIA PROJEKTOWE – WIZUALIZACJA

WIDOK OD ULICY

### INFORMACJE PRZETARGOWE:

Przetarg pisemny nieograniczony na wydzierżawienie na okres 10 lat, zabudowanej nieruchomości gruntowej, położonej przy ulicy Sady Żoliborskie 4 o powierzchni 463m<sup>2</sup> /w tym budynku o pow. zab. 145m<sup>2</sup>/, z przeznaczeniem na cele społeczno-kulturalno-oświatowe z dopuszczeniem działalności gastronomicznej w formie klubokawiarni osiedlowej, wywoławcza stawka czynszu 4,55 zł netto, wnoszone wadium 4213,30 zł netto, wytyczne dla prac remontowych modernizacyjnych zgodnie z opisem założeń projektowych – wizualizacja. Termin składania ofert do dnia 31.01.2013 r. do godz. 10:00 w kancelarii ZGN, ul. Marii Kazimiery 1. Dodatkowe informacje oraz dokumenty przetargowe można uzyskać w Zespole Lokali Użytkowych i Pożytków ZGN Żoliborz od poniedziałku do piątku w godzinach 7:00 do 15:00, tel. 22 833 53 99 oraz na stronie internetowej [www.zgnzoliborz.waw.pl](http://www.zgnzoliborz.waw.pl)

**Szukasz nowej pracy?**

Zdobądź nowe kwalifikacje. Najlepsze kursy zawodowe:

**Kurs księgowości od podstaw 126 h**  
rozpoczęcie: Warszawa, 26 – 27 stycznia 2013 r.

**Kurs głównego księgowego 108 h**  
rozpoczęcie: Warszawa 2 – 3 lutego 2013 r.

**Kurs kadr i płac 80 h**  
rozpoczęcie: Warszawa 16 – 17 lutego 2013 r.

Rabat dla czytelników „Informatora”. Więcej informacji: 22 208 28 51

[www.akademiamddp.pl](http://www.akademiamddp.pl)

\* dotyczy edycji kursów 2011

NAJSKUTECZNIEJSZE OGŁOSZENIA W MIEŚCIE - DROBNE W PRASIE LOKALNEJ

KUP NAWET NA CAŁY ROK 2013

# OGŁOSZENIA DROBNE

W CENACH 7 2012 - UNIKNIESZ PODWYŻKI!!!

## OGŁOSZENIA DROBNE PRZEZ INTERNET

- Krok 1.** Wejdź na [www.echodrobne.pl](http://www.echodrobne.pl) i wybierz DODAJ OGŁOSZENIE  
**Krok 2.** Wybierz odpowiednią rubrykę i zleć druk w gazecie  
**Krok 3.** Wpisz treść ogłoszenia. Zaznacz gazety, w których ma się ukazać Twoje ogłoszenie i zdecyduj, w ilu kolejnych numerach ma się ukazywać. Jeśli chcesz - wybierz wyróżnienie ogłoszenia.  
**Krok 4.** Jeśli chcesz fakturę VAT - wypełnij wszystkie pola, jeśli nie - podaj tylko swoje dane kontaktowe.  
**Krok 5.** Wpłać wygenerowaną kwotę na podane konto, jako tytuł wpłaty wpisując numer zlecenia.  
**Krok 6.** Przekonaj się, jak skuteczne jest ogłoszenie drobne w Echo
- Żoliborz (Partners) ul. Sady Żoliborskie 13A, tel. 22 663-83-01  
 - Bielany (Biuro ogłoszeń BUH - Kryś-Pol), ul. Skalbierska 5, tel. 22 864-87-98
- Najbliższe wydanie 18.01.2013 r.**  
**Potwierdzenie wpłaty należy przesłać do poniedziałku 14.01.2013 r.**  
 na fax 22 614-58-03 lub e-mailem: [drobne@gazetaecho.pl](mailto:drobne@gazetaecho.pl) do godziny 17<sup>00</sup>

## OGŁOSZENIA DROBNE

**NIERUCHOMOŚCI**  
 • Poszkodowani dekretem Bieruta - Stowarzyszenie Centrum Reprywatyzacji udziela pomocy w dochodzeniu roszczeń 22 622-04-59, 608-418-435

**DOM SPRZEDAM**  
 • DOM Z DZIAŁKĄ OD 365.000 ZŁ. POW. NOWODWORSKI [WWW.TWOJEDOMY.PL](http://WWW.TWOJEDOMY.PL) DO 525.000 ZŁ. POW. LEGIONOWSKI KUCHNIA Z IKEA W CENIE TEL. 608-366-980 [WWW.TWOJEDOMY.PL](http://WWW.TWOJEDOMY.PL)

**Nowe domy w Dosinie atrakcyjna cena!**  
 Działki od 800 m<sup>2</sup>! Powierzchnia użytkowa od 125 m<sup>2</sup>! Tel. 691-444-202

**DZIAŁKĘ BUDOWLANĄ SPRZEDAM**  
 • Działki rekreacyjne nad jeziorem, 150 km od W-wy, 11 zł/ m<sup>2</sup>, 605-099-422

**LOKAL UŻYTKOWY DO WYNAJĘCIA**  
 • Lokal na działalność 50 m<sup>2</sup> + łazienka w budynku wolnostojącym Legionowo tel. 601-306-108

### NAUKA

**Darmowe Liceum dla Dorosłych**  
 22 110-00-99

### USŁUGI STOLARSKIE

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

### USŁUGI TRANSPORTOWE

- A.Przeprowadzki, Sprzątanie Piwnic, Wywóz Mebli 512-139-430
- AA Przeprowadzki 24h/7 wywóz starych mebli, AGD RTV 607-66-33-30
- Mały transport 608-331-200
- Przeprowadzki, transport 601-753-845; 22 833-65-19

### USŁUGI INNE

• Anteny, telewizory - naprawa, dojazd 602-216-943

• Cyklinowanie 721-649-745

• Czyszczenie karcherem dywanów, tapicerki 694-825-760

• Domowe Naprawy TV dekodery TCN 601-350-589

• Lodówki, pralki, telewizory - naprawa 694-825-760

• Naprawa maszyn do SZYCIA tel. 22 614-33-03

• Opróżnianie: piwnic, strychów, garaży, wywóz mebli, gruzu AGD i innych tel. 503-711-500

• Pralkę naprawa 22 666-55-22, 516-144-566 tanio, gwarancja

• Pranie dywanów, tapicerki karcher 5 zł/m<sup>2</sup> 502-487-890

• Stowarzyszenie Centrum Reprywatyzacji udziela bezpłatnej pomocy w odzyskaniu nieruchomości/uzyskaniu odszkodowania za nieruchomości zabrane dekretem Bieruta 22 622-04-59, 608-418-435

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

• Usługi hydrauliczne - pełen zakres: konserwacja, naprawy, nowe budynki. Naprawa i przeglądy pieców c.o. (Viessmann, Vaillant, Junkers, inne). Gwarancja, faktury Vat. Tel: 695-555-503

### DOM I OGRÓD

• Elektryk-Hydraulik-Ogrodnik 792-311-822 [www.kodif.pl](http://www.kodif.pl)

**USUWANIE Kun Gołębi Dezynsekcja Deratyzacja Pranie Dywanów 605-325-849**

### KOMPUTERY

• 0000 00 Tani Serwis Komputerowy 18 zł/h 24 H Dojazd 0 zł 503-432-422  
 • Tani serwis 602-849-614

### BUDOWLANE

• 0000 Remonty i wykończenia! Solidnie i profesjonalnie - 504-474-694

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



☎ 513 127 630, 601 306 108

**Z TĄ REKLAMĄ 10% RABATU**

• CERTYFIKATY ENERGETYCZNE, 609-217-772  
 • Cyklinowanie 3x lakierowanie, układanie, reperacje 662-745-557  
 • ELEKTRYK Awaryjne Pomiar 506-506-006

**Hydraulik domowy 510-628-039**

• Kominki - 513-127-630

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

• Remonty 502-255-424; 22 835-66-18

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

• Tynki gipsowe, cementowo-wapienne tel. 511 529 965 [www.budax.pl](http://www.budax.pl)

**Układanie podłóg drewnianych, cyklinowanie 22 663-83-01**

### FINANSE

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

• Księgowy - pełen zakres. Tel. 780-589-506

**OKMA Insurance! U nas SZYBKO I TANIO ubezpieczysz dom, mieszkanie, samochód, firmę, życie lub zdrowie. 15 TOWARZYSTW UBEZPIECZENIOWYCH w jednym miejscu. Przeprowadzimy dla Ciebie porównanie dostępnych na rynku ofert i przygotujemy ofertę na telefon - 22 243-56-64. [www.okma.com.pl](http://www.okma.com.pl)**

• Pożyczki pod zastaw HIPOTEKI nieruchomości. Z zadłużeniami, bez przedpłaty, bez BIK. ZGODNIE Z USTAWĄ. 602-303-202 [bezpieczna-pozyczka.pl](http://bezpieczna-pozyczka.pl)

### TURYSTYKA

Zimowisko w Górach TANIO tel. 533-318-701 [www.szmaragdowa.org.pl](http://www.szmaragdowa.org.pl)

### ZDROWIE I URODA

**A testy alergiczne, odczulanie 22 814-52-40**

Psycholog, poradnictwo, terapia. Żoliborz. Tel. 603-606-855

**Terapia antynikotynowa 22 814-52-40**

### GASTRONOMIA

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

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

### DAM PRACĘ

**Gabinet Biorezonansu Warszawa-Modlińska zatrudni lekarz. Godziny pracy do ustalenia, tel. 22 814-52-40**

• Pomoc domowa potrzebna. Praca na Bielanach (os. Piaski), 20 dni/mies., 100 złotych dziennie + całodniowe wyżywienie. Obowiązki: sprzątanie, pranie, gotowanie i odbieranie dzieci (3-6 lat) z przedszkola. Ewa, telefon: 696-624-440

• PRZEDSZKOLE NAWIĄŻE WSPÓŁPRACĘ Z: - LOGOPEDA - PSYCHOLOGIEM - NAUCZycIELEM TANCA OFERTY PROSIMY PRZESYLAĆ NA ADRES: [SEKRETARIAT@ASCHOOLS.PL](mailto:SEKRETARIAT@ASCHOOLS.PL)

**REHABILITACJI - współpraca handlowa, promocja sprzętu, polecenie kuracji rehabilitacyjnej. CV i zapytania proszę kierować na adres e-mail: [warszawa@medicalin.pl](mailto:warszawa@medicalin.pl)**

**Samodzielne prowadzenie sklepu specjalistycznego z winami, oczekujemy doświadczenia w sprzedaży bezpośredniej lub detalicznej, najlepiej w branży alkoholowej lub podobnej, konieczne prawo jazdy i samochód. CV: [piotr.krajczynski@dobrewina.pl](mailto:piotr.krajczynski@dobrewina.pl)**

**TESTOWANIE KOSMETYKÓW.** Poszukujemy osób w wieku 18-65 lat. Więcej informacji na miejscu: ul. Słowackiego 27/33 m. 34, lub pod nr tel. 22 832-37-89 w godz. 09:3-15:00

**TESTOWANIE KOSMETYKÓW. ZAPRASZAMY OSOBY W WIEKU 18-65 LAT. INFORMACJE POD NR TEL. 22 832-37-89 LUB ADRESEM: SŁOWACKIEGO 27/33 LOK.34**

### SPRZEDAM SAMOCHÓD

• Volkswagen Passat combi 1.9 TDI-110km 1998 r. Przebieg 184000 km. Tel. 601-29-92-13

### RÓŻNE

• Książki skupuję 516-811-480

• KUPIE RÓŻNE STAROCIE I WSPÓŁCZESNE: Fotografie, Pocztówki, Książki, Znaczki Pocztowe, Monety, Banknoty, Medale, Odznaczenia, Zegarki I INNE CIEKAWY. 22 818-02-68, 790-407-475

• Kupię ZŁOM: piece, kaloryfery, rury, wanny, wraki samochodowe (wszystko co metalowe). Dojazd tel. 503-711-500

• Skup książek - dojazd, 602-254-650

### ANTYKI

• Antyczne obrazy, meble, srebra, platery, odznaki, odznaczenia, szable, książki, pocztówki, bibeloty, tel. 504-017-418

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

• SKUPIJEMY KSIĄŻKI, BIBELOTY, STAROCIE 501-561-620

### KUPIĘ SAMOCHÓD

• Kupię każde auto osobowe i dostawcze w każdym stanie, również rozbite oraz bez opłat. Tel. 519-353-990

• Kupię każde auto z lat 98-2012. Najwięcej zapłacę, szybki dojazd, gotówka 500-666-553

• **KUPIE KAŻDE AUTO! NAJLEPSZA CENA 790-444-333**

• Kupię każde auto: całe, uszkodzone, nieopłacone, każdy rocznik 516-985-073

• Skup aut po 98r. Najwyższe ceny, płatność od ręki, profesjonalna obsługa 500-540-100

### KUPIĘ CZĘŚCI

• KUPIE nowe części do FIATA 125p i INNE Tel 501-041-555

### KURSY, SZKOLENIA

**Kursy Maturalne 22 110-00-99**

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

Matura dla dorosłych?

## Matura - noworoczne postanowienie dorosłych...

► Nowy Rok to czas nowych postanowień i chęci realizacji planów. Jednym z nich jest zdanie matury. Możliwe jest to w bezpłatnym AS-Liceum dla Dorosłych.

Wszystkie osoby, które nie ukończyły w przeszłości szkoły średniej (w tym absolwenci zasadniczych szkół zawodowych), mogą zapisać się do naszego Liceum. Na maturę nigdy nie jest za późno. Szczególnie teraz, kiedy nauka w AS - Liceum Ogólnokształcącym dla Dorosłych jest bezpłatna. Natomiast osoby, które posiadają już wykształcenie średnie, mają szansę powtórzenia materiału na kursie maturalnym. Postaraliśmy się, aby naukę w naszej placówce łatwo można było pogodzić z pracą zawodową i obowiązkami życia codziennego. Zajęcia w trybie zaocznym odbywają się w cyklu weekendowym dwa razy w miesiącu.

### Kurs maturalny

Podczas kursu maturalnego słuchacze otrzymują odpowiednie przygotowanie merytoryczne potrzebne, aby egzamin maturalny zdać z wynikiem pozytywnym. Niektórzy korzystają z możliwości zdawania egzaminu maturalnego przy naszym Liceum, inni przystępują do matury w swojej szkole macierzystej. Aktualnie prowadzimy nabór na kurs maturalny przygotowujący do matury w 2014 roku.

### Liceum dla Dorosłych

Jesteśmy szkołą dla dorosłych. Większa część naszych słuchaczy to osoby czynne zawodowo, nierzadko prowadzące własne firmy. Wykształcenie średnie jest im najczęściej potrzebne jako warunek uzyskania lepszego stanowiska w pracy i lepszej pensji. Czasami zdarza się, że przychodzą do nas także słuchacze, którzy decydują się na zmianę szkoły jeszcze w trakcie trwania semestru (przyjmujemy również słuchaczy na szósty semestr). Takie osoby mają możliwość nauki w przyjaznej atmosferze oraz ukończenia naszego Liceum, nie ponosząc kosztów za naukę. Wszystkich, którzy myślą o zdawaniu egzaminu maturalnego, już dziś serdecznie zapraszamy do naszej placówki.

**"Na maturę nigdy nie jest za późno. Szczególnie teraz, kiedy nauka w AS - Liceum Ogólnokształcącym dla Dorosłych jest bezpłatna."**



**AS** LICEUM OGÓLNOKSZTAŁCĄCE DLA DOROSŁYCH

**AS - Liceum Ogólnokształcące dla Dorosłych mieści się przy ul. Odrowąża 15 w Warszawie. Kontakt do sekretariatu, tel. 663-925-669, 22 110-00-99 [www.aschools.pl](http://www.aschools.pl)**

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



**SZKOŁA DLA DOROSŁYCH  
 SZKOŁA DLA CIEBIE**

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

**LICEUM DLA DOROSŁYCH**  
 PRZYJMujemy TAKŻE NA 6-STY SEMESTR **ZA DARMO!**

# Śmiecie? Będzie jazda!

Komplet „uchwał śmieciowych” został już skierowany pod obrady rady miasta. Po lekturze tych dokumentów można mniej więcej wyobrazić sobie system wywozu odpadów komunalnych w Warszawie, który ma obowiązywać od 1 lipca bieżącego roku.



## Miasto przerzuca odpowiedzialność na innych

Co prawda samorząd warszawski będzie odpowiedzialny za wywóz odpadów komunalnych, ale w żadnym razie nie zamierza wziąć odpowiedzialności za ich

gromadzenie. Nadal właściciele nieruchomości, jakimi są w przytłaczającej większości spółdzielnie mieszkaniowe i wspólnoty, będą musiały zorganizować ich składowanie. To właśnie na zarządcy nieruchomości spoczywać będzie

zorganizowanie altanek śmietnikowych, pojemników i całego systemu segregacji. Miasto również zamierza obciążać wspólnoty i spółdzielnie opłatami za wywóz śmieci a nie bezpośrednio właścicieli mieszkań, którzy w myśl nowych przepisów powinni wpłacać miastu opłaty za śmiecie. Taka organizacja zbierania opłat przerzuca cały ciężar windykacji właśnie na wspólnoty i spółdzielnie, mimo że należne kwoty są należnościami miasta.

## Od mieszkania czy z metra?

Skierowane uchwały uzależniają opłatę za śmiecie albo od gospodarstwa domowego lub od powierzchni użytkowej mieszkania. Władze miasta odrzuciły możliwość zbierania opłat w zależności od liczby zamieszkałych osób (ponieważ jest to system najbardziej ciężki do weryfikacji) oraz od zużytej wody (niemożliwy do zastosowania, ponieważ znaczący odsetek mieszkańców mieszka w lokalach nieopomiarowanych licznika-

mi wody). Wybór wariantu zależy od radnych. Jak policzyli autorzy rozwiązań, niezależnie od wyboru wariantu miasto ściągnie podobną kwotę pieniędzy. Oczywiście w zależności od przyjętego rozwiązania inne grupy mieszkańców zapłacą więcej a inne mniej.

## Ile za śmiecie?

Zakładając, że w danej nieruchomości śmiecie będą segregowane to opłaty wnoszone do kasy miasta będą następujące:

- w wariantcie za gospodarstwo domowe 45 zł miesięcznie
- w przypadku wariantu za m<sup>2</sup> wyniosą one 0,8 zł za m<sup>2</sup> do 60 m<sup>2</sup> a kolejne 60 m<sup>2</sup> po 0,68 zł a powyżej 120 m<sup>2</sup> 0. Trudno dzisiaj jednoznacznie określić, kto konkretnie straci, na którym wariantcie. Jednak można śmiało powiedzieć, że miasto promuje w tym systemie ludzi mieszkających w dużym zagęszczeniu kosztem tych, którzy mają duży metraż na osobę.

## Premia za segregowanie śmieci

Niezależnie od tego, jaki model poboru opłaty śmieciowej zostanie

przyjęty przez radnych miasta, system ma zróżnicowane stawki w zależności od tego czy mieszkańcy danej nieruchomości zorganizują segregację śmieci czy nie. W nieruchomościach, gdzie będą segregowane śmiecie opłata będzie mniejsza o blisko 40%. Dlatego w dużej mierze w najbliższym czasie o to powinni zadbać zarządzający budynkami.

## Będą dopłaty dla najbiedniejszych

Nie wnikając w szczegóły autorzy rozwiązań skierowanych do rady miasta zaproponowali system, w którym mieszkańcy otrzymujący dzisiaj dodatek mieszkaniowy (z uwagi na niskie dochody na osobę w gospodarstwie domowym) mogą założyć, że będą płacić za śmiecie zbliżoną opłatę, jaką płacą w obecnym systemie. Jednak każda osoba, która nie spełnia obecnie kryteriów przyznania dodatku mieszkaniowego odczuje dotkliwą podwyżkę. Znam takie osoby, którym opłata za śmiecie wzrośnie nawet do 500%, ale o tym szczegółowo napiszę w następnym artykule.

Grzegorz Wysocki

## Ks. Roman Idrzejczyk w sieci

W dniu urodzin ks. Romana ruszyła poświęcona mu strona internetowa – [www.ksiadzroman.pl](http://www.ksiadzroman.pl).



ekumeniczną oraz tworzeniem skłaniających do refleksji wierszy. W 2005 roku został kapłanem Prezydenta RP, zginął w katastrofie pod Smoleńskiem. Po rozpoczęciu działania strony przyjaciele księdza nie spoczęli na laurach, już planują nazwać jego imieniem skwer lub ulicę oraz postawić mu pomnik.

Treść zamieszczona pod adresem [www.ksiadzroman.pl](http://www.ksiadzroman.pl) wciąż ulega zmianom, gdyż na bieżąco udostępniane są tam wspomnienia, zdjęcia i inne materiały nadsyłane przez przyjaciół. Wszystkich zainteresowanych historią tego niezwykłego żoliborzanina oraz jego ciekawą twórczością zapraszamy do odwiedzenia strony.

Małgorzata Grabowska

Ksiądz Roman był znanym żoliborskim duszpasterzem, kapłanem opozycji, przyjacielem kombatanów i harcerzy oraz kultowym duszpasterzem żoliborskiej młodzieży. Zasłynął także swoją działalnością

# Sztuka parkowania



Nie od dzisiaj wiadomo, że parkowanie na Żoliborzu staje się

trudną sztuką. Są miejsca, takie jak okolice placu Wilsona lub Te-

atru Komedii, gdzie zaparkowanie samochodu w pobliżu celu podróży graniczy z cudem. Podobnie jest na wielu osiedlach mieszkaniowych, gdzie o zaparkowaniu pod blokiem można zapomnieć. Stąd też wielu z nas kombinuje. Trochę tyłem, trochę bokiem, trochę na ulicy, trochę na trawniku. Ale zawsze tylko na chwilę. Niestety takie tłumaczenia nie zdadzą się na nic, a odholowanie źle zaparkowanego samochodu to, od Nowego Roku, już ponad pięć stów, mnóstwo nerwów i załatwiania. Naprawdę szkoda czasu i pieniędzy. Lepiej kawałek się przejść.

Sergiusz Kornatowski

## KREDYT HIPOTECZNY NA 30 LAT

250.000 ZŁ > RATA 1215 ZŁ

350.000 ZŁ > RATA 1659 ZŁ

500.000 ZŁ > RATA 2370 ZŁ



DORADZIMY,  
DOBIERZEMY DO TWOICH  
MOŻLIWOŚCI

TEL. 784 682 688

## Wpływ kolagenu na zdrowie

### Czym jest kolagen?

Kolagen to białko występujące w tkance łącznej, stanowi ok. 30% masy wszystkich białek w organizmie. Ze względu na swoją odporność, wytrzymałość i elastyczność jest podstawowym składnikiem budulcowym rogówki, stawów, ścięgien, naczyń krwionośnych, skóry i wielu innych. Każdego dnia nasz organizm jest narażony na utratę kolagenu, dzieje się to na skutek procesów chorobotwórczych, czynników środowiskowych (np. promieniowania UV) oraz otaczających nas wolnych rodników.

Do około 25 roku życia organizm sam sobie radzi z uzupełnieniem niedoboru tego białka,

jednak wraz ze zwiększającą się ilością procesów starzenia stopniowo zanika zdolność produkcji kolagenu. Niestety ilość kolagenu przyjmowana z pożywieniem jest niewielka i nie wystarcza do



uzupełnienia jego braków w organizmie.

**1 kapsułka dziennie to 40 mg czystego liofilizowanego kolagenu - dawka wystarczająca, by dbać o zdrowie**

Zapraszamy do zakupów na [www.kolagenplus.pl](http://www.kolagenplus.pl) w dziale kup on-line lub wpłacając kwotę 175 zł na konto:

04 2490 0005 0000 4520 7313 1060 – podając w tytule przelewu adres wysyłki.

Po odnotowaniu wpłaty na powyższe konto, wysyłamy przesyłkę listem poleconym - priorytetowym (czas oczekiwania maksymalnie do 7 dni roboczych).

[www.kolagenplus.pl](http://www.kolagenplus.pl)

# W obronie pamięci



**Uczestniczył w powstaniu listopadowym. Po jego upadku musiał emigrować. Wyemigrował do Francji. Tam w 1841 roku założył i prowadził księgarnię emigracyjną. W pismach politycznych nawoływał polskich emigrantów do solidarności. Był wydawcą paryskiej „Biesiady Krzemienieckiej”.**

Celem wspierania we Francji Polaków niezadowolonych do pracy założył „Stowarzyszenie podatkowe”, które w ważnym dla Polaków roku 1863 przybrało piękną nazwę „Instytucji czci i chleba”. Zecer, drukarz, księgarz, wydawca, pisarz polityczny **KAROL KRÓ-**

**LIKOWSKI** (1806–1871), gorący patriota został w II Rzeczypospolitej patronem żoliborskiej ulicy łączącej plac Joachima Lelewela z ulicą Potocką. Władze PRL usunęły jego nazwisko ze swoich encyklopedii. Przeszedł też patronować ulicy, nad którą rozciągnięto

imię Stanisława Szczepanowskiego, ulicy łączącej ulicę Juliusza Słowackiego z ulicą Henryka Siemiradzkiego. To nie są dwa kawałki jednej kiedyś, jak można by wnioskować, ulicy przeciętej gmachem dzisiejszej Szkoły Głównej Służby Pożarniczej, to są dwie różne ulice, którym patronowało dwóch wielkich Polaków: Karol Królikowski i Stanisław Szczepanowski (1846–1900) – inżynier, ekonomista, entuzjasta uprzemy-

slawiana Galicji, przedsiębiorca naftowy, budowniczy rurociągu, rafinerii, linii kolejowej, założyciel pierwszej tam fabryki maszyn górniczych.

Czas byłby wielki, z szacunku dla przeszłości, rozstać się już z tym, bez uzasadnienia historycznego (vide plan Warszawy z roku 1935), żoliborskim dziwołgiem. Sprawa jest do załatwienia od ręki. Do ulicy tej nie jest przypisana żadna nieruchomość.

Przedwojenna ulica Karola Królikowskiego, dziś kuriozalna część ulicy Stanisława Szczepanowskiego, jako pierwsza w tej okolicy została wytypowana do remontu. Miała nawierzchnię z solidnego przedwojennego klinkieru. Wystarczyło wzmocnić podbudowę tej ulicy – ze względu

na ciężki sprzęt pożarniczy dojeżdżający do placu ćwiczebnego szkoły pożarniczej – i tę nawierzchnię ułożyć ponownie. Oj, posłużyłaby jeszcze! No niestety, wymieniono ją na, wątpliwej jakości, kostkę cementową. Jaką ta kostka tworzy estetyczną kompozycję z zabytkową zabudową? Jak w tej sprawie wypowiedział się konserwator zabytków? Warto by poznać jego opinię!

Połączenie z ulicą Potocką wygląda tak (zdjęcie). Co my tu widzimy? Resztki klinkieru z dawnej ulicy Karola Królikowskiego, resztki trylinki – pozostałość z dawnego połączenia z ulicą Elżbiety Drużbackiej, uzupełnionych dwoma rodzajami współczesnej kostki cementowej. Be!

**Włodzimierz Rynowiecki**

## Finał Domeyko Dzieciom 2013

**12 stycznia w Teatrze Komedia odbył się VIII Koncert Finałowy akcji charytatywnej Domeyko Dzieciom 2013 - dla Antka Mirgi.**



## Wino – fakty i mity

► Rozmowa z Piotrem Krajczyńskim, prowadzącym Piwnicę z winami [dobrewina.pl](http://dobrewina.pl) tuż obok pl. Wilsona (ul. Mickiewicza 30), sommelierem.

– Mimo naszych cyklicznych rozmów nadal mam wiele pytań. Czy mógłby Pan rozwiązać moje (i zapewne wielu czytelników również) wątpliwości?

– Oczywiście. Postaram się odpowiedzieć na wszystkie nurtujące Państwa pytania.

– Ostatnio bardzo popularne stało się używanie karafek do dekantacji wina. Czy należy ich używać do wszystkich rodzajów trunków?

– Karafka pozwala „dotlenić” wino. Wydobędzie ona pełnię smaku z win długo leżakowanych w dębinie, bardzo młodym zaś pomoże szybciej się otworzyć. Jednakże w przypadku standardowych win nie jest ona niezbędna. Wystarczy pozostawić otwartą butelkę na 10–15 minut.

– Gdzie powinniśmy przechowywać butelki? Wszak nie każdy ma w domu możliwość zrobienia własnej piwniczki.

– Zazwyczaj trzymamy wina w kuchni, gdyż wydaje nam się to odpowiednim miejscem na – bądź co bądź – artykuły spożywcze. Nie jest to jednak dobra lokalizacja dla win: jest im tam zwyczajnie za ciepło.

– Czy prawdą jest, że „im wino starsze, tym lepsze”?

– Stwierdzenie to dotyczy jedynie niewielkiej grupy niezwykle szlachetnych, długo dojrzewających win. Jedynie kilka procent światowej produkcji win nadaje się do długiego leżakowania. Muszą one być przechowywane w specjalnych warunkach, gdzie zachowane są wszystkie składowe, m.in. wilgotność, temperatura, zaciemnienie. W przypadku znacznej większości win dostępnych na rynku stwierdzenie to nie ma racji bytu: wina te nie nadają się do leżakowania, a przechowywanie ich przez kilka lat może jedynie pogorszyć ich smak.

– Zdarza się, że na półce możemy znaleźć etykiety z bieżącego rocznika. Co powinniśmy wiedzieć o takich winach?

– Nie należy się ich bać. Ponieważ na półkuli południowej winogrona są zbierane podczas naszej wiosny, tak więc wino np. argentyńskie może być pół roku starsze niż europejskie. Ponadto mitem jest, że wina młode są gorsze od tych dojrzałych. Świeżość zawarta w młodych winach jest ich atutem.

– Czy wszystkie wina zawierają siarczyny?

– Siarczyny wspomagają proces produkcji wina: dzięki nim winiarz ma możliwość zakończenia procesu fermentacji w dowolnie wybranym momencie, gdy stwierdzi, że jego trunek jest już taki, jak powinien. Ciekawostką może być fakt, że nawet wina organiczne mają oznaczenie na etykiecie „zawiera siarczyny” lub „contains sulphites”.

– Kiedyś takich oznaczeń nie było.

– Po akcesji Polski do Unii Europejskiej wprowadzono przepis nakazujący importerom umieszczanie takiej informacji na etykiecie. To, że przed wstąpieniem do UE takie oznaczenie nie występowało na etykiecie, nie oznacza wcale, że siarczyny nie były używane przez winiarzy. Nie należy się jednak bać: ich zawartość w winie jest niższa niż na przykład w suszonych owocach.

– Czy dobre wino musi być drogie?



– Skądże znowu. Można znaleźć wina z każdego niemal zakątka świata, które pomimo niewygórowanej ceny będą miały wspaniały smak i aromat.

– Czy dobierając wino do kolacji wybieramy jedną butelkę do wszystkich etapów posiłku, czy kilka różnych pozycji?

– To zależy. Może się zdarzyć, że zarówno przystawka, jak i da-

nie główne, a czasem i deser pasują do jednego rodzaju wina. Wtedy możemy skupić się na jednej etykiecie. Jednakże jeżeli do jednego dania pasuje wino białe, a do drugiego czerwone, to nic nie stoi na przeszkodzie, by oba stanęły na stole.

– Dziękuję za rozmowę.

**Rozm. SK**

**„Chcesz dowiedzieć się więcej? Zajrzyj na naszą stronę na facebooku”**

**[www.facebook.com/piwniczazwinami](http://www.facebook.com/piwniczazwinami)**

**Piwnica z winami [dobrewina.pl](http://dobrewina.pl),  
ul. Mickiewicza 30, tel. 22 839-16-41**