



CO SŁYCHAĆ?

Rok XXX

Nr 3 (474)

15 luty 2021r.

ISSN 1427-3717

www.zabki.pl

ZĄBKOWSKA GAZETA SAMORZĄDOWA

SPORO SIĘ DZIEJE, BĘDĄ LEPSZE DROGI

Burmistrz Małgorzata Zyśk podpisała umowę na budowę kanalizacji w ulicy Zycha, a takie prace trwają już na ul. Kochanowskiego. Po podpisaniu odpowiedniego protokołu na budowę ulicy Szwoleżerów może już wejść wykonawca robót. Nasze miasto dostało też pozwolenie na budowę ul. Jagiellońskiej.

Początek roku przyniósł wiele dobrych informacji. Jedne prace nad poprawą infrastruktury drogowej już się toczą, inne niebawem się zaczną, albo są w bardzo zaawansowanej fazie.

Kanalizacja na Kochanowskiego, prace na Szwoleżerów

Na razie najwięcej dzieje się na ul. Kochanowskiego oraz na odcinku ulicy Budkiewicza (od Narutowicza do Prostej). Pomimo zimowej aury, której doświadczyliśmy w styczniu, trwają tam prace przy budowie sieci kanalizacji. Ze względu na specyfikę robót i używaną przez wykonawcę technologię, możliwe są utrudnienia w poruszaniu się na odcinkach dróg, objętych remontem.

Już niedługo powinny się też zacząć prace przy budowie ulicy Szwoleżerów, na odcinku Piłsudskiego - Zieleniecka. Burmistrz Małgorzata Zyśk 3 lutego podpisała protokół wprowadzenia wykonawcy na budowę.

W ramach tej inwestycji powstanie nowa jezdnia o nawierzchni bitumicznej, o szerokości sześciu metrów. Wybudowana zostanie kanalizacja deszczowa wraz z systemem studni rewizyjnych i wpustów deszczowych, a dla poprawy bezpieczeństwa, po obu stronach jezdni zostaną ułożone chodniki wraz ze zjazdami do posesji, wykonane z kostki brukowej betonowej.

Po zakończeniu inwestycji nie tylko powinien poprawić się stan remontowanych dróg i komunikacja na terenie Ząbek, ale też komfort dojazdu do nieruchomości położonych w okolicy. Zakończenie realizacji zadania, zgodnie z terminem zawartym w umowie, nastąpi do 29 października 2021 roku.

Umowa podpisana

Tego samego dnia (3 lutego) pani burmistrz podpisała umowę na budowę kanalizacji deszczowej w ul. Zycha, na odcinku od

ul. Olszewskiego do ul. Skrajnej wraz z odtworzeniem nawierzchni nad kanałem i wpustami deszczowymi. Istniejąca tam ścieżka rowerowa otrzyma nową nawierzchnię bitumiczną, co poprawi komfort jej użytkowania i pozytywnie wpłynie na bezpieczeństwo rowerzystów. Jeśli warunki atmosferyczne na to pozwolą, budowa rozpocznie się w terminie do 14 dni od podpisania umowy. Zakończenie realizacji zadania zgodnie z terminem zawartym w umowie nastąpi do 31 sierpnia 2021 roku.

Są też dobre informacje w sprawie inwestycji, która jest w fazie przygotowań. Miasto Zabki dostało pozwolenie na budowę ulicy Jagiellońskiej wraz z infrastrukturą towarzyszącą. W ramach tego przedsięwzięcia powstanie nowa jezdnia o szerokości 5 metrów, z nawierzchnią bitumiczną (na odcinku ul. Kopernika - ul. Maczka) oraz odcinek o nawierzchni z kostki brukowej betonowej (między Dziką a Kopernika). Po obu stronach jezdni zostaną wykonane chodniki wraz ze zjazdami do posesji oraz wyniesione skrzyżowanie (z ul. Kopernika) o nawierzchni z kostki brukowej betonowej, co poprawi bezpieczeństwo w tej części naszego miasta. W związku z tym Urząd Miasta prosi właścicieli działek przylegających do tej drogi o zwrócenie się do gestorów sieci mediów (energetyka, gaz, woda, kanalizacja sanitarna) i wykonanie niezbędnych przyłączy do swoich nieruchomości.



BYŁ SPIS ROLNY, TERAZ CZAS NA SPIS POWSZECHNY

Niedawno rachmistrze spisowi odwiedzali rolników, a już 1 kwietnia rozpocznie się Narodowy Spis Powszechny Ludności i Mieszkań. Będzie to podstawowe badanie i źródło danych z zakresu statystyki ludności, które ma na celu zebranie informacji o jej stanie i strukturze wg ustalonych cech demograficznych i społeczno-zawodowych.

Narodowy spis powszechny ludności i mieszkań to czas, kiedy państwo, zadając obywatelom kilka pytań, stara się zdiagnozować: „ilu nas jest”, „kim jesteśmy” i „jak żyjemy”. Spisy powszechne obejmują całą populację ludności i mieszkań. Oznacza to, że dane uzyskiwane w wyniku spisu powszechnego pochodzą od wszystkich obywateli.

Co istotne, w przypadku wielu cech demograficzno-społecznych, jak np.:

- wyznanie,
 - narodowość
 - stopień niepełnosprawności,
- spisy powszechne są dla państwa jedynym źródłem danych.

Spis jest obowiązkowy, co oznacza, że każdy obywatel będzie zobowiązany do wzięcia w nim udziału. Nowością jest fakt, że po raz pierwszy spis powszechny zostanie zorganizowany w formie elektronicznej, poprzez specjalne formularze na rządowej stronie spis.gov.pl w ramach tzw. „samospisu internetowego (CAWI)”.

Zaplanowany na 2021 r. Narodowy Spis Powszechny Ludności i Mieszkań będzie w pełni realizowany przy użyciu interaktywnego formularza spisowego dostępnego na stronie GUS.

Obowiązkiem spisowym będą objęte:

- osoby fizyczne stale zamieszkałe i czasowo przebywające w mieszkaniach, budynkach i innych zamieszkałych pomieszczeniach nie będących mieszkaniami na terenie Polski, osoby fizyczne nie mające miejsca zamieszkania;
- mieszkania, budynki, obiekty zbiorowego zakwaterowania i inne zamieszkałe pomieszczenia nie będące mieszkaniami.

Aby zapobiec sytuacji, w której zobowiązany do spisu mieszkaniec Polski nie ma możliwości dokonania samospisu (np. z powodu braku dostępu do urzędzeń i Internetu), ustawa zobowiązuje następujące podmioty do udostępnienia odpowiedniego pomieszczenia i sprzętu do realizacji samospisu:

- urzędy statystyczne i pozostałe jednostki statystyki publicznej,
- urzędy wojewódzkie,
- urzędy obsługujące wójtów, burmistrzów, prezydentów miast oraz gminne jednostki organizacyjne.

Lista miejsc, gdzie będzie można dokonać samospisu, będzie opublikowana w odpowiednim czasie na stronie GUS i stronie spisu.

W szczególnie uzasadnionych przypadkach (gdy osoba objęta obowiązkiem spisowym nie będzie mogła wypełnić w żaden sposób formularza elektronicznego) rachmistrze spisowi będą kontaktowali się z tymi osobami telefonicznie lub osobiście, aby pomóc w dopełnieniu obowiązku spisowego.



PLACÓWKA POCZTOWA W ZĄBKACH CHĘTNI POSZUKIWANI

Poczta Polska poszukuje osób, które w ramach własnej działalności gospodarczej poprowadzą Agencję Poczтовую w naszym mieście.

Poczta zapewnia ze swojej strony: szkolenie, stałe wynagrodzenie, a przy wyższych obrotach – atrakcyjną prowizję! Osoba, które chce skorzystać z tej oferty musi mieć zarejestrowaną działalność gospodarczą i dysponować prawem do lokalu. Co istotne, istnieje możliwość uruchomienia agencji w miejscu obecnie prowadzonej działalności handlowo-usługowej.

Więcej informacji można uzyskać pod numerem telefonu (22) 557-96-63 lub pisząc na adres e-mail: aneta.kowalczyk1@poczta-polska.pl

POLICJANCI OSTRZEGAJĄ PRZED WCHODZENIEM NA NIEBEZPIECZNY LÓD

W ciągu ostatnich dni temperatura powietrza znacznie spadła, co sprzyjało wchodzeniu na lód i zachęciło wędkarzy do łowienia ryb z przerębli. Zamarznięte stawy, jeziora i rzeki zawsze niosą ze sobą niebezpieczeństwo. Lekkoomyślność dorosłych oraz pozostawianie bez opieki dzieci, zbiera co roku śmiertelne żniwo. Mimo ostrzeżeń każdego roku pod lodem ginie kilka osób.

Co robić, jeśli pod kimś załamał się lód?

W przypadku załamania lodu policjanci doradzają, by starać się zachować spokój i próbować wezwać pomoc. Najlepiej położyć się płasko na wodzie, rozłożyć szeroko ręce i starać się wpełznąć na lód. Osoba, pod którą załamał się lód, powinna się poruszać w kierunku brzegu leżąc cały czas na lodzie.

Kiedy zauważymy osobę tonącą, nie należy biec w jej kierunku, ponieważ w takiej sytuacji również może załamać się lód. Nie wolno też podchodzić do przerębli w postawie wyprostowanej, ponieważ zwiększa się w ten sposób punktowy nacisk na lód, który może załamać się pod ratującym. Najlepiej próbować podczołgać się do tonącego.

Jeśli w zasięgu ręki jest długi szalik lub gruba gałąź, należy spróbować podczołgać się na odległość rzutu i starajmy się podać poszkodowanemu drugi koniec.

Jeśli sami nie mamy możliwości udzielić poszkodowanemu pomocy, natychmiast poinformujmy o wypadku najbliższą jednostkę Policji lub Straży Pożarnej.

Po wyciągnięciu osoby poszkodowanej z wody należy okryć ją czymś ciepłym (płaszczem, kurtką) i jak najszybciej przetransportować do zamkniętego, ciepłego pomieszczenia, aby zapobiec dalszej utracie ciepła. Pamiętajmy, że nie wolno poszkodowanego polewać ciepłą wodą, ponieważ może to spowodować u niego szok termiczny.

Biurowo Prewencji KGP

ZĄBKOWSKA WODA ZNOWU NAGRODZONA

Przedsiębiorstwo Wodociągów i Kanalizacji w Ząbkach po raz trzeci otrzymało Laur Eksperta dla naszej wody Drewniczanki.

„Laur Eksperta” to znak jakości nadawany przez Kapitułę Ekspertów - naukowców (profesorów i doktorów) reprezentujących najlepsze polskie uczelnie. Produkt zgłoszony do Konkursu ocenia niezależnie od siebie dwóch ekspertów.

Jak można również przeczytać na stronie organizatora, eksperci oceniają m.in. jakość produktów/usług, ich wartość rynkową, innowacyjność czy zgodność z potrzebami klientów. Nagradzane są produkty i usługi, które - w opinii Kapituły - dobrze odpowiadają na potrzeby konsumentów, pozytywnie wyróżniają się na tle innych produktów i usług dostępnych na rynku, cechują się wysoką jakością, są oryginalne, interesujące, godne polecenia klientom.

Przedsiębiorstwo Wodociągów i Kanalizacji pracuje obecnie nad projektem kolejnej stacji uzdatniania wody w południowej części Ząbek, tak aby Drewniczanka docierała do 100 proc. mieszkańców naszego miasta.



OGŁOSZENIE

o przystąpieniu do sporządzenia czterech miejscowych planów zagospodarowania przestrzennego oraz przeprowadzenia strategicznej oceny oddziaływania na środowisko dla terenów położonych w granicach miasta Ząbki: dla rejonu ograniczonego ulicami Wyszyńskiego, Wigury, Stwosza i 11 Listopada, dla rejonu ulicy Kolejowej, dla rejonu parku oraz dla rejonu ulicy Kościelnej.

Na podstawie z art. 8c i art.17 pkt 1 ustawy z dnia 27 marca 2003 r. o planowaniu i zagospodarowaniu przestrzennym (Dz. U. z 2020 r., poz. 293, z późn. zm.) oraz na podstawie art. 29, art. 39 ust. 1 i art. 54 ust. 3 ustawy z dnia 3 października 2008 r. o udostępnianiu informacji o środowisku i jego ochronie, udziale społeczeństwa w ochronie środowiska oraz o ocenach oddziaływania na środowisko (Dz. U. z 2020 r., poz. 283, z późn. zm.) zawiadamiam o podjęciu przez Radę Miasta Ząbki uchwał w sprawie przystąpienia do sporządzania miejscowego planu zagospodarowania przestrzennego miasta Ząbki:

1. dla rejonu ograniczonego ulicami Wyszyńskiego, Wigury, Stwosza i 11 Listopada, określonego w § 1 pkt 1 uchwały Nr XXIX/275/2020 Rady Miasta Ząbki z dnia 22 lipca 2020 r.,
 2. dla rejonu ulicy Kolejowej, określonego w § 1 pkt 2 uchwały Nr XXIX/275/2020 Rady Miasta Ząbki z dnia 22 lipca 2020 r.,
 3. dla rejonu parku, określonego w § 1 pkt 1 uchwały Nr XXIX/275/2020 Rady Miasta Ząbki z dnia 22 lipca 2020 r.,
 4. dla rejonu ulicy Kościelnej, określonego w uchwale Nr LV/514/2014 Rady Miasta Ząbki z dnia 14 maja 2014 r.
- Granice obszarów objętych przystąpieniem do sporządzenia planu określają załączniki graficzne do ww. uchwał.

Zgodnie z art. 8c i art.17 pkt 1 ustawy o planowaniu i zagospodarowaniu przestrzennym oraz art. 54 ust. 3 ustawy o udostępnianiu informacji o środowisku i jego ochronie, udziale społeczeństwa w ochronie środowiska oraz o ocenach oddziaływania na środowisko, każdy ma prawo złożenia wniosku do projektu planu miejscowego oraz do prognozy oddziaływania na środowisko ustaleń miejscowego planu.

Zainteresowani mogą zapoznać się z dokumentacją sprawy w Urzędzie Miasta Ząbki, ul. Wojska Polskiego 10, 05-091 Ząbki w Referacie Zagospodarowania Przestrzennego i Ochrony Środowiska w godzinach pracy urzędu (pn. 1000-1800, wt.-czw. 800-1600, pt. 700-1500).

Wnioski do miejscowych planów zagospodarowania przestrzennego oraz do prognoz oddziaływania na środowisko ustaleń miejscowych planów należy składać w nieprzekraczalnym terminie do dnia 1 marca 2021 r. do Burmistrza Miasta Ząbki:

- na piśmie w Biurze Obsługi Interesanta Urzędu Miasta Ząbki przy ul. Wojska Polskiego 10 w Ząbkach,
- drogą pocztową na adres Urzędu Miasta Ząbki, ul. Wojska Polskiego 10, 05-091 Ząbki,
- drogą elektroniczną na adres e-mail: zpios@zabki.pl lub za pośrednictwem platformy usług administracji publicznej ePUAP: [/zabki/SkrytkaESP](https://zabki/SkrytkaESP).

Wniosek powinien zawierać nazwisko, imię, nazwę (w przypadku wnioskodawców będących osobami prawnymi) i adres wnioskodawcy, przedmiot wniosku (z oznaczeniem, którego z opracowań dotyczy) oraz oznaczenie nieruchomości, której dotyczy (wskazane jest dołączenie kserokopii mapy zasadniczej lub ewidencyjnej, z oznaczeniem obiektu lub obszaru, którego dotyczy wniosek).

Organem właściwym do rozpatrzenia złożonych wniosków jest Burmistrz Miasta Ząbki.

UWAGA: Pisma nie spełniające powyżej wskazanych warunków pozostawi się bez rozpoznania.

Wnioski zostaną rozpatrzone zgodnie z art. 17 pkt 4 ustawy o planowaniu i zagospodarowaniu przestrzennym.

Burmistrz Miasta Ząbki

TRAFIENI SZTRZAŁĄ KUPIDYNA

Święto zakochanych to nie wymysł nowoczesności, ani kolejne amerykańskie święto stawiane na jednej szali z Halloween. Okazuje się, że początków Walentynek należy szukać na starym kontynencie, a dokładnie w pogańskim Rzymie.

Wpływy przyrody

O dacie zdecydowała przyroda. W połowie lutego ptaki gnieźdzące się w Wiecznym Mieście zaczynały miłosne zaloty i łączyły się w pary. Uznano to za symbol przebudzenia się natury z zimowego marazmu. Z tego względu Rzymianie na 15 lutego wyznaczyli święto ku czci boga płodności Faunusa Lupercusa. Luperkalia obchodzono w jaskini Lupercał na Palatynie, gdzie według wierzeń legendarni założyciele Rzymu, byli karmieni przez wilczycę. W tym dniu składano ofiary, a kapłani ubrani w skórę świeżo zabitego kozła, obiegali wzgórze Palatynu i uderzali przechodniów - głównie kobiety - rzemieniami ze skór zwierząt ofiarnych, co miało gwarantować płodność oraz dodać sił życiowych.

Gdy chrześcijaństwo stało się religią panującą, starano się wyprzeć pogańskie tradycje. Papież Gelazjusz I wydał zakaz prawny zabraniający świętowania Luperkaliów. Ciężko jednak wypenić z narodu tradycje zakorzenione w niej od setek lat. Dlatego zwierzchnicy Kościoła postanowili nadać temu świętu chrześcijańską interpretację i zastąpili je najbliższym świętem liturgicznym - męczennika Walentego.

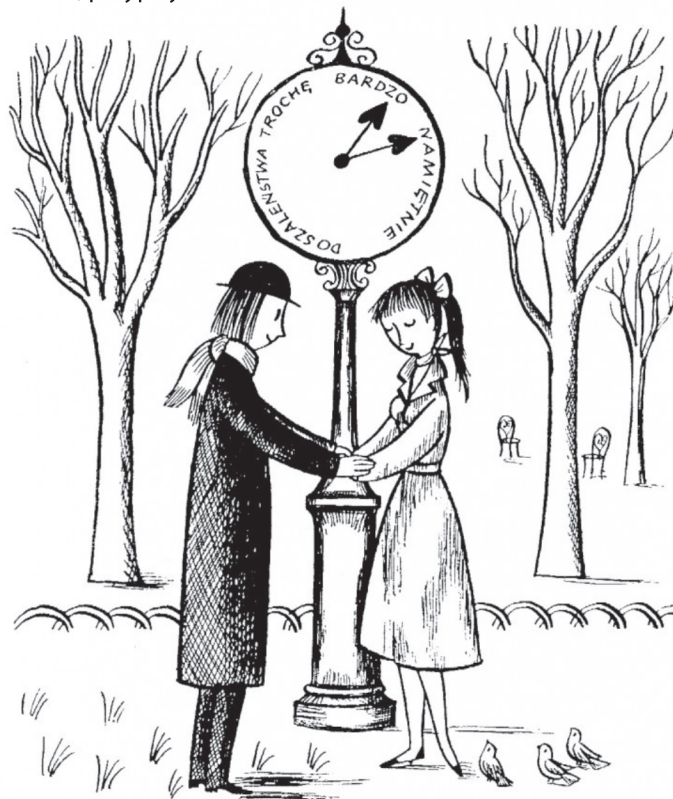


Trzech Walentych?

Za panowania cesarza Klaudiusza Gockiego Rzym uwikłany był w krwawe wojny, mężczyźni wzbinali się przed wstąpieniem do wojska. Cesarz uznał, że pustki w szeregach wywołane są niechęcią opuszczenia swoich narzeczonych i żon, dlatego odwołał zaplanowane śluby. Kapłan Walenty pomagał parom pobierać się potajemnie. Gdy sprawa ukrytych ceremonii wyszła na jaw, duchownego skazano na karę śmierci. Wyrok

został wykonany 14 lutego 270 roku. Zanim to jednak nastąpiło Walenty w więzieniu zaprzyjaźnił się z córką strażnika, która go odwiedzała i podnosiła na duchu. Kapłan w podzięcie zostawił jej kartkę w kształcie serca z podpisem „od twojego Walentego”. Drugim, a być może tym samym Walentym - to według badaczy kwestia sporna - jest biskup miasta Turni. Zasłynął tym, że jako pierwszy pobłogosławił związek małżeński pomiędzy poganinem i chrześcijanką. Zginął w 273 roku gdyż nie chciał zaprzestać nawracania pogan. Do dziś to on jest uznawany za patrona zakochanych, a do Terni podróżują pielgrzymi by odwiedzić jego grób znajdujący się w tamtejszej katedrze.

Trzeci Walenty nie pretenduje o miano patrona zakochanych, swoją pieczę sprawuje nad epileptykami. Żył on w V wieku w Recji (dzisiejsze pogranicze niemiecko-austriacko-szwajcarskie) przypisywano mu moc uzdrawiania.



Symbolika

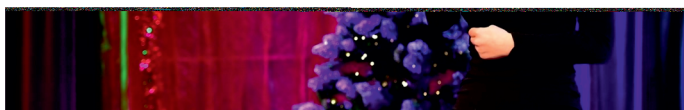
Na przestrzeni wieków święto Walentynek wypracowało swoje konkretne symbole jak wręczanie kwiatów i liścików miłosnych. Ma swoich przeciwników i amatorów. Do tej pory jest uznawane w Ameryce jako jedno z bardziej „dochodowych” świąt. Pomimo swoich krwawych korzeni, nie można odmówić mu uroku.

AM

PRZETARG

Burmistrz Miasta Ząbki ogłasza pierwszy przetarg pisemny nieograniczony na sprzedaż nieruchomości gruntowej oznaczonej w ewidencji gruntów i budynków jako działka nr 49/2 z obrębem 0002,01-02 o pow. 1 254 m², położonej w Ząbkach przy ul. Jana Kochanowskiego. Cena wywoławcza nieruchomości wynosi: 1 104 000,00 zł + obowiązujący podatek VAT. Pełna treść ogłoszenia jest dostępna na tablicy ogłoszeń w siedzibie Urzędu Miasta Ząbki przy ul. Wojska Polskiego 10 lub na stronie internetowej: bip.zabki.pl (w zakładce Przetargi dotyczące nieruchomości).

MOK W ZĄBKACH: MOŻNA SPOTKAĆ KULTURĘ BEZ WYCHODZENIA Z DOMU



Miejski Ośrodek Kultury działa mimo pandemii i stara się przybliżyć wysoką sztukę mieszkańcom naszego miasta. Wykorzystuje w tym celu media społecznościowe. Na Facebooku można zobaczyć fragmenty koncertu świąteczno-noworocznego oraz ciekawy cykl Mariusza Ołowskiego, poświęcony malarstwu.

Młodzi wokaliści z Ząbek

Po raz pierwszy uczestnicy warsztatów wokalnych MOK Ząbki pod kierownictwem Beaty Kurdy mieli okazję wystąpić w całkiem innych warunkach niż dotychczas - wprawdzie bez publiczności, ale za to przed kamerami. Fragmenty koncertu świąteczno-noworocznego w wykonaniu uczestników warsztatów można zobaczyć na profilu MOK na Facebooku.

Malarstwo nie śpi

„Sztuka pod ręką” to cykl filmowy Mariusza Ołowskiego, publikowany na Facebooku MOK. Młody malarz, będący instruktorem rysunku i malarstwa w naszym ośrodku kultury, chciałby ze względu na okres pandemiczny przypomnieć że sztuka nie śpi. W krótkich filmach przedstawia swoich ulubionych artystów, zarys biograficzny i ich malarskie rozwiązania, które być może zachęcą oglądających do dalszych poszukiwań na własną rękę!

Tematem jednego z pierwszych odcinków był angielski malarz koni George Stubbs (1724 - 1806), który słynął z połączenia doskonałej znajomości anatomii z malarskim talentem w przedstawianiu urody i charakteru końskiego modela. Zapraszamy do oglądania kolejnych odcinków cyklu o artystach.

Teatr w internecie

Miejski Ośrodek Kultury zaprasza do teatru lalek IGRASZKA. W tym tygodniu zobaczą Państwo przedstawienie pt: „Wiślana opowieść”. Przedstawienie zostało zarejestrowane w MOK w Ząbkach bez udziału publiczności

NABÓR NA RACHMISTRZÓW PRZEDŁUŻONY DO 16 LUTEGO

Dyrektor Centralnego Biura Spisowego przedłużył termin naboru kandydatów na rachmistrzów spisowych do Narodowego Spisu Powszechnego 2021 do 16 lutego.

Jeśli ktoś jest zainteresowany zgłoszeniem się, to powinien spełniać następujące warunki:

- mieć ukończone 18 lat,
- cieszyć się nieposzlakowaną opinią,
- posiadać co najmniej średnie wykształcenie,
- posługiwać się językiem polskim w mowie i piśmie,
- nie być skazanym prawomocnym wyrokiem za umyślne przestępstwo lub umyślne przestępstwo skarbowe.

Kandydat na rachmistrza spisowego w NSP 2021 może składać dokumenty osobiście w siedzibie urzędu gminy lub za pośrednictwem: poczty elektronicznej na skrzynkę e-mailową urzędu: rachmistrz2021@zabki.pl, platformy ePUAP albo operatora pocztowego (w tym m. in. Poczty Polskiej, firm kurierskich).

O dacie wpływu dokumentów decyduje:

- w przypadku osobistego złożenia dokumentów do urzędu lub doręczenia ich za pośrednictwem kuriera – data dostarczenia do urzędu,
- w przypadku wysłania dokumentów pocztą elektroniczną na skrzynkę e-mailową urzędu wskazaną w ogłoszeniu – data wprowadzenia zgłoszenia do środka komunikacji elektronicznej nadawcy (data wysłania wiadomości e-mail),
- w przypadku wysłania dokumentów poprzez platformę e-PUAP – data wysłania zgłoszenia przez nadawcę, która powinna być równoznaczna z datą wpływu na urzędową skrzynkę na ePUAP (pojawienie się zgłoszenia w systemie teleinformatycznym),
- w przypadku przesłania dokumentów Poczta Polska – data stempla pocztowego.

Oferty kandydatów złożone po terminie, w inny sposób niż określony w ogłoszeniu lub bez kompletu wymaganych dokumentów, nie będą brane pod uwagę w postępowaniu rekrutacyjnym.

Najpierw szkolenie...

Dane kandydatów na rachmistrzów spisowych są rejestrowane w Systemie Ewidencji Rachmistrzów (SER) przez upoważnionego pracownika Urzędu Miasta/Gminy w Ząbkach. Kandydat na rachmistrza spisowego, którego dane zostaną zarejestrowane w systemie SER, otrzyma login do aplikacji e-learning. Na wskazany w ofercie adres e-mail zostanie wysłane hasło umożliwiające dostęp do systemu e-learning.

Na podany w ofercie adres e-mail będą przekazywane informacje o terminie i formie szkolenia, którego ukończenie z wynikiem pozytywnym będzie warunkiem koniecznym do uzyskania możliwości kwalifikacji na rachmistrza spisowego.

Kandydat na rachmistrza zobligowany jest do wzięcia udziału w szkoleniu przeprowadzanym w trybie zdalnym. Szkolenia dla rachmistrzów spisowych obejmować będą część teoretyczną oraz część praktyczną. Egzamin kandydata na rachmistrza spisowego, przeprowadzany po szkoleniu, będzie przeprowadzony za pomocą aplikacji e-learning. Kandydat

podczas szkolenia i egzaminu posługuje się własnym urządzeniem z dostępem do Internetu (rekomendujemy laptop, komputer, tablet). Kandydat, który nie weźmie udziału w całości szkolenia, nie może przystąpić do egzaminu kończącego szkolenie.

Wpis na listę po zdaniu egzaminu

Kandydaci, którzy uzyskają pozytywny wynik z egzaminu (co najmniej 60 proc. poprawnych odpowiedzi), zostaną wpisani na listę osób zakwalifikowanych do pełnienia roli rachmistrza. O kolejności na liście decydować będzie najwyższa liczba punktów uzyskanych na egzaminie przez kandydatów z danej gminy (jako pierwsze kryterium) oraz najkrótszy czas, w jakim został napisany test w przypadku takiej samej liczby uzyskanych punktów (jako drugie kryterium). Na liście będą zamieszczone przy każdym z kandydatów wyniki obu tych kryteriów.

Kandydaci, którzy uzyskają najwyższe miejsce na liście, zostaną powołani na rachmistrzów spisowych (w liczbie adekwatnej do potrzeb), a następnie podpiszą umowę zlecenia z dyrektorem urzędu statystycznego – jako zastępcą wojewódzkiego komisarza spisowego. Pozostali kandydaci, których liczba przekracza zapotrzebowanie w danej gminie, stanowiąc będą zasób rezerwowy.

Kandydat ma prawo wglądu do swojego testu i uzyskanego wyniku - niezwłocznie po ogłoszeniu wyników egzaminu testowego oraz żądania sprawdzenia WBS poprawności tego wyniku.

Kandydat, po powołaniu na rachmistrza spisowego, zobowiązany jest do przesłania za pośrednictwem aplikacji e-learning danych niezbędnych do zawarcia umowy zlecenia oraz zdjęcia do identyfikatora, które powinno spełniać określone wymagania:

- jednolite tło, oświetlone, pozbawione cieni i elementów ozdobnych oraz innych osób,
- format pliku - JPG,
- rozmiar rzeczywisty zdjęcia – 23x30mm, co odpowiada:
 - przy rozdzielczości 300 dpi, rozmiarowi 272x354 pixeli,
 - przy rozdzielczości 600 dpi, rozmiarowi 543x709 pixeli.

Więcej informacji na temat spisu można uzyskać na stronie internetowej Urzędu Gminy oraz w Gminnym Biurze Spisowym w Ząbkach – nr tel. /22/ 510 97 21 e-mail: rachmistrz2021@zabki.pl

Nabór na rachmistrzów spisowych będzie przedłużony do 16 lutego

Trwa nabór na rachmistrza
do Narodowego Spisu Powszechnego
Ludności i Mieszkań 2021

Zgłoś się do urzędu gminy!

 Liczymy się
DLA POLSKI!



Redaktor Naczelny: Łukasz Majchrzyk tel. 887 284 300; e-mail redaktor@zabki.pl,

Wydawca: Miejskie Centrum Sportu w Ząbkach Sp. z o.o., ul. Słowackiego 21, 05-091 Ząbki

Druk: Drukarnia Benedysiuk biuro@drukarnia-benedysiuk.pl Adres: Leopolda Lisa Kuli 1, 05-091 Ząbki,

Redakcja nie odpowiada za treść ogłoszeń i reklam, nakład 6000 egz.

NADESZŁY MROZY: POLICJANCI PRZYPOMINAJĄ JAK REAGOWAĆ NA ZAGROŻENIE ZWIĄZANE Z WYCHŁODZENIEM ORGANIZMU?

W ostatnich dniach w całej Polsce doświadczamy niskich temperatur. Taka sytuacja może szczególnie zagrażać życiu i zdrowiu bezdomnych, osób starszych i nietrzeźwych, które przebywają na zewnątrz. Każdej zimy wiele osób umiera z wychłodzenia organizmu. Tymczasem wiele z nich można uratować, udzielając choćby podstawowej, pierwszej pomocy. Policjanci apelują: nie bądźmy obojętni, gdy widzimy osobę, której może grozić wychłodzenie.

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

Okres zimowy to czas, gdy policjanci podczas patroli zwracają większą uwagę na miejsca, gdzie mogą szukać schronienia i nocować bezdomni. Są to zazwyczaj pustostany, ogródki działkowe, altanki. Aby się rozgrzać bardzo często bezdomni w takich miejscach rozpalają ogniska, co bywa bardzo niebezpieczne. Policjanci każdego roku monitorują sytuację tych osób. Sami oferują pomoc każdemu, kto jej potrzebuje - odnajdując takie osoby zawsze proponują przewiezienie ich do ośrodków, w których jest ciepło, gdzie mogą zjeść posiłek i przespacerować się w normalnych warunkach.

Alkohol jest bardzo niebezpieczny

Jednym z najczęstszych, a zarazem najbardziej mylnych mitów jest ten, że na rozgrzewkę najlepszy jest alkohol. Policjanci podkreślają, że to nieprawda. Faktycznie przez chwilę osoba pijąca czuje ciepło, jednak za chwilę jej organizm jest jeszcze bardziej narażony na wyziębienie. Dużym niebezpieczeństwem jest wychodzenie na dwór pod wpływem alkoholu. Wystarczy chwila nieuwagi, nierówna nawierzchnia i można się przewrócić, a potem nie mieć siły by się podnieść. Wtedy o tragedię nie trudno. Dlatego też nie należy przechodzić obojętnie obok osób będących po spożyciu alkoholu, podczas gdy na dworze panują niskie temperatury. Pamiętajmy, że tacy ludzie wymagają od nas szczególnej pomocy - człowiek nietrzeźwy zdecydowanie szybciej traci ciepło.

Na czym polega hipotermia?

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

- lekki (temperatura ciała spada do 32-35 C), charakteryzujący się uczuciem marnięcia, skóra jest blada i zimna. Występują dreszcze i drżenie mięśni. Słabną ramiona i nogi, dołączają się zawroty głowy, niepokój i dezorientacja;
- średni (temperatura ciała spada do 30-32 C) i następuje stadium wyczerpania, w którym objawy hipotermii lekkiej nasilają się. Dodatkowo pojawia się brak wrażliwości na bodźce

i sztywnienie mięśni. Przechłodzony organizm dostaje skurczów mięśni, zachowuje się apatycznie i cierpi na zaburzenia świadomości, które powodują zubożenie na własny los (poszkodowany nie jest w stanie sobie pomóc);

- ciężki (temperatura ciała spada poniżej 30 C) - człowiek jest w stanie bezwładności. Poszkodowany nie odczuwa bólu, zachowaniem przypomina osobę po spożyciu alkoholu. Jego mowa jest bełkotliwa i występuje niezborność ruchowa. Puls jest słabo wyczuwalny, a oddech wolny i płytki. Zanika reakcja źrenic na światło, co jest spowodowane niedotlenieniem mózgu. Poszkodowany ostatecznie traci przytomność. Obniżenie temperatury ciała do 25 C może prowadzić do śmierci.

Jak postępować w przypadku hipotermii?

Każdy, kto udziela pomocy osobie będącej w hipotermii powinien pamiętać o następujących zasadach:

1. sprawdzić, czy jest bezpiecznie;
2. założyć rękawiczki;
3. ocenić stan ogólny poszkodowanego (sprawdzić przytomność i oddech);
4. wezwać pogotowie;
5. zabezpieczyć poszkodowanego przed dalszym wychłodzeniem:

- gdy jest to możliwe przenieś lub zaprowadź poszkodowanego do ciepłego pomieszczenia, w innym przypadku staraj się znaleźć miejsce osłonięte od śniegu, wiatru i deszczu,
- jeżeli ubranie poszkodowanego jest mokre należy jak najszybciej je zdjąć bez zbędnego poruszania poszkodowanego (np. rozcinając je),
- w przypadku podejrzenia odmrożenia okolic dystalnych ciała tj. uszy, nos, ręce i stopy należy rozluźnić uciskające części garderoby, które ograniczają ukrwienie,
- poszkodowanego okryj kocem lub folią izotermiczną złotą stroną do góry,
- dodatkowo wskazane jest okrycie szyi i głowy co zmniejszy utratę ciepła;

6. gdy poszkodowany jest przytomny możemy podać mu do picia gorące napoje (wskazane są napoje z dużą zawartością cukru np. z sokiem malinowym). W żadnym przypadku nie wolno podawać alkoholu, który powoduje rozszerzenie naczyń krwionośnych, a tym samym potęguje oziębienie organizmu;

7. w przypadku stwierdzenia uszkodzeń skóry należy zabezpieczyć je suchym opatrunkiem;

8. w przypadku, gdy osoba poszkodowana jest nieprzytomna, a ma czynności życiowe, należy ułożyć ją w pozycji bezpiecznej, która zapewni swobodne oddychanie;

9. stale kontrolować oddech poszkodowanego.

10. Kiedy dojdzie do zatrzymania oddechu i krążenia przystąpić do resuscytacji krążeniowo - oddechowej.

Czego nie wolno robić

W żadnym przypadku NIE WOLNO:

1. pocierać stóp i rąk poszkodowanego, ponieważ możemy spowodować dodatkowe uszkodzenia skóry (nie wolno również nacierać śniegiem!);
2. zostawić poszkodowanego samego;
3. gwałtownie poruszać poszkodowanym, ponieważ może to doprowadzić do szybkiego przemieszczenia się schłodzonej krwi w kierunku serca.

HISTORIA LOKALNA - POWÓD DO DUMY



Miroslawa Sobieckiego znają mieszkańcy Ząbek z różnych działań społecznych i pasji. Najbardziej jednak jest kojarzony z fascynacją związaną z historią naszego Miasta, które ujawnia na stronie i facebooku, a obecnie w publikacjach prasowych i książkowych.

Przeglądając Pana profil na portalu społecznościowym, czy obserwując działania publiczne, które pan podejmuje, pojawia się pytanie o ilość pana zainteresowań i czy działania historyka są na pierwszym miejscu?

Miroslaw Sobiecki: Nie jestem historykiem, ponieważ nie mam takiego wykształcenia. Ludzi takich jak ja, którzy poświęcają swój prywatny czas i umiejętności na zgłębianie lokalnej historii, nazywa się powszechnie regionalistami – ja lubię także jak mówi się o mnie po prostu „pasjonat historii”. Co do ilości pasji to w dorosłym życiu ukształtowały się u mnie kolejno trzy główne: komiks, historia Ząbek i działalność proobronna. Z natury mam wewnętrzną potrzebę działania, dlatego w ramach pasji najwyczejniej muszę coś tworzyć. Nie wystarczyło mi kolekcjonowanie komiksów i zdobywanie informacji o nich. Skończyło się m.in. na organizowaniu wystaw, spotkań z rysownikami i uczeniu się pisania scenariuszy. Kiedy zainteresowałem się historią Ząbek, połączyłem te dwa obszary. Dzięki temu powstały trzy minikomisy historyczne o Ząbkach (plus dwa o Zielonce), a w 2013 roku Ząbki zostały nazwane powiatową stolicą komiksu, za sprawą konkursu, wystawy i osobistej wizyty Pana Henryka Jerzego Chmielewskiego w MOK-u podczas wernisażu. W 2015 roku fascynacja historią doprowadziła do reaktywacji przedwojennego oddziału Związku Strzeleckiego. Przyznam, że praca z dziećmi i młodzieżą pochłonęła mnie bez granic, dlatego komiks odszedł na trzeci plan, ale zgłębianie historii Ząbek pozostało i obydwie te pasje są dla mnie równie ważne.

Z tego co dało się zauważyć, śmierć Papcia Chmiela bardzo Pana dotknęła.

Pan Henryk nazywał mnie swoim „nadwornym informatykiem”.

Przez kilka lat współpracowaliśmy całkiem owocnie i trudno mi się pogodzić z tym, że nie mogę już do Niego zadzwonić, napisać maila czy Go odwiedzić. Jednak ta sytuacja spowodowała, że się wkurzyłem sam na siebie za to, że komiks odstawiłem na boczny tor. Mam nadzieję, że jeszcze przed wakacjami uda mi się zaprezentować efekt tego wkurzenia, bo odpowiednie działania już podjąłem.



Papcio Chmiel

Ma pan potrzebę działania. Jak w takim razie przejawia się to w pasji poznawania historii naszego miasta?

Początkowo były to żywe lekcje historii w ząbkowskich szkołach i przedszkolach oraz np. na zajęciach Uniwersytetu Trzeciego Wieku. Najłatwiej jest przekazywać zdobytą wiedzę na żywo, uzupełniając słowa i zdjęcia okraszone własną pasją i zaangażowaniem. Wtedy odbiorcy widzą, jak ta przeszłość jest ciągle żywa.

Lekcje w szkołach. Czy młodzież i dzieci interesują się historią Ząbek? Jeśli tak, to jak się to przejawia? Jeśli nie, to co z tym zrobić?

Dzieci same z siebie nie mogą interesować się przeszłością „podwarszawskiej mieściny” będącej dla większości ich rodziców tylko „sypialnią”, ponieważ potrzebują impulsu. Właśnie dlatego trudno jest dotrzeć do osób dorosłych, ponieważ oni mają swoje codzienne obowiązki, a w miejscu zamieszkania najważniejsze dla nich są bliskość do pracy i łatwy dostęp do bogatej infrastruktury. Z dziećmi jest inaczej. Dzieci mają w sobie zarówno ciekawość świata jak i wewnętrzną potrzebę wyróżniania się w tłumie. Jeśli pojawi się wśród nich impuls, czyli człowiek z pasją tzn. wiarygodny w swoim zaangażowaniu, który nie nudząc podzieli się zaskakującymi informacjami dotyczącymi ich miasta, a jednocześnie poda konkretne argumenty przemawiające za tym, że można być dumnym z miejsca w którym się mieszka, to jest to gotowy przepis na sukces. Dlatego potrzeba ludzi, którzy będą chcieli poświęcić swój czas i siły, żeby zarażać młodych ząbkowian przeszłością tego miejsca, zarażać ich dumą z pochodzenia. Z własnych doświadczeń gwarantuję również, że Ci młodzi ludzie nie zatrzymają się tylko na przeszłości. Gwarantuję, że większość z nich będzie chciała działać dla dobra miejsca z którego są dumni. Jak się to przejawia? Nazwę to: otwartością na wezwanie. Przykładem niech będzie chociażby książeczka o roku 1920. Czas pandemii bardzo utrudnił przeprowadzenie konkursu w takiej formie jak przy „Legendzie o Janie Zambku”, jednak wystarczył jeden

telefon od koordynatora konkursu – Pani Renaty Boryki Kwapisz – a do pracy wzięli się także absolwenci szkoły, pomimo że nie wiązało się to np. z lepszymi ocenami, i wykonali wspaniałe ilustracje. Co można zrobić, żeby pozostałym się chciało? Dokładnie to co powiedziałem, czyli dać im przewodników otwartych na współdziałanie.



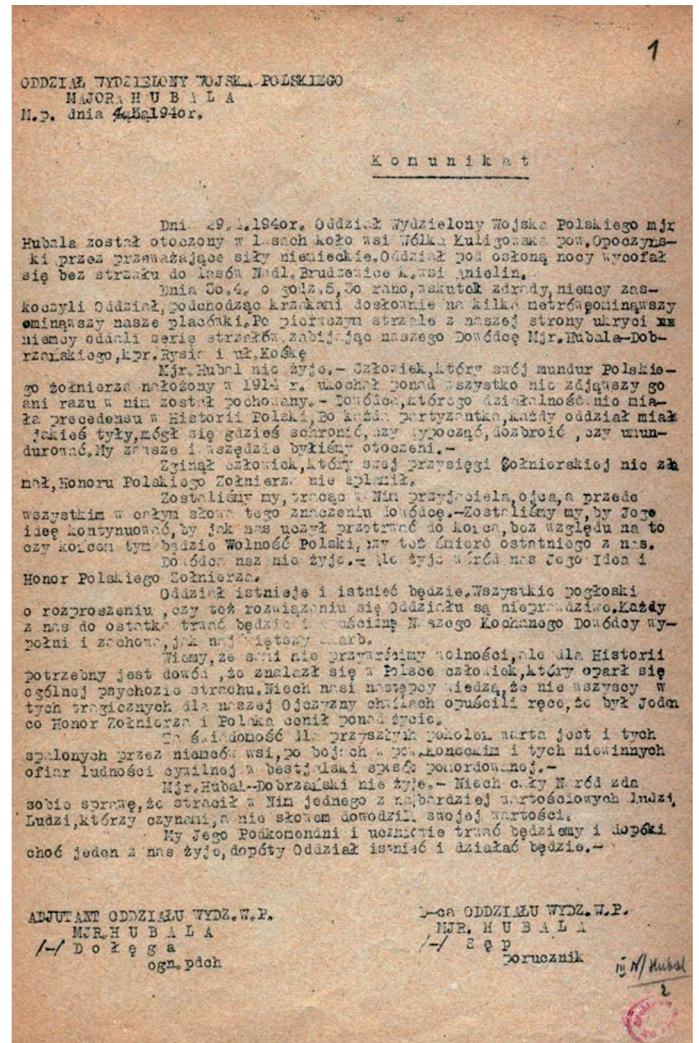
Czy są jeszcze białe plamy w historii Ząbek? Które okresy warto głębiej zbadać?

Proszę mi wierzyć, że całe mnóstwo. Ząbki istnieją już blisko 500 lat, to jest połowa okresu istnienia Państwa Polskiego. Tu może nie chodzi nawet o to, które warto zgłębiać, tylko o to, które mają szansę na poznanie. Przykładowo nie wiemy w dokładnie w którym roku i jakim dokumentem nazwa Wola Zambkowa została zmieniona na Ząbki – na podstawie lustracji dóbr królewskich wiem, że było to pod koniec XVIII wieku, ale nie ma konkretnej daty. Nie wiemy skąd ani kiedy w najstarszym kościele w Ząbkach, wziął się obraz Matki Bożej Berdyczowskiej. Prawie nic nie wiemy o uczestnictwie w tzw. Powstaniu Listopadowym urodzonego w Ząbkach Fryderyka Michała Szuberta, światowej sławy botanika – wiemy, że był artylerzystą i tyle. Nie znamy konkretnej daty powstania klubu Ząbkovia Ząbki – rok 1927 dotyczy najstarszej wzmianki o naszym klubie, a nie daty założenia. Nie wiem skąd wzięła się nazwa Willi Alina, czyli obecnego budynku MOK-u przy Słowackiego. Wszyscy mówią o niej Willa Alina jako willa generała Sikorskiego, ale nigdzie nie ma na to żadnego dowodu. Przyznam, że dużo mi się udało ustalić w zakresie historii tego budynku i obalić mit, że mieszkała w nim kochanka generała ponoć o imieniu Alina. Nic takiego nigdy nie miało miejsca, więc obstawiam, że nazwa willi jest zmyślona, tylko nie wiem kiedy, przez kogo i dlaczego. Takich plam jest dużo więcej.

Jakie są źródła wiedzy o Ząbkach? Są w zasięgu ręki, każdy może zacząć ich szukać? Nie trzeba być historykiem?

Żyjemy w rewelacyjnych nawet nie czasach, a konkretnie latach – archiwa, uniwersytety oraz biblioteki skanują swoje

zbiory i udostępniają publicznie, a te są na wyciągnięcie ręki dla każdego. Czego trzeba? Czasu, cierpliwości i sprecyzowania czego się szuka – sprecyzowania klucza, według którego będziemy szukać. Potrzeba również innych pasjonatów, do których akurat ja mam dużo szczęścia. Ludzie Ci szukając swoich tematów, znajdują przy okazji materiały dotyczące Ząbek i mi je podsyłają. Ja również tak robię – jak coś znajdę, podsyłam im. To jest moim zdaniem bezpieczne źródło – wymiana informacji pomiędzy pasjonatami.



THE VOICE OF POWIAT: TALENTY POSZUKIWANE

Ruszyły zgłoszenia do II edycji konkursu "The Voice of Powiat". Jeśli ktoś ma od 7 do 18 lat, jego pasją jest muzyka i śpiew, marzy o występach na scenie i rozwijaniu swoich umiejętności, to może podzielić się swoim talentem i wygrać statuetkę „The Voice of Powiat” oraz atrakcyjne nagrody.

Starosta wołomiński Adam Lubiak oraz dyrektor Fabryczki Katarzyna Rutkowska ogłaszają II edycję konkursu „The Voice of Powiat” dla wszystkich mieszkańców powiatu wołomińskiego. Rywalizacja jest podzielona na etapy:

Etap I

- 06-28.02 - nabór zgłoszeń,
- 01-07.03 - preselekcja online,
- 08.03 - ogłoszenie listy uczestników II etapu przesłuchań na żywo,
- 08-12.03 - głosowanie internautów na stronie Fabryczki;

Etap II

- 13.03 - przesłuchania i finał na żywo na scenie Fabryczki.

O nagrody i statuetki The Voice uczestnicy będą walczyć w trzech kategoriach wiekowych:

- od 7 do 10 lat,
- od 11 do 14 lat,
- od 15 do 18 lat.

Ich występy będzie oceniać jury w składzie:

- Monika Urlik – piosenkarka, kompozytorka, półfinalistka The Voice of Poland
- Michalina Borko – instruktor wokalny, wokalistka i chórzystka w zespole Gospel Lauders
- Marcin Lizak – muzyk z zespołu Plateau

Jury oceniać będzie poziom i jakość wykonania, interpretację, intonację, walory wokalne, ogólny wyraz artystyczny i aktorski. Dlatego prosimy o przygotowanie się i odpowiedni dobór repertuaru do wieku i możliwości wokalnych.

Jak się zgłosić?

Uczestnicy konkursu muszą zaśpiewać na żywo wybraną przez siebie piosenkę a cappella, przy akompaniamencie lub wykorzystując do tego podkład muzyczny. Każdy uczestnik ma zaśpiewać solo jedną zwrotkę i jeden refren wybranej przez siebie piosenki. Występ powinien być zarejestrowany w formie filmu i przesłany, razem z kartą zgłoszeniową i wymaganymi zgodami mailem na adres: zgloszenia@powiatwolominski.pl.

Ponieważ w konkursie będą brać udział dzieci, w zarejestrowaniu występu i następnie przesłaniu go mogą pomóc opiekunowie prawni. Nagranie może być zrealizowane telefonem komórkowym lub innym, dowolnym urządzeniem, w minimalnej rozdzielczości 1920x1080, w formacie plików: mp4 (preferowany), avi, wmv.

Organizator potwierdzi fakt otrzymania zgłoszenia. Brak odpowiedzi od organizatora będzie oznaczał, że wiadomość

do niego nie dotarła. Więcej szczegółów na temat konkursu i regulamin są dostępne na stronie www.fabryczka.com.pl.

I edycja „The Voice of Powiat” zakończyła się sukcesem. Dzięki temu uczestnicy poznali pracę przed kamerą, w profesjonalnym studiu nagrań oraz uczestniczyli w warsztatach wokalnych z trenerem. Wzięli udział w wydarzeniu artystycznym z okazji 100. Rocznicy Bitwy Warszawskiej 1920 roku w Ossowie a także nagrali dwie pastorałki oraz teledysk do jednej z nich. Była też nagroda specjalna Starosty Wołomińskiego. Młodzi artyści nagrali piosenkę pt. „Bo świat to my” z półfinalistką konkursu The Voice of Poland Izabelą Szafrąnską.

Starosta wołomiński Adam Lubiak oraz dyrektor Fabryczki Katarzyna Rutkowska zapraszają pasjonatów śpiewu, którzy chcą zaprezentować swój talent

POWIATOWE CENTRUM KULTURY Fabryczka

Lubisz śpiewać?
Wygraj atrakcyjne nagrody i statuetkę The Voice!

Masz od 7 do 18 lat i jesteś mieszkańcem powiatu wołomińskiego?
Zgłoś swój udział od 6 do 28 lutego 2021 r. zgloszenia@powiat-wolominski.pl

Więcej informacji: [tel. 22 787 41 11](tel:227874111), [501 981 344](tel:501981344), fabryczka@powiat-wolominski.pl

Szczegóły konkursu oraz regulamin na stronie internetowej www.fabryczka.com.pl

INTERCOM MEDIALNA, TV ZIELONKA, GAZETA REGIONALNA, WIEŚCI, ŻYCIE, KURIER, tvy24

Nowy przystanek w Ząbkach

Od 1 lutego zmieniła się trasa autobusów linii 199. Zatrzymują się przy nowym przystanku.

W Ząbkach została otwarta nowa ulica, równoległa do al. marsz. J. Piłsudskiego. Samorządowcy zwrócili się do Zarządu Transportu Miejskiego z prośbą, aby pojechały nią autobusy. I tak od 1 lutego zmieni się trasa linii 199.

Autobusy jadące ulicą Szwoleżerów w kierunku pętli Rembertów-Strzelnica nie skręcają w prawo w al. marsz. J. Piłsudskiego, tylko we wcześniejszą ulicę. Został tu wybudowany przystanek Andersena 01, który przybliżył komunikację miejską mieszkańcom pobliskich nowych osiedli. Następnie autobusy linii 199 skręcają w lewo w ulicę Powstańców i wracają na swoją dotychczasową trasę.

W Zielonce „eLka” się podzieliła

Zmiany w komunikacji miejskiej objęły też sąsiednie gminy, co może być istotne dla mieszkańców Ząbek. Od soboty 6 lutego autobusy nowej linii L46 będą jeździły w Zielonce i Markach. Częścią swojej trasy „podzieliła się” z nią linia L43.

Linia L43 ma teraz kilka różnych wariantów tras – autobusy jeżdżą ulicą L. Lisa-Kuli bądź Marecką i Fabryczną. Od soboty 6 lutego ten układ komunikacyjny będzie prostszy. Na wniosek Urzędu Miasta Zielonka dzisiejsza linia L43 zostanie rozdzielona na dwie linie: L43 i L46. Autobusy pierwszej z nich pojedą ulicami Marecką i Fabryczną, a drugiej przez L. Lisa-Kuli trasą: Powstańców – Mazurska – Pustelnicka – Marki: Pustelnicka – L. Lisa-Kuli.

KONKURS PLASTYCZNY – WYGRAJ PRACOWNIĘ KOMPUTEROWĄ DLA SWOJEJ SZKOŁY

Przed uczniami i nauczycielami otwiera się niezwykła szansa. Ruszył Konkurs plastyczno-cyfrowy, w którym można wygrać pracownię komputerową.

W Konkursie mogą wziąć udział uczniowie szkół podstawowych i szkół ponadpodstawowych, zwani dalej „Uczestnikami”, którzy na potrzeby Konkursu tworzą drużyny, składające się z maksymalnie dziewięciu uczniów i Koordynatora Projektu, odpowiadającego za udział drużyny w Konkursie.

Celem rywalizacji jest upowszechnianie wiedzy wśród uczniów, pracowników dydaktycznych, rodziców – na temat Funduszy Norweskich i EOG, ich wkładu w rozwój ekonomiczny i społeczny Polski, państw-darczyńców tych Funduszy oraz podnoszenie kompetencji cyfrowych uczniów. Gdzie szukać oryginalnych pomysłów? Żeby poszukać inspiracji dla swoich prac, sprawdźcie, co to są Fundusze Norweskie i EOG, co łączy Norwegię, Islandię i Lichtenstein, jakie wartości i działania wspierają Fundusze Norweskie i EOG.

Szczegółowe informacje dotyczące Funduszy Norweskich i EOG znajdują się na stronie www.eog.gov.pl. Koordynatorem Projektu musi być nauczyciel zatrudniony w szkole zgłaszającej się do Konkursu.

Rywalizacja będzie miała tylko jeden etap, na końcu którego zostanie wyłonionych 100 Laureatów. Każda drużyna opracowuje pracę plastyczną, stworzoną dowolną techniką cyfrową (strona www, aplikacja, wideo, grafika etc.), ilustrującą Fundusze Norweskie EOG oraz ich wkład w rozwój ekonomiczny i społeczny Polski i/lub państw-darczyńców tych Funduszy. Następnie Koordynator projektu zgłasza pracę Organizatorowi.

Praca ma być przedstawiona w formie plików o określonym formacie oraz limicie:

- a) pliki mp4, animowany gif do 200 MB,
- b) jpg, png do 20 MB.

Do Konkursu szkoła zgłasza wybrane przez siebie prace, stworzone przez drużyny. Każda placówka może zgłosić dowolną liczbę prac, natomiast każda drużyna może zgłosić wyłącznie jeden projekt. Podobne ograniczenia dotyczą członkostwa w drużynach: Koordynator Projektu i uczeń mogą być członkiem tylko jednego zespołu.

Do Konkursu można zgłaszać wyłącznie prace, które w całości powstały na potrzeby Konkursu oraz nie były zgłoszone w innych konkursach, ani wykorzystywane do innych celów. Termin zgłaszania prac upływa 31 marca 2021 roku.



ZĄBKI ZAGRAŁY Z GŁOWĄ I SERCEM DLA WIELKIEJ ORKIESTRY ŚWIĄTECZNEJ POMOCY

29. finał WOŚP był spokojniejszy niż w latach poprzednich, ale i tak w środku zimy zrobiło się gorąco.

Wolontariusze w Ząbkach kwestowali przez dwa dni. W sobotę byli na terenie Bazaru Ząbki oraz marketu OBI. Mieszkańcy naszego miasta mieli też okazję wrzucać pieniądze do rozstawionych w Ząbkach puszek stacjonarnych. Tylko z tych zbiorek udało się zebrać ponad 42 tysiące złotych.

Dodatkowo było ponad 100 aukcji na portalu Allegro, które trwały do 10 lutego. Do wylicytowania były m.in. egzemplarz Konstytucji Rzeczypospolitej Polskiej z autografem Prezydenta Aleksandra Kwaśniewskiego, vouchery na weekend z Toyotą, kartki, koszulki, płyty, czy monety pamiątkowe.

OGŁOSZENIE

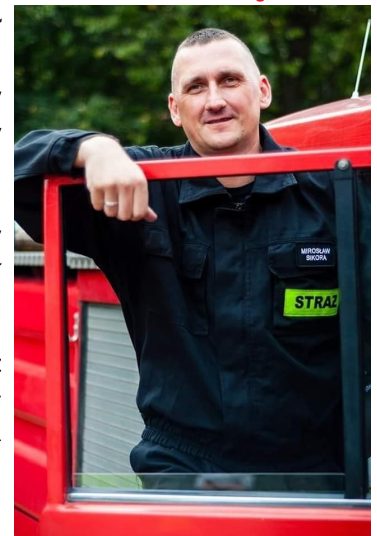
Szanowni Państwo,

W związku z planowanym w najbliższym czasie przystąpieniem do opracowania dokumentacji systemu monitoringu na terenie Miasta Ząbki, prosimy o wskazywanie lokalizacji miejsc najbardziej niebezpiecznych na terenie miasta. Propozycje lokalizacji wraz z krótkim uzasadnieniem prosimy przysyłać na adres e-mail: monitoring@zabki.pl w terminie 2 tygodni od dnia publikacji powyższej wiadomości. Uzyskane w ten sposób informacje pozwolą odpowiednio zaprojektować system monitoringu.

ODZNACZENIE DLA DRUHA Z OSP ZĄBKI

Mirosław Sikora dostał od Ministra Zdrowia odznakę „Honorowy Dawca Krwi - Zasłużony dla Zdrowia Narodu”.

Strażak z Ochotniczej Straży Pożarnej w Ząbkach oddał już 21 litrów krwi. Takiej postawy gratulowali mu koledzy-strażacy. My też przyłączamy się do gratulacji i podziękowań za taką postawę.



PUP WOŁOMIN: NIEDŁUGO RUSZY NABÓR WNIOSKÓW NA DOFINANSOWANIE KSZTAŁCENIA USTAWICZNEGO

Jest to kolejna forma wsparcia m.in. dla pracowników, których dotknął kryzys wywołany epidemią COVID-19.

Przedsiębiorcy, zainteresowani złożeniem wniosku powinni pamiętać, że pieniądze z Krajowego Funduszu Szkoleniowego mogą być rozdysponowane na wskazane ogólnie cele. W 2021 roku środki KFS mogą być przeznaczone zgodnie z priorytetami na:

- wsparcie kształcenia ustawicznego osób zatrudnionych w firmach, które na skutek obostrzeń zapobiegających rozprzestrzenianiu się choroby COVID-19, musiały ograniczyć swoją działalność;
- wsparcie kształcenia ustawicznego pracowników służb medycznych, pracowników służb socjalnych, psychologów, terapeutów, pracowników domów pomocy społecznej, zakładów opiekuńczo-leczniczych, prywatnych domów opieki oraz innych placówek dla seniorów/osób chorych/niepełnosprawnych, które bezpośrednio pracują z osobami chorymi na COVID-19 lub osobami z grupy ryzyka ciężkiego przebiegu tej choroby;
- wsparcie kształcenia ustawicznego w zidentyfikowanych w danym powiecie lub województwie zawodach deficytowych;
- wsparcie kształcenia ustawicznego osób po 45 roku życia;
- wsparcie kształcenia ustawicznego osób powracających na rynek pracy po przerwie związanej ze sprawowaniem opieki nad dzieckiem;
- wsparcie kształcenia ustawicznego w związku z zastosowaniem w firmach nowych technologii i narzędzi pracy, w tym także technologii i narzędzi cyfrowych;
- wsparcie kształcenia ustawicznego osób, które nie posiadają świadectwa ukończenia szkoły lub świadectwa dojrzałości;
- wsparcie realizacji szkoleń dla instruktorów praktycznej nauki zawodu bądź osób mających zamiar podjęcia się tego zajęcia, opiekunów praktyk zawodowych i opiekunów

Bezpłatna komunikacja z naszym mieście

W Ząbkach od 2011 roku funkcjonuje bezpłatna komunikacja miejska. Jesteśmy jednym z pierwszych i nielicznych miast w Polsce, gdzie wprowadzono bezpłatną komunikację miejską, finansowaną z budżetu miasta.

Początkowo nasze miasto posiadało dwie linie autobusowe Z1 i Z2. Jednak ze względu na rosnące zainteresowanie naszych mieszkańców tą formą przejazdu od czerwca 2012 roku wprowadzono linię Z3. Bezpłatne przejazdy ząbkowskimi autobusami, są możliwe pod warunkiem posiadania karty „Jestem z Ząbek”, którą można otrzymać w ząbkowskim urzędzie.

Zamysłem wprowadzenia bezpłatnej komunikacji było odkorkowanie Ząbek, dzięki ograniczeniu ruchu samochodowego, szczególnie w godzinach szczytu.

Ponieważ jesteśmy miejscowością tranzytową, nie mamy wpływu na ruch pojazdów przejeżdżających przez miasto z powiatu wołomińskiego do centrum Warszawy. Staramy się jednak tak układać trasy linii ząbkowskich, by korki związane z ruchem warszawskim jak najmniej wpływały na ich kursowanie.

Ząbkowska komunikacja autobusowa ma także inne ważne zadania, takie jak dowóz dzieci do szkół. Musimy brać pod uwagę to, że nadal jesteśmy gminą o jednym z największych w Polsce przyrostów naturalnych. Mielibyśmy bardzo poważny problem, gdyby rodzice wszystkich dzieci, uczących się w naszych szkołach, przywozili je samochodami. Zaletą bezpłatnej komunikacji jest także zwiększona mobilność osób starszych, które zaliczają się do głównych użytkowników komunikacji poza godzinami szczytu.

Dzięki ząbkowskim liniom dowozowym, prawie cały obszar Ząbek ma zapewnioną obsługę komunikacyjną. Dojście do najbliższego przystanku komunikacji publicznej zajmuje do 10 minut. Z większości miejsc w naszym mieście można dojść do najbliższego przystanku autobusowego w 5 minut.

Dzięki integracji kolei, linii ZTM oraz naszych „ząbkobusów” większość mieszkańców jest w stanie dotrzeć do najbardziej popularnych celów podróży (np. do II linii metra lub do śródmieścia Warszawy) z jedną przesiadką.

Głównym zadaniem naszych autobusów miejskich jest dowóz mieszkańców do przystanków kolejowych PKP Ząbki (wszystkie 3 linie) oraz do przystanku PKP Rembertów – linia Ząbki-2, uzupełnienie i odciążenie linii ZTM, dowóz do przystanku przesiadkowego na ul. Radzymińskiej oraz poprawa dostępności komunikacji publicznej w poszczególnych obszarach miasta.

Ząbkowskie linie autobusowe pomagają dotrzeć mieszkańcom z i do osiedli mieszkaniowych oraz miejsc użyteczności publicznej, takich jak szkoły, urząd miasta, basen,

targowisko miejskie, liczne punkty handlowe w tym centrum handlowe Marki, gdzie zlokalizowana jest pętla dla wszystkich linii.

Linie Ząbki-1 i Ząbki-3 są obsługiwane autobusami 8 metrowymi i kursują przez cały tydzień. Przebieg ich trasy w północnej części Ząbek pokrywa się, a w południowej części miasta trasy się rozdzielają i mają charakter jednokierunkowych pętli.

W dzień roboczy na każdej z linii realizowane jest po 27 kursów, a w dzień świąteczny po 14 kursów.

Linia „Ząbki-2” kursująca tylko w dni robocze obsługiwana autobusami 12 metrowymi zapewnia skomunikowanie południowej części Ząbek ze stacjami PKP Rembertów oraz PKP Ząbki i odciąża linię 199 ZTM, a także zapewnia przesiadkę na autobusy kursujące ul. Radzymińską.

Rozkład linii Ząbki-2 jest zsynchronizowany z pociągami w Rembertowie i z tego powodu nie kursują one w stałych odstępach czasowych. Dziennie realizowanych jest 45 kursów. W godzinach szczytu kursy odbywają się co 10-20 minut, poza szczytem co 30-40 minut.

Niestety wadą takiego rozwiązania, jakże wygodnego dla naszych mieszkańców, są stale rosnące koszty dla miasta, związane z wciąż zwiększającym się zapotrzebowaniem na usługę transportową oraz wzrostami cen, a także z podnoszeniem standardu taboru obsługującego linię. Większość autobusów 8 metrowych jest nowych (rok produkcji 2019), wszystkie są wyposażone w klimatyzację.

W 2020 roku ząbkowskie bezpłatne autobusy pokonały trasy o długości 521 tys. kilometrów. W godzinach szczytu do obsługi wszystkich linii dowozowych wykorzystywanych jest 10 autobusów.

Popyt na darmową komunikację wciąż rośnie i „ząbkobusy” są dopełnione. Wyjątkiem jest czasowa sytuacja, która dotyczy okresu pandemii, kiedy to wprowadzono limity przewozu pasażerów, dzieci nie jeżdżą do szkoły a seniorzy praktycznie nie wychodzą z domu.

W niedługim czasie, miasto planuje skierować część kursów linii Z2 do stacji metra Trocka, a także wprowadzić wzmożoną kontrolę uprawnień pasażerów do przejazdów i ulg ząbkowskimi autobusami.

oprac. Iwona Potęga



DOTACJA BRANŻOWA DLA MIKRO I MAŁYCH PRZEDSIĘBIORCÓW – NABÓR WNIOSKÓW TRWA DO 31.03.2021 R.

Powiatowy Urząd Pracy w Wołominie od 1 lutego 2021 r. prowadzi nabór wniosków o udzielenie jednocześnie dotacji na pokrycie bieżących kosztów prowadzenia działalności gospodarczej ze środków Funduszu Pracy.

Dotację może otrzymać mikroprzedsiębiorca i mały przedsiębiorca, który spełnia trzy kryteria:

- na dzień 30 listopada 2020 r. prowadził – jako rodzaj przeważającej działalności - działalność gospodarczą oznaczoną wyszczególnionymi kodami PKD 2007; w tej grupie są m.in.: detaliczni sprzedawcy odzieży, obuwni, żywności, napojów, wyrobów tytoniowych, wyrobów tekstylnych oraz innych wyrobów, którzy swoją działalność prowadzili w sklepach oraz na straganach i targowiskach), wskazane firmy transportowe, hotele i obiekty zakwaterowania, restauracje i inne placówki gastronomiczne, firmy świadczące usługi turystyczne,
- nie zawiesił wykonywania działalności gospodarczej na okres obejmujący 30 listopada 2020 r.,
- uzyskał przychód - z działalności określonej ww. PKD - w miesiącu poprzedzającym miesiąc złożenia wniosku o dotację niższy co najmniej o 40% w stosunku do przychodu uzyskanego w miesiącu poprzednim lub w analogicznym miesiącu roku poprzedniego.

Wnioski o dotację w wysokości do 5 000 złotych można składać do 31 marca 2021 r. wyłącznie w formie elektronicznej przez platformę praca.gov.pl do Powiatowego Urzędu Pracy właściwego ze względu na siedzibę wnioskodawcy (wnioski papierowe nie będą rozpatrywane).

Dotacja nie będzie podlegała zwrotowi pod warunkiem, że mikroprzedsiębiorca lub mały przedsiębiorca będzie prowadził działalność gospodarczą przez okres 3 miesięcy od dnia udzielenia dotacji. Warto pamiętać, że Starosta może przeprowadzić kontrolę wobec mikroprzedsiębiorcy albo małego przedsiębiorcy, któremu udzielono dotacji, w okresie 3 lat liczonych od dnia udzielenia dotacji.

Dodatkowe informacje można uzyskać telefonicznie lub mailowo:

- tel. 503 755 871 e-mail: b.roguska@pup.wolomin.pl,
 - tel. 503 756 308 e-mail: e.pawlak@pup.wolomin.pl,
 - tel. 662 180 789 e-mail: k.laskowska@pup.wolomin.pl,
 - tel. 503 756 231 e-mail: k.kurzydlo@wolomin.praca.gov.pl,
- oraz na stronie internetowej <https://wolomin.praca.gov.pl>.



Tarcza
Antykryzysowa

NOWE TERMINY SKŁADANIA WNIOSKÓW O ŚWIADCZENIE WYCHOWAWCZE W 2021 R.

Złóż wniosek na nowy okres świadczeniowy z programu Rodzina 500+



Od 1 lutego online

empatia.mrrips.gov.pl Bankowość elektroniczna PUE ZUS





Od 1 kwietnia osobiście w urzędzie lub za pośrednictwem poczty





Więcej informacji: gov.pl/rodzina

* Pamiętaj o konieczności złożenia wniosku zarówno, gdy chcesz:
- kontynuować pobieranie świadczenia 500+ na dziecko,
- ubiegać się o świadczenie 500+ na dziecko, na które aktualnie nie otrzymujesz wsparcia z Programu.



Ośrodek Pomocy Społecznej w Żąbkach informuje o zasadach i terminach składania i rozpatrywania wniosków o świadczenie wychowawcze w 2021 roku.

Począwszy od 2021 r., prawo do świadczenia wychowawczego będzie ustalane, co do zasady na roczny okres świadczeniowy trwający od dnia 1 czerwca do dnia 31 maja następnego roku kalendarzowego.

Najbliższy okres świadczeniowy w ramach programu "Rodzina 500+" będzie trwał od 1 czerwca 2021 r. do 31 maja 2022 r.

W związku z rozpoczynającym się od 1 czerwca 2021 r. nowym okresem świadczeniowym 2021/2022 ruszy kolejny nabór wniosków o ustalenie prawa do świadczenia wychowawczego na nowy okres.

Aby uzyskać prawo do świadczenia wychowawczego od 1 czerwca 2021 r., wnioski można składać już od 1 lutego 2021 r. drogą elektroniczną, czyli przez Internet, za pośrednictwem portalu Ministerstwa Rodziny empatia.mrrips.gov.pl, przez bankowość elektroniczną lub przez portal PUE ZUS, a od 1 kwietnia 2021 r. także drogą tradycyjną (papierową), czyli osobiście w urzędzie lub za pośrednictwem poczty.

Jeśli osoba złoży wniosek o świadczenie wychowawcze na **dok. str.14**

nowy okres w terminie do 30 kwietnia 2021 r., ustalenie prawa do świadczenia wychowawczego oraz wypłata przyznanego świadczenia za miesiąc czerwiec nastąpi najpóźniej do 30 czerwca 2021 r. W przypadku wniosków złożonych w kolejnych miesiącach, ustalenie prawa oraz wypłata przyznanego świadczenia nastąpi w terminie 3 miesięcy od dnia złożenia wniosku.

Tak przedstawiają się poszczególne, terminy składania i rozpatrywania wniosków na nowy okres 2021/2022 oraz wypłat świadczenia wychowawczego w zależności od miesiąca złożenia wniosku:

- Złożenie wniosku w okresie luty – kwiecień 2021 r. oznacza, że ustalenie i wypłata przyznanego świadczenia za miesiąc czerwiec nastąpi najpóźniej do dnia 30 czerwca 2021 r.
- Złożenie wniosku w maju 2021 r. oznacza, że ustalenie i wypłata przyznanego świadczenia, z wyrównaniem od czerwca, nastąpi najpóźniej do dnia 31 lipca 2021 r.
- Złożenie wniosku w czerwcu 2021 r. oznacza, że ustalenie i wypłata przyznanego świadczenia, z wyrównaniem od czerwca, nastąpi najpóźniej do dnia 31 sierpnia 2021 r.
- Złożenie wniosku w lipcu 2021 r. oznacza, że ustalenie i wypłata przyznanego świadczenia, z wyrównaniem jedynie od lipca, nastąpi najpóźniej do dnia 30 września 2021 r.
- Złożenie wniosku w sierpniu 2021 r. oznacza, że ustalenie i wypłata przyznanego świadczenia, z wyrównaniem jedynie od sierpnia, nastąpi najpóźniej do dnia 31 października 2021 r.

Ważne!

- Aby zachować ciągłość wypłaty świadczenia wychowawczego i otrzymać świadczenie w miesiącu czerwcu 2021 r. wniosek należy złożyć w terminie do 30 kwietnia 2021 r.
- Złożenie wniosku do końca czerwca 2021 r. będzie gwarantowało, że świadczenie wychowawcze zostanie wypłacone z wyrównaniem od 1 czerwca 2021 r.
- Natomiast, jeśli osoba ubiegająca się o świadczenie złoży wniosek na nowy okres po 30 czerwca 2021 r. świadczenie wychowawcze będzie przysługiwało od miesiąca złożenia wniosku.

2050 KSIĄŻEK DLA RODAKA

Wolontariusze i sympatycy Stowarzyszenia Polska 2050 zapraszają do udziału w Akcji „2050 książek dla Rodaka”, organizowanej na terenie województwa mazowieckiego, we współpracy z Fundacją dla Rodaka z Olsztyna.

Celem akcji jest zbiórka książek dla polskich rodzin repatriantów pochodzących z Kazachstanu oraz terenu Syberii, które osiedliły się w Polsce.

Jeśli ktoś posiada książki, które już przeczytał i nie zamierza już do nich więcej wrócić, a chciałby się nimi podzielić - ta akcja jest właśnie dla niego. Takie wsparcie uszczęśliwi niejedną rodzinę w nowej ojczyźnie, a niepotrzebne książki otrzymają drugie życie.

Jak przebiega akcja?

- Organizatorzy przyjmują literaturę popularną, książki przygodowe, obyczajowe, kryminały, thrillery, romanse, fantasy itp. w stanie bardzo dobrym i dobrym,
- Termin akcji: 8 lutego – 8 marca 2021
- Organizatorzy proszą o kontakt przez prywatną wiadomość na Facebooku z: Arkadiuszem Grabowskim (profil KA Grabowscy) lub Sylwią Matuszewicz (odbiór książek będzie ustalany indywidualnie) lub o dostarczenie książek we wtorek i czwartki w godz. 9.00-17.00 pod adres: "AMILAUT" Aparaty słuchowe, Al. Solidarności 60 (Śródmieście) - Parter w Pawilonie Handlowym (możliwa jest też wysyłka na podany adres), kod 00-240 Warszawa, z dopiskiem "2050 książek dla Rodaka".
- Organizatorzy akcji NIE ZBIERAJĄ podręczników, książek naukowych, książek niekompletnych, starych i zniszczonych.

Zebrane książki przekazane zostaną Fundacji, a następnie trafią do domów polskich repatriantów z Kazachstanu oraz domów adaptacyjnych dla Repatriantów.

BAŁWANKOWY KONKURS

Samorząd Uczniowski działający przy Szkole Podstawowej nr 4 zaprasza dzieci i młodzież z kl. I-VIII do udziału w konkursie na najlepszego śnieżnego bałwana.

Korzystając z zimy białej i mrozu siarczystego, ulepmy wszyscy kolegę śnieżnego!

Jak wziąć udział w konkursie?

- Wyjdź na dwór – to dobrze Ci zrobi. Pamiętaj jednak o odpowiednim stroju!
- Użyj wyobraźni, by ulepić swojego wymarzonego bałwana ze śniegu.

Ważne! Nie musisz ograniczać się do jego typowego wzoru z marchewką i garnkiem. Równie dobrze możesz uzupełnić go o oryginalne dodatki, albo stworzyć zupełnie inną postać.

- Gdy uznasz, że Twoja praca jest już gotowa, zrób jej wyraźne zdjęcie.
- Prześlij fotografię na adresy e-mail: anna.gosk.english@gmail.com oraz akielich1@sp4zabki.pl
- Nie zapomnij dodać swoje imię, nazwisko i klasę. Termin przysyłania prac trwa do końca lutego (kończy się 28.02.2021 r.)
- Gotowe! Czekaj na wyniki.

Prace oceniać będą Panie: A. Kielich, A. Gosk-Jastrzębska, K. Pawluk, J. Jasińska oraz społeczność samorządu uczniowskiego. Najciekawsze bałwanki zostaną umieszczone na stronie szkoły! Spróbuj zabawy na śniegu, nieważne w jakim jesteś wieku!

**Zapraszamy do udziału w konkursie!
Samorząd Uczniowski**

W ZĄBKACH CORAZ LEPIEJ GRA SIĘ W TENISA STOŁOWEGO

W naszym mieście działają drużyny tenisa stołowego. Dziewczyny są na pierwszym miejscu w tabeli 2. ligi kobiet i mają duże szanse awansu na szczebel centralny. Dobrze wyniki zawodnicy z Ząbek notują również w rozgrywkach ligi mężczyzn.

Tenis stołowy to sport dla wszystkich i chyba każdy kiedyś trzymał w ręku raketkę. Można się przy tym doskonale bawić ze znajomymi, budować formę fizyczną, nawet gdy za oknem jest mróz i śnieg oraz ćwiczyć koordynację ruchową. W naszym mieście gra się jednak nie tylko rekreacyjnie.

Od dwóch lat działają dwie drużyny Maxi Plast Ząbki (kobieca) oraz MB Motors Ząbki (męska) i radzą sobie coraz lepiej w rozgrywkach ligowych.

Gościnna szkoła na ul. Dzikiej

- Istniejemy i rywalizujemy już drugi sezon, ale w pierwszym bardziej skupiliśmy się na szkoleniu, treningach i podnoszeniu poziomu sportowego. Chcieliśmy uniknąć sytuacji, w której nasza młodzież będzie się zrażała porażkami. Mamy młody skład, a drugi skład rośnie, bo trenują już u nas dzieci. Najmłodszy mają po 5-6 lat, ale są też starsi, 8-9-letni mówi "Co słyhać?" Piotr Seremak, który jest trenerem-koordynatorem.

Ci, którzy grają w rozgrywkach ligowych zaczęli swoją przygodę z tenisem stołowym już wcześniej, u trenera Adama Szateckiego. Proces wyszkolenia zawodnika jest dość długi i trwa nawet pięć czy sześć lat. Kiedy poprzedni klub przestał istnieć, dołączyli do nowej drużyny.

Treningi odbywają się pięć razy w tygodniu. Zaczynają się o godzinie 17 i kończą o 20, a trener Seremak zaznacza, że idealnie byłoby, gdyby takie zajęcia dało się zorganizować dwa razy dziennie - tak, jak ćwiczą teniści stołowi na najwyższym poziomie. Może kiedyś uda się tak zorganizować zajęcia. Trener Seremak jest dobrej myśli, bo w Ząbkach stawia się na sport.

- Może kiedyś uda się zorganizować klasę sportową o profilu tenisa stołowego. Ząbki są miastem, które wspierają sport. Dostaliśmy już wsparcie z Urzędu Miasta w postaci dotacji. Możemy też ćwiczyć w imponującej hali sportowej nowej szkoły na ul. Dzikiej. Zajmujemy tam jeden, cały sektor. W tym samym czasie trenują chłopcy i dziewczyny. Kiedy na zajęciach jest pełna obsada, to rozkładamy 13 stołów. Cały czas słyhać uderzenia piłeczek. Przy każdym stole stawiamy koszyk z piłkami, żeby nie tracić co chwilę czasu na bieganie po sali - opowiada trener Seremak.

Awans w zasięgu ręki

Ciężka praca i zapał przynoszą efekty. Dziewczyny są na pierwszym miejscu w tabeli 2. Ligi, która swoim zasięgiem wykracza poza województwo mazowieckie (walczą m.in. zespoły z Ostródy i Olsztyna) i mają szansę na udział w barażach o awans do 1. Ligi. Sukcesy dziewczyn z Ząbek warto tym

bardziej docenić, że na tym poziomie występują naprawdę utytułowane zawodniczki. Nie od dziś wiadomo, że zawodnicy z Azji rządzą w światowym tenisie stołowym. W drużynie z Ostródy gra Dong Rui Fang, urodzona w Chinach, ale mająca polskie obywatelstwo. Kilka lat temu zdobyła nawet medal Indywidualnych Mistrzostw Polski. Wygranie z nią choćby jednego seta już jest sporym osiągnięciem, a jako jedyna w tym sezonie dokonała tego zawodniczka Maxi Plast Ząbki Maya Mankiewicz.

U panów drużyn jest więcej, więc teniści MB Motors Ząbki rywalizują w grupie C 5. Ligi (są na trzecim miejscu w tabeli), ale i w tym przypadku celem jest wywalczenie awansu na wyższy poziom rozgrywkowy.

COVID zatrzymał rozgrywki wojewódzkie. Jesteśmy tuż przed zakończeniem pierwszej rundy - drużynom zostało do rozegrania po jednym meczu, ale na razie niestety, nie znamy nowego terminu. Być może rozgrywki zostaną skrócone do jednej rundy, ale ciągle czekamy na decyzję z Mazowieckiego Związku Tenisa Stołowego - mówi trener Seremak.

Są transmisje

Awans oznaczałby oczywiście, większe wyzwania finansowe i organizacyjne, konieczność wzmocnienia składu. Są podobno zawodnicy gotowi wzmocnić drużynę mężczyzn po awansie na wyższy poziom.

- Liczymy na wsparcie sponsorów i władz lokalnych. Chciałbym, żeby miasto się promowało przez dobre występy naszych tenisistek i tenisistów. Jestem z Ząbek, tutaj się zaczęła moja pasja do tenisa stołowego i zależy mi na promocji naszego miasta - mówi trener Seremak.

Występy naszych drużyn śledzi coraz więcej kibiców. Piotr Seremak zdradza, że po meczach dostaje wiele wiadomości. Gdzie można śledzić występy zawodników z Ząbek? Część meczów jest transmitowana przez kluby. Można je obejrzeć na żywo na Facebooku lub potem odtworzyć i wspólnie się emocjonować. A potem samemu chwycić raketkę.

- Tenis stołowy to jest sport na całe życie. Można grać bardzo długo i rozgrywki zacząć w wieku sześciu lat, a skończyć jak oldboj starszy już po 70. roku życia - mówi trener Seremak. Można też znakomicie spędzić czas w gronie rodzinnym, bo często rodzice mierzą się ze swoimi dziećmi.

Łukasz Majchrzyk



NA ORLEJ

Strona po stronie, czyli polecajki książkowe z Księgarni Orla. Zastanawiasz się czasem nad swoimi nawykami? Czy masz świadomość, jak wiele ich masz? A czy wiesz jak łatwo Twoje nawyki mogą wykorzystać inni: sieci handlowe, korporacje itp.?

Niezależnie od Twoich odpowiedzi na powyższe pytania, dzisiejsza książka będzie idealna dla każdego, kto chciałby zrozumieć, jak nawyki wpływają na życie każdego z nas. "SIŁA NAWYKU" Charlesa Duhigga, to książka, która w niezwykle przystępny sposób, posługując się mnogością przeróżnych sytuacji i eksperymentów tłumaczy procesy psychologiczne zachodzące w naszym mózgu i przedstawia w jaki sposób rozwijają się nawyki. Nawyki, z których często nie zdajemy sobie nawet sprawy, a tymczasem rządzą one naszym życiem. Książka podzielona jest na trzy części: nawyki jednostek, nawyki korporacji i organizacji oraz nawyki na poziomie społecznym. Każdy z nich nas dotyczy.

Czy zdajesz sobie sprawę, że bojkot autobusów w Montgomery, który był początkiem ruchu obywatelskiego w sprawie zniesienia segregacji rasowej rozwinął się i przybrał na sile dzięki nawykom społecznym? Czy wiesz, że pożar w londyńskim metrze, który zabił 31 osób był efektem nawyków organizacyjnych? No dobra, być może Cię to nie zainteresuje.

Ale czy wiesz, że hity list przebojów tworzy się wykorzystując nawyki słuchaczy radiowych? I wreszcie – czy wiesz, jak dokładny profil klienta potrafią opracować analitycy, dając dane z Twojej karty lojalnościowej, którą pokazują podczas zakupów w markecie?

"Siła nawyku" to książka, która pokazuje jak ogromne znaczenie mają nasze nawyki, a także podsuwa rozwiązanie: zidentyfikować, nazwać i zmienić. Zdecydowanie jest to pozycja, którą warto przeczytać, żeby zwyczajnie sobie uświadomić! Gorąco polecamy!

Kreatywnie na Orlej, czyli pomysł na szybką i plastyczną

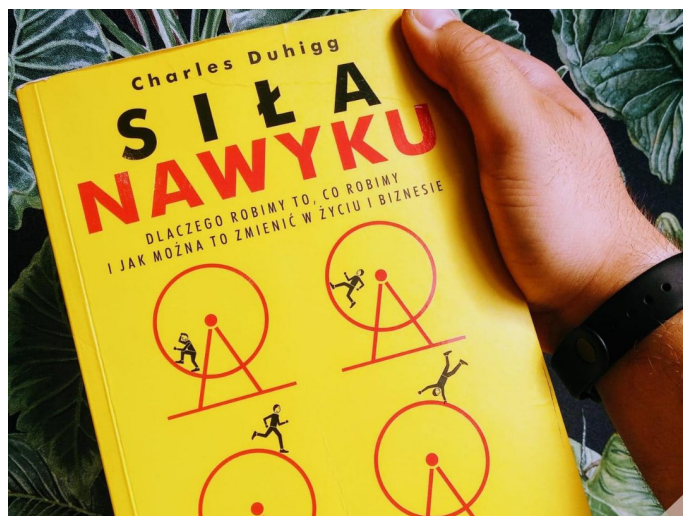
W końcu mamy zimę pełną śniegu, więc zachęcamy Was do stworzenia zimowego obrazka 3D, również pełnego śniegu. Potrzebujemy:

- Białą i kolorową kartkę;
- Zimowy widok wycięty z kalendarza, gazety lub pocztówki;
- Plastikowe wypukłe wieczko (np. od jogurtu);
- Kredki;
- Brokat;
- Klej i nożyczki;
- Ewentualnie dodatki: zasuszone kwiaty, kawałek sznurka, perełki.

Bierzemy zimowy widok i układamy na nim kompozycję naszego obrazka. Z białej kartki wycinamy i kolorujemy bałwanek. Ozdabiamy suszonymi kwiatami i perełkami (Zdj. 1). Następnie obrazek posypujemy brokatem i naklejamy plastikowe wieczko (Zdj. 2). Całość przyklejamy do kolorowej kartki, która będzie nam tworzyć tło. Rant plastikowego wieczka możemy ozdobić sznurkiem. Gotowe! (Zdj. 3).

Szanowni Czytelnicy jeśli podoba Wam się nasz cykl zapraszamy do grupy na FB "Na Orlej" - znajdziecie tam nasze kolejne propozycje do czytania, grania i tworzenia! Zachęcamy Was także do odwiedzania naszego sklepu i kawiarni – przy ul. Orlej 6/70

W imieniu Księgarni Orla,
Sylvia Kubicka i Ewa Krzyżewska



START

