



CO SŁYCHAĆ?

Rok XXVII Nr 18 (4283) 28 września 2018 r. ISSN 1427-3717 www.zabki.pl

ZĄBKOWSKA GAZETA SAMORZĄDOWA

Jubileusz Praskiej Giełdy Spożywczej



Praska Giełda Spożywcza, która na stałe wpisała się w gospodarczy i kulturalny krajobraz Ząbek obchodzi w tym roku 27-lecie swego istnienia. Z tej okazji w ogrodach restauracji „Na Skrajnej” odbył się doroczny piknik, na który przybyło kilkuset gości - operatorów, dostawców i klientów. W uroczystości wzięli też udział przedstawiciele Urzędu Miasta Ząbki oraz samorządowcy i politycy, a obowiązki konferansjera pełnił Zygmunt Chajzer.

Dokończenie na str. 7-8



PSL
Razem Budujemy Mazowsze
Emilia OLEKSIK
SEJMIK MAZOWIECKI
#nowePSL



MIASTO ZĄBK
GRA PLANSZOWA
ZAPRASZAJĄ: ORLA, KSIĘGARNIA, GRA

ZARZĄDZANIE
WSPÓLNOTAMI MIESZKANIOWYMI
PRO-SYSTEM NIERUCHOMOŚCI
ponad 50 nieruchomości w Ząbkach ☎ 783-298-248
dla każdego sprawozdanie ze szczegółowym wykazem faktur
możliwość elektronicznego głosowania uchwał firma z Ząbek



Jarosław Pisarczyk
Kandydat do Rady Miasta Ząbki
Okręg 4 Miejsce 3
BEZPIECZEŃSTWO - ROZWÓJ - RODZINA



ADAM JACZEWSKI
Zapraszam mieszkańców Ząbek na dyżur Radnego Powiatu Wołomińskiego
Pierwsza środa miesiąca w godz 18 - 19
Ząbki, ul. Piłsudskiego 68 email: adam.jaczewski@gmail.com



Anna Uścińska
Jako radna zadbam o **DARMOWĄ REHABILITACJĘ DLA SENIORÓW W ZĄBKACH**
Kandyduję do Rady Powiatu z ostatniego miejsca na liście Prawa i Sprawiedliwości



UNIHOKEJ

UCZY BAWI WYCHOWUJE

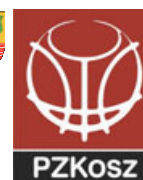
Zapraszamy wszystkich chłopców i dziewczęta w wieku 7-14 lat

Oferujemy:

- Wykwalifikowaną kadrę trenerską
- Profesjonalny sprzęt unihokejowy
- Zajęcia halowe i basenowe
- Oddzielne grupy wiekowe
- Zimowiska i obozy
- Doskonałą zabawę

Kontakt
tel. 696 028 181
e-mail: piraci.unihokej@gmail.com
www.facebook.com/piraciunihokej

Przyjdź na trening i baw się unihokejem razem z nami



Od września 2018 r. Szkoła Podstawowa nr 2 w Ząbkach uczestniczy w projekcie „SMOK” (Szkolny Młodzieżowy Ośrodek Koszykówki) prowadzonym we współpracy z Polskim Związkiem Koszykówki (PZKosz) oraz Ministerstwem Sportu i Turystyki. W roku szkolnym 2018/2019 projekt skierowany jest do **chłopców z klas IV-VI**.

Dzięki programowi dofinansowanemu ze środków Ministerstwa Sportu i Turystyki (MSiT) pozyskanych przez Polski Związek Koszykówki (PZKosz), od początku września do końca listopada 2018 r. uczniowie w ramach projektu mogą uczestniczyć w **bezpłatnych treningach koszykówki** organizowanych na terenie obiektów sportowych Szkoły Podstawowej nr 2 w Ząbkach.

ZAPRASZAMY NA TRENINGI DO „SMOK” ZĄBKII

HARMONOGRAM TRENINGÓW KOSZYKÓWKI

CHŁOPCY klasa IV	WTOREK	14:45 - 16:15	ul. Batorego 11
	ŚRODA	14:45 - 16:15	ul. Batorego 11
CHŁOPCY klasa V	WTOREK	16:30 - 18:00	ul. Batorego 11
	CZWARTEK	15:30 - 17:00	ul. Batorego 37
CHŁOPCY klasa VI	PONIEDZIAŁEK	15:15 - 16:45	ul. Batorego 37
	CZWARTEK	16:45 - 18:15	ul. Batorego 37

DODATKOWE INFORMACJE

slawomir.szczotka@sp2zabki.pl

facebook

SMOK Ząbki
@SMOKZabki



WARSZTAT DEKARSKI

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

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

GABINET INTERNISTYCZNO-PULMONOLOGICZNY

- konsultacje internistyczne (choroby wewnętrzne)
- konsultacje pulmonologiczne (choroby płuc)

UL. NARUTOWICZA 4, 05-091 ZĄBKII

LEK. **ANNA RUTOWSKA**

tel. 665-191-517

ZAPISY NA TELEFON

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.lekarzzabki.pl

AGENCJA METROPOLIS NIERUCHOMOŚCI

Mieszkania Domy Działki

kupno - sprzedaż - wynajem
doradztwo - umowy - kredyty

Ząbki ul. 3 Maja 10 lok. 10 II p.

tel./fax. 22 781 44 56

tel. 601 898 715

www.metropolis.waw.pl

www.agencjametropolis.gratka.pl

e-mail: biuro@metropolis.waw.pl

Poszukujemy mieszkań, domów,
działek do kupna i wynajmu

DYŻURY REDAKCYJNE:

red. Mirosław Oleksiak
Urząd Miasta pok. nr 28
pon. godz. 16.00–18.00
piątki godz. 8.00–10.00



Projekt „Stowarzyszenie PRO Q umacnianiu rodzin w Ząbkach, Markach i Zielonce” dofinansowany jest ze środków Powiatu Wołomińskiego w ramach umowy nr 559.2017 z dn. 30.12.2017 r.

PUNKT SPECJALISTYCZNEGO PORADNICTWA DLA RODZIN

Prowadzący Punkt: Stowarzyszenie PRO – Pracownia Rozwoju Osobowości

siedziba Punktu: Miejski Ośrodek Sportu i Rekreacji w Ząbkach przy ul. Słowackiego 21

telefon: 660 907 563

e-mail: pro-pracownia@wp.pl

strona www: www.stowarzyszeniepro.pl

Zakres oferowanych usług:

- psychoterapia indywidualna
- psychoterapia par
- pomoc psychologiczna w tym lekarza psychiatry
- konsultacje wychowawcze pedagoga
- poradnictwo socjalne

Zapraszamy do kontaktu telefonicznego:

środy w godz. 9.00 - 13.00

piątki w godz. 9.00 - 13.00

lub osobiście w siedzibie Stowarzyszenia dyżur dyspozytora:

wtorki w godz. 12.00 – 16.00

Terminy mogą ulec zmianie!

Zasady przyjęcia:

Terminy spotkań ze specjalistami po uprzednim umówieniu i wstępnej konsultacji będą odbywały się od poniedziałku do piątku w godz. 8.00 – 19.00.

Spotkania z Mieszkańcami

BURMISTRZ MIASTA ZĄBK

zaprasza na spotkania podsumowujące kadencję.

Podczas spotkania zostaną także przedstawione plany na przyszłość.

8 października (poniedziałek), godz. 19.00 - SP1, ul. Harcerska 9

9 października (wtorek), godz. 19.00 - SP2, ul. Batoiego 37

10 października (środa), godz. 19.00 - SP 3, ul. Kościelna 2

11 października (czwartek), godz. 19.00 - SP 3, ul. Powstańców 60

Serdecznie zapraszamy



OGŁOSZENIE O PRACĘ

Dyrektor Publicznego Przedszkola Nr 3
"SKRZAT" zatrudni od zaraz
nauczyciela języka angielskiego
z pełnymi kwalifikacjami
do pracy z dziećmi
w wieku przedszkolnym.



SZLACHETNA PACZKA i AKADEMIA PRZYSZŁOŚCI poszukują wolontariuszy w Ząbkach!

Ruszyła rekrutacja wolontariuszy do SZLACHETNEJ PACZKI i AKADEMII PRZYSZŁOŚCI w Ząbkach. Jeśli chcesz zmienić życie swoje oraz potrzebujących rodzin i dzieci a także rozwijać swoje kompetencje i poznać wartościowych ludzi – zgłoś się na wolontariusza przez stronę www.superw.pl.

Zostań Lokalnym Herosem

Wolontariusze SZLACHETNEJ PACZKI i AKADEMII PRZYSZŁOŚCI to ludzie, którzy nadają sens swojemu zaangażowaniu. Niosą mądrą pomoc, która naprawdę działa. Ich celem jest wyrwanie rodzin, osób samotnych, niepełnosprawnych i seniorów z kręgu biedy, z trudności i bezsilności oraz pomoc dzieciom z porażkami w szkole. Paczka i Akademia łączą tych, którzy mają otwarte serca i chcą mądrze pomagać, z rodzinami i dziećmi, które potrzebują wsparcia. Tylko w 2017 r. do SZLACHETNEJ PACZKI włączono ponad 20 tys. rodzin, a wartość materialna pomocy przekazanej im wyniosła prawie 54 mln zł.

W Akademii wsparcie otrzymało ponad 2300 podopiecznych.

W SZLACHETNEJ PACZCE głównym zadaniem SuperW jest dotarcie do rodzin żyjących w trudnych warunkach. Wolontariusze spotykają się z nimi w ich domach, poznają ich sytuację i potrzeby, a następnie określają, jaki rodzaj pomocy da im największą szansę na realną poprawę ich kondycji. SuperW szuka dla nich darczyńców i organizują przekazanie przygotowanego przez nich wsparcia materialnego, przez co aktywnie włączają się w życie społeczne w swojej okolicy, nawiązując przy tym cenne kontakty.

W Akademii SuperW przez cały rok regularnie, raz w tygodniu, indywidualnie spotykają się z dziećmi, które borykają się z problemami w szkole. Wiele z nich pochodzi z trudnych środowisk. Misją SuperW nie jest udzielanie korepetycji, ale przeprowadzenie dziecka od porażki w szkole do sukcesu w życiu. Dla małego studenta Akademii, Wolontariusz staje się przyjacielem i mentorem. Wykorzystuje w działaniu nowoczesne narzędzia, m.in. oryginalny, stworzony na potrzeby AKADEMII PRZYSZŁOŚCI System Motywatorów Zmiany, który opiera się na metodologii projektowania doświadczeń.

Dlaczego warto?

Pomagając, masz wpływ

Wolontariusz zmienia świat wokół siebie, daje **impuls do zmiany potrzebującym**. Pomagając zmienia życie ich oraz swoje. To, co robi, ma wielki sens. Bez wolontariuszy SZLACHETNA PACZKA nie dotrze do rodzin w potrzebie, a dzieci z AKADEMII PRZYSZŁOŚCI nie będą miały indywidualnych zajęć i nie nauczą się wygrywać.

- Dołączyłam do Paczki, ponieważ szukałam miejsca, gdzie mogłabym pomagać innym i dobrze spędzić swój wolny czas. - mówi Justyna, SuperW Paczki.

Rozwój osobisty i doświadczenie

Profesjonalny wolontariat w Paczce lub Akademii to szansa do rozwijania kompetencji przydatnych w życiu zawodowym - zarządzanie projektami i zespołem, planowanie, komunikacja, motywacja. To również sprawdzanie się w nowych rolach i kształtowanie tak pożądanego postawy jak przedsiębiorczość, przywództwo, otwartość czy odpowiedzialność społeczna. Szczególnie dla młodych to okazja do zdobycia pierwszego udokumentowanego doświadczenia do profesjonalnego CV.

- Tak naprawdę uczysz się rzeczy, o których w życiu byś nie pomyślał, że wolontariat tyle może w ogóle dać. Możemy się sprawdzić w promocji, logistyce, wdrożeniach, szkoleniach - wyznaje Karolina, SuperW Paczki.

Ludzie - wartościowe relacje

Wolontariusz działa z ludźmi dzielącymi jego ideały i cele. Staje się ważną częścią społeczności w swojej okolicy, spotyka m.in.: biznesmenów, samorządowców, społeczników, liderów kultury. Nawiązuje wartościowe relacje towarzyskie i biznesowe, które mogą się przełożyć na rozwój jego kariery. Dzięki niemu spotykają się ludzie, którzy żyją obok siebie, ale wcześniej się nie dostrzegali.

- Szlachetna Paczka to projekt, dzięki któremu poznaje się wielu wspaniałych ludzi. To dzięki nim ten projekt jest tak magiczny i tak wspaniały - mówi SuperW Sebastian.

Wolontariusze to osoby aktywne i odpowiedzialne, które chcą się angażować społecznie, wiek nie ma znaczenia. SuperW to zarówno osoby młode, studiujące, jak również osoby o ustabilizowanej sytuacji zawodowej

Zgłoś się!

Kandydaci na SuperW w swoich rejonach mogą się zgłaszać do 30 września. By zostać wolontariuszem SZLACHETNEJ PACZKI lub AKADEMII PRZYSZŁOŚCI, wystarczy wejść na stronę www.superw.pl i wypełnić krótki, intuicyjny formularz zgłoszeniowy. Następne kroki to rozmowa i jednodniowe wdrożenie. Po nich pozostaje już tylko podjąć decyzję i podpisać umowę wolontariacką. Nie warto zwlekać. Finał SZLACHETNEJ PACZKI, nazwany "Weekendem Cudów", odbędzie się 8-9 grudnia 2018 roku.

Joanna Kołodziejczyk
Lider Szlachetnej Paczki w Ząbkach

**OGŁASZAMY NABÓR
DO ORŁĘT i STRZELCÓW
JEDNOSTKI STRZELECKIEJ 1533
z ZĄBEK**

ORŁĘTA (klasy 2 - 6)
5 października 2018 r. godz. 17:00 (piątek)
Szkoła Podstawowa Nr 1 ul. Piłsudskiego 35

STRZELCY (od 7 klasy wzwyż)
13 października 2018 r. godz. 9:00 (sobota)
Gimnazjum Nr 2 ul. Batoiego 37

Ząbki reprezentowane na święcie Armenii

Z okazji dnia Narodowego Republiki Armenii oraz 100. rocznicy ustanowienia I Republiki Armenii odbyła się uroczystość, na którą Ambasador Armenii w Polsce J.E. Edgar Ghazaryan zaprosił znamienitych gości z kręgów polityki, kultury i gospodarki. Wśród zaproszonych gości obecny był Burmistrz Ząbek Robert Perkowski.



ZAPROSZENIE

Stowarzyszenie Powiatowy Uniwersytet Otwarty serdecznie zaprasza mieszkańców Ząbek i okolic, na rozpoczęcie nowego semestru, który odbędzie się dnia 16 października (wtorek) o godzinie 17.00 w Szkole Podstawowej Nr 1, przy ul. Harcerskiej 9. W każdy wtorek odbywać się będą ciekawe wykłady z różnych dziedzin, w tym z zakresu historii i kultury, a także zajęcia z języka angielskiego.

Przedsięwzięcie objęte jest patronatem Burmistrza Miasta Ząbki.

Szczegółowe informacje otrzymacie Państwo w dniu rozpoczęcia semestru, lub pod tel. 510-236-436

Ząbki zaświeciły blaskiem nowych opraw LED

Trwają obecnie odbiory zmodernizowanego oświetlenia ulicznego na terenie miasta Ząbki. Przedmiotem projektu był remont oświetlenia drogowego na terenie Miasta Ząbki, w ramach którego wymieniono oprawy oświetleniowe na nowoczesne LED. Zostały również wymienione najbardziej wyeksploatowane wysięgniki, na których są montowane oprawy, pozostałe zostały zabezpieczone antykorozyjnie.

Projekt swoim zakresem obejmował wykonanie modernizacji następujących elementów systemu oświetleniowego:

- wymiana oświetlenia sodowego na nowoczesne energooszczędne oświetlenie LED,
- wymianę przewodów od zabezpieczenia do oprawy na miedziane, wszędzie tam gdzie występowały przewody aluminiowe,
- modernizację istniejących szaf oświetlenia ulicznego SON – układ kompensacji mocy biernej, pomiar i zdalny odczyt zużycia energii elektrycznej.

Wymiana opraw była prowadzona na podstawie przygotowanego projektu. Dla wszystkich dróg przeprowadzone zostały obliczenia natężenia oświetlenia w celu wyboru optymalnych opraw w zależności od:

- klasy drogi,
- szerokości drogi,
- odległości pomiędzy słupami,
- wysokości słupów.

Na tej podstawie została dobrana moc opraw oraz układ optyczny, który wpływa

na rozsył światła. Po wymianie oświetlenia zostały wykonane pomiary natężenia i równomierności oświetlenia.

W ramach projektu wymieniono ponad 2300 opraw na oprawy LED na terenie miasta Ząbki. Dzięki układom optycznym kształtującym wiązkę światła poprawiono równomierność natężenia oświetlenia, ograniczono zanieczyszczenie światłem terenów przyległych do pasów drogowych. Przy okazji zredukowano ilość skrzynek oświetlenia nocnego, aż o połowę. Powyższe przekładać się będzie na oszczędności. Już teraz na niektórych punktach poboru energii koszty jej zakupu spadły o około 50%. Dla mieszkańców w krótkim czasie najbardziej widoczną zmianą wynikającą

z projektu jest zmian barwy światła na białą, dzięki której widać lepiej kolory.

Oświetlenie sterowane będzie za pomocą programowalnego sterownika wraz z analizatorem sieci, umożliwiający zdalne odczyty parametrów sieci za pomocą sieci GSM/GPRS. Wszystkie oprawy mają wbudowane moduł umożliwiający redukcję mocy w godzinach nocnych. Szafy oświetlenia będą wyposażone w moduły kompensacji mocy biernej.

Oprócz oszczędności wynikających ze znacznego obniżenia mocy opraw (oprawy led są znacznie sprawniejsze od opraw z sodowym źródłem światła) dodatkowe oszczędności zostaną uzyskane poprzez zmniejszenie mocy przyłączeniowej oraz redukcji liczby liczników energii – co przełoży się na zmniejszenie opłat stałych.

Pierwsze faktury wpływające już w okresie prowadzonych prac potwierdziły znaczące spadki zużywanej energii elektrycznej na oświetlenie ulicznym. Jednak dokładna analiza i ocena rezultatów projektu będzie możliwa, gdy wszystkie liczniki energii będą umożliwiały zdalny odczyt w tym samym czasie.

To jest jeden z pierwszych projektów tego typu w kraju zrealizowany w formule partnerstwa publiczno-prywatnego. Koszty modernizacji oświetlenia pokrył

podmiot prywatny, który miasto wyłoniło w postępowaniu konkurencyjnym i z którym zawarło umowę na 8 lat. Miasto będzie spłacać koszty inwestycji i koszty utrzymania instalacji (tj. ok. 5,5 mln) z oszczędności uzyskanych na kosztach na energii w okresie najbliższych 8 lat. Zmodernizowane, lepsze oświetlenie na pewno przyczyni się do poprawy bezpieczeństwa na ząbkowskich ulicach.



LOTTO Poland Bike Marathon w Ząbkach

To był dopiero debiut! Kolarski peleton LOTTO Poland Bike Marathon pierwszy raz w historii zawitał do Ząbek. Nasze miasto było areną drugiego etapu cyklu wyścigów amatorów MTB, organizowanego przez Grzegorza Wajsa. Debiut wypadł znakomicie. W Ząbkach rywalizowało aż 800 miłośników jazdy na rowerach górskich.

- Debiut Ząbek na mapie Poland Bike okazał się strzałem w dziesiątkę - mówi Grzegorz Wajs, organizator LOTTO Poland Bike Marathon. - Dopisała frekwencja, a trasa została wysoko oceniona przez uczestników. Wyścigi przebiegały przez malownicze Lasy Drewnickie z wykorzystaniem m.in. trasy Memoriału Bercika. Było technicznie i atrakcyjnie.

Na dystansie MAX (45 km) zwyciężył Bartosz Grędziński (Kross Staff Team), przed Kamilem Kuszmidem (KK Catena Wyszków) i Ernestem Kurowskim (AGK Nexo Kurowski Team). Wśród kobiet wygrała Katarzyna Radziszewska, wyprzedzając Magdalenę Kosko (obie z MCP Bike Team) i Izelę Żeszczynską (Sklep Rowerowy Dirty40).

Trasę MINI (27 km) najszybciej pokonał Kacper Skalski (Absolute Bikes Team), finiszując przed Sylwestrem Sztornogą (Niewiadów Boro) i Adamem Płoskim (T4B Bike Team). W rywalizacji kobiet



triumfowała Izabela Kamińska (Patnet Team), która wyprzedziła Olgę Niewiarowską z Warszawy i Martę Bazańską (Rafbike.pl Sklep Rowerowy).

Na dystansie FAN (8 km) wśród chłopców zwyciężył Mateusz Szczepański (V-Max Mińsk Mazowiecki), przed Bartoszem Węgrzy-



nowskim (Go Sport AK Sped Team) i Filipem Surdykiem (Kamyk Radzymin MTB Team). W gronie dziewcząt najlepszą była Zuzanna Posadzy (UKS Kolarz Nadarzyn), przed Alicją Surdyk i Natalią Dobrzyńską (obie z Kamyk Radzymin MTB Team). W Mini Crossie na terenie Miasteczka Poland Bike swoje wyścigi miały też dzieci w wieku 2-4 i 5-6 lat.

W rywalizacji drużynowej w Ząbkach triumfował KK Catena Wyszków, przed MGG Dobry Kurs Team i MCP Bike Team. Młodzieżową punktację drużynową wygrał Kamyk Radzymin MTB Team, przed Warszawskim

Klubem Kolarskim i Bike Concept. W klasyfikacji rodzinnej zwyciężyli Gregorowiczowie, przed Surdykami i Grucami. W punktacji Omnium Poland Bike 2018 prowadzą Kamil Kuszmid (KK Catena Wyszków) i Katarzyna Skura (Jakoobcycles BKK Team).

LOTTO Poland Bike Marathon w Ząbkach został zorganizowany przy współpracy z Urzędem Miasta Ząbki, Urzędem Marszałkowskim Województwa Mazowieckiego i profesjonalnym sklepem i serwisem RafBike Store.



WYGRAJ STYPENDIUM NAUKOWE

Lokalny program stypendialny Towarzystwa Przyjaciół Ząbek 2018/2019

Czeka na Ciebie stypendium w wysokości 300 zł miesięcznie

Jesteś studentem? Mieszkasz w Ząbkach? Chcesz się rozwijać i zaangażować się społecznie? **SPRÓBUJ I APLIKUJ!** To stypendium jest dla Ciebie!

KROK 1 Zapoznaj się z regulaminem i zasadami przyznawania stypendium

KROK 2 Przygotuj pracę na temat: Jak Twoja wiedza lub umiejętności zdobywane podczas studiów mogą przyczynić się do rozwoju Miasta Ząbki lub jego społeczności lokalnej?

KROK 3 Do 19 października wypełnij wniosek o stypendium dostępny na stronie: www.fpz.org.pl

DO WYGRANIA 2 STYPENDIA

WIĘCEJ INFO WWW.FPZ.ORG.PL

Program stypendialny jest współfinansowany przez:

Zostań członkiem Młodzieżowej Rady Miasta!

Jeżeli...

- ✓ Masz ukończone 13 a nie masz więcej niż 18 lat,
- ✓ Jesteś uczniem ząbkowskiej szkoły podstawowej lub mieszkasz w Ząbkach a uczęszczasz do szkoły (podstawowej, liceum, technikum) w innym mieście,
- ✓ Chcesz się zainteresować sprawami lokalnej społeczności i samorządem...

Wystartuj w wyborach i zostań członkiem Młodzieżowej Rady Miasta!

16 października w Ząbkowskich szkołach podstawowych odbędą się drugie w historii Miasta wybory do Młodzieżowej Rady Miasta Ząbki. Więcej informacji uzyskasz u swojego nauczyciela:

- Szkoła Podstawowa nr 1 – p. Monika Kalinowska,
- Szkoła Podstawowa nr 2 – p. Grzegorz Pawluk,
- Szkoła Podstawowa nr 3 – p. Sebastian Łuczak,
- Publiczna Szkoła Katolicka – p. Paweł Dybała.

Nie jesteś uczniem ząbkowskiej szkoły podstawowej?

– Spróbuj swoich szans w konkursie!

Uczniowie innych szkół: podstawowych, liceów i techników mogą zostać członkami Młodzieżowej Rady! Do 9 października złóż wniosek w Biurze Rady Miasta Ząbki lub wyślij go drogą elektroniczną na adres: zabki-br@zabki.pl.

Więcej informacji na stronie Miasta Ząbki w zakładce Młodzieżowa Rada Miasta. Drodzy Rodzice, to szansa rozwoju dla waszych dzieci. Wspólnie wesprzyjmy ich samorozwój angażując ich w życie lokalnej społeczności.

Grzegorz Siwek – Koordynator Młodzieżowej Rady Miasta

Początek pucharowej przygody

Efektowne zwycięstwo w Pucharze Polski na szczeblu okręgu warszawskiego oraz „domowa” wygrana z liderem rozgrywek naszej grupy IV ligi i wyjazdowy remis z KS Łomianki – oto wydarzenia dotyczące drużyny MKS Żąbkovia Żąbki z ostatnich dwóch tygodni.

W meczu 1/16 finału Pucharu Polski MZPN Żąbkovia pokonała w Garwolinie tamtejszą Wilgę 3:0. Hat-trickiem w tym meczu popisał się rozgrywający pierwsze minuty w oficjalnym spotkaniu żąbkowskiej drużyny Michał Tarnogrodzki. Kolejne gole strzelał po podaniach Jakuba Stepnowskiego, Bartłomieja Balcera oraz Kewina Przygody. Nie był jednak jedynym tego dnia debiutantem w żąbkowskiej drużynie. Trener Michał Pulkowski w pucharowej rywalizacji dał szansę zaprezentowania swoich umiejętności zawodnikom, którzy do tej pory grali nieco mniej albo wcale. Od pierwszej minuty zagrali bramkarz Wojciech Krysiak oraz pomocnicy Stepnowski i Wojciech Kokoszewski. Po przerwie na murawie pojawili się m.in. Przygoda oraz dwaj wychowankowie naszego klubu Maciej Pilichowski i Wiktor Ciok.

W ramach 7 serii spotkań rywalem naszej drużyny był raczej niespodziewany lider naszej grupy rozgrywek – Ożarówianka Ożarów Mazowiecki. Po bardzo ciekawym i do końca trzymającym w napięciu meczu Żąbkovia zwyciężyła 1:0. Kilka początkowych minut meczu z perspektywy żąbkowskich kibiców nie wyglądało jednak zbyt optymistycznie. Już pierwsza akcja ofensywna gości mogła się zakończyć objęciem przez nich prowadzenia, gdy lewym skrzydłem w pole karne Żąbkovii przedarł się Jakub Pastusiak i wycofał piłkę Krzysztofa Pikusa, który w dogodnej sytuacji nie trafił w światło bramki. Goście umiejętnie przerywali akcje ofensywne naszej drużyny i błyskawicznie wyprowadzali niebezpieczne kontrataki. Taka sytuacja trwała około dziesięciu minut, i... nagle się uspokoiła. Uważniejsza gra w środku pola pozwoliła żąbkowianom unikać prostych strat napędzających akcje gości, a konsekwentnie budowane akcje ofensywne z czasem zaczęły przynosić efekty w postaci stwarzania zagrożenia pod bramką przyjezdnych. Jedyna bramka w tym meczu padła w 63 minucie meczu. Jedno z wielu tego dnia dośrodkowań Nawrockiego w pole karne zdołał umiejętnie „zgasić” Kozik, a nabiegający Bella płaskim strzałem skierował piłkę do siatki. Jak się jednak okazało nie był to koniec emocji. Ożarówianie ruszyli do bardziej zdecydowanych ataków i kilka razy zdołali zagrozić bramce strzeżonej przez Mateusza Matrackiego. W tym samym czasie po szybkich kontratakach przed wybornymi okazjami na strzelenie drugiego gola dla naszej drużyny stawali kolejno Konrad Cichowski, Patryk Kozierkiewicz oraz Bartłomiej Balcer, który w doliczonym czasie gry oddał minimalnie niecelny strzał z linii pola karnego.

Remisem 1:1 zakończył się wyjazdowy mecz Żąbkovii z drużyną KS Łomianki. Prowadzenie dla gospodarzy uzyskał były zawodnik naszego zespołu Łukasz Stanisławski, a do wyrównania kilka minut później doprowadził Paweł Barzyc. Gospodarze na prowadzenie wyszli w 10 minucie meczu. Podanie ze środka pola Karola Szeligi na prawe skrzydło sprawiło, że Łukasz Stanisławski znalazł się w dogodnej sytuacji do oddania strzału i potrafił ją skutecznie wykorzystać. Po stracie bramki do głosu powoli, ale z każdą minutą coraz bardziej pewnie i zdecydowanie zaczęła dochodzić nasza drużyna, a akcja przeprowadzona w 18 minucie zakończyła się golem wyrównującym. Piłkę pod boczną chorągiewką przejął Bartłomiej Balcer, wycofał do Krystiana Lewandowskiego, który samym jej przyjęciem „zgubił” krycie dwóch defensorów i dokładnie podał do nadbiegającego Pawła Barzycy, którego strzał z linii pola karnego zupełnie zaskoczył bramkarza gospodarzy. Chwilę później podający wcześniej Lewandowski sam został obsłużony doskonałym podaniem na wolne pole przez Damiana



Świerblewskiego, ale zbyt długo zwlekał ze strzałem i ostatecznie już w asyście obrońcy uderzył minimalnie nad poprzeczką.

Już w najbliższą środę żąbkowanie rozegrają kolejny mecz w Pucharze Polski na poziomie okręgu mazowieckiego. Naszym rywalem będzie drużyna rezerw Legionovii Legionowo. Natomiast w sobotę naszą drużynę na Dozbud Arenie w Żąbkach czeka mecz z drużyną Wisły II Płock.

Płocznanie zajmują aktualnie trzecie miejsce w tabeli z dorobkiem osiemnastu punktów i wyprzedzają żąbkowian o dwa „oczka”.

red.

Tabela IV ligi – grupa mazowiecka (północ)

Lp.	Drużyna	Mecze	Punkty	Bramki
1.	OŻAROWIANKA OŻARÓW MAZ	8	21	21-7
2.	HURAGAN WOŁOMIN	8	21	23-7
3.	WISŁA II PŁOCK	8	18	20-9
4.	ŻĄBKOVIA ŻĄBKI	8	16	17-6
5.	MKS PRZASNYSZ	8	16	22-9
6.	KS ŁOMIANKI	8	14	15-11
7.	MAZOVIA MIŃSK MAZOWIECKI	8	13	13-12
8.	POGOŃ II SIEDLCE	8	12	11-8
9.	HUTNIK WARSZAWA	8	9	11-12
10.	KORONA OSTROŁĘKA	8	8	8-11
11.	MKS CIECHANÓW	8	7	8-25
12.	MAZUR GOSTYNIN	8	7	6-13
13.	DRUKARZ WARSZAWA	8	7	10-20
14.	WKRA ŻUROMIN	8	6	9-20
15.	MŁAWIANKA MŁAWA	8	4	5-16
16.	KASZTELAN SIERPC	8	4	6-19



Dozbud Arena w Żąbkach
Żąbki, ul. Słowackiego 21

9 kolejka

IV liga piłkarska 2018/2019
grupa: mazowiecka (północ)



Żąbkovia Żąbki – Wisła II Płock
29 września 2018 (sobota) godz. 11.00

Dokończenie ze str. 1

Jubileusz Praskiej Giełdy Spożywczej

Część oficjalną rozpoczęło wystąpienie Zenona Daniłowskiego, gospodarza uroczystości i zarazem przewodniczącego rady nadzorczej PGS, który podziękował firmom hurtowym i pracownikom Giełdy za dotychczasowy wysiłek i wkład w budowanie wizerunku Praskiej Giełdy Spożywczej.

- Minęło już 27 lat, a to bardzo dużo czasu w biznesie. Cieszę się, że możemy się dzisiaj spotkać, że wśród nas są nasi hurtownicy i ich klienci – właściciele sklepów, restauracji – oraz po prostu przyjaciele. Nasz rynek hurtowy budowaliśmy w czasach, kiedy wszystko można było z łatwością sprzedać, a brakowało raczej towarów. Czasy się jednak zmieniły. Dzisiaj handel trzeba prowadzić w warunkach nadprodukcji wszelkich dóbr – jest on w związku z tym prawdziwą sztuką!

Tyle razy podkreślałem, że dla mnie najważniejsze jest to, że



Państwo jesteście naszymi lojalnymi klientami. Bardzo jestem z tego dumny. Czasem jestem na Giełdzie o czwartej nad ranem i widzę wszystkie hurtownie otwarte. To naprawdę ciężka praca. Jedną rzecz mnie martwi. Kiedy tworzyliśmy Giełdę, byliśmy młodzi. Dzisiaj wielu z nas jest osobami w wieku lat 50 z dużym plusem. Myślę, że dobrze by było, żeby Państwo pomyśleli o sukcesji. Zawsze jestem szczęśliwy, kiedy mogę się przywitać z następcami właścicieli hurtowni. Ta płynna sukcesja jest potrzebna, aby wasz biznes zyskał świeżą energię i nowe spojrzenie na dynamicznie zmieniającą się rzeczywistość; byśmy mogli dalej służyć sobie, Ząbkom i aglomeracji warszawskiej – powiedział Zenon Daniłowski, długoletni prezes Praskiej Giełdy Spożywczej.

Skierowany do operatorów list ministra Jacka Sasina odczytał obecnie na uroczystości poseł Piotr Uściński. Natomiast w imieniu marszałka województwa mazowieckiego Adama Struzika wystąpiła jego doradca Emilia Oleksiak przekazując na ręce przewodniczącego Zenona Daniłowskiego list gratulacyjny i okolicznościowy upominek.

Dla najwyższej ocenianych przez klientów firm hurtowych przygotowano laury w postaci tytułu „Hurtownia Przyjazna Klientowi”. Z rąk Zenona Daniłowskiego oraz Małgorzaty Zyśk, wiceburmistrz Ząbek wyróżnienia odebrali właściciele lub przedstawiciele hurtowni. W grupie operatorów **do 199 m2**: Wojciech Jaworski BIS-PAK; Zakład Mięsy ZBYSZKO, Zbigniew KrukHurt-Detal Art. Spożywcze Henryk Rzepka Marcin Makaruk. **Operatorzy od 200 do 499 m2**: Przedsiębiorstwo Produkcyjno Handlowo Usługowe APEX Andrzej Pełka; Tomasz Przedsiębiorstwo Handlowo Usługowe Rybak Tomasz; Sylwia Adamkiewicz-Zarzycka ALOSA. **Operatorzy powyżej 500 m2**: Gonciarz Opakowania – M. Gonciarz, I Gonciarz Spółka Jawna; EJART Spółka Jawna J.E.A.R Teodorczyk Hurt-Detal Mięso Wędliny; Centrum Drobiowe REG-DRÓB Michał Strąk, Regina Strąk Spółka Jawna.

Po części oficjalnej na gości Praskiej Giełdy Spożywczej czekały rozmaite atrakcje. Jako pierwsze zaprezentowały swój talent dziewczęta ze Szkoły Tańca Atut Marki & Fart Ząbki, z których najmłodsza ma zaledwie cztery lata.

Gwiazdą wieczoru był zespół Oddział Zamknięty z liderem Krzysztofem Jaryczewskim na czele. Gromkie, w pełni zasłużone brawa otrzymał za swój występ pochodzący z Ząbek Łukasz Rosiński, znany bardziej jako Luka Rosi, który porwał publiczność do tańca.

Podobnie jak w latach ubiegłych, także podczas tegorocznego jubileuszu odbyła się aukcja na rzecz dzieci i młodzieży niepełnosprawnej – podopiecznych koła TPD w Ząbkach. Do każdej pracy dołączony był upominek w postaci książki zatytułowanej „Chajzerów dwóch” z dedykacją Zygmunta i Filipa Chajzerów. W tym roku, dzięki hojności licytujących wykonane przez dzieci i młodzież prace sprzedano za kwotę 4700 złotych. Na tym atrakcje wieczoru się nie zakończyły, wśród uczestników pikniku, którzy pozostawili w recepcji swoje wizytówki, rozlosowano kosze z upominkami.

Aleksandra Olczyk

Fotoreportaż str. 8



Darmowe porady prawne dla mieszkańców

Szanowni Mieszkańcy,

Informujemy, że na mocy porozumienia zawartego pomiędzy Burmistrzem Miasta Żabki a czterema niezależnymi kancelariami prywatnymi:

1. Kancelarię Radców Prawnych Kalinowski Wójciński Korzybski SP. j.,
2. Kancelarię Adwokacką Małgorzata Lewandowska,
3. Rafałem Panasewiczem Radcą Prawnym,
4. Kancelarię Adwokacką Adwokat Marięna Szczęśniak, mieszkańcy Ząbek mogą korzystać z bezpłatnych porad prawnych.

Porady udzielane są w następujących dniach:

Poniedziałek - Budynek Urzędu Miasta Żabki przy ul. Wojska Polskiego 10, sala konferencyjna:
8:00-10:00 Kancelaria Adwokacka Małgorzata Lewandowska,
16:00-18:00 Radca Prawny Rafał Panasewicz, sprawy cywilne (w szczególności umowy, w tym konsumenckie, a także kwestie rodzinne, spadkowe i zasiedzenia) oraz administracyjne (spoza kompetencji UM Żabki)

Wtorek - Kancelaria Adwokacka, Adwokat Marięna Szczęśniak, Żabki przy ul. Orlej 13 lok. 8:
8:00-10:00 Kancelaria Adwokacka (w szczególności sprawy związane z prawem bankowym - umowy tzw. frankowe, ubezpieczenie niskiego wkładu, klauzula dowolnej zmiany oprocentowania, ubezpieczenia pomostowe oraz wszystkie sprawy cywilne, rodzinne i karne).

Czwartek - Budynek Urzędu Miasta Żabki przy ul. Wojska Polskiego 10, sala konferencyjna:
8:00-10:00 Kancelaria Radców Prawnych Kalinowski Wójciński 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 po numerami telefonów:

Kancelaria adwokacka Małgorzata Lewandowska, www.adwokatlewandowska.pl

☎ 501 331 576, (22) 125 49 71

Radca Prawny Rafał Panasewicz

☎ 721 854 998

Kancelaria Radców Prawnych Kalinowski Wójciński Korzybski SP. j.

☎ (22) 652 31 15

Kancelaria Adwokacka, Adwokat Marięna Szczęśniak

☎ 508 319 888

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

Jubileusz Praskiej Giełdy Spożywczej



Sławomir Pisarczyk

Kandydat do
Rady Powiatu Wołomińskiego

Miejsce **2**

WSPÓLNIE DLA ZĄBEK

ZOOŚwiat
sklep zoologiczno-wędkarski

- ♦ ryby akwariowe i rośliny
- ♦ akcesoria akwarystyczne
- ♦ zanęty, przynęty i asortyment wędkarski
- ♦ karmy i akcesoria dla psów i kotów

05-091 Ząbki, ul. Batorego 18 a
tel. 22 781 44 16, kom. 604 493 931
sklep@zooswiat.pl, www.zooswiat.pl

Godziny otwarcia: pon.-pt. 8.00-20.00, sob. 8.00-17.00

www.Dwór Sulejów.pl

tel: 507-027-467
ul. Kościelna 16
05-280 Sulejów
(pow. Wołomin)

WESELA
CATERING
KONFERENCJE
PRZYJĘCIA OKOLICZNOŚCIOWE

Mistrzowska gala KYOKUSHIN CUP 6

22 września w Ząbkach odbyła się szósta Gala Sportów Walki – KYOKUSHIN CUP. Imprezę w hali Szkoły Podstawowej nr 2 uświetniła profesjonalna oprawa muzyczna na specjalnie przygotowanej do tego typu wydarzeń scenie. Patronat honorowy nad turniejem objęli: Marszałek Województwa Mazowieckiego, Starosta Powiatu Wołomińskiego oraz Burmistrz Miasta Ząbki. Podczas przywitania zawodników obecni byli: Sławomir Pisarczyk – radny Powiatu Wołomińskiego oraz Patrycja Żołnierzak – sekretarz Miasta Ząbki, która dokonała oficjalnego otwarcia turnieju. Relację telewizyjną z Gali KYOKUSHIN CUP przeprowadziła po raz kolejny TVP3 Warszawa.

Konkurencję full contact kobiet zwyciężyła mistrzyni Europy – Natalia Kondeusz z Leżajska, która pokonała reprezentantkę KSW KYOKUSHIN Agnieszkę Kulczycką, Michalinę Chrobot z Ostrowi Mazowieckiej oraz Klaudię Borowską z Ząbek. Dwie walki Extra Fight mężczyzn, zwyciężyli przed czasem, po celnych uderzeniach rękoma Kuba Kostrzewski i Michał Domański. Na wyróżnienie zasługuje mocna finałowa walka najstarszych juniorek, w której triumfowała Klaudia Brzozowska przed reprezentantką Litwy – Justyną Ramanauskait. Zgromadzeni kibice obserwowali nad wyraz silne ciosy jak na walki kobiece, a do wyłonienia mistrzyni potrzebne były trzy dwuminutowe rundy oraz ważenie. Doskonale zaprezentowała się Julia Stępniewska uzyskując remis z multimedalistką Mistrzostw Europy Agnieszką Winek z Otwocka. Na zakończenie emocjonującą walkę stoczyli także: Karol Brejtfus z Józefowa – aktualny mistrz świata juniorów i Krystian Tyszko – tegoroczny mistrz Polski z kategorii super ciężkiej. Publiczność oklaskiwała zacięte wymiany z obu stron, a o zwycięstwie w tym pojedynku zadecydowała mniejsza ilość kilogramów po stronie młodego mistrza świata.



W rozgrywanym do południa turnieju juniorskim okazałe puchary KYOKUSHIN CUP otrzymali zwycięzcy: Zosia Piskorz, Igor i Nikodem Gawrysiuk, Michał Pazio, Bartek Kazimierzczak, Mateusz Kornacki, Karol i Robert Narożniak, Piotr Karbownik oraz Marcin Kaczanowski.



Podczas dekoracji puchary, wyróżnienia i nagrody dla najlepszych zawodników wręczał m.in. Tomasz Puzon – przedstawiciel ogólnopolskiej akcji „Mistrza Nie ZATRZYMASZ – sportowcy dzieciom”, dzięki której dzieci z ubogich rodzin biorą udział w szkoleniu sportowym na najwyższym poziomie.

Turniej KYOKUSHIN CUP 6 był współfinansowany ze środków Starostwa Powiatowego w Wołominie oraz Urzędu Marszałkowskiego Województwa Mazowieckiego. Wsparcie organizacyjne dla turnieju zapewniły: CEWIK, COMMUNICATION ART., BR MONIKI ZACH, BIESIADOWO Ząbki, VOBRO, PHOTO OLGA oraz KALINKA. Organizatorem imprezy był Klub Sportów Walki KYOKUSHIN. Więcej informacji i zdjęcia z turnieju na www.kswkyokushin.pl

KSW KYOKUSHIN



Szanowni Państwo, Drodzy Mieszkańcy!



Pragnę Państwa poinformować, że w najbliższych wyborach samorządowych kandyduję na stanowisko burmistrza Naszego Miasta. Zabki to całe moje życie, tu się urodziłam, chodziłam do szkoły, założyłam rodzinę. Ja i moi najbliżsi kochamy to Miasto i z nim wiążemy swoją przyszłość. Moim marzeniem jest, aby nasi Mieszkańcy mogli posłać do nowoczesnych, dobrze wyposażonych przedszkoli i szkół swoje dzieci, a po pracy spędzić tu miło czas z rodziną.

W swoich działaniach jestem konsekwentna i skuteczna. Wiem, że mając szczytne cele, trzeba do nich nieustannie dążyć. Jestem otwarta i mam szacunek do ludzi. Rzetelność, uczciwość i pracowitość to cechy, które cenię. Zaufał mi burmistrz Robert Perkowski i powierzył funkcję swojego Zastępcy. Jeśli i Państwo obdarzą mnie zaufaniem, to nie zawiodę.

Wszystkich zainteresowanych współpracą na rzecz rozwoju Ząbek zapraszam do kontaktu tel. (22) 51-09-702

Z wyrazami szacunku
Małgorzata Zysk

Nasz program jest wynikiem rozmów z mieszkańcami i przeprowadzonych w czerwcu 2018 r. konsultacji społecznych. Priorytetem są oczekiwania Ząbkowian, jakie wyrazili w ankietach.

1. Budowa szkół, przedszkoli i żłobków (nawa szkoła z przedszkolem oraz szkoła średnia).
2. Parking podziemny z modernizacją pasażu oraz parking przy ul. Piłsudskiego/3 Maja.
3. Realizacja projektu ogród (parki, place zabaw, fontanny, tężnia i miejsca rekreacji).
4. Nowe Centrum Kulturalne Ząbek (okolice stacji i bazaru).
5. Nowe połączenia komunikacji miejskiej i większa częstotliwość kursowania obecnych linii.
6. Modernizacja i remonty istniejących dróg gminnych oraz budowa ścieżek rowerowych.
7. Utwardzenie wszystkich gruntowych ulic (wsparcie z Narodowego Programu Budowy Dróg).
8. Budowa kanalizacji deszczowej (drugi co do wielkości projekt w Polsce).
9. Przejście podziemne dla pieszych i rowerów pod torami (Batorego/Piłsudskiego).
10. Programy senioralne, wsparcie finansowe osób starszych (np. zniżki za opłaty śmieciowe).
11. Całodobowe stacjonowanie karetki pogotowia, przywrócenie Nocnej Pomocy Lekarskiej oraz rozbudowa przychodni o gabinety specjalistyczne i rehabilitacyjne.
12. Obniżenie ceny za wodę i ścieki, przy jednoczesnym rozbudowie SUW-u.
13. Nowa biblioteka wraz z kinem 3D w południowej części Ząbek.
14. Zmniejszenie korków w Ząbkach poprzez przebudowę ul. Skorupki, ul. Piłsudskiego oraz budowę wiaduktów Powstańców/Żołnierska i nad torami w ul. Łodygowej.
15. Poprawa estetyki i tworzenie nowych miejsc centrotwórczych dla mieszkańców.

Uczniowie z Niemiec z wizytą u Burmistrza Ząbek

Burmistrza Ząbek odwiedziła młodzież z Dortmundu, ze szkoły Johann-Gutenberg-Realschule. Goście przybyli tu w ramach wymiany między szkołami do Szkoły Podstawowej nr 2 w Ząbkach im. Jana Kochanowskiego. Zostali podjęci w Sali Konferencyjnej im. Hydera w Urzędzie Miasta Ząbki w dniu 19 września br. Wśród nich znaleźli się nauczyciele: Hildegard van Loon i Michael Schubert oraz osiemnaścioro uczniów.



Przybyli w towarzystwie dyrektora SP nr 2 Ireny Małyszczuk oraz nauczycielki Marty Kamińskiej. Zostali ugośczeni przez burmistrza Roberta Perkowskiego oraz z-cę burmistrza Małgorzatę Zysk. Burmistrz przedstawił gościom prezentację o Ząbkach i odpowiedział na ich pytania. A te były różne: od

tych dotyczących komunikacji, po poziom nauczania w szkołach. Na zakończenie wykonano pamiątkowe zdjęcia i wręczono gościom upominki w postaci gadżetów ząbkowskich.

Iwona Potęga





KANDYDATKA NA BURMISTRZA MIASTA ZĄBKİ

MAŁGORZATA ZYŚK



KANDYDACI DO RADY POWIATU WOŁOMIŃSKIEGO



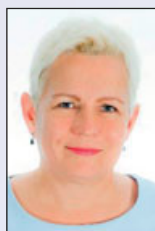
1. Robert Perkowski



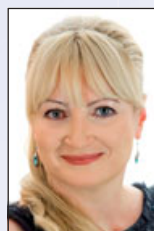
2. Sławomir Pisarczyk



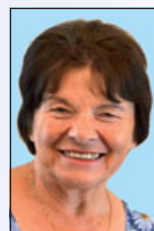
3. Grzegorz Siwek



4. Jolanta Salak



5. Renata Ciołek



6. Anna Uścińska

KANDYDACI NA RADNYCH DO RADY MIASTA ZĄBKİ

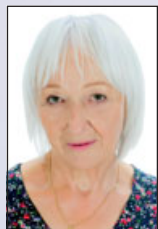
OKRĘG NR 1.



1. Jan Kurowicki



2. Wojciech Gut



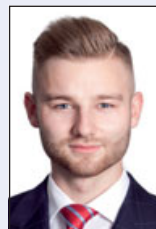
3. Olga Kisiel



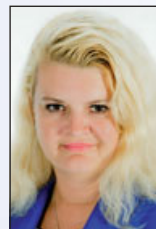
4. Olgierd Radoń



5. Elżbieta Połomska



6. Piotr Pieńkowski



7. Magdalena Maliszewska



8. Marcin Kubicki

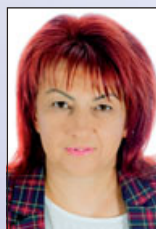
OKRĘG NR 2.



1. Robert Świątkiewicz



2. Zofia Dąbrowska



3. Agnieszka Ignaczak



4. Maria Guzowska



5. Ewa Borkowska



6. Dariusz Dudkiewicz



7. Łukasz Uściński

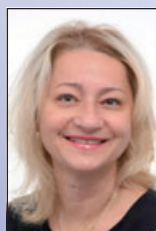
OKRĘG NR 3.



1. Grażyna Sobierajska



2. Marek Połomski



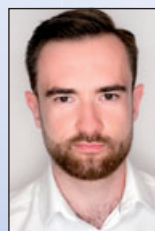
3. Renata Bardzał



4. Krzysztof Gutowski



5. Ewa Szymczak



6. Marcin Popowski



7. Aleksandra Siwek

OKRĘG NR 4.



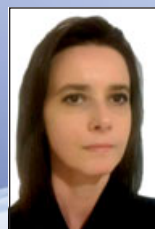
1. Małgorzata Zysk



2. Paweł Poboży



3. Jarosław Pisarczyk



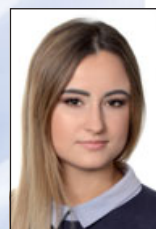
4. Lilla Sasin



5. Olga Tomecka



6. Paweł Szymczak



7. Monika Pych

Z naszego komitetu kandyduje urzędujący burmistrz, dwunastu obecnych radnych, w tym dwóch powiatowych oraz dwóch z poprzedniej kadencji. Kandydaci Prawa i Sprawiedliwości to doświadczeni samorządowcy, cieszący się zaufaniem społecznym. Głos oddany na nasz komitet to opowiedzenie się za postępem, uczciwością, rzetelnością i doświadczeniem.

WYBIERAM X ZĄBKI

Nasi kandydaci do Rady Miasta

Okręg nr 1

1. Sławomir NOWAK
2. Andrzej CHIBOWSKI
3. Ewa KOMOREK
4. Hanna ROSTKOWSKA
5. Ewa PIEKARZ
6. Konrad ADACH
7. Wojciech POLKOWSKI
8. Ignacy JARZYŁO

Okręg nr 2

1. Tomasz SZYMCZAK
2. Adrian CELIŃSKI
3. Anna KURKIEWICZ
4. Sylwia KOWALCZYK
5. Regina WALCZAK

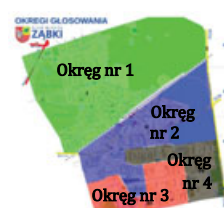
Okręg nr 3

1. Artur WAŁACHOWSKI
2. Barbara DĄBROWSKA
3. Adam NIEWIADOMSKI
4. Joanna DĄBROWSKA
5. Krzysztof SALUS

Okręg nr 4

1. Waldemar STACHERA
2. Wiktoria ŻUROBSKA
3. Jarosław SĘDEK
4. Adam REMIARZ
5. Dorota ROŻEK
6. Aleksandra BOGDAŁ

Więcej o kandydatach
na stronie wybieram-zabki.pl



Komitet „Wybieram Ząbki” tworzą osoby, które uważają, że Ząbki powinny być wolne od polityki. Naszymi kandydatami są lokalni społecznicy, osoby aktywne i zaangażowane w sprawy Miasta, w tym siedmiu aktualnych i pięciu byłych radnych. Współtworzyliśmy Ząbki i nadal chcemy działać na ich rzecz.

Spotkania z kandydatami - godz. 19.30

- | | |
|------------|--|
| Okręg nr 2 | 1.10.2018 w Szkole Podstawowej nr 1 przy ul. Harcerskiej 9 |
| Okręg nr 1 | 2.10.2018 w Szkole Podstawowej nr 2 przy ul. Batorego 37 |
| Okręg nr 3 | 3.10.2018 w Szkole Podstawowej nr 3 przy ul. Kościelnej 2 |
| Okręg nr 4 | 4.10.2018 w filli SP 3 przy ul. Powstańców 60 |

Nasz kandydat na Burmistrza Artur WAŁACHOWSKI

44 lata, wykształcenie wyższe techniczne, żonaty, dwie córki.

Od wielu lat mieszka i pracuje w Ząbkach jako specjalista ds. inwestycji.

Jako radny, członek Komisji Rewizyjnej, zabiegał o sprawiedliwe działanie władz miasta.

Pracowity, uczciwy, zaangażowany w życie lokalnej społeczności, działacz społeczny.

Więcej o kandydacie na wybieram-zabki.pl



Program dla Ząbek

- ☒ Przyjazne Ząbki
- ☒ Bezpieczne Ząbki
- ☒ Samorządowe Ząbki
- ☒ Kulturalne Ząbki
- ☒ Czyste Ząbki
- ☒ Zdrowe Ząbki

Szczegóły programu na stronie wybieram-zabki.pl/program

Temat budżetu obywatelskiego był co prawda w ostatnich 4 latach przedmiotem obrad kilku Komisji Rady Miasta, ale prace te nie kończyły się żadnym projektem uchwały. Również wnioski poszczególnych radnych, aby w budżecie Ząbek umieścić pozycję „Budżet obywatelski” pozostawały bez echa.

Dopiero inicjatywa 4 bezpartyjnych radnych (reprezentujących Mazowiecką Wspólnotę Samorządową, a obecnie kandydujących z listy **Wybieram Ząbki**), którzy opracowali na bazie funkcjonującej już uchwały w Markach kompletną uchwałę dla Ząbek, stała się milowym krokiem na drodze do wprowadzenia w Ząbkach budżetu obywatelskiego.

Projekt jeszcze w kwietniu br. został złożony do Rady Miasta i po „pierwszym czytaniu” na Sesji oraz zaopiniowaniu przez Komisję Społeczną ponownie trafił w dniu 26 września pod obrady Rady Miasta. **Być może więc – dzisiaj, kiedy Państwo czytacie tę informację – Ząbki mają już Budżet Obywatelski.**

Podjęcie uchwały to jednak nie wszystko. Można ją realizować z przymusu, albo z zapalem. Można w budżecie przeznaczyć na ten cel tylko symboliczne środki, a można faktycznie przekazać Mieszkańcom prawo do wspólnego decydowania o znaczących kwotach.

Wybierając w tych wyborach naszych kandydatów macie Państwo pewność, że temat ten będzie priorytetowym w nadchodzącej kadencji władz samorządowych. Pokazaliśmy, że zależy nam na wprowadzeniu budżetu obywatelskiego, a nie tylko o tym mówimy i obiecujemy.

DECYDUJMY WSPÓLNIE

Materiał wyborczy
KWW Wybieram Ząbki

**KOALICJA
OBYWATELSKA**

KANDYDATKA NA BURMISTRZA MIASTA ZĄBKI


**EDYTA
KALATA**

NASZE PRIORYTETY

- Obniżenie opłat za wodę i kanalizację
- Obniżenie opłat za odpady komunalne
- Budowa szkoły podstawowej nr 4
- Ząbkowski Bon dla Dziecka – dofinansowanie do kosztów opieki małych dzieci w klubach dziecięcych, żłobkach, przez nianie lub dziennych opiekunów
- Poprawa funkcjonowania komunikacji (bezpośrednie połączenie z warszawskim metrem)
- Poprawa bezpieczeństwa w mieście (monitoring miejski, rowerowe patrole Straży Miejskiej)
- Przystąpienie Ząbek do Wspólnego Biletu Aglomeracji Warszawskiej
- Budowa sieci rowerów miejskich kompatybilnych z warszawskim Veturillo
- Zagospodarowanie lasu przy ul. Gajowej (stworzenie miejsca aktywnego wypoczynku na powietrzu dla wszystkich grup wiekowych)
- Punkt nocnej pomocy lekarskiej w Ząbkach
- Filia MOK i Miejskiej Biblioteki w południowej części Ząbek
- Udogodnienia dla osób niepełnosprawnych (przejścia dla pieszych, dostępność do urzędu)
- Zwiększenie nakładów na tereny zielone i utrzymanie czystości w Ząbkach
- Aktywizacja Seniorów (utworzenie Rady Seniorów, programy aktywizujące Seniorów)
- Budowa szkoły średniej w Ząbkach

KANDYDACI DO RADY MIASTA – OKRĘG 1

1. SKWIERCZYŃSKA-MIZERSKA Beata Marzanna
2. KRAWCZYK Marek Tomasz
3. MIAZGA Sandra Elżbieta
4. KOWALSKI Waldemar
5. KACPRZAK-MAZUR Magdalena
6. KAJAK Agata Małgorzata
7. KIELAR Paweł Piotr

KANDYDACI DO RADY MIASTA – OKRĘG 3

1. KALATA Edyta Teresa
2. SZUSTEK Paweł Jan
3. WOJCIECHOWSKA Aleksandra Magdalena
4. BEDNARZ Elżbieta Teresa
5. MALINOWSKI Jarosław Jerzy
6. SALAMOŃCZYK Piotr
7. CIERPISZ Tomasz Wojciech

KANDYDACI DO RADY MIASTA – OKRĘG 2

1. MIAZGA Anna Iwona
2. JAROSZ Marcin Aleksander
3. MARKIEWICZ Radosław Dominik
4. GOLIK Patryk Kamil
5. MATYSIEWICZ Karolina
6. SZAŁKOWSKI Piotr
7. KIELASIŃSKA-CHARKIEWICZ Joanna

KANDYDACI DO RADY MIASTA – OKRĘG 4

1. OLEKSYN Olga Jadwiga
2. MURAWIECKI Szymon Piotr
3. TOTON Marzena
4. ŻABIŃSKI Rafał Łukasz
5. SIKORA Mirosław
6. ŚLUSARCZYK Sebastian Wojciech
7. KŁODNICKA Edyta

KANDYDACI DO RADY POWIATU

- | | |
|----------------------|--------------------------|
| 1. KALATA Tomasz | 4. MASTALERSKA Agnieszka |
| 2. RYPCZYŃSKA Monika | 5. SKOWRON Bożena |
| 3. SAWICKI Tomasz | 6. KRALCZYŃSKI Stanisław |

ROZMOWA Z LIDERM KOMITETU JEDNA POLSKA SAMORZĄDOWA, BURMISTRZEM KOBYŁKI ROBERTEM ROGUSKIM

Jedna Polska Samorządowa w Ząbkach

Panie Burmistrzu dlaczego zdecydował się Pan na start w wyborach do rady Powiatu Wołomińskiego?

Przez cztery kadencje pracy samorządowej, na początku jako radny, potem Burmistrz Miasta Kobyłka stale współpracowałem ze Starostwem Powiatowym w Wołominie poznając dokładnie nasz powiat. Zarówno jego silne, jak i słabe strony oraz potencjał, który możemy jeszcze efektywniej wykorzystać. Jedna Polska Samorządowa to projekt, któremu przyświeca idea współpracy pomiędzy gminami ponad wszelkimi podziałami na rzecz wszystkich mieszkańców powiatu wołomińskiego.

Czy według Pana powiat wołomiński ma ten potencjał?

Zdecydowanie tak, jak najbardziej. Ziemia wołomińska to przede wszystkim ludzie, blisko 300 tysięcy mieszkańców, którzy mają ogrom pomysłów, którzy są wykształceni i kreatywni. Mamy wiele obszarów, które możemy cały czas wykorzystać, pokazać się szerzej zarówno w Polsce, jak i w Europie.

Jakie obszary rozwoju Pan widzi?

Jesteśmy dużym obszarem turystyczno-przyrodniczym. Często mówi się, że powiat wołomiński to zielone płuca Mazowsza. Mamy piękne rzeki: Rządę, Czarną, Liwiec i Bug, które przy lepszym zagospodarowaniu i budowie odpowiedniej infrastruktury turystycznej mogą stać się ciekawą atrakcją dla osób lubiących aktywny wypoczynek.

Historycznie Powiat Wołomiński to nie tylko miejsce Cudu nad Wisłą, wydarzenia oczywiście na rangę światową ale to też ziemia Cypriana Kamila Norwida i Zofii Nałkowskiej, to ziemia biskupów Za-

łuskich i Siostry Faustyny. Warto o tym pamiętać i warto o tym mówić.

A jeśli chodzi o stronę bardziej biznesową?

Korzystne położenie w bezpośrednim sąsiedztwie stolicy, jest niewątpliwie naszym ogromnym atutem. Budowa trasy S8 otworzyła przed powiatem kompletnie nowe możliwości inwestycyjne - dostrzegli to już zresztą inwestorzy zagraniczni w Radzyminie, Dąbrówce i Kobyłce. Powstają i powstawać będą nowe miejsca pracy dla naszych mieszkańców. Dokończenie trasy i jej wszystkich węzłów poprawi również komunikację z Warszawą i całym krajem. Dla jej usprawnienia niezwykle ważna jest też modernizacja trasy kolejowej E75 wraz z węzłem kolejowym w Tłuszczu, przebudowa torowisk i dworców oraz budowa przejazdów bezkolizyjnych, co w znacznej części jest już zrealizowane a dalsze prace będą kontynuowane.

Takie położenie względem Warszawy pozwala mi myśleć o stworzeniu specjalnej strefy ekonomicznej i przemysłowej, co pozwoliłoby na szybszy i efektywniejszy rozwój naszego terenu.

NASI KANDYDACI DO RADY POWIATU W ZĄBKACH:

1. Mirosław Markowicz
2. Iwona Potęga
3. Agnieszka Tadla
4. Szymon Latoszewski
5. Monika Gałązka
6. Andrzej Żyliński



GiGN 6845.150.2018.EB

Burmistrz Miasta Ząbki

ogłasza pierwszy przetarg ustny nieograniczony na wydzierżawienie stanowisk, pod sprzedaż detaliczną kwiatów doniczkowych oraz zniczy, znajdujących się na części działki ewidencyjnej nr 1/2 i 2/1 z obrębem 0055,03-31, położonych w Ząbkach przy ul. Hansa Christiana Andersena (teren przycmentarny)

FORMA PRZETARGU:

Przetarg ustny nieograniczony. Celem przetargu ustnego nieograniczonego jest uzyskanie jak największej stawki czynszu dzierżawnego za stanowisko.

PRZETARG ODBĘDZIE SIĘ

w dniu 17 października 2018 r. w Sali Konferencyjnej Urzędu Miasta Ząbki ul. Wojska Polskiego 10 o godz. 12.00 (wejście B).

WARUNKI UCZESTNICTWA W PRZETARGU JEST WPŁACENIE WADIUM w wysokości 100 zł najpóźniej w dniu 15 października 2018 r. w kasie lub na konto urzędu: Bank Handlowy w Warszawie S.A. 35 1030 1016 0000 0000 9290 1041 (liczy się data wpływu na konto bankowe Urzędu Miasta). W tytule przelewu należy podać sygnaturę: GiGN.6845.150.2018.EB.

WARUNKI PRZETARGU

Przed otwarciem przetargu jego uczestnik winien przedłożyć komisji przetargowej dowód wpłaty wadium, dowód tożsamości oraz wydruk z CEIDG o prowadzeniu działalności gospodarczej. W przypadku gdy uczestnikiem przetargu jest osoba prawna, osoba upoważniona do reprezentowania uczestnika powinna przedłożyć do wglądu aktualny wypis z Krajowego Rejestru Sądowego. Jeżeli uczestnik jest reprezentowany przez pełnomocnika, konieczne jest przedłożenie oryginału pełnomocnictwa upoważniającego do działania na każdym etapie postępowania przetargowego.

Wpłacenie wadium umożliwia uczestnikowi wzięcie udziału w przetargu na dowolną ilość stanowisk. Wadium wpłacone przez uczestnika, który przetarg wygrał, zalicza się na poczet opłaty z tytułu dzierżawy gruntu nieruchomości. Wadium ulega przypadkowi w razie uchylenia się uczestnika, który przetarg wygrał, od podpisania umowy dzierżawy. Pozostałym uczestnikom przetargu wadium zostanie zwrócone niezwłocznie, w ciągu 3 dni od odwołania, zamknięcia, unieważnienia lub zakończenia wynikiem negatywnym przetargu, w sposób odpowiadający formie wnoszenia. Osoby dopuszczone do uczestnictwa w postępowaniu przetargowym składają oświadczenie - w dniu przetargu - o zapoznaniu się z dokumentacją i stanem nieruchomości.

Wydierżawienie nieruchomości podlega opodatkowaniu stawką podatku VAT.

Czynsz dzierżawny za wydierżawienie nieruchomości ustalony w drodze licytacji wraz z należnym podatkiem VAT płatny jest w terminie określonym w umowie dzierżawy jednorazowo.

Szczegółowe informacje odnośnie wydierżawianej nieruchomości można uzyskać w Referacie Geodezji i Gospodarki Nieruchomościami Urzędu Miasta Ząbki przy ul. Wojska Polskiego 10, telefon (22) 5109 746/748 w godzinach pracy urzędu.

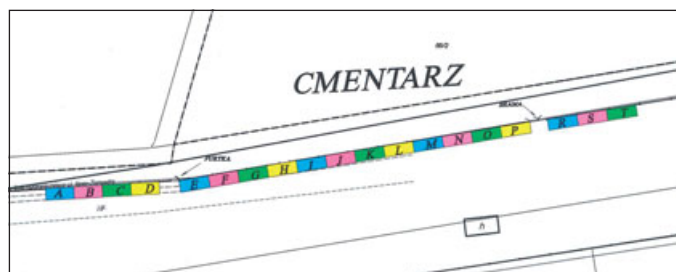
Burmistrz Miasta Ząbki zastrzega sobie prawo odwołania przetargu z ważnych powodów.

OPIS STANOWISK:

Oznaczenie stanowiska	Pow. [m ²]	Termin wydzierżawienia	Wywoławcza opłata z tytułu czynszu dzierżawnego netto [zł]	Minimalne postąpienie [zł]
A.	22	Od dnia 26.10.2018 r. do dnia 4.11.2018 r.	220	50
B.	22		220	50
C.	22		320	50
D.	22		320	50
E.	22		320	50
F.	22		320	50
G.	22		220	50
H.	22		220	50
I.	22		220	50
J.	22		220	50
K.	22		220	50
L.	22		220	50
M.	22		220	50
N.	22		220	50
O.	22		320	50
P.	22		320	50
R.	22		320	50
S.	22		320	50
T.	22		220	50

Załączniki:

1. Umowa dzierżawy (do wglądu w Referacie Geodezji i Gospodarki Nieruchomościami tut. urzędu).
2. Mapa poglądowa z oznaczeniem stanowisk.





RADY DIETETYKA...

Skarby z lasu

Jesienią w polskich lasach królują grzyby. Nietrudno wówczas spotkać zbieraczy z wiklinowymi koszykami. Ich widok nikogo jednak nie dziwi, bo przecież polska kuchnia od dawna słynie z grzybowych przysmaków.

CZY ŚWIAT SZALEJE NA PUNKCIE GRZYBÓW PODOBNIIE JAK POLACY? Niekoniecznie. W większości krajów europejskich grzyby podnoszą wartość wizualną lasów, a ludzie nawet nie są zainteresowani ich zbieraniem. Polacy w tej profesji są zdecydowanymi liderami. Co innego, jeśli mówimy o pieczarkach lub bocznikach, które cieszą się ogromną popularnością na całym świecie, a są uprawiane w dużych, przemysłowych hodowlach. A co z podgrzybkami, kurkami, prawdziwkami czy maślakami? Polska kuchnia nie może się bez nich obejść. Z kolei w innych krajach są one wyłącznie eksportowane w wersji marynowanych przetworów, mrożonek lub suszonych produktów.

JEŚĆ CZY NIE JEŚĆ?

Wokół grzybów narosło sporo kontrowersji, mają zarówno zwolenników, jak i zaciekłych wrogów. Najczęściej potrawy, w których się pojawiają, uważane są za ciężkostrawne i długo zalegające w żołądku. I trudno się z tym nie zgodzić. Wszystkiemu winna jest zawarta w ich ścianach komórkowych chityna, czyli wielocukier nierozpuszczalny przez soki żołądkowe. Dlatego dzieci i osoby starsze, zwłaszcza ludzie cierpiący na schorzenia układu pokarmowego powinni ograniczyć spożycie grzybów. Czy jednak nie mają one żadnych cennych właściwości? Niektórzy specjaliści twierdzą, że grzyby wzbogacają tylko smak i aromat potraw. Na szczęście nie jest to prawdą, gdyż dietetycy oraz lekarze coraz częściej obalają ten mit. Tym, co najskuteczniej go podważa, jest zawartość wody, sięgająca nawet 80–90%. Dzięki niej grzyby możemy nie tylko postawić w jednym rzędzie z arbuzem i melonem, ale też z pełną odpowiedzialnością polecać je osobom pragnącym zrzucić zbędne kilogramy. Ponadto coraz większa grupa naukowców potwierdza, że grzyby są wartościowym źródłem witamin i minerałów. Mało tego! Pod względem zawartości niektórych składników odżywczych nie odbiegają od takich produktów jak drożdże piekarskie, wątróbka i marchewka. Ta ostatnia dobrze jest nam znana z wysokiej zawartości witaminy A w formie karotenu. W niczym nie ustępuje jej jednak popularna kurka oraz smaczny rydz, których kolor wskazuje na podobną ilość tej substancji. Ponadto grzyby bogate są w witaminy z grupy B (zwłaszcza B1, B2, B3, B5) oraz PP. W zależności od gatunku

występują w nich śladowe ilości witaminy C oraz D, jednak brak tłuszczu powoduje, że stają się one nieistotne dla organizmu człowieka. Niektórzy grzyby nazywają „leśnym mięsem”. I choć to sformułowanie wydaje się zaskakujące, to jeśli się nad nim dłużej zastanowimy, dostrzeżemy, że nie powstało przypadkowo. Przecież sucha masa grzybów w głównej mierze składa się z białka, którego ilość zależy od gatunku i wieku. Najwięcej znajdziemy go w świeżych pieczarkach i borowikach. Nie jest to wprawdzie pełnowartościowe białko zwierzęce, ale jest zdecydowanie lepiej trawione od roślinnego. Jeżeli wspomnimy jeszcze o potasie i magnezie, które usprawniają przemianę materii oraz regulują ciśnienie tętnicze, to okaże się, że grzyby należą do jednych ze zdrowszych produktów, po które warto jak najczęściej sięgać nie tylko jesienią, ale regularnie przez cały rok.

GOTOWANE, SUSZONE CZY MARYNOWANE?

Aby jednak na co dzień cieszyć się przyjemnym smakiem i aromatem grzybów, a także korzystać z ich cennych składników odżywczych, trzeba umiejętnie je przechowywać. Przede wszystkim powinny być świeże. Pamiętajmy, że nawet lodówka nie uchroni ich w pełni przed utratą wartościowych substancji. W chłodnych pomieszczeniach wytrwają maksymalnie do 48 godzin. Dlatego niemal od razu po powrocie z grzybobrania należy je poddać odpowiedniej obróbce termicznej. Jednym z najstarszych sposobów jest **suszenie**. Dawniej grzyby nawlekano na grube nici i rozwieszano nad kaflowymi piecami. Dziś wystarczy kawałek wolnej przestrzeni pod kaloryferem lub użycie specjalnego trybu w piekarniku. Proces ten, mimo że pozbawia grzyby większości wody, to pozwala im zachować dużą zawartość białka. Niestety, ilość witaminy C znacząco ulegnie zmniejszeniu. Inną, również bardzo popularną metodą jest **marynowanie**. Polacy są jednym z niewielu narodów, który lubuje się w przyrządzaniu przetworów domowych. Nie zapominajmy jednak o tym, że marynaty grzybowe zawierają dużą ilość kwasu octowego, którego nadmiar jest niekorzystny dla naszego zdrowia. Dlatego najlepszą metodą obróbki grzybów pozostaje **gotowanie**. Jak długo jednak powinniśmy trzymać grzyby we wrzącej wodzie? To już zależy od gatunku, choć nie krócej niż 20–30 minut. W tym czasie ciężkostrawne węglowodany ulegną rozpadowi na łatwiej przyswajalne cukry proste. Nie wszystkim jednak smakują gotowane grzyby, niektórzy zdecydowanie wolą je w wersji **duszonej**. Tutaj zasada jest bardzo prosta – postarajmy się, by najpierw odpowiednio zmiękły, najlepiej w sosie własnym. W przypadku twardych grzybów, takich jak kurki, możemy dolać

odrobinę wody, która przyspieszy proces duszenia. Zrezygnujmy jednak ze śmietany lub jakichkolwiek sosów, bo niepotrzebnie dodatkowo obciążą nasz żołądek. I wreszcie ostatnia metoda obróbki grzybów – **smażenie**. Pamiętajmy tylko, by ich zbyttno nie przesolić (wówczas pozbawimy je soków witalnych), a także przyrządzić je na dużej patelni, bo bezpośredni kontakt z ogniem lub zbyt rozgrzana powierzchnia sprawi, że grzyby dość szybko przypalą się z zewnątrz, a w środku pozostaną surowe.

ZŁOTY ŚRODEK

Jeśli planujesz rodzinny obiad, w którym główną rolę mają odegrać grzyby, to układając menu, zastanów się nad właściwym doborem pozostałych składników. Najważniejsze, by nie obciążały naszego żołądka. Dlatego jeśli zamierzasz podać duszone mięso, to sos grzybowy może się okazać zbyt ciężkim dodatkiem. Grzybów nie powinno się też łączyć z niektórymi warzywami, np. fasolą, selerem oraz ogórkiem. W tym przypadku purée z selera śmiało można zamienić na ziemniaki a ogórkową mizerię na miks sałat. Dodatkowo warto użyć ziół przyspieszających trawienie (tymianku, rozmarynu, majeranku). Od wieków grzyby są skarbnicą intensywnego aromatu i smaku – koniecznie trzeba je wprowadzić na stałe do naszego menu.

Jeśli chciałbyś dowiedzieć się więcej o zdrowym odżywianiu i skorzystać z indywidualnej porady dietetyka, zapisz się na konsultację do Centrum Dietetycznego Naturhouse Zabki.

Centrum Dietetyczne Naturhouse Zabki,
ul. Orla 8 lok. 69 (obok Poczty Polskiej)
tel. 604-110-153



Godziny otwarcia:
Pon- Śr: 12:00-20:00, Cz- Pt: 8:00-16:00



Wędkarskie zawody gruntowe

16 września na Kanale Żerańskim odbyły się zawody wędkarskie koła PZW 61 Ząbki o Puchar Przewodniczącego Rady Miasta Ząbki Wojciecha Guta.

Po odprawie przeprowadzonej o godz. 7 przez sędziego Bartosza Skorlińskiego zawodnicy rozeszli się na stanowiska i zaczęli łowić. Wśród złowionych ryb tego dnia przeważała płoć, choć trafiały się również i inne gatunki. Brania były słabe, więc każda sztuka mogła zdecydować o miejscu na podium. Po pięciu godzinach wędkowania i zważenia ryb sędzia ogłosił następujące wyniki:

W kategorii Senior :

- 1 miejsce – Grzegorz Młynarski (2445 g)
- 2 miejsce – Rafał Wójcik (1730 g)
- 3 miejsce – Tomasz Szymański (1115 g)

W kategorii Senior 60 + :

- 1 miejsce – Leon Romanowski (2310 g)
- 2 miejsce – Roman Rak (1270 g)
- 3 miejsce – Franciszek Dąbrowski (1120 g)



Zawodnicy po wzmocnieniu się gorącym posiłkiem zgromadzili się przy namiocie. W imieniu Przewodniczącego Rady Miasta puchary i nagrody wręczyli prezes Koła Robert Fabisiak i wiceprezes Sławomir Pisarczyk.

Zarząd Koła PZW nr 61 Ząbki serdecznie dziękuje Panu Przewodniczącemu Rady Wojciechowi Gutowi za objęcie patronatem i ufundowanie nagród na te cyklicznie organizowane zawody. Dziękujemy również zawodnikom i innym osobom biorącym udział w przygotowaniu imprezy.

Z wędkarskim pozdrowieniem

Zarząd Koła PZW nr 61 Ząbki



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

PSL
Razem Budujemy Mazowsze

Emilia OLEKSIK Adam STRUZIŁ

f t i

WYWÓZ ODPADÓW BUDOWLANYCH

Usługi Porządkowe „Buli”

Kontenery od 2 do 36 m³
Ceny od 150 zł
tel. 509-136-967
www.buli.com.pl

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

MERYLAND
Jak u mamy

ŻŁOBEK – OPIEKA DZIENNA NAD DZIEĆMI DO LAT 3 ORAZ GABINET LOGOPEDYCZNY

ul. Obrońców 15A w Ząbkach 662 636 650 www.meryland.pl

ZIELONY PRZYSTANEK

990 zł
TUJA SMARAGD 90 CM

NOWE CENTRUM OGRODNICZE W ZĄBKACH, UL. ŁODYGOWA 100

Postaw w ogródku i żyj z wynajmu!!!

WWW.MODULOWYDOM.PL

DAMIR ZĄBKİ, ul. Łodygowa 63

- Solidne, trwałe, super ciepłe
- Do 35m² bez formalności
- Własna produkcja, opatentowana technologia
- Instalacje wod-kan. i elektryczne
- Różnorodność modeli, wiele funkcji
- 30 lat doświadczenia

• 22 678 90 02 • 503 647 565