

URSUS. Stanowisko rady dzielnicy w sprawie pogotowia

Czy przyjedzie karetka?

Mieszkańcy skarżą się na trudności z wezwaniem pogotowia ratunkowego. Odmowy tłumaczone są tym, że pogotowie może przyjechać, ale w karetce nie ma lekarza, więc to i tak nic nie da. Kwestionowana jest potrzeba przyjazdu i często odsyła się pacjentów do Nocnej i Świątecznej Pomocy Lekarskiej i Pielęgniarskiej (NiSPLiP) w Ursusie.

Rzeczywiście funkcjonuje w Ursusie od niedawna taka placówka, ale dyżuruje tam tylko jeden lekarz i jedna pielęgniarka. Nie ma więc możliwości natychmiastowych wyjazdów do chorego. Zdarzały się przypadki kwestionowania przez dyspozytorkę pogotowia kompetencji interweniującego z NiSPLiP dyżurującego lekarza. Twierdziła, że telefonicznie nie można ocenić stanu chorego. A przecież Szanowna Pani Dyspozytorka - nie będąc lekarzem - również telefonicznie podejmuje decyzje o wysłaniu karetki.

Stanowisko rady

W związku z licznymi tego rodzaju przypadkami, zgłaszanymi do miejscowych placówek służby zdrowia oraz do radnych - na sesji Rady Dzielnicy Ursus 16 lutego 2012, radni **Paweł Dilis** i **Piotr Adamus** (obaj pracujący w ursuskich przychodniach lekarze) wystosowali do dyrektora Biura Polityki Zdrowotnej **Dariusza Hajdukiewicza**, przy pełnym poparciu całej rady, interpelację dotyczącą standardów pracy Wojewódzkiej Stacji Pogotowia Ratunkowego i Transportu Sanitarnego „Meditrans” SPZOZ w Warszawie.

Czytamy w niej m.in.: „Z informacji uzyskanych od lekarzy NiSPLiP dla Dzielnicy Ursus (...) wynika, że notorycznie zdarzają się przypadki odmowy wyjazdów zespołu ratownictwa do chorych będących w stanie zdrowotnym uzasadniającym taką interwencję” i dalej „...od-



W lutym ursuscy radni - lekarze Paweł Dilis (z prawej) i Piotr Adamus interweniowali w sprawie pogotowia

sylani są pacjenci, co do których istnieją wskazania do pilnej wizyty zespołu ratownictwa. Takie postępowanie wydaje się być nie tylko odmową udzielenia świadczenia z przyczyn nagłych ale również narażeniem pacjenta na zagrożenie zdrowia i życia. Zdarzają się nagminnie przypadki odsyłania pacjenta z dusznością, zaburzeniami świadomości do NiSPLiP. W takich przypadkach jest oczywiste, że po wizycie lekarza NiSPLiP i tak będzie niezbędna interwencja pogotowia w celu transportu pacjenta do szpitala dla dalszej pilnej diagnostyki i leczenia”.

Przykłady i pytania

W dalszej części interpelacji radni powołują się na konkretne przykłady, m.in. uprzączywają odmowę przyjazdu

do 90-letniej pacjentki, która nie chciała przyjmować płynów i pokarmów, a tego dnia nastąpiło pogorszenie kontaktu. Dopiero interwencja lekarza z Ursusa spowodowała - z oporami - wysłanie karetki. W trakcie negocjacji z dyspozytorką i Lekarzem Koordynującym ponownie zadzwoniła rodzina pacjentki z prośbą o pilną pomoc, gdyż pacjentka ma nieoznaczalne ciśnienie i straciła przytomność. A czas płynął.

Na zakończenie interpelacji radni proszą o udzielenie odpowiedzi na kilka pytań. Jedno z nich to: czym kieruje się dyspozytor „Meditrans” wysyłając zespół ratownictwa na interwencję i czy są to tylko względy medyczne czy również inne, a jeżeli tak, to jakie?

Niezrozumiałe kryteria

Mamy nadzieję, że Rada Dzielnicy szybko otrzyma odpowiedź na interpelację, a przede wszystkim, że ulegną zmianie niezrozumiałe kryteria oceny potrzeby wysłania karetki do potrzebujących pomocy. A mieszkańcy Ursusa mogą się cieszyć, że wybrali na radnych „swoich” lekarzy, którzy naprawdę dbają o ich interesy. Na wszelki wypadek informujemy również, że Nocna i Świąteczna Pomoc Lekarska i Pielęgniarska w Ursusie przy ul. Plutonu Torpedy 47 czynna jest codziennie od godz. 18.00 do 8.00 rano i przez 24 godziny w niedziele i święta - tel. 602-172-219. Ogólnopolski numer Pogotowia Ratunkowego to 999.

Tekst i foto: Jacek Sulewski

Drodzy Czytelnicy,

Macie przed sobą piąty numer naszego dwutygodnika. Wychojąc naprzeciw Waszym oczekiwaniom dokonaliśmy dwóch zmian: pierwsza dotyczy zwiększenia nakładu do 30 000 egzemplarzy, co jest spowodowane ogromnym i stale rosnącym zainteresowaniem z Państwa strony; druga zaś dotyczy papieru, który - również dzięki Państwa sugestiom - został zmieniony, na ten bardziej znany „gazetowy”. Mamy nadzieję, że wprowadzone zmiany i stałe ulepszanie naszej gazety przyjmiecie Państwo ze zrozumieniem oraz pozostaniecie z nami, a być może zachęcicie swoich znajomych do czytania FLESCH Mazowska.

Marcin Giziński
Redaktor naczelny



OS-STAL
Sebastian Olszański
05-800 Pruszków; ul. Błomska 10
tel/fax: 22 758-66-84

POŻYCZKI

pod zastaw nieruchomości

• bez BIK, ZUS, zaświadczeń

kredyty@spoko.pl, tel. 503 782 746

SKUP ZŁOMU



METALE KOLOROWE
KASACJE • ROZBIÓRKI
508 570 508
RBMGROUP.COM.PL

NAJLEPSZE PROGRAMY DLA MAŁEJ I ŚREDNIEJ FIRMY ORAZ BIURA RACHUNKOWEGO



KASY FISKALNE INNOVA

Piastów
ul. Harcerska 30 lok. 214 (II piętro)
tel. 22 424 98 27, kom. 502 37 91 78
e-mail: biuro@fuhgorka.pl, www.fuhgorka.pl

AUTO-SKUP

OSOBOWE • TERENOWE • DOSTAWCZE - BUSY
KAŻDA MARKA Z ROCZNIKÓW: 1998 - 2009
TELEFON 883 - 761 - 900

Poszukujemy

nieruchomości

dla naszych klientów

(22) 730 33 43

Pruszków
Komorów
Piastów
Brwinów
Grodzisk Maz.
Otrębusy
Nadarzyn
Milanówek
Michałowice
Raszyn
Podkowa Leśna
Ożarów Maz.
Żyrardów
Warszawa:
Ursus
Włochy
Ochota
Wola
Bemowo

NIERUCHOMOŚCI

tel. (22) 730 33 43

NIERUCHOMOŚCI

tel. (22) 730 33 43

www.nieruchomosci.flesch.pl

Pruszków ul. Bolesława Prusa 95 tel. 22 730 33 43

GRODZISK MAZ. Magda Zawadzka w Mieście Kobiet
Kobiety o sobie

Warsztaty kulinarne, psychologiczne i dietetyczne, zajęcia fitness i taneczne, prezentacje lokalnych artystów, konsultacje z wizażystką, stylistką, fryzjerką – chyba wszystko czego kobieca dusza zapagnie – miało miejsce 11 marca w grodziskim Centrum Kultury. Imprezę pt. „Miasto kobiet” dodatkowo uatrakcyjnił występ aktorki Magdaleny Zawadzkiej.

Choć to była dopiero pierwsza edycja „Miasta Kobiet” w niedzielę do grodziskiego Centrum Kultury ścignęły tłumy pań w różnym wieku. Kilka set karnetów w symbolicznej cenie 10 zł umożliwiających korzystanie ze wszystkich atrakcji sprzedawało się w ciągu zaledwie dwóch dni. Na pomysł zorganizowania imprezy wpadły pracownice Biblioteki Publicznej wraz z jej dyrektorką, **Dorotą Olejnik**, która do współpracy zaprosiła Centrum Kultury. Dyrektor podkreśla, że biblioteka zawsze skupiała wokół siebie wiele aktywnych, ciekawych



Uważam za słuszną intencję, że kobieta tworzy mężczyznę i życie z nim – przekonywała Magdalena Zawadzka

świata i pełnych potencjału pań. Pierwsze „Miasto Kobiet” jest tego doskonałym przykładem. Dobra organizacja oraz wsparcie sponsorów, sprawiła, że uczestniczki nie mogą doczekać się już kolejnej edycji.

– Bardzo się cieszę, że udało się zorganizować to fantastyczne wydarzenie dla wszystkich kobiet z Grodziska. Tak duże zainteresowanie świadczy o tym, że impreza jest potrzebna, na pewno też będzie powtarzana w następnych latach, gdyż pomysł cieszy się ogromnym poparciem burmistrza – mówi współorganizatorka **Edyta Mrowińska**.

Po części warsztatowej odbyło się wyczekiwane spotkanie autorskie z **Magdaleną**

Zawadzką. Mottem spotkania był cytat z książki „Gustaw i Ja”: *Uważam, że słuszną intencję, że kobieta tworzy mężczyznę i życie z nim*. Znam aktorkę promowała jednak nie tylko swoją książkę, ale z humorem i wdziękiem przekazała także grodziskim kobietom potężną dawkę życiowego optymizmu, wiary w miłość oraz kobiecą siłę. Na zakończenie odbyły się występy utalentowanych uczniów z Zespołu Szkół nr 2 oraz koncert burmistrza. **Grzegorz Benedycki** nie mógł odmówić i śpiewając piosenkę Skaldów złożył kobietom najlepsze życzenia z całego serca.

Tekst i foto:
Paulina Grzesiewicz

INTERNET. Wybory Kobiety Sukcesu Mazowsza 2012
Łamię stereotypy

Redakcja serwisu naszemiasto.pl postanowiła zorganizować plebiscyt, w którym to Internauci wybiorą Kobietę Sukcesu Mazowsza 2012. Wygra kandydatka, która dostanie najwięcej głosów.

„Złota dziesiątka”, to kobiety, które zostały wybrane z spośród szerszego grona niezwy-

– Czy czuje się Pani kobietą sukcesu?
– Nie. Zawsze znajdzie się

Elżbieta Anna Smolińska starosta pruszkowski:
Pani Elżbieta jest postacią kre-



Starosta pruszkowski **Elżbieta Smolińska** (z lewej) i **Maria Domańska** z Podkory Leśnej startują w internetowym plebiscyście na Kobietę Sukcesu

kłych pań, cechujących się wszystkim tym, na co składa się „Kobieta Sukcesu”. Do 30 marca, na stronie: www.warszawa.naszemiasto.pl potrwa głosowanie internetowe. Naszej redakcji udało się ustalić, że wśród nich dwie Panie mieszkają w naszym regionie.

Maria Domańska właścicielce „Weranda & Cafe” z Podkory Leśnej zadaliśmy kilka pytań:

– **Pani Mario, najprościej: Kobieta Sukcesu, to?**

– Wydaje mi się, że to taka kobieta, która nie tylko idzie przez siebie wyznaczoną drogą, znosi cierpliwie niepowodzenia i nie poddaje się, ale również taka, którą po prostu cieszy to co robi. Daje frajdę.

– **Czy uważa Pani, że tego typu konkursy są potrzebne?**

– Tak. Absolutnie tak. Motywują, popychają do działania. Pokazują, że ciężka praca bywa naprawdę doceniana, zauważana. Ale przede wszystkim łamię stereotypy o kobietach: że słabsze, mniej zaradne, stworzone do gotowania obiadu (śmiech).

– **Chciałaby Pani wygrać?**

– Tak! To naprawdę niesamowite być docenionym. Nie mniej, ostatnie miejsce, myślę, może dać podobną satysfakcję. Niech się dzieje wola internautów!

atywną, wymagającą i sprawiedliwą. Jej wykształcenie i wiedza, przełożyła się na miejsce, w którym dziś możemy ją odnaleźć. Przez swoje działania, wzmacnia i motywuje społeczeństwo powiatu pruszkowskiego do czynów mających na celu rozwój poszczególnych gałęzi infrastruktury. Jednocześnie sama w tym uczestniczy, za co niejednokrotnie została nagrodzona. Pozostałe kandydatki to: **Maria Koc, Maria Pomiatowska, Izabela Dzieduszycka, Ewa Smuk – Stratenwerth, Grażyna Piotrowska - Oliwa, Ewa Lisowska, Ewa Telega** oraz **Róża Domańska**.

Opracowała:
Martyna Mekler

REKLAMA

STWORZYMY DLA
CIEBIE REKLAMĘ
885 585 002

**BEZPŁATNA
REHABILITACJA**
Ogólnopolska akcja
„Na zdrowie”
Pruszków, ul. Ołównowa 40
tel: 22 728 04 02
503 132 510

FLESCH DWUTYGODNIK
Mazowska

Redaguje zespół:
Redaktor naczelny: **MARCIN GIZIŃSKI**

Sekretarz redakcji: **MARTYNA MEKLER**

Dział społeczno – polityczny: **KINGA ROCHAŁSKA**
k.rochalska@flesch.pl

Dział kulturalno – oświatowy: **PAULINA GRZESIEWICZ**
p.grzesiewicz@flesch.pl

Dział sportowo – rekreacyjny: **MARTA DASZKIEWICZ**
m.dasziewicz@flesch.pl

Fotoreporter – interwencje: **JACEK SULEWSKI**
j.sulewski@flesch.pl

ADRES REDAKCJI:
05 – 804 Pruszków
Ul. Bolesława Prusa 95 (róg Plantowej i Wojska Polskiego)
Tel./fax. 022 730 33 41, 0 885 585 001
e-mail: redakcja@flesch.pl

Biurowie reklam i ogłoszeń:
Tel./fax. 022 730 33 41, 0 885 585 002
e-mail: reklama@flesch.pl

Redakcja nie zwraca materiałów nie zamówionych i zastrzega sobie prawo do ich skracania. Nie odpowiadamy za treść zamieszczonych reklam i ogłoszeń. Na podstawie art. 25 ust. 1 pkt. 1 b Ustawy z dnia 4 lutego 1994 r. o prawie autorskim i prawach pokrewnych wydawca zastrzega, że dalsze rozpowszechnianie materiałów redakcyjnych opublikowanych w dwutygodniku „FLESCH Mazowska” zarówno w formie elektronicznej jak i papierowej bez jego zgody jest zabronione.

Wydawca: **Bogdan Przewłocki**
ul. Główna 56
05-830 Nadarzyn, Rusiec

Druk: **ODDI Poland Sp. z o.o.**
Kamień ul. Radomska 2, Białobrzegi 26-800
tel.: (0)48 613-24-34; fax: (0)48 613-04-88
www.oddi.pl

Nakład: 30 000

Skład i grafika: **Michał Rudziński**

PIASTÓW
Podjeżdżani seniorzy

Do komisariatu w Piastowie przyszła pokrzywdzona złożyć zawiadomienie o kradzieży. Według jej relacji 86 - letnia kobieta i jej 87 - letni mąż mieli się dopuścić kradzieży prawie 50 tysięcy złotych. W październiku ub. roku starsza pani pilnowała mieszkania poszkodowanej. Prawdopodobnie wówczas zabrała pieniądze. Od momentu, kiedy pokrzywdzona zorientowała się, że ich brakuje, kilkakrotnie prosiła o zwrot. Bez skutku. Po przyjęciu zawiadomienia policjanci pojechali do mieszkania staruszek. W ukrytych kopertach znaleźli prawie całą sumę, która zniknęła z mieszkania pokrzywdzonej. Seniorzy nie potrafili wyjaśnić skąd mają tak pokątną kwotę. Zostali więc zabrani na przesłuchanie. Ze względu na wiek nie zostali zatrzymani. Zwolniono ich do domu. Jeśli podejrzenia potwierdzą się grozi im 5 lat więzienia.

PRUSZKÓW
Wózkowy interes

Na jednej z ulic Pruszkowa policyjny patrol zauważył ok. godz. 1.00 w nocy Krzysztofa W. (26 l.), który prowadził 11 sztuk wózków sklepowych. Po krótkiej rozmowie okazało się, że to już jego drugi kurs. Zabierał sprzęt z parkingu jednej z sieci handlowych. Wcześniej zaprowadził do swojego znajomego dwie

NA SYGNALE

sztuki, za które otrzymał alkohol. Miał ponad 2,20 promila alkoholu w wydychanym powietrzu. Mundurowi pojechali pod wskazany adres. Na posesji znajdował się dostarczony wcześniej sprzęt oraz części innych wózków. Zatrzymany został jej mieszkaniem Arkadiusz M. (46 l.), który przyjmował kradzione wózki, rozciągał je, a następnie sprzedawał. Według wstępnych szacunków sumę strat określono na ok. 3 tys. zł. Mężczyźni trafili do celi. Pierwszy z usłyszy zarzut kradzieży, a drugi umyślnego paserstwa. Za oba przestępstwa grozi do 5 lat pozbawienia wolności.

RASZYN
Plan nie wypalił

W pierwszym tygodniu marca Marek J. (34 l.) i Piotr G. (41 l.) nie mieli szczęścia. Około godz. 20.00 zostali zauważeni przez policyjny patrol kiedy przenosili dużą ilość kabli. Zapytani o to przez funkcjonariuszy oświadczyli, że znaleźli je w krzakach. Ze względu na specyfikę „znaleziska” mundurowi nie dali wiary wyjaśnieniom. Obydwu mężczyzn zatrzymali i doprowadzili do komendy. W wyniku przesłuchania prawda wyszła na jaw. Tego dnia wczesnym popołudniem Marek J. i Piotr G. przechodzili w pobliżu posesji przy ul. Słowikowskiego. Przy budynku gospodarczym zauważyli le-

żące kable. Postanowili pójść do domu, wziąć torbę i wrócić po łup. Tak też zrobili. Plan zburzyli policjanci. Kiedy tylko zostanie ustalona wartość skradzionego towaru będzie można postawić sprawcom zarzuty.

GRODZISK MAZ.
Zdenerwowany kierowca

W minionym tygodniu ok. godz. 1.30 w nocy funkcjonariusze patrolujący ul. Sienkiewicza zauważyli samochód jadący bez przedniej tablicy rejestracyjnej. Podczas kontroli kierowcy okazało się, że mężczyzna przywiózł do Grodziska znajomego i nie ma dokumentów pojazdu. Po chwili na miejsce dotarł nietrzeźwy użytkownik opla. Dwudziestolatek poinformował policjantów, że samochód nie posiada ubezpieczenia OC. Gdy funkcjonariusze przedstawili mu dalszą procedurę prawną w takim przypadku, Hubert R. zaczął im uderzać i zachowywać się agresywnie. Podczas próby odebrania kluczyków od samochodu, mężczyzna szarpał i kopął interweniujących policjantów. Funkcjonariusze szybko obezwładnili 20-latkę i zatrzymali go w policyjnej celi. Po wytrzeźwieniu mężczyzna usłyszał zarzuty znieważenia i naruszenia nietykalności cielesnej funkcjonariuszy. Hubert R. przyznał się do obydwu czynów i dobrowolnie poddał ka-

rze. Popelnione przez niego przestępstwa zagrożone są karą do 3 lat więzienia.

Kradli masło

Kilka dni temu w grodziskiej komendy zjawił się prezes jednej z lokalnych firm. Zgłosił kradzież 1650 kg masła z magazynów zakładu. Oceniał swoje straty na 27,5 tys. zł. Praca operacyjna kryminalnych już następnego dnia doprowadziła do wytypowania podejrzanych osób. Funkcjonariusze ustalili, że sprawcami kradzieży masła i innych artykułów spożywczych jest pięciu pracowników zakładu. Mężczyźni w wieku od 26 do 32 lat zostali zatrzymani. W domu trzech z nich znaleziono łącznie 28 bloków skradzionego masła i torbę z papryką w proszku. Zabezpieczono także samochód jednego z nich, którym prowadzono produkty z magazynu. Tomasz B. (26 lat), Karol P. (28 lat), Jarosław Ż. (30 lat), Piotr W. (31 lat) i Robert K. (32 lata) już usłyszeli zarzuty kradzieży. Czterech z nich przyznało się do winy i dobrowolnie poddało się karom roku pozbawienia wolności w zawieszeniu na 3 lata i całkowitego naprawienia szkody. Przestępstwo kradzieży zagrożone jest karą do 5 lat więzienia.

Opracował (**mg**)
na podstawie informacji
z KPP Pruszków
i KPP Grodzisk Maz.

ŚRODOWISKO. Godzina dla Ziemi Zgaś światło!

Ostatniego dnia marca o godz. 20.30 cały świat na godzinę pograży się w ciemnościach. Jak co roku do akcji zachęca organizacja ekologiczna WWF (World Wide Foundation). Ten symboliczny gest wyrażający troskę o ochronę środowiska poparły także lokalne władze miast z naszego regionu: Pruszkowa oraz Grodziska Mazowieckiego, które oficjalnie przyłączyły się do tegorocznej edycji.

Po raz pierwszy „Godzina dla Ziemi” zainspirowana przez WWF miała miejsce w roku 2007 w Sydney. Światło wyłączyło wówczas dwa miliony ludzi. W 2011 r. wydarzenie to stało się największą ekologiczną inicjatywą społeczną – do



W dniu 31 marca przez godzinę od 20.30 zgaśmy światło, aby okazać troskę o Ziemię

akcji przyłączyło się bowiem setki milionów ludzi z 5 tys. miast w 135 krajach. W ciemności pograżyły się takie ikony architektury jak: Wieża Eiffla w Paryżu, Opera w Sydney, Brama Brandenburska w Niemczech, piramidy w Egipcie, Zakazane Miasto w Chinach, Pałac Kultury i Nauki i Zamek Królewski w Warszawie, Spodek w Katowicach, Sukiennice i Kopiec Kościuszki w Krakowie oraz wiele innych. Organizatorzy akcji wyjaśniają, że bezpośrednim jej celem

nie jest oszczędzanie energii, ale symboliczny wyraz troski o naszą planetę. Oszczędzanie energii przez jedną godzinę w roku nie wystarczy, by powstrzymać nadmierną emisję gazów cieplarnianych i niebezpieczne zmiany klimatu. – Zachęcamy Polaków do przyłączenia się do tego niezwykle, pozytywnego manifestu aby pokazać swoje zaangażowanie i troskę o środowisko razem z ludźmi na całym świecie. Poprzez Godzinę dla Ziemi WWF chcemy przypomnieć, że warto

dbać o planetę przez cały rok, nie tylko gasząc zbędne światła i oszczędzając energię w domu, ale także chociażby rezygnując z jednorazowych foliówek, biorąc prysznic zamiast kąpieli w wannie, segregując odpady, używając papieru z makulatury czy drukując dwustronnie – wyjaśnia Małgorzata Kosowska, rzecznik prasowy WWF Polska. „Godzina dla Ziemi” w Polsce odbędzie się po raz piąty. Poza światłem w domach, zgasną też iluminacje budynków i obiektów architektonicznych w miastach, które przyłączyły się do tej inicjatywy. Organizatorzy zachęcają także do przyłączenia się do akcji w Internecie oraz zakupu na tę okazję świeczki w symbolicznej cenie 5 zł. Świeczki dostępne są w popularnej sieci drogerii, a całkowity dochód ze sprzedaży zostanie przeznaczony na program ratowania polskich niedźwiedzi

Tekst i foto:
Paulina Grzesiewicz

GRODZISK MAZOWIECKI.
Kontrole prędkości

Wolniej i bezpieczniej

Po śmiertelnym potrąceniu pieszego na ul. Montwiłła Straż Miejska na wniosek mieszkańców i burmistrza zaostrzyła kontrolę prędkości na grodziskich ulicach. Do fotoradaru stacjonarnego umieszczonego w Kałęczynie przy drodze wojewódzkiej 579 dołączy fotoradar mobilny.

Jak informuje Jan Stachurski, komendant grodziskiej straży, oba fotoradary działały już od 2010 r. Jednak w tym roku mobilny będzie działał w większym zakresie. Urządzenie pojawi się na ulicach o dużym natężeniu ruchu, m.in. Żytniej, Montwiłła, Granicznej, Nadarzyńskiej, Piaskowej oraz w okolicznych wioskach: Kałęczynie, Opypach, Natolinie. Komendant podkreśla, że lista miejsc nie jest zamknięta i będą organizowane następne.

Według obserwacji komendanta do momentu postawienia fotoradarów odnotowywano kilkadziesiąt przypadków przekroczenia prędkości dziennie. Wiele kierowców ignoruje bowiem znaki ograniczenia prędkości. Teraz ma to się zmienić.

– Fotoradary odnoszą pożądany skutek, ponieważ już teraz ilość wykroczeń rogowych zmniejszyła się o 50 proc. – podsumowuje J. Stachurski.

Pg

REKLAMA

NOWOŚCI HANDLOWE

DYSTRYBUTOR

FLESCH

ZAMÓWIENIA

(22) 729 82 23

dzialhandlowy@flesch.pl



IDEALNE DO MAKARONÓW



Bez konserwantów,
sztucznych barwników
oraz glutamianu
sodu

Danie z pomysłem

Spaghetti Bolognese

Spaghetti Napoli

Cannelloni z kurczakiem
i groszkiem

Lasagne po prostu

Świdry z kurczakiem
i pieczarkami

Kokardki Carbonara

Pikantne Penne

Kasza z gulaszem

PRUSZKÓW. Policja podsumowała miniony rok Optymistyczne dane

W czwartek 1 marca w siedzibie Starostwa Powiatowego odbyła się odprawa roczna podsumowująca wyniki pracy pruszkowskiej Policji w roku 2011.

Wzięli w niej udział m.in. I Zastępca Komendanta Stołecznego Policji insp. **Michał Domaradzki** oraz przedstawiciele samorządów. Komendant Powiatowy mł. insp. **Waldemar Perdion** oraz jego zastępcy przedstawili samorządom wyniki pracy osiągnięte w roku 2011 oraz plany i zamierzenia w roku bieżącym.

W minionym roku na terenie powiatu pruszkowskiego miało miejsce 169 wypadków, czyli więcej niż w rok (129) i dwa lata wcześniej (111). Zanotowano też aż 2265 kolizji (w 2010 r. – 2174, w 2009 r. – 2102). Na drogach zginęło 19 osób, a rannych zostało 222.

Najwięcej zdarzeń zanotowano w Raszynie – 603 kolizje i 19 wypadków, oraz Pruszkowie – 556 kolizji i 38 wypadków. Wśród przyczyn prym wiodzie nie ustąpienie pierwszeństwa przejazdu, nie dostosowanie prędkości do warunków panujących na drodze oraz nie ustąpienie pierwszeństwa pieszym.

Liczba wypadków rośnie, ale dla przeciwwagi spada liczba przestępstw i wykroczeń. W 2011 roku zanotowano 196 czynów zabronionych, z czego w 167 przypadkach wykryto sprawców. Takich zdarzeń było w 2010 roku aż 219, a w 2009 – 227.

Zebrała: **Marta Daszkiewicz**

KULTURA. X Konkurs Piosenkowski TULIPANADA

Śpiewać może każdy

Dom Kultury „Kolorowa” we współpracy z Ośrodkiem Kultury „Arsus” w Dzielnicy Ursus m. st. Warszawy już po raz dziesiąty organizuje TULIPANADĘ, czyli otwarty przegląd piosenki dla dzieci, młodzieży i dorosłych z województwa mazowieckiego.

Mogą w nim wziąć udział amatorskie zespoły wokalne, wokalnie – instrumentalne, chóry, soliści ze szkół, ośrodków społeczno – wychowawczych, placówek kulturalnych, ognisk muzycznych a także twórcy działający samodzielnie.

Jest on przeznaczony dla trzech kategorii wiekowych: 7 - 12 lat, 13 - 17 lat i od 18 lat. 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.

Organizatorzy wyznaczyli też trzy kategorie muzyczne: soliści – wokaliści (akompaniament z płyty CD lub własny – np. fortepian, gitara lub zespół muzyczny) – oceniani jest wyłącznie wokalista; zespoły wokalne – instrumentalne – oceny jest wokalista wspólnie z zespołem oraz chóry (akompaniament z płyty CD lub z towarzyszeniem fortepianu lub a'capella).

Dostępne na stronie internetowej organizatora karty uczestnictwa należy przesłać lub dostarczyć do dnia 30 marca 2012 roku na adres Domu Kultury „Kolorowa”, „Wpisowe” od jednego zgłoszenia (osoby, zespołu lub chóru) – 20 zł.

Jury konkursu przyzna po trzy nagrody w trzech kategoriach wiekowych i trzech muzycznych. Koncert laureatów i uroczyste wręczenie nagród odbędą się 29 maja 2012 r o godz. 18.00 w sali widowiskowej Ośrodka Kultury „Arsus” przy ul. Traktorzystów 14. Szczegóły u opiekuna konkursu **Janusza Łukaszewicza** w Domu Kultury „Kolorowa” 02 – 495 Warszawa – Ursus, ul. gen. K. Sosnkowskiego 16, II piętro pokój 230, kom. 0 604 503 353, tel. 22 867 63 95, fax 22 667 83 75 lub na stronie internetowej organizatora www.kolorowa.arsus.pl.

DOM KULTURY „KOLOROWA”
e-mail: dk.kolorowa@gmail.com

INICJATYWY. Siła głosu wspólnoty

Przyszłość Pruszkowa

Stowarzyszenie „Przyszłość, Pruszków, Porozumienie” powstało w marcu 2011 roku. Już dziś można mu przypisać wielkie idee i liczne zasługi w walce o to by, mieszkańcom Pruszkowa żyło się lepiej.

– SPPP to formuła która powstała w oparciu o młodzież, inicjatywę, zgodę, o Pruszków właśnie – informuje **Marek Prędota**, przewodniczący zarządu stowarzyszenia. – Pokazujemy ludziom, że warto brać z nas przykład i się organizować, bo tylko poprzez pewną organizację, poprzez ilość słyszanego głosu można się dobić do swoich celów i praw – dodaje.

I patrząc na osiągnięcia działającego niespełna rok stowarzyszenia, te słowa powinny być maksymą każdej lokalnej wspólnoty, społeczności obywatelskiej.

Konkretne cele

– Staraliśmy się na początku zwrócić uwagę na rzeczy które są najbardziej widoczne – mówi przewodniczący. – Nasza aktywność ukierunkowana jest na konkretne cele i te cele się realizują – zapewnia.

Stowarzyszenie porusza sprawy bezpośrednio dotyczące mieszkańców, pokazując w ten sposób ile warta jest aktywność i siła głosu wspólnoty. Tym niewątpliwym sukcesem jest wywalczenie włączenia remontu ulicy Mickiewicza do planu inwestycji na lata 2012/2013.

Nie można zapominać o jednej z pierwszych udanych inicjatyw stowarzyszenia którą było wyegzekwowanie remontu pomnika na ul. Długiej. Dzięki tej idei zniszczony, zapomniany głaz dziś pozostaje w opiece młodzieży szkoły nr 9, przeżywając czasy świetności. SPPP nagłaśniając sprawę, przyczyniło się również do powstania iluminacji świetlnej na jednym z najstarszych obiektów sakral-



Jednym z sukcesów Stowarzyszenia „Przyszłość, Pruszków, Porozumienie” jest wywalczenie włączenia remontu ulicy Mickiewicza do planu inwestycji na lata 2012/2013. Fot. SPPP

nych w tej części Mazowsza – kościele Niepokalanego Poczęcia NMP na Żbikowie.

Zamrażalka

Niektóre pomysły członków stowarzyszenia są jednak cały czas w tzw. zamrażalce władz samorządowych. Projekt „sportowej majówki” której dnia 2 maja towarzyszyły by liczne pikniki i zawody sportowe napotkał na przeszkodę braku funduszy.

Zaś pomysł rozbudowy muzeum Dulag 121 i remontu jego zewnętrznej elewacji nadal czeka na zainteresowanie władz. Nie przeszkadza to członkom stowarzyszenia tworzyć coraz odważniejszych projektów, jak choćby „Pruszkowska Inicjatywa Ewidencji Ssaków (PIES)”. Ma ona wywołać dyskusję społeczną i doprowadzić do kontroli urodzeń, zgonów oraz „chipowania” naszych czworonogów.

Podziemne jezioro

Jako jeden z celów działalności SPPP podaje ochronę środowiska. I nie jest w tym gołosłowne. Jak powiedział nam przewodniczący zarządu stowarzyszenia, oprócz typowego dla większości miast rozwoju infrastruktury wokół rzeki, Pruszków ma przed sobą bardzo odpowiedzialne zadanie. Jest nim ochrona największego podziemnego jeziora wody pitnej na Mazowszu.

Stowarzyszenie przygotowuje się do nadania temu projektowi odpowiedniej rangi. Bowiem do SPPP docierają sygnały, że niektóre ujęcia tego jeziora nie są należycie zabezpieczone, co może skutkować jego zanieczyszczeniem lub co gorsza skażeniem.

– Woda jest najważniejszym źródłem życia. Wyobraźmy sobie sytuację, że musimy sięgnąć do zasobów naszego podziemnego jeziora, a przez naszą nieuwagę, nonszalancję, jedno skażone ujęcie i woda pitna nie nadaje się do spożycia – podkreśla **M. Prędota**. – Budowa autostrady A2 w jego sąsiedztwie stwarza dodatkowe zagrożenia o czym już wcześniej informowaliśmy w Telewizyjnym Kurierze Warszawskim. Mielimy zapewnienia, że nowoczesna technologia budowy autostrad gwarantuje jezioru bezpieczeństwo, ale nadal będziemy monitorować jego obszar. Nauka i zapewnienia jedno, a praktyka i rzeczywistość drugie – dodaje.

Członkostwo

– Przyjęliśmy zasadę, że na razie mamy 8 członków – założycieli, oni tworzą główny człon stowarzyszenia. Nie możemy tak rozbudować liczby członków, żeby nie było można podjąć uchwał – tłumaczy przewodniczący. – Chcemy stworzyć strukturę sympatyków, którzy mogą działać w różnych zakresach. Dziś mamy ich około 130 i cały czas czekamy na nowych – podkreśla prezes zarządu SPPP*.

Aby zostać członkiem stowarzyszenia trzeba więc wykazać się pomysłowością, aktywnością, działaniem dla dobra społeczności. Doskonałym przykładem są członkowie honorowi SPPP: pruszkowianin, rektor Warszawskiego Uniwersytetu Medycznego, profesor **Marek Krawczyk** oraz absolwentka liceum im. Tomasza Zana w Pruszkowie, prezes „Polish Market” **Krystyna Woźniak – Trzosek**. W listopadzie 2011 roku, poprowadzili oni wykład adresowany do młodzieży pruszkowskich liceów. Miał on pokazać uczniom wzorzec do którego mają dążyć. Bowiem jak podkreśla nasz rozmówca: – Stowarzyszenie ukierunkowane jest na ludzi młodych, na przyszłość. Jeśli postawimy tezę, że młodzież jest naszą przyszłością, przyszłością Pruszkowa, to właśnie wiedza gwarantuje jej lepsze funkcjonowanie.

*Więcej informacji na temat działalności stowarzyszenia na stronie internetowej: www.sppp.pl

Kinga Rochalska

MIEJSCE NA
TWOJĄ
REKLAMĘ
885 585 002

REKLAMA



Kontakt:

tel. 604 626 444
tel. 608 58 58 57
fax (22) 757 76 68

Łazy, ul. Przyszłości 6,
05-552, Wólka Kosowska
(stary PGR), woj. mazowieckie

Kompletna oferta na:
www.sptrans.pl



3 szt
Marka:
DAF CF
75 250
Rok:
2004;
Przebieg:
211 000
km



Marka:
RENAULT
PREMIUM
220 DCI
Rok:
2004;
Przebieg:
463 000
km



Marka:
RENAULT
PREMIUM
420 DCI
Rok:
2004;
Przebieg:
416 000
km



Marka:
VOLVO
FH12 380
Rok:
2003;
Przebieg:
883 000
km



10 szt
Marka:
SAMRO
naczepa
Rok:
2003;
DMC:
34 tony



Marka:
DAF XF
95 480
Rok:
2006;
Przebieg:
612 000
km



Marka:
RENAULT
KERAX
260
Rok:
2001;
Przebieg:
321 000
km



Sygnalizacja ostrzegawcza z agregatem + przycępa



Marka:
MAN TGA
310A
Rok:
2003;
Przebieg:
761 000
km



Marka:
MAN
18.285
Rok:
2000;
Przebieg:
374 000
km



Marka:
IVECO
EURO
TECH 190
Rok:
2001;
Przebieg:
227 000
km



Marka:
RENAULT
PREMIUM
370 DCI
Rok:
2002;
Przebieg:
664 000
km

PIASTÓW. Młodzieżowa Rada Miasta Radni wybrali radnych

Od połowy ubiegłego roku sprawa powołania Młodzieżowej Rady Miasta Piastowa wywoływała emocje – wniosując z wpisów na internetowym forum miasta Piastowa – raczej negatywne. Wątpliwości wzbudzała zwłaszcza ordynacja wyborcza, według której radę młodzieżową wybiera Rada Miasta Piastowa.



Nowo wybrani młodzi samorządowcy mówili, że ich zadanie bojowe na pierwszą kadencję to doprowadzenie do zmiany ordynacji wyborczej tak aby ich następców wybierali rówieśnicy a nie dorosła rada miejska

Postulowano, również w gronie radnych, żeby kandydatów zgłaszały poszczególne samorządy szkolne, organizacje młodzieżowe, a przede wszystkim żeby to młodzież sama wybierała swoich reprezentantów. Sugerowano, że większość piastowskiej młodzieży nie wie nic o wyborach ani kandydatach do rady.

Były też zastrzeżenia do przedziału wiekowego. Postulowano, że w Młodzieżowej Radzie Miasta powinni zasiadać również gimnazjaliści. Przyjęta przez dorosłą radę miejską ordynacja stawiała następujące warunki: przedział wiekowy od 16 do 23 lat, stałe zamieszkanie na terenie Piastowa oraz rekomendacja organizacji młodzieżowej lub 10 podpisów mieszkańców Piastowa. W przypadku osób niepełnoletnich dodatkowo zgoda rodziców. Rada miała się składać z 11 osób.

Emocje rosną

Po proceduralnych przepychankach na sesji rady miejskiej, 28 lutego 2012 r. doszło wreszcie do wyborów. Zgłosiło się 16 kandydatów, dwóch

z nich Komisja Wyborcza, składająca się z dwóch przedstawicieli rady i jednego burmistrza, odrzuciła z powodu nieukończenia 16 roku życia.

W ostatniej chwili w emocjonalnym wystąpieniu próbował jeszcze protestować radny **Zdzisław Brzeziński** (były wieloletni burmistrz Piastowa – przyp. Red.). Postulował, żeby rada wyraziła zgodę na bierne i czynne prawo wyborcze dla młodzieży gimnazjalnej. Mówił że „...skandalem jest pozabawienie młodzieży prawa do wybierania przez siebie swoich przedstawicieli. Są to zasady bliższe demokracji Putina i Łukaszenki niż antycznej Agorze”. Poparł go radny **Grzegorz Szuplewski**. Kilku radnych, wzorem radnego Brzezińskiego, na znak sprzeciwu, nie wzięło udziału w głosowaniu w sprawie zatwierdzenia ordynacji.

Młodzież ma głos

Wszyscy kandydujący to uczniowie liceów lub studenci warszawskich wyższych uczelni w przedziale od 17 do 21 lat. Zaprezentowali się radzie w 1 – 2 minutowych wystą-

pieniach. Mówili, że chcą mieć wpływ na to, co dzieje się w ich mieście, organizować wydarzenia kulturalne, poprawić dostęp do kultury, stworzyć nowe miejsca spotkań dla młodzieży, przybliżyć jej działalność samorządową. U większości widać było zapał i chęć działania.

Nikt z radnych nie zadał kandydatom pytania, chociaż przewodnicząca rady **Maria Ziółek** po każdym wystąpieniu o takiej możliwości przypominała.

Dwoje świeżo wybranych młodych radnych – **Bartosz Arabasz** (21 lat) i **Alicja Sienkiewicz** (20 lat) – próbowało już swoich sił w ostatnich wyborach do dorosłej rady. Startowali jako kandydaci niezależni.

Trzy osoby, które odpadły w wyborach (otrzymały po 5–7 głosów) żaliły się, że niepotrzebnie na wcześniejszych sesjach zabierali głos, krytykując m.in. obowiązującą ordynację. Był wśród nich **Paweł Skowroński**, student Uniwersytetu Kardynała Stefana Wyszyńskiego, były radny Młodzieżowej Rady Warszawy, wolontariusz świetlicy

środowiskowej i stowarzyszenia „Możesz”.

Zmienić ordynację

Również ci, którzy odnieśli sukces wyborczy mówili, że ich zadanie bojowe na pierwszą kadencję to doprowadzenie do zmiany ordynacji wyborczej. Widoczna była u nich radość z uzyskanej szansy, a cała czternastka sprawiała wrażenie zgranej grupy. Może jest to pokolenie, które zacznie rozumieć, czym jest prawdziwa demokracja i samorządność dla dobra wszystkich?

Skład Młodzieżowej Rady Miasta Piastowa: **Bartosz Arabasz, Adrian Brząkała, Adam Czerwiec, Anna Eysymont, Patrycja Fatyga, Paulina Głowacka, Przemysław Idzikowski, Szymon Kuczbalski, Jarosław Maciejek, Aleksandra Popowska, Alicja Sienkiewicz**.

Pierwsze posiedzenie młodzieżowej rady i wybory jej organów statutowych musi się odbyć do 30 kwietnia.

Tekst i foto: **Jacek Sulewski**

GRODZISK MAZ. Znany aktor promuje swoje miasto Skuteczna kampania społeczna

Andrzej Grabowski znany i lubiany aktor, mieszkaniec Grodziska Mazowieckiego zgodził się nieodpłatnie promować kampanię społeczną „Chcesz rozwoju gminy, płac podatki tam, gdzie mieszkasz”. To hasło kampanii społecznej przygotowanej przez wydział promocji ratusza.

Władze Grodziska liczą na to, że kampania społeczna, w której wziął udział **Andrzej Grabowski** przyniesie pozytywny efekt.

Nim pojawiły się plakaty, Urząd Miejski informował i namawiał wszystkich do dopełnienia formalności zameldowania się. Tym samym do płacenia podatków w miejscu zamieszkania. Dziś wiadomo, że kampanie społeczne przeprowadzone w poprzednich

latach przyniosły pozytywny efekt.

– Dzięki nowym mieszkańcom zameldowanym w zeszłym roku budżet gminy z tytułu udziału w podatkach od osób fizycznych wzrósł o ponad 6 mln złotych – przyznaje Burmistrz Grodziska Mazowieckiego **Grzegorz Benedycki**.

Według szacunków urzędu na terenie gminy mieszka od 3 do 5 tysięcy niezameldowanych osób. Władze przekonują, że

warto wykonać tę formalność, bowiem wpływy podatkowe pozwalają na inwestowanie, poprawę jakości życia mieszkańców. Dziś na terenie miasta i gminy mieszka blisko 42 tys. osób, a tylko w ostatnim roku nastąpił wzrost o 2 tys. osób. – W ciągu dwóch, trzech lat gmina osiągnie 45 tysięcy mieszkańców – szacuje szef grodzkiego ratusza.

J&A Media



Władze Grodziska liczą na to, że kampania społeczna, w której wziął udział Andrzej Grabowski przyniesie pozytywny efekt. Fot. UM. Grodzisk Maz.

Horoskop dietetyczny

Nie często czytając horoskopy mamy świadomość tego, że gwiazdy kierujące losami poszczególnych znaków wpływają na wszystkie strefy naszego życia. Wiosna to okres przebudzenia po zimowym letargu. Zaczynamy więcej czasu spędzać na świeżym powietrzu, myślimy o zdrowszym odżywianiu. Ale jaka dieta jest dla nas najlepsza? Na to pytanie stara się odpowiedzieć nasza redakcyjna wróżka.

Dieta dla żywiołu Ognia:

Baran (21.03-19.04), Lew (23.07-23.08), Strzelec (22.11-21.12)
Osoby spod tych znaków mają szczególną potrzebę działania, gdyż rozsada je energia. Taki tryb życia powoduje, że grożą im problemy układu krążenia: nadciśnienie, a szybkie tempo życia szkodzi nerwom, jak również układowi pokarmowemu (wrzody, zapalenie żołądka). Osoby spod znaków zodiaku o tym żywiole powinny jeść produkty bogate w witaminy i mikroelementy wpływające korzystnie na organy szczególnie narażone na wymienione wyżej dolegliwości. Są to: kapusta, brokuły, strączkowe (fasola, ciecierzycza, soja), ryż, buraki, szparagi, rzęzucha, ryby i owoce morza, kalafior, kukurydza, marchew, pietruszka, oliwki, czosnek, truskawki, orzechy włoskie. Dodatkowo zalecam spożywanie pokarmów niwelujące nadmierną energię a więc owoce (pomarańcze, kiwi, papaja), warzywa (pomidor, ogórek, ziemniaki), nabiał (mleko, mleko sojowe, jogurty, kefiry).

Dieta dla żywiołu Ziemi:

Byk (20.04-22.05), Panna (24.08-22.09), Koziorożec (22.12-19.01)
Pragmatyzm, ogromna potrzeba bezpieczeństwa i bycia docenianym, jak również lęk przez zmianami – to cechy, które charakteryzują ten żywioł. Zamiłowanie do pracy i smykalka do interesów wynosi te osoby na kierownicze stanowiska. Obciążenie, presja i frustracje z tym związane odbijają się negatywnie na zdrowiu osób spod tych znaków. Dlatego mają one skłonność do popadania w nałogi. Dolegliwości, na które są narażone to m.in.: wrzody, choroby układu oddechowego, migreny, bóle reumatyczne, choroby nerek i układu pokarmowego. Dieta tych osób powinna zawierać produkty bogate w magnez, witaminę C, wapń, witaminy grupy B. Powinniście zatem spożywać jak najwięcej owoców sezonowych (truskawek, porzeczek, winogron), cytrusów (pomarańcze, cytryny, kiwi, grejpfrutów), ziół i przypraw (natka pietruszki, majeranek, rozmaryn, tymianek, szaflwia). Źródłem witamin B są: drób, jaja i ryby oraz produkty pełnoziarniste (chleb, kasze – płatki owsiane i gryczane, ryż), magnezu dostarczą orzechy włoskie i piniowe. Od czasu do czasu nie zaszkodzi kakao oraz melasa. Resztę niezbędnych witamin i mikroelementów dostarczą warzywa (szpinak, fasola, groszek, brokuły, buraki, kapusta, brukselka, seler, cebula, rzepa, fenkuł).

Dieta dla żywiołu Powietrze:

Bliźnięta (23.05-21.06), Waga (23.09-22.10), Wodnik (20.01-18.02)
Osoby te lubią spędzać czas w towarzystwie, wśród rozrywek artystycznych i intelektualnych. To myśliciele i marzyciele, więc idee i wizje są dla nich ważniejsze od spraw materialnych. Niezwykle wrażliwe na ocenę swojej osoby, źle reagują na samotność. Ciągła aktywność umysłu powoduje, że nie potrafią odpocząć, cierpią na bezsenność, bóle głowy. Podatność na czynniki zewnętrzne powoduje nerwice, alergie, problemy z zatokami, oskrzelami i płucami oraz meteopatię. Mogą mieć problemy z płodnością. Dlatego powinny wzbogacić swoją dietę o następujące składniki: magnez, mangan, potas, wapń, cynk, witaminy A, C, E, PP oraz witaminy z grupy B (B1, B12). Zawierają je: masło i nierafinowane oleje roślinne, ryby, marchew, jaja, mleko, drożdże, strączkowe, kiełki rzęzuchy, owoce dzikiej róży, czarne porzeczki, papryka, brokuły, cytryny, grejpfruty, pomarańcze, natka pietruszki.

Dieta dla żywiołu Woda:

Rak (22.06-22.07), Skorpion (23.10-21.11), Ryby (19.02-20.03)
Zdominowani przez żywioł wody są niezwykle emocjonalni, wrażliwi i kameralni, potrzebują zarówno bliskości z drugim człowiekiem jak i samotności, aby móc oddawać się głębokim rozmyśleniom. To osoby o skomplikowanym wnętrzu i z tego powodu postrzegane jako trudne przez otoczenie. Sami często nie wiedzą „co im w duszy gra”, ta niepewność objawia się nerwowością, wybuchowym charakterem oraz skłonnością do nałogów. Są szczególnie narażone na choroby układu płciowego i moczowego, skóry i układu pokarmowego, problemy natury hormonalnej. Powinny zatem szczególnie dbać o zdrową dietę, wzbogacając ją w zioła takie jak: mięta, melisa, oregano, kozieradka. Nie może w niej zabraknąć takich składników jak: cynk, wapń, magnez, żelazo, witaminy A, B1, B6, C, D, E, K, P i PP. Nie zapominajcie o potrawach rozgrzewających, gotowanych i duszonych warzywach, zbożach przyprawianych imbirem, pieprzem cayenne. Powinniście jeść bogate w cynk, magnez i żelazo sery żółte, mięso drobiowe, rośliny strączkowe (soczewica, ciecierzycza, fasola, soja), kaszę gryczaną (najlepiej niepaloną), kaszę jaglaną, płatki owsiane, orzechy, pestki dyni i słonecznika, czekoladę gorzką (jako przysmak) oraz bogate w wapń: jaja, sery białe, jogurty i kefiry. Z warzyw i owoców polecam kapustę, buraki, brukselkę, kalafior, seler, nacię, pietruszki, seler naciowy, sałatę, cebulę, porzeczki, imbir, rzęzuchę, jabłka, kiwi, maliny, banany, kokosy, grejpfruty. Smacznego i dużo zdrowia!

Wróżka Pelagia

O zdrowym odchudzaniu czytaj na str. 8.



Mówimy o tych ludziach „żołnierze wyklęci”, ale tak naprawdę to byli ludzie niezłomni – mówił Paweł Kółkiewicz, działacz opozycji niepodległościowej przed 1989 r.

GRODZISK MAZOWIECKI. Spotkanie w Centrum Kultury Hołd dla Wyklętych

Pierwszy dzień marca ustanowiono rok temu Narodowym Dniem Pamięci Żołnierzy Wyklętych. Z tej okazji w grodziskim Centrum Kultury odbyła się prezentacja poświęcona zapomnianym bohaterom walk o wolność. – *Jesteśmy tu po to, aby złożyć hołd dla tych, którzy przelewali krew za wolną Polskę* – powiedział prowadzący spotkanie Paweł Kółkiewicz ze Stowarzyszenia Solidarność Walcząca.

Żołnierze Wyklęci to żołnierze polskiego podziemia niepodległościowego (AK, Narodowe Siły Zbrojne, Wolność i Niezawisłość). Po wkroczeniu w 1944 r. na ziemie polskie wojsk sowieckich, ich członkowie kontynuowali walkę o wolność i niepodległość ojczyzny. W 1945 polskie podziemie antykomunistyczne liczyło ok. 350 tys. konspiratorów. Komunistyczna władza przedstawiała ich jako faszystów, reakcjonistów lub bandytów, po to, aby zołhydzić ich w oczach polskiego społeczeństwa. W wyniku samotnej walki i przesładowań w więzieniach z rąk komunistów zginęło ok. 300 tys. osób. Większość z nich do tej pory pozostaje bezimienna.

Paweł Kółkiewicz, działacz opozycji niepodległościowej przed 1989 r, obecnie członek Stowarzyszenia Solidarność Walcząca Oddział Warszawa, od lat stara się przywracać pamięć o zapomnianych bohaterach. Opowiada o tragicznych losach żołnierzy, ich oddziałów i rodzin oraz ludności cywilnej wspierającej walczących. Odważnie prezentuje zdjęcia zamordowanych wykonanych przez ich oprawców.

– *Mówimy o tych ludziach „żołnierze wyklęci”, ale tak naprawdę to byli ludzie niezłomni, a Bóg, Honor, Ojczyzna nie były dla nich pustymi słowami. Nie szli na kompromisy, nie interesowały ich żadne partie i programy polityczne chcieli tylko Polski wolnej i niepodległej. Ponieśli za to największą ofiarę, swoje życie. Przez wiele lat ich oczerniano, nawet w Polsce demokratycznej. Dopiero teraz widzę renesans wartości, jakie wyznawali ci żołnierze* – powiedział po swoim wykładzie i prezentacji dokumentalnego filmu.

Sala, w której odbyło się spotkanie była wypełniona po brzegi. Organizatorem spotkania był Komitet Pamięci Żołnierzy Wyklętych z Grodziska Maz. Mieszkańcy Grodziska oddali również hołd bohaterom antykomunistycznego podziemia pod pomnikiem upamiętniającym ofiary II wojny światowej.

Pg

KONKURS

Portal Tugrodzisk.pl ogłasza konkurs „Żołnierze Wyklęci. Pamiętamy o Waszym bohaterstwie”. W konkursie mogą wziąć udział uczniowie gimnazjów i szkół ponadgimnazjalnych, uczący się lub mieszkający na terenie powiatu grodziskiego. Praca może być w formie: pisemnej; słuchowiska radiowego; filmu; prezentacji multimedialnej. Na zwycięzców czekają atrakcyjne nagrody – wśród nich wyjazd do Parlamentu Europejskiego w Brukseli. Na wszystkich uczestników czeka wspólna wycieczka do Sejmu na zaproszenie Posła na Sejm RP Mariusza Błaszczaka.

Termin składania prac: do 30 kwietnia br. **Termin ogłoszenia wyników:** do 20 maja br. **Wyjazd do Brukseli** odbędzie się na przełomie maja i czerwca.

Red.

PRUSZKÓW. XIV Pruszkowska Giełda Oświatowa Sztuka dobrego wyboru

W hali sportowej „Znicz” 9 marca odbyła się, XIV Pruszkowska Giełda Oświatowa. W czasie prezentacji młodzież miała okazję zapoznać się z ofertami blisko 50 szkół z Pruszkowa i okolic. Tegoroczna edycja cieszyła się ogromnym zainteresowaniem uczniów szkół gimnazjalnych, którzy już za kilka miesięcy będą musieli dokonać wyboru przyszłej ścieżki kariery.

Pruszkowska Giełda Oświatowa co roku przyciąga kilka tysięcy uczniów oraz rodziców pragnących zapoznać się z ofertami gimnazjów, liceów i szkół technicznych. W tym roku prezentacji szkół towarzyszyły liczne pokazy, konkursy i występy artystyczne.

Jednak Pruszkowska Giełda Oświatowa to przede wszystkim najlepsza okazja do tego, aby zebrać cenne informacje o szkołach, progach punktowych, profilach klas oraz zajęciach dodatkowych. Nie bez znaczenia jest także możliwość rozmowy z uczniami wymarzonej szkoły, którzy chętnie dzielą się swoimi wrażeniami i doświadczeniami.

Szóstoklasiści nie mają problemu z wyborem dalszej drogi kształcenia. Wybór najczęściej pada na cieszącą się dobrą opinią gimnazjum rejonowe. Łatwego zadania nie mają natomiast uczniowie gimnazjum, którzy w tak młodym wieku muszą podjąć jedną z ważniejszych życiowych decyzji. Specjalnie dla nich sporządziliśmy krótką instrukcję, która pomoże w wyborze odpowiedniej szkoły.

Krok pierwszy

Zastanów się jakie są Twoje najmocniejsze strony, zainteresowania.

– *Uwielbiam robić zdjęcia i kręcić filmy. Dlatego na Pruszkowskiej Giełdzie Oświatowej szukałam szkoły która pozwoli mi realizować moje pasje. Znalazłam. Mój wybór padł na klasę o profilu humanistycznym – filmowym w Liceum Ogólnokształcącym im. Marii Dąbrowskiej w Komorowie* – opowiada gimnazjalistka Paulina.

Krok drugi

Jeśli nie wiesz jakie są Twoje predyspozycje skorzystaj z pomocy doradcy zawodowego. Znajdziesz go w szkole oraz w poradni psychologiczno – pedagogicznej.

– *Można skorzystać z porady doradcy zawodowego, jednak*



Pruszkowska Giełda Oświatowa to okazja aby zebrać cenne informacje o szkołach ponadgimnazjalnych

nie można bezgranicznie wierzyć jego opinii. W gimnazjum skorzystałam z pomocy doradcy, stwierdził, że najlepiej odnajdę się w technikum fryzjerskim. Poszłam jednak do liceum ogólnokształcącego, a dziś jestem na 3 roku prawa – mówi Anna Morawska.

Krok trzeci

Możesz ubiegać się o miejsce w trzyletnim liceum ogólnokształcącym, czteroletnim technikum oraz trzyletniej szkole zawodowej. O przyjęciu do szkoły ponadgimnazjalnej decyduje wynik testu gimnazjalnego (do 50 % punktów), uzyskane oceny (do 39 % punktów) i inne osiągnięcia odnotowane na świadectwie ukończenia gimnazjum (do 11% punktów). Oszacuj swoje szanse na podstawie progów punktowych z ubiegłych lat i wybierz 3 szkoły w okolicy, które odpowiadają Twoim wymaganiom.

– *Ważne jest by wybrać trzy różne szkoły. Szkołą pierwszego wyboru powinna być placówka o której marzymy. Drugie miejsce powinna zająć szkoła do*

której chcielibyśmy chodzić. Na trzecim miejscu powinna znaleźć się placówka, do której z szacowaną ilością punktów na pewno się dostaniemy – radzi licealistka Dorota. – *Jednak na początku bądźmy optymistami, nasze propozycje możemy później zweryfikować, a gdy nie dostaniemy się do żadnej z wybranych szkół, pozostaje rekrutacja uzupełniająca* – dodaje.

Krok czwarty

W wybranych szkołach wybierz profil klasy do której chciałbyś uczęszczać, ale nie za wszelką cenę.

– *Gdy zdawałam do liceum bardzo dużą wagę przywiązywałam właśnie do profilu klas. Bardzo żałuję, że wtedy nikt mnie nie uświadomił, że to nie ma wielkiego znaczenia. Najważniejszy jest wybór wymarzonej szkoły, profil klasy o niczym nie świadczy. Lekcje we wszystkich klasach są bardzo podobne, istnieje możliwość uczestnictwa w zajęciach dodatkowych, a przeniesienie do klasy o innym profilu najczęściej nie jest problemem* – tłumaczy Dorota.

Krok piąty

Systematycznie przygotowywać się do testu gimnazjalnego i uwierz w siebie. Pamiętaj, że włożony raz wysiłek, musi wkrótce zapocentrować.

– *Owszem systematyczna nauka jest bardzo ważna, ale nie można zapominać o normalnym życiu oraz zasłużonym odpoczynku. Tak naprawdę wystarczy godzina dziennie. Ważna jest determinacja oraz konsekwencja* – radzi A. Morawska, absolwentka jednego z pruszkowskich liceów. Recept na sukces jest zapewne wiele, a opinii o szkołach tyśiące. Nasi rozmówcy zgodnie przyznają, że w tak młodym wieku ciężko wybrać odpowiednią ścieżkę kariery, a co dopiero myśleć o przyszłym zawodzie. Zatem wszystkim trzecioklasistom życzymy przede wszystkim samych dobrych wyborów, wytrwałości w nauce i szczęścia na teście gimnazjalnym.

Tekst i foto:
Kinga Rochalska

URSUS. Dom, w którym raz rozbrzmiewają szlachetne dźwięki „Muzyka łagodzi obyczaje”

To zdanie każdy z nas słyszał wielokrotnie, w szkole czy z ust polityka na okoliczność oficjalnego przemówienia. Jest bardzo stare, bo to Arystoteles zawarł je w swoim dziele „Polityka”, a przypomniał nam o tym Jerzy Waldorff wiele lat temu w swoich felietonach kulturalnych we współczesnej „Polityce”. To czy każda otaczająca nas muzyka ma dobroczynne działanie trudno powiedzieć, ale nie jest naszym zamiarem podważanie wartości któregoś z gatunków tej sztuki, bo czego lubimy słuchać to rzecz gustu, a o gustach się nie dyskutuje.

Muzyka Kameralna do domowego wykonywania i słuchania. Grana zawsze na klasycznych instrumentach. Prąd potrzebny jest tylko do oświetlenia nut.

W Ursusie jest taki dom, w którym raz w miesiącu rozbrzmiewają szlachetne dźwięki. Dom Kultury „Kolorowa” od ponad czterech lat organizuje koncerty muzyki kameralnej. Początki nie zapowiadały sukcesu. Artyści byli, ale trochę słabo dopisywała publiczność.

Bo mało komu przychodziło do głowy szukać takiej muzyki blisko domu. Ale to już przeszłość. Teraz wszystkie krzesła są zajęte, trzeba wcześniej przychodzić. Są stali bywalcy. Kiedy w szkołach odchodzi się od przedmiotów artystycznych, na koncertach w „Kolorowej” można uzupełnić swoją wiedzę nie tylko o muzyce, ale także o czasach kiedy powstawała, usłyszeć anegdotki o kompozytorach. A to wszystkim dzięki profesjonalnemu

prowadzeniu spotkań przez Barbarę Krystyniak, wieloletnią nauczycielkę muzyki w Ursusie.

Koncerty w „Kolorowej” mają swoją tematykę. I tak w karnawale kwartet smyczkowy zaprosił nas do słynnych walców, zespół puźonowy przeniósł do renesansowych komnat balowych. Słuchaliśmy wyrażonej muzyki francuskiej wykonywanej na harfie i flecie. Barok porwał nas swoją niezwykle energetyczną muzyką

w wykonaniu Tria „Archetto” z klawesynem.

W saloniku muzycznym Domu Kultury zabrzmiały chyba wszystkie instrumenty, które mogły się tam pomieścić. Poznaliśmy brzmienie wszystkich epok od Renesansu do muzyki współczesnych kompozytorów, aranżacji jazzu i rocka. Te wszystkie wspaniałości są dostępne dla każdego. Nie trzeba daleko jechać, kupować biletu, zakładać wieczorowych strojów.



W Domu Kultury rozbrzmiewa muzyka wszystkich epok od Renesansu do współczesnych kompozytorów, aranżacji jazzu i rocka Fot. DK, Kolorowa

Czy muzyka łagodzi obyczaje? Na pewno dostarcza nam pozytywnej energii. Zastłuchane dzieci przestają się kręcić, nikomu nie dzwoni telefon, a jeden z melomanów pisze wiersze o tym co usłyszał. Przez godzinę jesteśmy w świecie piękna.

Koncerty w Domu Kultury „Kolorowa” przy ulicy Sosn-

kowskiego 16 odbywają się w trzecią niedzielę miesiąca od września do maja o godzinie 16.30.

Najbliższe 15 kwietnia trio stroikowe – muzyka na zespół instrumentów dętych drewnianych, 20 maja – duet gitarowy.

Zapraszamy!
Marta Straszynska



URSUS. „Neo-Nówka” rozbawia mieszkańców Kabaret w „Arsusie”

W piątkowy (2.03.) wieczór w Ośrodku Kultury ARSUS liczną widownię skutecznie rozbawiali artyści wrocławskiego kabaretu Neo-Nówka: Roman Żurek, Radek Bielecki i Michał Gawliński. Artystom towarzyszył zespół muzyczny „Żarówki”.

Neo – Nówka, założona w 2000 r. przez Romana Żurka, to obecnie jeden z najpopularniejszych polskich kabaretów. Od marca 2009 r. towarzyszy mu zespół instrumentalny „Żarówki”, złożony z pięciu zawodowych muzyków. W piątek 2 marca, w Ośrodku Kultury ARSUS widownia była pełna. Najnowszy program „The Sejm”, zaprezentowany przez Neo – Nówkę, okazał się wyjątkowo atrakcyjny. Kabaret ma w swoim repertuarze przede wszystkim satyrę polityczną. Widzowie zobaczyli na scenie m.in. spotkanie naszego prezydenta z Barackiem Obamą i walkę na miecze świetlne premiera Donalda Tuska z Jarosławem Kaczyńskim. Mogli również, zainspirowani występem, zastanowić się nad wpływem komercji na sztukę teatralną. Mimo, że artyści tego samego dnia mieli zaplanowany kolejny występ, owacje publiczności spowodowały przedłużenie programu o ok. 20 minut.

Tekst i foto: Jacek Sulewski

PRUSZKÓW. Wernisaż w MOK „Kamyk” Kobiety marca

W Miejskim Ośrodku Kultury w Pruszkowie odbył się niezwykle wernisaż kobiet spełnionych – „Kobiet marca”. Wieść o spotkaniu odbiła się szerokim echem wśród mieszkańców, co zaowocowało dużą ilością gości. W piątek 9 marca sala MOK „Kamyk” dosłownie pękała w szwach.

Wernisaż malarstwa Barbary Bieńkowskiej, Jolanty Kurzeli oraz Bożeny Woźniak otwierał wystawę zatytułowaną niezwykle wymownie – „Kobiety marca”. Trudno nie zauważyć nawiązania do święta, które obchodziły wszystkie panie dzień wcześniej. Spotkanie uświetnił recital piosenki Agnieszki Osieckiej. Utwory artystki zaśpiewała Małgorzata Czajka – uczestniczka oraz laureatka Grand Prix VIII edycji konkursu „Pamiętamy o Osieckiej”, a także XXXII Ogólnopolskich Spotkań Zamkowych „Śpiewajmy Poezję” w Olsztynie.

Wernisaż licznie odwiedzili mieszkańcy Pruszkowa, przyjaciele oraz rodzina autorek wystawy. Nie zabrakło na niej również wielu znamienitych gości, jak chociażby prezydenta Błonia Zenona Reszki, czy zamojskiej malarki Beaty Greli. Stojąc nieco na uboczu, absolwentka krakowskiego ASP profesjonalnym okiem, specjalnie dla nas oceniła pracę „Kobiet marca”.

– Ta wystawa prezentuje pracę uczennic MOK, malarza który zebrał wokół siebie ludzi wrażliwych na kolor. Panie śmiało operują kolorem, śmiało łączą barwy. Na obrazach jest jeszcze zauważalny brak odwagi w warsztacie, brak swobody w technice, dziecięca niepewność – skomentowała B. Greli. – To co mi przeszkadza to brak śmiałości w wyrażaniu siebie, nadmierne naśladownictwo natury. Myślę, że jest to kwestia czasu i ta cienka granica percepcji między okiem a wyobraźnią zo-



Dla silnych, spełnionych kobiet: Barbara Bieńkowskiej, Jolanty Kurzeli i Bożeny Woźniak malarstwo jest odskocznią, która pozwala oderwać się od codzienności

stanie przełamana dzięki czemu powstaną naprawdę niezwykle obrazy – dodała malarka.

Barbara Bieńkowska, Jolanta Kurzela i Bożena Woźniak to nie tylko uczennice, to przede wszystkim silne, spełnione kobiety. Na co dzień pracują, wychowują dzieci oraz jak większość kobiet, dbają o dom. Malarstwo jest dla nich odskocznią, swoistym sacrum, które pozwala im oderwać się od codzienności. I trzeba przyznać wychodzi im to całkiem niezle.

Zgodnie przyznają, że wystawa jest uwieńczeniem nie tylko ich ciężkiej pracy, ale przede wszystkim chwil wyciszenia, relaksu i natchnienia. Choć panie zawodowo nie zajmują się malarstwem, to właśnie sztuka stała się ich największą pasją. Jak podkreślają warto znaleźć powołanie i żyć z poczuciem spełnienia.

Tekst i foto:
Kinga Rochalska



Utwory Agnieszki Osieckiej zaśpiewała utalentowana Małgorzata Czajka

**Duże biuro nieruchomości
w Pruszkowie ZATRUDNI
agentów. Wysoka prowizja
tel. 604 492 736**



Wiele godzin spędzonych na sali i wytężone treningi przyniosły tancerzom z Ursusa oczekiwane efekty Fot. Archiwum

TANIEC. Grupa z Ursusa robi karierę Taniec to radość

Na co dzień trenują w Domu Kultury „Kolorowa” przy ul. Sosnkowskiego 16. STOP AND GO to grupa tańca nowoczesnego, która z sukcesami startuje w ogólnopolskich turniejach i przeglądach tanecznych.

Na początku marca 2012 r. wzięła udział w XI Międzynarodowym Przeglądzie Zespołów Tanecznych „Hronovskie Jablicko” w Czechach. W turnieju wzięło udział ok 1500 tancerzy z różnych zespołów tanecznych. Do rywalizacji w kategorii 12 – 15 lat Dance Show stanęły zespoły z Czech, Słowacji oraz reprezentująca Polskę grupa „Stop And Go”. Zawody oceniała siedmioosobowa, międzynarodowa komisja sędziowska. Po znakomitym występie, ogłoszono wyniki. Emocje rosły z chwili na chwilę aż Polacy zdobyli złoto.

– Dekoracja zwycięzców odbyła się bardzo uroczystie, fanfary, gratulacje, lzy radości, które towarzyszyły przy wręczaniu medali dla tancerek, kwiaty dla instruktora, tort dla całej grupy i owacje publiczności na stojąco. To wielki sukces ale też radość i zaszczyt, że mogliśmy reprezentować nasz kraj – mówi Jolanta Wdowczyk, kierownik zespołu.

Otrzymały też wiele godzin spędzonych na sali i wytężone treningi przyniosły oczekiwane efekty.

Zaledwie tydzień wcześniej na Ogólnopolskim Turnieju Zespołów Tanecznych w Zgierzu, gdzie udział wzięło 65 zespołów, działająca w ramach grupy Formacja „Juniorzy” zajęła II miejsce a debiutująca Formacja „Dzieci”, która swoim żywiołowym występem zachwycała jury i publiczność, zdobyła III miejsce.

(a)

ZAPOWIEDZI. Plan pracy D.K. „Miś” w Ursusie Marzec w „Misiu”

Dzięki uprzejmości dyrekcji Domu Kultury MIŚ w Ursusie przedstawiamy naszym Czytelnikom marcową ofertę wydarzeń kulturalnych.

22.03. godz. 18.00 Spotkanie autorskie z Jackiem Głuskim – dziennikarzem telewizyjnym i prasowym, reżyserem filmów dokumentalnych oraz podróżnikiem, połączone z promocją książki pt. „Romeo z hotelu Catinal”. Wstęp wolny.

24.03. godz. 15.00 „Pan Tadeusz (Maryniak) i Przyjaciele”. Biesiada literacka w kawiarence Seniora. Wstęp wolny.

27.03. godz. 18.00 Koncert pieśni pasyjnych w wykonaniu artystów scen warszawskich. Wstęp 10 zł.

Cecylia Anna Chruślińska
Kierownik Domu Kultury „Miś”

WETERYNARZ RADZI Kleszcz – a jak się wkręci?

Okres wiosny i lata to dla właścicieli czworonogów okazja do aktywnego wypoczynku. Nie ma nic przyjemniejszego niż długi spacer z psem po łąkach... Ta przyjemność jednak, jeżeli nie zabezpieczymy się wcześniej, może być niebezpieczna. Plaga kleszczy, jaka nas nawiedza od wielu lat znowu stanowi zagrożenie.

Po cieplej zimie możemy się spodziewać, że będzie ich więcej niż zwykle, a lekarze weterynarii sygnalizują nam, że „sezon na kleszcze” trwa właściwie nieprzerwanie.

Poznać wroga

Kleszcze należą do podrzędu Ixodidae (kleszczowce). Interesujące nas kleszcze twarde należą do rodziny Ixodidae – kleszczowate. Występują we wszystkich strefach klimatycznych. Naturalnym siedliskiem kleszczy są lasy liściaste i mieszane. Ale występują one również na łąkach, pastwiskach i terenach porośniętych krzakami.

Pasożyty te umiejscawiają się na wierzchołkach traw i liściach krzewów, oczekując tam na żywiciela. Kleszcze w każdym ze swoich stadiów rozwojowych pasażerują tylko raz. Mimo to są bardzo niebezpieczne, ponieważ przenoszą groźne choroby pasożytnicze i zakaźne.

W naszym kraju największa aktywność kleszczy przypada na kwiecień – maj oraz sierpień – wrzesień. Niestety, w sprzyjających warunkach nasze zwierzęta (a również my), są narażone na atak tych pasożytów przez większą część roku. Kleszcze umiejscawiają się na powierzchni skóry, preferując miejsca mało owłosione, gdzie skóra jest najcieńsza. Są to przede wszystkim okolice podbrzusza, ud, głowa, szyja i małżowiny uszne.

Objawy babeszjozy

W przypadku psów kleszcze są niebezpieczne przede wszystkim z powodu przenoszenia pierwotniaka o nazwie BABESIA CANIS. Jest to czynnik etiologiczny popularnej choroby zwanej BABESZJOZA. Pierwotniaki te są przenoszone wraz ze śliną kleszczy. Po dostaniu się do układu krwionośnego psa umiejscawiają się w jego krwinkach czerwonych (erytrocytach). Babeszjoza u psów może mieć przebieg ostry lub przewlekły. Choroba zazwyczaj rozpoczyna się wzrostem temperatury. Pies traci apetyt, jest osłabiony, osowiały, często poleguje. Właściciel szybko zauważy postępującą utratę kondycji i masy ciała. Jako następne, pojawiają się objawy niedokrwistości (bładość błon śluzowych) i żółtaczki (zażółcenie błon śluzowych). Chorobie towarzyszy hemoglobinuria – krwiste zabarwienie moczu (jest ciemno brunatny, często mówimy wręcz, że wygląda jak coca – cola). Inne objawy, które mogą towarzyszyć chorobie to biegunka i wymioty. W przewlekłej postaci choroby objawy są słabiej zaznaczone. Najczęściej stwierdza się wychodzenie, osłabienie i niedokrwistość.

Rozpoznanie i leczenie

Obok objawów klinicznych podstawą do postawienia diagnozy jest wykazanie pasożytów w krwinkach czerwonych. Robi się to wykonując rozmazy krwi barwione odpowiednią metodą. Oglądając taki preparat pod mikroskopem lekarz może odnaleźć pasożyty umiejscowione w erytrocytach. Leczenie choroby polega na zastosowaniu leku przeciw babeszjozie. Dodatkowo lekarz weterynarii powinien zastosować leczenie objawowe. Czasami, u psów z wyraźną niedokrwistością, zachodzi konieczność dokonania transfuzji krwi.

Zapobieganie

Najpewniejszą metodą uniknięcia chorób odkleszczowych jest nie zabieranie psów na tereny, gdzie przebywają kleszcze. Niestety, ze względu na powszechność występowania kleszczy, jest to obecnie prawie niemożliwe. Konieczne jest więc zarówno zwalczanie kleszczy jak i stosowanie zabiegów profilaktycznych. Każdy właściciel psa w tym okresie powinien pamiętać o: Stosowaniu obrożi przeciwkleszczowych oraz innych preparatów przeciw kleszczom. Wybór wśród takich preparatów mamy duży. Możemy stosować preparaty w postaci sprayów lub tzw. Spot – on (zakraplanych na skórę).

Usuwać kleszcze po każdym spacerze! Po każdym spacerze należy dokładnie przeglądać i wyczesywać sierść zwierzęcia.

Usuwamy kleszcza

Jeżeli znajdziemy kleszcza, który już wgrzyzł się w skórę zwierzęcia, musimy go delikatnie usunąć poprzez złapanie przy samej skórze i obrócenie z jednoczesnym delikatnym pociągnięciem w górę. Skórę w miejscu ugryzienia powinniśmy zdezynfekować (np. spirytusem). Pamiętajmy – kleszcza, który już pije krew, nie można niczym smarować. Masło, krem czy alkohol powodują wstrzyknięcie dodatkowej porcji toksyn do ciała ofiary.

Kleszcz a zdrowie człowieka

Dbając o zdrowie pupilka, zwróćmy również uwagę na swoje bezpieczeństwo. Zarówno pies jak i człowiek może zarazić się poważną chorobą jaką jest borelioza. Dodatkowo grozi nam odkleszczowe zapalenie mózgu i związane z nim powikłania.

lek.wet. Sylwia Szymańska Przychodnia weterynaryj.com.pl
Pruszków

PRAWO. Nowe regulacje dotyczące transportu drogowego – cz. II

Zamieszanie w przepisach

Obowiązujące w pełni od niedawna trzy rozporządzenia z dnia 21 października 2009 r. Parlamentu Europejskiego i Rady numer 1071/2009, nr 1072/2009 i 1073/2009 wprowadziły na polskim rynku nie mało zamieszania. W dniu 4 grudnia 2011 r. upłynął bowiem termin dla przedsiębiorców wykonujących zawód przewoźnika drogowego na dostosowanie się do przepisów tych rozporządzeń. Dzisiaj druga część analizy tego problemu.

Naszym zdaniem w przypadku podmiotów, które nie są zobowiązane do prowadzenia ksiąg rachunkowych nie można mówić o obowiązku stosowania sprawozdania finansowego w rozumieniu ustawy o rachunkowości. Sprawozdaniem finansowym w rozumieniu przepisów unijnych będą w tym przypadku wszelkie dokumenty potwierdzające sytuację finansową przewoźnika.

Tyle tylko, że przepisy rozporządzeń unijnych wymagają, by owe sprawozdania zostały poświadczane przez „audytora lub odpowiednio upoważnioną osobę”. Pojawia się zatem kolejny problem. Kto może poświadczyc sprawozdanie finansowe przewoźnika? Jak wynika z informacji, które otrzymujemy, przewoźnicy są nieraz powiada-

miani, że poświadczyc sprawozdanie finansowe może w zasadzie wyłącznie biegły rewident. W naszej ocenie stanowisko to nie jest trafne.

Audytora a biegły rewident

Przepisy rozporządzeń unijnych posługują się pojęciem audytora. Nie ma obecnie żadnych prawnych podstaw, by pojęcie to odnosić wyłącznie do biegłych rewidentów. Z przepisów rozporządzeń unijnych nie wynika nawet jednoznacznie, czy posługując się określeniem „audytora” mowa jest o audytorze wewnętrznym czy zewnętrznym.

W niektórych krajach, na przykład w Wielkiej Brytanii, z uwagi na wspomniany wyżej brak precyzji dookreślono, jakie podmioty należy rozumieć pod pojęciem „audytora lub innej upoważnionej osoby”. Polska tego nie uczyniła, i po analizie projektów nowelizacji przepisów transportowych sądzić należy, że nie uczyni. Oznacza to, że w najbliższym czasie spodziewać się należy sporów, w tym na drodze sądowej, o to, kto w istocie jest uprawniony do potwierdzania „sprawozdań finansowych”.

Posiadanie siedziby

To nowy wymóg wprowadzony

w stosunku do przewoźników z dniem 4 grudnia 2011 r. Przepisy unijne nakładają obowiązek posiadania siedziby, na którą składają się lokale, w których są prowadzone i przechowywane w szczególności dokumenty księgowe, kadrowe, zawierające dane na temat prowadzenia czasu pojazdu i odpoczynku oraz inne dokumenty, do których dostęp należy zapewnić organom uprawnionym do nadzoru i kontroli przewoźnika. I znowu, czytając przepisy rozporządzeń można byłoby odnieść wrażenie, że przepisy rozporządzeń unijnych uniemożliwiają przewoźnikom powierzenie przechowywania dokumentów kadrowych i księgowych podmiotom zewnętrznym świadczącym na przykład obsługę księgową.

Pogląd taki byłby mylny. Ważne jedynie, by dokumenty te, nawet jeśli znajdują się poza siedzibą przedsiębiorstwa były udostępniane organom kontrolującym.

Baza eksploatacyjna

Zgodnie z wymogami obowiązującymi po dniu 4 grudnia 2011 r. przewoźnicy winni dysponować bazą eksploatacyjną, to jest obiektem wyposażonym w odpowiednie urządzenia i sprzęt techniczny umożliwia-

jący prowadzenie działalności związanej z pojazdami w sposób rzeczywisty i ciągły.

Co to znaczy „odpowiednie urządzenia i sprzęt techniczny”? Co to znaczy, że mają umożliwiać prowadzenie działalności w sposób rzeczywisty? Oczywiście i tu przydałoby się wprowadzenie przepisów doprecyzowujących te kwestie tak by uniknąć dowolności po stronie organów stosujących prawo.

Warto pamiętać, że siedziba przewoźnika i baza eksploatacyjna nie muszą, zgodnie z przepisami prawa znajdować się w tym samym miejscu. Przepisy te dopuszczają również by z jednej bazy eksploatacyjnej korzystało więcej podmiotów. Ważne jedynie, by do takiej bazy nie miały dostępu osoby postronne.

Zwrócić należy uwagę, że powyżej zasygnalizowane zagadnienia nie są jedynymi, które warte byłyby omówienia. Błędy w tłumaczeniach rozporządzeń unijnych, opóźnienia w procesie legislacyjnym po stronie polskiej to sprawy, na które można byłoby poświęcić osobne i dość obszerne opracowanie.

Biurow Doradztwa Prawnego
Konak i Wspólnicy sp. z o.o.
Pruszków,
Aleje Jerozolimskie 436
Tel. 533 – 980 – 123

ZDROWIE. Wiosenne porady dietetyczne dla leniuchów Zdrowy rozsądek w odchudzaniu

Gdy tylko robi się cieplej tym intensywniej myślimy o odzyskaniu zgrabnej sylwetki. Komu bowiem nie przybyło kilka falderek przez niedawne tęgie mrozy? Wiosna to dobry moment na podjęcie tego wyzwania, bo latem nie będzie już nic do ukrycia. Radzimy jak nie pogubić się w gąszczu porad dietetycznych i nie wpaść w pułapki.

Odchudzanie to temat, który zawsze wiosną powraca jak bumerang. Zapisano już nim tony kartek w książkach i czasopiśmie kobiecych. I nic dziwnego, bo większość z nas lubi jeść. Trudności pojawiają się kiedy chcemy zrzucić to i owo. Dietetycy radzą: najlepiej wówczas nie rzucać się na kolejną rewelacyjną dietę cud tylko przypomnieć sobie **dwie najprostsze zasady** płynące ze zdrowego rozsądku:

Więcej ruchu

W dzisiejszych czasach homo sapiens osiadł totalnie i większość dnia spędza przyklejony do komputera lub kierownicy samochodu. Taki tryb życia wywołuje frustrację, bo ciało potrzebuje ruchu. Jak go nie dostaje to człowiek się denerwuje i je więcej niż potrzebuje. Oczywiście? Nie do końca. Jak tu bowiem się ruszać, skoro pracownicy wracamy do domu i mamy ochotę tylko legnąć na kanapie przed telewizorem? Nie ma innego wyjścia, trzeba się zmusić. Ale zamiast zapisywać się od razu na katorżnicze ćwiczenia kilka razy w tygodniu, spróbujmy codziennie wykonywać ulubione ćwiczenia przez 10 – 15 minut. Skłony, przy-

siady, brzuszki, ćwiczenia rozciągające, róbmy wszystko co sprawia nam przyjemność. Do tego obowiązkowo codziennie 30 minutowy spacer. Jak już te drobne zwyczaje staną się codziennym rytuałem, pomyślimy o wyborze zajęć fitness, tanecznych, pływania, biegania, najlepiej raz – dwa razy w tygodniu. Nie porzucajmy jednak naszych codziennych drobnych treningów i spędzajmy dużo czasu na świeżym powietrzu.

Kiedy po jakimś czasie zauważymy, że mamy więcej energii, wówczas możemy zabrać się za dietę.

Nie ilość tylko jakość

Rodzajów różnych diet jest tak dużo, że łatwo się pogubić. Większość z nich bazuje na znacznym ograniczeniu ilości jedzenia, co jest dotkliwie dla smakośzy. Dodatkowym argumentem przeciw niskokalorycznym dietom jest pojawienie się efektu jo-jo (czyli gwałtownego przybrania na wadze po zakończeniu kuracji), którego doświadcza większość odchudzających.

Zakładamy też, że leniuszkom trudno będzie zastosować się do konkretnych programów i wskazówek dietetycznych.

Może nie ma sensu więc brać się za coś, co i tak skończy się niepowodzeniem i przyprawi nas o kolejny stres i frustrację?

Dlatego, warto pamiętać o podstawowej zasadzie, która dotyczy jakości spożywanego jedzenia. Zdaniem specjalistów do spraw żywienia im więcej zdrowego i wartościowego pokarmu dostarczamy naszemu organizmowi tym szybciej będziemy syści. I odwrotnie – zapychając się bezwartościowymi, wysoko przetworzonymi produktami spożywczymi, pozbawiamy organizm wartości odżywczych, których ciągle będzie się domagał.

Do bezwartościowych substancji spożywczych należą przede wszystkim: biały cukier, biała mąka, rafinowany olej, oczyszczona sól oraz większość dodatków chemicznych używanych do konserwowania żywności (azotany, siarczany, dwutlenek siarki i wiele innych znanych pod postacią E). Wszystkie produkty, które zawierają te składniki są dla nas bezwartościowe.

Oczywiście nic się nie stanie jak od święta zjemy „niedozwolonego” batonika i kawalek ciasta, a także coś smażonego. Ale w codziennej diecie powin-

niemy z tego zrezygnować, jak również ze słodzenia rafinowanym cukrem.

Efekt po siedmiu dniach

Właściwa dieta nie polega zatem na ograniczaniu jedzenia, ale zmianie nawyków żywieniowych. Leniuszków i smakośzy powinno to ucieszyć, ponieważ owoce, warzywa, kasze, pełnoziarnisty ryż mogą jeść w ilościach takich, jaka jest im potrzebna do zaspokojenia apetytu. Nie trzeba nawet całkowicie eliminować ze słodczy, ale zamienić je na te zdrowsze: suszone owoce, pełnoziarniste ciastka (np. owsiane z miodem). Od czasu do czasu chude mięso i ryby, które przez większość dni w tygodniu można z powodzeniem zastępować nabiałem albo strączkowymi (fasola, soja, groch, soczewica). Do tego woda niegazowana, soki owocowe i warzywne w nieograniczonych ilościach. To naprawdę proste! Już po tygodniu nowego sposobu odżywiania gwarantowany jest spadek wagi. A jeśli do tego dojdą codzienne ćwiczenia, to efekt jest murowany. I wcale nie trzeba się głodzić.

Powodzenia!

PRUSZKÓW. Jak osoby starsze spędzają wolny czas?

Aktywni seniorzy

Ośrodek Aktywizacji Seniorów „AS” w Pruszkowie istnieje już kilka lat. Domowa, przyjazna atmosfera i ciekawe propozycje spędzania wolnego czasu sprawiają, że krąg sympatyków powiększa się z roku na rok.

W Ośrodku przy ulicy Heleńowskiej 3 udało się stworzyć miejsce do którego każda starsza osoba chętnie zagląda. Seniorzy przychodzą porozmawiać, zaplanować wycieczki, zabawy, pójść na wspólny spacer, a także aktywnie spędzać czas podczas zajęć fitness. Nie mają sztywnie ustalonych dni i godzin spotkań, nigdy nie wiadomo kogo akurat spotkają przy stole. Jedno jest pewne, będą to osoby które chcą poświęcić swój czas innym.

Bywalcy „klubu”

Ośrodek „AS” jest otwarty w poniedziałki od 14.00 do 18.00 oraz od wtorku do piątku w godzinach 13.00 – 16.00. Codziennie na gości oczekują wolontariusze – seniorzy, którzy zawsze służą ciepłym słowem, radą, pomocą. Członkostwo w „klubie” jest darmowe, nie trzeba spełniać żadnych szczególnych wymagań, wystarczy mieć wolny czas i dobre chęci.

– Jestem tu prawie codziennie. Wnuki mam już odchowane, więc gdy tylko ugotuję mężowi obiad, przychodzę do klubu, bo tak mówimy o Ośrodku „AS”, poplotkować, poczytać czasopisma – opowiada Pani Janina. Seniorzy mogą również liczyć na profesjonalną poradę praw-



Członkostwo w „klubie” jest darmowe, nie trzeba spełniać żadnych szczególnych wymagań, wystarczy mieć wolny czas i dobre chęci

nika, doradztwo w zakresie pomocy społecznej, spraw emerytalnych czy leczenia. Jak wytłumaczyła nam pani Janina, pomoc dostosowywana jest do aktualnych potrzeb bywalców Ośrodka „AS”.

– Na dzień dzisiejszy nie mamy porad psychologa. Ale gdyby ktoś potrzebował pomocy od razu byśmy znaleźli odpowiedniego specjalistę – zapowiada nasza rozmówczyni.

Wspólne zabawy

Kalendarz seniorów wypełniony jest po brzegi. W każdy wtorek i czwartek około godziny 15 organizowane są spacer z kijkami, czyli popularny nordic walking. Członkowie organizują również wspólne zabawy. Co roku spotykają się na Wigilię, śpiewanie koled, dzień dziadka i babci, dzień matki, bal walentynkowy. W kronice nie brakuje również zdjęć z tłustego

czwartku, Wielkanocy, balu sylwestrowego, balu andrzejkowego czy dnia wolontariusza.

– Gdy przeszedłam na emeryturę czułam się bardzo samotna. Miałam mnóstwo wolnego czasu, nie wiedziałam co ze sobą zrobić. W sklepie znalazłam ulotkę Ośrodka Aktywizacji Seniorów i przyszedłam na spotkanie. Dziś jestem wolontariuszką – wspomina Pani Maria. – Praca w ośrodku daje mi wiele satysfakcji, a organizowanie wspólnych zabaw i spotkań to jej najprzyjemniejsza część. Choć nie ukrywam, że praca jest dużo. Zwłaszcza w okresie miesiąca seniora – dodaje.

Miesiąc seniora

Październik nie bez powodu został wybrany miesiącem seniora. Bowiem w tym czasie na całym świecie zwraca się szczególną uwagę na poprawę sytuacji ludzi starszych. Najlepszym dowodem jest obchodzony

1 października Międzynarodowy Dzień Osób Starszych, oraz przypadający na dzień 20 października Europejski Dzień Seniora.

W Ośrodku AS przez cały miesiąc organizowane są liczne atrakcje. W 2011 roku seniorzy zorganizowali spotkanie z dietetykiem, strażą miejską, instruktorem nordic walkingu oraz darmowe zajęcia na basenie. Zaś galę miesiąca aktywności seniorów uświetnił występ Grażyny Brodzińskiej, Adrianny Godlewskiej i zespołu „Sąsiedzi”.

Czego możemy spodziewać się w tym roku? Czas pokaże. Jedno jest pewne, w organizowanie wspólnego czasu seniorzy wkładają wiele wysiłku, bo dla nich człowiek wart jest tyle, ile może dać innym.

Tekst i foto:
Kinga Rochalska

KULTURA. Ośrodek Kultury „Arsus” Ambasador, kabaret i rock

Prezentujemy program działalności Ośrodka Kultury „Arsus” z Ursusa na marzec 2012 roku.

22.03, godz. 19.00 (sala kameralna)

Występ kabaretu „Pół serio” Wandy Stańczak w programie „Idą święta”. Wstęp wolny.

23.03, godz. 19.00 (sala widowiskowa)

Premiera musicalu „WE WILL ROCK YOU” w wykonaniu młodzieżowej grupy aktorsko-tanecznej „Grease w Arsusie”. Reżyseria, aranżacje, scenariusz i choreografia – Anna Kałużna. Wstęp wolny.

Grupa musicalowa z Ośrodka Kultury „Arsus”, działająca pod kierunkiem Anny Kałużnej, przygotowała kolejne przedstawienie muzyczne. Tym razem to rockowy musical „We will rock you” z muzyką legendarnego zespołu Queen. Akcja osadzona jest w przyszłości, w której instrumenty muzyczne zostały zakazane. Wszyscy słuchają tej samej muzyki, generowanej przez komputery, oglądają te same filmy, ubierają się identycznie. Na marginesie tego świata żyją rebelianci, którzy marzą o powrocie minionych czasów. Podczas przedstawienia można usłyszeć: m.in.: „Killer queen”, „We are the champions”, „Radio Ga Ga”, „I want to break free”, „These are the days of our lives”, a także utwory innych gwiazd światowej sceny takich jak Guns N’Roses czy Tina Turner.

26.03, godz. 12.00 (sala widowiskowa)

Koncert Laureatów etapu dzielnicowego 35. Wojewódzkiego Konkursu Recytatorskiego „Warszawska Syrenka”. Wyłonienie laureatów i wręczenie nagród najlepszym młodym recytatorom. Wstęp wolny.

29.03, godz. 18.00 (sala kameralna)

Klub Edukacji Samorządowej zaprasza na spotkanie z radcą Ambasady Węgier w Warszawie Attilą Szalai pt.: „Czy Polska – Węgry to jeszcze dwa bratanki”. Prowadzenie Stanisław Skoczek. Wstęp wolny.

Red.

U NAS REKLAMA ZAWSZE SIĘ OPLACA

885 585 002

WYWIAD. Nowoczesne metody leczenia Ultradźwięki na raka prostaty

Coraz więcej mężczyzn w Polsce choruje na raka stercza. Ten złośliwy nowotwór zajmuje trzecie miejsce, po raku płuc i żołądka, pod względem umieralności. Najnowsza metoda jego leczenia – technologia wysoko skoncentrowanych ultradźwięków jest dostępna w Polsce od 2011 roku. Zabieg przeprowadza, jako jedyne w kraju, NZOS Ameds Centrum mieszczące się w grodziskim szpitalu. O metodzie HIFU (High Intensity Focused Ultrasound) w rozmowie z Pauliną Grzesiewicz opowiada dr Marek Filipek, specjalista w dziedzinie urologii i chirurgii ogólnej, ordynator Oddziału Urologii Specjalistycznego Szpitala Zachodniego w Grodzisku Mazowieckim oraz szef zespołu medycznego Hifu Clinic w Centrum Ameds.

Według danych statystycznych co roku 7 tys. mężczyzn choruje na raka prostaty, a 10 z nich umiera na ten nowotwór. Do tej pory najczęściej stosowanymi metodami leczenia jest prostatektomia lub radioterapia. A na czym polega metoda HIFU?

Na ablacji (dezintegracji tkanki), czyli doprowadzenia do martwicy tkanki z użyciem zogniskowanej wiązki ultradźwiękowej. W ten sposób powstaje wysoka temperatura, która niszczy tą tkankę. Wszystko odbywa się pod kontrolą ultrasonografii i pod kontrolą komputera. Jest to tak naprawdę pierwszy sprzęt tego typu, który wykonuje operację bez użycia rąk chirurga z wyjątkiem jego rozumu i jego umiejętności w sensie interpretacji obrazów ultrasonograficznych.

Czy ultradźwiękami można

leczyć inne rodzaje nowotworów?

Aparat wykorzystywany w metodzie HIFU – ablatem – skonstruowany jest tylko i wyłącznie do leczenia raka prostaty, natomiast ultradźwięki są w medycynie używane także do dezintegracji tkanki, ale nie w taki sposób jak to użycie w przypadku tego typu nowotworu. Najbardziej powszechne metody leczenia raka stercza są radykalne i dość inwazyjne. Czy metoda leczenia ultradźwiękami jest na chwilę obecną najmniej inwazyjna?

Jest to metoda, która w wielu momentach ma przewagę nad innymi procedurami w przypadku leczenia aktywnego raka prostaty. Jest mało inwazyjna, powtarzalna, jest bardzo kontrolowana, dlatego ma swoje uzasadnienie. Jak wygląda zabieg?

Zabieg jest przeprowadzany w ogólnym znieczuleniu, pacjent dostaje środki uspokajające, które pozwalają mu spać po zabiegu, gdyż nie może się ruszać przez dwie godziny. Komfort chorego jest zapewniony, gdyż jest to zabieg bezkrwawy. Badania diagnostyczne trwają jeden dzień, następnego dnia jest zabieg, a trzeciego dnia pacjent może iść do domu.

Czy istnieją jakieś ograniczenia, np. wiekowe do poddania się zabiegowi?

Ograniczeń wiekowych nie ma, są tylko biologiczne. Wiek nie do końca jest miernikiem naszego stanu zdrowia, także ograniczeniem jest stan zdrowotny pacjenta.

Czy operacja musi być powtarzana?

Niemusi. Jeśli tkanka nowotworu jest objęta procesem ablacji, wówczas jest zniszczona i po-

zostaje tylko kontrola. Wszystko zależy od stanu zaawansowania choroby. Żadna metoda nie jest w 100 proc. skuteczna aby wyeliminować przerzuty. Jeśli stadium choroby jest zaawansowane i nowotwór sięga poza narząd lub jeśli proces nie do końca jest oszacowany właściwie, to możliwość nawrotu jest duża. Przewaga metody HIFU nad innymi jest taka, że możemy powtórzyć terapię w miejscach, gdzie ta tkanka wykazuje charakter nawrotu.

Koszt zabiegu, 24 500 tys. zł jest dość wysoki dla przeciętnego Polaka. Czy istnieje możliwość refundacji?

Na tym etapie rozwoju terapii ta procedura nie jest refundowana przez NFZ i w związku z tym jest to komercyjny zabieg prowadzony przez NZOS Ameds na bazie Szpitala Zachodniego. Niepubliczne Centrum Ameds



Na tym etapie rozwoju terapii ta procedura nie jest refundowana przez NFZ i w związku z tym jest to komercyjny zabieg prowadzony przez NZOS Ameds na bazie Szpitala Zachodniego – informuje dr. dr Marek Filipek Fot. Paulina Grzesiewicz

istnieje w szpitalu od 2 lat i prowadzi działalność w zakresie nowatorskich, nowoczesnych technik operacyjnych. Szpital uzyskał zgodę powiatu na udostępnienie sal operacyjnych, które nie kolidują z normalną pracą szpitala.

Jakie są perspektywy na rozwój tej metody w Polsce?

Metoda leczenia raka prostaty ultradźwiękami została opracowana 15 lat temu przez francuskich naukowców. Podało się jej i zostało wyleczonych ponad 30 tys. osób w Europie. Główną ideą która idzie za tego typu leczeniem jest zindywidualizowanie procedur leczenia raka stercza. Charakter tej choroby wciąż na nowo jest poznawany i wymaga indywidualnego podejścia, jej rozwój jest długi i czasami nieprzewidywalny, w

związku z tym pacjent wymaga stałej troski i odpowiedniego prowadzenia. Lekarze w wielu krajach stosują się do zalecenia Europejskiego i Amerykańskiego Towarzystwa Urologicznego o nie przeprowadzaniu badań profilaktycznych.

Dlaczego?

Ponieważ żaden lekarz nie odpowie do końca na pytanie, czy w danym przypadku nowotwór będzie aktywny czy też nie. Z rakiem prostaty można żyć. Doświadczenie natomiast pokazuje, że zwłaszcza młody pacjent decyduje się na leczenie radykalne, które niesie duże ryzyko powikłań. Osobiście w swojej praktyce nie narzucam jednak wyboru metody. Każdy chory ma prawo sam zdecydować.

Dziękuję za rozmowę. Dziękuję.

OGŁOSZENIA

Zamieść ogłoszenie drobne: TRZY PIERWSZE EMISJE – GRATIS
Tel. 22 / 730 33 41 w 110
reklama@flesch.pl

DAM PRACĘ

Biuro nieruchomości z Pruszkowa zatrudni agentów. Doświadczenie mile widziane. Wysoka prowizja tel. 22 730 33 40

Hurtownia spożywcza w Nadarzynie zatrudni kierowców z kat. C. Tel. 604 492 736

SZUKAM PRACY

Witam jestem posiadaczem forda transita blaszak w bardzo dobrym stanie technicznym i wizualnym. Szukam pracy na to auto, ale niekoniecznie. Interesuje mnie praca kierowcy. Mam 34 lata prawo jazdy kat. B, C, CE. Mieszkam w Milanówku tel. 696 437 501

AUTO-MOTO

Sprzedam Seicento na części, tel. 795 50 85 30

Kupię Mercedesa – kontener winda 815, 2007-2009 r. tel. 604 492 736

NIERUCHOMOŚCI

Sprzedam działkę w Ruściu (gm. Nadarzyn) 1000 m2 tel. 604 492 736

Sprzedam działkę 1000 m2, Nadarzyn – Kajetany: 601 376 299

USŁUGI

Naprawa samochodów ciężarowych tel. 508 129 009

Geodezyjne tel. 602 480 529

Wykopy, odśnieżanie – kopyarka: 795 50 85 30

Usługi ogólnobudowlane. Całkowite remonty. Adaptacja wnętrz tel. 606 598 584, stanislaw_kowalew@wp.pl

Układanie kostki brukowej tel. 696 437 501

Ogrody, projektowanie, urządzanie, pielęgnacja, systemy nawadniające. Całoroczny serwis i doradztwo. Tel. 608 352 882

Jazdy doszkalać. Tanio. Toyota Yaris. Tel. 607 473 697

Kominki: sprzedaż, montaż tel. 509 916 548

Montaż drzwi i okien pod wymiar. Kompleksowa obsługa. Tel. 698 622 610

Reklama samochodowa; plandeki. Zaprojektuję i wykleję. 602 683 395

Przewóz osób chorych. Karetka w pełni wyposażona. Transport na terenie kraju i zagranicą. Tel. 509 114 004

Pożyczki pod zastaw nieruchomości - bez BIK, ZUS, zaświadczeń tel. 503 782 746

NAUKA

SZKOŁA PODSTAWOWA W ŚWIECICACH zaprasza na dzień otwarty 10 marca 2012 r od 10:00-14:00 o godzinie 11:00 prezentacja, od 1 marca zapisy: ul. Poznańska 541 05-860 Płochocin (między Błoniem a Ożarowem przy trasie poznańskiej). Tel: 22 722 50 28 e-mail: spswiecice@wp.pl

KUPIĘ

Ciągnik ogrodniczy, betoniarke i garaż metalowy składany tel. 604 189 439

Samochód terenowy (małe gabaryty), betoniarke, motocykl tel. 660 499 352

DSV

Grupa DSV to jedna z wiodących firm z branży TSL (transport, spedycja, logistyka) na świecie. W związku z dynamicznym rozwojem DSV Road poszukujemy kandydatów na stanowisko:

SPEDYTOR MIĘDZYNARODOWY

Nr ref. SM-OŁT/12
Miejsce pracy: Olsztyn k. Warszawy

Opis stanowiska:

- organizowanie całego cyklu usługi spedycyjno-przewozowej w zakresie drobnicy, częściówek, całopojazdów
- współpraca z klientami, partnerami, podwykonawcami
- kontrola płatności i podejmowanie działań windykacyjnych

Wymagania:

- min. 2-letnie doświadczenie zawodowe w spedycji międzynarodowej
- bardzo dobra znajomość lokalnego rynku spedycyjnego
- praktyczna znajomość obsługi komputera
- bardzo dobra znajomość języka angielskiego
- znajomość języka niemieckiego będzie dodatkowym atutem
- umiejętność komunikacji i pracy w zespole

Oferujemy:

- atrakcyjny pakiet socjalny
- zatrudnienie na podstawie umowy o pracę
- zatrudnienie w stabilnej, nowoczesnej zarządzanej firmie
- możliwość rozwoju zawodowego

Zainteresowanych Kandydatów prosimy o nadsyłanie aplikacji zawierających CV i list motywacyjny, z zaznaczeniem numeru referencyjnego, na adres:

rekrecja@pl.dsv.com

Informujemy, że kontaktujemy się tylko z wybranymi Kandydatami.
Prosimy o dopisanie klauzuli: „Wyrażam zgodę na przetwarzanie moich danych osobowych dla potrzeb niezbędnych dla realizacji procesu rekrutacji (zgodnie z ustawą z dn. 29.09.97r. o ochronie danych osobowych: Dz. U. Nr 133 poz. 883)”

UŚMIECHNIJ SIĘ

Perfumy i alkohol

Siedzi facet u kochanki. Późno trzeba wracać. Mówi do niej:
– Dajtrochęwódki, ochłapięsię, tożonaniebędzieczuła twoichperfum.
Wchodzi do domu, a żona wali go po mordzie...
– Za co? – Myślałeś, że jak się poperfumujesz to nie poczujesz, że wódkę piłeś?

Prawnik bez dodatków

Wchodzi facet do baru z aligatorem pod pachą. Podchodzi do barmana.
– Ma pan coś do prawników – Oczywiście, że nie mam – odpowiada wystraszony barman
– Dobrze, w takim razie dla mnie hamburger z podwójnym serem, a dla Maciusia – mówi, wskazując aligatora – prawnik bez dodatków.

Mamo daj cyca

Przychodzi mały murzynek do mamy i mówi:

- Mamo daj possać cyca!
- No, nie wiem, już dzisiaj miałeś
- Mamo proszę, daj possać...
- No dobrze, tylko nie odchodź za daleko.

Szczyt pragnienia

Szczyt pragnienia: umrzeć na pustyni z pragnienia a mieć wodę w kolanach.

Szczęśliwej podróży!

Drodzy telewidzowie – za chwilę przedstawimy Wam reportaż na żywo! Pokażemy Wam szczęśliwego zwycięzcę ostatniego losowania „Lotto” (kumulacja 11 milionów złotych)!
Zobaczcie jak cieszy się jego rodzina zamieszkała w Krakowie na ulicy Moderatorów 17 m. 6, do której jedzie z dwoma walizkami pieniędzy pociągiem pośpiesznym w klasie I, wagon 15, miejsce 12 – czas odjazdu godz. 21.05 z pierwszego peronu dworca Warszawa – Centralna. Szczęśliwej podróży, drogi milionerze!

Chemia

Nauczycielka po latach spotyka ucznia.
– No co tam teraz robisz?

Uczeń:

- Wykładam chemię.
- Ooo no proszę. A gdzie?
- W biedronce.

REKLAMA

NADARZYN NIERUCHOMOŚCI



ul. Warszawska 3a, 05-830 Nadarzyn
tel./fax: 022 739 92 66, tel. 022 739 92 67

e-mail: biuro@n-n.pl

www.nadarzyn-nieruchomosci.pl

www.n-n.pl

"Twój Ogród"
Drzewa owocowe i ozdobne
Prześwietlanie; cięcie; ścinanie
tel. 603 927 300

HOTEL - RESTAURACJA
Organizujemy
IMPREZY OKAZJONOWE
WŁADYK
← PIASTÓW → BRONISZE →
Janczygó.
ul. Piastowska 69.
TEL. 22 722 32 37, 668 550 047

W.M.G.
DRUKARNIA
www.wmgdruk.pl

ul. Miejska 24
05-802 Pruszków

22 759 88 90

biuro@wmgdruk.pl

wmgdruk@poczta.onet.pl

Drukujemy: wizytówki, ulotki,
listowniki, broszury, kalendarze,
druk samokopiujące, etykiety, teczki,
nadruk na kopertach - kolory pantone.

Poszukujemy

NIERUCHOMOŚCI

dla naszych klientów

(22) 739 92 66



Podczas turnieju z okazji Dnia Kobiet panie miały rozgrywać zawody deblowe, po konsultacji z sędziami stwierdziły, że wolą jednak rozegrać turniej indywidualny.

TENIS STOŁOWY. Zawody amateerek Turniej z okazji Dnia Kobiet

W niedzielę 11 marca Grodzisk Mazowiecki stał się prawdziwą stolicą tenisa stołowego. W hali przy ul. Westfala rozegrano III Grand Prix Grodziska Mazowieckiego oraz Turniej z okazji Dnia Kobiet.

Początkowo panie miały rozgrywać zawody deblowe. Po konsultacji z sędziami stwierdziły, że wolą jednak rozegrać turniej indywidualny. Zawody poprzedziła seria treningów z reprezentantką kadry narodowej, **Magdaleną Sikorską**. Najlepsza okazała się **Sylwia Salińska**, która w finale pokonała **Katarzynę Dąbrowską - Wężyk**. W zawodach organizowanych przez klub Bogoria Grodzisk wystartowało łącznie 80 zawodniczek i zawodników. W Grand Prix nagrodami dla najlepszych były torby, pokrowce i czapki, natomiast w turnieju z okazji Dnia Kobiet rozdano roboty kuchenne, żelazka i suszarki.

1. Sylwia Salińska
2. Katarzyna Dąbrowska - Wężyk
3. Beata Przybylska
4. Małgorzata Kalinowska

Szkoły Podstawowe:

1. Artur Michalczyk
2. Maksymilian Miastowski
3. Tadeusz Tworzydło
4. Piotr Mechecki

Gimnazjum:

1. Bartłomiej Klingbeil
2. Monika Jałowiecka
3. Michał Szymczak
4. Artur Michalczyk

Kategoria Open:

1. Jakub Benzeł
2. Marek Laskowski
3. Emil Batorowicz
4. Andrzej Wrzosek

Wyniki:
Turniej z okazji Dnia Kobiet:

Tekst i foto:
Marta Daszkiewicz

ROWERY. WPR znika z mapy zawodów Nie będzie WaypointRace

Cztery edycje świetnej zabawy i koniec. W tym roku rowerowy wyścig na orientację WaypointRace (WPR) nie obędzie się.

„Dziękując za duże zainteresowanie uprzejmie informujemy, że wyścig WaypointRace w roku 2012 nie odbędzie się.” – taka informacja pojawiła się na oficjalnej stronie zawodów. Szkoda, bo co roku do Pruszkowa zjeżdżali zapaleni nie tylko z bliskich okolic, od dzieci po prawdziwych weteranów.

„Przyczyna jest prozaiczna, już organizacja ostatniej edycji nie przyniosła nam satysfakcji. W tym roku z jednej strony chcielibyśmy ją zrobić, może wystartowałoby ponad 500 osób, może byłoby jeszcze bardziej bogato, bo tak się zapowiadało, ale z drugiej strony wspominając ostatnie edycje,

kiedy zmęczeniu nie towarzyszyła radość ani zadowolenie wspólnie podjęliśmy decyzję, że w tym roku nie robimy wyścigu” – napisał na Facebooku **Adam Wojciechowski**, organizator WaypointRace. Pierwszy WaypointRace odbył się 31 maja 2008 roku w ramach X Dni Pruszkowa. W trzech kategoriach (Family, Fan i Pro) wystartowało w sumie 221 zawodników. Rok później zawody zajęły drugie miejsce w Polsce pod względem liczby startujących. W 2010 r. na starcie stanęło 342 zawodników. Nie ulega wątpliwości, że dzięki WaypointRace Pruszków stał się rozpoznawalny.

– Promocja regionu spowodowała, że przeprowadziłem się tutaj, bo zakochałem się w tej okolicy. Strumyki, stawy, lasy, stadniny sporo ruin opuszczonych budynków, wiele mniej uczęszczanych dróg. Czego może więcej chcieć rowerowy maniak? – pyta **Wincent**, uczestnik trzech ostatnich edycji zawodów. – Dzięki WPR który przyciągał rodzinnym przyjaznym klimatem, będąc zupełnie bezpłatną imprezą, zachęcał masy ludzi, całe rodziny. To właśnie promocja naszego regionu – dodaje. Ubiegłoroczna edycja WaypointRace była rekordowa. Wystartowało 495 zawodników, w tym 40 drużyn rodzinnych.

Zwycięzcami wyścigu okazali się w kategorii Pro **Urszula Wojciechowska** oraz ex aequo **Marcin Nalazek** i **Łukasz Drażan**. W kategorii Fan tryumfowali **Rosemary Moore** oraz **Jana Kaseja**.

„Wciąż mam ogromne wątpliwości i żal z niewykorzystanego potencjału, ale była to nasza wspólna decyzja i jest ona ostateczna. Czy WPR powróci jeszcze? – wątpię, czy w takiej formie w jakiej istniał” – czytamy w oświadczeniu Wojciechowskiego. – Jedną z lepiej zorganizowanych imprez, odejście do historii, szkoda – komentuje tę decyzję Wincent. Nam pozostaje się z nim tylko zgodzić.

Marta Daszkiewicz

TENIS STOŁOWY. Sukcesy GLKS i Bogorii

Medale dla naszych

W rozegranych między 2 – 4 marca w Wieliczce Mistrzostwach Polski w tenisie stołowym, zawodnicy Bogorii Grodzisk i GLKS Nadarzyn przywieźli aż 6 medali – złoty, dwa srebrne i trzy brązowe.

Bogorię Grodzisk reprezentowało czterech tenisistów – **Wang Zeng Yi**, **Robert Floras**, **Daniel Górak** i **Paweł Fertikowski**. **Wang Zeng Yi**, w swoim czwartym mistrzostwach Polski, wreszcie sięgnął po złoto. W finale imprezy pokonał **Jarosława Tomickiego** (Armada Silesia Miechówice) 4:0. Brązowy medal zdobył **Daniel Górak**, który w ćwierćfinale pokonał **Robertą Floras**.

Paweł Fertikowski z mistrzostw Polski wrócił z dwoma srebrnymi medalami. Zawodnik Bogorii wywalczył je w grze podwójnej razem z **Danielem Bakiem** (ZKS Drzonków) oraz w grze mieszanej w parze z **Magdaleną Sikorską** (AZS PWST Łomża). Brąz zdobył też debel **Daniel Górak** i **Robert Floras**, którzy w półfinale debła przegrali z... Bakiem i Fertikowskim.

GLKS Nadarzyn reprezentowany był przez szóstkę zawodników: **Magdalenę Szczerkowską**, **Klaudię Kusińską**, **Sandrę Wabik**, **Olę Szymańską**, **Zbigniewa Grześlaka** i **Michała Bańkosza**. Medal zdobyły tylko **Magdalena Szczerkowska** wraz z **Klaudią Kusińską** w deblu, zajmując trzecie miejsce. Przegrały z późniejszymi triumfatorami zawodów, **Natalią Partyką** i **Katarzyną Grzybowską**.

W singlu, **Szczerkowska** doszła do ćwierćfinału, gdzie uległa Partyce, a do najlepszej szesnastki awansowały **Sandra Wabik** i **Klaudia Kusińska**.

Marta Daszkiewicz



Zawodniczki nadarzyńskiego Gimnazjum im. Jana Pawła II wygrały w całym turnieju pięć spotkań, bez straty jednego seta!

MAZOVIA CUP. Turniej piłki siatkowej

Zwycięzcy gospodarze

W pierwszą sobotę marca w Nadarzynie odbył się turniej piłki siatkowej gimnazjalistów Mazovia Cup. Na terenie hali sportowej przy ul. Żółwińskiej i ul. Sitarskich grało 8 najlepszych drużyn. Gospodarze nie wykazali się sportową gościnnością. Zespoły GLKS Nadarzyn wygrały zarówno wśród chłopców, jak i w wśród dziewcząt.

Zawodniczki z Gimnazjum im. Jana Pawła II w Nadarzynie wygrały w całym turnieju pięć spotkań, bez straty ani jednego seta. W finale pokonały zawodniczki z Leszna. Trzecie miejsce zajęły reprezentantki Milanówka, czwarte – Otrębus, piąte – Błonia, a szóste miejsce zajął zespół GLKS Nadarzyn II, składający się z młodszych dziewcząt (szkoła podstawowa i gimnazjum). Miejsca 7-8 zajęły zespoły z Podkowi Leśnej i Michałowic.

Wśród chłopców najlepszym zespołem również okazał się być zespół Nadarzyn I. W finale, po bardzo zaciętym meczu, pokonał zespół z Milanówka 2:1. Trzecie miejsce zajęła drużyna z Otrębus, wygrywając w ostatnim meczu z zespołem Nadarzyn II. Piąte miejsce zajął zespół z Błonia, szósta była Podkowa Leśna, a miejsca 7-8 zajęły zespoły z Michałowic i Leszna.

Oprócz medali dla najlepszych i pucharów dla wszystkich drużyn, przyznano też nagrody indywidualne. Najlepszą atakującą została **Ola Stolarek** z Leszna, najlepszą rozgrywającą **Iwona Zuzel**, a MVP **Marta Cwierniewicz** (obie Nadarzyn). Wśród chłopców za najlepszego rozgrywającego uznano **Krzysztofa Króla** (Milanówek), za najlepiej rozgrywającego – **Michała Adamca**, a za MVP – **Szymona Wojcieszczaka** (oba z Nadarzyna).

Tekst i foto: Marta Daszkiewicz

GWARANTUJEMY SZYBKIE I BEZPIECZNE TRANSAKCJE



Mieszkanie na sprzedaż Warszawa, Ursus

399 000 PLN 3 pok., 62 m²



Nr oferty: 249/1821/OMS

Rok budowy: 1976
Stan: bardzo dobry
Piętro: 4/4
Typ kuchni: widna
Balkon: tak
Inf. dodatkowe: zielona okolica

Mieszkanie na sprzedaż Pruszków, Wyglądówek

290 000 PLN 3 pok., 48 m²



Nr oferty: 228/1821/OMS

Rok budowy: 1968
Stan: bardzo dobry
Piętro: 4/4
Typ kuchni: oddzielna
Balkon: nie
Inf. dodatkowe: blisko WKD

Mieszkanie na sprzedaż Pruszków, os. Staszica

240 000 PLN 3 pok., 60 m²



Nr oferty: 255/1821/OMS

Rok budowy: 1981
Stan: średni
Piętro: 5/6
Typ kuchni: oddzielna
Balkon: tak
Inf. dodatkowe: piwnica

Mieszkanie na sprzedaż Grodzisk Mazowiecki, os. Teligi

311 000 PLN 2 pok., 50 m²



Nr oferty: 85/1821/OMS

Rok budowy: 2003
Stan: bardzo dobry
Piętro: 0/3
Typ kuchni: aneks
Balkon: nie
Inf. dodatkowe: piwnica

Mieszkanie na sprzedaż Pruszków, os. Staszica

259 000 PLN 2 pok., 48 m²



Nr oferty: 48/1821/OMS

Rok budowy: 1983
Stan: bardzo dobry
Piętro: 5/10
Typ kuchni: oddzielna
Balkon: tak
Inf. dodatkowe: winda

Mieszkanie na sprzedaż Pruszków, os. Staszica

320 000 PLN 3 pok., 67 m²



Nr oferty: 5/1821/OMS

Rok budowy: 1993
Stan: bardzo dobry
Piętro: 2/4
Typ kuchni: oddzielna
Balkon: tak
Inf. dodatkowe: piwnica

Mieszkanie na sprzedaż Warszawa, Włochy

469 000 PLN 3 pok., 70 m²



Nr oferty: 260/1821/OMS

Rok budowy: 2000
Stan: idealny
Piętro: 4/5
Typ kuchni: oddzielna
Balkon: tak
Inf. dodatkowe: miejsce garażowe

Mieszkanie na sprzedaż Pruszków, os. B. Prusa

215 000 PLN 2 pok., 35,5 m²



Nr oferty: 187/1821/OMS

Rok budowy: 1993
Stan: dobry
Piętro: 0/4
Typ kuchni: aneks
Balkon: tak
Inf. dodatkowe: ogródek

Mieszkanie na sprzedaż Warszawa, Ursus

470 000 PLN 3 pok., 66 m²



Nr oferty: 22/1821/OMS

Rok budowy: 2002
Stan: idealny
Piętro: 0/6
Typ kuchni: aneks
Balkon: tak
Inf. dodatkowe: miejsce parkingowe

Dom na sprzedaż Milanówek

790 000 PLN 7 pok., 230 m²



Nr oferty: 93/1821/ODS

Rok budowy: 2009
Stan: bardzo dobry
Pow. działki: 1200
Typ domu: wolnostojący
Garaż: nie
Inf. dodatkowe: zielona okolica

Działka na sprzedaż Piaseczno, Henryków

286 000 PLN 1 500 m²



Nr oferty: 17/1821/OGS

Rodzaj działki: budowlana
Kształt: trapez (28x30x2)
Media: Przy działce
Dojazd: polna utwardzona
Inf. dodatkowe: doskonała lokalizacja

Działka na sprzedaż Pruszków, Gąsin

365 000 PLN 728 m²



Nr oferty: 9/1821/OGS

Rodzaj działki: budowlana
Kształt: prostokąt (40x20)
Media: Na działce
Dojazd: utwardzony
Inf. dodatkowe: Posiada PZP

Dom na sprzedaż Raszyn

660 000 PLN 5 pok., 215 m²



Nr oferty: 133/1821/ODS

Rok budowy: 2011
Stan: deweloperski
Pow. działki: 500
Typ domu: Pół bliźniaka
Garaż: tak
Inf. dodatkowe: zielona okolica

Działka na sprzedaż Pruszków, Żbików

258 000 PLN 600 m²



Nr oferty: 166/1821/OGS

Rodzaj działki: budowlana
Kształt: prostokąt (28x21)
Media: Wszystkie media
Dojazd: asfaltowy
Inf. dodatkowe: Posiada PZP

Działka na sprzedaż Brwinów, Otrębuska

372 000 PLN 847 m²



Nr oferty: 170/1821/OGS

Rodzaj działki: budowlana
Kształt: prostokąt (30x25)
Media: Przy działce
Dojazd: utwardzony
Inf. dodatkowe: Posiada PZP

O NAS

Firma FLESCH Nieruchomości jest profesjonalnym podmiotem gospodarczym świadczącym usługi w zakresie pośrednictwa w obrocie nieruchomościami. Zatrudniamy osoby posiadające wieloletnie doświadczenie na lokalnym rynku nieruchomości. Naszym klientom zapewniamy szybką i profesjonalną obsługę obejmującą m.in. badanie stanu prawnego nieruchomości, przygotowanie obsługi notarialnej transakcji oraz doradztwo w zakresie ustalenia ceny rynkowej nieruchomości.

ZATRUDNIMY

Agentów nieruchomości z doświadczeniem. Zapewniamy ciekawą pracę z możliwością rozwoju w gronie wielu specjalistów. Gwarantujemy: w pełni wyposażone stanowisko pracy, własny telefon komórkowy, wynagrodzenie adekwatne do osiąganych efektów, oraz miłą atmosferę w pracy.

Zainteresowane osoby prosimy o przesłanie CV na adres nieruchomosci@flesch.pl

KONTAKT

POSZUKUJEMY

Nasi klienci ciągle poszukują nowych nieruchomości na terenie Warszawy oraz podwarszawskich powiatów. Dlatego chętnie przyjmujemy do swojej oferty: mieszkania, domy, lokale użytkowe, działki budowlane i inwestycyjne na sprzedaż czy wynajem. Dokładniejsze informacje można uzyskać pod numerami tel.: (22) 730-33-40; (22) 730-33-43, lub w siedzibie naszej firmy. Zapraszamy do współpracy.