



bezpłatnie

www.ngp.pl

# nowa gazeta praska

Nakład 25.000 egz.

**GABINET STOMATOLOGICZNY**  
Szwedzka 37, tel. 022 818-07-91

- bezbolesne leczenie
- nowoczesna protetyka
- protezy natychmiastowe

czynne 9-20  
sobota 9-14**UWAGA!** promocyjna cena  
koron porcelanowych  
na metalu i cyrkonie

## Razem czy osobno?

Warszawa i województwo mazowieckie – razem czy osobno? - pod takim hasłem w Mazowieckim Urzędzie Wojewódzkim odbyła się debata na temat metropolitalności Warszawy, w której udział wzięli przedstawiciele ministerstwa infrastruktury, władz samorządowych oraz zaproszeni eksperci.

Problem nie jest błahy, bowiem w Warszawie i okolicach mieszka 8 proc. ludności kraju, która wytwarza 1/6 PKB, mając 10 proc. udziału w rynku pracy. Wynagrodzenie w rejonie warszawskim to 144 proc. średniej krajowej. Zaznacza się przy tym wyraźny podział województwa na bogatą stolicę i biedną resztę województwa, co zaciera obraz całości. Ponieważ warszawiacy coraz więcej zarabiają (zbliżamy się do granicy 75 proc.

średniej pensji UE) Mazowsze może stracić status tzw. regionu celu pierwszego, czyli otrzymującego największe dotacje z Unii Europejskiej. Oznaczałoby to utratę nawet 2/3 dotacji - dokończenie na str. 2

Szpital Praski

## Gdzie jest 14 milionów?

Rozmowa z dr Pawłem Obermeyerem, dyrektorem szpitala

- Wiem, że 19 marca – gdy NGP była już w drukarni – dostał Pan oczekiwane pismo od prezesa Urzędu Zamówień Publicznych, umożliwiające kontynuowanie budowy pawilonu A2. Czy to zakończyło problemy?

- Niestety, nie. W ostatnim zdaniu tego dość długiego pi-

sma stwierdzono - co dla nas jest najważniejsze - że wprawdzie były pewne błędy w przeprowadzonej procedurze przetargowej, ale nie miały one wpływu na jej legalność. I wszystko byłoby w porządku, gdyby nie to, że nie mamy pieniędzy. Nie są zapłacone faktury ani za ubiegły rok, ani tego-

roczne, oraz m.in. za zabezpieczenie budowy i zajęcie pasa drogowego. To ponad 8 mln zł i to bez odsetek, o które wykonawca będzie występował.

- Przecież 20 grudnia ubiegłego roku Rada Warszawy uchwaliła Wieloletni Plan Inwestycyjny, w którym dla szpitala na rok 2007 zapisała ponad 14 mln złotych, na ten rok – 18 i dalej kwoty te się zwiększają. Czy nie może Pan sięgnąć do tych 14 mln ubiegłorocznych?

- Nie, bo ich nie ma.

- Jak to jest możliwe?

dokończenie na str. 3

## Zbadaj słuch

Wszystkie osoby mające trudności ze słyszeniem mogą bezpłatnie zbadać słuch i zasięgnąć fachowej porady w gabinetach firmy Fonikon przy ul. Kondratowicza 37 (vis a vis Szpitala Bródnowskiego, tel. 022 353 06 20) i Szpitalu przy ul. Brzeskiej 12 (tel. 022 499 69 40).

Fonikon jest laureatem wyróżnienia Firma Godna Zaufania 2005. Proponuje szeroki wybór nowoczesnych aparatów słuchowych i akcesoriów firmy Oticon, która od ponad 100 lat służy pomocą osobom słabosłyszącym. Zapraszamy!

**Oticon Delta**  
- urządzenie  
wspomagające  
słyszenie na miarę  
XXI wieku!

## PANELE ŚCIENNE • PODŁOGOWE • KARNISZE DRZWI WEWNĘTRZNE

**SKŁAD FABRYCZNY**WARSZAWA ul. RADZYMIŃSKA 116  
tel. 022 678-19-29, 022 678-29-34Sulejówek ul. Dworcowa 86 tel. 022 783-31-98  
Wesoła-Zielona ul. Wspólna 36 tel. 022 773-56-48www.panele-polska.pl  
Zapraszamy codziennie 9-18, sobota 9-14

## Perfekt DENT

# Stomatologia dla całej rodziny

czytaj na str. 5

**CENTRUM DRZWI**

Oferujemy usługi w zakresie:

- produkcji drzwi suwanych i składanych
- sprzedaży profili aluminiowych Sevroll
- cięcia i oklejania płyty

**NOWOŚĆ!!!**TANIE SZAFY  
DO SAMODZIELNEGO  
MONTAŻUszczegóły na stronie [www.mapi-im.pl](http://www.mapi-im.pl)Zapraszamy w godz. 9 - 17 (sob. 9 - 14)  
Warszawa, ul. Radzyminska 116,  
Tel. 022 679 29 19, 022 678 08 42

## Ochota na Pradze

Towarzystwo Inicjatyw Społecznych „Troska” zaczęło działalność na Ochocie w 2004 roku, od zorganizowania spotkania mikołajkowego dla dzieci. Od niedawna zapuszcza korzenie na Pradze, niedaleko ronda Stefana Starzyńskiego. Przed świętami wielkanocnymi zaproszono 31 dzieci, głównie z praskiego OPS, ale także mieszkających na ul. Darwina 3A, do usytuowanej na parterze tego budynku nowej siedziby TIS „Troska”. Dzieci otrzymały paczki ze słodyczkami.

Uroczyste otwarcie lokalu nastąpiło 27 marca. Na skromnej powierzchni (prawie 16 m<sup>2</sup>) wygospodarowano 2 pomieszczenia z zapleczem, gwarantując intymne warunki do trudnych rozmów z osobami potrzebującymi pomocy.

„Chcemy mocno pomagać warszawiakom” – zadeklarował prezes ITS „Troska” Maurycy Seweryn, dziękując za wsparcie wspólnocie mieszkaniowej Darwina 3A, pracownikom Ośrodka Pomocy Spo-

dokończenie na str. 3

**STOMATOLOGIA, GINEKOLOGIA,  
NEUROLOGIA, MEDYCYNA PRACY,  
BADANIA LABORATORYJNE****PROMOCJA NA KWIECIEŃ!**

Przy jednoczesnym wykonaniu skalingu i piaskowania zębów - fluoryzacja GRATIS!  
(pon.-pt. w godz. 9-13, ul. Białostocka 7 i ul. Targowa 2)

ul. Białostocka 7, tel. 022 619-81-94

ul. Targowa 2, tel. 022 618-40-50

ul. Potocka 14, tel. 022 833-43-43

Lecznice czynne: pn.-pt. 8.00-20.00, sobota 8.00-13.00

[www.demeter.com.pl](http://www.demeter.com.pl)Zapraszamy do PORADNI OKULISTYCZNEJ  
również w ramach NFZ, tel. 022 833-43-43.

## POŻYCZKA GOTÓWKOWA do 85 lat

Od 1000 zł do 50 000 zł w 2 minuty!

tel. 022 374-26-69 Dojazd do klienta - GRATIS!

## PAMIĘCI OFIAR ZBRODNI KATYŃSKIEJ

pod Patronatem Marszałka  
Województwa Mazowieckiego  
Adama StruzikaBurmistrz Dzielnicy Białołęka m.st. Warszawy  
Jacek Kaznoeski wraz z Radą i Zarządem  
Wydział Kultury  
Proboszcz Parafii NMP Matki Pięknego Miłości  
Ks. Dziekan Tadeusz Olaczek

zapraszają na koncert

wstęp  
wolnyKrzysztof Penderecki -  
dyrygentORKIESTRA  
SINFONIETTA CRACOVIA

13 kwietnia 2008 r., godz. 19.00

Kościół NMP Matki Pięknego Miłości, ul. Myśliborska 100

Sponsor Główny Koncertu:



Mazowiecki Fundusz Regionalny



# Razem czy osobno?

dokończenie ze str. 1  
cji na lata 2014-2020. Radą na to mogłoby być wydzielenie z Mazowsza Warszawy i okolicznych powiatów z ok. 3 mln mieszkańców i utworzenie Obszaru Metropolitalnego. Wówczas biedna część Mazowsza mogłaby bez przeszkód otrzymywać najwyższe dotacje. Takie rozwiązanie w imieniu swego ugrupowania zaproponował poseł PiS Paweł Poncyljusz. Uważa on, że utworzenie Obszaru Metropolitalnego pozwoliłoby np. na budowę zintegrowanego systemu transportowego, stanowiącego również ochronę terenów zielonych przed próbami rabunkowego zagospodarowania pod budownictwo.

Inne spojrzenie na ten problem przedstawiła rządząca koalicja PO/PSL. Wojewoda mazowiecki Jacek Kozłowski

opowiedział się dobitnie przeciwko wydzieleniu Warszawy, ale przy lepszym wewnętrznym wykorzystaniu środków. Jego zdaniem nie należy tworzyć dodatkowych administracyjnych podziałów, by dostosować się do wymogów Unii, ale aktywnie działać na rzecz zmiany podejścia Unii do tej kwestii. Powinno się to stać podczas rozpoczynających się wkrótce negocjacji kolejnego okresu finansowania na lata 2014-2020. W tej kwestii Warszawę może wesprzeć Budapeszt, który jest w bardzo podobnej sytuacji. Jest jeszcze inny argument przeciwko podziałowi. Warszawa na takiej operacji również by straciła. Nie otrzymywałaby dotacji, wzrosłoby także janosikowe, czyli pieniądze odprowadzane do budżetu z tytułu większych dochodów, które dziś już stanowią niebagatelną kwotę 700 mln zł rocznie. Okazuje się także, że same dochody Mazowsza mogą być znacznie przeszacowane. Wypracowany dochód dzieli się na mieszkańców, ale tylko tych, którzy są w stolicy zameldowani. W Warszawie i województwie mieszka wiele osób zameldowanych w innych regionach kraju, co, jak dowodzą kontrole unijne, może oznaczać przeszacowania sięgające nawet 10 proc. A więc średnie zarobki w Warszawie nie osiągają 75 proc. średniej unijnej i utrata środków nam nie grozi. Przeciwno podziałom wypowiedzieli się także eksperci. W dzisiejszym świecie ani ludzie, ani kapitał, ani nowe technologie nie uznają granic.

I na koniec refleksja niewesoła. Problemem Warszawy jest brak wizji. Rozwój powinno się planować w perspektywie nawet 25-letniej, zaś u nas wciąż pokutuje niebezpieczna dla miasta zabarwiona politycznie doraźność. **Kr.**

**PRASKA AUTO SZKOŁA**  
ul. Jagiellońska 38

Filia: Tarchomin  
Klub „Arkona”  
022 811-15-43

Szkolimy profesjonalnie od 15 lat!

022 818-89-68

0602-616-877

www.osk.net.pl/pas

**Oregano**  
odcienie smaku

Zapraszamy Państwa do naszego tokańskiego Domu. Zasmakujcie wybornej Kuchni autorstwa Mistrzyni Anny Martynowskiej. Spróbujcie win z całego świata i sezonowych specjalów.

Nowa wiosenna karta MENU  
po zimie zerplymy garściami  
z wiosennych darów.

W kwietniu  
Podwieczorki z 4 kontynentów  
specjalne menu herbatą inspirowane

W tygodniu  
Twoje 20 minut

Lunch codziennie inny.  
U nas – bądź u Ciebie w godz. 12-16.  
W cenie 20 złotych,  
co dzisiaj GRATIS.

w każdą niedzielę  
Obiady Niedzielne  
w barach i kawiarniach

Zaopiekujemy się Twoimi dziećmi,  
a Ty będziesz cieszyć się bogatą  
ofertą naszych bufetów.

Chętnie zorganizujemy Państwu  
wszelkie przyjęcia biznesowe  
jak i okolicznościowe - wesela,  
komunie, chrzciny, jubileusze  
oraz każde inne na specjalnie

Perzwał nam zaprosić Cię do **Oregano**  
www.oregano-restauracja.pl  
ul. Bokaterów 14, 03-026 Warszawa  
Tel. (0) 22 425-59-64

Szczegóły w Oddziałach oraz na [www.aigbank.pl](http://www.aigbank.pl). Wszelkie materiały promocyjno-reklamowe mają charakter wyłącznie informacyjny. Wizerunek nagród przedstawiony w materiałach reklamowych może odbiegać od ich rzeczywistego wyglądu.

**LOTERIA BANKOWA!**  
Od 3 marca do 25 kwietnia 2008 roku.  
0 801 80 88 88  
(071) 376 25 55

**Weź pożyczkę i wygraj 100.000 złotych i ...**

**4x HONDA CITY**

**Warszawa**  
ul. Targowa 69  
(vis a vis CH Wileńska)  
czynne: pon.-pt. 8.00-18.00

**AIG AIG BANK POLSKA SA**

**pożyczki**

**finanse dla domu**

www.aigbank.pl

## Requiem W. A. Mozarta w III rocznicę śmierci Papieża Jana Pawła II

30 marca 2008 r. w kościele Najświętszej Maryi Panny Matki Pięknego Miłości przy ul. Myśliborskiej 100 odbył się niezwykły koncert. Dla upamiętnienia III rocznicy śmierci Papieża Jana Pawła II zabrzmiało Requiem d-moll Wolfganga Amadeusza Mozarta.

Organizatorzy koncertu, burmistrz Dzielnicy Białołęka Jacek Kaznowski wraz z radą i zarządem, wydział kultury oraz proboszcz parafii NMP Matki Pięknego Miłości ksiądz dziekan Tadeusz Olaczek zaprosili do wykonania tego wspaniałego utworu znakomitych muzyków: Białołęcką Orkiestrę Romantyczną, Chór Miasta Siedlce oraz solistów, Katarzynę Trylnik – sopran, Annę Lubańską – mezosopran, Ryszarda Wróblewskiego – tenor i Romualda Tesarowicza – bas. Całością dyrygowała Iwona Sowińska.

Nieprzypadkowo wybrano na tę okazję właśnie Requiem Mozarta, dzieło uznane za jedno z najwybitniejszych osiągnięć genialnego kompozytora i zaliczane do największych arcydzieł wszechczasów. Requiem to msza żałobna, którą, choć na zamówienie, Mozart tworzył w przeczczeniu własnej śmierci. Słuchając jej trudno nie zadumać się zarówno nad przedwczesną śmiercią kompozytora, jak i nad tak bolesną dla nas śmiercią Jana Pawła II.

Requiem d-moll, ostatnia kompozycja Mozarta, jest dziełem wyjątkowym, otoczonym legendą, w której dziś trudno już oddzielić wydarzenia autentyczne od mitu. Anonimowe zlecenie na napisanie mszy żałobnej Mozart otrzymał w lipcu 1791 roku przez tajemniczego postać. Zajęty „Czarodziejskim fletem” nie od razu przystąpił do pracy. W listopadzie, kiedy komponował Requiem był już bardzo chory. Nie zdołał ukończyć dzieła, choć pracował nad nim do ostatnich swoich chwil, przekonany, że pisze mszę dla siebie.



osądzeni. Dopiero „Lacrimosa” przynosi pocieszenie, bo mówi o powstaniu z popiołów.

Właśnie ta najpiękniejsza „Lacrimosa” wzrusza nas zawsze do łez. Tak było też podczas koncertu w białołęckim kościele NMP Matki Pięknego Miłości. Artyści, pewnie prowadzeni przez dyrygent Iwonę Sowińską, przepiękną muzyką

dostarczyli nam wielu wzruszeń, ale również skłonili do głębokiej refleksji i wspomnień. Wspominaliśmy pielgrzymki Ojca Świętego i słowa, które do nas kierował. Powracaliśmy pamięcią do tych kwietniowych dni sprzed trzech lat, kiedy to, tak wyjątkowo solidarni i zgodni żegnaliśmy go na zawsze.

Joanna Kiwilsz

**KREDYT GOTÓWKOWY**  
od 500 zł do 50000zł

**szybka pożyczka dla każdego bez poręczycieli**  
**duża przyznawalność nie pobieramy opłat również bez BIK**  
**specjalna oferta dla emerytów i rencistów do 85 roku życia!**

Warszawa,  
ul. Marymoncka 105 lok. 40  
(przy Szpitalu Bielańskim)  
tel. 22 425-01-60

Decyzja w 2 minuty,  
pieniądze tego samego dnia!  
możliwość dojazdu do klienta

**BEZPŁATNE BADANIA SŁUCHU**  
**APARATY SŁUCHOWE od 1998 r.**

Największy wybór aparatów i baterii  
Bezterminowa, bezpłatna opieka  
Naprawa wszystkich aparatów słuchowych  
Refundacja NFZ i inne dofinansowania

Praga Północ  
ul. Targowa 69/71 sklep nr 10  
(obok poczty, naprzeciwko Carrefour a)  
tel. (022) 670-29-26, 618-83-60

Bródno  
ul. Wyszogrodzka 1  
(róg Rembielińskiej)  
tel. (022) 674-66-06, 674-19-02

## XXIII sesja Rady Dzielnicy Białołęka Pracowite obrady

To była bardzo pracowita sesja. Białołęccy radni przyjęli kilkanaście uchwał. Przegłosowano nadanie urzędowi dzielnicy nowych kompetencji z zakresu gospodarki nieruchomości dla nieruchomości znajdujących się w granicach Białołęki, wyrażono opinię o wykazie miejsc, w których miasto dopuszcza prowadzenie handlu obwoźnego. Radni odnieśli się do propozycji zmian w budżecie na 2008 rok i przegłosowali zmiany w składach osobowych stałych komisji rady dzielnicy. Przyjęto również uchwałę w sprawie przebudowy ulicy Modlińskiej na odcin-

ku od mostu Grota Roweckiego do Kowalczyka i w sprawie wyposażenia białołęckiego Zakładu Gospodarowania Nieruchomościami w majątek należący do m.st. Warszawy. Radni wysłuchali sprawozdań z działalności i wykonania planów finansowych za rok 2007 – Białołęckiego Ośrodka Kultury, Biblioteki Publicznej w

dzielnicy Białołęka i białołęckiego Ośrodka Pomocy Społecznej. Do szczegółów XXIII sesji powrócimy w następnym wydaniu NGP. **(egu)**

Przypominamy, że w redakcji Nowej Gazety Praskiej przy ulicy Kłopotowskiego 15 lok. 2 (tel. 022 618 00 80) jest nadal dostępna książka „Warszawska Praga. Przewodnik” autorstwa Michała Pilicha.

**DOM WESELNY „MŁODA PARA”**  
wesela ♦ bankiety ♦ przyjęcia okolicznościowe

Zacisze, ul. Wolińska 20A  
tel. 022 678-67-32, 022 818-20-25





Zapraszamy do naszej nowo otwartej kliniki na Białolecie przy ulicy Skarbka z Gór 142. Przygotowaliśmy niespodzianki i rabaty rodzinne.

# Perfekt DENT

## STOMATOLOGIA DLA CAŁEJ RODZINY

Dlaczego nasz gabinet nazywany jest przez pacjentów rodzinnym?

To proste – leczą się u nas całe rodziny.

Zapewniamy miłą i przyjazną atmosferę, co zapobiega powstawaniu uczucia lęku przed stomatologiem, nasz zespół to młodzi lekarze, stale doskonalący swą wiedzę i umiejętności. Stosujemy doskonałe znieczulenia, dla dzieci są to smakowe żele znieczulające.

Używamy najnowszych materiałów i systemów, m.in. system nowej generacji do leczenia kanałowego (stosowany m.in. w Stanach Zjednoczonych) - umożliwiając nam leczenie trudnych przypadków. Często ratujemy zęby, które inni lekarze spisali już na straty - w naszej placówce usunięcie zęba to naprawdę ostateczność.

**Żeby zapewnić naszym pacjentom leczenie na jak najwyższym światowym poziomie wprowadziliśmy do praktyki system laserowy do wybielania zębów (szczegóły na naszej stronie [www.perfektdent.pl](http://www.perfektdent.pl)).**

Z powodzeniem wszczepiamy implanty w różnych systemach, co daje nam pewną elastyczność w dostosowaniu się do możliwości finansowych pacjenta.

W dziedzinie protetyki stawiamy na jakość i funkcjonalność uzupełnień, zadowolenie pacjentów jest dla nas najważniejsze.

Ortodontycznie leczą się u nas z powodzeniem dzieci i dorośli.

Z myślą o naszych najmłodszych pacjentach stosujemy system profilaktyki przeciwpróchnicznej. Dzieci są leczone przez

cierpliwe i doświadczone „ciocie”. Żeby mali pacjenci czuli się zrelaksowani podczas wizyty, mają możliwość obejrzenia swojej ulubionej bajki. Na ich życzenie zakładamy wypełnienia w ulubionym kolorze.

O zadowoleniu naszych najmłodszych pacjentów świadczą liczne rysunki i laurki, przynieszone do gabinetu.

Jeśli jeszcze Państwo nie zdecydowali się czy i dlaczego warto nas odwiedzić, myślę, że te kilka zdań pomoże podjąć decyzję.

### SERDECZNIE ZAPRASZAMY

pon. – pt. w godz. 9 – 21, sob. w godz. 9 – 15

ul. Odkryta 44W, tel. 022 889-70-80

(wejście od ul. Światowida naprzeciw pętli autobusowej Nowodwory)

ul. Skarbka z Gór 142, tel. 022 741-58-88

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



db kredyt gotówkowy

Zamienimy Twoje stare kredyty na jeden, z niższą ratą



Zapytaj też o dodatkową gotówkę!

Zapraszamy do Placówki db kredyt:

Warszawa, ul. Targowa 47

tel. (022) 518-43-80

To bank dobrych kredytów.



RFSD db kredytu 8000 zł, na 12 mies., wynosi od 16,96%. Deutsche Bank FBC S.A. Centrala, Al. Armii Ludowej 26, 00-609 Warszawa

## Nowe Biuro Ubezpieczeń

zaprasza

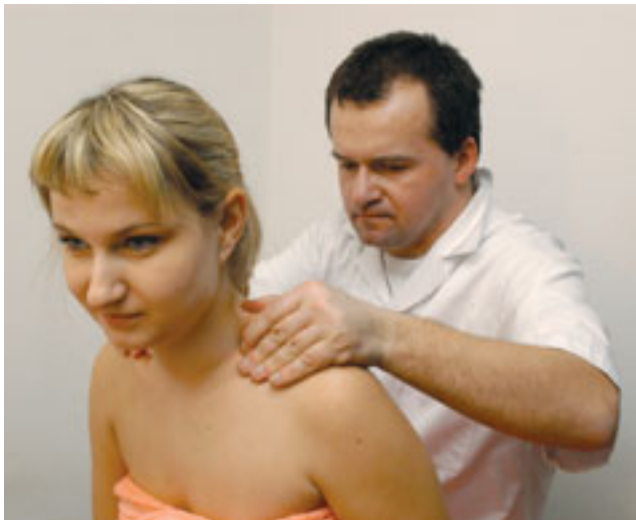
ul. Kondratowicza 18 (antresola), tel. 022 371-91-81

(budynek STO, obok Urzędu Gminy Targówek)

Ubezpieczenia: na życie, NW, mieszkania, II i III filar, TFI

## Wygrać ze skoliozą

We wczesnym stadium można powstrzymać postęp choroby, która - nie leczona - prowadzi do trwałego kalectwa. O skoliozie rozmawiamy z Jackiem Twarowskim, dyplomowanym rehabilitantem i masażystą.



### Czym jest skolioza?

- Tradycyjnie skoliozę określa się jako boczne skrzywienie kręgosłupa, które zniekształca go czołowo, zaś krzywizna przekracza 10 stopni. Mierzy się tę krzywiznę metodą Cobba, posiłkując się zdjęciem rentgenowskim. Nowa definicja skoliozy określa ją jako trójpłaszczyznową deformację kręgosłupa. Nie będę wchodził w skomplikowany podział skolioz. Najkrócej rzecz ujmując dzieli się na te, które dotyczą płaszczyzny czołowej - tu przeważa prawostronne skrzywienie piersiowe. Skolioza dotycząca płaszczyzny strzałkowej przejawia się nieprawidłowościami właściwych kręgosłupowi krzywizn - kyfozy piersiowej i lordozy lędźwiowej. Skolioza w płaszczyźnie horyzontalnej przejawia się skrzywieniem całego kręgosłupa tzw. rotacją i zniekształceniem w obrębie kręgu tzw. torsją, która to deformacja manifestuje się w postaci garbu żebrowego - w przypadku skrzywień piersio-

wych i wału lędźwiowego - w przypadku skrzywień lędźwiowych.

### Kiedy powstaje skolioza i czy można ją rozpoznać we wczesnym stadium?

- Na ogół w dzieciństwie i w wieku młodzieńczym. Wiąże się to po części z przyspieszonym wzrostem. Jeśli dołączyć do tego wady postawy i zaniechanie leczenia i rehabilitacji - recepta na powstanie skoliozy gotowa. Bardzo dokładne badanie jest podstawą diagnostyki skolioz. Według mnie rolę nie do przecenienia we wczesnym wykrywaniu deformacji kręgosłupa odgrywa lekarz pediatra czy też lekarz pierwszego kontaktu, szczególnie podczas badań bilansowych dziecka czy też badania okresowego młodego człowieka. Badanie powinno się odbywać według określonych kryteriów. Jestem pewien, że każdy lekarz zna te kryteria.

### Czy skoliozę można wyleczyć?

- Leczenie polega na za-

trzymaniu progresji skrzywie-

ności szkieletową - 50 stopni, kwalifikuje się do zabiegu operacyjnego. Nieodpowiednio leczone skoliozy prowadzą do ograniczenia sprawności fizycznej pacjentów, mogą powodować zaburzenia neurologiczne i trwałe kalectwo.

**Posłuchajmy opinii pacjentów Jacka Twarowskiego.** - U mojego syna zdiagnozowano skoliozę kiedy miał pięć lat. Wartość skrzywienia jego kręgosłupa wynosiła 15 stopni. Od trzech lat odwiedzamy gabinet Jacka Twarowskiego. Syn ma dobrany specjalny zestaw ćwiczeń i co tydzień jesteśmy na masażu. Odetchnęłam z ulgą kiedy po wykonaniu zdjęcia rentgenowskiego okazało się, że skolioza nie postępuje. Mogę ze spokojem pole-

cić wszystkim rodzicom - mówi Anna Wójcicka, mama ośmioletniego Maćka. - Nigdy nie zauważyłam u siebie żadnego skrzywienia kręgosłupa, ale podczas badania kontrolnego lekarz pierwszego kontaktu zauważył, że jedno z moich ramion jest wyżej niż drugie. Byłam przerażona kiedy okazało się, że moja skolioza ma aż 20 stopni odchylenia. Lekarz polecił mi zabiegi u pana Jacka Twarowskiego. Na masaż chodzę od roku, mam też specjalnie dobrane ćwiczenia.

Niedawno znów zrobiłam zdjęcie kręgosłupa i na szczęście odchylenie nie postępuje. Bardzo się z tego cieszę - mówi siedemnastoletnia Kinga Kowalczyk.

Rozmawiała Elżbieta Gutowska

Warto poddać się dobrowolnemu wpływowi rąk Jacka Twarowskiego. To znakomita, niezawodna profilaktyka chorób - m.in. skoliozy.

Ze szczegółami terapii można się zapoznać na stronie [www.gabinet.strona.pl](http://www.gabinet.strona.pl)

Zapisy do Gabinetu „Zdrowie” Jacka Twarowskiego przy ul. Garwolińskiej 7 lok. 79 pod nr telefonu - 022 610 06 73

## Sięgnij do źródeł - przyjdź na terapię naturalne do ALMONIS!

### REFLEKSOLOGIA STÓP I DŁONI, TWARZY I GŁOWY

1. obniża stres i napięcie nerwowe
2. poprawia krążenie i wspomaga odblokowanie impulsów nerwowych
3. pomaga w naturalnym przywróceniu równowagi

### AROMATERAPIA

Masaż z olejkami dobrane indywidualnie szybko łagodzi napięcia, bóle, objawy stresu, co prowadzi do zrównoważenia ciała i umysłu. Aromaterapię wykorzystuje się od ponad pięciu tysięcy lat, ze względu na jej właściwości lecznicze, jak i poprawiające nastrój.

W czasie masażu następuje najpełniejsza penetracja olejku w głąb skóry i ciała poprzez system naczyń krwionośnych i limfatycznych. Kontakt olejków z zakończeniami nerwowymi w skórze powoduje natychmiastową reakcję systemu nerwowego i efekt relaksu oraz odprężenia pacjenta. Olejki mają również zastosowanie w masażach na cellulite, odmładzających, ujędrniających biust, dekolt, szyję i przynoszą wyśmienite efekty.

Korzystanie z Jaskini Solnej przy masażach i zabiegach jest w cenie promocyjnej 12 zł. Zaleca się pobyt w jaskini przed albo po zabiegach, dzięki temu zabieg jest skuteczniejszy.

### Kupon Rabatowy 10%

Tylko do 17 maja 2008 z tym kuponem otrzymasz 10% rabatu na masaże z grupy refleksologii i aromaterapii w Jaskini Solnej Almonis; ul. Światowida 47 tel.: 022 497 78 84, [www.almonis.pl](http://www.almonis.pl), [info@almonis.pl](mailto:info@almonis.pl)













**05.04.2008**  
godz. 18.00  
bilety  
20 pln

## WOLNA GRUPA BUKOWINA

JERZY FILAR I JANUSZ SKOWRON (FORTEPIAN)  
w ramach SALONIKU Z KULTURĄ  
gospodarz programu  
ANTONI MURACKI



**06.04.2008**  
godz. 18.00  
wstęp wolny, zaproszenia  
do odbioru w sekretariacie  
BOK oraz Wydziale Kultury  
Urzędu Dzielnicy Białołęka

## Paganini na Białołęce

Janusz Wawrowski - skrzypce  
Marcin Zdunik - wiolonczela  
Tadeusz Wicherek - dyrygent  
oraz: Białołęcka Orkiestra *Romantica*



**12.04**  
godz. 18.00  
wstęp wolny  
za zaproszeniami  
dostępnymi w  
sekretariacie BOK

DWUDZIESTOLECIE TEATRU 13

## CZECHOLANDIA

według jednoaktówek Antoniego Czechowa  
SPEKTAKL JUBILEUSZOWY  
reżyseria Tomasz Służewski



**13.04.2008**  
godz. 18.00  
wstęp wolny  
za zaproszeniami  
dostępnymi w  
sekretariacie BOK

z cyklu 10/20 (dziesięć premier na dwudziestolecie)

TEATR 13

JEAN PAUL SARTRE

## PRZY DRZWIACH ZAMKNIĘTYCH

REŻYSERIA TOMASZ SŁUŻEWSKI



**19.04.2008**  
godz. 18.00  
bilety 25 i  
20 pln

## II Festiwal Otwartych Źródeł *Ethnopolis*

Village Kollektiv

Orkiestra Świętego Mikołaja/ Lem-agination

Żywiołak



**20.04.2008**  
godz. 18.00  
wstęp na wolne  
miejsca

Kompania Teatralna Mamro

Peter Barnes

## Czerwone nosy

reżyseria Grzegorz Reszka



**26.04 godz.**  
**18.00**  
bilety 25 i  
20 pln

## Grupa Rafała Kmity



**27.04**  
godz. 18.00  
bilety 35 i  
30 pln

## Stare Dobre Małżeństwo



