



CO SŁYCHAĆ?

Rok XXV

Nr 13 (370)

8 lipca 2016 r.

ISSN 1427-3717

www.zabki.pl

ZĄBKOWSKA GAZETA SAMORZĄDOWA

Światowy poziom Festiwalu im. George'a Gershвина w Ząbkach



Już teraz wiemy dlaczego reżyser i dyrektor Artystyczny Festiwalu Marek Wysocki w przeszłości był nominowany do nagrody World Championship w Stanach Zjednoczonych za najlepsze widowisko telewizyjne na świecie. To, co obejrzelśmy w ostatnią sobotę w Parku im. Szuberta w Ząbkach przeszło najśmielsze oczekiwania. Zgromadzona publiczność dzięki pomysłom, technice i wspaniałym wykonawcom została przeniesiona do innego świata. Przez dwie godziny zachwycona, oderwana od szarej codzienności przeżywała wraz z artystami bajki z coraz to innej rzeczywistości.

Dokończenie na str. 8



Tour de Pologne pojedzie przez Ząbki

12 lipca wystartuje pierwszy etap 73 wyścigu kolarskiego Tour de Pologne. Hasło tegorocznego wyścigu brzmi „Szlakiem historii” i nawiązuje do Bitwy Warszawskiej 1920 r. i właśnie z tego powodu start pierwszego etapu odbędzie się w Radzyminie. Następnie kolarze przejadą przez Wołomin, Kobylkę, Zielonkę i Ząbki do Warszawy. Pierwotnie trasa przejazdu przez Ząbki miała biec przez ulicę Łodygową i przez przejazd kolejowy.

Dokończenie na str. 5

AutoCentrumZabki
Paweł Szachnowski

Obsługa klimatyzacji z odgrzybianiem

100 zł dla mieszkańców Ząbek

10% rabat

511 026 093

Ząbki ul. Piłsudskiego 4

PROJEKT MONTAŻ SERWIS

KLIMATYZACJA
WENTYLACJA

DO DOMU, BIURA, GARSTONOMII, SKLEPU I IN.

Ząbki
606 481 536
calidad@poczta.pl

Autoserwis ROMIKA

- blacharstwo-lakiernictwo (pełen zakres)
- serwis klimatyzacji
- wulkanizacja
- mechanika pojazdowa
- korzystne umowy serwisowe dla firm

tel. (22) 781-54-64;
605-580-590
www.romika.com.pl

NAJBARDZIEJ PROFESJONALNA KLIMA W MIEŚCIE

ZĄBK1,
UL. JANA PAWŁA II 28A
TEL. 503-745-434

R.S. SERWIS WYWÓZ NIECZYSTOŚCI

Ząbki

Wywóz odpadów budowlanych gruzu, śmieci kontenerami

1,5; 2,5; 4,5; 7 m³

ceny za kontener od 180 zł

22 781 59 20
603 707 755

WYWÓZ ODPADÓW STAŁYCH gruzu, śmieci, itp.

BULI Usługi porządkowe
tel. 509-136-967

Kontenery: KP-4, KP-5, KP-9, KP-15
www.buli.com.pl

DOCIEPLENIA – PEŁEN ZAKRES: MATERIAŁY, WYKONAWSTWO

MIESZALNIA TYNKÓW CERESIT

Hurtownia Materiałów Budowlanych **REAL Janusz Krajewski**

ul. Jana Pawła II 32, 05-091 Ząbki
godz. otwarcia: pon.- pt. 8⁰⁰-17⁰⁰
tel./fax: 22 781-43-29
602-46-08-45

„Lato w Mieście 2016”

Uprzejmnie informujemy, iż jak co roku została przygotowana na terenie Miasta Ząbki akcja „Lato w Mieście 2016”, w celu zorganizowania czasu wolnego dla dzieci i młodzieży w okresie wakacji.

Dzieci i młodzież będą miały możliwość wzięcia udziału w wielu atrakcyjnych i interesujących zajęciach. Poniżej podana jest szczegółowa informacja dotycząca:

1. adresów placówek, które w okresie wakacji 2016 r. (w poniedziałki, wtorki, środy, czwartki, piątki) będą prowadziły wypoczynek dla dzieci i młodzieży w ramach akcji „Lato w mieście 2016” na terenie Miasta Ząbki,
2. terminów prowadzenia wypoczynku w ramach ww. akcji przez wymienione w tabeli placówki.

Informacje dotyczące zajęć prowadzonych w poszczególnych dniach akcji „Lato w mieście 2016” oraz zapisu uczestników ukażą się na stronach internetowych poszczególnych placówek w maju 2016 roku.

Nazwa i adres organizatora wypoczynku	Termin prowadzenia wypoczynku – w ramach akcji „Lato w mieście 2016”	Strony internetowe poszczególnych placówek, na których dostępna będzie informacja o organizacji „Lata w mieście 2016”
Szkoła Podstawowa Nr 1 ul. Piłsudskiego 35, Ząbki	18.07.2016 r. – 29.07.2016 r.	www.sp1zabki.szkolnastrona.pl
Szkoła Podstawowa Nr 2 ul. Batorego 11, Ząbki	16.08.2016 r. – 26.08.2016 r.	www.sp2zabki.idsl.pl
Szkoła Podstawowa Nr 3 ul. Kościelna 2, Ząbki	27.06.2016 r. – 15.07.2016 r.	www.sp3zabki.pl
Miejski Ośrodek Kultury ul. Słowackiego 10, Ząbki	27.06.2016 r. – 08.07.2016 r.	www.mokzabki.koti.pl
Miejski Ośrodek Sportu i Rekreacji ul. Słowackiego 21, Ząbki	08.08.2016 r. – 26.08.2016 r.	www.mosirzabki.pl

Referat Oświaty i Polityki Społecznej Urzędu Miasta Ząbki

Mazowieckie Centrum Psychiatrii „DREWNICA” Spółka z o.o. za tr u d n i:

- pielęgniarkę w wymiarze 0,5 etatu na umowę o pracę w oddziale psychogeriatrycznym,
- sanitariusza na umowę o pracę w pełnym wymiarze czasu pracy w oddziale psychiatrycznym ogólnym,
- siałową na umowę o pracę w pełnym wymiarze czasu pracy w oddziale psychogeriatrycznym.

CV proszę kierować na adres a.dudek@drewnica.pl
lub kontakt telefoniczny pod numerem 22 781-68-41

Kancelaria prawna Ząbki, ul. Słowiańska 10

- pełen zakres usług: porady prawne (również online), pisma procesowe, odwołania, wezwania do zapłaty, umowy i opinie prawne, reprezentacja klientów w sądach i urzędach, windykacja
- sprawy cywilne, gospodarcze, odszkodowawcze, administracyjne, pracownicze
- kompleksowa obsługa prawna klientów indywidualnych oraz przedsiębiorców

e-mail: biuro@kancelaria-kbo.pl • www.kancelaria-kbo.pl

GABINET LEKARSKI ANDRZEJ KACZOREK

Ząbki ul. Niepodległości 1A

- internista
- specjalista med. rodzinnej i medycyny pracy
- badania profilaktyczne pracowników (wstępne, okresowe, kontrolne)
- badania dla celów sanitarno-epidemiologicznych
- badania kierowców wszystkich kategorii
- EKG, spirometria (bad. układu oddechowego)
- drobne zabiegi (zastrzyki)

Gabinet czynny codziennie tylko po uzgodnieniu wizyty telefonicznie w godz. 8⁰⁰–20⁰⁰
tel. 603 927 323 www.lekarz.zabki.pl

MARKSBUD Usługi kontenerami

Mariusz Toczyski
Ząbki

Wywóz odpadów
budowlanych,
gruzu, ziemi, piachu

tel. 698-214-790



LATO
w mieście na sportowo
08 – 26.08.2016r.

Zajęcia w godz. 8.00 - 16.00
W PROGRAMIE:

- pływalnia -
- tenis stołowy -
- gry i zabawy -
- zajęcia sportowe -
- projekcje filmów -
- wycieczki -
- oraz wiele innych atrakcji

Zapisy: e-mail: mosir@zabki.pl, tel: 22/6741164 w.101, 104 lub osobiście w recepcji

Koszt udziału 1 dziecka: 20 zł dziennie (dla każdego uczestnika ciepły posiłek)

CO SŁYCHAĆ? Wydawca: Urząd Miasta w Ząbkach

Redaktor naczelny: Mirosław Oleksiak

e-mail: redaktor@zabki.pl, tel. 694 759 987

Redakcja: ul. Wojska Polskiego 10, Ząbki, tel. 22 5109 793

Druk: Drukarnia Rajgraf, ul. Mazowiecka 50B, 05-120 Legionowo, tel. 22 784 86 58

Redakcja nie odpowiada za treść ogłoszeń i reklam. Nakład 6000 egz.

DYŻURY REDAKCYJNE:

red. Mirosław Oleksiak

Urząd Miasta pok. nr 28

poniedziałki godz. 16.00–18.00

piątki godz. 8.00–10.00



Burmistrz Miasta Zabki

ogłasza

konkurs na najładniejszą posesję

ZĄBKI – MIASTEM OGRODÓW

Konkurs zostanie przeprowadzony w trzech kategoriach:

-najładniejszy ogród

-najładniejszy balkon

-najładniejszy ogród wspólnoty mieszkaniowej

Zgłoszenia udziału w konkursie należy dokonać za pośrednictwem odpowiedniego formularza

do 22 lipca br., zostawiając go w Sekretariacie Urzędu Miasta.

Formularz zgłoszeniowy oraz regulamin konkursu będą dostępne na stronie internetowej Urzędu

– www.zabki.pl oraz w gazecie „CO SŁYCHAĆ?”.

Zgodnie z regulaminem konkursu zostanie powołana komisja,

która dokona oceny **do 5 sierpnia br.**

Ogłoszenie zwycięzców i rozdanie nagród nastąpi we wrześniu.

Serdecznie zapraszamy wszystkich wrażliwych na naturalne piękno.



* zdjęcia z poprzedniej edycji konkursu



Absolutorium dla Burmistrza Ząbek

Na sesji Rady Miasta Ząbki 23 czerwca br., radni podjęli jednomyślnie uchwałę o udzieleniu absolutorium burmistrzowi miasta Ząbki Robertowi Perkowskiemu, za wykonanie budżetu w 2015 roku.

Sprawozdanie finansowe z realizacji budżetu przedstawiła skarbnik miasta Ząbki Elżbieta Żmijewska.

Zgodnie z przedstawionym sprawozdaniem dochody miasta Ząbki w 2015 r. zrealizowano niemal w 104% na kwotę ponad 120,5 mln zł, a wydatki zrealizowano w 91%, tj. w wysokości niemal 117 mln zł, natomiast na inwestycje wydano ponad 28 mln zł.

Największą część budżetu pochłonęły wydatki oświatowe – 45,5%, tj. ponad 53 mln zł, w tym na inwestycje wydawkowano niemal 3 mln 400 tys. zł. W 2015 r. wybudowano Świetlicę Środowiskową nr 1 w Ząbkach, rozpoczęto rozbudowę budynku Szkoły Podstawowej Nr 3, zakończono rozbudowę Szkoły Podstawowej nr 2 oraz przygotowano dokumentację projektową do rozbudowy Szkoły Podstawowej nr 1, z budżetu 2015 r. wydano na te cele prawie 3 mln zł.

Niespełna 7 mln zł przeznaczono na wydatki związane z udzieleniem dotacji przedszkolom oraz około 3 mln zł na dotacje dla szkół. Subwencja oświatowa na 2015 r. wyniosła prawie 23 mln zł, a dochody z dotacji celowych na zadania oświatowe gmina otrzymała w wysokości niemal 3 mln zł. Ogółem wydatki na oświatę wzrosły o nieco więcej niż 2,5 mln zł. w porównaniu do roku poprzedniego.

Nieco ponad 14% budżetu pochłonęła gospodarka mieszkaniowa, tj. 16,5 mln zł. Na transport i łączność wydano 9,5%, tj. nieco ponad 11 mln zł, w tym prawie 7 mln na inwestycje drogowe, w tym: budowę ul. Wyzwolenia, budowę drogi w ul. Targowej, budowę ul. Żwirki na odcinku od P. Skargi do ul. Narutowicza, ul. Dębowej, ul. Krótkiej, ul. Klonowej, ul. 11 Listopada – łącznie o długości 1,882 km; wsparcie finansowe dot. przebudowy drogi powiatowej w ul. Szpitalnej w Ząbkach, ponadto wybudowano chodnik w ulicy 3 Maja o długości 0,120 km.

Pozostałe wydatki to administracja publiczna (8,2%), pomoc społeczna (niemal 6,9%) i gospodarka komunalna (prawie 6%). W 2015 r. dbając o bezpieczeństwo mieszkańców, miasto dofinansowało zakup radiowozów dla policji w Ząbkach w kwocie 63 tys. zł. Należy pamiętać, że niemal połowa mieszkańców Ząbek nie jest w mieście zameldowanych, co powoduje znacznie mniejsze dochody z tytułu udziału w podatkach od osób fizycznych, co rzutuje na wielkość budżetu oraz na rozwój miasta i ma wpływ na warunki życia mieszkańców.

Dlatego przy każdej możliwej okazji zachęcamy mieszkańców naszego miasta do meldowania się lub do złożenia formularza ZAP 3 do Urzędu Skarbowego w Wołominie,

żeby każda złotówka z podatków PIT zasilila kasę miasta Ząbki i w ten sposób pomogła wybudować kolejną zaplanowaną inwestycję – nową Szkołę Podstawową nr 4 w Ząbkach.

Po udzieleniu absolutorium, burmistrz Robert Perkowski podziękował radnym, dyrektorom i kierownikom jednostek organizacyjnych oraz pracownikom urzędu miasta

Ząbki za wykonanie i dobrą realizację budżetu w 2015 roku.

Iwona Potęga

Prezentacja, pt.: „Realizacja budżetu Miasta Ząbki za 2015 rok” na www.zabki.pl



XXVII sesja Rady Miasta Ząbki

23 czerwca odbyła się 27. sesja Rady Miasta Ząbki, podczas której podjęto następujące uchwały:



- w sprawie zatwierdzenia planu kontroli Komisji Rewizyjnej na drugie półrocze 2016 r.
- w sprawie rozpatrzenia skargi na działalność komendanta Straży Miejskiej w Ząbkach (x2)
- w sprawie anulowania skreślenia z listy osób zakwalifikowanych do zawarcia umowy najmu lokalu na czas nieoznaczony lub lokalu socjalnego
- w sprawie odmowy anulowania skreślenia z listy osób zakwalifikowanych do zawarcia umowy najmu lokalu na czas nieoznaczony lub lokalu socjalnego
- zmieniająca uchwałę w sprawie przyjęcia Planu gospodarki niskoemisyjnej dla Miasta Ząbki
- w sprawie zasad zwrotu wydatków za świadczenia z pomocy społecznej będące w zakresie zadań własnych gminy
- w sprawie wyrażenia zgody na ustanowienie służebności przesyłu na rzecz PGE Dystrybucja S.A.
- w sprawie dokonania zmian w Wieloletniej Prognozie Finansowej Miasta Ząbki na lata 2016-2024
- w sprawie wprowadzenia zmian do budżetu Miasta Ząbki na rok 2016
- w sprawie zatwierdzenia rocznego sprawozdania finansowego Miejskiej Biblioteki Publicznej w Ząbkach za rok 2015
- w sprawie zatwierdzenia rocznego sprawozdania finansowego Miejskiego Ośrodka Kultury w Ząbkach za rok 2015
- w sprawie zatwierdzenia rocznego sprawozdania finansowego Samodzielnego Publicznego Zakładu Opieki Zdrowotnej Miejskiej Przychodni Zdrowia w Ząbkach za rok 2015
- w sprawie absolutorium dla Burmistrza Miasta Ząbki za rok 2015
- w sprawie zatwierdzenia sprawozdania finansowego wraz ze sprawozdaniem z wykonania budżetu Miasta Ząbki za rok 2015

Pełna treść uchwał dostępna jest na stronie internetowej Urzędu Miasta (www.zabki.pl), link BIP, zakładka: prawo miejscowe.

Dziki w mieście

Widok podchodzących dzików w zamieszkałe rejony naszego miasta jest obecnie co raz częstszy, co potwierdzają zgłoszenia tego typu zdarzeń, przede wszystkim odbierane przez Nadleśnictwo Drewnica. Na terenie naszego miasta mamy dużą powierzchnię lasów, a więc pojawienie się dzikiego zwierzęcia w pobliżu naszych posesji może się zdarzyć niejednokrotnie. Nie starajmy się wtedy dokarmiać zwierząt, bo wyrządzamy im w ten sposób prawdziwie niedźwiedzią przysługę.

Zwierzęta zamiast unikać człowieka przyzwyczajają się do niego i w celu zdobycia pokarmu szukają z nim kontaktu. Sytuacja z dzikami, które wychodzą z naturalnych siedlisk w pobliże gospodarstw ludzkich jest w dużej mierze spowodowana bliskością lasu i infrastruktury miejskiej, jak również naszym nieodpowiedzialnym zachowaniem. Dzikie są zwierzętami, które chętnie zjadają resztki ludzkiego pożywienia. Dokarmianie w ten sposób dzik szybko przyzwyczaja się do takiej sytuacji, zapamiętuje miejsce, gdzie bez problemu znajdzie pożywienie i co bardzo istotne przekazuje takie zachowanie swojemu potomstwu.

Należy pamiętać o zachowaniach i zwyczajach zwierzyny dzikiej oraz o konsekwencjach dokarmiania i pozostawiania resztek jedzenia i śmieci w miejscach do tego nieprzeznaczonych. Dzikie nie wykazują oznak agresji, jednakże zwierzęta te są zmienne nastrojowo i łagodne jednego dnia zwierzę może okazać się niebezpieczne przy następnym spotkaniu. Dlatego w żadnym wypadku nie należy zbliżać się do dzików, które mogą wkraczać na tereny zamieszkałe przez ludzi, nie głaskać młodych, nie próbować ich dokarmiać i nie wyrzucać resztek pożywienia w miejscach do tego nie przeznaczonych. Na widok dzików nie krzyczymy, starajmy się rozmawiać donośnym głosem. Spacerując z psem trzymajmy go zawsze na smyczy. Ujadający i atakujący pies może być przyczyną szarży dzika. Nie przeganiajmy dzików w miejsca, z których nie ma ucieczki ponieważ zagrożone mogą próbować ataku.

Warto pamiętać, że:

- Dokarmiając zwierzęta żyjące dziko wyrządzamy im krzywdę
- Będąc w pobliżu zabłąkanego zwierzęcia nie krzyczymy i nie próbujemy do niego podejść, bo takie postępowanie może spłoszyć zwierzynę i spowodować jego agresywne zachowanie będące reakcją obronną
- Najczęściej zabłąkana zwierzyna po zmroku wraca sama do środowiska leśnego
- Jeżeli wyprowadzając psa na spacer napotkasz dziką zwierzynę konieczne należy przywołać psa i zapiąć mu smycz.

Zmiany w rozkładach ząbkowskich autobusów

Na linii Ząbki-2 następuje zmniejszenie liczby kursów w okresie wakacji, po wakacjach będzie ich więcej niż przed wakacjami.

Dotychczasowa wariantowana linia Ząbki-1 została podzielona na Ząbki-1 (dotychczasowy wariant Piłsudskiego) kursuje w dni robocze i świąteczne oraz na linię Ząbki-3 – dotychczasowy wariant Skrajna z drobną modyfikacją. Jadąc na południe zamiast jak dotychczas ul. Orlą pojedzie bliżej bazarku w ul. 3 Maja, Piłsudskiego i Kołłątaja – będzie zatrzymywać się na przystankach PKP Ząbki-03 na ul. 3 Maja, oraz Kołłątaja 02 na ul. ks. Skorupki.

Niestety ciągle trwa remont ul. Szpitalnej, więc trasy linii Ząbki-1 i 3 nadal kursują z pominięciem ulic Kochanowskiego i Szpitalnej, po zakończeniu remontu linie wrócą na stałe trasy.

red.



Dokończenie ze str. 1

Tour de Pologne pojedzie przez Ząbki

Jednak na naradzie koordynacyjnej, która odbyła się w Radzyminie, przedstawiciele UM Ząbki wskazali problem ze złym stanem nawierzchni na drodze wojewódzkiej 634 w szczególności na odcinku ul. Łodygowej w Warszawie oraz na możliwą kolizję peletonu z pociągami, który zgodnie z wakacyjnym rozkładem jazdy miał jechać przez przejazd w czasie planowanego przejazdu wyścigu. Przedstawiciele UM Ząbki zasugerowali korektę przebiegu trasy tak, aby ominąć kolizyjny przejazd kolejowy tunelem pod linią kolejową w Ząbkach. Organizatorzy przychyliłi się do sugestii i zmienili przebieg trasy

wyścigu, tak, że będzie biegła również drogami gminnymi i powiatowymi Ząbek. W dniu 12 lipca we wczesnych godzinach popołudniowych kolarze wjadą do Ząbek od strony Zielonki ulicą ks. Skorupki następnie pojadą ulicą Orlą, tunelem pod linią kolejową ulicami: Wojska Polskiego, Leszyckiego i Batorego. Do Warszawy wjadą ulicami: Bystrą i Radzywińską. W centrum Warszawy planowane jest 8 rund ulicznych po 13,8 km każda. I etap wyścigu zakończy się po 135 km metą na Placu Teatralnym.

na jubileusz Chrzta Polski

25 czerwca br. ulicami Ząbek przejechała Parada Jazdy Konnej. Jeźdźcy mieli na sobie przebrania z różnych epok. Okazją do tego widowiskowego przedsięwzięcia były obchody 1050 - lecia Chrzta Polski. Defilada została zorganizowana przez Stowarzyszenie Miłośników Kawalerii im. I Pułku Ułanów Krechowieckich pod patronatem Burmistrza Miasta Ząbki. Wsparcia finansowego przedsięwzięciu udzielili Powiat Wołomiński i Miasto Ząbki.

fot. B. Śladowski

Odwołanie darowizny

(część I)

Umowa darowizny stanowi popularną formę przeniesienia własności, zwłaszcza w kręgu najbliższej rodziny. Zdarza się jednak, że pod wpływem zmiany okoliczności po zawarciu umowy żałujemy podjętej decyzji. Jest to szczególnie bolesne, jeżeli przedmiotem darowizny były rzeczy szczególnie wartościowe, takie jak np. nieruchomości czy duże kwoty pieniężne. W tym artykule przedstawimy sytuacje, w których możemy odwołać darowiznę.

Zgodnie z art. 888 § 1 Kodeksu cywilnego darowizna jest umową, przez którą darczyńca zobowiązuje się do bezpłatnego świadczenia na rzecz obdarowanego kosztem swojego majątku. Cechą charakterystyczną darowizny jest jej nieodpłatność. Darowizna rodzi jednak po stronie obdarowanego obowiązek o charakterze moralnym, w związku z czym darczyńca ma prawo oczekiwać od niego wdzięczności oraz szacunku. W przypadku, gdy osoba obdarowana narusza ten obowiązek w wyraźny sposób, darczyńca może odwołać darowiznę, powołując się na rażącą niewdzięczność obdarowanego.

Pod pojęciem rażącej niewdzięczności należy rozumieć skrajnie naganne i wrogie zachowanie lub zaniechania obdarowanego względem darczyńcy. Może to być zarówno popełnienie przestępstwa przeciwko niemu, jak i dopuszczenie się ciężkiego naruszenia obowiązków rodzinnych. Jako przykłady rażącej niewdzięczności można podać m. in. pobicie, zniewagę, psychiczne i fizyczne znęcanie się, uporczywe niewypełnianie obowiązku alimentacji czy też nieudzielenie pomocy w chorobie. Powodem odwołania darowizny może być także rażąca

niewdzięczność obdarowanego względem osób najbliższych dla darczyńcy, jeżeli zachowanie to bezpośrednio dotyczy jego uczuć.

Uznanie danego zachowania lub zaniechania za rażącą niewdzięczność, nie może być jednak uzależnione wyłącznie od wewnętrznych uczuć darczyńcy. Powinno mieć ono charakter obiektywny. Należy przy tym zaznaczyć, że za rażącą niewdzięczność nie uznaje się drobnych przewinień obdarowanego, które nie wykraczają poza zwykłe konflikty rodzinne oraz nieumyślnych czynów obdarowanego. Podkreślenia wymaga, że rażąca niewdzięczność musi wystąpić po zawarciu umowy.

Z powodu rażącej niewdzięczności darowiznę może odwołać nie tylko sam darczyńca, ale również jego spadkobiercy. Dotyczy to sytuacji, gdy darczyńca w chwili śmierci był uprawniony do odwołania darowizny albo, gdy obdarowany umyślnie pozbawił darczyńcę życia lub wywołał rozstrój zdrowia, którego skutkiem była śmierć.

Darowizny nie można jednak odwołać po upływie roku od dnia, w którym osoba uprawniona (darczyńca lub jego spadkobiercy) dowiedziała się o rażącej niewdzięczności obdarowanego. Termin ten nie ulega przedłużeniu. Jeżeli go nie zachowamy, bezpowrotnie stracimy możliwość odwołania darowizny z powołaniem się na rażącą niewdzięczność obdarowanego. Warto także zaznaczyć, że w przypadku rażącej niewdzięczności obdarowanego możemy odwołać darowiznę wykonaną, a więc nawet wtedy, gdy przenieśliśmy już własność rzeczy na obdarowanego.

Darowizna nie może być odwołana, jeżeli darczyńca przebaczył obdarowanemu. Przebaczenie jest zdarzeniem prawnym, które nie ma cech czynności prawnej. Jego skuteczność nie jest uzależniona od posiadania przez darczyńcę zdolności do czynności prawnych, może więc dokonać go nawet osoba ubezwłasnowolniona. Istotne jest, aby przebaczenie zostało dokonane z należyтым rozeznaniem. Oznacza to, że darczyńca powinien zdawać sobie sprawę, że osoba, na rzecz której dokonał darowizny dopuścił się względem niego rażącej niewdzięczności, jednak chce mu tę niewdzięczność przebaczyć i puścić w niepamięć doznane krzywdy. Przebaczenie nie wymaga szczególnej formy. Może ono być zatem dokonane nie tylko w sposób wyraźny, ale także w sposób dorozumiany, np. w formie gestu.

Kolejnym przypadkiem, w którym darczyńca może odwołać darowiznę jest pogorszenie się jego sytuacji majątkowej. Zgodnie z art. 896 Kodeksu cywilnego, darczyńca może odwołać darowiznę jeszcze niewykonaną, jeżeli popadł w niedostatek. Niedostatek oznacza, że darczyńcę nie stać na rzeczy, które są niezbędne do egzystencji, takie jak: jedzenie, leki, ubrania oraz nie ma środków pieniężnych na dokonanie podstawowych opłat np. zapłatę czynszu lub wypełnienie ciężących na nim ustawowych obowiązków alimentacyjnych. Nie jest istotna przyczyna popadnięcia w niedostatek – trudna sytuacja materialna, w jakiej znalazł się darczyńca nie musi być wynikiem zawarcia umowy darowizny.

Jednak nawet jeżeli wykonaliśmy już umowę darowizny nie pozostajemy bez ochrony. Ustawodawca bowiem nakłada w takim przypadku na obdarowanego obowiązek alimentacyjny względem darczyńcy w granicach istniejącego jeszcze wzbogacenia. Obdarowany może zwolnić się z tego obowiązku zwracając darczyńcy wartość wzbogacenia.

W następnym artykule skupimy się na tym, w jaki sposób możemy odwołać darowiznę oraz jakie kroki należy podjąć w sytuacji, gdy osoba obdarowana nie chce zwrócić uzyskanej korzyści. Wyjaśnimy także, czym różni się odwołanie darowizny od jej rozwiązania.

Jaśmina Łyczewska
Kancelaria Radców Prawnych
Kalinowski Wojciński Korzybski Sp. j.

Mieszkańcy Gminy Ząbki mogą korzystać z bezpłatnych porad prawnych prowadzonych przez prawników Kancelarii Kalinowski Wojciński Korzybski Sp. j. w ramach projektu „Prawnik Pierwszego Kontaktu” w każdy czwartek w godzinach 8:00-10:00. W celu uzyskania porady należy umówić się telefonicznie od poniedziałku do piątku w godz. 9:00-17:00 pod numerem: 22 652 31 15.



DARMOWE PORADY PRAWNE DLA MIESZKAŃCÓW

Szanowni Mieszkańcy,
Informujemy, że na mocy porozumienia zawartego pomiędzy Burmistrzem Miasta Ząbki a trzema niezależnymi kancelariami prawnymi:

1. Kancelarią Radców Prawnych Kalinowski Wojciński Korzybski Sp. j.,
2. Kancelarią Adwokacką Małgorzata Lewandowska,
3. Rafałem Panasewiczem Radcą Prawnym, mieszkańcy Ząbek mogą korzystać z bezpłatnych porad prawnych.

Porady udzielane są w budynku Urzędu Miasta, przy ul. Wojska Polskiego 10 w sali konferencyjnej, w dniach:

Poniedziałek:
• godz. 8:00-10:00 Kancelaria Adwokacka Małgorzata Lewandowska
• godz. 16:00-18:00 Radca Prawny Rafał Panasewicz (w szczególności sprawy pożyczki, kredyt konsumencki)

Czwartek:
• godz. 8:00-10:00 Kancelaria Radców Prawnych Kalinowski Wojciński Korzybski Sp. j. (wszystkie sprawy z wyjątkiem spraw karnych i o wykroczenia).

W celu uzyskania porady należy umówić się telefonicznie od poniedziałku do piątku w godz. 9:00-17:00 pod numerami telefonów:

Kancelaria Adwokacka Małgorzata Lewandowska 501331576;
Radca Prawny Rafał Panasewicz 721854998;
Kancelaria Radców Prawnych Kalinowski Wojciński Korzybski Sp. j. (22) 6523115.



W przypadku wątpliwości, każdy mieszkaniec może udać się do dowolnego prawnika nawet w tej samej sprawie.

Projekt SP1 wysoko oceniony przez Fundację bankową im. L. Kronenberga

W tym roku po raz kolejny Fundacja Kronenberga działająca przy Citi Handlowy wspomogła naszą szkołę.

Pani Małgorzata Cioch – mama naszej uczennicy a zarazem pracownik banku Citi Handlowy postanowiła zgłosić nas do konkursu „Wolontariusz na Bank” organizowanego przez Fundację Kronenberga. Po owocnej pracy p. Małgorzaty Cioch, p. Katarzyny Wszebrowskiej oraz p. Katarzyny Dzieciół powstał projekt „W zdrowym ciele zdrowy duch, popieramy każdy ruch”.

Celem projektu było propagowanie zdrowego stylu życia: uprawianie sportu oraz zdrowe odżywianie. Komisja konkursowa fundacji pozytywnie oceniła nasz projekt i przyznała fundusze na jego realizację. Za tę kwotę zakupiono sprzęt sportowy (liny, kręgle, hokej, piłki, hula hop, skakanki, itd.) oraz sokowirówkę czy też zdrowe produkty do naszych zajęć. 17 czerwca odbyła się uroczysta inauguracja projektu z udziałem pani wicedyrektor Małgorzaty Marzec, klasy 2G, 2H oraz wolontariuszy - pracowników Citibanku. Na spotkaniu dzieci musiały zmierzyć się z różnymi konkurencjami zarówno sportowymi, jak i intelektualnymi. W trakcie zadań wykorzystano pomoce zakupione za pieniądze pochodzące z projektu. Podczas finału uczniowie mieli szansę popróbować soków przygotowanych przez wolontariuszy Citibanku oraz zrobić zdrowe szaszłyki. Cały wieczór upłynął nam we wspaniałej atmosferze.

Składamy serdeczne podziękowania koordynatorowi projektu: pani Małgorzacie Cioch.

Katarzyna Dzieciół – współtwórca projektu



Uczennica SP3 wśród najlepszych w Polsce

Miło nam poinformować o sukcesie naszej uczennicy **Dominiki Majewskiej z kl. 3 e**, która uzyskała w III etapie Ogólnopolskiego Konkursu Polonistycznego „Z ortografią na co dzień”, podczas finałów ogólnopolskich w Polskiej Akademii Nauk w Warszawie, **tytuł laureata**. Uczennica zajęła w kategorii klas III, **9 miejsce w kraju**. To ogromne wyróżnienie nie tylko dla Dominiki, ale także i naszej szkoły.

GRATULUJEMY i życzymy dalszych sukcesów!!!



V Międzyszkolny Festiwal Piosenki Religijnej

Kolejny konkurs za nami. 13 czerwca 2016 roku katecheci z SP2 zorganizowali V Festiwal Piosenki Religijnej. Celem tego festiwalu jest nie tylko popularyzowanie piosenki religijnej i zachęcenie dzieci do śpiewania, ale również współpraca między szkołami, poznanie się nawzajem.

Śpiew nas wszystkich uwrażliwia. Cieszy nas, że SP3, SP1, Szkoła Prywatna im. Ks. Jerzego Popiełuszki co roku uczestniczy w Międzyszkolnym Festiwalu. Dziękujemy za coroczną obecność p. dyrektor Grażyny Sobierajskiej. Dziękujemy za wsparcie i motywację ze strony p. dyrektora Ireny Małyszczuk. Dziękujemy dyrektorowi MOK p. Sławomirowi Skotnickiemu i księdzu proboszczowi Andrzejowi Kopczyńskiemu, którzy zasiadają w jury. Choć nie nagrody są tu najważniejsze wiadomo, że dzieci cieszą się, gdy ich praca i wysiłek są docenione i nagrodzone.



W tym roku zauważeni i nagrodzeni zostali:

Kategoria klas I-III

1. Wiktoria Bełchatowska
2. Julia Szokalska z SP3
3. Malwina Łuczak z SP1

Wyróżnienie:

Kamila Kamińska
z Prywatnej Szkoły Podstawowej

Kategoria klas IV-VI

1. Piotr Zboina z SP1 z Prywatnej Szkoły Podstawowej
2. Joanna Ciecierska z SP3
3. Joanna Strzembosz z Prywatnej Szkoły Podstawowej

Wyróżnienie:

Kamila Kossowska z SP2

Grand Prix festiwalu otrzymała:
Anna Królikowska z SP2, która zaśpiewała hymn ŚDM.

Dziękujemy wszystkim uczestnikom, dziękujemy jurorom i gratulujemy wyróżnionym życząc wspaniałych i bezpiecznych wakacji.

*Katarzyna Węgrzynek
nauczycielka SP2*

TK geo

USŁUGI GEODEZYJNE

- Mapy do celów projektowych
- Uzgodnienia ZUD
- Tyczenia
- Inwentaryzacje powykonawcze
- Pomiar powierzchni lokali oraz hal
- Pomiary przemieszczeń i odkształceń
- Obsługa inwestycji

TK GEO TOMASZ KUROWICKI
05-091 Zabki, ul. Sienkiewicza 4
tel. 519-433-649
e-mail: kontakt@tkgeo.pl
www.tkgeo.pl

Akademia „Hippocampus”

Diagnoza i terapia trudności w uczeniu się

Hippocampus

- DYSLEKSJA
- DYSORTOGRAFIA
- zaburzenia umiejętności matematycznych
- LOGOPEDA

Zabki, ul. Wiosenna 1A
www.hippocampus.edu.pl
tel. 507 301 975

WYNAJMĘ BUDYNEK

200 m²

POD DZIAŁALNOŚĆ

Do tej pory filia przedszkola
inna działalność również

ZĄBKI KWIATOWA 5C
TEL: 666 812 179

WARSZTAT DEKARSKI

- cięcie i gięcie obróbek do 4 mb
- nasady kominowe
- orynnowanie z ocynku
- zamówienia indywidualne
- parapety zewnętrzne
- akcesoria dachowe

Zabki, ul. Jana Pawła II 20
tel. 502 073 760

Dokończenie ze str. 1

Światowy poziom Festiwalu im. George'a Gershвина w Ząbkach

Ale wróćmy do początku dnia. Już od godz. 9.00 do Miejskiego Ośrodka Kultury przy ul. Słowackiego 21 z całego niemal kraju zaczęli zjeżdżać się półfinałiści zakwalifikowani przez Jury Festiwalu. W rozmowie z organizatorami dowiedziałam się, że w tym roku drogą mailową i pocztową wpłynęło ponad 40 zgłoszeń. Kapituła do drugiego etapu dopuściła 18 osób, które stanęły do zmagania o możliwość występu w koncercie galowym. Jury w składzie: Jan Szurmiej-reżyser, Adrianna Godlewska-aktorka, piosenkarka, Magdalena Cwen-Hanuszkiewicz-aktorka, pedagog i Joanna Wysocka- główny specjalista Biura Promocji, Kultury, Sportu i Zdrowia Urzędu Miasta sprawująca funkcję Sekretarza Kapituły, po burzliwych obradach do koncertu finałowego dopuściła 8 uczestników. Po ogłoszeniu wyników przez Przewodniczącą Kapituły reżysera Jana Szurmieja, wykonawcy otrzymali bony na obiad do Restauracji „Fuego” oraz szczegółowy plan dnia, w którym ujęte zostały ich indywidualne próby sceniczne.

Od godziny 18.00 Park im. Szuberta w Ząbkach zaczął wypełniać się publicznością. Na scenie trwały ostatnie próby techniczne oraz próby mikrofonowe i taneczne dojeżdżających artystów.

Kilka minut po 20.00 rozległ się sygnał Festiwalu i Ewa Tułacz wraz z dyrektorem artystycznym Markiem Wysockim a także tancerzami formacji „Shock Dance” wprowadzili nas w świat magicznej i zaczarowanej krainy musicali. Na zaproszenie prowadzących II Festiwal Piosenki Musicalowej im. George'a Gershвина o statuetkę „Funny Face” otworzył osobiście burmistrz miasta Ząbki Robert Perkowski, życząc finalistom sukcesów, a zgromadzonej widowni niezapomnianych wrażeń. Przed publicznością zaprezentowało się ośmioro uczestników oraz wystąpiły gwiazdy polskich scen muzycznych: Dariusz Kordek, oczywiście w musicalowym repertuarze, stepujący tancerze studia Tap&Jazz Dance Jiriny Nowakowskiej, które obchodziło właśnie 25 lat działalności artystycznej oraz Mieczysław Szcześniak zdobywca tegorocznej „Złotej Płyty” w piosenkach „Nierówni”, „Spoza nas” i „Someday” z musicalu „Dzwonnik z Notre Dame”. Każda z piosenek artysty wywoływała gorący aplauz, a ostatnia, podczas której pojawili się przedstawiciele Grupy DSF z pochodniami oraz wszyscy wykonawcy, stworzyła niepowtarzalny obraz sceniczny.

Werdykt jury był okazją do niesamowitych emocji:

Wyróżnienie Sekcji Estrady Zarządu Głównego Związku Artystów Scen Polskich za najciekawszą interpretację piosenki musicalowej otrzymała **Magdalena Lis** z Warszawy za piosenkę „I Got Rhythm” z musicalu „Girl



Crazy” Nagrodę wręczył zastępca burmistrza Ząbek Artur Murawski, a upominek od Centrum Handlowego M1 w Markach, jakim był bon o wartości 800 zł przekazał Jakub Jarczewski – Zastępca Dyrektora Regionalnego Metro Properties – Centrum Handlowego M1-Marki.

Wyróżnienie za największą indywidualność Festiwalu otrzymała **Natalia Ogórek** również z Warszawy za piosenkę „I Love You Porgy” z musicalu „Porgy and

Bess”. Nagrodę wręczył rektor Wyższej Szkoły Współpracy Międzynarodowej i Regionalnej im. Zygmunta Glogera w Wołominie prof. Janusz Kowalski. Nagrodą były bezpłatne trzy letnie studia na dowolnym kierunku filologicznym.

Decyzją Kapituły III **miejsce otrzymała Aurelia Krzakała** aktorka teatru **Akt-em** za piosenkę „I Dreamed I Dream” z musicalu „Nędznicy”. Czek na kwotę 1500 zł wręczył Janusz Czarnogórski, prezes Przedsiębiorstwa Gospodarki Komunalnej w Ząbkach wraz z burmistrzem miasta Ząbki Robertem Perkowskim, a karnet o wartości tysiąca złotych do korzystania z pływalni w Miejskim Centrum Sportu w Ząbkach przekazał prezes Mariusz Ryciak.



II miejsce zdobyła **Eve Light z Rzeszowa**. Czek na kwotę 3000 zł ufundowaną przez Grupę DSF wręczył zastępca prezesa Jarosław Miszał wraz z burmistrzem Ząbek Robertem Perkowskim, a karnet o wartości tysiąca złotych do korzystania z pływalni w Miejskim Centrum Sportu w Ząbkach przekazał prezes Mariusz Ryciak.

I miejsce – **Grand Prix Festiwalu**, czyli statuetkę „Funny Face” podczas II Ogólnopolskiego Festiwalu Piosenki Musicalowej im. George'a Gershвина Kapituła pod przewodnictwem Jana Szurmieja postanowiła przyznać **Michałowi Kaczmarskiemu** za wykonanie piosenki

„**Beauty And the Beast**” z musicalu „Beauty and the Beast”. Statuetkę wręczył Robert Perkowski- burmistrz Ząbek, czek na kwotę 5000 zł przekazali Państwo Bożena i Marek Machowicz – właściciele firmy „Machowicz-Budownictwo”, fundatorzy nagrody, a karnet o wartości tysiąca złotych do korzystania z pływalni w Miejskim Centrum Sportu w Ząbkach wręczył prezes Mariusz Ryciak.

Festiwal zakończył Michał Kaczmarek nagrodzoną piosenką „Beauty and the Beast” w towarzystwie pozostałych uczestników, artystów i fundatorów nagród.

Łzom szczęścia i podziękowaniom nie było końca. Świadczą o tym chociażby płynące nadal wpisy uczestników i publiczności na portalach społecznościowych oraz niezliczona liczba fotografii.

Organizatorami wydarzenia byli: Miasto Ząbki, Miejski Ośrodek Kultury w Ząbkach oraz Wyższa Szkoła Współpracy Międzynarodowej i Regionalnej m. Zygmunta Glogera w Wołominie. Patronat honorowy objęli Marszałek Województwa Mazowieckiego oraz Sekcja Estrady Związku Artystów Scen Polskich. Promocję zapewnili: Telewizja Polska S.A, Radio FaMa, Radio Ząbki, tygodnik „Życie Powiatu na Mazowszu”, gazeta samorządowa „Co słychać ?” i „Kurier Wyszowski”.

Sponsorami-mecenasami kultury i sztuki, którym serdecznie dziękujemy za wsparcie byli: Przedsiębiorstwo Gospodarki Komunalnej w Ząbkach Sp. z o.o, Ośrodek Rehabilitacyjno-Leczniczy „Leśna Góra” w Kamieńcu, Firma Kadimex, Drukarnia „Benedysiu”, Miejskie Centrum Sportu w Ząbkach, Centrum Handlowe M1 – Marki, Nadleśnictwo „Drewnica”, Hurtownia REAL Janusz Krajewski, Praska Giełda Spożywcza, Machowicz Budownictwo, Grupa DSF, Restauracja „Fuego”, Restauracja Artur Świerżewski – Galop Catering z Zielonki, ząbkowska kwiaciarnia „Lotos”, Agencja MG MEDIA – organizator konkursu PATRIA NOSTRA.

Z wielką niecierpliwością czekamy na kolejną edycję tego wspaniałego niepowtarzalnego Festiwalu.

Anna Sobierajska
fot. Bogdan Śladowski



Wyjątkowy jubileusz

4 czerwca, w imieniu Prezydenta Rzeczypospolitej Polskiej, Burmistrz Robert Perkowski odznaczył dwie ząbkowskie pary medalami za długoletnie pożycie małżeńskie. Na szczególną uwagę zasługuje fakt, że nasi dostojni Jubilaci tworzą związki małżeńskie o wiele dłużej niż 50 lat (jeden z wymogów formalnych, aby odznaczenie mogło być przyznane). Państwo Bronisława i Wiesław Radzikowscy są bowiem małżeństwem od 56 lat, natomiast Państwo Stefania i Henryk Wilkowscy od 65 lat. Tak niezwykle staż małżeński budzi powszechne uznanie i szacunek.



Część oficjalną uroczystości rozpoczęła kierownik Urzędu Stanu Cywilnego Joanna Konieczna, następnie okolicznościowe przemówienia wygłosili burmistrz Robert Perkowski oraz przewodniczący Rady Miasta Ząbki Wojciech Gut, w których z uznaniem odnieśli się oni do roli, jaką Jubilaci odgrywają w życiu swoich rodzin i całej społeczności. Odznaczeniu Jubilaci stanowią bowiem wzór godny do naśladowania, szczególnie w dzisiejszych trudnych czasach.

Następnie rozpoczęła się ceremonia wręczenia medali oraz okolicznościowych legitymacji potwierdzających fakt ich nadania, grawerionów, albumów oraz kwiatów. Burmistrzowi towarzyszyli jego zastępca Artur Murawski, radni Zofia Dąbrowska i Grzegorz Siwek oraz przewodniczący komisji mieszkaniowej Waldemar Brzeszkiewicz.

Na cześć Jubilatów burmistrz wznosił toast lampką szampana. Goście mogli również skosztować specjalnie przygotowanego na tę okazję tortu. W ostatniej

c z ę s c i

spotkania przyszedł czas na składanie życzeń Jubilatów, pamiątkowe zdjęcia oraz wspólne rozmowy.

Naszym Jubilatów również składamy najserdeczniejsze życzenia, wielu radosnych chwil, zdrowia oraz wszelkiej pomyślności.

red.



PRG
USŁUGI
GEODEZYJNE

- TYCZENIA
- PODZIAŁY
- MAPY DO CELÓW PROJEKTOWYCH
- INWENTARYZACJA POWYKONAWCZA

Ząbki ul. Gałczyńskiego 19
605-218-000
22 781-45-81
691-515-612
prg1@wp.pl
www.prg1.waw.pl

WULKANIZACJA

Sprzedaż felg, opon nowych i używanych
Sprzedaż akumulatorów

- Montaż-demontaż kół
- Komputerowe wyważanie kół
- Plaskowanie i malowanie felg
- Prostownie felg
- Pompowanie azotem
- Przechowalnia opon

05-091 Ząbki
ul. Batorego 18 a
www.wulkanizacja24.com
biuro@wulkanizacja24.com
Godziny otwarcia: pon.-pt. 8.00-20.00, sob. 8.00-17.00

tel. kom. 604 49 39 31
tel. (022) 781 44 16

TYDZIEŃ „BEZPIECZNE WAKACJE”

Dzieciaki z „Leśnego Zakątką” gotowe do wypoczynku

Wreszcie nadszedł czas upragnionych wakacji. Wiele osób wyjeżdża na wojaże za granicę, wybiera się w urokliwe zakątki naszego kraju albo zostaje w rodzinnych stronach, by aktywnie spędzać czas. Musimy jednak pamiętać, że w ich trakcie mogą nam się przydarzyć różne przygody. Mamy tutaj na myśli zarówno te pozytywne, jak i te nieprzyjemne – zwane wypadkami. Niestety nie jesteśmy w stanie całkowicie się ich ustrzec. Choć powszechnie uważa się, że przezorny zawsze ubezpieczony, to jednak nigdy do końca nie przewidzimy biegu zdarzeń.

Nie możemy i nie powinniśmy zabraniać dziecku odkrywania świata na własną rękę nawet, jeśli czasem przydarzy mu się niemiła przygoda. Jedyne, co możemy zrobić, to nauczyć swoją pociechę jak zadbać o własne bezpieczeństwo na wakacjach.

W Publicznym Przedszkolu Nr 2 „Leśny Zakątek” zawsze przed wakacjami organizowany jest cykl zajęć tzw. „Bezpieczne wakacje” poświęcony bezpieczeństwu i zagrożeniom, jakie można napotkać w czasie wakacyjnego wypoczynku. Również w tym roku dzieci uczestniczyły w całym cyklu tego typu zajęć. Ich celem było przedstawienie dzieciom potencjalnych zagrożeń, jakie mogą spotkać na swoich wakacyjnych szlakach oraz uwrażliwienie ich w kwestii dbałości o bezpieczeństwo swoje i innych.

Pierwsze zajęcia z tego cyklu odbyły się już 17 czerwca. Gościem przedszkolaków była p. **Barbara Ciemska, autorka książek dla dzieci**, która przedstawiła dzieciom swoją książkę pod tytułem „Nieznajomy”. Dzieci mogły nauczyć się, w jaki sposób reagować w sytuacji, gdy spotka ich ktoś nieznajomy i będzie czegoś od nich chciał albo będzie namawiał, by poszły za nim. Każde dziecko otrzymało książkę autorki z dedykacją.

20 czerwca zostali zaproszeni **policjanci Komendy Powiatowej w Wołominie**, którzy utrwaliли bogatą wiedzę zdobytą w ciągu całego roku przez nasze przedszkolaki związaną z bezpieczeństwem, głównie na drodze i w

środkach lokomocji, a także w sytuacji zgubienia się. Na koniec spotkania dzieci otrzymały odbłaskowe naklejki.

W tym samym dniu gościliśmy **przedstawicieli Urzędu Transportu Kolejowego z warsztatami KOLEJOWE ABC**. Dzieci dowiedziały się, jakie niebezpieczeństwa i zagrożenia czyhają na nie w okolicy torów kolejowych oraz jak bezpiecznie podróżować pociągiem. Otrzymały kamizelki odbłaskowe, dyplomy i kolorowanki.

We wtorek wybraliśmy się do **Komisarzatu Policji w Ząbkach**. Tam dokładnie zwiedziliśmy wszystkie pomieszczenia. Policjanci udzielali nam wskazówek dotyczących bezpiecznego postępowania, gdy spotkamy na ulicy człowieka oczekującego pomocy. Bardzo dokładnie zostały omówione i pokazane, a nawet przećwiczone różne sposoby pomocy z użyciem profesjonalnego sprzętu do resuscytacji, **za co bardzo dziękujemy ząbkowskim policjantom**. Wizyta została zakończona zwiedzeniem wozu policyjnego i otrzymaniem pasków odbłaskowych na rękę.

Następnego dnia spacerowaliśmy po naszym rodzinnym mieście docierając docelowo na **ząbkowską stację kolejową**. Bacznie obserwowaliśmy peron, zachowując wszelkie środki ostrożności i utrwalaliśmy zdobytą wcześniej wiedzę z zasad bezpieczeństwa.

Czwartek był dniem, kiedy braliśmy udział **w warsztatach z ratownikami medycznymi**



Centrum Medycznego Fundamentu w Ząbkach na temat „Pierwsza pomoc”. Na spotkaniu tym dzieci powtórzyły raz jeszcze zasady udzielania pierwszej pomocy. Dowiedziały się również, co powinno znajdować się we właściwie przygotowanej apteczce. Nauczyły się jak składać zawiadomienie o wypadku i przećwiczyły numery alarmowe na: policję, straż pożarną i pogotowie ratunkowe. Na koniec spotkania miały możliwość obejrzenia wozu ratowników medycznych od środka.

Ostatnim ważnym wydarzeniem w edukacji dla bezpieczeństwa było spotkanie z **Ochotniczą Strażą Pożarną Zielonki**. Dostarczyło ono wielu informacji na temat najczęstszych przyczyn pożarów, sposobów zapobiegania im. Oglądaliśmy wyposażenie wozu strażackiego, ale też dowiedzieliśmy się o ciężkiej, jakże niebezpiecznej pracy tych odważnych ludzi. Utrwaliliśmy znajomość numerów alarmowych, wiemy jak postępować w trudnych sytuacjach.

Wszystkie te spotkania dostarczyły dzieciom ogromnej wiedzy na temat, jak zachowywać się w czasie wakacji, by uniknąć sytuacji niebezpiecznych i nie ulec wypadkowi.

Najważniejszą zasadą jest jednak racjonalne myślenie i przekonanie o tym, że sami najlepiej potrafimy sobie pomóc po prostu uważając na siebie na wakacyjnym szlaku.

Publiczne Przedszkole Nr2 „Leśny Zakątek”





OTWARTY TURNIEJ SZERMIERCZY „MŁODZI WALECZNI” W ZĄBKACH

Złoty medal dla ząbkowianina Benka

Wminiony weekend w Publicznym Gimnazjum nr 2 w Ząbkach rozegrane zostały zawody w szabli sportowej między 74 zawodnikami z 10 klubów z całej Polski. Rywalizowano w dwóch kategoriach wiekowych: 2001-2004 oraz 2005 i młodsi. Na miejscu podziwiać można było fantastyczne występy młodego pokolenia szermierzy. Obecna na planszach zacięta rywalizacja ustępowała milej i przyjaznej atmosferze zaraz po zakończonych pojedynkach. Zresztą, szacunek do przeciwnika i wysoka kultura jest nieodzownym elementem tej dyscypliny sportu.

W zawodach, ząbkowski klub szermierczy reprezentowały cztery osoby. W kategorii zawodników starszych Grzegorz Kuśmierowski uplasował się na 17 pozycji. Jego młodszy koledzy Kacper Pękala i Aleksander Denkwicz zajęli kolejno 9 i 8 miejsce. Najlepszy rezultat osiągnął Benedykt Denkwicz, który dla Miasta Ząbki zdobył **złoty medal**.

Wyda się, że I edycja turnieju nie będzie ostatnią organizowaną w naszym mieście. Prezes klubu UKS „Szabla Ząbki”

i organizator całego przedsięwzięcia – pan Mirosław Szyber – nie kryje zadowolenia z wysokiej frekwencji oraz dobrej obsady turnieju w obu kategoriach wiekowych. Opinie o imprezie są również bardzo pozytywne. Uczestnicy, ich opiekunowie i trenerzy już dzisiaj deklarują swoją obecność na przyszłorocznych zawodach, na które działacze z Ząbek serdecznie zapraszają.

Realizacja przedsięwzięcia, jakim był turniej szermierczy, nie byłaby możliwa gdyby do jej współorganizacji nie włączył się Miejski Ośrodek Sportu i Rekreacji,

Publiczne Gimnazjum nr 2 w Ząbkach oraz Polski Związek Szermierczy. Nad całością czuwał patron – Burmistrz Miasta Ząbki, a o oprawę medialną zadbał portal zabki24.pl. Wsparcia finansowego udzieliły firmy: Wagraf, Stamp-Grawer, Centrum Medyczne Mavit Sp. z o.o., Infor Biznes Sp. z o.o. oraz Pracownia Mechatroniki.

Organizator dziękuje wszystkim instytucjom za pomoc przy realizacji zawodów, a młodzież zachęca i zaprasza do udziału w zajęciach.

red.

RADY DIETETYKA ...

Odchudzaj się latem – łatwiej osiągniesz sukces

To jak się odżywiamy nie powinno być zależne od pory roku, ale faktem jest, że latem mamy większy zapał do zmian, a sama natura bardzo nam w tym pomaga.

Co pomaga nam w odchudzaniu?

Dietetyk Naturhouse Iwona Michalak wy-
mienia:

1. Kiedy jest ciepło mamy **mniejszy apetyt**, więc łatwiej jest nam wytrwać w swoich postanowieniach.

2. Nasz metabolizm działa latem na wyższych niż zimą obrotach, mamy więc mniejszą tendencję do gromadzenia tłuszczu w organizmie, a co za tym idzie **łatwiej jest pozbyć się nadmiarów tkanki tłuszczowej** już zgromadzonej.

3. Spędzamy zdecydowanie więcej czasu na świeżym powietrzu, **chętniej podejmujemy aktywność fizyczną**, chociażby poprzez spacer, rower czy pływanie. Latem jest nam łatwiej zagospodarować wolny czas i zamiast siedzieć przed telewizorem zjadając słodkości, mamy wiele alternatyw na aktywne spędzenie czasu poza domem.

4. Natura przychodzi nam z pomocą, jeżeli chodzi o komponowanie zdrowych i dietetycznych posiłków. Podstawę zdrowej zbilansowanej diety stanowią między innymi **świeże warzywa i owoce**, a dostępność i różnorodność produktów polecanych podczas odchudzania jest najlepsza właśnie latem.



maliny, porzeczki, arbuzy, brzoskwinie czy agrest. Unikajmy czereśni, winogron czy bananów, które są bardziej kaloryczne.

Szukaj zdrowych zamienników

Jeśli mamy skłonność do jedzenia większych ilości słodczy, dobrą alternatywą będą desery owocowe na bazie jogurtu czy uwielbiane przez nas **koktajle owocowe**. Owoce w takiej wersji powinniśmy spożywać między głównymi posiłkami w ramach drugiego śniadania i podwieczorku, ale również mogą one stanowić smaczną i odżywczą formę deseru po niedzielnym obiedzie czy podczas spotkania ze znajomymi. Jeśli lubimy lody, dobrym rozwiązaniem są **sorbety owocowe** np. ze świeżych truskawek czy malin, które możemy z łatwością zrobić w domu bez obawy o efekty odchudzania

Zaczniij odchudzanie od dziś

Nie przekładaj decyzji o odchudzaniu na później. Zmień nawyki żywieniowe już teraz, a pod koniec wakacji będziesz mogła/mógł pochwalić się szczuplejszą sylwetką. Jeśli brak Ci motywacji, skorzystaj z fachowej pomocy dietetyka. Dzięki wsparciu specjalisty nauczysz się prawidłowo komponować posiłki, szybciej odczujesz spadek kilogramów i unikniesz efektu jo-jo.

Centrum Dietetyczne Naturhouse w Ząbkach, ul. Orla 8 lok. 69 (obok Poczty Polskiej), tel. 604-110-153,
Godziny otwarcia: Pon, Wt: 12:00-20:00,
Śr: 8:00-20:00, Czw, Pt: 8:00-16:00

NATUR HOUSE
Eksperti w reedukacji żywieniowej

5. Podczas zimowych miesięcy nie tylko chętniej sięgamy po bardziej kaloryczne, tłuste potrawy, ale też ciepłe napoje takie jak herbata, kawa czy kakao. **Latem bardziej intuicyjnie wybieramy wodę**, która najlepiej nawadnia nasz organizm i bardzo pomaga w utracie masy ciała. Musimy pamiętać jednak, że w upalne dni nasze zapotrzebowanie na wodę jest zdecydowanie większe, dlatego też musimy dbać o odpowiednią jej podaż. Przez dodatek mięty, cytryny czy wyciśniętego soku z pomarańczy smak wody zdecydowanie się poprawi, co może być cenną wskazówką dla osób, którzy mają problem z wypijaniem odpowiedniej ilości wody w ciągu dnia.

Wybieraj to co najlepsze

Sklepy i targi obfitują w **warzywa i owoce sezonowe** najbardziej wartościowe pod kątem składników odżywczych w tym okresie. Pomidory, ogórki, sałaty, brokuły, papryka czy rzodkiewki to tylko niektóre z warzyw, które powinny królować na naszych stołach. Jednak uważajmy na owoce - nie wszystkie sprzyjają szczupłej sylwetce. Wśród nich najlepsze są te o niższej zawartości cukru, czyli truskawki,

Międzynarodowy turniej „Strongmanów” w Ząbkach

W dniu 19 czerwca 2016 r. na stadionie miejskim w Ząbkach, przy licznie zgromadzonej publiczności, do zawodów w widowiskowych konkurencjach „Strongman” stanęło szesnastu siłaczy z siedmiu krajów: Niemiec, Ukrainy, Białorusi, Serbii, Węgier i Słowacji oraz dwie pary zawodników z Polski. Nasi reprezentanci Mateusz Kieliszkowski i Robert Cyrwus, a także Rafał Kobylarz i Mateusz Baron, wspierani szaleńczym dopingiem ząbkowskiej publiczności, zajęli kolejno pierwsze i drugie miejsce.

Zawodnicy zmierzli się w sześciu konkurencjach, które oceniał sędzia Adam Darazg z Węgier. Imprezę poprowadził komentator sportowy, showman bawiący publiczność oraz DJ Radia Eska Piotr Woltman.

„Przeciąganie Tira” - to pierwsza konkurencja. Samochód ważył 10,5 tony, dystans do przeciągnięcia wynosił 20 metrów w jak najkrótszym czasie. Wygrali zawodnicy z Niemiec.

Druga rywalizacja, w której zmierzli się sportowcy to „Wyciskanie belki”. Konkurencja ta polegała na podniesieniu 260 kg belki z podłoża i uniesienie jej nad głowę, do pełnego wyprostowania rąk. Stopy zawodników musiały być unieruchomione na podłożu. Dwie polskie drużyny wykonały po siedem powtórzeń.

Trzecia to „YOK” nazywany „spacerem buszmena”. Zadaniem zawodników było przeniesienie ciężaru opartego na ramionach, na dystansie 20 metrów, w jak najkrótszym czasie. Regulamin dopuszczał możliwość opuszczania ciężaru na ziemi. 1 miejsce zajęli Polacy: Mateusz Kieliszkowski i Robert Cyrwus.

Kolejnym wyzwaniem był tzw. „Martwy ciąg”, podczas którego zawodnicy stojąc w miejscu musieli podnieść platformę, na której ustawiony był samochód osobowy. Zawodnik podnosił auto do pozycji wyprostowanej jak najwięcej razy. I tę walkę wygrali Mateusz Kieliszkowski i Robert Cyrwus.



Piątą konkurencją były „Taczki”. Zawodnicy pchali taczkę z ładunkiem 420 kg na odległość 20 metrów, jeden z zawodników w jedną stronę a drugi w drugą. I znowu najlepsi okazali się Polacy: Mateusz Kieliszkowski i Robert Cyrwus.

Ostatnia konkurencja to „KULE”. Zawodnik musiał wrzucić kule ważące od 120 kg do 160 kg po kolei na platformy o różnych wysokościach. Tym razem wygrali Rafał Kobylarz i Mateusz Baron.



Klasyfikacja końcowa Pucharu Europy Strongman w Parach wyglądała następująco:

- I miejsce POLSKA (Kieliszkowski – Cyrwus) – 44,5 pkt
- II miejsce POLSKA (Kobylarz – Baron) – 43,5 pkt
- III miejsce NIEMCY (Gordziellik – Kohlruß) –
- IV miejsce UKRAINA (Reksha – Novikov) –
- V miejsce BIAŁORUŚ
- VI miejsce SERBIA (Keckes – Kopilovic)
- VII miejsce WĘGRY (Boros – Varga)
- VIII miejsce SŁOWACJA (Sido – Nagy)

Ukoronowaniem wydarzenia było wręczenie pucharów przez Burmistrza Miasta Ząbki Roberta Perkowskiego.

Ogromne podziękowania należą się organizatorowi imprezy Jarosławowi Stańczykowi - właścicielowi siłowni „Maximus” w Ząbkach, który stworzył ciekawą imprezę przyciągającą



rodziny z dziećmi. Warto dodać, że na dzieci czekały zamki dmuchane, stoiska gastronomiczne oraz dużo wrażeń sportowych. Po zawodach odbyły się występy dwóch zespołów „Kamasutra” oraz „D-Bomb”.

Współorganizatorem wydarzenia był Miejski Ośrodek Sportu i Rekreacji w Ząbkach. Patronat honorowy objął Starosta Powiatu Wołomińskiego, Burmistrz Miasta Ząbki, Patronat medialny: Radio FaMa, gazeta samorządowa „Co słyszać?”, Radio Ząbki.

Sponsorami byli: Grupa DSF, Przedsiębiorstwo Budowlano-Handlowe Gór-Pis s.j. Mateusz Sp. z o.o., Stowarzyszenie Kupców „Bazar Ząbki”, „Stalko” Przybysz i Wspólnicy s.j., Miejskie Centrum Sportu w Ząbkach Sp. z o.o., Przedsiębiorstwo Transportowo-Budowlane „Świerczewski”, „Wiśniowski” Sp. z o.o. S.K.A, Fair Play Plus Marek Krzemieniecki s.j., Przedsiębiorstwo Gospodarki Komunalnej w Ząbkach Sp. z o.o., Drukarnia Benedysiuk, Piekarnia-Cukiernia „Grzybki”, Fotex, Aberlour, Restauracja&Pub Arena, Szklana Pogoda, Oknoplast, Mizumi Sushi, siłownia Gravitan, OIO, Bosh, Auto Slim, Miejski Ośrodek Sportu i Rekreacji w Ząbkach, Komodo, Volkswagen- Sobiesław Zasada Warszawa, Polski Dystrybutor Total Sport.

Imponujące jest to, że w naszym mieście dzieje się coraz więcej imprez o różnym charakterze, a powyższe zawody wygrali Polacy.

Joanna Wysocka
fot. Bogdan Śladowski

obowiązuje od 01.07.2016 r. do 31.08.2016 r.

Rozkład jazdy linii **Ząbki-1** w dzień powszedni

WAKACYJNY

W okresie remontu i objazdu ul. SZPITALNEJ !!!

ulica / nazwa przystanku	Z1	Z1	Z1	Z1	Z1	Z1	Z1	Z1	Z1	Z1	Z1	Z1	Z1	Z1	Z1	Z1	Z1	Z1	Z1
CH M1 Pętla (odjazd)	04:28	05:35	06:31	07:30	08:35	09:30	10:25	11:20	12:25	13:25	14:35	15:35	16:40	18:03	19:03	20:03	21:05	21:58	22:58
ul. Wolności / Wolności 03	04:30	05:37	06:33	07:33	08:38	09:32	10:27	11:22	12:27	13:27	14:37	15:38	16:43	18:06	19:05	20:05	21:07	22:00	23:00
ul. DREWNIKA / DREWNIKA 01	04:32	05:39	06:35	07:35	08:40	09:34	10:29	11:24	12:29	13:29	14:39	15:41	16:46	18:09	19:07	20:07	21:09	22:02	23:02
ul. Wigury / Narutowicza 01	04:34	05:41	06:37	07:37	08:42	09:36	10:31	11:26	12:31	13:31	14:41	15:43	16:48	18:11	19:09	20:09	21:11	22:04	23:04
ul. Wigury / 11 Listopada 01	04:35	05:42	06:38	07:38	08:43	09:37	10:32	11:27	12:32	13:32	14:42	15:44	16:49	18:12	19:10	20:10	21:12	22:05	23:05
ul. Batorego / Wyspiańskiego 02	04:36	05:43	06:39	07:39	08:44	09:38	10:33	11:28	12:33	13:33	14:43	15:45	16:50	18:13	19:11	20:11	21:13	22:06	23:06
ul. Batorego / PKP Ząbki 02 [K]	04:37	05:44	06:40	07:40	08:45	09:39	10:34	11:29	12:34	13:34	14:44	15:46	16:51	18:14	19:12	20:12	21:14	22:07	23:07
ul. Orla / Orla 02	04:39	05:46	06:42	07:42	08:47	09:41	10:36	11:31	12:36	13:36	14:46	15:48	16:53	18:16	19:14	20:14	21:16	22:09	23:09
ul. Skorupki / MCS - Basen 01 (> P)	04:41	05:48	06:44	07:44	08:49	09:43	10:38	11:33	12:38	13:38	14:48	15:51	16:56	18:19	19:16	20:16	21:18	22:11	23:11
ul. Sosnowa / Sosnowa 01	04:42	05:49	06:45	07:45	08:50	09:44	10:39	11:34	12:39	13:39	14:49	15:52	16:57	18:20	19:17	20:17	21:19	22:12	23:12
ul. Gajowa / Gajowa	04:43	05:50	06:46	07:46	08:51	09:45	10:40	11:35	12:40	13:40	14:50	15:53	16:58	18:21	19:18	20:18	21:20	22:13	23:13
ul. Kosynierów / Kosynierów	04:43	05:50	06:46	07:47	08:51	09:45	10:40	11:35	12:40	13:40	14:50	15:54	16:59	18:21	19:18	20:18	21:20	22:13	23:13
ul. Maczka / Maczka 03	04:45	05:52	06:48	07:50	08:53	09:47	10:42	11:37	12:42	13:42	14:52	15:57	17:02	18:23	19:20	20:20	21:22	22:15	23:15
ul. Powstańców / Dziką 01	04:46	05:53	06:50	07:52	08:55	09:49	10:44	11:39	12:44	13:44	14:54	15:59	17:04	18:25	19:22	20:22	21:23	22:16	23:16
ul. Powstańców / Powstańców 03	04:47	05:54	06:52	07:54	08:57	09:51	10:46	11:41	12:46	13:46	14:56	16:01	17:06	18:27	19:24	20:24	21:24	22:17	23:17
ul. Piłsudskiego / Cmentarz 02	04:48	05:55	06:54	07:56	08:59	09:53	10:48	11:43	12:48	13:48	14:58	16:03	17:08	18:29	19:26	20:26	21:25	22:18	23:18
ul. Piłsudskiego / Szwolężerów 02	04:49	05:56	06:56	07:58	09:00	09:54	10:49	11:44	12:49	13:49	14:59	16:05	17:10	18:30	19:27	20:27	21:26	22:19	23:19
ul. Skorupki / Kółkująca 02	04:51	05:58	07:00	08:02	09:03	09:57	10:52	11:47	12:52	13:52	15:02	16:09	17:14	18:33	19:30	20:30	21:28	22:21	23:21
ul. Skorupki / MCS - Basen 01 (> M1)	04:53	06:00	07:02	08:04	09:05	09:59	10:54	11:49	12:54	13:54	15:04	16:11	17:16	18:35	19:32	20:32	21:30	22:23	23:23
ul. Langiewicza / Langiewicza	04:54	06:01	07:03	08:05	09:06	10:00	10:55	11:50	12:55	13:55	15:05	16:12	17:17	18:36	19:33	20:33	21:31	22:24	23:24
ul. 3 Maja / Legionów (ośrodek zdrowia) [K]	04:56	06:03	07:05	08:07	09:08	10:02	10:57	11:52	12:57	13:57	15:07	16:14	17:19	18:38	19:35	20:35	21:33	22:26	23:26
ul. Wojska Polskiego / UM Ząbki 01(tunel) [K]	04:57	06:04	07:07	08:09	09:09	10:03	10:58	11:53	12:58	13:58	15:09	16:16	17:21	18:39	19:36	20:36	21:34	22:27	23:27
ul. Batorego / PKP Ząbki 01 [K]	04:59	06:06	07:10	08:12	09:11	10:05	11:00	11:55	13:00	14:00	15:12	16:19	17:24	18:41	19:38	20:38	21:36	22:29	23:29
ul. Batorego / Wyspiańskiego 01	05:00	06:07	07:12	08:14	09:12	10:06	11:01	11:56	13:01	14:01	15:14	16:21	17:26	18:42	19:39	20:39	21:37	22:30	23:30
ul. Wigury / 11 Listopada 02	05:01	06:08	07:13	08:15	09:13	10:07	11:02	11:57	13:02	14:02	15:15	16:22	17:27	18:43	19:40	20:40	21:38	22:31	23:31
ul. Narutowicza / Narutowicza 03	05:03	06:10	07:15	08:17	09:15	10:09	11:04	11:59	13:04	14:04	15:17	16:24	17:29	18:45	19:42	20:42	21:40	22:33	23:33
ul. DREWNIKA / DREWNIKA 02	05:05	06:12	07:18	08:20	09:18	10:12	11:07	12:02	13:07	14:07	15:20	16:27	17:32	18:48	19:45	20:45	21:42	22:35	23:35
ul. Radzyńska / Wolności 01	05:08	06:15	07:23	08:25	09:22	10:16	11:11	12:06	13:11	14:11	15:25	16:32	17:37	18:52	19:49	20:49	21:45	22:38	23:38
CH M1 Pętla (przyjazd)	05:10	06:17	07:25	08:27	09:24	10:18	11:13	12:08	13:13	14:13	15:27	16:34	17:39	18:54	19:51	20:51	21:47	22:40	23:40

aktualizacja 22.06.2016 r. TK

Rozkład jazdy linii **Ząbki-1** w soboty, niedziele i święta

ulica / nazwa przystanku																				
CH M1 Pętla (odjazd)	05:30	06:20	07:15	08:05	09:15	10:20	11:15	12:15	13:10	14:10	15:05	16:05	17:10	18:05	19:05	20:05	21:00	22:00	22:50	23:40
ul. Wolności / Wolności 03	05:32	06:22	07:17	08:07	09:17	10:22	11:17	12:17	13:12	14:12	15:07	16:07	17:12	18:07	19:07	20:07	21:02	22:02	22:52	23:42
ul.Drewnicka / Drewnicka 01	05:34	06:24	07:19	08:10	09:20	10:25	11:20	12:20	13:15	14:15	15:10	16:10	17:15	18:10	19:10	20:09	21:04	22:04	22:54	23:44
ul.Wigury / Narutowicza 01	05:36	06:26	07:21	08:12	09:22	10:27	11:22	12:22	13:17	14:17	15:12	16:12	17:17	18:12	19:12	20:11	21:06	22:06	22:56	23:46
ul.Wigury / 11 Listopada 01	05:37	06:27	07:22	08:13	09:23	10:28	11:23	12:23	13:18	14:18	15:13	16:13	17:18	18:13	19:13	20:12	21:07	22:07	22:57	23:47
ul.Batorego / Wyspiańskiego 02	05:38	06:28	07:23	08:14	09:24	10:29	11:24	12:24	13:19	14:19	15:14	16:14	17:19	18:14	19:14	20:13	21:08	22:08	22:58	23:48
ul. Batorego / PKP Ząbki 02 [K]	05:39	06:29	07:24	08:15	09:25	10:30	11:25	12:25	13:20	14:20	15:15	16:15	17:20	18:15	19:15	20:14	21:09	22:09	22:59	23:49
ul. Orla / Orla 02	05:41	06:31	07:26	08:17	09:27	10:32	11:27	12:27	13:22	14:22	15:17	16:17	17:22	18:17	19:17	20:16	21:11	22:11	23:01	23:51
ul. Skorupki / MCS - Basen 01 (> P)	05:43	06:33	07:28	08:19	09:29	10:34	11:29	12:29	13:24	14:24	15:19	16:19	17:24	18:19	19:19	20:18	21:13	22:13	23:03	23:53
ul. Sosnowa / Sosnowa 01	05:44	06:34	07:29	08:20	09:30	10:35	11:30	12:30	13:25	14:25	15:20	16:20	17:25	18:20	19:20	20:19	21:14	22:14	23:04	23:54
ul.Gajowa / Gajowa	05:45	06:35	07:30	08:21	09:31	10:36	11:31	12:31	13:26	14:26	15:21	16:21	17:26	18:21	19:21	20:20	21:15	22:15	23:05	23:55
ul.Kosynierów / Kosynierów	05:45	06:35	07:30	08:21	09:31	10:36	11:31	12:31	13:26	14:26	15:21	16:21	17:26	18:21	19:21	20:20	21:15	22:15	23:05	23:55
ul. Maczka / Maczka 03	05:47	06:37	07:32	08:23	09:33	10:38	11:33	12:33	13:28	14:28	15:23	16:23	17:28	18:23	19:23	20:22	21:17	22:17	23:07	23:57
ul. Powstańców / Dziką 01	05:48	06:38	07:33	08:24	09:34	10:39	11:34	12:34	13:29	14:29	15:24	16:24	17:29	18:24	19:24	20:23	21:18	22:18	23:08	23:58
ul. Powstańców / Powstańców 03	05:49	06:39	07:34	08:26	09:36	10:41	11:36	12:36	13:31	14:31	15:26	16:26	17:31	18:26	19:26	20:24	21:19	22:19	23:09	23:59
ul. Piłsudskiego / Cmentarz 02	05:50	06:40	07:35	08:27	09:37	10:42	11:37	12:37	13:32	14:32	15:27	16:27	17:32	18:27	19:27	20:25	21:20	22:20	23:10	00:00
ul. Piłsudskiego / Szwoleżerów 02	05:52	06:42	07:37	08:29	09:39	10:44	11:39	12:39	13:34	14:34	15:29	16:29	17:34	18:29	19:29	20:27	21:22	22:22	23:12	00:02
ul. Skorupki/ Kollątaja 02	05:54	06:44	07:40	08:32	09:42	10:47	11:42	12:42	13:37	14:37	15:32	16:32	17:37	18:32	19:32	20:29	21:24	22:24	23:14	00:04
ul. Skorupki / MCS - Basen 01 (> M1)	05:56	06:46	07:42	08:34	09:44	10:49	11:44	12:44	13:39	14:39	15:34	16:34	17:39	18:34	19:34	20:31	21:26	22:26	23:16	00:06
ul Langiewicza / Langiewicza	05:57	06:47	07:43	08:35	09:45	10:50	11:45	12:45	13:40	14:40	15:35	16:35	17:40	18:35	19:35	20:32	21:27	22:27	23:17	00:07
ul.3 Maja / Legionów (ośrodek zdrowia)	05:59	06:49	07:45	08:37	09:47	10:52	11:47	12:47	13:42	14:42	15:37	16:37	17:42	18:37	19:37	20:34	21:29	22:29	23:19	00:09
ul. Wojska Polskiego / UM Ząbki 01(tunel) [K]	06:00	06:50	07:46	08:38	09:48	10:53	11:48	12:48	13:43	14:43	15:38	16:38	17:43	18:38	19:38	20:35	21:30	22:30	23:20	00:10
ul.Batorego / PKP Ząbki 01 [K]	06:02	06:52	07:48	08:40	09:50	10:55	11:50	12:50	13:45	14:45	15:40	16:40	17:45	18:40	19:40	20:37	21:32	22:32	23:22	00:12
ul. Batorego / Wyspiańskiego 01	06:03	06:53	07:49	08:41	09:51	10:56	11:51	12:51	13:46	14:46	15:41	16:41	17:46	18:41	19:41	20:38	21:33	22:33	23:23	00:13
ul. Wigury / 11 Listopada 02	06:04	06:54	07:50	08:42	09:52	10:57	11:52	12:52	13:47	14:47	15:42	16:42	17:47	18:42	19:42	20:39	21:34	22:34	23:24	00:14
ul. Narutowicza / Narutowicza 03	06:06	06:56	07:52	08:44	09:54	10:59	11:54	12:54	13:49	14:49	15:44	16:44	17:49	18:44	19:44	20:41	21:36	22:36	23:26	00:16
ul. Drewnicka / Drewnicka 02	06:09	06:59	07:55	08:47	09:57	11:02	11:57	12:57	13:52	14:52	15:47	16:47	17:52	18:47	19:47	20:44	21:39	22:39	23:29	00:19
ul. Radzymińska / Wolności 01	06:12	07:02	07:59	08:51	10:01	11:06	12:01	13:01	13:56	14:56	15:51	16:51	17:56	18:51	19:51	20:47	21:42	22:42	23:32	00:22
CH M1 Pętla (przyjazd)	06:14	07:04	08:01	08:53	10:03	11:08	12:03	13:03	13:58	14:58	15:53	16:53	17:58	18:53	19:53	20:49	21:44	22:44	23:34	00:24

Rozkład jazdy linii Ząbki-2

linia kursuje wyłącznie w dni powszednie

WAKACYJNY

obowiązuje od 01.07.2016 do 31.08.2016

ulica / nazwa przystanku	05:03	05:28	05:47	06:03	06:28	06:54	07:20	07:55	08:30	09:00	09:22	~	14:58	15:30	15:50	16:27	16:52	17:25	17:52	18:28	18:55	19:30
Pętla CH Marki 02 (odjazdy)	05:05	05:30	05:49	06:05	06:30	06:56	07:22	07:57	08:32	09:02	09:24	~	15:00	15:32	15:52	16:29	16:54	17:27	17:54	18:30	18:57	19:32
ul. Wolności / Wolności 03	05:06	05:31	05:50	06:06	06:31	06:57	07:23	07:58	08:33	09:03	09:25	~	15:01	15:33	15:53	16:30	16:55	17:28	17:55	18:31	18:58	19:33
ul. 11 Listopada / Tetmajera 01	05:07	05:32	05:51	06:07	06:32	06:58	07:24	07:59	08:34	09:04	09:26	~	15:02	15:34	15:54	16:31	16:56	17:29	17:56	18:32	18:59	19:34
ul. 11 Listopada / Lisa Kuli 01	05:08	05:33	05:52	06:08	06:33	06:59	07:25	08:00	08:35	09:05	09:27	~	15:03	15:35	15:55	16:32	16:57	17:30	17:57	18:33	19:00	19:35
ul. Wojska Polskiego / Sobieskiego nż	05:09	05:34	05:53	06:09	06:34	07:00	07:26	08:01	08:36	09:06	09:28	~	15:04	15:36	15:56	16:33	16:58	17:31	17:58	18:34	19:01	19:36
ul. Wojska Polskiego / Urząd Miasta 02	05:10	05:35	05:54	06:10	06:35	07:02	07:28	08:03	08:37	09:07	09:29	~	15:05	15:37	15:57	16:34	16:59	17:32	18:00	18:36	19:02	19:37
ul. Piłsudskiego / PKP Ząbki 03 [K]	05:12	05:37	05:56	06:12	06:37	07:04	07:30	08:05	08:39	09:09	09:31	~	15:07	15:39	16:01	16:38	17:03	17:36	18:03	18:39	19:04	19:39
ul. Piłsudskiego / Matejki	05:13	05:38	05:57	06:13	06:38	07:05	07:31	08:06	08:40	09:10	09:32	~	15:08	15:40	16:02	16:39	17:04	17:37	18:04	18:40	19:05	19:40
ul. Piłsudskiego / Szwoleżerów 01	05:15	05:40	05:59	06:16	06:41	07:08	07:34	08:09	08:43	09:13	09:35	~	15:11	15:43	16:05	16:42	17:07	17:40	18:07	18:43	19:08	19:43
ul. Piłsudskiego / Cmentarz 01	05:16	05:41	06:00	06:17	06:42	07:09	07:35	08:10	08:44	09:14	09:36	~	15:12	15:44	16:06	16:43	17:08	17:41	18:08	18:44	19:09	19:44
ul. Powstańców / Powstańców 04	05:17	05:42	06:01	06:18	06:44	07:11	07:37	08:12	08:45	09:15	09:37	~	15:13	15:45	16:08	16:45	17:10	17:43	18:10	18:45	19:10	19:45
ul. Powstańców / Działka 02 [SP3]	05:18	05:43	06:02	06:19	06:45	07:12	07:38	08:13	08:46	09:16	09:38	~	15:14	15:46	16:09	16:46	17:11	17:44	18:11	18:46	19:11	19:46
ul. Powstańców / Maczka 02	05:20	05:45	06:04	06:21	06:47	07:14	07:40	08:15	08:48	09:18	09:40	~	15:16	15:48	16:11	16:48	17:13	17:46	18:13	18:48	19:13	19:48
ul. Powstańców / Powstańców las 02	05:21	05:46	06:05	06:22	06:49	07:16	07:42	08:17	08:49	09:19	09:41	~	15:17	15:49	16:12	16:49	17:14	17:47	18:14	18:49	19:14	19:49
ul. Paderewskiego / Paderewskiego 01 nż	05:26	05:51	06:10	06:27	06:55	07:22	07:48	08:23	08:54	09:24	09:46	~	15:22	15:54	16:18	16:55	17:20	17:53	18:20	18:54	19:19	19:54
ul. Paderewskiego / Szafarzy 01 nż	05:27	05:52	06:11	06:28	06:56	07:23	07:49	08:24	08:55	09:25	09:47	~	15:23	15:55	16:19	16:56	17:21	17:54	18:21	18:55	19:20	19:55
ul. Paderewskiego / Zawodowa 01 nż	05:28	05:53	06:12	06:29	06:57	07:24	07:50	08:25	08:56	09:26	09:48	~	15:24	15:56	16:20	16:57	17:22	17:55	18:22	18:56	19:21	19:56
ul. Chruściela / Rembertów Ratusz 01 [K]	05:29	05:54	06:14	06:31	06:59	07:26	07:52	08:27	08:58	09:28	09:50	~	15:26	15:58	16:22	16:59	17:24	17:57	18:24	18:58	19:23	19:58
ul. Strażacka / Kordiana 01 nż	05:30	05:55	06:15	06:32	07:00	07:27	07:53	08:28	08:59	09:29	09:51	~	15:27	15:59	16:23	17:00	17:25	17:58	18:25	18:59	19:24	19:59
ul. Szwoleżerów / Pułaskiego 01	05:37	06:02	06:23	06:40	07:08	07:35	08:01	08:36	09:07	09:37	09:59	~	15:35	16:07	16:33	17:10	17:35	18:08	18:33	19:07	19:32	20:07
ul. Powstańców / Maczka 03	05:39	06:04	06:25	06:42	07:10	07:37	08:03	08:38	09:09	09:39	10:01	~	15:37	16:09	16:35	17:12	17:37	18:10	18:35	19:09	19:34	20:09
ul. Powstańców / Działka 01	05:40	06:05	06:26	06:43	07:12	07:39	08:05	08:39	09:10	09:40	10:02	~	15:38	16:11	16:37	17:14	17:39	18:12	18:36	19:10	19:35	20:10
ul. Powstańców / Powstańców 03	05:42	06:07	06:27	06:44	07:14	07:41	08:07	08:40	09:11	09:41	10:03	~	15:39	16:15	16:39	17:16	17:41	18:14	18:37	19:11	19:36	20:12
ul. Piłsudskiego / Cmentarz 02	05:43	06:08	06:29	06:46	07:16	07:43	08:09	08:42	09:13	09:43	10:05	~	15:41	16:15	16:41	17:18	17:43	18:16	18:39	19:13	19:38	20:13
ul. Piłsudskiego / Szwoleżerów 02	05:44	06:09	06:31	06:48	07:18	07:45	08:11	08:44	09:15	09:45	10:07	~	15:43	16:17	16:43	17:20	17:45	18:18	18:41	19:15	19:40	20:14
ul. Piłsudskiego / Ząbki OSP	05:46	06:11	06:34	06:51	07:22	07:49	08:15	08:47	09:18	09:48	10:10	~	15:46	16:21	16:47	17:24	17:49	18:22	18:44	19:18	19:43	20:16
ul. Wojska Polskiego / Urząd Miasta Ząbki 01	05:48	06:13	06:36	06:53	07:25	07:52	08:18	08:49	09:20	09:50	10:12	~	15:48	16:24	16:50	17:27	17:52	18:25	18:46	19:20	19:45	20:18
Rychlińskiego / Szpital DREWNIKA	05:49	06:14	06:37	06:54	07:27	07:54	08:20	08:50	09:21	09:51	10:13	~	15:49	16:26	16:52	17:29	17:54	18:27	18:47	19:21	19:46	20:19
ul. 11 Listopada / Kuleszy 01	05:50	06:15	06:38	06:55	07:28	07:55	08:21	08:51	09:22	09:52	10:14	~	15:50	16:27	16:53	17:30	17:55	18:28	18:48	19:22	19:47	20:20
ul. 11 Listopada / Wilcza 01	05:51	06:16	06:39	06:56	07:29	07:56	08:22	08:52	09:23	09:53	10:15	~	15:51	16:28	16:54	17:31	17:56	18:29	18:49	19:23	19:48	20:21
ul. Batorego / Hallera 01	05:53	06:18	06:41	06:58	07:31	07:58	08:24	08:54	09:25	09:55	10:17	~	15:53	16:30	16:56	17:33	17:58	18:31	18:51	19:25	19:50	20:23
ul. Batorego / Sosnkowskiego 01	05:54	06:19	06:42	06:59	07:32	07:59	08:25	08:55	09:26	09:56	10:18	~	15:54	16:31	16:57	17:34	17:59	18:32	18:52	19:26	19:51	20:24
ul. Radzywińska / Bystra 02	05:56	06:21	06:44	07:01	07:35	08:02	08:28	08:57	09:28	09:58	10:20	~	15:56	16:33	16:59	17:36	18:01	18:34	18:54	19:28	19:53	20:26
ul. Radzywińska / Radzywińska 02 nż	05:57	06:22	06:45	07:02	07:36	08:03	08:29	08:58	09:29	09:59	10:21	~	15:57	16:34	17:00	17:37	18:02	18:35	18:55	19:29	19:54	20:27
CH M1 Pętla (przyjazd)	05:59	06:24	06:47	07:04	07:38	08:05	08:31	09:00	09:31	10:01	10:23	~	15:59	16:36	17:02	17:39	18:04	18:37	18:57	19:31	19:56	20:29



Trasa linii "Ząbki-2"

centrum handlowe M1 (pętla), Wolności, 11 Listopada, Wojska Polskiego, tunel (PKP Ząbki), 3 Maja, Piłsudskiego, Powstańców
Warszawa-Rembertów: Żołnierska, Czwartaków, Padarewskiego, Gen. Chruściela, Strażacka, Żołnierska, Szwoleżerów, Maczka, Powstańców,
Piłsudskiego, 3 Maja, tunel (PKP Ząbki), Wojska Polskiego, 11 Listopada, Batorego, Bystra, Radzywińska, centrum handlowe M1 (pętla)

Cennik: bilety jednorazowe: **normalny - 3 zł, ulgowy - 1,5 zł** (zakup u kierowcy, ważny po skasowaniu w kasowniku),
do bezpłatnych przejazdów upoważnia karta mieszkańca "Jestem z Ząbek" - kartę należy okazać kierowcy przy wsiadaniu.

UWAGA: w pojazdach linii Ząbki-2 nie obowiązują bilety ZTM Warszawa !

Organizator przewozów
Miasto Ząbki

objaśnienie użytych oznaczeń:

nż - przystanek na żądanie.

[K] - możliwość przesiadki na kolej

05:57 - kurs koordynowany z koleją w Rembertowie

- przystanki na terenie m.st. Warszawy

W okresie remontu i objazdu ul. SZPITALNEJ !!!

Objaśnienie użytych oznaczeń:

(> P) - określenie kierunku jazdy na przystanku wielorelacyjnym (kierunek ul. Powstańców

Organizator transportu
Miasto Zabki

DSF KICKBOXING CHALLENGE 8
MECZ POLSKA vs NIEMCY
#TYLKOZWYCIESTWO

GODZINA

JAN "IRON"

LODZIK vs BRUHL

ANDREJ

WICHOWSKI

PACZUSKI

**ZAWODOWE WALKI W FORMUŁACH
 K-1 I FULL CONTACT**



9 LIPCA 2016 | ZĄBKI | GODZ. 18:30
HALA SPORTOWA, UL. STEFANA BATOREGO 37

WWW.DSFCHALLENGE.COM



f DSFKICKBOXINGCHALLENGE i DSFKICKBOXING v DSF KICKBOXING CHALLENGE t @DSF_KICKBOXING