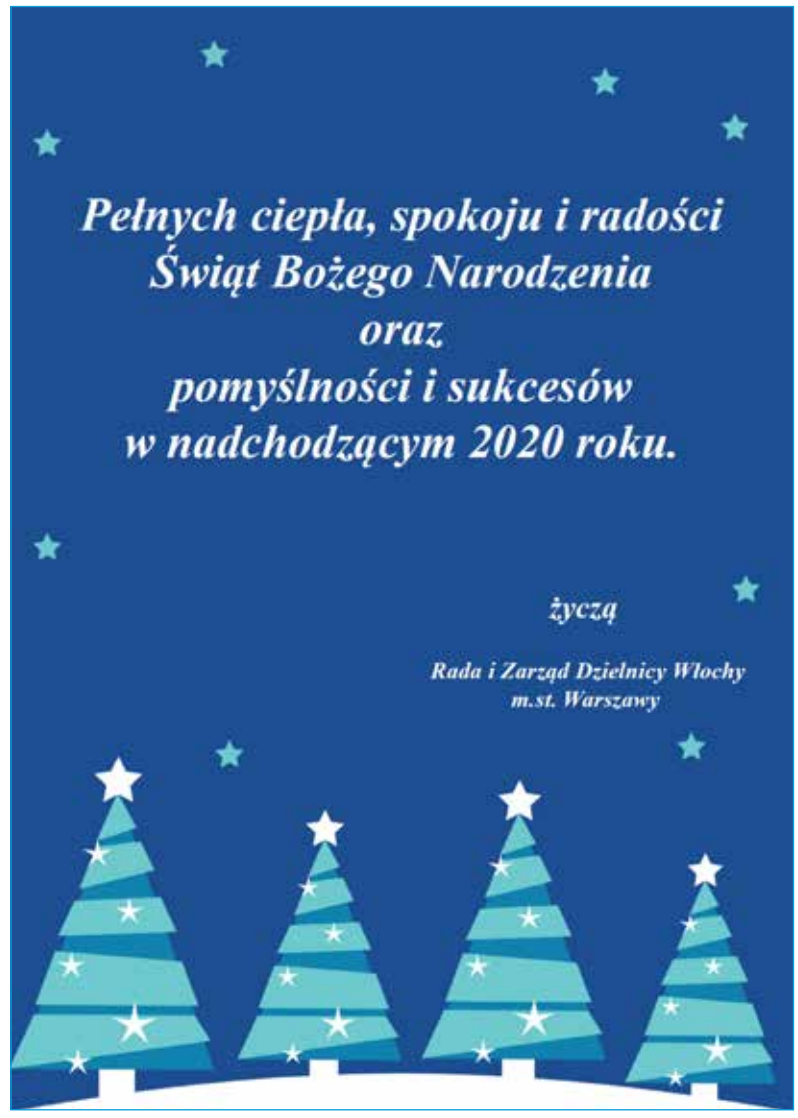
Wesołych Świąt Bożego Narodzenia ❁ Szczęśliwego Nowego Roku 2020

NASZA GAZETA OCHOTY • URSUSA i WŁOCH

13 grudnia 2019 • Nr 14 (481) • BEZPŁATNY DWUTYGODNIK • ISSN 2082-1719 • Rok XXIII



Świąteczne metro

Świąteczne metro ruszyło na trasę. Przyozdobiony świątecznymi dekoracjami skład Inspiro będzie kursował na linii M2 codziennie, od rana do wieczora, do 6 stycznia. Na poszczególnych wagonach pociągu, oprócz typowo świątecznych ozdób, znajdują się także warszawskie motywy: Syrenka, most Świętokrzyski, Kolumna Zygmunta, Stare Miasto, a także misie z warszawskiego zoo.

Na Górce już sezon zimowy

Zakończył się kolejny etap zmian w Ośrodku Szczęśliwice - modernizacja budynku, która obejmowała jego rozbudowę, przebudowę części parteru i nadbudowę piętra, a także zagospodarowanie okolicznego terenu. Miłośnicy białego szaleństwa już od piątku, 6 grudnia, mogą korzystać ze zmodernizowanego obiektu.

– Przygotowania do sezonu w pełni! Jako zapalony narciarz szczególnie cieszę się, że otworzyliśmy zmodernizowaną Górkę Szczęśliwicką. Jest to jeden z niewielu tego typu obiektów narciarskich w Polsce, który przez cały rok służy warszawiankom i warszawiakom, a także szkółkom narciarskim. W ubiegłym roku wyremontowany został stok i szatnie, teraz oddajemy do użytku mieszkańców nowe wnętrze budynku, dodatkowe piętro, otwarty taras, a wkrótce w nowoczesne urządzenia wyposażymy strefę rekreacyjno-sportową, w której znajdą się m.in. siłownia, sale do ćwiczeń czy pokój rehabilitacji. Co bardzo ważne, dzięki remontowi, obiekt został przystosowany dla osób z niepełnosprawnościami, jest również przyjazny dla rodzin z małymi dziećmi – mówi Rafał Trzaskowski, prezydent m. st. Warszawy.

To już kolejny, trzeci etap rewitalizacji Ośrodka Szczęśliwice. Zmodernizowana została centralna część parteru budynku ośrodka, który zyskał nową klatkę schodową skomunikowaną z piętrem, zlokalizowaną bezpośrednio przy dźwigu zapewniającym bezpieczną komunikację pomiędzy wszystkimi poziomami m.in. dla osób z niepełnosprawnościami. Wyremontowane zostały również toalety, szatnie i pomieszczenia pracownicze. Powiększona została serwerownia z dostosowaniem jej do aktualnych wymagań.

Istniejący taras zyskał zadaszenie. W centralnej części budynku od strony frontu powstała nowoczesna strefa rekreacyjno-sportowa, która wkrótce zostanie wyposażona w nowoczesne sprzęty i udostępniona mieszkańcom. W skład tej strefy wchodzą: sala fitness, przestrzeń z trenażerami - urządzeniami do symulacji jazdy na nartach, sala aerobowa i pokój rehabilitacji. Powstały również nowe pomieszczenia biurowe z salą konferencyjną oraz częścią socjalną dla pracowników ośrodka. W centralnej części od strony stoku znajduje się otwarty taras widokowy z możliwością zamykania lekkimi przesłonami szklanymi. W lewym skrzydle budynku zlokalizowana jest sala restauracyjna z zapleczem oraz zamkniętym tarasem ogrzewanym, która wkrótce zostanie otwarta dla użytkowników ośrodka. Modernizacja objęła również prace instalacyjne.

Oprócz remontu budynku wykonane zostały prace związane z zagospodarowaniem okolicznego terenu. Wzdłuż drogi dojazdowej do ośrodka oraz w obrębie placu przed budynkiem pojawiły się nowe miejsca parkingowe z eko-kraty, miejsce postoju rowerów, wymieniona została nawierzchnia i wykonane nasadzenia. Zakres prac objął również izolację ścian fundamentowych, remont elewacji budynku z ociepleniem i montażem ślusarki zewnętrznej oraz wykonanie nowych schodów zewnętrznych, dachu budynku i zabudowy poziomu technicznego. Cały budynek poprzez liczną roślinność pnącą się po jego elewacji oraz dzięki powierzchni zielonego dachu zgodnie z przyjętymi założeniami ma wpisywać się w otoczenie zielonego Parku Szczęśliwickiego.

Na trzeci etap prac na terenie Ośrodka Szczęśliwice, m.st. Warszawa przeznaczyło blisko 12 mln zł.

W poprzednich etapach modernizacji Ośrodka Szczęśliwice została wymieniona mata pokrywająca cały stok narciarski, zmodernizowano drewnianą konstrukcję tarasu widokowego oraz górną stację kolei krzesełkowej. Wymienione zostało oświetlenie oraz przeprowadzono renowację i rozbudowę systemu zraszania stoku zjazdowego.

W budynku zostały odnowione piwnice, gdzie powstały m.in. toalety i szatnie dla odwiedzających, a także sala konferencyjno-sportowa oraz pomieszczenia magazynowe dla klubów i szkółek narciarskich. Na wszystkie prace na terenie obiektu w latach 2017-2019 Warszawa przeznaczyła około 24 mln zł.

Policja przypomina

Jak pomóc ofierze mrozu

Na dworze coraz niższe temperatury. Sytuacja taka może szczególnie zagrażać życiu i zdrowiu bezdomnych. Każdej zimy wiele osób umiera z wychłodzenia organizmu. Często można je uratować, udzielając w porę podstawowej, pierwszej pomocy.

Niska temperatura powietrza w połączeniu z siłą wiatru przyczynia się do wychłodzenia organizmu. Hipotermia to znaczny spadek temperatury ciała połączony z zaburzeniem termoregulacji organizmu. W wyniku obniżenia temperatury ciała życiowe procesy ulegają zwolnieniu i następuje ogólne pogorszenie sprawności. W skrajnych przypadkach może to stanowić zagrożenie dla życia człowieka. Najbardziej narażeni na wychłodzenie są ludzie bezdomni, którzy przebywają w nieogrzewanych pomieszczeniach np. pustostanach, altankach na działkach czy piwnicach.

Wyróżnia się **trzy stopnie hipotermii** ze względu na głębokość obniżenia temperatury ciała:

- **Lekki** (temperatura ciała spada do 32-35^{O}C), charakteryzujący się uczuciem marznięcia, skóra jest blada i zimna. Występują dreszcze i drżenie mięśni. Słabną ramiona i nogi, dołączają się zawroty głowy, niepokój i dezorientacja.
- **Średni** (temperatura ciała spada do 30-32^{O}C), w którym następuje stadium wyczerpania, w którym objawy hipotermii lekkiej nasilają się. Dodatkowo pojawia się brak wrażliwości na bodźce i sztywnienie mięśni. Przechłodzony organizm dostaje skurczów mięśni, zachowuje się apatycznie i cierpi na zaburzenia świadomości, które powodują zobojętnienie na własny los (poszkodowany nie jest w stanie sobie pomóc).
- **Ciężki** (temperatura ciała spada poniżej 30^{O}C) – człowiek jest w stanie bezwładności. Poszkodowany nie odczuwa bólu, zachowaniem przypomina osobę po spożyciu alkoholu. Jego mowa jest bełkotliwa i występuje niezborność ruchowa. Puls jest słabo wyczuwalny a oddech wolny i płytki. Zanika reakcja źrenic na światło, co jest spowodowane niedotlenieniem mózgu. Poszkodowany ostatecznie traci przytomność.

Obniżenie temperatury ciała do 25^{O}C może prowadzić do śmierci.

Postępowanie w przypadku hipotermii:

1. Sprawdź czy jest bezpiecznie.
2. Załóż rękawiczki.
3. Oceń stan ogólny poszkodowanego (sprawdź przytomność i oddech)
4. Wezwij pogotowie
5. Zabezpiecz poszkodowanego przed dalszym wychłodzeniem:
   - gdy jest to możliwe przenieś lub zaprowadź poszkodowanego do ciepłego pomieszczenia, w innym przypadku staraj się znaleźć miejsce osłonięte od śniegu, wiatru i deszczu,
   - jeżeli ubranie poszkodowanego jest mokre należy jak najszybciej je zdjąć bez zbędnego poruszania poszkodowanego,
   - w przypadku podejrzenia odmrożenia uszu, nosa, rąk i stóp należy rozluźnić uciskające części garderoby, które ograniczają ukrwienie,
   - okryj kocem lub folią izotermiczną złotą stroną do góry,
   - dodatkowo wskazane jest okrycie szyi i głowy.
6. Gdy poszkodowany jest przytomny możemy podać do picia gorące napoje. W żadnym przypadku nie podajemy alkoholu, który powoduje rozszerzenie naczyń krwionośnych, a tym samym potęguje oziębienie organizmu.
7. W przypadku stwierdzenia uszkodzeń skóry zabezpiecz je suchym opatrunkiem.
8. W przypadku , gdy osoba poszkodowana jest nieprzytomna, a ma czynności życiowe ułóż ją w pozycji bezpiecznej, która zapewni swobodne oddychanie.
9. Stale kontroluj oddech poszkodowanego.
10. Kiedy dojdzie do zatrzymania oddechu i krążenia przystąp do resuscytacji krążeniowo – oddechowej. W żadnym przypadku NIE WOLNO:
    – pocierać stóp i rąk poszkodowanego, ponieważ możemy spowodować dodatkowe uszkodzenia skóry (nie wolno nacierać śniegiem!);
    – zostawić poszkodowanego samego;
    – gwałtownie poruszać poszkodowanym, ponieważ może to doprowadzić do szybkiego przemieszczenia się schłodzonej krwi w kierunku serca.

KRP V

112

Prezydent m.st. Warszawy zaprasza
do udziału w konkursie plastycznym pn:

„112 – TEN NUMER RATUJE ŻYCIE"

Laureaci zostaną wyłonieni w dwóch kategoriach wiekowych:
uczniowie klas I – III i uczniowie klas IV – VI.
Na laureatów **czekają cenne nagrody.** Format pracy konkursowej A4 lub A3, technika płaska, wykonanie: farby, pastele, kredki, ołówek, węgiel, wyklejanki bądź połączenie tych technik.
Termin składania prac **do 17 stycznia 2020 r.**
Gala wręczenia nagród 11 lutego 2020 r.
Regulamin konkursu oraz karta zgłoszenia dostępne są na: **bezpieczna.um.warszawa.pl**
Do pracy musi zostać dołączona karta zgłoszenia.

Najpiękniejsze jarmarki bożonarodzeniowe

Cudowne dekoracje, sznury świateł, smakowite zapachy i jedyna w swoim rodzaju atmosfera – któż nie lubi świątecznych jarmarków.

Organizowane w polskich miastach jarmarki bożonarodzeniowe rozwijają się z roku na rok, nawiązując do niezwykle popularnej tradycji Niemiec i innych krajów Europy Zachodniej. Kramy z tanimi wyrobami „made in China" odchodzą w przeszłość, a zastępuje je rękodzieło, wysokiej jakości ozdoby świąteczne czy regionalne przysmaki. Organizuje się coraz więcej wydarzeń towarzyszących – koncertów, spektakli, pokazów oraz zapewnia rozliczne atrakcje – lodowisko, konkursy, karuzele itd. W tym roku po raz kolejny będzie można bawić się i robić zakupy w świątecznej atmosferze w wielu polskich miastach. Sprawdźcie, gdzie odbędą się najciekawsze jarmarki.

Wrocław i Świąteczny Wiatrak

Do ścisłej czołówki polskich jarmarków bożonarodzeniowych z pewnością zaliczyć trzeba ten odbywający się na wrocławskim rynku. Najbardziej rozpoznawalnym elementem dekoracji jest tu wielki Świąteczny Wiatrak. Od strony ulicy Świdnickiej ustawiana jest brama, po przekroczeniu której przenosimy się do zaczarowanej krainy. Przygotowano sporo atrakcji dla dzieci.

Mogą poznać najpiękniejsze baśni w Bajkowym Lasku, pokręcić się na karuzeli „Rudolf i przyjaciele", wziąć udział w warsztatach rękodzielniczych czy spróbować przejść Zimowy Labirynt. Przygotowano także bogaty program artystyczny z występami na żywo, Baśniową Paradą Elfów i Reniferów czy Przywitaniem Mikołaja. Natomiast różnorodność sprzedawanych artykułów i smakołyków może przyprawić o zawrót głowy. Znajdziemy tu nie tylko tradycyjne polskie potrawy, ale i francuskie naleśniki czy słodkie hiszpańskie churros. Sprzedawane są wysokiej jakości wyroby z całego świata, biżuteria, ceramika, rzeźby, dekoracje, odzież i ozdoby. Tylko podczas jarmarku można też spotkać Krasnala Prezentusia, który spełnia świąteczne życzenia. W 2019 r. Jarmark czeka na wszystkich w dniach 22.11-31.12.2019

W Gdańsku na Targu Węglowym

Gdański jarmark odbywa się tradycyjnie na Targu Węglowym pomiędzy dwiema słynnymi bramami – Złotą i Wyżynną. Powstają tu wówczas iście bajkowe dekoracje z Anielskim Młynem, Zaczarowaną Karetą, w której można zrobić sobie zdjęcie, olbrzymimi bombkami czy Przystanią pod Jemiołą specjalnie dla zakochanych. Świetnej zabawy dostarcza lodowisko, karuzela wenecka czy 50-metrowe koło widokowe AmberSky.

W weekendy można też zobaczyć wielkoformatowe animacje. Na świątecznie przystrojonych kramach rzemieślnicy sprzedają biżuterię, ceramikę czy ręcznie wykonaną odzież, a dla podniebienia przygotowano tradycyjne wędliny czy pierogi. W pobliskiej Zbrojowni odbywa się Świąteczny Jarmark Sztuki, organizowane są koncerty Zachodniej brak), ale także lokalnymi przysmakami, jak oscypek z grilla czy grzaniec galicyjski. Wśród pamiątek i prezentów warto zwrócić uwagę na charakterystyczne dla regionu wyroby z wełny. Do największych atrakcji tego jarmarku należy Korowód Kolędniczy czy pokaz Dziadów. W 2019 r. roku impreza odbywa się w dniach 30.11-26.12.

W Krakowie na Rynku Głównym

Najstarszy i chyba najbardziej znany jarmark bożonarodzeniowy w Polsce, który odbywa się w magicznej scenerii Rynku Głównego. Krakowskie Targi Bożonarodzeniowe, bo tak oficjalnie się nazywają, w 2008 roku zostały uznane przez „Times" za jeden z najpiękniejszych jarmarków w Europie, a w 2016 w podobnym plebiscycie doceniło je CNN. Z innymi znanymi europejskimi jarmarkami Kraków może konkurować nie tylko śnieżną aurą (której na wielu jarmarkach Eusy i przedstawienia. W Gdańsku w tym roku jarmark rozpocznie się wcześniej niż w ubiegłym roku - już 23 listopada i potrwa aż do 2 stycznia.

Poznań i Poznańskie Betlejem

Poznańskie Betlejem jest jednym z największych Jarmarków Bożonarodzeniowych w Polsce. O jego jakości niech świadczy nominacja do Najlepszych Jarmarków w Europie! Zarówno na Placu Wolności, jak i na Starym Rynku czekają na nas całe masy atrakcji. Jednymi z nich jest „Christmas Silent Disco", czyli impreza w słuchawkach przy świątecznych melodiach, która szczególnie przypadnie do gustu najmłodszym. Będzie też świąteczna zumba, wspólne kolędowanie, różnego rodzaju koncerty i pokazy. Niebywałą atrakcją jest coroczny pokaz rzeźbienia w lodzie.

Nie zabraknie również atrakcji dla dzieci - szereg różnych animacji i spotkanie ze Świętym Mikołajem z całą pewnością wprowadzą ich w świąteczny nastrój. Wszystkie atrakcje są dostępne na Starym Rynku od 1 do 22 grudnia w godzinach 11:00 - 19:00 i na Placu Wolności od 16 listopada do 22 grudnia w godzinach 11:00 - 21:00.

Olsztyn i Jarmark Warmiński

Warmiński Jarmark Bożonarodzeniowy od pozostałych opisywanych różni się tym, że trwa zaledwie 4 dni, ale dzięki temu przebiega w sposób niezwykle intensywny. Olsztyńska starówka zapełnia się pięknie udekorowanymi straganami, a na wielu zabytkach pojawiają się efektowne kolorowe iluminacje. Można tu skosztować lokalnych specjałów i zakupić wspaniałe ręcznie wykonane prezenty, m.in ozdoby choinkowe, ceramikę czy wyroby artystyczne.

Podczas jarmarku odbywa się wiele imprez towarzyszących, koncerty, spektakle, parady, ale największą atrakcją jest przyjazd oryginalnego św. Mikołaja prosto z fińskiego Rovaniemi, którego Olsztyn jest miastem partnerskim. Na jarmarku można też spotkać prawdziwe renifery i pokręcić się na karuzeli.

Warszawa - Jarmarki Bożonarodzeniowe 2019

W stolicy odbywa się kilka jarmarków, m.in. na Nowym Świecie, na Woli czy na Barbakanie nieopodal kolumny Zygmunta. Jarmark Świąteczny i sporo dodatkowych atrakcji przygotowało także Centrum Handlowe Arkadia.

Od paru lat największy, oficjalny miejski jarmark działa jednak przy Stadionie Narodowym, w ramach akcji Zimowy Narodowy.

Na świątecznych kramach można kupić słodycze, tradycyjne polskie wędliny i sery, ozdoby świąteczne czy biżuterię. Można też korzystać z licznych stoisk gastronomicznych i atrakcji Zimowego Miasteczka na płycie stadionu, gdzie znajdują się aż 3 lodowiska i 2 górki lodowe. Poza tym jest też skatepark, curling i samochodziki bumper cars.

Sezon na łyżwy rozpoczęty!

Warszawscy łyżwiarze już mogą doskonalić swoje umiejętności na miejskich lodowiskach. Na miłośników zimowych szaleństw czeka zmodernizowana Górka Szczęśliwicka.

- Bemowo – przy ul. Obrońców Tobruku 40 – ślizgawka bezpłatna – **już otwarte;**
- Ochota – OSiR Ochota przy ul. Rokosowskiej 10 – ślizgawka płatna – planowane otwarcie w połowie grudnia;
- Śródmieście – przed Pałacem Kultury i Nauki – ślizgawka bezpłatna – **już otwarte;**
- Śródmieście – Rynek Starego Miasta – ślizgawka bezpłatna – **już otwarte;**
- Ursus – SP nr 11 przy ul. Keniga 20 – ślizgawka bezpłatna – planowane otwarcie w połowie grudnia;
- Ursus – SP nr 14 przy ul. Sosnkowskiego 10 – ślizgawka bezpłatna – planowane otwarcie w połowie grudnia;
- Wola – Ośrodek „Moczydło" SCS Aktywna Warszawa, przy ul. Górczewskiej 69/73 – ślizgawka płatna – **już otwarte**;
- Wola – plac przy Urzędzie Dzielnicy Wola, al. Solidarności 90 – ślizgawka bezpłatna – planowane otwarcie w połowie grudnia.

Na amatorów jazdy na nartach oraz snowboardzie czeka natomiast zmodernizowany Całoroczny Stok Narciarski Szczęśliwice przy ul. Drawskiej 22. Wynosząca 9500 m^2 powierzchnia stoku zjazdowego pokryta została matą typu Dendix, która przy zerowych i dodatnich temperaturach zraszana jest mgłą wodną dla zmniejszenia tarcia i polepszenia ślizgu, natomiast przy temperaturach ujemnych naśnieżana trzema armatkami. Na szczyt stoku wjeżdżają dwa wyciągi: talerzowy oraz krzesełkowy. Dodatkowo na Szczęśliwcach działa rekreacyjna kolejka grawitacyjna dla saneczkarzy.

Inwestycje Dzielnicy Ursus m.st. Warszawy – 2019 r.

Szanowni Państwo,

Ursus to dzielnica pełna energii i dynamicznych zmian. Kolejne miesiące przynoszą nowe wyzwania. Staramy się im sprostać, mając zawsze w centrum zainteresowania dobro i komfort życia mieszkańców. W sumie w 2019 roku na realizacje inwestycji i remontów wydaliśmy blisko 39 mln zł, co znalazło odzwierciedlenie w 35 zrealizowanych projektach inwestycyjnych oraz 95 projektach remontowych. Wiele z postawionych celów udało nam się zrealizować, nad osiągnięciem kolejnych cały czas pracujemy. Szczególną satysfakcję daje budowa dwóch żłobków na terenie Ursusa. Z dużą determinacją staraliśmy się o pozyskanie środków na ten cel, mimo że budowa żłobków nie należy do zadań dzielnicy. Pierwszy rok nowej kadencji to także sukcesy w zakresie innowacyjnych zastosowań infrastrukturalnych. We wrześniu Urząd Dzielnicy Ursus zdobył wyróżnienie w ogólnopolskim konkursie architektonicznym „Modernizacja Roku i Budowa XXI wieku". Komisja doceniła budowę nowoczesnego kompleksu szkolno-sportowego przy ul. Dzieci Warszawy 42, dzięki czemu dołączyła ona do grona najlepszych inwestycji w kraju. Także w tym roku dzielnica oddała do użytku EKO-park – pierwszy tak innowacyjny i proekologiczny obiekt w Warszawie oraz jako jedna z pierwszych lokalizacji w Warszawie rozpoczęliśmy realizację Centrum Lokalnego „Niedźwiadek". Ponadto w listopadzie br. w ramach programu „Warszawa dla aktywnych" oddaliśmy pierwsze zadaszone boisko „Orlik" w Warszawie. Obiekt powstał na terenie Ośrodka Sportu i Rekreacji przy ul. Sosnkowskiego 3.

Rozwój Ursusa nie byłby możliwy, gdyby nie Państwa aktywność i zaangażowanie w życie dzielnicy. W sposób szczególny chciałbym podziękować za projekty składane przez mieszkańców w ramach budżetu obywatelskiego. Dzięki zgłaszanym propozycjom Ursus rozwija się na wielu płaszczyznach, a my możemy cieszyć się z realizacji projektów, które służą lokalnej społeczności. Pragnę Państwu podziękować także za liczny udział w wydarzeniach realizowanych w Ursusie. W tym roku po raz pierwszy zorganizowaliśmy cykl koncertów jazzowych na tarasie Acherówki, Piknik Naukowy oraz Bieg Wolności ulicami Ursusa. Dużą popularnością cieszył się również piknik historyczny Czerwiec '76 poświęcony strajkom robotników z Zakładów Mechanicznych „Ursus".

W tym specjalnym wydaniu przedstawiamy Państwu inwestycje zrealizowane w 2019 roku oraz te, które w mijającym roku udało się rozpocząć. Bardzo się cieszę, że wspólnie tworzymy dzielnicę, która zmieniając swoje oblicze, stale dba o własną tożsamość. Zachęcam Państwa do dalszej aktywności i zaangażowania w nadchodzącym roku. Jestem przekonany, że nasza współpraca przyniesie Ursusowi wiele korzyści.

Bogdan Olesiński
Burmistrz Dzielnicy Ursus m.st. Warszawy

OŚWIATA

Budowa żłobka przy ul. Dzieci Warszawy 24

Placówka pomieści blisko 150 dzieci. W budynku znajdzie się sala przeznaczona do zajęć ruchowych. Żłobek zostanie wyposażony we własny blok żywienia, dzięki czemu możliwe będzie przygotowywanie posiłków na miejscu. Pozostałe pomieszczenia zajmą szatnie, toalety, pokoje biurowe i magazyny. Na terenie żłobka znajdzie się również plac zabaw, parking, chodniki, drogi wewnętrzne, a także pasy zieleni.
Realizacja: 2019 – 2021
Wartość: 8,9 mln zł

Budowa żłobka przy ul. Henryka Pobożnego

Projektowany budynek będzie pełnił funkcję 5-oddziałowego żłobka publicznego wraz z pełnym zapleczem gastronomicznym, administracyjnym i ogrodem, w którym znajdzie się plac zabaw. Dla każdego oddziału zaplanowano osobny zestaw pomieszczeń składający się z sali oddziałowej, sypialni, łazienki, magazynku na pościel, leżaki i materiały edukacyjne oraz szatni. Budynek żłobka wyposażony będzie we własny blok żywienia. Dodatkowym atutem będzie sala gimnastyczna usytuowana na piętrze. Żłobek pomieści ok. 110 dzieci.
Realizacja: 2016 – 2020
Wartość: 6 mln zł

Budowa zespołu szkolno-przedszkolnego przy ul. Tadeusza Hennela

W pierwszym etapie realizacji inwestycji do 2021 roku powstanie przedszkole dla 150 dzieci w wieku od 3 do 6 lat. Budynek będzie miał dwie kondygnacje. Pomieści sześć osobnych zestawów pomieszczeń dla każdego oddziału, obszerną salę gimnastyczną i wielofunkcyjny hol główny. Zgodnie z przyjętym w Ursusie standardem inwestycyjnym, w przedszkolu powstanie specjalna sala do zajęć integracji sensorycznej. Atutem placówki będzie także w pełni wyposażony blok żywienia, z zapleczem magazynowym i socjalnym, zapewniający możliwość przygotowania i wydawania posiłków dla 150 dzieci i 40 pracowników obiektu dziennie. Na przyległym do budynku terenie zostanie urządzony ogród przedszkola z trzema placami zabaw i zielenią.
Realizacja: 2017 – 2021
Wartość: 42 mln zł

Wizualizacja Woźnicki Zdanowicz Architekci

Remont budynku Szkoły Podstawowej nr 14

Wewnątrz szkoły odnowiono zaplecza sanitarno-socjalne dla chłopców i dziewcząt. Kompleksowy remont przeszły przebieralnie, natryski oraz toalety. Zakres prac obejmował także dwie sale gimnastyczne, gdzie zamontowano wentylacje mechaniczne.
Realizacja: 2019
Wartość: 0,7 mln zł

Przebudowa kanalizacji deszczowej wraz z remontem nawierzchni na terenie Szkoły Podstawowej nr 381

Rozbudowano system do odprowadzania wód opadowych z dachów obiektów budowlanych, placów i ciągów komunikacyjnych. Dzięki temu wody opadowe są retencjonowane w 14 zbiornikach i odprowadzane istniejącym przykanalikiem deszczowym do systemu miejskiej kanalizacji deszczowej.
Realizacja: 2019
Wartość: 0,7 mln zł

Remont ekstensywnego dachu zielonego na budynku Szkoły Podstawowej nr 4

Dach placówki szkolnej zlokalizowanej przy ul. Walerego Sławka 9 wymagał renowacji. Przeprowadzone prace polegały na rozbiórce istniejącego zadaszenia, w miejscu którego położono ekstensywny dach zielony o powierzchni 150 m^2, który składa się z roślinności sucholubnej, niewymagającej specjalnej pielęgnacji. Zasiana zieleń jest odporna na trudne warunki atmosferyczne, takie jak susza, wiatr czy palące słońce. Ekstensywny dach zielony jest skutecznym narzędziem w walce ze smogiem. Jego największymi zaletami są: zmniejszenie tzw. wysp ciepła, retencja wody, produkcja tlenu oraz pochłanianie pyłu.
Realizacja: 2019
Wartość: 0,046 mln zł

INFRASTRUKTURA

Rozbiórka stołówki dawnych Zakładów Mechanicznych „Ursus"

Ze względu na zły stan techniczny i wysokie prawdopodobieństwo zawalenia wyburzony został budynek, w którym mieściła się dawna stołówka Zakładów Mechanicznych „Ursus". Teren nieużytkowanego obiektu zlokalizowanego przy Placu Czerwca 1976 nr 1A zostanie przeznaczony na cele inwestycyjne.
Realizacja: 2019
Wartość: 0,2 mln zł

Przebudowa Sali Ślubów

Budynek Urzędu zyskał dodatkowe wejście prowadzące bezpośrednio do Sali Ślubów. Wejście jest usytuowane na wysokości trzeciej klatki od strony centrum outletowego. Inwestycja realizowana na prośbę mieszkańców, którzy informowali, że wejście od strony dziedzińca wewnętrznego nie wygląda reprezentacyjnie. Zakończyły się już prace budowlane. Wejście zostanie oddane do użytku nowożeńców od stycznia 2020 roku.
Realizacja: 2019
Wartość: 0,2 mln zł

DROGI

Remonty chodników, wymiana nawierzchni

W 2019 r. poddano renowacji 19 dróg gminnych, pozostających w zarządzaniu dzielnicy. Wyremontowano następujące ulice: Legnicką, Piskorską, Prażmowską, Obrońców Helu na odcinku od ul. Bohaterów Warszawy do ul. B. Wapowskiego; J. Czechowicza na odcinku od ul. W. Bełzy do ul. M. Falskiego; W. Bełzy na odcinku od budynku nr 17 do ul. J. Czechowicza; Lipiec Reymontowskich, L. Białego; S. Leszczyńskiego na odcinku od ul. H. Brodatego do ul. Piechoty Wybranieckiej; H. Brodatego na odcinku od ul. S. Leszczyńskiego do posesji nr 7; Czerwona Droga na odcinku od ul. Wolności do ul. W. Kadłubka; W. Kadłubka na odcinku od ul. Czerwona Droga do ul. W. Laskonogiego; M. Falskiego na odcinku od ul. W. Jagiełły do ul. S. Wojciechowskiego; płk. S. Dąbka; 1-go Maja na odcinku od ul. gen. K. Sosnkowskiego do ul. Bohaterów Warszawy; Jesienną; W. Hermana na odcinku od ul. Warszawskiej do ul. W. Hermana 2C; Koronacyjną na odcinku od ul. Królowej Bony do ul. S. Leszczyńskiego oraz J. Chmiela na odcinku od ul. Kompanii Kordian do ul. Żurawickiej. Wyboru ulic przeznaczonych do remontu dokonano na podstawie rocznego przeglądu dróg gminnych.
Realizacja: 2019
Wartość: 3,1 mln zł

Budowa dróg dojazdowych do wiaduktu WD-64

Trwają czynności formalne związane z przygotowaniem dokumentacji umożliwiającej budowę dróg. Urząd Dzielnicy Ursus zwrócił się do Wojewody Mazowieckiego o bezpłatne przekazanie gruntów potrzebnych do realizacji inwestycji, dzięki której Ursus zyska trzeci przejazd nad torami kolejowymi na wysokości osiedla Niedźwiadek. Wykonano już projekty techniczne oraz zabezpieczono środki finansowe do 2021 roku na ich realizację.
Realizacja: 2017 – 2021
Wartość: 10 mln zł

Fot. Waldemar Sokołowski

Przebudowa ul. Henryka Brodatego na odc. ul. Warszawskiej do Kanału Konotopa, z budową sieci kanalizacji deszczowej

Na ulicy wykonano warstwę ścieralną nawierzchni bitumicznej. Powstały miejsca postojowe i zatoki autobusowe. Skrzyżowanie ulic Warszawskiej, Henryka Brodatego i Orląt Lwowskich zostało przebudowane na mini rondo, dzięki czemu zwiększyło się bezpieczeństwo i komfort jazdy uczestników ruchu.
Realizacja: 2017 – 2019
Wartość: 1,52 mln zł

Poprawa bezpieczeństwa przy ul. Tomcia Palucha

Na wysokości budynku nr 37 przy ul. Tomcia Palucha na wniosek mieszkańców powstało nowe przejście dla pieszych. Ponadto dzielnica wykupiła zespół garaży i doprowadziła do ich rozbiórki poprawiając w ten sposób widoczność na skrzyżowaniu. Dzięki temu zwiększyło się bezpieczeństwo uczestników ruchu na skrzyżowaniu, w tym dzieci korzystających z przejścia w drodze do szkoły.
Realizacja: 2019
Wartość: 0,057 mln zł

Utworzenie lewoskrętu z ulicy Prystora w ulicę Ryżową

Na skrzyżowaniu ulic Prystora i Ryżowej wprowadzono zmianę w organizacji ruchu. Wyznaczono lewoskręt, który znacznie ułatwił wyjazd z osiedla w kierunku Al. Jerozolimskich.
Realizacja: 2019
Wartość: 0,001 mln zł

Modernizacja i uzupełnienie oświetlenia przy ul. Zagłoby, ul. Orląt Lwowskich, ul. Henryka Pobożnego i ul. Ryżowej

Celem inwestycji było poprawienie widoczności i bezpieczeństwa uczestników ruchu. W rejonie ul. Zagłoby i ul. Orląt Lwowskich wymieniono jedenaście słupów oświetlenia ulicznego. Dodatkowo zamontowano dwie nowe latarnie doświetlające przejścia dla pieszych. Słupy zyskały nowoczesne, energooszczędne oprawy w technologii LED. Jaśniej, a co za tym idzie bezpieczniej zrobiło się także na terenie Gołąbek. Na ul. Henryka Pobożnego dzielnica wybudowała nowe oświetlenie uliczne. Doświetlona została także działka drogowa położona przy ul. Ryżowej – droga wewnętrzna pomiędzy budynkami nr 41 a 43. W tym miejscu postawiono trzy słupy z oprawami w technologii LED wraz z elektroenergetyczną linią zasilającą.
Realizacja: 2019
Wartość: 0,3 mln zł

SPORT

Inwestycje realizowane przez OSiR Ursus:

Budowa kortów tenisowych

Całoroczny kompleks oferować będzie 5 kortów – jeden kort do squasha oraz 4 korty tenisowe z nową nawierzchnią wykonaną z trawy syntetycznej, certyfikowaną przez Międzynarodową Federację Tenisową. Nad kortami powstała drewniana konstrukcja, która pokryta została powłoką PCV. W okresie letnim, po demontażu ścian bocznych, zadaszenie pozostanie jedynie nad kortami i trybuną. Planowane zakończenie inwestycji to koniec roku 2019.
Realizacja: 2018 – 2019
Wartość: 3,8 mln zł

Przebudowa sali fitness

Odnowiona sala ma ponad 130 m^2, duże zaplecze na sprzęt, nową podłogę, nagłośnienie oraz zmodernizowaną wentylację i klimatyzację.
Realizacja: 2019
Wartość: 0,3 mln zł

Zadaszenie i remont boiska Orlik

Dzięki tej inwestycji mieszkańcy, lokalne stowarzyszenia oraz szkoły mogą korzystać z obiektu przez cały rok. Na boisku wymieniono bramki oraz odnowiono nawierzchnię z trawy synte-

Fot. Waldemar Sokołowski

Szanowni Państwo,

mijający rok 2019 był czasem inwestycji poświęconych sprawom społecznym. Dużym krokiem ku poprawie sytuacji osób najbardziej potrzebujących była budowa budynku komunalnego przy ul. Zagłoby 17. Dzięki tej inwestycji znacznie poprawi się sytuacja mieszkaniowa wielu ursuskich rodzin. W budynku mieszczą się 84 mieszkania, z czego 30% przeznaczone jest do wykorzystania przez m.st. Warszawę. Parter inwestycji przeznaczono na klub mieszkańca, który będzie służył rozwijaniu własnych zainteresowań i zdolności, a także sprzyjał integracji pokoleń.

Drugim ważnym pod względem społecznym projektem realizowanym w naszej dzielnicy jest Centrum Lokalne „Niedźwiadek". Jest to nowatorska inwestycja zakładająca modernizację przestrzeni miejskiej na podstawie koncepcji wypracowanej wspólnie z mieszkańcami i urbanistami. Do programu warszawskich centrów lokalnych wytypowano 32 lokalizacje, z których wyłoniono 10 do wdrożenia w pierwszej fazie pilotażu. Cieszymy się, że wśród nich znalazło się osiedle „Niedźwiadek". Co więcej nasza dzielnica jako pierwsza rozpoczęła prace realizacyjne. W tym roku podpisaliśmy umowy na wykonanie dwóch etapów budowy. Pierwszy z nich zakłada modernizację placu zabaw „Hasanka", a drugi budowę kompleksu boisk z zapleczem sanitarnym i parkingiem. Realizacja obu inwestycji przypadnie na koniec lipca 2020 roku.

Istotną rolę w finansowaniu inwestycji realizowanych przez Urząd Dzielnicy Ursus odgrywają Fundusze Europejskie. Dzięki ich wsparciu w naszej dzielnicy możemy cieszyć się pierwszym warszawskim parkiem ekologicznym. Wartość całego projektu wyniosła blisko 10 mln złotych, z czego ponad 7 mln stanowiły środki unijne. Aktualnie realizujemy projekt „Interaktywnie zintegrowani", który ma na celu poprawę jakości oferty edukacyjnej w publicznych szkołach podstawowych na terenie naszej dzielnicy. Grupą docelową projektu są uczniowie ze specjalnymi potrzebami edukacyjnymi. W ramach tego programu placówki zostaną wyposażone w specjalistyczny sprzęt wspomagający rozwój dzieci. Całkowita wartość projektu została obliczona na 2,3 mln zł, z czego blisko 1,9 mln pochodzi z funduszy Unii Europejskiej.

Kazimierz Sternik
Zastępca Burmistrza Dzielnicy Ursus m.st. Warszawy

tycznej. Od tego roku w każdym sezonie zimowym orlik będzie przykrywany halą pneumatyczną.
Wartość: 1,2 mln zł

Modernizacja ciągu komunikacyjnego

Główna aleja Ośrodka Sportu i Rekreacji – między ul. Sosnkowskiego a Pływalnią Skalar – zyskała nową nawierzchnię wykonaną z kostki brukowej. W ramach inwestycji zdemontowano ogrodzenie dzielące stadion od pływalni, a przy alejce poszerzono trawnik.
Realizacja: 2019
Wartość: 0,3 mln zł

WYMIANA NAWIERZCHNI I ZADASZENIE BOISK SZKOLNYCH:

Wymiana nawierzchni na boiskach Szkoły Podstawowej nr 2

Kompleks boisk szkolnych zlokalizowanych przy ul. Orłów Piastowskich 47 przeszedł gruntowny remont. Boisko do piłki nożnej zyskało nową nawierzchnię z trawy syntetycznej, a boisko do piłki ręcznej nawierzchnię poliuretanową. Obiekty sportowe zyskały również nowe bramki i piłkochwyty. Projekt został zrealizowany w ramach budżetu obywatelskiego.
Realizacja: 2019
Wartość: 0,5 mln zł

Wymiana nawierzchni na boisku Szkoły Podstawowej nr 382

Nawierzchnię boiska piłkarskiego poddano renowacji. Wymieniono także elementy małej architektury - ławki i bramki. Inwestycja realizowana z budżetu obywatelskiego.
Realizacja: 2019
Wartość: 0,5 mln zł

Realizacja projektu „Boiska dla Warszawy - Warszawska 63"

Boisko Szkoły Podstawowej nr 383 zostało ogrodzone piłkochwytami o wymiarach 27m x 46m. Inwestycję zrealizowano w ramach zwycięskiego projektu budżetu obywatelskiego – edycja 2018.
Realizacja: 2019
Wartość: 0,1 mln zł

Hala pneumatyczna na boisku piłkarskim Szkoły Podstawowej nr 11

Przyszkolne boisko piłkarskie zyskało zadaszenie, dzięki realizacji jednego ze zwycięskich projektów ubiegłorocznej edycji budżetu obywatelskiego. Nowo powstały obiekt ma 8 metrów wysokości, a jeden z jego atutów stanowi system grzewczy umożliwiający grę nawet przy minusowych temperaturach. Hala posiada sztuczne oświetlenie, dzięki czemu użytkownicy mogą korzystać z boiska o każdej porze dnia. Od tej pory powłoka będzie przykrywała boisko w każdym sezonie zimowym.
Realizacja: 2019
Wartość: 0,7 mln zł

REKREACJA

Budowa i remont obiektów rekreacyjnych

Skatepark przy ul. Dzieci Warszawy

Autorami projektu są uczniowie ówczesnego Gimnazjum nr 132. Skatepark posiada: szerokie rozpędy, urozmaicony funbox, minirampe, dwie poręcze i grindbox, bank i mini-pipe, a także tzw. manual z murkiem. Obiekt został zrealizowany w ramach projektu budżetu obywatelskiego – edycja 2018 r.
Realizacja: 2018 – 2019
Wartość: 0,3 mln zł

Przebudowa placów zabaw przy przedszkolu nr 219

Na terenie istniejącego placu zabaw, powstały cztery nowe niezależne obiekty rekreacyjne o bezpiecznej nawierzchni poliuretanowej. Każdy plac przeznaczony dla innej grupy wiekowej zyskał nowe urządzenia zabawowe.
Realizacja: 2019
Wartość: 0,5 mln zł

Renowacja placu zabaw w przedszkolu nr 200

Na placu zabaw placówki przedszkolnej przy ul. Balbinki 1 wymieniono nawierzchnię poliuretanową o powierzchni blisko 200 m^2. Spodnia warstwa gumy nadaje odpowiednią elastyczność i amortyzuje siłę upadku dziecka. Na piaskowej części placu zabaw stare zabawki wymieniono na nowe.
Realizacja: 2019
Wartość: 0,1 mln zł

Wyposażenie placówek oświatowych

Dzielnicowe placówki oświatowe zostały wyposażone w nowy sprzęt multimedialny. Do szkół i przedszkoli trafiły komputery, podłogi interaktywne przeznaczone do zabaw ruchowych i edukacyjnych, a także rozwijające zabawki sensoryczne. Dzięki nowym urządzeniom udało się stworzyć warunki sprzyjające efektywnej edukacji.
Realizacja: 2019
Wartość: 0,6 mln zł

OCHRONA ŚRODOWISKA

Ekopark przy ul. Gierdziejewskiego

To pierwsza taka inwestycja w Warszawie. Ekologiczne ścieżki edukacyjne, panele solarne, naturalny plac zabaw czy niecki retencyjne zbierające wodę opadową to główne elementy, które wpływają na ekologiczny charakter 5,5-hektarowego parku. W Ekoparku jest też drugi w dzielnicy wybieg dla psów, ogólnodostępne polany piknikowe, strefa do ćwiczeń, miejsce do grillowania i parking. Inwestycję zrealizowano z budżetu Urzędu Miasta Stołecznego Warszawy oraz ze środków unijnych w ramach „Programu Infrastruktura i Środowisko 2014 – 2020".
Realizacja: 2019
Wartość: 9,9 mln zł
Dofinansowanie z UE: 7 mln zł

Budowa kolektora deszczowego w ul. Ryżowej i Alejach Jerozolimskich

Wieloletnia inwestycja międzygminna polegająca na przebudowie rowu wodnego U-1 i budowie zbiornika retencyjnego w dolinie rzeki Raszynka w Regułach z kanałem przerzutowym. Budowa kolektora zapewni ochronę przeciwpowodziową i zagospodarowanie wód opadowych w Ursusie, Włochach, Piastowie, Pruszkowie i Michałowicach. W bieżącym roku wybudowano kolektor deszczowy wzdłuż Al. Jerozolimskich od ul. Królewskiej w Regułach do ul. Ogrodowej w Michałowicach. Na chwilę obecną przygotowywane jest porozumienie pomiędzy gminami na dalszą realizację inwestycji. W kolejnych latach do wybudowania pozostały jeszcze dwa odcinki:

- od ul. Spisaka w Opaczy – Kolonii do ul. Sosnkowskiego w Ursusie (prace będą obejmować przebudowę przepustów, komór oraz „włożenie" cieku w rurociąg wzdłuż Al. Jerozolimskich);
- od ul. Przeciętnej do ul. Partyzantów w Pruszkowie.

Realizacja: 2014 – 2019
Wartość: 13,4 mln zł

Budowa tężni solankowej

W ramach zeszłorocznej edycji budżetu obywatelskiego w naszej dzielnicy zostanie wybudowana tężnia solankowa. Obiekt powstanie przy ul. Zagłoby 6. Aktualnie została wykonana dokumentacja projektowo-kosztorysowa. Z uwagi na długotrwałą procedurę uzgodnieniową oraz oczekiwanie na uzyskanie pozwolenia na budowę, ukończenie inwestycji planowane jest na maj 2020 roku.
Realizacja: 2018 – 2020
Wartość: 0,3 mln zł

Szanowni Państwo,

rok 2019 przyniósł wiele wyzwań związanych ze skutkami ogólnopolskiej reformy oświatowej, która została wprowadzona w 2017 roku. Jednym z najpoważniejszych zadań dla dzielnicy było przygotowanie szkół ponadpodstawowych i ponadgimnazjalnych do przyjęcia uczniów z podwójnego rocznika. Aby temu sprostać, przeprowadziliśmy w placówkach oświatowych wiele zmian zarówno w zakresie organizacji jak i infrastruktury. Dzięki podjętym działaniom, a także pracy wielu osób w roku szkolnym 2019/2020 uruchomiliśmy na terenie dzielnicy ponad 800 miejsc dla uczniów podwójnego rocznika, absolwentów szkół podstawowych i gimnazjalnych oraz 450 miejsc dla uczniów klas „O" w szkołach oraz trzylatków w przedszkolach.

Mijający rok przyniósł także zakończenie budowy dwóch etapów EKOparku, pierwszego tak nowatorskiego obiektu w stolicy, który wyróżnia się m.in. zastosowaniem wielu proekologicznych rozwiązań oraz nowoczesną architekturą. Działania mające na celu poprawę stanu środowiska, w tym szczególnie jakości powietrza w Ursusie stają się jednym z naszych najważniejszych zadań. Przygotowujemy dzielnicę do ogólnomiejskiego programu walki ze smogiem „Zlikwiduj Kopciucha". Dzięki tej akcji mieszkańcy otrzymają wysokie dotacje m.in. na wymianę pieców węglowych na piece gazowe. Ursus przystąpił również do programu „Milion drzew dla Warszawy", dzięki czemu w 2019 roku w naszej dzielnicy zostało posadzonych 100 nowych drzew.

W przyszłości mieszkańcy będą cieszyć się nowym targowiskiem przy ul. Traktorzystów, które będzie miało do dyspozycji obszerny parking. Opracowaliśmy już koncepcję tej inwestycji. Następnie planujemy wykonać projekt i rozpocząć budowę. Chciałbym jednocześnie zapewnić, że istniejące targowisko zlokalizowane przy ul. Gierdziejewskiego zostanie przeniesione dopiero po wybudowaniu nowego obiektu, tak aby została zachowana ciągłość działania.

Wiesław Krzemień
Zastępca Burmistrza Dzielnicy Ursus m.st. Warszawy

Fot. Andrzej Grabski

Nasadzenie zieleni na ul. Walerego Sławka

W ramach realizacji projektu z zeszłorocznej edycji budżetu obywatelskiego przy ul. Walerego Sławka 3/5 nasadzono krzewy, trawy ozdobne, hortensje bukietowe, roślinność otaczającą drzewa oraz żywopłot. Zamontowano także kosze na śmieci oraz tabliczki informujące o nakazie sprzątania po swoim psie.
Realizacja: 2018 – 2019
Wartość: 0,018 mln zł

SPRAWY SPOŁECZNE

Centrum Lokalne „Niedźwiadek"

Jednym z założeń projektu warszawskich centrów lokalnych jest integracja lokalnej społeczności dzięki wykorzystaniu potencjału miejsc angażujących i skupiających aktywność mieszkańców. Przestrzeń ta powinna sprzyjać rekreacji, spontanicznemu nawiązywaniu relacji, jak również prowadzeniu różnego rodzaju działalności. We wspomniane założenia wpisuje się Centrum Lokalne „Niedźwiadek", które swoim obszarem będzie obejmowało: Park Hassów, pływalnię „Albatros", targowisko „Centrum handlowego – Spółka Kupców Ursus" oraz plac zabaw „Hasanka". W pierwszym etapie inwestycji modernizacji zostanie poddany plac zabaw „Hasanka. Drugi etap przewiduje natomiast budowę strefy sportu z kompleksem boisk, zapleczem sanitarnym i parkingiem. Dzielnica Ursus jest jedną z 10 lokalizacji w Warszawie, na terenie których powstanie Centrum Lokalne. Pracę nad nową przestrzenią rozpoczęliśmy jako pierwsi.
Realizacja: 2017 – 2020
Wartość: 14 mln zł

Budynek komunalny przy ul. Zagłoby

Na terenie dzielnicy powstał 7-kondygnacyjny blok z 84 lokalami mieszkalnymi i garażem podziemnym, przystosowany do potrzeb osób niepełnosprawnych. Parter przeznaczono na miejsce aktywności kulturalnej. Na terenie odtworzony został plac zabaw dla dzieci. Środki pochodzą z Biura Polityki Lokalowej m.st. Warszawy.
Realizacja: 2017 – 2019
Wartość: 22,5 mln zł

Fot. Waldemar Sokołowski

Wizualizacja PPHU AQUARIUS SYSTEM Marek Środa

Fot. Kamil Dymek

Na Ochocie

Odblaski i znaki drogowe na choince przed urzędem

Uczennice i uczniowie ze Szkoły Podstawowej nr 97, razem z burmistrz Katarzyną Łęgiewicz i jej zastępczyniami Marią Środoń i Ewą Kacprzak-Szymańską oraz Jerzym Andruchowem z ochockiego oddziału straży miejskiej, przystroili choinkę przed urzędem w odblaski. Akcja „Świeć blaskiem z odblaskiem" organizowana przez straż miejską i Lasy Państwowe ma na celu promowanie noszenia odblasków dla własnego bezpieczeństwa. W tym roku na choince zawisły także znaki drogowe przygotowane przez dzieci, aby zaapelować do kierowców o ostrożną jazdę. Każdy może zdjąć odblask z choinki, żeby być lepiej widocznym na drodze.

GABINET ORTOPEDYCZNY
– SPRAWNOŚĆ W KAŻDYM WIEKU!

DARIUSZ GRELA
specjalista chirurgii urazowej
i ortopedii II st.

Miejsca przyjęć – konsultacja;
terapia komórkowa, iniekcje
Warszawa: Wola, ul. Łucka 18
gabinet Renort, tel. 539250863

Wykonuję terapię komórkową:

Terapia osoczem bogatopłytkowym (GLO PRP)

leczenie przeciwbólowe, przeciwobrzękowe, przeciwzapalne; stosowane w chorobach degeneracyjnych lub pourazowych chrząstki stawowej. RZS – przeciwbólowo. Przewlekłe dolegliwości bólowe przyczepów ścięgien i więzadeł (przeciążenia), np. łokieć tenisisty. Leczenie przeciwbólowe stawów kręgosłupa w przebiegu dyskopatii i zmian zwyrodnieniowych. Leczenie przeciwbólowe stawów krzyżowo-biodrowych.

Sezon na czad!

Okres jesienno-zimowy to czas, w którym ryzyko powstania pożarów oraz zatruć tlenkiem węgla w naszych mieszkaniach wzrasta.

Do zatruć najczęściej dochodzi z powodu wad albo niewłaściwej eksploatacji urządzeń grzewczych, elektrycznych i gazowych. Czad, czyli tlenek węgla, zwany także „cichym zabójcą" jest niewidoczny, nie ma zapachu. Nie bagatelizuj objawów takich jak: bóle i zawroty głowy, duszność, senność, osłabienie, przyspieszona czynność serca, mogą one być sygnałem, że ulegamy zatruciu tlenkiem węgla.

Wadliwe działanie przewodów kominowych może wynikać z ich nieszczelności, braku konserwacji (w tym czyszczenia), wad konstrukcyjnych oraz niedostosowania istniejącego systemu wentylacji do stopnia szczelności stosowanych okien i drzwi.

Wady te mogą prowadzić do niedrożności przewodów, braku ciągu, a nawet do powstawania zjawiska ciągu wstecznego, polegającego na tym, że dym zamiast wydostawać się przewodem kominowym na zewnątrz – cofa się do pomieszczenia.

Prawo budowlane zobowiązuje właścicieli i zarządców obiektów budowlanych, do regularnych kontroli przewodów kominowych co najmniej raz w roku.

Pamiętaj!

- Nie zaklejaj i nie zasłaniaj kratek wentylacyjnych.
- Przeprowadzaj kontrole techniczne, w tym sprawdzaj szczelność przewodów kominowych, systematycznie je oczyszczaj i sprawdzaj ciąg powietrza.
- Regularnie wietrz pomieszczenia, w których korzystasz z piecyków czy kuchenek gazowych.
- Zainstaluj czujniki alarmowe wykrywające tlenek węgla. Czujka, to wydatek zaledwie kilkudziesięciu złotych, a może uratować życie Tobie i Twoim bliskim!

Zaloguj i pomagaj

Projekt „Zaloguj i pomagaj – Warszawa dla seniora – druga edycja" to inicjatywa realizowana przez Stowarzyszenie Q Rozwojowi (we współpracy z m. st. Warszawa), której celem jest budowanie prężnie działającej społeczności wolontariuszy pomagających seniorom. Do tego ciekawego i potrzebnego projektu dołączył również Ośrodek Pomocy Społecznej Dzielnicy Ochota.

- Jeśli lubisz ludzi i jesteś otwarty na nowe znajomości
- Masz odrobinę wolnego czasu, który chcesz poświęcić innym
- Jeśli wierzysz, że jedno słowo i gest może zmienić życie drugiego człowieka –

czekamy właśnie na twoje zgłoszenie i zachęcamy do rejestracji na stronie projektu: https://zalogujpomagaj.um.warszawa.pl/rejestracja/.

Przystępując do projektu możesz sprawić, że osoby starsze staną się bardziej aktywne, otworzą się na kontakty z innymi, poprawi się ich stan psychofizyczny.

Komu pomagamy

Projekt skierowany jest do warszawskich seniorów. Jego celem jest również namówienie warszawiaków, by zostali towarzyszami seniora, pomogli załatwić sprawę w urzędzie, poszli na spacer lub po prostu porozmawiali!

Dlaczego warto zostać wolontariuszem?

Dla osób, które zdecydują się na poświęcenie swojego czasu seniorom, przewidziany jest system wsparcia w postaci m.in. superwizji, spotkań integracyjnych, konsultacji, finansowania biletów do instytucji kultury.

Jak wziąć udział w projekcie?

Wystarczy wejść w zakładkę **Zgłoś się** na stronie https://zalogujpomagaj.um.warszawa.pl/ i wypełnić kwestionariusz. Po wysłaniu zgłoszenia, zostanie ono przeanalizowane w celu wytypowania seniora, który potrzebuje wsparcia, jakie oferujesz. Skontaktuje się z Tobą pracownik Ośrodka Pomocy Społecznej.

Projekt realizowany jest na zlecenie m. st. Warszawy.

Horoskop

na rok 2020

WODNIK (21 I – 18 II)

Początek roku przyniesie Ci wiele dodatkowych zajęć. Nie panikuj – spokojnie załatwiaj swoje sprawy i nie przeciążaj się. Na szczęście będziesz w dobrej formie – nie zabraknie Ci siły i pomysłów. W dalszych miesiącach 2020 roku możesz liczyć na stabilizację zawodową, za to niespokojnie będzie w uczuciach. Drugie pół roku będzie bardziej nerwowe.

RYBY (19 II – 20 III)

Na początku nowego roku najważniejsze będą dla Ciebie dwie sprawy: remont domu lub przemeblowanie oraz liczne spotkania towarzyskie. W uczuciach – romantycznie. Kolejne miesiące stworzą wiele okazji do realizacji długo odkładanych planów w życiu osobistym. Niestety w sferze zawodowej bez większych zmian. Musisz to przeczekać, zebrać siły i poczekać.

BARAN (21 III – 20 IV)

Styczeń nie będzie miesiącem Twoich marzeń, ale skoro nie możesz nic na to poradzić, po prostu przeczekaj. Jeśli możesz, pod koniec miesiąca wyjedź na kilka dni. Z nowymi siłami i w lepszym dla Ciebie okresie będziesz mógł wziąć się do pracy. W 2020 roku powinieneś przede wszystkim postawić na samorealizację, ale poprzedzoną głęboką refleksją.

BYK (21 IV – 21 V)

Początek roku będzie korzystny zwłaszcza w sprawach zawodowych – może Ci się udać wcielić w życie nowe pomysły, co przyniesie dodatkowe dochody. Pomoże Ci w tym dobre samopoczucie i radosne, pełne optymizmu nastawienie. Kolejne miesiące przyniosą Ci zmiany w sposobie myślenia i relacjach z ludźmi. Osiągniesz satysfakcję w pracy i życiu osobistym.

BLIŹNIĘTA (22 V – 21 VI)

W styczniu poczujesz się wyjątkowy, zdolny i doceniony przez innych. Nie osiadaj na laurach – istotne sprawy osobiste, domowe czekają na Twoją interwencję. Rok 2020 będzie dla Ciebie raczej korzystny. Sprawy będą się rozwijały zgodnie z Twoimi życzeniami i zakończysz kilka wlokących się spraw. W drugiej części roku – ważne wydarzenia w życiu osobistym.

RAK (22 VI – 22 VII)

Rozpoczniesz nowy rok z rozmachem i bardzo korzystnie. Uporządkujesz swoje sprawy uczuciowe, nadrobisz zaległości w realizowanych planach i spotkaniach towarzyskich, a w pracy zabłyśniesz przed zwierzchnikami. Następne miesiące będą coraz gorsze – przesilenie nastąpi we wrześniu i potem będzie tylko lepiej. Wykorzystaj trudne miesiące na przemyślenie swojego życia.

LEW (23 VII – 23 VIII)

Szykuje się początek roku pod znakiem pracy, ambicji i wielu obowiązków. Postaraj się w tym zamieszaniu pamiętać o tym, w co wierzysz i co dla Ciebie jest najważniejsze. Będzie to dla Ciebie najlepszym drogowskazem w trudnych chwilach. W dalszych miesiącach 2020 ważne będą głównie sprawy uczuciowe – ich pozytywny rozwój będzie wsparciem w innych sferach życia.

PANNA (24 VIII – 22 IX)

Początek roku 2020 zaskoczy Cię nowymi doznaniami i odkryciami. Ze zdziwieniem i pasją będziesz poznawać nową, nieznaną dotychczas dziedzinę. Uda Ci się też nadrobić zaległości i zaplanować przyszłe działania w sferze zawodowej. W dalszych miesiącach to właśnie praca i płynąca z niej satysfakcja będą najważniejsze. Gwiazdy będą Cię wspierać.

WAGA (23 IX – 23 X)

Na początku roku ogarnie Cię entuzjastyczny nastrój, poczujesz, że możesz zdobyć wszystko – zawodowo i prywatnie. Wykorzystaj tę chwilę – rzeczywiście wszystko będzie możliwe. Wiosną ogarnie Cię lenistwo, ale już od czerwca przyjdą lepsze dni i będziesz mogła nadrobić stracony czas. Zwróć uwagę na zdrowie, bo będziesz podatna na infekcje.

SKORPION (24 X – 22 XI)

Początek roku spokojny, ale nie daj się zwieść pozorom. Los szykuje Ci wielkie życiowe zmiany, więc zawczasu się na nie przygotuj. Rok 2020 będzie lepszy niż obecny. Wiosną oddaj się miłosnym przyjemnościom, latem – dużo odpoczywaj z rodziną, ale urlop zaplanuj na końcówkę roku. Gwiazdy będą Ci sprzyjać, więc bez obaw realizuj plany materialne.

STRZELEC (23 XI – 21 XII)

Początek roku niesie niebezpieczeństwo utraty płynności finansowej. Nie daj się więc ponieść radosnej beztrosce i uważaj na wydatki. Dodatkowo postaraj się o dodatkowe źródło dochodów. Rok 2020 będzie pomyślny: w pracy wreszcie zostaniesz doceniony i poczujesz smak sukcesu, w finansach – zwyżka, a drugiej połowie roku – szansa na stabilny szczęśliwy związek.

KOZIOROŻEC (22 XII – 20 I)

Początek roku upłynie Ci w najwyższej formie, przy nadwyżkach energii i chęci do działania. Wykorzystaj te chwile i swoją kreatywność, a osiągniesz sukces i zdobędziesz awans lub podwyżkę. Dalsze miesiące będą sprzyjały raczej zabawie niż pracy. Będziesz wreszcie odcinać kupony i korzystać z efektów wcześniejszych wysiłków. No i przyjdzie czas na miłość.

Dom Kultury „Kolorowa”

ul. Gen. Sosnkowskiego 16
Tel. 22 867 63 95
www.kolorowa.arsus.pl

w grudniu:

- 15 grudnia (niedziela) godz. 16.30 – “Mistrzowie kameralistyki dla Kolorowej” – koncert w wykonaniu BMF Piano Trio. Wstęp wolny
- 18 grudnia (środa) godz. 18.00 – „Świąteczne kolędy i nie tylko” – koncert uczniów studia wokalnego pod kierownictwem Vlasty Traczyk. Wstęp wolny

Ośrodek Kultury „ARSUS”

ul. Traktorzystów 14
Tel. 22 478 34 54

w grudniu:

- 6 grudnia (piątek) godz. 18.00 (sala widowiskowa) – Koncert „Mali Maleńkiemu”. Wstęp wolny
- 12 grudnia (czwartek) godz. 18.00 (sala kameralna) – Występ zespołu kabaretowego „Pół serio”. Program świąteczny. Wstęp wolny

Dom Kultury „Miś” Ośrodka Kultury „Arsus”

ul. Traktorzystów 20
tel. 22 667 92 18

w grudniu:

- 17 grudnia (wtorek) godz. 17.00 – „Bóg się rodzi…” – koncert oraz spotkanie opłatkowe członków Klubu Seniora i zaproszonych gości
- 31 grudnia (wtorek) godz. 19.00 – „Bal Sylwestrowy i powitanie Nowego Roku” dla członków Klubu Seniora D.K. Miś

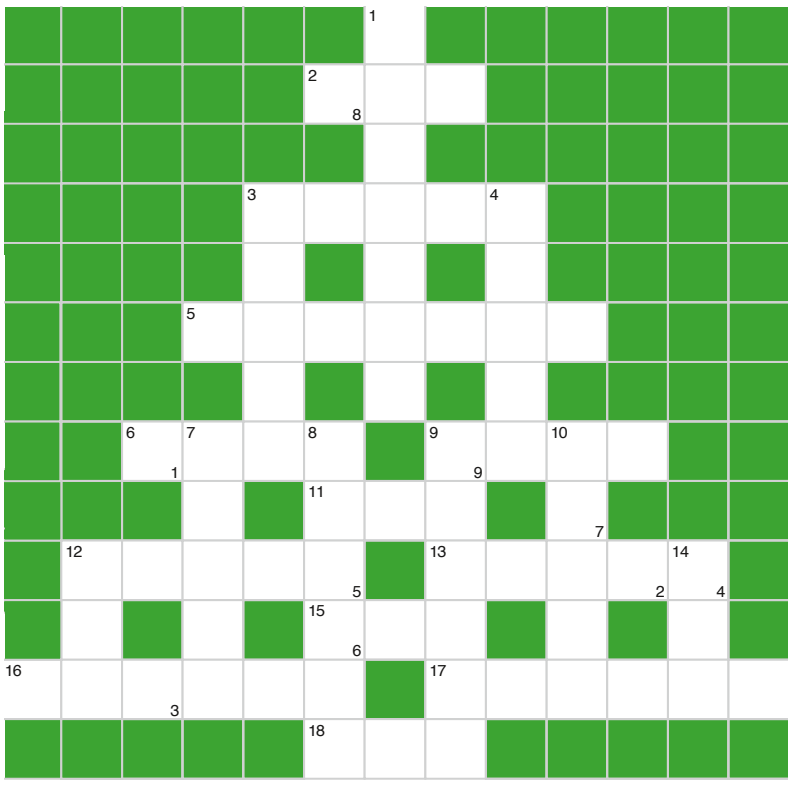
Ośrodek Kultury Ochoty

ul. Grójecka 75
Tel. 22 822 93 69

w grudniu:

- 14 grudnia (sobota) godz. 11.00 – OKO ul. Grójecka 75 – Sobotnie Spotkania Muzyczne- „świąteczne nutki” – cytra. Spotkanie dla dzieci i rodziców z cyklu „Poznawanie dźwięków i budowy instrumentów muzycznych”. Prowadzą muzycy zespołu Des Orient. Wstęp 10 zł/osoba
- 14 grudnia (sobota) godz. 18.00 – OKO ul. Grójecka 75 – „A jakby nie?” – recital autorski Tomasza Szweda&zespołu Szwedzki Stół z cyklu „Wieczory bardów”. Bilety w przedsprzedaży 35 zł, w dniu koncertu 40 zł
- 15 grudnia (niedziela) godz. 12.30 – Sala widowiskowa OKO ul. Radomska 13/21 – Artystyczna Niedziela z Mama i Tatą – Sekrety płaszcza Świętego Mikołaja – bajka w wykonaniu objazdowego teatru Vaska z Torunia. Po spektaklu odbędą się warsztaty artystyczne w atmosferze zbliżających się Świat Bożego Narodzenia. Zapraszamy dzieci wraz z opiekunami. Wstęp 10 zł/osoba
- 17 grudnia (wtorek) godz. 19.00 – OKO ul. Grójecka 75 – „Koncert Świąteczny” – koncert słuchaczy Studia Wokalnego im. J. Wasowskiego. W programie kolędy, pastorałki, piosenki świąteczne polskie oraz zagraniczne w interpretacji młodych wokalistów. Akompaniować będzie Grzegorz Karaś z zespołem. Wstęp 5 zł

KRZYŻÓWKA nr 14



Litery z pól ponumerowanych w prawych dolnych rogach od 1 do 18 utworzą rozwiązanie.

Poziomo:
2) dawniej wiatr; 3) będzie bryndzą; 5) będzie z niej fajna babka; 6) rozziew; 9) pilaster; 11) w filozofii: wiek; 12) uzdrowisko nad Popradem; 13) ofiara na zbożny cel; 15) gibbon białoręki; 16) siły zbrojne; 17) ustronne miejsce; 18) wróg huna.

Pionowo:
1) biblijne imię oznaczające „Bóg z nami”; 3) długa u św. Mikołaja; 4) konwent; 7) akcent w śpiewie gregoriańskim; 8) znawca Boga; 9) łamliwe ciasto jako foremka do lodów, kremów; 10) wysokie podczas biegu; 12) tam największy karnawał; 14) miasto w Rosji.

Ogłoszenia drobne

- **ANTYCZNE MEBLE, OBRAZY,** srebra, platery, książki, pocztówki, odznaki, odznaczenia, szable, bagnety. Gotówka. Tel. 504 017 418
- **DOMY JEDNORODZINNE na SPRZEDAŻ** kom. 668-608-194/ a2deweloper.pl Domaniew ul. Domaniew 60C 2 km od węzła Pruszków
- **PRANIE DYWANÓW, WYKŁADZIN, TAPICERKI** meblowej, samochodowej. Tel. 509 672 530, 22 638 52 84, 505 593 654
- **ZŁOTA RĄCZKA + ELEKTRYKA** + składanie mebli. Tel. 503 150 991

MINI- -informator

- **POGOTOWIA**
  Ratunkowe ☎ 999
  Gazowe ☎ 992
  Ciepłownicze ☎ 993
  Energetyczne ☎ 991
  Wodno-kanalizacyjne ☎ 994
  Dla Ofiar Przemocy w Rodzinie „Niebieska Linia” ☎ (22) 668 70 00
- **POLICJA ☎ 997**
  Komenda Rejonowa Warszawa-Ochota, ul. Opaczewska 8 ☎ (22) 603 93 50
- **STRAŻ MIEJSKA ☎ 986**
- **STRAŻ POŻARNA ☎ 998**
  Jednostka Ratunkowo-Gaśnicza nr 16, ul. Rynkowa 8 ☎ (22) 596 71 60

NASZA GAZETA OCHOTY • URSUSA i WŁOCH

BEZPŁATNY DWUTYGODNIK

Adres redakcji (do korespondencji):
Redakcja „Naszej Gazety Ochoty, Ursusa i Włoch”
01-125 Warszawa 102, skrytka pocztowa 13
tel./fax **22 877 25 66, 22 877 25 67**
e-mail: redakcja@nasza-gazeta.pl

Redaguje zespół

Wydawca: NASZA GAZETA Sp. z o.o. (adres jak wyżej)

Reklamy i ogłoszenia:
tel. 22 877 25 66, 22 877 25 67
e-mail: reklama@nasza-gazeta.pl

Ceny ogłoszeń:
Moduł podstawowy (5x5) cm – 106 zł
Pierwsza strona + 100%
Ostatnia strona + 50%
Ogłoszenia drobne: 1–10 słów – 15 zł, 11–20 słów – 25 zł.
Dla stałych klientów duże rabaty
Powyższe ceny nie zawierają podatku VAT.

Ogłoszenia płatne z góry.
Za treść ogłoszeń, reklam i artykułów sponsorowanych redakcja nie odpowiada.

Redakcja zastrzega sobie prawo do skracania, adiustowania oraz opatrywania własnym tytułem nadesłanych materiałów.

Pełnych spokoju i radości
świąt Bożego Narodzenia,
miłego wypoczynku wśród rodziny i bliskich,
optymizmu, energii i nadziei na 2020 rok

życzą mieszkankom i mieszkańcom Ochoty

Rada i Zarząd Dzielnicy Ochota