



Rok XXX

nr 4 (499)

28 lutego 2022r.

ISSN 1427-3717

www.zabki.pl

ZĄBKOWSKA GAZETA SAMORZĄDOWA

Z KARTĄ "JESTEM Z ZĄBEK" ZAPARKUJESZ BEZPŁATNIE

Z końcem marca uruchomiona zostanie Strefa Płatnego Parkowania. Dla wszystkich posiadaczy karty mieszkańca "Jestem z Ząbek", czyli osób odprowadzających podatki na rzecz naszego miasta parkowanie będzie bezpłatne.

Wykonawcą strefy płatnego parkowania w Ząbkach jest firma "MBS COMPUTERGRAPHIK" Sp. z o.o. z Błonia. Termin realizacji zamówienia, dostawa parkomatów, montaż, dostarczenie oprogramowania kontroli i nadzorowania strefy płatnego parkowania oraz oprogramowania windykacyjnego to 31 marca 2022r.

- Strefa Płatnego Parkowania w Ząbkach dla mieszkańców odprowadzających podatek do Urzędu Skarbowego w Wołominie na rzecz naszego miasta jest bezpłatna. Wystarczy wyrobić sobie aktywną kartę mieszkańca „Jestem z Ząbek” w urzędzie miasta lub przez Internet. Aktywna karta mieszkańca dla osób płacących podatki ważna jest przez jeden rok, natomiast dla mieszkańców odprowadzających podatek oraz zameldowanych w naszym mieście termin ważności karty wynosi dwa lata. Po tym czasie należy kartę ponownie aktywować. Zależy mi przede wszystkim na tym, aby z przywilejów wynikających z posiadania aktywnej karty mieszkańca korzystały osoby, które identyfikują się z miastem i mają swój wkład w budowę i utrzymanie infrastruktury miejskiej. Osoby, które nie odprowadzają podatku na rzecz Miasta Ząbki poniosą koszty za parkowanie w płatnych strefach w wysokości 3,90 zł za pierwszą godzinę, 4,60 zł za drugą, 5,50 zł za trzecią, a za czwartą i każdą kolejną godzinę 3,90 zł zgodnie z ustawą o drogach

publicznych. Strefy płatnego parkowania będą obowiązywać całodobowo od poniedziałku do piątku z wyłączeniem weekendów i świąt - mówi burmistrz Małgorzata Zysk.

Dokończenie na str. 8



Fot. U. M.

Wulkanizacja

AUTO SERWIS

Łodygowa 88
tel. 784-589-587

wymiana opon i serwis

- WYMIANY OLEJU I PŁYNÓW
- OZONOWANIE KLIMATYZACJI
- HAMULCE I ZAWIESZENIE

Happy Food

CATERING DIETETYCZNY

tel. 692 474 244
www.happyfood.com.pl

UWAGA!
KUPON RABATOWY
-10%
NA HASŁO:
"CO SŁYCHAĆ"

SUW PRZY UL. POWSTAŃCÓW JUŻ DZIAŁA



W styczniu 2022 roku, została oddana do użytku Stacja Uzdadniania Wody przy ul. Powstańców 2 c (na terenie tzw. Gazomontażu), która dziennie produkuje około 400 m³ wody. Dzięki tej inwestycji około 4000 mieszkańców południowej części naszego miasta jest zaopatrywanych w wodę doskonałej jakości z lokalnych ujęć. Przeprowadzone prace pozwoliły na stworzenie nowoczesnej, efektywnej stacji uzdatniania wody przy wykorzystaniu częściowo istniejącej infrastruktury i zastosowaniu nowych urządzeń najnowszej klasy.

- Uruchomienie tej stacji, to bardzo dobra wiadomość dla mieszkańców południowych Ząbek. Chociaż SUW przy ul. Powstańców nie jest tak duża, jak Stacja Uzdadniania Wody „Drewnica”, to jednak zabezpiecza dostawy wody dla kilku tysięcy osób. Takie inwestycje w infrastrukturę techniczną są bardzo ważne, ponieważ zależy nam na tym, aby wysokiej jakości woda, jaką jest nasza „Drewniczanka” docierała do każdego domu bezawaryjnie oraz bez ryzyka gwałtownych spadków czy braku ciśnienia wody w sieci wodociągowej – mówi burmistrz Małgorzata Zysk.

Zmodernizowana stacja pompuje wodę ze studni głębinowych. Po napowietrzeniu, woda pozbawiana jest nadmiaru żelaza i manganu na naturalnych złożach mineralnych bez użycia innych środków, co zapewnia jej dobre walory smakowe.

- Cieszymy się, że nasza ząbkowska woda „Drewniczanka” zaczyna docierać do coraz większej liczby mieszkańców w południowej części miasta. Mamy nadzieję, że dzięki niej do czasu uruchomienia nowej Stacji Uzdadniania Wody SUW Południe, woda dla mieszkańców Ząbek będzie dostarczana bez żadnych zakłóceń – dodaje Janusz Tomasz Czarnogórski, prezes Przedsiębiorstwa Wodociągów i Kanalizacji w Ząbkach

Umowa na modernizację SUW przy ul. Powstańców została podpisana w wariantcie „zaprojektuj i wybuduj”, a w przypadku tej stacji dosłownie „zaprojektuj i zmodernizuj”. W okresie przejściowym - do czasu wybudowania SUW Południe – stacja ta będzie wspomagała nasz system wodociągowy.

- Zakres prac obejmował roboty montażowe w budynku, w tym

montaż filtrów ciśnieniowych odzielająco-odmanganiające z przewodami technologicznymi, pompami sieciowymi i zestawem hydroforowym oraz instalacją elektryczną i sterującą. Poza budynkiem zamontowano pompy głębinowe w ujęciach, zbiornik retencyjny wody uzdatnionej i przewody wodociągowe oraz kanalizację technologiczną z odstożnika popłuczyn – informuje PWiK.

Po uzyskaniu pozytywnych wyników badań wody uzdatnionej oraz stosownych pozwoleń, w styczniu 2022 roku włączono SUW przy ul. Powstańców do sieci wodociągowej Miasta Ząbki. Obecnie ponad 70% mieszkańców Ząbek może cieszyć się wodą z naszych lokalnych ujęć, głównie z uruchomionej w 2017 roku SUW „Drewnica”. To jedna z najważniejszych inwestycji PWiK w Ząbkach. Zabezpiecza dostawy wody dla stale rosnącej liczby mieszkańców pompując ją dwiema magistralami – do ul. Szpitalnej oraz ul. Rychlińskiego. Do pozostałych mieszkańców Ząbek wodę o bardzo dobrych parametrach w dalszym ciągu dostarcza Miejskie Przedsiębiorstwo Wodociągów i Kanalizacji w Warszawie oraz lokalne ujęcia.

KSA

SOLIDARNI Z UKRANIĄ

Miasto Ząbki we współpracy ze Stowarzyszeniem Łagierników Żołnierzy Armii Krajowej organizuje zbiórkę darów dla potrzebujących pomocy Ukraińców.

Punkty zbiórek znajdują się we wszystkich szkołach podstawowych Miasta Ząbki oraz w UM Ząbki.

Zbiórka odbywa się we wszystkich szkołach w godzinach 7-19. Rzeczy można przynosić też do Urzędu Miasta. Więcej na ten temat na stronie UM.

Bardzo pilnie potrzebne rzeczy na miejscu w Centrum:

1. Łóżka połowe minimum 50 sztuk
2. Koc 150 sztuk
3. Ręczniki 500 sztuk
4. Środki czystości i higieny osobistej
5. Pampersy
6. Przewijaki dla dzieci - 5 sztuk
7. Wianienki dla dzieci - 5 sztuk
8. Pakiet startowy- artykuły spożywcze (mała woda, soczki, różnego rodzaju konserwy)
9. Termosy - 500 sztuk
10. Słotczki dla dzieci do 2 roku życia.
11. Karimaty
12. Śpiwory
13. Tabletki przeciwbólowe, przeciwgorączkowe.

PROSIMY NIE PRZYNOSIĆ UBRAŃ.

Wszystkim darczyńcom serdecznie dziękujemy.

UMZ

TRWA PROGRAM MAZOWSZE DLA DZIAŁKOWCÓW – NABORY DO 15 MARCA

Nowe ogrodzenia, montaż oświetlenia lub monitoring, a nawet zakup sprzętu do pielęgnacji zieleni – to tylko przykładowe inwestycje, na jakie działkowcy mogą pozyskać wsparcie z budżetu mazowsza w ramach programu „Mazowsze dla działkowców 2022”. Do rozdysponowania jest 2 mln zł. Nabór wniosków potrwa do 15 marca.

Ponad 100 inwestycji na działkach.

Program „Mazowsze dla działkowców 2022” realizowany jest od czterech lat. Co roku działkowcy (poprzez jednostki samorządu terytorialnego, na terenie, których działają ROD) mogą dostać wsparcie na budowę i modernizację infrastruktury ogrodowej, a przez to poprawę jakości wypoczynku i rekreacji na działkach. Ponadto program ma zachęcać do aktywnego i zdrowego trybu życia, a także ochrony środowiska i przyrody. To ważne zwłaszcza dla rodzin z dziećmi, seniorów i osób niepełnosprawnych.

20 tysięcy zł dla ROD.

Rok temu wsparcie dostało 89 rodzinnych ogródków działkowych, a do podziału było ponad 800 tys. zł. Teraz te liczby powinny być jeszcze większe. Do podziału są dwa miliony złotych. W tegorocznej edycji programu działkowcy mogą otrzymać nawet 40 proc. dofinansowania do kosztów swojej inwestycji. Maksymalna kwota wsparcia dla jednego projektu to 20 tys. zł. Wsparcie może zostać przeznaczone m.in. na remonty ogrodzeń, montaż oświetlenia czy zakup sprzętu do pielęgnacji zieleni.

Pojedyncze zadanie, zgłoszone przez JST, może zostać objęte tylko jednym wnioskiem o przyznanie pomocy finansowej i może dotyczyć jednego ROD lub więcej ROD, dla których ma być realizowane dane zadanie. W przypadku, gdy stowarzyszenie ogrodowe prowadzi więcej niż jeden ROD dopuszczalne jest złożenie maksymalnie po jednym wniosku na każdy ROD.

Nabór wniosków trwa do 15 marca. Wnioski składają poszczególne jednostki samorządu terytorialnego na zadania, które zostały im wskazane do realizacji przez Stowarzyszenia ogrodowe prowadzące rodzinne ogródki działkowe, położone na ich terenach. Dlatego działkowcy z Żabek powinni wcześniej złożyć wniosek do miasta o zgłoszenie zadania do udziału w „Mazowieckim Instrumencie Aktywizacji Działkowców” - „Mazowsze dla działkowców 2022”. Odpowiedni formularz można znaleźć na stronie www.mazovia.pl.

DOBRA GRA I SUKCES ŻĄBKOVII

Młode piłkarki z naszego miasta wygrały, rozegrany 12 lutego w Żąbkach, III Etap Eliminacji do Mistrzostw Polski w Futsalu Kobiet.

Na starcie rywalizacji stanęły cztery drużyny. Obok piłkarek z naszego miasta na hali żąbkowskiej Szkoły Podstawowej nr 6 zmierzyły się jeszcze drużyny: FC Mundialito Grójec, Ekosport Białystok i UKS SP 11 Ursus.

W tej stawce najlepsze okazały się zawodniczki Żąbkovii, a warto dodać, że był to bardzo udany turniej w ich wykonaniu. Nasze zawodniczki nie tylko wygrały wszystkie spotkania, ale też strzeliły w nich aż 17 goli, tracąc przy tym tylko pięć bramek. Turniej został zorganizowany na najwyższym poziomie. Mecze sędziowali arbitrzy z Kolegium Sędziów Mazowieckiego Związku Piłki Nożnej, a nad bezpieczeństwem uczestniczek czuwała opieka medyczna. Awans do Mistrzostw Polski zapewniła sobie też druga w turnieju drużyna z Ursusa.

Wielkie brawa należą się zawodniczkom, ale też reszcie ekipy, która przyczyniła się do awansu: trenerom Przemysławowi Zielińskiemu, Marcinowi Wojdzie, Krystianowi Zbrzeskiemu i Bogusławie Szczurowskiej oraz prezes klubu Beacie Komosińskiej-Ferens.



Redaktor Naczelny: Łukasz Majchrzyk tel. 887 284 300; e-mail redaktor@zabki.pl,
Wydawca: Miejskie Centrum Sportu w Żąbkach Sp. z o.o., ul. Słowackiego 21, 05-091 Żąbki
Druk: Drukarnia Benedysiuk biuro@drukarnia-benedysiuk.pl Adres: Leopolda Lisa Kuli 1, 05-091 Żąbki,
Redakcja nie odpowiada za treść ogłoszeń i reklam, nakład 6000 egz.

POTWIERDZENIE KONTYNUOWANIA WYCHOWANIA PRZEDSZKOLNEGO

Rodzice lub prawni opiekunowie, którzy chcą, aby ich dzieci kontynuowały wychowanie przedszkolne w roku 2022/23 w danej placówce - do której aktualnie uczęszczają - zobowiązani są do złożenia odpowiedniej deklaracji w terminie od 7 do 11 marca.

Niezłożenie deklaracji w wyżej wymienionym terminie będzie oznaczać rezygnację z miejsca w przedszkolu, do którego dziecko obecnie uczęszcza.

Z uwagi na obecną sytuację epidemiczną potwierdzanie woli kontynuowania wychowania przedszkolnego odbywać się będzie głównie w systemie e-rekrutacja.

W dniu 7 marca 2022 r. o godz. 12.00 zostanie uruchomiony elektroniczny system potwierdzania woli kontynuacji do przedszkoli publicznych. Rodzice będą mogli wprowadzić do systemu dane dziecka i potwierdzić wolę, tak aby dziecko pozostało w swoim przedszkolu na kolejny rok szkolny. Potwierdzenie ww. woli odbywać się będzie poprzez stronę internetową: zabki.formico.pl.

Po zalogowaniu na stronę należy wpisać numer PESEL dziecka i wybrać przedszkole, do którego dziecko obecnie uczęszcza, a następnie nacisnąć przycisk potwierdzenia woli kontynuacji. Rodzicom, którzy nie posiadają możliwości zalogowania się do systemu, przedszkola umożliwią złożenie deklaracji osobiście.



CEL – BEZPIECZEŃSTWO WSZYSTKICH MIESZKAŃCÓW

„Jesteśmy i działamy dla Was” – to motto przyświeca Arturowi Lewandowskiemu, komendantowi naszej Straży Miejskiej od początku jego kariery zawodowej w tej formacji.



komendant Artur Lewandowski - fot. B. Śladowski

Jakie są główne zadania jednostki, którą Pan dowodzi?

Priorytetowym celem naszej jednostki jest zwiększenie poczucia bezpieczeństwa mieszkańców oraz zaspokojenie rosnących potrzeb społecznych w zakresie utrzymania porządku i spokoju. Przede wszystkim chciałbym zwiększyć ilość patroli, zarówno pieszych, jak i zmotoryzowanych na terenie Żabek. Większa liczba funkcjonariuszy pozwoli na przypisanie do każdej części miasta patrolu, który utrzymywałby ścisły kontakt z mieszkańcami. To z kolei umożliwi dokładniejsze rozpoznanie występujących w danym rejonie zagrożeń i zapobiegania im. Nasze miasto ma powierzchnię 11 km², przy liczbie mieszkańców 35874 (licząc tylko osoby zameldowane). Tak liczna populacja na stosunkowo niewielkim obszarze wpływa na ilość zgłoszeń związanych z nieprawidłowym parkowaniem, podrzucaniem śmieci, zaleganiem nieużywanych pojazdów na parkingach, niszczeniem zieleni i infrastruktury miejskiej czy zakłócaniem spokoju publicznego. Wzmoczone kontrole takich miejsc

AGENCJA METROPOLIS

NIERUCHOMOŚCI

Mieszkania Domy Działki

kupno - sprzedaż - wynajem - doradztwo

Żabki ul. 3 Maja 10 lok.10, przy PKP

tel. 601 898 715

www.metropolis.waw.pl

www.agencja-metropolis.otodom.pl

www.facebook.com/Metropolis-Nieruchomości

e-mail: biuro@metropolis.waw.pl

Poszukujemy mieszkań, domów, działek do kupna i wynajmu



poprzez patrole prewencyjne pozwalają wyeliminować lub przynajmniej zmniejszyć w stopniu znacznym powyższe zagrożenia, a co najważniejsze zwiększają poczucie bezpieczeństwa mieszkańców. Chciałbym, aby Straż Miejska była widoczna na każdym kroku, w każdej części miasta, żeby mieszkańcy wiedzieli, że jesteśmy i pracujemy dla nich.

Jakie działania prewencyjne zamierza Pan podjąć?

Nasze działania w zakresie porządku publicznego obejmują kontrole prewencyjne miejsc, gdzie może dochodzić do wykroczeń, zakłócenia spokoju i porządku publicznego oraz innych wybryków. Na podstawie zgłoszeń mieszkańców z ostatnich lat (cały czas zabierane są nowe informacje) wytypowaliśmy miejsca w których najczęściej zdarzały się incydenty związane z zakłócaniem ładu i porządku. Są to m.in. park miejski im. M. Szuberta, okolice stacji PKP od ul. 3-go Maja, ul. Orla (pasaż) oraz ul. Targowa, głównie otoczenie sklepu Biedronka i Bazarku Miejskiego. Kolejne miejsca, skąd otrzymujemy najwięcej zgłoszeń pod kątem gromadzenia się, spożywania alkoholu oraz zakłócania porządku w miejscu publicznym to ul. Piłsudskiego / Powstańców / Reymonta oraz ul. Powstańców od ul. Krasickiego do rogatki miasta, a także rejony placów zabaw przy ul. Różanej od Powstańców i przy ul. Szwoleżerów / Dzika. Na terenie naszego miasta znajduje się dużo sklepów czy punktów z alkoholem „24h”. W następstwie spożywania napojów alkoholowych w miejscach zabronionych do Straży Miejskiej w Ząbkach zgłaszane są: przypadki zakłócania spokoju i porządku publicznego, niszczenie mienia, natarczywe i oszukańcze żebractwo. W tym zakresie poza codzienną służbą patrolowo interwencyjną, prowadzimy również, wraz z pracownikami Urzędu Miasta Ząbki, kontrole punktów sprzedaży napojów alkoholowych pod kątem posiadania stosownych zezwoleń i przestrzegania ich wymogów.

Formacja w której Pan służy ściśle współpracuje z policją.

To prawda, Straż Miejska od wielu lat współpracuje z Komisariatem Policji w Ząbkach. Prowadzimy wspólne patrole celem zapewnienia poczucia bezpieczeństwa mieszkańców. W związku ze stanem epidemii oraz na podstawie decyzji Wojewody Mazowieckiego zakres współpracy został zwiększony o dokonywanie dyslokacji patroli straży miejskiej zgodnie ze wskazaniem komendantów właściwych terytorialnie jednostek Policji; organizacji wspólnych patroli z Policją zgodnie ze wskazaniem komendantów właściwych terytorialnie jednostek Policji oraz prowadzenie innych form współpracy straży miejskiej z właściwymi terytorialnie jednostkami Policji, w tym

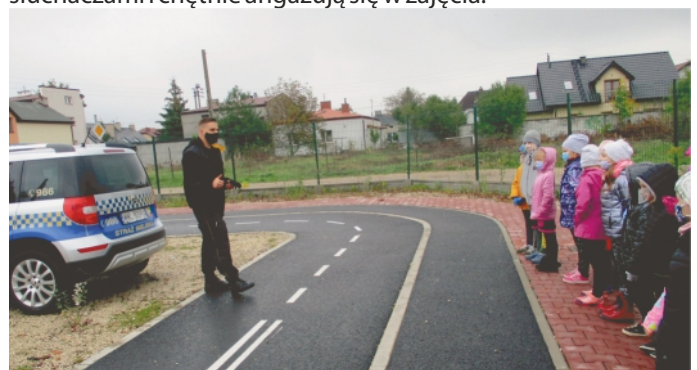
w szczególności odnośnie weryfikacji realizacji nakazów, zakazów i obowiązków wynikających z przepisów prawa powszechnie obowiązującego, w zakresie zapobiegania rozprzestrzeniania się wirusa COVID-19, zgodnie ze wskazaniami komendantów właściwych terytorialnie jednostek Policji.

Czy planuje Pan zwiększyć liczbę strażników miejskich?

Łącznie ze mną, w Ząbkach pełni służbę dziesięciu strażników, to pozwala na zorganizowanie po jednym patrolu na dwie zmiany w godzinach 7.00 – 15.00 oraz 14.00 – 22.00. Nieustannie dążę do tego, żeby zatrudnić nowe osoby. Moim zdaniem, optymalna liczba strażników miejskich, w mieście takim jak Ząbki, powinna wynosić od 15 do 20 funkcjonariuszy. Aktualnie stawiane cele i zadania staram się dostosować do naszego stanu osobowego oraz do urbanizacji Miasta Ząbki, które jest podzielone na część północną i południową. Przy czym części te różnią się intensywnością zabudowy oraz gęstością zaludnienia. Na znacznym obszarze części północnej znajduje się las oraz rodzinne ogrody działkowe: „Łączka”, „Kolejarz” oraz „Kaczeniec”. Główne problemy jakie tam występują, to niszczenie infrastruktury miejskiej (place zabaw czy zieleń miejską), zanieczyszczanie odpadami terenów leśnych, osoby spożywające alkohol w miejscach niedozwolonych, nieprzestrzeganie obowiązków przez właścicieli psów, zakłócanie spokoju i porządku publicznego, nieprawidłowo zaparkowane pojazdy, spalanie odpadów na powierzchni ziemi jak i spalania odpadów w domowych instalacjach grzewczych, wjazd do lasu pojazdami silnikowymi. Z kolei mieszkańcy części południowej najczęściej zgłaszają incydenty o charakterze porządkowo-administracyjnym, nieprawidłowe parkowanie, akty wandalizmu, zalegające wraki, spożywanie alkoholu w miejscach do tego nieprzeznaczonych, wyprowadzanie psów bez odpowiednich zabezpieczeń, zakłócanie porządku spokoju. Z uwagi na obecnie prowadzone inwestycje miejskie oraz występujące budowy indywidualne występują zgłoszenia odnośnie niszczenia i zanieczyszczania nawierzchni dróg przez jeżdżący tzw. ciężki sprzęt.

Straż Miejska prowadzi też akcje prospołeczne.

Tak, to także jeden z elementów naszej działalności. Prowadzimy prelekcje w klasach I-III szkół podstawowych i w przedszkolach dotyczące prawidłowego zachowania i bezpieczeństwa na drodze. W tym roku odwiedziliśmy już dwa ząbkowskie przedszkola – „Skrzat” i „Leśny Zakątek” oraz uczniów najmłodszych klas Szkoły Podstawowej nr 3. Uważam, że w takich tematach, jak bezpieczeństwo należy edukować dzieci już od najmłodszych lat. Dzieciaki są bardzo oddanymi słuchaczami i chętnie angażują się w zajęcia.



SUKCESY SZABLISTÓW Z ZĄBEK

Młodzi zawodnicy z naszego miasta pokazali się w ostatnich tygodniach ze świetnej strony. Prestiżowe zawody wygrali Benedykt Denkiewicz i Daria Skonieczna.

Jako pierwszy powody do świętowania miał Benedykt Denkiewicz, który pod koniec stycznia zwyciężył w Pucharze Polski Juniorów, rozgrywanym w Koninie. Sukces jest tym większy i tym bardziej godny podkreślenia, że szablista z Ząbek mierzył się z zawodnikami o kilka lat starszymi. Na co dzień Benedykt Denkiewicz (rocznik 2006) walczy w kategorii kadetów.

- Jego rywale trenują szermierkę średnio o pięć lat dłużej niż mój zawodnik. W dodatku, 20-letni zawodnik to już mężczyzna, a Benedykt to tak naprawdę jeszcze 15-letnie dziecko. Wzrostem nie ustępuje rywalom, bo mierzy 185 cm, ale jest szczupły, więc motorycznie jest mu ciężiej. Dzięki temu zwycięstwo na pewno umocniło swoją pozycję w krajowej klasyfikacji szablistów do lat 17. Wywalczył sobie kwalifikację na marcowe Mistrzostwa Europy w Nowym Sadzie i kwietniowe Mistrzostwa Świata w Dubaju - mówi trener Kamil Więch.

Zawodnik z Ząbek w drodze po sukces musiał stoczyć wiele pojedynków. W grupie wygrał aż sześć razy. Wejście do najlepszej czwórki zawodów zapewniło mu zwycięstwo nad Jakubem Dziernejko (15:6), który wcześniej wyeliminował jego brata Aleksandra. W finale nasz szablista okazał się lepszy od Marcela Broniszewskiego. Był to jego najtrudniejszy pojedynek, bo o zwycięstwie 15:14 zadecydowało jedno trafienie.

Na początku lutego wielki sukces odniosła również Daria Skonieczna, która w Śremie wywalczyła złoty medal Mistrzostw Polski Juniorów. Zawodniczka UKS Szabli Ząbki najtrudniejszy pojedynek stoczyła w półfinale z Klaudią Malmgren, gdzie musiała odrabiać straty, jednak ostatecznie zwyciężyła 15:13. Finał z Zuzanną Lenkiewicz zakończył się wynikiem 15:9. Daria Skonieczna, obok Benedykta Denkiewicza będzie drugą zawodniczką UKS Szabli Ząbki, która pojedzie na Mistrzostwa Europy i Mistrzostwa Świata. Blisko takiego szczytu są też Aleksander Denkiewicz i Maria Więckiewicz.

Skąd się biorą tak wielkie sukcesy szablistów z naszego miasta? Trener Kamil Więch ma na to sprawdzoną receptę. *- Nasi zawodnicy bardzo dużo trenują - na sali pojawiają się pięć razy w tygodniu. W poniedziałek i wtorek zajęcia trwają po dwie godziny, a od środy do piątku nawet po trzy godziny. Nikt nie opuszcza zajęć, bo nasi podopieczni są bardzo mocno zaangażowani w to, co robią. W sporcie praca musi zaowocować. Do tego dochodzą trzy obozy klubowe w roku i obozy kadrowe, średnio raz w miesiącu. Non stop te dzieci są na treningu lub na zawodach. Poświęcają temu bardzo dużo czasu. A przy tym nie mają problemów szkolnych. Nie można zabijać pasji dzieci, które chcą się rozwijać, ale trzeba im pomóc w rozwoju - mówi jeden ze szkoleniowców UKS Szabli Ząbki.*

W naszym mieście szermierkę trenuje około 70 dzieci. Sport na

najwyższym poziomie jednak kosztuje, a szermierka do tanich nie należy. Klinga, którą walczy się na zawodach, kosztuje 450 zł. Trzeba mieć ze sobą trzy, bo najczęściej wraca się do domu z jedną lub dwiema pękniętymi. Dużo kosztują również wyjazdy na zawody. Daria Skonieczna musiała zrezygnować z wyjazdu na Puchar Świata Seniorów. Polska federacja płaciła tylko za wyjazd czterech szablistek, a ząbkowianka była piątą w kolejce. Mogła pojechać na własny koszt, ale trzeba było zapłacić aż pięć tysięcy złotych.

Szabliści z Ząbek potrzebują dużego wsparcia finansowego. Pomaga oczywiście nasze miasto, jednak pieniędzy trzeba szukać właściwie non stop. Przydałby się sponsor, a szermierka niestety nie jest sportem, który regularnie gości w telewizji. W ząbkowskim klubie liczą jednak na to, że sukcesy przykuwają uwagę hojnych biznesmenów.



WOJCIECH SOBIERAJSKI Z NIESAMOWITYM REKORDEM!

Mieszkaniec Ząbek przebiegł półmaraton po śniegu, ubrany tylko w czapkę i spodenki w rewelacyjnym czasie: 1 godzina 39 minut 34 sekundy. Wynik, ustanowiony w 2007 roku przez Holendra Wima Hofa poprawił aż o 37 minut. Bicie Rekordu Guinnessa objęła patronatem Burmistrz Miasta Ząbki.

Wojciech Sobierajski specjalizuje się w rzeczach niemożliwych. Jeśli trzeba wykonać pod wodą martwe ciągi, pokonać triathlon z obciążeniem, przeciągnąć samochód idąc na rękach, wspiąć się na zawieszoną w chmurach pod balonem linę czy przebiec boso maraton, to można być pewnym, że ząbkowianin tego zadania się podejmie. Teraz wyznaczył sobie cel, na pierwszy rzut oka szalony. Zamierzał przebiec boso półmaraton i dokonać tego za kołem podbiegunowym. Wcześniej zrobił to Holender Wim Hof, nazywany „Człowiekiem Lodu”. Zimno to jego świat, a i on na trasie miał problemy, musiał przez dłuższą chwilę odpocząć, a następnie zmagać się z odmrożeniami.

Ciepło, więc wchodzi do chłodni.

Mieszkaniec naszego miasta, jak sam przyznawał przed wyruszeniem na Islandię często marznie, bo ma małą tkankę tłuszczową. Przebiegnięcie dystansu półmaratońskiego nie stanowiło dla niego problemu, bo Wojciech Sobierajski ma już na koncie przebiegnięty maraton i cały czas jest w świetnej formie fizycznej. Większym wyzwaniem było poradzenie sobie z niskimi temperaturami, dlatego do tego wyzwania rekordzista przygotował się solidnie. Zaczął już na początku stycznia i od razu odczuł, że będzie ciężko.

- Na początku biegałem po lodzie i śniegu przez dwie minuty, i czułem, że nogi są w bardzo złym stanie. Stopniowo zwiększałem jednak czas. Biegałem tak co jeden lub dwa dni, w zależności od tego, jaki trening miałem zaplanowany. Doszedłem do 40 minut i więcej tego nie śrubowałem. Wiedziałem jednak, że mam jeszcze zapas – mówił gazecie „Co słychać?”

Przygotowań nie ułatwiała pogoda, która pod koniec stycznia i na początku lutego stała się prawdziwie wiosenna. Ostatni weekend przed wylotem Sobierajski spędził w Zakopanem, gdzie można było znaleźć odpowiednie warunki. Na co dzień zawodnika ratowała jednak... chłodnia. Treningi wyglądały tak, że najpierw biegał pół godziny po lesie, a następnie zamykał się w minusowej temperaturze.

W Internecie można znaleźć filmiki, na których widać, jak sobie z tym wyzwaniem radził. Wojciech Sobierajski szczegółowo opisywał swoje przygotowania, a odzew był duży. Na Islandii mieszka liczna Polonia i wielu naszych rodaków dopingowało mieszkańca Ząbek oraz oferowało pomoc, choćby przy wytyczeniu trasy. Do wyboru było kilka lokalizacji, a najważniejsze było, żeby trasa wiodła dolinką. Dzięki temu można by uniknąć porywów mroźnego wiatru. Najlepsza pogoda zapowiadała się na drugi dzień po przylocie na Islandię i właśnie wtedy Sobierajski chciał się zabrać za bicie rekordu.

Kanapki, masło i wizyta u lekarza

Logistyka była jednym z większych wyzwań podczas bicia zimowego rekordu. Mieszkaniec naszego miasta wyleciał z rodziną za koło podbiegunowe 16 lutego. Na wyspę dotarł około pierwszej w nocy, potem musiał jeszcze wypożyczyć samochód i dotrzeć do wynajętego domku. Na miejscu był około 4:30, a już po kilku godzinach snu trzeba było wstawać, bo córeczka była wypoczęta.

- Na śniadanie zjadłem zwykłe kanapki. Ciało dla ochrony posmarowałem sobie masłem shea. Przedramiona i twarz miałem wychłodzone, ale nie dokuczały mi jakoś bardzo. Najgorzej było ze stopami. Na szczęście okazało się, że najlepsza dla mnie będzie polna droga, wiodąca wprost z mojego domku. Nie musiałem nigdzie jeździć, ale do biegu ruszyłem od razu po wyjściu na dwór, a po przybiegnięciu na metę mogłem się od razu ogrzać – mówił „Co słychać?” rekordzista.

Na trasę, przy temperaturze minus siedmiu stopni Celsjusza ruszył ubrany tylko w czapkę i spodenki. Po drodze też niczego nie jadł, ani nie pił, bo cały prowiant musiałby dźwigać ze sobą. Średnie tempo wynosiło 4,45 minuty na kilometr. Pierwsze kłopoty pojawiły się około 18. kilometra trasy – co ciekawe, Wim Hof problemy miał w tym samym miejscu. Na szczęście Wojciech Sobierajski, mimo dokuczliwego zimna się nie zatrzymał i dobiegł do mety w rewelacyjnym czasie, o 37 minut poprawiając dotychczasowy rekord.

- Kiedy zobaczyła mnie narzeczona Ola, to chciała od razu dzwonić po karetkę, ale ja wiedziałem, że wszystko jest w porządku. Wskoczyłem pod koc na pół godziny, a potem wziąłem prysznic. Zaczęłem od chłodnej wody i stopniowo zwiększałem temperaturę. Pojechaliśmy też do lekarza na Islandii. Mam lekkie odmrożenia, ale nie jest to nic groźnego. Ciało się zregeneruje, tylko muszę mu dać odpocząć – opowiada „Co słychać?” Wojciech Sobierajski.

Czasu na odpoczynek nie będzie jednak zbyt wiele, bo ząbkowianin już ma zaplanowane kolejne wyzwania. Jednego można być pewnym. O Wojciechu Sobierajskim na pewno będzie głośno.



Fot. Facebook Wojciech Sobierajski

Dokończenie ze str.1

Żeby móc parkować za darmo w strefie i na parkingach miejskich potrzebna będzie aktywna karta mieszkańca „Jestem z Ząbek”, którą wystarczy zeskanować w parkomacie i pobrać bilet dla mieszkańca. Pobrany bilet na zadeklarowany samochód będzie ważny do końca ważności aktywnej karty mieszkańca lub do zmiany zadeklarowanego pojazdu. Brak biletu za szybą lub jego wyblaknięcie nie będzie powodem do naliczenia kary za parkowanie dla mieszkańca, ponieważ umieszczony w systemie numer rejestracyjny pojazdu będzie widoczny w systemie i łatwy do sprawdzenia przez osoby kontrolujące. Przygotowywana jest także nowa wersja aplikacji karty mieszkańca do współpracy z parkomatami, która będzie posiadała dedykowany kod QR do parkowania, a dokładnie do przypisania numeru rejestracyjnego do użytkownika karty. Zasady parkowania we wszystkich w strefach i parkingach miejskich będą takie same.

Miejsca płatnego, niestrzeżonego parkowania pojazdów samochodowych na drogach wewnętrznych i parkingach stanowiących własność Miasta Ząbki:

- parking miejski przy ul. 3 Maja;
- parkingi miejskie przy ul. Andersena;
- parkingi miejskie przy ul. Pileckiego.

Strefy płatnego, niestrzeżonego parkowania pojazdów samochodowych na drogach publicznych w Mieście Ząbki obejmuje następujące ulice: 3 Maja (na odcinku od Piłsudskiego do Legionów), Andersena, Baśniowa, Calineczki, Chełmońskiego, Dzika (na odcinku od Powstańców do Andersena), Herberta, Kopernika, Kościelna, Krasickiego, Legionów, Maczka, Malczewskiego, Mazowiecka, Miła, Orla, Podleśna, Poniatowskiego, Powstańców, Reymonta, Stefczyka (na odcinku od Księdza Skorupki do Sikorskiego), Targowa, Wiosenna oraz Złota, Pileckiego, Różana, Żbikowskiego.

Do uzyskania nowej karty mieszkańca „Jestem z Ząbek” lub przedłużenia już posiadanej, niezbędny jest dokument potwierdzający rozliczenie podatku dochodowego od osób fizycznych za rok ubiegły ze wskazaniem miejsca zamieszkania w Ząbkach (Urząd Skarbowy w Wołominie). Oprócz bezpłatnego parkowania na terenie naszego miasta i bezpłatnej ząbkowskiej komunikacji miejskiej karta upoważnia również do korzystania z wielu zniżek, rabatów, ulg i przywilejów przysługujących jej posiadaczowi.

- Drodzy Mieszkańcy

Nie odkładajcie wyrobienia/przedłużenia karty na ostatnią chwilę, aby uniknąć kolejek i długiego oczekiwania na rozpatrzenie wniosku o kartę, jak to miało miejsce w 2020 roku, gdy kończyła się ważność starych zielonych kart. Wnioski papierowe o nowe karty oczekujące na wprowadzenie do systemu wypełniły wówczas całą szafę i czas oczekiwania na nową kartę sięgnął nawet miesiąca. Wniosek o kartę lub przedłużenie programu można złożyć przez Internet za pośrednictwem strony

jestemzzabek.pl – zachęcają pracownicy naszego urzędu miasta.

KSA



Fot. U. M.



Fot. U. M.



Obszar strefy płatnego parkowania



Obszar strefy:

ul. 3 Maja na odcinku od ul. Piłsudskiego do ul. Legionów, ul. Andersena, ul. Baśniowa, ul. Calineczki, ul. Dzika na odcinku od ul. Powstańców do ul. Andersena, ul. Herberta, ul. Kołtątaja, ul. Kopernika, ul. Kościelna, ul. Legionów, ul. Maczka, ul. Malczewskiego, ul. Orla, ul. Pileckiego, ul. Podleśna, ul. Poniatowskiego, ul. Powstańców, ul. Reymonta, ul. Różana, ul. Stefczyka na odcinku od ul. Księdza Skorupki do ul. Sikorskiego, ul. Targowa, ul. Wiosenna, ul. Złota, ul. Żbikowskiego. Parkingi miejskie przy ul. Poniatowskiego/3 Maja, ul. Pileckiego, ul. Andersena.

Aby bezpłatnie parkować w strefie, przypisz numer rejestracyjny pojazdu do użytkownika karty:

- 1) w parkomacie wybierz przyciskiem "taryfa" że chcesz parkować na kartę "Jestem z Zabek",
- 2) zeskanuj zbliżeniowo nową kartę fizyczną lub dedykowany do parkowania kod QR w aplikacji mieszkańca - parkomat wyświetli datę ważności karty i numer rejestracyjny samochodu o ile go wcześniej wprowadziłeś,
- 3) wprowadź lub zmień numer rejestracyjny przypisany do karty ew. anuluj operację.

ZĄBKOWSKI BUDŻET OBYWATELSKI 2023

Nie mniej niż 500 000 złotych – tyle wyniesie tegoroczny budżet obywatelski Miasta Ząbki. Zgłoś swój pomysł do 31 marca i zdecyduj o tym, co będzie się działo w naszym mieście.

Zgłoś swój pomysł na zadania do realizacji, zgłosz na najciekawszy projekt oraz sprawdź, które zadania zwyciężyły i zostaną zrealizowane przez miasto. Realizacja ząbkowskiego budżetu obywatelskiego odbywać się będzie według ustalonego harmonogramu:

- od 1 do 31 marca 2022 roku - zgłaszanie projektów do Budżetu Obywatelskiego,
- od 1 kwietnia do 31 maja - weryfikacja i opiniowanie zgłoszonych projektów,
- od 1 do 15 czerwca 2022 roku - możliwość odwołania się od negatywnej oceny projektu,
- najpóźniej do 30 czerwca zostanie ogłoszona lista projektów dopuszczonych do głosowania,
- od 1 do 30 września br. mieszkańcy będą mogli wybierać najlepsze spośród zgłoszonych zadań,
- do 15 października 2022 roku zostaną ogłoszone zwycięskie projekty przeznaczone do realizacji.

Projekty, które zyskają największe poparcie, zostaną ostatecznie zrealizowane ze środków budżetu obywatelskiego w roku 2023.

Jak powstawał ząbkowski budżet obywatelski?

Pierwsze prace nad budżetem obywatelskim w naszym mieście rozpoczęły się w 2017 roku, kiedy to Urząd Miasta Ząbki zorganizował konsultacje z mieszkańcami za pośrednictwem platformy "W Dialogu", a już dwa lata później mieszkańcy Ząbek po raz pierwszy zgłosili projekty do budżetu obywatelskiego. Ze względu na uchwałę Kolegium Regionalnej Izby Obrachunkowej w Warszawie, był to jednak budżet nieformalny. Mimo to, burmistrz Małgorzata Żyśk podjęła decyzję o dalszych pracach nad złożonymi przez mieszkańców wnioskami, ale poza trybem dotyczącym budżetu obywatelskiego.

– Z uwagi na wkład pracy i zaangażowanie mieszkańców postanowiłam jako burmistrz uszanować ich wolę i dalej realizować budżet obywatelski już w nieco uproszczonej formie (...). Nie jest istotne to, czy uchwała obowiązuje czy też nie, najistotniejszym jest dla mnie, aby wnioski zgłoszone przez Ząbkowian doczekały się realizacji – mówiła wówczas Małgorzata Żyśk, burmistrz Ząbek.

Dzięki temu w 2020 roku powstał plac zabaw przy ul. Wolności róg Batorego oraz skatepark na terenie MOSiR. Doposażono również plac zabaw zlokalizowany na rogu ul. Szwależerów i ul. Dzikiej. Wśród zgłoszonych w 2019 roku, a zrealizowanych w roku następnym projektów z puli społecznej zwyciężyły m.in. akcja „Podaj Dotyk Życia”, czyli szkolenie mieszkańców Ząbek z pierwszej pomocy oraz zakup sprzętu szkoleniowo-ratunkowego a także zajęcia ogólnorozwojowe i sprawnościowe.

Rok później w wyniku głosowania do realizacji w 2021 roku wybrano:

- z puli projektów społecznych:
 - darmowy sport i kultura brazylijska dla każdego,
 - kurs samoobrony dla kobiet,
 - zdrowy kręgosłup – gimnastyka,

- z zakresu projektów infrastrukturalnych:
 - rozbudowa skateparku w Ząbkach,
 - zakup ścianki wspinaczkowej.

W kolejnej edycji do realizacji wybrano:

- z puli projektów społecznych:
 - darmowy sport i kultura brazylijska dla mieszkańców Ząbek,
 - chodzę na zdrowie - trening nordic walking z instruktorem w lasach ząbkowskich,
- z zakresu projektów infrastrukturalnych:
 - „Bezpieczna i przyjemna droga do szkoły” - doświetlenie przejść dla pieszych oraz nasadzenia zieleni miejskiej w ulicy Różanej i Andersena,
 - wyposażenie kolejowego placu zabaw wraz z elementami plenerowej siłowni przy ulicy Bukowej,
 - defibrylatory AED - „Serce dla Ząbek”,
 - doposażenie placu zabaw Wolności róg Batorego,
 - rozszerzenie oferty MOSiR Ząbki poprzez przystosowanie boisk do gry w futbol amerykański.

Skąd biorą się pieniądze na Budżet Obywatelski?

Ząbkowski Budżet Obywatelski ma na celu nie tylko zachęcenie mieszkańców do aktywności społecznej, ale także zapewnienie nam możliwości rzeczywistego i bezpośredniego współdecydowania o tym, na co zostanie wydana część budżetu miasta. W tym roku do dyspozycji w ramach Budżetu Obywatelskiego jest 0,8% dochodów Miasta Ząbki uzyskanych z tytułu podatku dochodowego od osób fizycznych, określonych w ostatnim przedłożonym sprawozdaniu z wykonania budżetu, nie mniej jednak niż 500 tys. zł. Środki wydatkowane w ramach budżetu obywatelskiego dzielą się na dwie pule:

- pulę infrastrukturalną, tj. budowę, modernizację lub remont infrastruktury miejskiej – 70% kwoty;
- pulę społeczną, tj. działania o charakterze prospołecznym, kulturalnym, oświatowym lub sportowym – 30% kwoty.

Jakie projekty mogą być finansowane z Budżetu Obywatelskiego?

Ze środków Budżetu Obywatelskiego finansowane są projekty należące do zadań własnych miasta, które są możliwe do realizacji w ciągu roku budżetowego. Zadania te powinny być zgodne z przepisami prawa, w tym aktami prawa miejscowego.

Kto może zgłaszać projekty do Budżetu Obywatelskiego?

Propozycję projektów do zrealizowania w ramach Budżetu Obywatelskiego może zgłosić każdy mieszkaniec Miasta Ząbki.

Jak zgłosić projekt do Budżetu Obywatelskiego Miasta Ząbki na rok 2023?

1. Mieszkaniec Miasta Ząbki może zgłosić dowolną liczbę

- projektów.
2. Projekt może zostać zgłoszony przez nie więcej niż 3 mieszkańców Miasta Ząbki.
 3. Projekt należy zgłosić w terminie określonym w harmonogramie.
 4. O zachowaniu terminu, o którym mowa w ust. 3, decyduje data wpływu zgłoszenia projektu do Urzędu Miasta Ząbki.
 5. Projekt może zostać zgłoszony:
 - a) w formie papierowej poprzez złożenie projektu w Urzędzie Miasta Ząbki lub przesłanie projektu pocztą na adres Urzędu Miasta Ząbki z dopiskiem „Budżet Obywatelski”;
 - b) w formie elektronicznej poprzez przesłanie projektu za pomocą platformy POBO.
 6. Zgłoszenie projektu powinno zawierać co najmniej:
 - a) nazwę projektu sformułowaną w sposób informujący o jego treści;
 - b) opis projektu;
 - c) lokalizację projektu;
 - d) uzasadnienie realizacji projektu;
 - e) wskazanie puli, w ramach której projekt będzie realizowany;
 - f) szacunkowy koszt realizacji projektu, w tym wskazanie kosztów jego wykonania, eksploatacji w roku wykonania oraz kosztów graficznego oznakowania dedykowanego budżetowi obywatelskiemu Miasta Ząbki;
 - g) dane projektodawców, tj. imię i nazwisko oraz adres zamieszkania, a w przypadku projektodawcy wskazanego do kontaktu również numer telefonu lub adres e-mail;
 - h) podpisy wszystkich projektodawców.
 7. Do zgłoszenia- należy dołączyć:
 - a) listę poparcia zawierającą imię i nazwisko, adres zamieszkania oraz podpis co najmniej 20 mieszkańców Miasta Ząbki;
 - b) zgodę autora na wykorzystanie utworu dla celów Budżetu Obywatelskiego, w tym zgodę na nieodpłatne opublikowanie w POBO, zawierającą: imię, nazwisko, numer telefonu lub adres e-mail i jego podpis – w przypadku, gdy projekt przewiduje korzystanie ze wskazanego przez projektodawcę utworu, o którym mowa w § 7 ust. 2 pkt 4 Uchwały.
 8. W sytuacji, gdy projekt został zgłoszony przez kilku mieszkańców Ząbek, projektodawcą właściwym do kontaktu w sprawach dotyczących projektu jest osoba wskazana w zgłoszeniu projektu.
 9. Projektodawca może po zgłoszeniu projektu wyznaczyć do kontaktu inną osobę spośród pozostałych projektodawców. W takim przypadku wyłącznie wyznaczona osoba jest uprawniona do kontaktu w sprawach dotyczących projektu.
 10. Projektodawca podaje numer telefonu lub adres e-mail.
 11. Projektodawcy przysługują wszelkie uprawnienia wynikające z uchwały.
 12. W POBO publikowane są wszystkie zgłoszone projekty. W POBO nie publikuje się treści, o których mowa w § 7 ust. 2 pkt 6 Uchwały.

KSA



capoeira fot. MOSiR



defibrylatory AED fot.B. Śladowski



skypark fot.B. Śladowski



plac zabaw ul. Wolności róg Batorego fot.B. Śladowski

WYBÓR PRZEDSZKOLA – 6 ASPEKTÓW, NA KTÓRE WARTO ZWRÓCIĆ UWAGĘ

Przedszkole pełni nie tylko funkcję opiekuńczą i wychowawczą. To właśnie tam dziecko zdobywa nowe umiejętności, rozwija swoje talenty, poznaje świat i uczy się funkcjonować w grupie rówieśniczej. O tym, na co warto zwracać uwagę wybierając placówkę mówią dyrektorzy ząbkowskich przedszkoli publicznych – Jolanta Salak, Beata Krajewska i Grażyna Świeżak.

Dokonanie odpowiedniego wyboru jest niezwykle ważne, także z uwagi na fakt, że w przedszkolu, pod opieką nauczycieli, dziecko będzie spędzać większą część dnia. Warto więc dowiedzieć się jakie mają kwalifikacje.

- Pracując z małymi dziećmi w momencie kształtowania się ich osobowości i wszystkich funkcji potrzebnych w dalszym dorosłym życiu, nauczyciele mają do spełnienia niezwykle misję wymagającą też niezwykle umiejętności. W „Leśnym Zakątku” wszyscy nauczyciele mają ukończone studia magisterskie - pedagogiczne ze specjalnością wychowanie przedszkolne i edukacja wczesnoszkolna. Każdy z nich ma również dodatkowo zdobyte specjalizacje na kolejnych kierunkach czy studiach podyplomowych, m.in.: pedagogika specjalna na kierunku edukacja integracyjna i włączająca; pedagogika terapeutyczna; korekcyjna; surdopedagogika; edukacja, terapia i wspomaganie osób z zaburzeniami autyzmu; logopedia; metodyka nauczania języka angielskiego. Każda z tych specjalizacji została zdobyta na renomowanej uczelni pedagogicznej, której mentorami są ikony pedagogiki. Również nasi specjaliści - psycholog, logopeda, terapeuta SI - to osoby, które posiadają nieprzeciętne kompetencje i wyróżniają się ogromnym zaangażowaniem. Nasz zawód wymaga nieustannego doskonalenia się. Nauczyciele i specjaliści ukończyli niezliczoną ilość kursów, szkoleń i warsztatów, posiadają m.in.: certyfikat trenera TUS, Terapii Ręki, Sensoplastyki®, Glottodydaktyki®, czy Lidera Edukacji Spersonalizowanej i wiele innych. W codziennej pracy wykorzystują swoją wiedzę stosując całe bogactwo metod, pisząc programy autorskie, innowacje pedagogiczne i tworząc własne projekty edukacyjne. Jest to praca garstki ludzi - wyjątkowej kadry „Leśnego Zakątka”, pedagogów oddanych pracy z dzieckiem, choć mamy tylko dziesięć etatów - mówi Beata Krajewska, dyrektor Publicznego Przedszkola nr 2 „Leśny Zakątek”.

Wybierając przedszkole warto dowiedzieć się m.in. czy

placówka realizuje programy/projekty profilaktyczne, prowadzi dodatkowe nieodpłatne zajęcia dla dzieci ze specjalnymi potrzebami edukacyjnymi oraz czy przedszkole zatrudnia specjalistów np. z dziedziny logopedii czy integracji sensorycznej.

- W naszym przedszkolu realizujemy zalecenia zawarte w orzeczeniach o potrzebie kształcenia specjalnego oraz opiniach o potrzebie wczesnego wspomagania rozwoju dziecka. Placówka zatrudnia logopedów, psychologa, terapeutów integracji sensorycznej (SI), fizjoterapeutę oraz pedagogów specjalnych, którzy wspierają dzieci w prawidłowym rozwoju. Wychowawcy wraz ze specjalistami tworzą także Indywidualne Plany Działań Wspierających (IPDW) dla dzieci, które nie posiadają dokumentacji z poradni, a tej pomocy potrzebują, z trudnościami w nauce bądź zachowaniu. Nauczyciele dodatkowo prowadzą nieodpłatne zajęcia rozwijające dla całych grup dostosowane do ich potrzeb rozwojowych. W przedszkolu kładziemy duży nacisk na realizację programów profilaktycznych związanych między innymi z rozwojem emocjonalnym dziecka, np. „Przyjaciele Zippiego” realizowanym we wszystkich grupach 6-latków, „W głowie się nie mieści” oraz dotyczące bezpieczeństwa dzieci „Ze Skrzatem bezpiecznie”, dodatkowo uczestniczymy w projekcie „Czyste powietrze wokół nas” – podkreśla Jolanta Salak, dyrektor Publicznego Przedszkola nr 3 „SKRZAT”



Przedszkole „SKRZAT”



Przedszkole „Leśny Zakątek”



Przedszkole „SKRZAT” - sala doświadczania świata

Rozwój predyspozycji i uzdolnień dziecka jest ściśle związany z etapami jego rozwoju. To właśnie w okresie przedszkolnym ujawniają się zdolności w różnych dziedzinach. Warto więc dowiedzieć się czy placówka prowadzi np. kółka zainteresowań lub realizuje programy wsparcia dla dzieci szczególnie uzdolnionych.

- W Publicznym Przedszkolu nr 1 „Zielony Dinek” realizowane są autorskie programy wspierające, rozwijające uzdolnienia dzieci. Od lat realizowane są takie programy jak: „Mały artysta”, „Dar Zabawy – na podstawie myśli pedagogicznej F. Froebela”, „Stymulowanie, odczytywanie wiadomości poprzez zabawę dydaktyczną”, „Poznajemy nasze emocje”, „Mały ekolog”, „Dobry przedszkolak” oraz projekty: „Kreatywny przedszkolak”, freblowskie zajęcia badawczo-matematyczne, twórcze prace ręczne, „Mały miś w świecie wielkiej literatury”, „Z pamiętnika zafreblowanego Plastusia”. Realizujemy również program „Uczymy dzieci programować” z wykorzystaniem ozobotów. Psycholog prowadzi zajęcia kreatywne – pobudzając twórczą wyobraźnię dzieci. Przedszkolaki rozwijają swoje talenty w czasie zajęć z robotyki, teatralnych, muzycznych, akrobatycznych, judo, tanecznych. - mówi Grażyna Świeżak, dyrektor Przedszkola Publicznego nr 1 „Zielony Dinek”

Udział dzieci w konkursach, festiwalach, przeglądach uczy nie tylko odpowiedzialności za swoją pracę, ale również – tego co w życiu nieuniknione – wygrywania i przegrywania.

- Uczymy też autoprezentacji tak ważnej w każdej dziedzinie życia, wzmacnia odporność emocjonalną i podnosi kompetencje społeczne. Niejednokrotnie prace konkursowe integrują całą rodzinę, odkrywają talenty, wzmacniają wiarę w siebie. Duże znaczenie mają także wewnątrzprzedszkolne konkursy organizowane w środowisku znanym dziecku, gdzie jest w pełni akceptowane. W związku z tym sukcesy czy porażki dziecko może przeżywać otoczone życzliwymi ludźmi. W „Leśnym Zakątku” organizujemy coroczne konkursy recytatorskie związane z tematyką projektów edukacyjnych (np. „Poezja naszym skarbem kulturowym”, „Szlachetne zdrowie”, „Eureka! Z dziejów świata w poezji polskich twórców”), cykliczne edycje konkursów piosenki angielskiej i wiele innych, związanych z planem pracy przedszkola np. „Sleeveface - ubierz się w książkę”, „Reprodukcje” (nasz autorski konkurs otrzymał rekomendację Muzeum Narodowego, wyd. Bliżej Przedszkola, Kolegium Edukacji Artystycznej, Muzeum Sztuki Nowoczesnej), „Słodki Leśny Zakątek”. Nasze przedszkolaki uczestniczą również w konkursach poza przedszkolem - przegląd widowisk bożonarodzeniowych „Przedszkolaki z wesołą nowiną” MOK Ząbki, „Gwiazdkowy Turniej Akrobatyczny” zorganizowany przez Klub Sportowy Kensei, „Czyściochowe przedszkole” - organizowany przez Rossmann, „Dzień nowych technologii” organizowany przez Ministerstwo Cyfryzacji, „Dziś dzień strażaka” organizowany przez OSP Ząbki czy konkurs „Kartka bożonarodzeniowa” organizowany przez Hospicjum Dobre Księża Marianów w Warszawie. - dodaje Beata Krajewska, dyrektor „Leśnego Zakątka”.

Nie mniej istotna jest w współpraca przedszkola z instytucjami, środowiskiem lokalnym np. biblioteką, strażą miejską, policją czy nadleśnictwem. Atrakcyjną formą nauki i rozwoju dziecka są także organizowane przez placówkę wycieczki.

- W naszym przedszkolu realizujemy autorski program pt. „Moje Miasto Ząbki”, którego celem jest poznanie najbliższego otoczenia w bezpośrednim kontakcie z nim, kształtowanie postaw moralno – społecznych, patriotycznych i estetycznych. Program realizujemy w formie wycieczek. Dzięki temu przedszkolaki znają historię naszego miasta, wiedzą gdzie znajdują się pomniki poległych w obronie Ząbek, gdzie ma siedzibę: urząd miasta, poczta, posterunek policji, szkoła podstawowa, ośrodek zdrowia, OSP Ząbki - znają ich rolę w środowisku i poznały charakter pracy ludzi w poszczególnych instytucjach. Wiedzą też gdzie jest Miejska Biblioteka Publiczna oraz kto i w jaki sposób może z niej korzystać. Nasze przedszkolaki potrafią być tolerancyjne w stosunku do innych. Poznały też rolę MOK-u w życiu kulturalnym naszego miasta i same w nim uczestniczą poprzez oglądanie wystaw malarskich, udział w konkursach i festynach. Uczymy też zasad bezpiecznego poruszania się po mieście, organizujemy wycieczki turystyczne - krajoznawcze np. Poznajemy Stolicę Polski, Dyniolandia, Powsiński Ogród, agroturystyka. Wychodząc poza najbliższe otoczenie przedszkola podjęliśmy współpracę z: Domem Pomocy Społecznej w Zielonce, MZO Wołomin, Powiatowym Centrum Pomocy Rodzinie, a także Domem Małego dziecka w Ugandzie - mówi Grażyna Świeżak, dyrektor Przedszkola Publicznego nr 1 „Zielony Dinek”.

Bezpieczeństwo i komfort dziecka to kwestia, której nie można pominąć. Warto zwrócić uwagę na wyposażenie placówki, wielkość sal oraz ich oświetlenie.

- Nasze przedszkole posiada 19 bogato wyposażonych sal zajęć, gabinety specjalistyczne, salę do zabaw ruchowych, aulę z dużą sceną na występy przedszkolaków. W każdej sali znajdują się komputery z podłączeniem do Internetu, tablice multimedialne, drukarki, bezprzewodowe głośniki, z których korzystają nauczyciele, aby uatrakcyjnić zajęcia dla dzieci. Wszystkie sale są regularnie doposażone w różne gry, zabawki, tablice edukacyjne. Do najstarszych grup zostały zakupione ozoboty oraz kubeczki i plansze do zajęć z kodowania. Nasza placówka może pochwalić się także salą Montessori, salami terapeutycznymi, salą patriotyczną oraz salą doświadczania świata, z których mogą korzystać wszystkie dzieci. Na uwagę zasługuje także otoczenie przedszkola – nowoczesne place zabaw, boisko, ogród permakulturowy i sensoryczny, a także duży amfiteatr, na którym odbywają się imprezy przedszkolne, np. Dzień Dziecka – dodaje Jolanta Salak, dyrektor „SKRZATA”.



Przedszkole „Zielony Dinek” - olimpiada sportowa

ZIELONE ŚCIANY W NASZYM MIEŚCIE

Ząbkowski Urząd Miasta proponuje wspólnotom mieszkaniowym, realizację projektu w postaci zielonych ścian. Jest to jeden z najnowszych trendów w aranżacji. Są piękne, wpływają korzystnie na nasze zdrowie produkując tlen w procesie fotosyntezy, a przy tym są łatwe w utrzymaniu.



bluszcz pospolity (hedera helix)

- Na bieżąco analizujemy stan infrastruktury i pasów zieleni wzdłuż ulic w poszukiwaniu odpowiednich miejsc do posadzenia drzew – mówi inspektor Olga Starowicz z Referatu Zagospodarowania Przestrzennego i Ochrony Środowiska UM Ząbki. - Niestety w zwartej zabudowie Ząbek nie jest to łatwe. Musimy wziąć pod uwagę bezpieczeństwo ruchu drogowego, lokalizację instalacji podziemnych, jak i naziemnych oraz wielkość powierzchni niezbędnej do życia drzewa. Z tego względu rozważamy możliwość zastosowania alternatyw odpowiednich dla charakterystyki naszego miasta. Chcielibyśmy nasadzić różnego rodzaju pnącza na wąskich pasach zieleni wzdłuż ogrodzeń wspólnot mieszkaniowych. Dzięki temu wykorzystamy efektywnie nasze możliwości i stworzymy duże powierzchnie zieleni. Takie rozwiązanie udało już nam się zastosować wzdłuż ulicy Żbikowskiego. Jesienią 2021 roku wzdłuż ogrodzenia Wspólnoty Mieszkaniowej Powstańców 47-47D nasadziliśmy 100 sztuk powojników i teraz czekamy na wiosnę, żeby się cieszyć efektami – dodaje.

W pierwszej kolejności Referat Zagospodarowania Przestrzennego i Ochrony Środowiska UM Ząbki wytypuje odpowiednie na realizację tego pomysłu lokalizacje. Wymagania jakie muszą spełniać wspólnoty mieszkaniowe zainteresowane udziałem w projekcie to:

- pas zieleni na terenie miejskim wzdłuż ogrodzenia o szerokości minimum 50 cm,
- dobrej jakości ogrodzenie, które utrzyma ciężar roślin,
- zgoda właściciela ogrodzenia na posadzenie pnączy.

- Zapraszamy chętne do współpracy wspólnoty mieszkaniowe do kontaktu z Referatem Zagospodarowania Przestrzennego i Ochrony Środowiska pod nr tel. 22 51 09 753 oraz mailowo: um@zabki.pl. W razie wątpliwości pomożemy sprawdzić czy wybrana przez wspólnotę lokalizacja jest odpowiednia do takiej inwestycji – zachęcają urzędnicy.

Koszt zakupu roślin oraz wykonania nasadzeń zostanie poniesiony przez Miasto Ząbki. Również pielęgnacja roślin od strony ulicy będzie wykonywana na koszt miasta. Wspólnota mieszkaniowa będzie zobowiązana jedynie do dbania o pnącza od strony swojego terenu.

- Planujemy wykorzystać różnorodną pnącza, tak aby móc cieszyć się zmieniającymi się kolorami liści, zapachami oraz kolorowymi kwiatami i owocami. Na pewno skorzystamy z zimozielonego bluszczu pospolitego (hedera helix), pięknie kwitnących powojników, szybko rosnącego rdestu auberta oraz pachnących wiciokrzewów. W ubiegłym roku wycenialiśmy również podobne rozwiązanie – ogród wertykalny. Jest to samoistna konstrukcja z systemem nawadniania. Pozwala na wykorzystanie nie tylko pnączy ale też wielu innych gatunków roślin. Niestety koszt ogrodu wertykalanego wynosi około 2000 złotych za 1 m². Dla porównania rdest auberta ma przyrost 6 m rocznie, a koszt sadzonki z usługą sadzenia wynosi około 40,00 zł – informują pracownicy Referatu Zagospodarowania Przestrzennego i Ochrony Środowiska UM Ząbki.

Jednym z największych problemów z jakimi zmagają się niemal wszystkie polskie miasta jest smog, niestety ten problem nie ominął też Ząbek. Smog to mieszanina powstająca w wyniku zanieczyszczeń powietrza wynikających z działalności człowieka i niekorzystnych zjawisk atmosferycznych, przede wszystkim mgły. Smog negatywnie wpływa na nasze zdrowie zwiększając ryzyko występowania wielu chorób i niszcząc otaczające nas środowisko. Zanieczyszczenia tworzące smog mają wiele źródeł, jednak większość z nich powstaje w różnego rodzaju procesach spalania. Największy problem stanowią instalacje grzewcze, ogrzewające domy jednorodzinne i wielorodzinne budynki. Spora część z nich to tzw. kopciuchy, czyli kotły niskiej klasy. Ponadto częstą praktyką jest nie tylko korzystanie z kiepskiej jakości paliwa, ale również spalanie odpadów komunalnych w prywatnych piecach.

Jednym ze sposobów walki ze smogiem jest powiększanie terenów zielonych. Rośliny pochłaniają powstający w wyniku działalności człowieka dwutlenek węgla i produkują tlen. Warto zatem otaczać się większą ilością zieleni, która stworzy naturalną barierę przed zanieczyszczeniami. Drzewa, krzewy, trawy działają jak naturalne filtry dezaktywując wiele niewidocznych gołym okiem zanieczyszczeń i toksyn.



rdest Auberta (Fallopia aubertii)

rdest Auberta (*Fallopia aubertii*)

Nasze miasto ma zwartą zabudowę, dlatego tak ważne jest wykorzystywanie każdej przestrzeni do obsadzenia jej zielenią. Jednym z takich rozwiązań mogą być zielone ściany. Najważniejsza, z punktu widzenia nas – mieszkańców, zaleta zielonych ścian, to ich pozytywny wpływ na jakość powietrza w mieście. Żywe zielone ściany, to również niezawodny sposób na poprawę estetyki naszego miasta. Włączenie przyrody do środowiska ma również szereg innych korzyści. Wprowadzanie naturalnych elementów do miejsc, w których na ogół nie można ich zobaczyć, poprawia nastrój i samopoczucie.

Oprócz nowych nasadzeń roślin, które rozpoczną się wczesną wiosną oraz kolejnych zielonych ścian, w Ząbkach już niebawem powstanie nowy park o powierzchni 18125 m², łączący ulicę Szwoleżerów z ulicą Reymonta. To kolejny etap realizowanego przez burmistrz Małgorzatę Żyśk projektu "Zielona Przestrzeń - rozwój i modernizacja terenów zieleni w Mieście Ząbki", który przyczynia się do podniesienia komfortu życia w naszym mieście. W parku zaprojektowano labirynt z roślin oraz ostoję dla ptaków i małych ssaków. Unikatową w naszym regionie atrakcją będą ogrody smaków i zapachów. Projektowanie przestrzeni dla zmysłów nie jest jeszcze w Polsce popularne, choć na świecie pierwsze ogrody sensoryczne, powstały na początku XX wieku. Tego typu ogrody mają szeroki zakres zastosowań, zarówno edukacyjnych, jak i rekreacyjnych.

Ząbkowski ratusz nie zapominał też o najmłodszych mieszkańcach naszego miasta – w nowym parku dzieci będą mogły korzystać z placu zabaw, a nieco starsi z siłowni zewnętrznej. Wzdłuż parku zostanie wybudowany ciąg pieszo-rowerowy z aleją drzew.

KSA

wiciokrzew (*Lonicera L.*)

PŁYWANIE RODZINNE -50%

Małgorzata Żyśk, Burmistrz Miasta Ząbki, w porozumieniu z Mariuszem Ryciakiem, Prezesem Miejskiego Centrum Sportu w Ząbkach, zaprasza maluszki wraz z rodzicami do udziału w akcji „Pływanie rodzinne -50%”.

To gest w kierunku rodzin z małymi dziećmi i umożliwienie kontaktu z wodą w godzinach mniej obleganych, w bardzo atrakcyjnej cenie.

W każdą środę w godzinach 10.00-12.00 rodzice posiadający Kartę Mieszkańca "Jestem z Ząbek" wejdą na pływalnię ze zniżką 50% od regularnej ceny biletu. Dla rodzica z dzieckiem do lat 4. koszt godzinnego wstępu na basen to jedynie 9,50zł! Co więcej, dla rodzica z dwojgiem dzieci do lat 4. cena biletu również wyniesie 9,50zł.

Oferta "Pływanie rodzinne -50%" dotyczy także wstępu dla rodziców ze starszymi dziećmi. Poniżej załączeniu przedstawiamy ceny biletów z upustem 50%.

**Ceny wejść rodzinnych „jeden rodzic plus”
z kartą mieszkańca „Jestem z Ząbek” w
środy w godz.10.00–12.00 w ramach akcji
„Pływanie rodzinne –50%”**

Bilet 1 rodzic+dziecko do lat 4. ~~19zł~~ 9,50zł

Bilet rodzinny 1+1 60 min. ~~30zł~~ 15zł

Bilet rodzinny 1+2 60 min. ~~42zł~~ 21zł

Bilet rodzinny 1+3 60 min. ~~53zł~~ 27zł



Burmistrz Miasta Ząbki

ogłasza nabór na stanowiska:

Inspektor/Specjalista ds. księgowych

**Referent do kontroli opłat i serwisu
parkomatów (4 etaty)**

Pozostałe kryteria znajdują się na stronie
www.bip.zabki.pl w zakładce - Oferty pracy.

ŚWIĘTO Kobiet

Cała moc świata jest w Twoich oczach!



Optyk-Okulista
K&M RAUBIC

SERDECZNIE ZAPRASZA NA:

indywidualny dobór opraw
do kształtu twarzy



bezpłatne badanie wzroku

RABAT 20% i atrakcje



Optyk - Okulista K&M Raubic
ul. Powstańców 33, Ząbki
☎ 791 460 046

TONNY