

## Kurs na Wisłę



## Prom już pływa. Zapraszamy nad Wisłę

Wraz z rozpoczęciem sezonu wiosenno-letniego Wisła znów nas nie dzieli, lecz łączy. Wszystko za sprawą bezpłatnego promu, który zapewnia weekendowy transport między wawerską plażą Romantyczną a brzegiem wilanowskim. Można nim transportować również rowery, więc to wielkie ułatwienie dla cyklistów planujących wycieczki na prawym brzegu Wisły.



#### LETNI WYPOCZYNEK

## Planujemy

Warszawa szykuje się do tegorocznej akcji „Lato w Mieście”. To oczywiście propozycje aktywnego wypoczynku dla dzieci w czasie ich pobytu w domu. Znamy już lokalizacje akcji i terminy.

- Szkoła Podstawowa numer 76, ulica Poezji 5, telefon 22 872 92 71 , turnus I - 26.06-07.07, turnus II - 24.07-11.08
- Szkoła Podstawowa numer 86, ulica Koryncka 33, telefon 22 812 01 28 , turnus I - 10.07-21.07, turnus III - 14.08-31.08
- Szkoła Podstawowa numer 109, ulica Przygodna 2, telefon 22 277 11 23 , turnus I - 26.06-21.07, turnus II - 24.07-11.08
- Szkoła Podstawowa numer 124, ulica Bartoszycka 45/47, telefon 22 277 10 21 , turnus III - 14.08-31.08
- Szkoła Podstawowa numer 128, ulica Kadetów 15, telefon 22 671 93 87 , turnus I - 26.06-07.07
- Szkoła Podstawowa numer 138, ulica Pożaryskiego 2, telefon 22 277 11 19 , turnus I - 26.06-21.07
- Szkoła Podstawowa numer 195 ulica Króla Maciusia 5, telefon 22 277 10 01 , turnus II - 24.07-11.08
- Szkoła Podstawowa numer 204, ulica Bajkowa 17/21, telefon 22 615 73 43 , turnus I - 10.07-21.07, turnus III - 14.08-31.08
- Szkoła Podstawowa numer 218, ulica Kajki 80/82, telefon 22 812 03 93 , turnus III - 14.08-31.08
- Szkoła Podstawowa numer 404 ulica Cyklamienów 28, telefon 22 277 10 41 , turnus II - 24.07-11.08

## Ekodoradcy w nowych godzinach

Punkt Doradztwa Energetycznego w Wawrze zlokalizowany przy ulicy Żegańskiej 2c zmienił godziny pracy doradców energetycznych.

Eksperti dzielą się fachową wiedzą z zakresu doradztwa technicznego w kontekście modernizacji źródeł ciepła, termomodernizacji budynków i stosowania odnawialnych źródeł energii. Informują również o możliwościach uzyskania dotacji na sfinansowanie tych inwestycji - ze środków miejskich lub w ramach innych programów wsparcia. Doradcy mogą również wesprzeć warszawiaków w wypełnieniu deklaracji do Centralnej Ewidencji Emisyjności Budynków (CEEB), doradzić, w jaki sposób obniżyć koszty ogrzewania, obniżyć zużycie energii elektrycznej i wody; pomogą także przeanalizować rachunki za media i podpowiedzą, gdzie szukać potencjalnych oszczędności.

Ekodoradcy zapraszają obecnie w następujących godzinach: wtorki 8-12, czwartki 8-14, soboty 8-20 i niedziele 10-16.



## Co z tym lasem?

W poprzednim numerze informowaliśmy krótko o pracach prowadzonych przez Nadleśnictwo Celestynów w wawerskich lasach. Chodzi o wycinki pielęgnacyjne, a przede wszystkim - rozbudowę dróg.

Ponieważ ten temat budzi duże zainteresowanie i kontrowersje, poprosiliśmy nadleśnictwo o stanowisko w sprawie. Poniżej zamieszczamy list wyjaśniający.

Nadleśnictwo Celestynów informuje, że w okolicach Czarne Stawu prowadzona jest budowa drogi leśnej. Istniejąca droga wymagała przebudowy i dostosowania do wymogów określonych dla dróg przeciwpożarowych.

Lasy wawerskie, ze względu na swoje intensywne użytkowanie rekreacyjne, są bardzo podatne na pożary. Zadaniem leśników jest stworzenie niezbędnych dojazdów o odpowiednich parametrach, aby ciężkie pojazdy straży pożarnej mogły szybko dojechać do dowolnego punktu w lesie.

Jako podbudowę pod drogę zastosowano tłuczeń (naturalne kruszywo dolomitowe kieleckie), natomiast nawierzchnia będzie wykonana ze znacznie drobniejszego materiału (również kamień), który uszczelni i zaklinuje wierzchnią warstwę, dzięki czemu droga będzie mogła służyć rekreacji biegowej czy rowerowej. Nowobudowana droga nie będzie udostępniona do ruchu publicznego pojazdami silnikowymi, zaprzęgowymi i motorowerami.

Bardzo dziękujemy za zainteresowanie oraz reakcję na zaistniałą sytuację. Cieszy nas, że społeczeństwo jest wrażliwe na zmiany, jakie zachodzą w środowisku leśnym.

**Z poważaniem Artur Dawidziuk, Nadleśniczy**



## Jedyna TAKA noc

Tegoroczna Noc Muzeów odbędzie się 13 maja, jak zawsze z soboty na niedzielę. W Warszawie zaplanowano setki atrakcji dla miłośników odkrywania miasta po zmroku. Kilka propozycji znajdziemy także w Wawrze.

Fundacja Muzeum z Klasą zaprasza do Murowanki, przy ulicy Płowieckiej 77. Można tam będzie zwiedzić historyczną szkołę z 1903 roku i obejrzeć wystawę „Powrót do szkoły. Elementarz”, która pokazuje w niebanalny sposób historię najstarszej wawerskiej szkoły, Murowanki, wpisując ją w konteksty społeczne. Zostanie także przygotowana lekcja kaligrafii. Wydarzenie jest dostępne w godzinach 18-21.

Noc Muzeów w Wawerskiej Komnacie Historii to propozycja Biblioteki Publicznej, która zaprasza do Wypożyczalni numer 26 przy ulicy Błękitnej 32. W tym roku planowane są wydarzenia związane z Rokiem Kopernikowskim: gra miejska „Kosmiczny Wawer, czyli o obrotach sfer niebieskich”, warsztaty astronomiczne poprowadzone przez członka Polskiego Towarzystwa Miłośników Astronomii, wystawa przybliżająca życie i twórczość Mikołaja Kopernika, zwiedzanie Wawerskiej Komnaty Historii, mini wystawa map i atlasów nieba oraz szereg niespodzianek. Tu zapraszamy od godziny 16 do północy.

W sobotnie popołudnie ulicami Wawra przejedzie parada zabytkowych mercedesów, połączona z pokazem tych unikatowych, pięknych samochodów, które będzie można podziwiać na parkingu przed urzędem dzielnicy Wawer. Zostanie tam też wydzielona strefa eko z prezentacją gamy elektrycznych Mercedesów EQ. Można tam wpaść w godzinach 16-21. Wszystkie powyższe wydarzenia są dostępne dla osób z niepełnosprawnościami ruchowymi.

W sumie w nocy z 13 na 14 maja w stolicy otwartych będzie aż 267 placówek, z czego ponad 40 po raz pierwszy. Podobnie jak w latach poprzednich nie są to tylko muzea czy miejsca kojarzone z kulturą, ale też te na co dzień niedostępne, na przykład będzie można obejrzeć fragment stuletnich sieci kanalizacyjnych ukrytych pod ziemią, zwiedzić nowo otwartą Ambasadę Islandii w Polsce, zobaczyć wnętrza powstającego gmachu Muzeum Sztuki Nowoczesnej przy placu Defilad. Wszelkie informacje na temat tegorocznej Nocy Muzeów można znaleźć w interaktywnym informatorze, który jest dostępny na stronie [kultura.um.warszawa.pl/nocmuzeow](http://kultura.um.warszawa.pl/nocmuzeow). Informator dostępny jest w języku polskim, angielskim i ukraińskim.



## Prom wypłynął na Wisłę 1 maja

Wraz z rozpoczęciem sezonu wiosenno-letniego Wisła znów nas nie dzieli, lecz łączy. Wszystko za sprawą bezpłatnego promu, który zapewnia weekendowy transport między wawerską plażą Romantyczną a brzegiem wilanowskim. Będzie kursował aż do końca wakacji.

Plaża Romantyczna działa od 2016 roku. To jedno z ulubionych miejsc wypoczynku nie tylko dla mieszkańców Wawra. Dzięki przeprowadzonej przed dwoma laty modernizacji zapewnia jeszcze więcej możliwości rekreacyjnych, nie tracąc klimatu i warunków przyrodniczych. Mieszkańcy korzystają ze ścieżek spacerowych, ławek, wiat i stołów piknikowych. Znajduje się tu również duża polana rekreacyjna i malowniczy punkt widokowy nad samą Wisłą; można rozpałcić ognisko. W sąsiedztwie działa od pewnego czasu pole do disc golfa, którego popularność w Wawrze stale rośnie. To wszystko doceniła kapituła Nagrody Architektonicznej Prezydenta Warszawy, która uznała wawerską plażę za najlepszą przestrzeń publiczną 2021 roku. Zdobyła ona także nagrodę za rozwiązania proekologiczne.

Przez cały sezon między dwoma brzegami Wisły - Wawrem i Wilanowem - utrzymywana jest przeprawa promowa dla turystów pieszych i rowerowych. Aktywni mieszkańcy mogą korzystać z pięknych tras spacerowych i rowerowych po obu stronach rzeki. Turystyczny statek Inna Bajka kursuje między plażą Romantyczną i plażą Zawadowską w każdą sobotę i niedzielę od 6 maja do 27 sierpnia oraz w dni świąteczne (1 i 3 maja, 8 czerwca i 15 sierpnia) w godzinach 10-18. Przeprawa jest darmowa, finansowana przez Urząd Dzielnicy Wawer.

**Uwaga! Na promie występują utrudnienia dla osób o ograniczonej mobilności. W przypadku konieczności zapewnienia pomocy osobie z ograniczoną mobilnością, prosimy o kontakt telefoniczny pod numerem 501 626 119 .**

### Kajakiem po Wiśle

Od 6 maja ruszają spływy kajakowe po Wiśle. Będą organizowane w każdą sobotę do końca października. Do wyboru są dwie tury: 1 tura rusza o godzinie 9.30, druga o 13.30. Każdy spływ rozpoczyna się na Plaży Romantycznej, a kończy na plaży wokolicy Saskiej Kępy. W planach jest też wpływanie do Portu Czerniakowskiego. Warunkiem udziału w spływach jest dokonanie rezerwacji - [kajakwstolicy.pl/bezplatne-splywy-z-wawra-2023](http://kajakwstolicy.pl/bezplatne-splywy-z-wawra-2023)



## Zdrowa rywalizacja - Rowerowy Maj

Przed kilkoma dniami ruszyła ogólnopolska kampania społeczno-edukacyjna „Rowerowy Maj”. W Warszawie to już szósta edycja tej bardzo ważnej, prozdrowotnej i ekologicznej akcji. Biorą w niej udział wszystkie wawerskie szkoły.

Czy trzeba ludzi namawiać, by po zimowych miesiącach, gdy wreszcie jest ciepło i przyjemnie, przesiąść się z samochodów na rowery, hulajnogi czy rolki? Okazuje się, że tak. Po to wymyślono kampanię „Rowerowy Maj”, która ruszyła w 2016 roku i jest największą akcją tego typu w Polsce, a być może w całej Europie.

W samej Warszawie w ciągu pięciu edycji (z powodu pandemii mieliśmy dwuletnią przerwę w 2020 i 2021 roku) uczestniczyło w niej niemal 350 tysięcy dzieci ze stołecznych szkół podstawowych i przedszkoli. Celem kampanii jest promocja zdrowego stylu życia, zrównoważonej mobilności wśród dzieci oraz edukacja. Odbywa się to poprzez zabawę połączoną z elementami rywalizacji, która trwa przez cały maj. Dzieci są zachęcane, aby codziennie dojeżdżać do szkół i przedszkoli w sposób aktywny - na rowerach, rolkach czy hulajnogach. Za każdy dojazd dziecko otrzymuje naklejki - jedną przykleja na plakat, drugą w swoim dzienniczku. Rywalizacja toczy się na trzech poziomach: indywidualnym, klasowym oraz szkolnym/przedszkolnym. Dla najaktywniejszych uczestników przewidziane są atrakcyjne nagrody. Najważniejsza jest jednak dobra zabawa i to, że kampania popularyzuje ekologiczne środki transportu i buduje świadomość najmłodszych na temat ochrony środowiska.

W Wawrze do akcji przystąpiły wszystkie szkoły podstawowe i przedszkola. By dzieci mogły w niej aktywnie uczestniczyć, potrzebna jest też jednak dobra wola i chęci rodziców. Pokażmy naszym dzieciom, że nam zależy na ich zdrowiu i czystym powietrzu. W 2022 roku podczas „Rowerowego Maja” warszawskie dzieci wykonały ponad 1,7 miliona aktywnych przejazdów. Postarajmy się pobić ten rekord!



## Mały warzywnik w trosce o planetę

Sezon ogrodniczy rozpoczęty. Część mieszkańców i mieszkańek intensywnie działa już w przydomowych ogrodach lub na działkach. A jak uprawia się warzywnik w mieście?

**Dlaczego warto samodzielnie wytwarzać podłoże? Aby ograniczyć stosowanie ziemi ogrodniczej dostępnej w sklepach. Ziemia ta zawiera torf, którego pozyskiwanie wymaga osuszania torfowisk. Niestety proces ten odpowiada za 5 procent światowych emisji CO<sub>2</sub>! Pamiętajmy zatem o ochronie tych bardzo cennych przyrodniczo obszarów regulujących zarówno obieg wody w krajobrazie jak i klimat.**



Kupując warzywa i owoce w sklepie, warto zdawać sobie sprawę z tego, skąd pochodzą. Często zanim trafią na nasz stół, przebywają długą drogę, wieloma środkami transportu. Proces ten zużywa zasoby (na przykład wodę czy energię), a tym samym zwiększa ogólną emisję dwutlenku węgla (CO<sub>2</sub>) i pogłębia negatywne skutki zmiany klimatu. Dlatego robiąc zakupy, warto skorzystać z oferty lokalnych, małych warzywniaków lub rolników. A jeśli mamy trochę przestrzeni, możemy pomyśleć także o założeniu ogrodu, w którym wyhodujemy żywność na własne potrzeby. Ogród w gruncie, w skrzyni, na pryzmach, w zgodzie z zasadami permakultury - jest wiele możliwości, spośród których możemy wybrać tę odpowiednią dla nas. Z pewnością musimy mieć na uwadze grunt dostępny pod uprawę. I tutaj wskazówka: jeśli na naszym terenie jest on zanieczyszczony lub słabej jakości, powinniśmy utworzyć podniesione grządki i wypełnić je lepszym podłożem. Ponieważ to z niego rośliny czerpać będą składniki odżywcze do wzrostu. W ogrodzie powinny znaleźć się dwa obowiązkowe elementy: zbiornik na deszczówkę oraz kompostownik. Zbiornik ustawiamy pod rurą spustową, zbierającą wodę z dachu domu, altany czy garażu, nie musi być wyprodukowany specjalnie do tego celu. Ważne jednak, aby był wykonany z materiału odpornego na butwienie i korozję oraz wyposażony w przykrycie. Wówczas do podlewania roślin w naszym ogrodzie będziemy mogli wykorzystać zgromadzoną wodę, a prócz obniżenia kosztów (nie będziemy wykorzystywać wody z sieci), dostarczymy roślinom minerałów zawartych w deszczówce. Ponadto zatrzymując wodę, zanim spłynie do kanalizacji, zapobiegniemy marnowaniu cennego zasobu.

Dzięki kompostownikowi natomiast będziemy mogli sami wytwarzać podłoże bogate w materię organiczną, co podnosi jego żyzność, zwiększa zdolność magazynowania wody i sprawi, że zbierać będziemy obfitsze plony. Kompost możemy wytworzyć samodzielnie z roślinnych odpadków pochodzących z kuchni lub ogrodu, takich jak skoszona trawa, gałęzie, wysuszone liście jak również niektóre rodzaje papieru czy tektury. W naszym warzywniku unikajmy stosowania nawozów sztucznych i pielęgnujmy rośliny wyłącznie z użyciem naturalnych metod.

Ogród warzywny to jeden z kilku obiektów, które pojawiają się na terenie Szkoły Podstawowej numer 195 w ramach projektu „Szkoła przyjazna klimatowi”. Chcesz wiedzieć więcej o rozwiązaniach sprzyjających przyrodzie? Odwiedź stronę internetową [www.spk.sendzimir.org.pl](http://www.spk.sendzimir.org.pl)

Projekt „Szkoła przyjazna klimatowi. Modelowe centrum edukacji na temat łagodzenia i adaptacji do zmian klimatu w mieście” korzysta z dofinansowania o wartości 271 660 euro, otrzymanego od Islandii, Liechtensteinu i Norwegii w ramach funduszy EOG. Program Środowisko, Energia i Zmiany Klimatu; obszar programowy: Klimat.

**Judyta Łuczyńska**

## Opiekun osoby chorej - ważna i trudna rola

Diagnoza choroby Alzheimera w rodzinie to zmiana dotycząca nie tylko osoby chorej, ale także całego systemu rodzinnego. Od tej pory prawdopodobnie funkcjonowanie całej rodziny będzie podlegało nieustannym zmianom, zależnym w dużej mierze od postępów choroby i zachowania samego chorego.



Warto pamiętać, że każdy cierpiący na chorobę Alzheimera jest inny i nie istnieje zestaw uniwersalnych wskazówek, jak się kimś takim opiekować. Istotne, aby w miarę możliwości zgłębić wiedzę, przynajmniej podstawową, na temat tej choroby po to, żeby móc pomagać, jak się da. W jej uzyskaniu pomoże ci lekarz, psycholog lub inne obeznane z zagadnieniem osoby, na przykład z grupy wsparcia dla osób opiekujących się chorymi na Alzheimera.

Rola, w jakiej się znalazłeś - opiekuna osoby chorej - jest niezwykle ważną, ale także trudną rolą. Do pewnego momentu chory może samodzielnie funkcjonować, a ty jedynie asystujesz mu w niektórych czynnościach. Jednak z upływem czasu, kiedy choroba przechodzi do głębszej fazy, w której stopniowo następuje zanik wszystkich procesów poznawczych, to jest pamięci, myślenia logicznego, mowy oraz następuje utrata wcześniejszych umiejętności (chodzenia, dbania o higienę, ubierania się, samodzielnego jedzenia, siadania, utrzymywania pionowej postawy ciała, et cetera), repertuar twoich zadań znacznie się zwiększa. Chory staje się od ciebie całkowicie zależny i wymaga dwudziestoczterogodzinnej opieki. Bycie opiekunem to ogromny wysiłek psychiczny i fizyczny, jak również finansowy, a nawet społeczny.

Najtrudniejsze wydaje się być obciążenie psychiczne, pojawiające się czasami jeszcze przed pełną diagnozą, w sytuacji, gdy chory się zmienia, staje się roszczeniowy, podejrzliwy, a nawet agresywny. Psychiczne osłabienie może narastać wraz z upływem lat opieki nad chorym i jest większe u tych osób, które sprawują opiekę w pojedynkę. Wysiłek fizyczny opiekunów związany jest z prowadzeniem gospodarstwa domowego, jak również z koniecznością stałego pomagania choremu w codziennej toalecie, wstawaniu, chodzeniu, ubieraniu się czy jedzeniu. Obciążenie ekonomiczne wynika bezpośrednio z ponoszenia nierzadko wysokich kosztów leczenia, opieki i pielęgnacji chorego.

Konsekwencje społeczne rozumiane są tutaj jako różne formy izolacji chorego i opiekuna od otoczenia. Bardzo często bliscy ukrywają przed innymi członkami rodziny, zwłaszcza młodszymi, sam fakt choroby. Skutkiem takich zachowań jest zbyt rzadki, a czasem zupełnie zerwany kontakt z innymi osobami w domu chorego. Niekiedy opiekunowie podają niejasne wyjaśnienia „dziwnych zachowań” chorego, co doprowadzać może do wielu nieprzyjemnych sytuacji. Społeczne konsekwencje to także całkowita zmiana w zakresie kontaktów interpersonalnych opiekuna. Wieloletnia opieka, jaką sprawuje nad chorym, pozbawia go okazji do nawiązywania czy podtrzymywania znajomości.

Wiele osób decydujących się na opiekę nad chorym w domu doświadcza szeregu trudności, wynikających z braku znajomości specyfiki choroby Alzheimera (lub innych chorób otępiennych). Odpowiednie wsparcie, zapewnione przez otoczenie jest konieczne do tego, aby chronić opiekuna przed nadmiernym stresem i wypaleniem. Niestety, często dzieje się tak, że w rodzinie do opieki nad chorym delegowana jest tylko jedna osoba (najczęściej

współmałżonek lub dorosłe dziecko chorego) i to całkowicie na jej barkach spoczywa ten ciężar. Nawet najbardziej odporni psychicznie i najsilniejsi fizycznie opiekunowie nie mogą przez długi czas sprawować opieki nad chorym bez pomocy innych. Potrzebna jest zarówno pomoc instytucjonalna (na przykład ośrodki pomocy społecznej, domy dziennego pobytu, i tym podobne), jak również wsparcie znajomych, dalszej rodziny, a nawet psychologa.

Źródło: Vademecum - Zrozumieć Alzheimera.

## SPOŁECZNE

# Tu uzyskasz pomoc!

W Psychologicznym Centrum Wsparcia na potrzebujących czekają specjaliści z poradni psychologiczno-pedagogicznych. Pełnią dyżury telefoniczne od poniedziałku do piątku, udzielają doraźnych konsultacji i pomocy psychologicznej uczniom, rodzicom i nauczycielom.

- Specjalistyczna Poradnia Psychologiczno-Pedagogiczna TOP

Dla dzieci i młodzieży oraz dorosłych, kiedy nie wiedzą, jak pomóc dziecku. Dyżury od poniedziałku do piątku, w godzinach 15-19, telefon 667 147 738 .

Zadzwoń, kiedy: jesteś smutny, samotny, zagubiony; nic ci się nie chce, nikt cię nie rozumie; nie masz z kim porozmawiać; zastanawiasz się, czy wszystko z tobą w porządku; rodzice się kłócą, krzywdzą ciebie lub twoich bliskich; jeśli rówieśnicy cię prześladują i gnębią, straciłeś kogoś bliskiego; gdy czujesz, że nie panujesz nad swoim życiem, chcesz w nim coś zmienić i nie wiesz jak; jeżeli widzisz, że coś się dzieje z twoim dzieckiem i nie wiesz, jak mu pomóc.

- Poradnia Specjalistyczna Młodzieżowy Ośrodek Profilaktyki i Psychoterapii „MOP”

Dla rodziców nastolatków, wychowawców i nauczycieli. Dyżur w poniedziałek, w godzinach 10-14, telefon 519 047 372 .

Zadzwoń, kiedy: coś cię niepokoi w zachowaniu nastolatka, martwisz się jego stanem psychicznym; szukasz dla nastolatka wsparcia.

- Poradnia Psychologiczno-Pedagogiczna „Uniwersytet dla Rodziców”

Dla rodziców, nauczycieli i innych osób pracujących z dziećmi i młodzieżą. Dyżur w środy, w godzinach 10-14, telefon 510 205 050 .

Zadzwoń, kiedy: czujesz, że nie radzisz sobie wychowawczo ze swoim dzieckiem czy nastolatkiem; doświadczasz trudności w relacjach ze swoim dzieckiem; masz trudności wychowawcze z klasą lub konkretnym uczniem; masz trudności w pracy wychowawczej lub edukacyjnej z uczniem ze spektrum autyzmu.

- Specjalistyczna Poradnia Profilaktyczno-Terapeutyczna dla Dzieci i Młodzieży ze Środowisk Zagrożonych Alkoholizmem „OPTA”

Dla dzieci i młodzieży w wieku 5-21 lat oraz ich rodziców. Dyżur w piątek, w godzinach 10-14, telefon 519 047 370 .

Zadzwoń, kiedy: doświadczasz leku lub trudności związanej z trwaniem pandemii; przeżywasz kryzys emocjonalny; potrzebujesz wsparcia lub porady psychologicznej; jesteś rodzicem i potrzebujesz wsparcia w procesie wychowawczym.

Jeśli łatwiej ci napisać niż rozmawiać, od poniedziałku do piątku, w godzinach 15-19 specjaliści czekają na twój mail: [mtz@mtz.waw.pl](mailto:mtz@mtz.waw.pl)

## Idę własną drogą

OZI - wawerska wokalistka, kompozytorka i autorka tekstów, szykuje się do wydania debiutanckiego albumu. Na razie stopniuje napięcie. Gra koncerty promujące nowe piosenki - pierwszy z nich odbył się w Wawerskim Centrum Kultury, a przed dwoma tygodniami ukazał się jej pierwszy singiel. A właściwie dwa: anglojęzyczna wersja „Home” i „Dom” - nagrany w języku polskim.



Z OZANNĄ „OZI” JARCZEWSKĄ rozmawia Przemek Skoczek.

**Gratuluję debiutu. Na koncercie w WCK wspominałaś, że czekałaś na tę chwilę bardzo długo.**

- Rzeczywiście. Materiał na nią powstawał przez kilkanaście lat. Uleżał się dobrze (śmiej). Sztuką interesuję się właściwie od dziecka. Rodzice wspominają, że dość wcześnie poczułam, że będę ze mnie artystka. I co najważniejsze, pogodzili się z tym. Na początku myślałam jednak, że będę robiła filmy, zostanę wielkim reżyserem. Ciągłe robiłam różne przedstawienia i je filmowałam, w szkole na każde półroczcie realizowałam jakieś filmowe przedsięwzięcia i zmuszałam koleżanki do udziału w nich. Film był więc moją pierwszą miłością.

Muzyka pojawiła się w moim życiu jakoś w szóstej klasie podstawówki. Zawsze lubiłam tańczyć i udawałam przy tym, że śpiewam, ale dopiero, gdy odkryłam YouTube i filmiki z piosenkami Disneya w wersji karaoke, zaczęło mnie to wciągać. Pani od muzyki zauważyła mój potencjał i brała mnie do występów na wszystkich szkolnych akademiach. Na początku gimnazjum dostałam od rodziców pierwszą gitarę i już po dwóch tygodniach brzdąkania miałam pierwsze własne piosenki. Z tekstami po angielsku, żeby było śmieszniej. No i właściwie niedługo potem założyłam swój pierwszy zespół. Od tego się zaczęło.

**Kiedy poczułaś, że muzyka to twoja droga, sposób na życie, nie tylko hobby?**

- Wtedy jeszcze nie miałam oczywiście odwagi powiedzieć rodzicom: będę muzykiem! Po prostu w wolnym czasie tworzyłam, grałam i patrzyłam, co z tego dalej wyjdzie. Gdy tych piosenek nzbierało się już sporo, znajomi zaczęli pytać, czy planuję wydać płytę. Dotarło do mnie wtedy, że chcę to robić na serio i utrzymywać się z muzyki. To było marzenie, konsekwentnie działałam w tym kierunku, wielokrotnie po drodze wątpiąc, ale dotarłam do miejsca, w którym mogę sobie pozwolić na więcej optymizmu.

**Kształciłaś wokół, byłaś w szkole muzycznej?**

- Zrobiłam tylko pierwszy stopień - trzy lata w Autorskiej Szkole Muzyki Rozrywkowej i Jazzu imienia Krzysztofa Komedy. W tym samym czasie robiłam licencjat z Filologii Angielskiej zaocznie. Równolegle chodziłam na filmówkę, ale dość szybko z niej zrezygnowałam, by mieć więcej czasu na muzykę. Potem dostałam stypendium od angielskiego rządu i wyjechałam do Londynu na studia magisterskie z produkcji filmowej.

**Londyn to mekka muzyków. Co tobie dał pobyt tam?**

- Muzycznie bardzo niewiele. Jadąc tam wyobrażałam sobie, że w wolnym czasie będę grała, nawiązywała kontakty, może zaprezentuję swój materiał jakiejś wytwórni. Tak się to odbywa we wszystkich filmach!

(śmiejąc). Tymczasem okazało się, że to trudne, bo z Luton, gdzie mieszkaliśmy, było do serca Londynu daleko, a dojazd kosztowny. Brakowało mi też czasu, bo przez ten rok musiałam się tam utrzymać. Sprzątałam w hotelu, uczyłam polskie dzieci angielskiego i gry na gitarze. Muzyczne plany poszły w odstawkę. To był dołujący czas i nie wspominam go najlepiej. Bałam się, że zostaję w tyle i stracę kontakt ze swoim muzycznym środowiskiem w Polsce. Odbiłam się jednak od tego dna. Po powrocie wzięłam się mocno do pracy i wszystko zaczęło iść w dobrym kierunku.

### **Wiele zależy od ludzi, których się na tej drodze do marzeń spotka. Ty chyba miałaś szczęście.**

- Tak, ludzie to podstawa. Przede wszystkim zawsze miałam wsparcie rodziców. Nie przeszkadzali w realizacji moich pasji, wspierali mnie. Prosili tylko, bym miała w razie czego plan B. I mam. Zawodowo pracuję jako montażystka, więc jak widać nadal jestem blisko filmów. Montuję krótkie formy filmowe i teledyski. Bardzo to lubię. Spotkałam też na swojej drodze wspaniałych muzyków, jak choćby Czcibor Hejnowski, z którym współpracuję najdłużej. Przez lata grywaliśmy po barach i knajpkach. To, co nas wyróżniało i zaskakiwało wiele osób, to fakt, że nie sięgałam po covery, tylko grałam zawsze swoje piosenki. Dzięki temu na horyzoncie pojawiły się okazje do współpracy z producentami, ale dla mnie zawsze najważniejsza była wolność artystyczna. Ja chcę robić swoje i po swojemu, tak jak Regina Spektor - jedna z moich idolek.

### **Wszystko się zmieniło, gdy nawiązałaś współpracę z Andrzejem Puczyńskim. Jak do tego doszło? To legenda i jedna z najważniejszych postaci na polskim rynku muzycznym.**

- To był autentyczny przypadek. Przeczytałam wywiad z Sanah, która opowiadała w nim, jak mając kilkanaście lat trafiła do Izabelin Studio, gdzie rodzice wykupili jej kilka godzin sesji nagraniowej. Mieszkali blisko i nie wiedzieli nawet, że wysyłają ją do takiej szczy. Andrzej to gitarzysta grupy Exodus, założyciel Izabelin Studio, wieloletni prezes Universal Music Polska, kompozytor i producent, który pracował z całą śmietanką polskich gwiazd, na czele z Hey, Kasią Kowską, Anną Marią Jopek czy Edytą Bartosiewicz. On też jako pierwszy pracował z Sanah nad jej piosenkami. Nie sądziłam, że ktoś taki może być dostępny dla młodego artysty przychodzącego z ulicy. Postanowiłam więc, że i ja spróbuję szczęścia.

Wysłałam mail, umówiłam się na nagranie jednej piosenki. Gdy Andrzej ją usłyszał, spytał, czy mam więcej materiału. Spodobały mu się moje kompozycje i zaproponował współpracę. Gdy wziął się za aranżacje moich gitarowych i fortepianowych brzdąkań, nie byłam pewna, że właściwie je odczyta. Kiedy usłyszałam pierwszy utwór w jego aranżacji, popłakałam się. Okazało się, że Andrzej doskonale wie, o jakie brzmienie mi chodzi, jaką muzykę chcę grać. Nie zmieniał moich harmonii, nie czepiał się tekstów, nie próbował nic narzucać. Myślę, że docenił moją inność. W jego rękach moje piosenki rozkwitły.

### **Owocem tej współpracy będzie płyta, którą zapowiadają dwa nowe single: „Dom” i „Home”.**

#### **Album też będzie w dwóch wersjach językowych?**

- Tak. Jak już wspomniałam, pierwsze piosenki pisałam po angielsku i nadal łatwiej mi idzie w tym języku. Po polsku pisze mi się zdecydowanie trudniej. Andrzej jednak przekonał mnie, że na polski rynek warto mieć utwory po polsku i się przełamałam. Zrobiłam tłumaczenia angielskich tekstów, starając się przekazać jak najlepiej ich sens oraz nastrój. Wyszło ciekawie i postanowiliśmy, że album ukaże się w dwóch wersjach.

#### **Kiedy poznamy całą płytę?**

- Ona jest już nagrana w całości. Teraz chcemy ją podpromować singlami, gramy już koncerty, więc coraz większa publiczność pozna te piosenki. Musimy zdecydować, kiedy będzie najlepszy moment, na premierę albumu. Mam nadzieję, że jeszcze w tym roku.

KULTURA

## Wyznania aktorki

Monodram Bogusławy Schubert pod tytułem „Voyage, voyage. Cytrynowa podróż” odbędzie się 13 maja w Międzyzlesiu.



Bogusława Schubert to polska aktorka filmowa i teatralna. Po usunięciu z warszawskiej PWST pracowała krótko w Teatrze Żydowskim w Warszawie, po czym wyjechała na 18 lat do Francji. Tam ukończyła szkołę teatralną i występowała między innymi w Théâtre National de Chaillot. We Francji poznała Agnieszkę Holland, z którą wielokrotnie później współpracowała. Po powrocie do kraju w 2002 roku występowała między innymi w Teatrze Atelier w Sopocie, Teatrze imienia Osterwy w Gorzowie Wielkopolskim oraz na scenach warszawskich: Teatrze Nowym, TR Warszawa oraz w Teatrze „Polonia”.

O swoich doświadczeniach scenicznych opowiada w autobiograficznym monodramie. To opowieść aktorki, kobiety, królowej cytrynowej; jest tam ukochany Paryż, są wielkie role, wielkie teatry, wielcy reżyserzy, jest miłość i są łzy. „Bogusława Schubert zabiera widzów w podróż po najbardziej intymnych aktorskich doświadczeniach, zbliżając i oddalając od granych postaci, mówi o sile pasji i ciekawości, o odwadze, upadkach i zwycięstwach. Namawiam bardzo do odbycia tej podróży” - zachęca sama Agnieszka Holland.

**WCK, ulica Żegańska 1a, sobota, 13.05, godzina 19, bilety 50 złotych.**

KULTURA

## Trzech tenorów

Koncert tria Tre Voci, który odbędzie się w Międzyzlesiu w sobotę, 6 maja, to gratka nie tylko dla wielbicieli muzyki poważnej. To część XIV edycji Wawer Music Festival.

Formułę trzech tenorów wypromowali z sukcesem trzej wybitni śpiewacy: Plácido Domingo, José Carreras oraz Luciano Pavarotti. W latach 90. występowali wspólnie na koncertach, wydawali cieszące się dużą popularnością płyty i zyskali status bliski gwiazdom rocka. Występowali nawet trzykrotnie podczas finałów mistrzostw świata w piłce nożnej.

Tropem tamtych mistrzów idą trzej polscy tenorzy: Wojciech Sokolnicki, Mikołaj Adamczak i Miłosz Gałaj. Jako Tre Voci występują na całym świecie, wykonując muzykę z gatunku pop-opera, czyli operową i operetkową w wersji popowej, na przykład „Nessun dorma” z opery „Turandot” Giacomo Pucciniego. Nie stronią jednak od hitów popowych i rockowych, zaaranżowanych na operowe głosy. Usłyszymy między innymi „Hallelujah” Leonarda Cohena czy „Mambo italiano” - przebój z lat 50. znany z licznych wersji i wykonień, choćby samej Sophii Loren.

Artyści odkrywają piękno klasycznych utworów, nadając im współczesne brzmienie, a przeboje muzyki popularnej wzbogacają symfonicznymi aranżacjami i operowym rozmachem. „Witalność młodego pokolenia, charyzma artystyczna, zróżnicowane głosy, miłość do muzyki oraz wielka przyjaźń w tle tworzą spektakularny efekt na scenie” - czytamy w festiwalowym opisie koncertu.

**WCK, ulica Żegańska 1A, sobota, 6.05, godzina 19, bilety 50 złotych.**

## Naucz, jak uczyć lokalnej historii

„Wawer, moje miejsce. Edukacja lokalna w szkole” to ciekawy projekt Fundacji Muzeum z Klasą, skierowany do nauczycieli i nauczycielek ze szkół na terenie dzielnicy Wawer.



Fundacja Muzeum z Klasą ma siedzibę w Murowance, pierwszym budynku szkoły w Wawrze, który powstał w 1903 roku dzięki zaangażowaniu społeczności lokalnej. - To miejsce jest dla nas szczególnie ważne, bo pokazuje siłę działania wspólnoty. Jej dziedzictwem inspirujemy się w naszej codziennej pracy i chcemy je popularyzować - podkreśla Ewa Pietraszek, jedna z prowadzących projekt. Jego celem jest przekazanie nauczycielom wiedzy i wspólne z nimi stworzenie narzędzia do edukacji o lokalnym dziedzictwie w szkołach podstawowych i średnich.

Osoby, które zakwalifikują się do udziału, wezmą udział w warsztatach na temat historii dzielnicy, ważnych postaci i miejsc z nią związanych, a następnie stworzą scenariusze zajęć na temat dziedzictwa Wawra i przeprowadzą na ich podstawie lekcje dla swoich uczniów i uczennic. Udział w projekcie to szansa, by zdobyć nową wiedzę i umiejętności, poznać ciekawe osoby i wymienić się z nimi doświadczeniami; by przyczynić się do rozwoju zainteresowania dzieci i młodzieży lokalnym dziedzictwem. Za przeprowadzenie zajęć w szkołach przewidziano wynagrodzenie w wysokości 600 złotych brutto.

Chętni nauczyciele i nauczycielki mogą się zgłaszać do 17 maja, wyniki rekrutacji poznają kilka dni później, a same warsztaty zaplanowano na 27 maja, w godzinach 10-17. Lekcje w szkołach będą się odbywały w pierwszym semestrze roku szkolnego 2023/24.

Warsztaty poprowadzą: Agnieszka Bilska - superbelferka, autorka publikacji i warsztatów dla nauczycieli, Ewa Pietraszek - etnografka i animatorka kultury oraz Magdalena Piotrowska - nauczycielka, instruktorka teatralna i koordynatorka projektów, prezeska Fundacji Muzeum z Klasą. Więcej informacji pod adresem: [fundacja@muzeumzklasa.pl](mailto:fundacja@muzeumzklasa.pl)

## Podzielmy się domowymi archiwami

**Fundacja na rzecz Wielkich Historii zaprasza wszystkich mieszkańców Wawra i osoby zainteresowane historią Warszawy do współtworzenia wystawy.**

- Jeśli macie w swoich zbiorach stare zdjęcia Wawra, na których widać dawne osiedla, zabytkowe budynki czy miejsca, które już nie istnieją, zapraszamy do udziału w zbiorce. Chcemy stworzyć wystawę, która pokaże, jak zmieniała się ta dzielnica z perspektywy jej mieszkańców - mówi Bogumiła Nowacka, kuratorka wystawy, która zostanie zaprezentowana jesienią tego roku. Będą jej towarzyszyć warsztaty dotyczące pracy ze źródłami, procesu tworzenia fotografii, prezentacje związane z obsługą historycznych urządzeń fotograficznych oraz wideo. Archiwalne fotografie można przynosić do Digipunktu przy Płowieckiej 77 od wtorku do czwartku, w godzinach 10-13. Zbiórka potrwa do 31 maja.



# Odlotowe rymowanki

Biblioteka Wawerska szykuje się do trzeciej edycji pikniku naukowo-literackiego Cyber-Wawer. Jednym z punktów programu jest konkurs na krótkie zabawne wierszyki zwane lepiejami i altruitkami.

2023 jest rokiem trzech patronów w Bibliotece Wawerskiej: Mikołaja Kopernika i Wisławy Szymborskiej oraz Papcia Chmiela, z okazji 100. rocznicy jego urodzin. Konkurs na krótkie zabawne wierszyki zwane lepiejami i altruitkami, które pisała Wisława Szymborska, jest przeznaczony dla młodzieży od 13 roku życia i dorosłych. Temat to kosmos, astronomia i podróże Tytusa, Romka i A'Tomka. Na czym polegają te formy literackie? Są dwuwierszowymi, groteskowymi żartami. W lepiejach zawsze jakąś okropność przedstawiamy jako mniejsze zło wobec innej sytuacji. Przykład:

**Lepiej być duszonym jaśkiem,  
niżli pocałować Baśkę.**

W altruikach dajemy „dobre rady”, jak komuś ulżyć w obowiązkach. Przykład:

**Miał okradać krowę z mleka,  
dój bliskiego ci człowieka.**

Na zwycięzców będą czekać atrakcyjne nagrody. Wierszyki należy przesłać drogą elektroniczną na adres [cyberwawer@gmail.com](mailto:cyberwawer@gmail.com) do 31 maja. Laureatów poznamy 17 czerwca podczas pikniku Cyber-Wawer w Kulturotece, w Falenicy. To impreza przeznaczona dla fanów science-fiction, nowych technologii, kosmosu i pop-kultury. Została ona objęta patronatem Centrum Badań Kosmicznych PAN.

**KONKURS LITERACKI**  
**KOSMICZNE "LEPIEJE" I "ALTRUITKI"**  
**NA BAZIE TWÓRCZOŚCI WISŁAWY SZYMBORSKIEJ**



**1.04.-31.05.2023**  
RYMY ŚLIJ NA: [cyberwawer@gmail.com](mailto:cyberwawer@gmail.com)

 

FINAL I ROZDANIE NAGROD PODCZAS CYBER-WAWER 3 (17.06.2023 W FALENICY)

## W klimacie retro

Program „Urodziny Elżbiety Barszczewskiej” wypełnił kolejne, czwarte już spotkanie z cyklu Wawerska Akademia Seniora. Odbyło się w środę, 26 kwietnia i przyniosło wiele wzruszeń.

Elżbieta Barszczewska (1913-1987) była jedną z największych gwiazd polskiego kina międzywojennego. Całe życie związana z Warszawą, tu się urodziła i tu jest pochowana, na cmentarzu Powązkowskim. Poświęcony jej program słowno-muzyczny opowiedziany był między innymi cytatami z publikacji jej ciotki, pisarki Marii Dąbrowskiej, która wspominała aktorkę. Występ zilustrowały najpiękniejsze piosenki dwudziestolecia międzywojennego, szlagiery filmowe i kabaretowe. W programie wzięli udział: Igor Strojcki - słowo i prowadzenie, Anna Maria Adamiak - śpiew, i Robert Kulas - akompaniament. O oprawę zadbało Wawerskie Centrum Kultury.

Licznie zgromadzona publiczność bawiła się znakomicie. Dawne przeboje z pewnością wywołały wiele wspomnień, bawiły i wzruszały. Kolejne spotkanie jak zawsze w ostatnią środę miesiąca. Wawerska Akademia Seniora to cykl, który wypełniają ciekawe wykłady połączone z częścią artystyczną na zakończenie. Seniorzy mogą włączać się aktywnie i zgłaszać do urzędu interesujące ich tematy kolejnych spotkań.



# Uchwycić klimat sprzed wieku

„Letnisko Świdermajer” to konkurs plastyczny dla dzieci w wieku od 5 do 13 lat, organizowany przez filię WCK Anin.

Warunkiem udziału w konkursie jest stworzenie obrazu, który nawiąże do tematu konkursu w sposób realistyczny lub metaforyczny. Prace mogą przedstawiać miejsca kojarzone z dawnymi letniskami lub tylko oddawać pewien nastrój i wrażenia. Jurorzy będą zwracać uwagę na ciekawą kompozycję, niebanalną interpretację, bogactwo barw i czytelność miejsc inspirujących autora.

Każdy uczestnik może złożyć jedną pracę, wykonaną dowolną płaską techniką w formacie A3 (bez stosowania plasteliny, produktów spożywczych oraz gotowych elementów naklejanych). Przewidziano trzy kategorie wiekowe: 5-6 lat, 7-9 lat i 10-13 lat. Prace należy złożyć lub przesłać do 10 czerwca na adres: Wawerskie Centrum Kultury filia Anin, ulica V Poprzeczna 13, 04-611 Warszawa.

Wydarzenie jest częścią zbliżającego się X festiwalu „Świdermajer - Festiwal na linii” i właśnie podczas weekendu otwarcia, w sobotę, 17 czerwca, odbędzie się wręczenie nagród laureatom. Dokładny regulamin jest dostępny na stronie [wck-wawer.pl](http://wck-wawer.pl)

---

## Wydawca:

Urząd Dzielnicy Wawer

Adres redakcji: 04-713 Warszawa, ulica Żegańska 1A,  
Wawerskie Centrum Kultury, II piętro, pokój 116

## Redaguje:

Przemysław Skoczek

telefon 608 498 833

[kurierwawerski@um.warszawa.pl](mailto:kurierwawerski@um.warszawa.pl)

## Skład i druk:

Instytut Analiz Gospodarczych Sp. z o.o.

Nakład: 7000 egzemplarzy

ISSN 1898-4398

Redakcja nie zwraca materiałów niezamówionych, zastrzega sobie prawo do dokonywania skrótów i redagowania tekstów.



**Warszawa  
Wawer**