



CO SŁYCHAĆ?

Rok XXXI

nr 6 (596)

31 marca 2026 r.

ISSN 1427-3717

www.zabki.pl

ZĄBKOWSKA GAZETA SAMORZĄDOWA

SERDECZNE ŻYCZENIA Z OKAZJI ŚWIĄT WIELKANOCY!

Niech ten wyjątkowy czas przyniesie spokój, nadzieję oraz radość płynącą ze wspólnych chwil w gronie najbliższych. Życzymy zdrowia, pogody ducha oraz wielu powodów do uśmiechu, a także wiosennej energii, która doda sił do realizacji codziennych planów i marzeń.

Wojciech Gut

PRZEWODNICZĄCY
RADY MIASTA ZĄBKÓW

Małgorzata Żysk

BURMISTRZ
MIASTA ZĄBKÓW



AGNIESZKA ŻELSKA INSPIRUJE MIASTO



Dokończenie na str. 2

PIERWSZE WIZUALIZACJE OGRODU „MAŁA OJCZYZNA”



Dokończenie na str. 2

NOWA JAKOŚĆ SPORTOWEJ PRZESTRZENI



Dokończenie na str. 2 i 3

Dokończenie ze str. 1 AGNIESZKA ŻELSKA INSPIRUJE MIASTO

17 marca burmistrz Ząbek Małgorzata Zyśk spotkała się z Agnieszką Żelską — osobą od lat zaangażowaną w organizację wyjątkowych inicjatyw dla kobiet. Rozmowa miała nie tylko uroczysty charakter, będąc wyrazem uznania dla jej dotychczasowej działalności, lecz także otworzyła nowy etap przygotowań do kolejnego ważnego wydarzenia kulturalnego w mieście.

Spotkanie stało się okazją do podkreślenia roli, jaką Agnieszka Żelska odgrywa w życiu społecznym Ząbek. Jej inicjatywy od lat integrują kobiety, zachęcają do aktywności i pokazują, jak wielkie znaczenie ma wymiana doświadczeń, energii i wzajemne wsparcie.

Jesień pełna inspiracji.

Marcowe spotkanie zapoczątkowało również rozmowy dotyczące organizacji kolejnej odsłony wydarzenia skierowanego do kobiet. W październiku ma odbyć się „Moc Kobiecej Inspiracji 2026”. Wydarzenie będzie nie tylko kontynuacją dotychczasowych działań, ale również kolejną okazją do budowania kobiecej solidarności, wymiany inspiracji i wzmacniania lokalnych więzi. Podobnie jak wcześniejsze inicjatywy wydarzenie będzie łączyć wymiar kulturalny, społeczny i integracyjny. W mieście, które stawia na aktywność mieszkańców, takie przedsięwzięcia nabierają szczególnego znaczenia.

Agnieszka Żelska od lat udowadnia, że konsekwencja, wrażliwość społeczna i umiejętność jednoczenia ludzi wokół wartościowych idei mogą przynosić trwałe efekty. Spotkanie z burmistrzem Ząbek, stało się więc zarówno momentem podsumowania jej dotychczasowej pracy, jak i początkiem przygotowań do kolejnego wydarzenia.

KSA

Dokończenie ze str. 1 PIERWSZE WIZUALIZACJE OGRODU „MAŁA OJCZYZNA”

Urząd Miasta Ząbki otrzymał pierwsze wizualizacje przygotowywane w ramach projektu „Ogród biocenotyczny na terenie Miasta Ząbki pn. Mała Ojczyzna”. Inwestycja powstanie przy ul. Herberta i ma połączyć funkcje wypoczynkowe i edukacyjne z rozwiązaniami wspierającymi bioróżnorodność. Na realizację projektu burmistrz Małgorzata Zyśk pozyskała dofinansowanie z Funduszy Europejskich w wysokości 3 496 334,98 zł. Całkowitą wartość przedsięwzięcia opiewa na kwotę 6 992 669,98 zł.

W projekcie przewidziano rozległy park z bogatą roślinnością.

Park „Mała Ojczyzna” będzie miał blisko 1,6 ha. Zaplanowano nasadzenie 60 drzew, 300 krzewów oraz 17 tysięcy sztuk różnorodnej roślinności. Dodatkowo projekt zakłada

stworzenie łąki kwietnej złożonej z niemal 160 tysięcy roślin, duży zbiornik wodny ze strumykiem i specjalny wał ziemny przeznaczony dla owadów i jaskółek brzegówek.

Ogród będzie miał układ liniowy i odzwierciedli siedliska charakterystyczne dla gór, nizin oraz rejonów nadmorskich. Przez jego teren będzie przebiegać ścieżka spacerowa. Miejsce to stanie się korytarzem ekologicznym oraz schronieniem dla zapylaczy, ptaków, jeży i innych zwierząt.

Miasto Ząbki w 2025 r. zawarło umowę nr FEMA.02.07-IP.01-02EM/24-00 o dofinansowanie projektu pn. „Ogród biocenotyczny na terenie Miasta Ząbki pn. „Mała Ojczyzna”. Projekt współfinansowany ze środków Europejskiego Funduszu Rozwoju Regionalnego w ramach Priorytetu II: „Fundusze Europejskie na zielony rozwój Mazowsza”, Działania: 2.7 „Bioróżnorodność” z programu Fundusze Europejskie dla Mazowsza 2021-2027.

KSA



Fundusze Europejskie dla Mazowsza

Rzeczpospolita Polska

Dofinansowane przez Unię Europejską



Mazowsze

serce Polski

**Dokończenie ze str. 1.
NOWA JAKOŚĆ SPORTOWEJ PRZESTRZENI**
W Szkole Podstawowej nr 4 w Ząbkach zakończyła się kompleksowa modernizacja energetyczna sali gimnastycznej. Dla uczniów oznacza to nie tylko odświeżoną przestrzeń do codziennych zajęć sportowych, ale przede wszystkim wyraźną poprawę warunków. Obiekt zyskał nowy standard użytkowy, łączący funkcjonalność, komfort i rozwiązania sprzyjające bardziej efektywnemu gospodarowaniu energią.

Zakres przeprowadzonych prac obejmował wymianę nawierzchni oraz instalacji odpowiedzialnych za wentylację i ogrzewanie, a także modernizację stolarki okiennej. Istotną częścią inwestycji było docieplenie dachu oraz samego budynku sali gimnastycznej. Obiekt zyskał nie tylko estetycznie, ale stał się również znacznie lepiej przygotowany do intensywnego, codziennego użytkowania. Ma to znaczenie zarówno podczas lekcji wychowania fizycznego, jak i szkolnych wydarzeń sportowych czy zajęć dodatkowych. Lepsze warunki w budynku to również zdrowsze i bardziej przyjazne środowisko do aktywności.

Realizacja zadania była możliwa dzięki środkom unijnym pozyskanym w ramach projektu „Poprawa efektywności

energetycznej infrastruktury szkolnej na terenie Miasta Ząbki". Dofinansowanie pochodzi z Europejskiego Funduszu Rozwoju Regionalnego w ramach programu Fundusze Europejskie dla Mazowsza 2021–2027, w Priorytecie II „Fundusze Europejskie na zielony rozwój Mazowsza”, Działanie 2.2 Efektywność energetyczna w ZIT. To przykład inwestycji, w której modernizacja infrastruktury edukacyjnej łączy się z długofalowym myśleniem o oszczędności energii i jakości publicznej przestrzeni.

KSA

ZĄBKOWSKA MISTRZYNI NA ŚWIATOWYM POZIOMIE

W Urzędzie Miasta Ząbki burmistrz spotkała się z Zuzanną Marczyk, zawodniczką specjalizującą się w disco dance. Młoda tancerka od lat buduje formę na parkiecie, a jej wyniki potwierdzają, że Ząbki mają reprezentantkę liczącą się zarówno w kraju, jak i poza jego granicami.

W 2025 roku Marczyk sięgnęła po mistrzostwo świata w duecie, a w rywalizacji indywidualnej wywalczyła wicemistrzostwo świata. W tym samym czasie obroniła tytuł Mistrzyni Polski.

Spotkanie w ratuszu było okazją do rozmowy o sporcie, w którym o podium decydują detale: precyzja, dynamika, kontrola ruchu i odporność na stres. Sukcesy Zuzanny Marczyk są przykładem, że młodzieżowe pasje potrafią przerodzić się w sportowy poziom najwyższej próby i że ząbkowska młodzież coraz częściej pojawiają się na listach laureatów najważniejszych imprez.

ŁMA



DEBIUT W NOWYCH MUNDURACH I MEDAL

Młodzieżowa drużyna Ochotniczej Straży Pożarnej w Ząbkach odebrała nowe stroje i od razu miała okazję zaprezentować je w warunkach, które najlepiej weryfikują przygotowanie: podczas powiatowych zawodów pożarniczych. Przekazanie umundurowania odbyło się z udziałem burmistrz Ząbek Małgorzaty Żyśk oraz prezesa OSP Ząbki Pawła Goryszewskiego.



Młodzi ząbkowscy druhowie i drużna zakończyli powiatową rywalizację w Woli Rasztowskiej na 2. miejscu, potwierdzając, że zaangażowanie na zbiórkach i treningach przekłada się na wynik.

Udział w zawodach był dla młodych strażaków czymś więcej niż sportową przygodą. Zawody strażackie wymagają dyscypliny, koordynacji i pracy zespołowej pod presją czasu - dokładnie tych cech, które później decydują o jakości służby. Drugie miejsce oznacza nie tylko medal, jest czytelnym sygnałem, że w Ząbkach rośnie pokolenie dobrze przygotowanych następców naszych strażaków z OSP Ząbki.

KSA

Kontakt do redakcji: tel. (22) 295 51 22

Redaktor Naczelny: Łukasz Majchrzyk; e-mail redaktor@zabki.pl,

Wydawca: Miejskie Centrum Sportu w Ząbkach Sp. z o.o., ul. Słowackiego 23, 05-091 Ząbki

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

Redakcja nie odpowiada za treść ogłoszeń i reklam, nakład 4000 egz.

54 LATA „LEŚNEGO ZAKĄTKA”

Publiczne Przedszkole nr 2 „Leśny Zakątek” w Ząbkach świętowało 54. Urodziny. Jubileusz połączono z dniem otwartym dla rodziców i przyszłych przedszkolaków. Dzięki temu jednocześnie spotkały się dwa światy: radość dzieci, które celebrować swoje miejsce, i ciekawość rodzin, dla których wybór przedszkola jest pierwszym ważnym krokiem w edukacyjnej drodze.



Od rana w placówce panowała atmosfera prawdziwego święta. Była niespodzianka dla najmłodszych, wspólne „Sto lat” i moment, który wywołał najwięcej emocji – degustacja kolorowego, urodzinowego tortu. Zamiast krótkiej akademii i szybkiego powrotu do zajęć, organizatorzy postawili na spotkanie, podczas którego przedszkole można było po prostu zobaczyć od środka.

W trakcie dnia otwartego goście podglądali codzienność „Leśnego Zakątka” w różnych odsłonach. Dzieci brały udział w doświadczeniach i prostych eksperymentach, było też sporo ruchu – zajęcia sportowe i taneczne. W specjalnie przygotowanej sali kinowej wyświetlano fragmenty filmów z życia przedszkola, a kronika pełna wspomnień przypominała, że to miejsce ma swoją historię. Nie zabrakło także akcentu, o który rodzice pytają najczęściej: zdrowych, smacznych posiłków oraz działań rozwijających samodzielność i poczucie sprawczości u najmłodszych.

W wydarzeniu uczestniczyła burmistrz Ząbek Małgorzata Zyśk. Zwracając się do społeczności przedszkola, podkreśliła znaczenie pracy wychowawczej i codziennego zaangażowania kadry. Dla dzieci ta wizyta miała również bardziej „namacalny” wymiar – kolorowe lizaki szybko stały się jednym z najczęściej komentowanych punktów dnia.

Na zakończenie na przyszłych przedszkolaków czekała mała pamiątka: leśnozakątkowy ogródek do pielęgnacji w domu. Takie finał dobrze pasował do charakteru spotkania pokazując, że w przedszkolu wychowanie to nie tylko opieka, lecz także mądrze zaplanowana codzienność i praca z dzieckiem.

KSA



200 MŁODYCH KARATEKÓW - JEDEN CEL

7 marca hala Szkoły Podstawowej nr 6 w Ząbkach stała się areną kolejnej edycji Junior KYOKUSHIN Cup – ogólnopolskiego turnieju karate dla dzieci i młodzieży. Zawody zgromadziły blisko 200 zawodników, a rywalizacja toczyła się w formule semi contact, wymagającej precyzji, kontroli i tempa.

Turniej odbył się pod honorowym patronatem burmistrz Ząbek, a za organizację odpowiadał Klub Sportów Walki KYOKUSHIN, działający wspólnie z MOSiR Ząbki. Sportową rangę wydarzenia podkreślał patronat PFKK – Polskiej Federacji Karate Kontaktowego. Finałowe pojedynki oraz ostatnie walki eliminacyjne do Mistrzostw Polski oglądał dyrektor MOSiR Ząbki Jacek Romańczuk, który następnie dekorował zwycięzców na podium. Turniej był współfinansowany ze środków Urzędu Miasta Ząbki.

Triumfatorzy kategorii.

Najlepsi w swoich kategoriach okazali się: Zuzia Janion, Marcela Ryciuk, Blanka Tyszka, Alesia Sapon, Ula Romanik, Maja Molska, Franciszek Błażejowski, Mateusz Woźniak, Antoni Stelągowski, Oliwier Hys, Jan Dziewulski, Maks Kraiński, Adam Wiącek, Kazimierz Szwed, Aleksander Gaik, Hordii Nechyporenko, Aleksander Filipek, Piotr Kostrzewa.

ŁMA



NOWY ZAKRES KOMPLEKSOWYCH USŁUG W OFERCIE PWiK w Ząbkach!

👉 **Indywidualne usługi hydrauliczne 24/7** 👈

Od ciekącego kranu, przez zapchany syfon, po niedrożną kanalizację.

ZAUFAJ WYSPECJALIZOWANEJ EKIPIE Z WIELOLETNIEM DOŚWIADCZENIEM



Zgłoszenia przyjmujemy i wizyty umawiamy **telefonicznie**:

👉 w dni robocze od 7:00 do 15:00 pod numerem telefonu **22 7 816 816 wew. 136**

👉 w dni robocze do 7:00 i po 15:00 oraz w dni wolne od pracy pod numerem telefonu **501-651-198**



Przedsiębiorstwo Wodociągów i Kanalizacji w Ząbkach Sp. z o.o.
ul. Hubalczyków 1, 05-091 Ząbki
tel. 22 7 816 816, e-mail: bok@pwikzabki.pl
www.pwikzabki.pl

Operator: PKS w Grodzisku Maz. sp. z o.o. zajezdnia Warszawa

Organizator: Miasto Ząbki

Rozkład jazdy linii Ząbki-4M trasa skrócona do p. Andersena 02 na ul. Rychłowskiego*

obowiązujący od 16.03.2026 r. do ogłoszenia zmiany

ulica / nazwa przystanku	w soboty i niedziele handlowe																								
	nr kp	Z4M	Z4M	Z4M	Z4M	Z4M	Z4M	Z4M	Z4M	Z4M	Z4M	Z4M	Z4M	Z4M	Z4M										
ul. Trocka / Metro Trocka 01	701	05:41	06:55	07:37	08:14	09:07	09:37	10:16	10:46	11:35	12:07	12:42	13:23	14:06	14:57	15:15	16:05	16:37	17:11	17:46	18:34	19:09	19:41	20:17	21:31
ul. Radzyminska / Bieżuńska 02	732	05:43	06:57	07:39	08:20	09:09	09:39	10:18	10:48	11:37	12:09	12:44	13:25	14:08	14:59	15:17	16:07	16:39	17:13	17:48	18:36	19:11	19:43	20:19	21:33
ul. Radzyminska / Młodzieńcza 04	714	05:47	07:01	07:43	08:20	09:13	09:43	10:22	10:55	11:41	12:13	12:48	13:29	14:12	15:03	15:21	16:11	16:43	17:17	17:52	18:40	19:15	19:47	20:23	21:37
ul. Batorego / Sosnkowskiego 02	282	05:50	07:04	07:46	08:23	09:16	09:46	10:25	10:55	11:44	12:16	12:51	13:32	14:15	15:06	15:24	16:14	16:46	17:20	17:55	18:43	19:18	19:50	20:26	21:40
ul. Batorego / Hallera 03	931	05:51	07:05	07:47	08:24	09:17	09:47	10:26	10:56	11:45	12:17	12:52	13:33	14:16	15:07	15:25	16:15	16:47	17:21	17:56	18:44	19:19	19:51	20:27	21:41
ul. 11 Listopada / Tetmajera 01 nż	261	05:52	07:06	07:48	08:25	09:18	09:48	10:27	10:57	11:46	12:18	12:53	13:34	14:17	15:08	15:26	16:16	16:48	17:22	17:57	18:45	19:20	19:52	20:28	21:42
ul. 11 Listopada / Lisa Kuli 01 nż	241	05:53	07:07	07:49	08:26	09:19	09:49	10:28	10:58	11:47	12:19	12:54	13:35	14:18	15:09	15:27	16:17	16:49	17:23	17:58	18:46	19:21	19:53	20:29	21:43
ul. Wojska Polskiego/ Sobieskiego nż	221	05:54	07:08	07:50	08:27	09:20	09:50	10:29	10:59	11:48	12:20	12:55	13:36	14:19	15:10	15:28	16:18	16:50	17:24	17:59	18:47	19:22	19:54	20:30	21:44
ul. Wojska Polskiego / Urząd Miasta 02	202	05:56	07:10	07:51	08:28	09:21	09:51	10:30	11:00	11:49	12:21	12:56	13:37	14:20	15:11	15:29	16:19	16:51	17:25	18:00	18:48	19:23	19:56	20:32	21:46
ul. Piłsudskiego / PKP Ząbki 03	183	05:58	07:12	07:53	08:30	09:23	09:53	10:32	11:02	11:51	12:23	12:58	13:39	14:22	15:13	15:31	16:21	16:53	17:27	18:02	18:50	19:25	19:58	20:34	21:48
ul. Piłsudskiego / Matejki nż	621	05:59	07:13	07:54	08:31	09:24	09:54	10:33	11:03	11:52	12:24	12:59	13:40	14:23	15:14	15:32	16:22	16:54	17:28	18:03	18:51	19:26	19:59	20:35	21:49
ul. Szwoleżerów / Szwoleżerów 01	341	06:01	07:15	07:57	08:34	09:27	09:57	10:36	11:06	11:55	12:27	13:02	13:43	14:26	15:17	15:35	16:25	16:57	17:31	18:06	18:54	19:29	20:01	20:37	21:51
ul. Piłsudskiego / Cmentarz 01	331	06:02	07:16	07:58	08:35	09:28	09:58	10:37	11:07	11:56	12:28	13:03	13:44	14:27	15:18	15:36	16:26	16:58	17:32	18:07	18:55	19:30	20:02	20:38	21:52
ul. Powstańców / Powstańców 04	324	06:04	07:18	08:00	08:37	09:30	10:00	10:39	11:09	11:58	12:30	13:05	13:46	14:29	15:20	15:38	16:28	17:00	17:34	18:09	18:57	19:32	20:04	20:40	21:54
ul. Powstańców / Dziką 02	312	06:04	07:18	08:00	08:37	09:30	10:00	10:39	11:09	11:58	12:30	13:05	13:46	14:29	15:20	15:38	16:28	17:00	17:34	18:09	18:57	19:32	20:04	20:40	21:54
ul. Powstańców / Maczka 02	302	06:05	07:19	08:02	08:39	09:32	10:02	10:41	11:11	12:00	12:32	13:07	13:48	14:31	15:22	15:40	16:30	17:02	17:36	18:11	18:59	19:34	20:05	20:41	21:55
ul. Powstańców / Powstańców Park 02	462	06:06	07:20	08:03	08:40	09:33	10:03	10:42	11:12	12:01	12:33	13:08	13:49	14:32	15:23	15:41	16:31	17:03	17:37	18:12	19:00	19:35	20:06	20:42	21:56
ul. Rychłowskiego / Andersena 02 (przyjazd)	662	06:07	07:21	08:04	08:41	09:34	10:04	10:43	11:13	12:02	12:34	13:09	13:50	14:33	15:24	15:42	16:32	17:04	17:38	18:13	19:01	19:36	20:07	20:43	21:57
ul. Rychłowskiego / Andersena 02 (odjazd)	661	06:22	07:41	08:30	09:01	09:39	10:09	10:58	11:31	12:07	12:47	13:29	14:15	14:38	15:29	16:02	16:37	17:09	17:58	18:33	19:06	19:41	20:12	20:58	22:02
ul. Powstańców / Powstańców Park 01	461	06:23	07:42	08:32	09:03	09:41	10:11	11:00	11:33	12:09	12:49	13:31	14:17	14:40	15:31	16:04	16:39	17:11	18:00	18:35	19:08	19:43	20:13	20:59	22:03
ul. Powstańców / Maczka 01	301	06:25	07:44	08:34	09:05	09:43	10:13	11:02	11:35	12:11	12:51	13:33	14:19	14:42	15:33	16:06	16:41	17:13	18:02	18:37	19:10	19:45	20:15	21:01	22:05
ul. Powstańców / Dziką 01	311	06:26	07:45	08:35	09:06	09:44	10:14	11:03	11:36	12:12	12:52	13:34	14:20	14:43	15:34	16:07	16:42	17:14	18:03	18:38	19:11	19:46	20:16	21:02	22:06
ul. Powstańców / Powstańców 03	323	06:28	07:47	08:37	09:08	09:46	10:16	11:05	11:38	12:14	12:54	13:36	14:22	14:45	15:36	16:09	16:44	17:16	18:05	18:40	19:13	19:48	20:18	21:04	22:08
ul. Piłsudskiego / Cmentarz 02	332	06:30	07:49	08:39	09:10	09:48	10:18	11:07	11:40	12:16	12:56	13:38	14:24	14:47	15:38	16:11	16:46	17:18	18:07	18:42	19:15	19:50	20:20	21:06	22:10
ul. Piłsudskiego / Szwoleżerów 02	342	06:31	07:50	08:40	09:11	09:49	10:19	11:08	11:41	12:17	12:57	13:39	14:25	14:48	15:39	16:12	16:47	17:19	18:08	18:43	19:16	19:51	20:21	21:07	22:11
ul. Piłsudskiego / Ząbki OSP nż	611	06:33	07:52	08:42	09:13	09:51	10:21	11:10	11:43	12:19	12:59	13:41	14:27	14:50	15:41	16:14	16:49	17:21	18:10	18:45	19:18	19:53	20:23	21:09	22:13
ul. Wojska Polskiego / Urząd Miasta 01	201	06:36	07:55	08:45	09:16	09:54	10:24	11:13	11:46	12:22	13:02	13:44	14:30	14:53	15:44	16:17	16:52	17:24	18:13	18:48	19:21	19:56	20:26	21:12	22:16
ul. Rychłowskiego/ Szpital Drennica nż	211	06:37	07:56	08:47	09:18	09:56	10:26	11:15	11:48	12:24	13:04	13:46	14:32	14:55	15:46	16:19	16:54	17:26	18:15	18:50	19:23	19:58	20:27	21:13	22:17
ul. 11 Listopada / Kuleszy 01 nż	231	06:38	07:57	08:48	09:19	09:57	10:27	11:16	11:49	12:25	13:05	13:47	14:33	14:56	15:47	16:20	16:55	17:27	18:16	18:51	19:24	19:59	20:28	21:14	22:18
ul. 11 Listopada / Wilcza 01 nż	163	06:39	07:58	08:49	09:20	09:58	10:28	11:17	11:50	12:26	13:06	13:48	14:34	14:57	15:48	16:21	16:56	17:28	18:17	18:52	19:25	20:00	20:29	21:15	22:19
ul. 11 Listopada / Wilcza 01 nż	251	06:39	07:58	08:49	09:20	09:58	10:28	11:17	11:50	12:26	13:06	13:48	14:34	14:57	15:48	16:21	16:56	17:28	18:17	18:52	19:25	20:00	20:29	21:15	22:19
ul. Batorego / Hallera 01 nż	271	06:40	07:59	08:50	09:21	09:59	10:29	11:18	11:51	12:27	13:07	13:49	14:35	14:58	15:49	16:22	16:57	17:29	18:18	18:53	19:26	20:01	20:30	21:16	22:20
ul. Batorego / Sosnkowskiego 01 nż	281	06:41	08:00	08:51	09:22	10:00	10:30	11:19	11:52	12:28	13:08	13:50	14:36	14:59	15:50	16:23	16:58	17:30	18:19	18:54	19:27	20:02	20:31	21:17	22:21
ul. Radzyminska / Młodzieńcza 01	711	06:44	08:03	08:54	09:25	10:03	10:33	11:22	11:55	12:31	13:11	13:53	14:39	15:02	15:53	16:26	17:01	17:33	18:22	18:57	19:30	20:05	20:34	21:20	22:24
ul. Trocka / Metro Trocka 02	702	06:48	08:07	08:59	09:30	10:08	10:38	11:27	12:00	12:36	13:16	13:58	14:44	15:07	15:58	16:31	17:06	17:38	18:27	19:02	19:35	20:10	20:38	21:24	22:28

Trasa linii "Ząbki-4M" (Z4M) dla sobót, niedziel i świąt trasa skrócona relacji Metro Trocka - Ząbki p. Andersena (Zbikowskiego) - Metro Trocka

METRO TROCKA, Trocka, Radzyminska, Bystra, Wołności, 11 Listopada, Wojska Polskiego, Rychłowskiego, 3 Maja, Piłsudskiego, Powstańców,

Rychłowskiego, (d. Zbikowskiego), Powstańców, Piłsudskiego, 3 Maja, tunel (PKP Ząbki), Wojska Polskiego, Rychłowskiego, 11 Listopada, Wołności, Batorego, Bystra, Radzyminska Trocka, METRO TROCKA

Organizator: Młasto Ząbki

Operator: PKS w Grodzisku Maz. sp. z o.o. zajezdnia Warszawa

Rozkład jazdy linii Ząbki- 4M trasa skrócona do p. Andersena 02 na ul. Rychłowskiego***obowiązuje od 16.03.2026 r. do ogłoszenia zmiany**

		w niedziele i święta											
ulica / nazwa przystanku	nr kp	Z4M	Z4M	Z4M	Z4M	Z4M	Z4M	Z4M	Z4M	Z4M	Z4M	Z4M	Z4M
ul. Trocka / Metro Trocka 01	701	05:51	06:55	08:24	09:53	11:23	12:45	14:09	15:17	16:36	17:44	19:06	20:11
ul. Radzywińska / Biezuńska 02	732	05:53	06:57	08:26	09:55	11:25	12:47	14:11	15:19	16:38	17:46	19:08	20:13
ul. Radzywińska / Młodzieńcza 04	714	05:57	07:01	08:30	09:59	11:29	12:51	14:15	15:23	16:42	17:50	19:12	20:17
ul. Batorego / Sosnkowskiego 02	282	06:00	07:04	08:33	10:02	11:32	12:54	14:18	15:26	16:45	17:53	19:15	20:20
ul. Batorego / Hallera 03	931	06:01	07:05	08:34	10:03	11:33	12:55	14:19	15:27	16:46	17:54	19:16	20:21
ul. 11 Listopada / Tetmajera 01 nż	261	06:02	07:06	08:35	10:04	11:34	12:56	14:20	15:28	16:47	17:55	19:17	20:22
ul. 11 Listopada / Lisa Kuli 01 nż	241	06:03	07:07	08:36	10:05	11:35	12:57	14:21	15:29	16:48	17:56	19:18	20:23
ul. Wojska Polskiego/ Sobieskiego nż	221	06:04	07:08	08:37	10:06	11:36	12:58	14:22	15:30	16:49	17:57	19:19	20:24
ul. Wojska Polskiego / Urząd Miasta 02	202	06:06	07:10	08:39	10:08	11:37	12:59	14:23	15:31	16:50	17:58	19:21	20:26
ul. Piłsudskiego / PKP Ząbki 03	183	06:08	07:12	08:41	10:10	11:39	13:01	14:25	15:33	16:52	18:00	19:23	20:28
ul. Piłsudskiego / Matejki nż	621	06:09	07:13	08:42	10:11	11:40	13:02	14:26	15:34	16:53	18:01	19:24	20:29
ul. Szwoleżerów / Szwoleżerów 01	341	06:11	07:15	08:44	10:13	11:43	13:05	14:29	15:37	16:56	18:04	19:26	20:31
ul. Piłsudskiego / Cmentarz 01	331	06:12	07:16	08:45	10:14	11:44	13:06	14:30	15:38	16:57	18:05	19:27	20:32
ul. Powstańców / Powstańców 04	324	06:13	07:17	08:46	10:15	11:45	13:07	14:31	15:39	16:58	18:06	19:28	20:33
ul. Powstańców / Dzika 02	312	06:14	07:18	08:47	10:16	11:46	13:08	14:32	15:40	16:59	18:07	19:29	20:34
ul. Powstańców / Maczka 02	302	06:15	07:19	08:48	10:17	11:48	13:10	14:34	15:42	17:01	18:09	19:30	20:35
ul. Powstańców / Powstańców Park 02	462	06:16	07:20	08:49	10:18	11:49	13:11	14:35	15:43	17:02	18:10	19:31	20:36
ul. Rychłowskiego / Andersena 02 (przyjazd)	662	06:17	07:21	08:50	10:19	11:50	13:12	14:36	15:44	17:03	18:11	19:32	20:37
ul. Rychłowskiego / Andersena 02 (odjazd)	662	06:22	07:51	09:20	10:49	12:08	13:32	14:41	15:59	17:08	18:31	19:37	20:52
ul. Powstańców / Powstańców Park 01	461	06:23	07:52	09:21	10:50	12:10	13:34	14:43	16:01	17:10	18:33	19:38	20:53
ul. Powstańców / Maczka 01	301	06:25	07:54	09:23	10:52	12:12	13:36	14:45	16:03	17:12	18:35	19:40	20:55
ul. Powstańców / Dzika 01	311	06:26	07:55	09:24	10:53	12:13	13:37	14:46	16:04	17:13	18:36	19:41	20:56
ul. Powstańców / Powstańców 03	323	06:28	07:57	09:26	10:55	12:15	13:39	14:48	16:06	17:15	18:38	19:43	20:58
ul. Piłsudskiego / Cmentarz 02	332	06:30	07:59	09:28	10:57	12:17	13:41	14:50	16:08	17:17	18:40	19:45	21:00
ul. Piłsudskiego / Szwoleżerów 02	342	06:31	08:00	09:29	10:58	12:18	13:42	14:51	16:09	17:18	18:41	19:46	21:01
ul. Piłsudskiego / Ząbki OSP nż	611	06:33	08:02	09:31	11:00	12:20	13:44	14:53	16:11	17:20	18:43	19:48	21:03
ul. Wojska Polskiego / Urząd Miasta 01	201	06:36	08:05	09:34	11:03	12:23	13:47	14:56	16:14	17:23	18:46	19:51	21:06
ul. Rychnińskiego/ Szpital Drewnica nż	211	06:37	08:06	09:35	11:04	12:25	13:49	14:58	16:16	17:25	18:48	19:52	21:07
ul. 11 Listopada / Kuleszy 01 nż	231	06:38	08:07	09:36	11:05	12:26	13:50	14:59	16:17	17:26	18:49	19:53	21:08
ul. 11 Listopada / Wilcza 03 nż	163	06:39	08:08	09:37	11:06	12:27	13:51	15:00	16:18	17:27	18:50	19:54	21:09
ul. 11 Listopada / Wilcza 01 nż	251	06:39	08:08	09:37	11:06	12:27	13:51	15:00	16:18	17:27	18:50	19:54	21:09
ul. Batorego / Hallera 01 nż	271	06:40	08:09	09:38	11:07	12:28	13:52	15:01	16:19	17:28	18:51	19:55	21:10
ul. Batorego / Sosnkowskiego 01 nż	281	06:41	08:10	09:39	11:08	12:29	13:53	15:02	16:20	17:29	18:52	19:56	21:11
ul. Radzywińska / Młodzieńcza 01	711	06:44	08:13	09:42	11:11	12:32	13:56	15:05	16:23	17:32	18:55	19:59	21:14
ul. Trocka / Metro Trocka 02	702	06:48	08:17	09:46	11:15	12:37	14:01	15:10	16:28	17:37	19:00	20:03	21:18

Trasa linii "Ząbki-4M" (Z4M) dla sobót, niedziel i świąt trasa skrócona relacji Metro Trocka - Ząbki p. Andersena (Zbikowskiego) - Metro Trocka

METRO TROCKA, Trocka, Radzywińska, Bystra, Wolności, 11 Listopada, Wojska Polskiego, tunel (PKP Ząbki), 3 Maja, Piłsudskiego, Powstańców, Rychłowskiego, (d. Zbikowskiego), Powstańców, Piłsudskiego, 3 Maja, tunel (PKP Ząbki), Wojska Polskiego, Rychnińskiego, 11 Listopada, Wolności, Batorego, Bystra, Radzywińska Trocka, METRO TROCKA

**OGŁOSZENIE
POWIERZCHNIE
DO WYNAJĘCIA**

Posiadamy wolne miejsca postojowe dla aut ciężarowych oraz osobowych, a także powierzchnie magazynowe.
Lokalizacja: Ząbki, Piłsudskiego 101

Informacje pod numerem: **696 755 068**

MOK
Mięski Ośrodek Kultury w Ząbkach

Pilates & Joga ZAJĘCIA DLA SEŃIORÓW
NA KRZEŚLE!

GODZ. 10:00

14 KWIETNIA

12 MAJA

9 CZERWCA

BEZPŁATNIE!
Obowiązują zapisy
tel. 22 781 64 30

Miejsce:
Sala widowiskowa MOK
ul. Słowackiego 21

Prowadząca:
Joanna Binert

III NOCNA PIĄTKA ZĄBKOWSKA

10.04.2026r. 20:00

TRASA: 5KM (2X2,5KM)

KATEGORIA: OPEN
KOBIECY I MĘŻCZYŹNI

DLA NAJLEPSZYCH
PUCHARY I NAGRODY ★

DLA KAŻDEGO MEDAL
OKOLICZNOŚCIOWY ★

START ZAPISÓW:
10.03. GODZ. 12:00

SZCZEGÓŁY NA STRONIE
WWW.MOSIRZABKI.PL I FB

WYDARZENIE WSPÓŁFINANSOWANE PRZEZ POWIAT WOŁOMIŃSKI

TO BĘDZIE WIDAĆ NA LEKCJACH

Do ząbkowskich szkół właśnie trafiło 160 laptopów, 47 laptopów przeglądarkowych i 96 tabletek. W sumie to 303 nowe urządzenia, które mają ułatwić naukę i sprawić, że uczniowie częściej będą mogli korzystać z nowoczesnych narzędzi.



Sfinansowane przez
Unię Europejską
NextGenerationEU



Nowe laptopy i tablety
w ząbkowskich szkołach



Dofinansowanie z UE:
1 410 000 000,00 PLN

Ministerstwo Cyfryzacji oraz Naukowa i Akademicka Sieć Komputerowa – Państwowy Instytut Badawczy realizują przedsięwzięcie „Nowe komputery przenośne (laptopy i laptopy przeglądarkowe) oraz tablety do dyspozycji uczniów”.

Sprzęt został przekazany dzięki wsparciu z Krajowego Planu Odbudowy. To część ogólnopolskiego przedsięwzięcia, które prowadzą Ministerstwo Cyfryzacji oraz NASK – Państwowy Instytut Badawczy, a finansowanie pochodzi ze środków Unii Europejskiej. Cały program w skali kraju to ogromne środki

— 1 949 100 000 zł — przeznaczone na to, by szkoły miały porównywalne warunki pracy i spełniały minimalne standardy sprzętowe.

Sprzęt dla pięciu ząbkowskich szkół.

Nowe urządzenia będą wykorzystywane w następujących placówkach:

- Szkoła Podstawowa nr 1, ul. Piłsudskiego 35,
- Szkoła Podstawowa nr 2, ul. Batorego 11,
- Szkoła Podstawowa nr 3, ul. Kościelna 2,
- Szkoła Podstawowa nr 4, ul. Harcerska 9,
- Szkoła Podstawowa nr 6, ul. Dzika 36.

Dzięki nowym urządzeniom łatwiej będzie organizować lekcje z wykorzystaniem materiałów cyfrowych, szybciej przeprowadzać zadania i testy online, a przy projektach uczniowie nie będą musieli czekać, aż zwolni się komputer.

KSA

PIT ROZLICZ W ZĄBKACH

Mieszkasz w Ząbkach?

W RUBRYCE
AKTUALNY ADRES
ZAMIESZKANIA WPISZ
- GMINA ZĄBKKI

Rozlicz tutaj PIT

i korzystaj!

- Zniżka na basen, kręgielnię i squash
- Zniżki na usługi partnerów programu Karta Mieszkańca "Jestem z Ząbek"
- Bezpłatne przejazdy Ząbkowską Komunikacją Miejską
- Mniejsze opłaty za zajęcia w MOK i MOSiR

Ząbkowski Bilet Metropolitalny - dopłaty do biletów ZTM oszczędność nawet do 720 zł!

Bezpłatne parkowanie w Strefie Płatnego Parkowania (z ważnym praem jazdy)

Jestem z Ząbek
BILET MEROPOLITALNY

Odbiór Ścieków

www.pwkwzabki.pl/uslugi-wywozu-szamba

- ✓ Szybka i terminowa realizacja
- ✓ Konkurencyjne ceny
- ✓ Pełna dokumentacja usługi

Zapraszamy do kontaktu! ☎ 609 609 991

ITSURANCE SIATKARZ ZĄBKI O KROK OD 3 LIGI

ITSurance Siatkarz Ząbki jest coraz bliżej awansu do wyższej klasy rozgrywkowej. Ząbkowski zespół najpierw w meczu wyjazdowym pokonał KS MyWay-24 GROM Przytyk 3:1, zapewniając sobie miejsce w finale walki o awans. To zarazem drugi w historii klubu udział w tej decydującej fazie rywalizacji.



Zwycięstwo 3:1 potwierdziło wysoką formę naszej drużyny, na którą w klubie pracowano przez cały sezon. Wygrana odniesiona na terenie rywala pokazała siłę charakteru, konsekwencję i dojrzałość zespołu w najważniejszym momencie rozgrywek oraz otworzyła przed siatkarzami z Ząbek szansę na kolejny wielki krok — walkę o wejście do 3 ligi.

Ten krok został wykonany 22 marca, gdy ITSurance Siatkarz Ząbki pokonał drużynę z Wyszkowa i znacząco przybliżył się do awansu. Klub nie ukrywa emocji po tym spotkaniu.

– Nasz teren. Nasze zasady. Krok od 3 ligi! – informuje klub.

Sytuacja przed rewanżem jest bardzo korzystna. Jak podkreślają przedstawiciele zespołu, do awansu brakuje już tylko dwóch wygranych setów w meczu rewanżowym.

Ząbkowscy siatkarze są więc już naprawdę blisko, by przypieczętować jeden z największych sukcesów w historii klubu. Najpierw był ważny triumf w Przytyku, a teraz zwycięstwo nad Wyszkowem sprawia, że drużyna stoi przed ogromną szansą na grę w 3 lidze.

ŁMA

ZĄBKOWSCY USUWAJĄ PORZUCONE SAMOCHODY

Miasto Ząbki kontynuuje działania związane z usuwaniem nieużytkowanych samochodów z przestrzeni publicznej. Od początku akcji z terenu miasta zholowano już ponad 40 pojazdów. To efekt prowadzonej akcji porządkowej, której celem jest ograniczenie liczby opuszczonych aut stojących od dłuższego czasu na ulicach i parkingach.

Miasto apeluje do mieszkańców o zgłoszenia.

Burmistrz Ząbek zwróciła się do mieszkańców z prośbą o zgłaszanie porzucanych samochodów, które zajmują wspólną przestrzeń.

– Nasza akcja przynosi konkretne rezultaty, z ulic Ząbek usunięto

już ponad 40 nieużytkowanych samochodów, jednak działania nie zostały zakończone. Jeśli widzicie Państwo w swojej okolicy opuszczone auta, nieużytkowane od długiego czasu, które zanieczyszczają Ząbki i zajmują miejsca parkingowe można to zgłosić to telefonicznie 694 174 414 lub mailowo na adres wraki.zabki@gmail.com – mówi Małgorzata Zyśk.

Szczegółowe informacje dotyczące usuwania pojazdów można uzyskać w Biurze Gospodarki Odpadami Urzędu Miasta Ząbki, w pokoju 44 przy ul. Wojska Polskiego 10 lub pod numerem telefonu 694 174 414. Informacje są udzielane w godzinach pracy urzędu.

KSA

ZĄBKOWSKIE PROMYKI CORAZ BLIŻEJ OTWARCIA

Przy ul. Prusa 3/5 w Ząbkach trwa budowa pierwszego samorządowego żłobka. Inwestycja jest już na zaawansowanym etapie, a na placu budowy widać kolejne postępy. Powstaje elewacja budynku, utrzymana w jasnych, ciepłych kolorach. Placówka ma rozpocząć działalność jeszcze w tym roku.



KRAJOWY PLAN ODBUDOWY Rzeszopolita Polska Sfinansowane przez Unię Europejską NextGenerationEU

Nowy żłobek ma zapewnić opiekę najmłodszym mieszkańcom miasta. Dla rodziców będzie to dodatkowe wsparcie w codziennym godzeniu życia zawodowego i rodzinnego. Celem inwestycji jest stworzenie miejsca bezpiecznego, funkcjonalnego i dostosowanego do potrzeb dzieci.

Realizacja zadania była możliwa dzięki pozyskaniu przez burmistrz Małgorzatę Zyśk środków zewnętrznych. Łączna wartość dofinansowania wynosi 12 mln zł, z czego ponad 8,5 mln zł przeznaczono na budowę obiektu. Pozostała część środków ma zostać wykorzystana na funkcjonowanie i utrzymanie placówki przez trzy lata.

Miasto podpisało w tej sprawie umowę z Wojewodą Mazowieckim na realizację zadania pod nazwą „Dofinansowanie żłobka Ząbkowskie Promyki, ul. B. Prusa 3/5, 05-091 Ząbki z programu Aktywny Maluch 2022–2029”. Inwestycja jest więc częścią szerszego programu wspierającego rozwój opieki nad dziećmi do lat trzech.

Budowa żłobka to jedna z ważniejszych inwestycji społecznych realizowanych obecnie w mieście. Jej znaczenie wykracza poza sam aspekt budowlany, ponieważ nowa placówka ma odpowiedzieć na konkretne potrzeby mieszkańców.

KSA

SAŁATKA ŚLEDZIOWA Z ZIEMNIAKAMI

Prosta i sycąca sałatka śledziowa z ziemniakami pojawia się na naszym stole nie tylko od święta. Sprawdza się jako przystawka na imprezę albo szybka kolacja. Masz już pewnie swój sprawdzony przepis na pyszną sałatkę śledziową, ale mamy nadzieję, że znajdziesz u nas kilka podpowiedzi, które wykorzystasz w swojej kuchni.



Składniki:

- 6 filetów śledziowych w oleju (najlepsze są filety a'la Matjas),
- 4 średnie ziemniaki sałatkowe typu A lub AB,
- 4 jajka gotowane na twardo,
- 4 ogórki konserwowe średniej wielkości,
- 1 małe kwaskowe jabłko,
- pół szklanki groszku konserwowego (z puszki),
- opcjonalnie pół szklanki kukurydzy z puszki,
- 3 łyżki majonezu,
- 3 łyżki śmietany 18%,
- mielony czarny pieprz do smaku,
- świeże zioła: koperek, szczypiorek lub natka kolendry.

Pyszna sałatka śledziowa przepis krok po kroku.

Przygotuj filety śledziowe - wyjęte z zalewy filety śledziowe osusz ręcznikiem papierowym i pokrój w paski o szerokości na jeden kęs, czyli mniej więcej 2 cm.

Ważna uwaga: Jeśli masz filety śledziowe ze słonej zalewy musisz je najpierw wymoczyć w zimnej wodzie, co pewien czas sprawdzając czy straciły już nadmiar soli. Dopiero po tym osusz je i pokrój.

Ugotuj ziemniaki i jajka - ziemniaki ugotuj w mundurkach, a jajka na twardo. Wystudź je i obierz, a gdy będą zimne, pokrój w średniej wielkości kostkę.

Przygotuj pozostałe składniki - groszek konserwowy i ewentualnie kukurydzę odsącz dokładnie z zalewy. Jabłko obierz i usuń gniazdo nasienne. Jabłko i ogórki konserwowe pokrój w małą kostkę.

Połącz składniki - pokrojone filety śledziowe i pozostałe składniki sałatki przełóż do dużej miski i wymieszaj. Dodaj po 3 łyżki majonezu i kwaśnej śmietany i ponownie wymieszaj. Sprawdź smak sałatki i dopraw mielonym czarnym pieprzem.

Sprawdzone zamienniki.

Jeśli nie masz śmietany 18%, możesz użyć gęstego jogurtu typu greckiego, ale dodaj wtedy ćwierć łyżeczki cukru pudru, aby zrównoważyć smaki.

Mieszanie i doprawianie - sprawdź smak sałatki i dopraw mielonym czarnym pieprzem i ewentualnie solą. Odstaw sałatkę śledziową do lodówki na 2-3 godziny, żeby smaki się przegryzły. Przed podaniem posyp świeżymi ziołami (szczypiorkiem, koperkiem albo natką kolendry). Sałatkę śledziową serwuj ze świeżym pieczywem.

Źródło:
czteryfajery.pl





Niech poranek Zmartwychwstania Pańskiego napęlnia nasze serca wiarą, nadzieją i miłością. Niech Zwycięski Chrystus obdarza pokojem i pojednaniem. Chrystus zmartwychwstał! Prawdziwie zmartwychwstał! Alleluja!!!

Koło Przyjaciół! Radia Maryja przy parafii Świętej Trójcy w Ząbkach



WESOŁEGO
Alleluja!

Z okazji Świąt Wielkanocnych życzymy Państwu radości, spokoju oraz wiosennej energii do realizacji codziennych wyzwań. Niech ten wyjątkowy czas przyniesie zdrowie, optymizm i siłę, a każdy dzień wypełnia aktywność, dobre samopoczucie i uśmiech.

Zarząd i Pracownicy Miejskiego Centrum Sportu w Ząbkach



MCS ZĄBKI



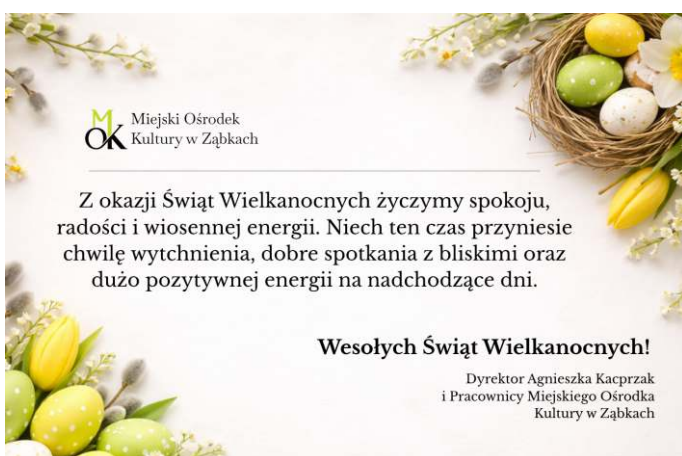
Radosnej Wielkanocy

Wielkanoc to czas otuchy i nadziei. Czas odradzania się wiary i drugiego człowieka. Życzymy, aby Święta Wielkanocne przyniosły radość oraz wzajemną życzliwość. By stały się źródłem wzmocnienia ducha. Niech Zmartwychwstanie, które niesie odrodzenie, da siłę w pokonywaniu trudności i pozwoli z ufnością patrzeć w przyszłość...

Zarząd i Pracownicy PWik w Ząbkach




Niech nadchodzące Święta Wielkanocne wypełnią Wasze serca radością i nadzieją, a wspólnie spędzone chwile z najbliższymi przyniosą wiele uśmiechu i spokoju.

M Miejski Ośrodek Kultury w Ząbkach

Z okazji Świąt Wielkanocnych życzymy spokoju, radości i wiosennej energii. Niech ten czas przyniesie chwilę wytchnienia, dobre spotkania z bliskimi oraz dużo pozytywnej energii na nadchodzące dni.

Wesołych Świąt Wielkanocnych!

Dyrektor Agnieszka Kacprzak i Pracownicy Miejskiego Ośrodka Kultury w Ząbkach

Wszystkiego co najlepsze z okazji Świąt Wielkanocnych, radosnych chwil z bliskimi, dużo szczęścia i odpoczynku, pogody ducha, smacznego święconego jajka i mokrego Śmigusa Dyngusa.

Jak najwięcej słonecznych dni wypełnionych nadzieją, spokojem i samymi sukcesami!

życzą Dyrekcja oraz Pracownicy Miejskiego Ośrodka Sportu i Rekreacji w Ząbkach



MOSIR kwiecień 2026