OD LISTOPADA RUSZAJĄ KONTROLE BILETÓW W ZĄBKOBUSACH Z1, Z2, Z3

CO SŁYCHAĆ?

Rok XXX nr 20 (491) 30 października 2021r. ISSN 1427-3717 www.zabki.pl

ZĄBKOWSKA GAZETA SAMORZĄDOWA

BLISKO 5 MILIONÓW ZŁOTYCH DOFINANSOWANIA NA BUDOWĘ HALI SPORTOWEJ PRZY SP1 W ZĄBKACH

Miasto Ząbki otrzymało 4.950.000 złotych dofinansowania z Rządowego Programu Inwestycji Strategicznych na budowę hali sportowej przy Szkole Podstawowej nr 1 w Ząbkach.

Rządowy Fundusz Polski Ład: Program Inwestycji Strategicznych ma na celu dofinansowanie projektów inwestycyjnych realizowanych przez gminy, powiaty i miasta lub ich związki w całej Polsce – o pieniądze nie mogły się starać spółki komunalne.

Program realizowany jest poprzez promesy inwestycyjne udzielane przez Bank Gospodarstwa Krajowego. Wysokość bezzwrotnego dofinansowania jest zależna od obszaru priorytetowego, w którym mieści się planowana inwestycja.

Pierwsza edycja pilotażowego naboru wniosków rozpoczęła się 2 lipca i trwała do 15 sierpnia 2021 r. W tym czasie każda jednostka samorządu terytorialnego, czy związek JST, mogła zgłosić maksymalnie trzy wnioski o dofinansowanie, w tym: jeden wniosek bez kwotowego ograniczenia, jeden wniosek, którego wartość dofinansowania nie mogła przekroczyć 30 mln zł oraz jeden wniosek, którego wartość dofinansowania nie mogła przekroczyć 5 mln złotych.

Według założeń programu samorząd musi posiadać wkład własny w postaci środków innych niż te przyznawane z Programu. Samorząd powinien złożyć oświadczenie, że posiada minimum 5 proc. wkładu własnego (samorząd musi faktycznie dysponować tymi środkami najpóźniej w momencie rozpoczęcia postępowania przetargowego).

Dofinansowanie z programu będzie wypłacone:

- w przypadku inwestycji, których realizacja nie będzie trwała dłużej niż 12 miesięcy: po zakończeniu inwestycji;
- w przypadku inwestycji, których realizacja będzie trwała dłużej niż 12 miesięcy: w 2-3 transzach, zgodnie z harmonogramem realizacji inwestycji (po zrealizowaniu kolejnych etapów inwestycji).

Wypłaty dofinansowania będą realizowane w tzw. oknach płatniczych, czyli stałych terminach wypłat ogłaszanych na stronie internetowej banku. W każdym miesiącu dostępne będą dwa okna płatnicze.

Łukasz Majchrzyk/Urząd Miasta





WYNIKI GŁOSOWANIA DO ZĄBKOWSKIEGO BUDŻETU OBYWATELSKIEGO NA 2022 R.

Znamy już wyniki głosowania na ząbkowski Budżet Obywatelski, którego realizacja ma nastąpić w 2022 roku.

Głosować można było elektronicznie lub tradycyjnie, zaznaczając zadania do realizacji. Mieszkańcy wypełnili w sumie 684 karty do głosowania, z czego ważnych było 661.

Pod głosowanie poddano projekty zgłoszone przez mieszkańców, spełniające wymagania Uchwały Nr XXI/195/2020 Rady Miasta Ząbki z dnia 15 stycznia 2020 r.

Poniżej przedstawiamy wyniki głosowania:

- z zakresu projektów społecznych:

1. Darmowy Sport i Kultura Brazylijska dla Mieszkańców Ząbek (koszt 24 000,00 zł) - 327głosów;
2. Chodzę na zdrowie - trening nordic walking z instruktorem w lasach ząbkowskich (koszt 10 000,00 zł) - 256 głosów;

- z zakresu projektów infrastrukturalnych:

1. Bezpieczna i przyjemna droga do szkoły. Doświetlenie przejść dla pieszych oraz nasadzenia zieleni miejskiej w ulicy Różanej i Andersena (koszt 104 700,00 zł) - 246 głosów;
2. Wyposażenie kolejowego placu zabaw wraz z elementami plenerowej siłowni przy ulicy Bukowej (koszt 64 000,00 zł) - 166 głosów;
3. Defibrylatory AED - Serce dla Ząbek (koszt 72 917,20 zł) - 86 głosów;
4. Doposażenie placu zabaw Wolności róg Batorego (koszt 8 750,00 zł) - 70 głosów;
5. Rozszerzenie oferty MOSiR Ząbki poprzez przystosowanie boisk do gry w futbol amerykański (koszt 60 350,00 zł) - 50 głosów;
6. Siłownia plenerowa (koszt 30 000 zł) - 28 głosów.

Po głosowaniu mieszkańców, zgodnie z zasadami określonymi w ww. uchwale, do realizacji w 2021 roku wybrano następujące projekty:

- z zakresu projektów społecznych:

1. Darmowy Sport i Kultura Brazylijska dla Mieszkańców Ząbek;
2. Chodzę na zdrowie - trening nordic walking z instruktorem w lasach ząbkowskich;

- z zakresu projektów infrastrukturalnych:

1. Bezpieczna i przyjemna droga do szkoły. Doświetlenie przejść dla pieszych oraz nasadzenia zieleni miejskiej w ulicy Różanej i Andersena;
2. Wyposażenie kolejowego placu zabaw wraz z elementami plenerowej siłowni przy ulicy Bukowej;
3. Defibrylatory AED - Serce dla Ząbek;
4. Doposażenie placu zabaw Wolności róg Batorego;
5. Rozszerzenie oferty MOSiR Ząbki poprzez przystosowanie boisk do gry w futbol amerykański.

Zwycięskim projektom serdecznie gratulujemy.



POJEMNIKI NA NAKRĘTKI PRZYJECHAŁY DO ZĄBEK

Do naszego miasta dojechały kolejne serca na plastikowe nakrętki, które posłużą do pomocy potrzebującym.

Wielkie serca będzie można znaleźć w lokalizacjach:
- ul. Wolności róg Batorego,
- ul. Powstańców na wysokości Maczka,
- ul. Wyspiańskiego 22, Przedszkole Nr 1 „Zielony Dinek",
- ul. Dzika 36, Przedszkole nr 1 „Zielony Dinek" – filia.

Akcje zbierania nakrętek to jedna z popularnych form niesienia pomocy innym. Nakrętki zbiera się po to, by pokryć koszty związane z pomocą potrzebującym. Cele są różne. Może to być: zakup wózka inwalidzkiego, sfinansowanie leczenia, pomoc domom dziecka itp. W Ząbkach zbieramy na rehabilitację Lenki Gosk, mieszkanki naszego miasta, chorej na mózgowe porażenie dziecięce.

Taka forma niesienia pomocy ma też zalety proekologiczne. Butelkę czy inne opakowanie bez nakrętki łatwo jest zgnieść, co zmniejsza objętość odpadów. - takie butelki mogą zostać bez problemu sprasowane w sortowniach.

Zbieranie nakrętek skłania ludzi do zaangażowania się w inicjatywę społeczną. Dzieci w szkołach uczą się nie tylko tego, że śmieci warto segregować, ale mają satysfakcję, że mogą pomóc innym ludziom.
Skoro wciąż używamy plastiku, to nie marnujmy go. Plastik jest szkodliwy dla środowiska, bo rozkłada się bardzo długo, więc trzeba go zbierać, segregować i używać do recyklingu.

Redaktor Naczelny: Łukasz Majchrzyk tel. 887 284 300; e-mail redaktor@zabki.pl,
Wydawca: Miejskie Centrum Sportu w Ząbkach Sp. z o.o., ul. Słowackiego 21, 05-091 Ząbki
Druk: Drukarnia Benedysiuk biuro@drukarnia-benedysiuk.pl Adres: Leopolda Lisa Kuli 1, 05-091 Ząbki,
Redakcja nie odpowiada za treść ogłoszeń i reklam, nakład 5000 egz.

Nakrętki zbierajmy osobno. Pomożemy w lepszym recyklingu tego odpadu, a jednocześnie dołożymy się do potrzebnego komuś sprzętu.



KOLEJNE DRZEWA ZASADZONE W SEZONIE JESIENNYM

Dzięki nasadzeniom wiosną mocniej zazieleni się ulica Powstańców. Do końca listopada w naszym mieście będą się pojawiać kolejne drzewa.

Pod koniec października do Ząbek przyjechały długo wyczekiwane drzewa. Głogi, jabłonie, śliwy, klony, platany, brzozy i dęby zostały zasadzone przy ul. Powstańców. Część z nich pojawiła się w okolicy centrum handlowego, a pozostałe znalazły swoje miejsce przy skrzyżowaniach ul. Powstańców z Kopernika i Żbikowskiego.



To kolejne jesienne nasadzenia w Ząbkach. Pierwsze drzewa pojawiły się przy skrzyżowaniu ulic Powstańców i Różanej. Tam rosną teraz cztery dęby kolumnowe, dwa kasztanowce czerwone i dwa mydleńce wiechowate. Powstały też rabaty kolorowych krzewów i bylin. Do końca listopada 2021 r. zasadzonych zostanie w sumie jeszcze 200 drzew.

PIŁKARSKI PUCHAR PREZESA PWIK ZĄBKI Z OKAZJI DNIA NIEPODLEGŁOŚCI

Już w sobotę 6 listopada Samorządowcy i Wodociągowcy powalczą w I Turnieju Halowej Piłki Nożnej z okazji Dnia Niepodległości. Start rywalizacji w Szkole Podstawowej nr 5 im. bł. Ks. Jerzego Popiełuszki zaplanowano około godziny 10:00.

Wśród pomysłów na uczczenie rocznicy odzyskania przez Polskę niepodległości po 123 latach zaborów warto zwrócić uwagę na te, które stawiają także na aktywność fizyczną uczestników. W Ząbkach już od wielu lat odbywa się Bieg Niepodległości. Teraz kolejnym wydarzeniem ma się stać turniej o Puchar Prezesa Przedsiębiorstwa Wodociągów i Kanalizacji Ząbki.

Organizatorzy chcą, żeby zawody były wyjątkowym wydarzeniem na międzygminnej mapie Województwa Mazowieckiego, dlatego dokładają wszelkich starań, by nadać mu unikalny charakter. Takiej formy rywalizacji i uczczenia patriotycznej rocznicy jeszcze w naszej okolicy nie było i organizatorzy mają nadzieję, że uda się zapoczątkować nową tradycję.

Oprócz wyłonienia trzech najlepszych drużyn, podczas turnieju będzie zorganizowany plebiscyt dla Najlepszego Zawodnika Turnieju i dla Najlepszego Bramkarza Turnieju. Nagrodę dostanie również Król Strzelców Turnieju.

Impreza ma być okazją do integracji środowisk samorządowych oraz wodociągowych z terenu województwa mazowieckiego poprzez wspólną rywalizację sportową, zgodnie z założeniem, że wiek, płeć czy zajmowane stanowisko są nieistotne, bo wszystkich łączy piłka.



TERMIN ODDANIA PARKU PRZY UL. POWSTAŃCÓW W ZĄBKACH CORAZ BLIŻEJ

Trwają ostatnie prace na terenie nowego parku przy ul. Powstańców, zlokalizowanego od strony ul. Żołnierskiej. Park powstaje w ramach projektu pt. Zielona przestrzeń – rozwój i modernizacja terenów zieleni w Mieście Ząbki – Program Operacyjny Infrastruktura i Środowisko na lata 2014-2020.

Na terenie, który już niedługo będzie służył mieszkańcom (dz. nr. ew. 29/9 obr. 03-35), wykonano do tej pory roboty w zakresie budowy:

- alejek spacerowych i ścieżek biegowych,
- placu zabaw dla dzieci,
- toru rowerowego typu pumptrack,
- instalacji oświetlenia i monitoringu.
- utworzenia strefy workout oraz,
- strefy relaksu umożliwiającej organizację imprez plenerowych.

Teraz do wykonania zostało jeszcze zamontowanie koszy, ławek, ławki z przewijakiem, leżaków, stojaków rowerowych, tablicy informacyjnej) oraz wykonanie zieleni urządzonej.





DZIECI POZNAWAŁY ZASADY BEZPIECZNEGO RUCHU DROGOWEGO

Europejski Tydzień Zrównoważonego Transportu był doskonałą okazją do zajęć edukacyjnych z bezpiecznego ruchu drogowego. Dla chętnych był konkurs plastyczny, a Komendant Ząbkowskiej Straży Miejskiej przeprowadził pogadankę z dziećmi Niepublicznego Przedszkola Pinokio.



Celem konkursu była edukacja ekologiczna dzieci i młodzieży w zakresie szkodliwości zanieczyszczeń, hałasu komunikacyjnego i zbyt dużego natężenia ruchu wynikającego z nadużywania samochodu jako indywidualnego środka transportu w mieście. Przygotowywanie prac miało też zachęcić dzieci do korzystania z innych niż samochód sposobów przemieszczania się, a także popularyzować kampanię „Dzień bez samochodu".

W ramach konkursu uczestnicy mieli przygotować prace plastyczne:

- dowolną techniką w formacie A-4 lub A-3,
- zachęcające kierowców do rezygnacji z samochodów i promujące korzystanie z komunikacji miejskiej, rowerów, spacerów lub sportu.

Na konkurs napłynęło wiele pięknych prac, które pokazują spojrzenie dzieci na problem ekologii i przekonują do korzystania z alternatywnych form transportu. Nagrody otrzymali:

- Amelia Szymczak, kl. II, SP nr 1 - I miejsce
- Weronika Lehr, kl. III f, SP nr 3 - I miejsce
- Ewa Starowicz, kl. II a, SP nr 5 - I miejsce
- Lena Duraj, V c, SP nr 6 - I miejsce
- Julia Wojda, IV f, SP nr 6 - II miejsce

- Maria Shybanowa VI a, SP nr 6 - II miejsce
- Maria Chojnowska, VI c, SP nr 6 - III miejsce
- Fabian Tymosiewicz - VI c, SP nr 6 - III miejsce
- Helena Białczak, SP 6 - I miejsce
- Maciej Polewczyk, III e, SP 6 - II miejsce
- Michał Zalewski, III c , SP 6 - II miejsce
- Marcel Polkowski, III c, SP 6 - III miejsce
- Kornelia M. Jakubowska, II b, Publiczna Katolicka SP - I miejsce
- Klara m. Jakubowska, V a, Publiczna Katolicka SP - II miejsce
- Mikołaj M. Jakubowski - VIII a, Publiczna Katolicka SP - I miejsce
- Wyróżnienie - Maria Dziewulska, SP nr 6.

To była tylko pierwsza część działań edukacyjnych, które miały zapoznać dzieci z naszego miasta z zasadami ruchu drogowego. W ramach akcji „Bezpieczna droga" i "Bezpieczna droga do szkoły", ząbkowska Straż Miejska przeprowadziła pogadankę w Przedszkolu Pinokio oraz w klasach 1a, 2b i 3f, SP nr 1 w Ząbkach, o bezpieczeństwie na drodze. Komendant Artur Lewandowski omówił zasady przechodzenia przez jezdnię oraz jak należy prawidłowo odczytywać światła sygnalizatora. Dzieci zapoznały się z zasadami pierwszej pomocy oraz ćwiczyły na fantomie przy użyciu defibrylatora AED. Każdy z uczniów szkoły podstawowej otrzymał edukacyjną kolorowankę i elementy odblaskowe do tornistra.





WŚCIEKLIZNA W POWIECIE WOŁOMIŃSKIM. ZASZCZEP PSA

Trwa kampania informacyjna przeciwko wściekliźnie u zwierząt wolno żyjących na terenie województwa mazowieckiego, prowadzona przez Wojewodę Mazowieckiego oraz Mazowieckiego Wojewódzkiego Lekarza Weterynarii.

W związku z wystąpieniem na terenie naszego powiatu przypadków wścieklizny podpowiadamy, jak zachować ostrożność i nie doprowadzić do zarażenia. Wścieklizna jest jedną z najdłużej znanych i najgroźniejszych chorób odzwierzęcych. Jest to wirusowa choroba zakaźna dotykająca centralny układ nerwowy, na którą wrażliwe są wszystkie gatunki ssaków, w tym ludzie. Szczegółowe informacje o aktualnej sytuacji epizootycznej, związanej z potwierdzanymi przypadkami wścieklizny u zwierząt wolno żyjących na terenie województwa mazowieckiego, znajdują się na stronie internetowej Mazowieckiego Urzędu Wojewódzkiego w Warszawie, pod linkiem:

https://www.gov.pl/web/uw-mazowiecki/kolejne-przypadki-wscieklizny-u-lisow-wolno-zyjacych-na-terenie-wojewodztwa-mazowieckiego
Zachęcamy również do obserwowania na Facebooku profilu Wojewódzkiego Inspektoratu Weterynarii zs. w Siedlcach:
https://www.facebook.com/WeterynariaSiedlce/



PRZEDSTAWIENIE DLA DZIECI

Miejski Ośrodek Kultury zaprasza do teatru lalek IGRASZKA na przedstawienie pt.„MAGICZNY MIÓD”.

Bajka opowiada o przygodach niedźwiadka Maciusia, który musi stawić czoła niebezpieczeństwom, żeby pomóc swojej mamie. Pewnego dnia niedźwiadek Maciuś przynosi smutną nowinę – mama jest chora a jedynym antidotum jest magiczny miód. Maciuś wyrusza w daleką podróż do tajemniczego lasu. W wyprawie towarzyszy mu przyjaciel, zabawny królik Kleofas.

Dwaj mali bohaterowie muszą przechytrzyć podstępnego węża Sobiesława, a także przekonać królową pszczół, by podarowała im beczułkę magicznego miodu… W bajce zostaje poruszony problem zanieczyszczania środowiska.

Przedstawienie zostało zarejestrowane bez udziału publiczności i dostępne jest na Facebookowym profilu Miejskiego Ośrodka Kultury w Ząbkach.

PRZYJDŹ I ZOSTAŃ DUKIEM



Jeśli ktoś myśli o przygodzie ze sportem, to teraz ma znakomitą okazję. Drużyna futbolu amerykańskiego Dukes Ząbki zaprasza 2 listopada na rekrutację. Ważniejszy od warunków fizycznych jest zapał do gry.

Futbol amerykański to dyscyplina, która powoli zdobywa nad Wisłą coraz więcej zwolenników. Brakuje jednak zawodników z doświadczeniem, dlatego szansę sprawdzenia się ma każdy - także początkujący zawodnik, a nawet kandydat na sportowca. Niektórzy myślą o dołączeniu do ząbkowskiej drużyny, ale ciągle mają wątpliwości, czy się nadają. W końcu zawodnik futbolu amerykańskiego to w potocznym rozumieniu mężczyzna wielki jak ciężarówka, zbudowany z samych mięśni. Pojawiają się pytania o to, jakie warunki fizyczne są wymagane do trenowania futbolu amerykańskiego? Jaki trzeba mieć wzrost, jaką wagę czy jaki Body Mass Index. Dukes odpowiadają wprost: każde.

Dzięki dużej różnorodności pozycji i ról, na boisku znajdzie się miejsce dla każdego. Jak piszą Dukes w zaproszeniu na testy Darren Sproles, jeden z najwybitniejszych specjalistów od returnów w historii NFL, podczas swojej kariery mierzył niespełna 168 cm wzrostu. Z drugiej strony są prawdziwe kolosy. Najcięższi zawodnicy grający na linii wznowienia mogą ważyć nawet 150 kg. Znacznie ważniejsze od warunków fizycznych są w tym sporcie: ambicja, ciężka praca i zamiłowanie do rywalizacji.

Na rekrutację do Dukes Ząbki trzeba ze sobą zabrać: wygodne buty, adekwatny do warunków atmosferycznych strój oraz butelkę wody. Zajęcia są planowane we wtorek 2 listopada, na Dozbud Arena w Ząbkach.

Dukes zapraszają też na treningi dzieci. Dla młodszych zawodników (w wieku 8-14 lat) przeznaczona jest tzw. „flagówka”, czyli bezkontaktowa odmiana futbolu amerykańskiego. Zajęcia są bezpłatne, wystarczy mieć ze sobą strój sportowy. Treningi odbywają się w czwartki, w hali sportowej Szkoły Podstawowej przy ul. Dzikiej 36. Początek zajęć o 19:50.

DLA KOGO BEZPŁATNE PRZEJAZDY ZĄBKOBUSAMI?

Już na początku listopada zaczną pracę kontrolerzy z zewnętrznej firmy, która przez najbliższych 11 miesięcy zajmie się kontrolą biletów w Ząbkowskiej Komunikacji Miejskiej. Wynagrodzenie przedsiębiorcy będzie uzależnione od liczby ujawnionych przejazdów bez uprawnień.

Dlatego warto sobie przypomnieć, kto może korzystać z bezpłatnych przejazdów liniami Ząbki-1, 2 i 3. Takie uprawnienia mają posiadacze ważnej karta mieszkańca (białej), której ważność jest weryfikowana w systemie informatycznym. Stare, zielone karty mieszkańca utraciły ważność 30 listopada 2020 r. i obecnie nie uprawniają do bezpłatnych przejazdów. W razie kontroli pasażer powinien okazać kartę w formie wirtualnej (na ekranie telefonu komórkowego) lub w formie karty zbliżeniowej oraz umożliwić jej zeskanowanie i weryfikację. Bezpłatnie ząbkobusami mogą podróżować również dzieci do ukończenia 6 roku życia.

Bez Karty, więc z biletem

Osoby nieposiadające ważnej karty mieszkańca mogą korzystać z przejazdów liniami Ząbki-1, 2 i 3 na podstawie biletów jednorazowych:
- normalny w cenie 3 zł lub
- ulgowy 1,5 zł.

Bilet należy kupić u kierowcy i skasować w kasowniku. Tylko skasowany bilet jest ważnym dokumentem przewozu, który należy okazać w czasie kontroli.

Dla kogo przejazdy ulgowe?

Do przejazdów na podstawie biletów ulgowych uprawnieni są:
1) dzieci i młodzież od ukończenia 6 roku życia do ukończenia szkoły podstawowej lub szkoły średniej, nie dłużej niż do

ukończenia 24 roku życia;
2) studenci i doktoranci do ukończenia 26 roku;
3) dzieci i młodzież ze stwierdzoną niepełnosprawnością do ukończenia 26 roku życia oraz ich opiekunowie;
4) osoby niezdolne do samodzielnej egzystencji oraz ich opiekunowie lub przewodnicy;
5) osoby niewidome oraz ich opiekunowie lub przewodnicy;
6) emeryci i renciści oraz ich współmałżonkowie, na których pobierane są zasiłki rodzinne.

Osoby korzystające z przejazdów ulgowych powinny mieć przy sobie dokument potwierdzający uprawnienie do ulgi.

Opłata dodatkowa za jazdę bez ważnego biletu lub ważnej karty mieszkańca obecnie wynosi 300 zł, za brak dokumentu uprawniającego do ulgi - 240 zł. Jeśli opłata zostanie wniesiona w ciągu 7 dni, kwoty te są pomniejszane o 30 proc.

Program „Jestem z Ząbek"

Już ponad rok funkcjonuje nowy Program Karty Mieszkańca „Jestem z Ząbek" i związane z nim karty wirtualne w komórce oraz białe karty zbliżeniowe będące również nośnikiem biletów ZTM Warszawa. 30 listopada ubiegłego roku był ostatnim dniem ważności starych, zielonych kart mieszkańca, obecnie nie uprawniają już do niczego i mają już tylko wartość sentymentalną lub kolekcjonerską.

W związku z tym osoby korzystające z ząbkowskiej komunikacji powinny upewnić się, że ich karty są ważne i czy nie muszą przedłużyć swojego Programu Karta Mieszkańca „Jestem z Ząbek" - jak to zrobić pisaliśmy w jednym z poprzednich numerów „Co Słychać ?" tekst ten jest dostępny również w aktualnościach na stronie jestemzzabek.pl i zabki.pl.

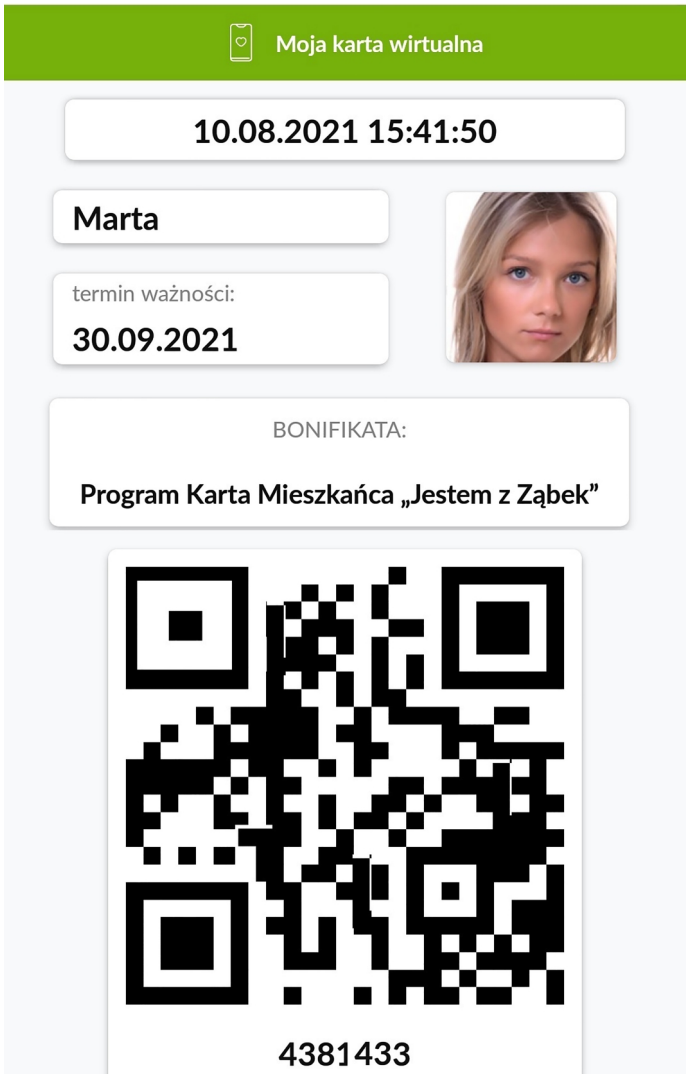
Cechą nowego Programu Karty Mieszkańca jest to, że uprawnienia z nim związane uzależnione są od faktu rozliczania podatku dochodowego na rzecz Ząbek i są przyznawane na czas określony tj. 12 lub 24 miesiące. Gdy ważność się kończy, trzeba ją przedłużyć okazując potwierdzenie rozliczenia podatku PIT za rok poprzedni z adresem ząbkowskim. Można to zrobić przez internet za pośrednictwem panelu mieszkańca na stronie jestemzzabek.pl.

Dzieci jak rodzice

Ważność karty dzieci do 18. roku życia jest taka sama jak ważność karty (Programu) rodzica, z którego kontem dziecko jest powiązane. W przypadku dzieci pełnoletnich dodatkowym warunkiem jest coroczne potwierdzenie kontynuacji nauki.

Termin ważności Programu można sprawdzić wyświetlając kartę wirtualną w aplikacji mobilnej. W przypadku karty fizycznej informacja o pierwszym terminie ważności była wydrukowana na liście załączonym do karty. Ważność można sprawdzić również logując się na swoje konto mieszkańca na stronie jestemzzabek.pl – termin ważności jest dostępny w zakładce „Moje Programy". O kończącym się terminie ważności system rozsyła informacje na adres email lub/i numer telefonu komórkowego podane przy rejestracji konta na stronie jestemzzabek.pl lub we wniosku papierowym złożonym w Urzędzie. O dacie ważności karty można się również dowiedzieć kontaktując się z punktem obsługi karty w Urzędzie Miasta tel. 22 510-97-31, tel. 695-330-707, email: kontakt@jestemzzabek.pl.

Przypominamy, że uprawnieni do bezpłatnych przejazdów ząbkobusami Z1, Z2, Z3, są mieszkańcy posiadający nową aktywną kartę mieszkańca Jestem z Ząbek.



JESTEŚ ZAINTERESOWANY ZAMIESZCZENIEM REKLAMY W GAZECIE?
SKONTAKTUJ SIĘ Z NAMI!
TEL. 887-284-300
agnieszka.maciazek@mcszabki.pl

BURMISTRZ UCZCIŁA ROCZNICĘ ŚMIERCI BŁ. KS. JERZEGO POPIEŁUSZKI



Małgorzata Zyśk, w asyście Strzelców z 1533 Jednostki Strzeleckiej im. por. Ludwika Tulińskiego, złożyła kwiaty pod pomnikiem bohaterskiego kapłana w 37. rocznicę jego męczeńskiej śmierci.

Pani Małgorzata Zyśk uczciła pamięć kapłana, składając wiązankę pod pomnikiem przy Kościele Świętej Trójcy. Znicz zapaliła Pani Grażyna Sobierajska, Radna Miasta Ząbki i Dyrektor Prywatnej Szkoły Podstawowej im. ks. Jerzego Popiełuszki w Ząbkach, a wartę honorową wystawili ząbkowscy Strzelcy. Mirosław Sobiecki odczytał przy tej okazji specjalną modlitwę o kanonizację kapłana, zamordowanego przez funkcjonariuszy Służby Bezpieczeństwa w 1984 roku.

Ksiądz Jerzy Popiełuszko był mocno związany z naszym miastem. Od 10 czerwca 1972 r. do 10 października 1975 r. był wikariuszem w Parafii Świętej Trójcy, która była pierwszym miejscem jego posługi duszpasterskiej. Dlatego już wiele lat temu, 27 października 1997 r., przed kościołem został odsłonięty pomnik księdza, autorstwa Czesława Dźwigaja.

Tego dnia wspominaliśmy nie tylko bł. Jerzego Popiełuszkę. W 2018 r. Sejm ustanowił Narodowy Dzień Pamięci Duchownych Niezłomnych, których w polskiej i ząbkowskiej historii było więcej. W czasie zaborów takimi postaciami byli np. św. Zygmunt Szczęsny Feliński czy ks. Stanisław Brzóska. Wielu polskich kapłanów zginęło podczas II wojny światowej. Jak wskazywała uchwała sejmowa, heroiczną postawą w czasie II wojny światowej wykazał się Maksymilian Kolbe, męczennik z Auschwitz, ale też księża Jan Krenzel i Teodor Walenta zamordowani przez Sowietów, czy ks. Stanisław Dobrzański, zamordowany bestialsko w 1943 r. przez nacjonalistów ukraińskich.

Jeszcze wcześniej, w czasie wojny polsko-bolszewickiej, życie za ojczyznę poświęcił ks. Ignacy Skorupka, który wpisał się w historię Kościoła Świętej Trójcy i naszego miasta.

Ząbki 101 lat temu były niemal na pierwszej linii frontu. Kiedy Armia Czerwona szła na Warszawę, to przez nasze miasto przechodziły kolejne oddziały, spieszące na front. Wśród żołnierzy byli młodzi chłopcy z 236. pułku Armii Ochotniczej. Wyruszyli z Liceum im. Władysława IV na Pradze, a za nim dotarli na pole bitwy pod Ossowem, odpoczywali właśnie w Ząbkach.

Był z nimi ks. Ignacy Skorupka, który w Kościele pw. św. Trójcy złożył obietnicę, że pójdzie z żołnierzami w pierwszej linii, a idącym do ataku będzie udzielał rozgrzeszenia. Jego bohaterska śmierć na polu bitwy uczyniła z niego bohatera, a jego postać warto przypominać jako wzór męstwa, poświęcenia i wierności powołaniu.







Projekt „Stowarzyszenie PRO Q umacnianiu rodzin" dofinansowany jest ze środków Powiatu Wołomińskiego w ramach umowy o realizację zadania publicznego na kwotę 60.000 zł.

Punkt specjalistycznego poradnictwa rodzinnego
zasięg działania punktu: gminy Marki, Ząbki i Zielonka

Szanowni Państwo,

Wychodząc naprzeciw sytuacji zagrożenia epidemicznego, chcemy działać na rzecz normalizowania samopoczucia psychicznego. W związku z zaistniałą sytuacją zachęcamy do korzystania z telefonicznej doraźnej pomocy psychologicznej w czasie dyżuru dyspozytora i konsultacji u specjalistów w formie on-line i w kontakcie osobistym.

Dyżur dyspozytora:

poniedziałek – 13.00 - 17.00

środa – 9.00 - 13.00

piątek – 9.00 - 13.00

Można do nas dzwonić w trakcie dyżurów lub umówić się na spotkanie ze specjalistą za pośrednictwem maila.

Można również umówić się do specjalisty na konsultację psychologiczną, wychowawczą (pedagogiczną) lub socjalną w formie on-line lub w kontakcie osobistym.

Specjaliści przyjmują od poniedziałku do piątku w godzinach 8.00 - 20.00.

tel: 660 907 563, e-mail: kontakt@propracownia.pl

Dbajmy o siebie wzajemnie!

Zespół Stowarzyszenia PRO

UCZCIJMY NIEPODLEGŁOŚĆ MARSZEM NORDIC WALKING

IMPREZA POD PATRONATEM BURMISTRZA MIASTA ZĄBKI



ZAPRASZAMY serdecznie na Rajd Nordic Walking w dniu 11.11.2021 o godz. 11.00.

Ruszamy z pod Pomnika Pomordowanych Harcerzy - współrzędne na mapie 52.28804, 21.14388.

Zapalimy symboliczny znicz za pamięć tych, którzy walczyli za nasza niepodległość.

Następnie przejdziemy po okolicznym lesie - dystans 2x5,5km - dla mniej wprawionych 1 okrążenie, dla bardziej wprawionych dwa, czyli 11km.

Na koniec wspólne świętowanie i niespodzianki. Mile widziany dress code w postaci białych i czerwonych akcentów w ubiorze.

Miasto Ząbki
tu rodzi się przyszłość

AKCJA „MAŁA KSIĄŻKA – WIELKI CZŁOWIEK”

Projekt, adresowany do dzieci w wieku przedszkolnym (3-6 lat), jest realizowany w ramach ogólnopolskiej kampanii „Mała Książka – Wielki Człowiek” we współpracy z bibliotekami publicznymi i ma na celu zachęcenie rodziców do wspólnego czytania z dziećmi.

Aby przystąpić do projektu należy odwiedzić z dzieckiem Miejską Bibliotekę Publiczną w Ząbkach i zapisać je do niej (jeśli nie jest jeszcze zapisane). Następnie trzeba wypożyczyć książkę z księgozbioru dziecięcego i odebrać wyjątkową Wyprawkę Czytelniczą, w której znajdzie się książka odpowiednia do wieku dziecka, broszura informacyjna dla rodziców oraz Karta Małego Czytelnika.
Za każdą wizytę w bibliotece, która zakończy się wypożyczeniem przynajmniej jednej książki, przedszkolak otrzyma naklejkę do przyklejenia na kartę. Kiedy uzbiera ich dziesięć, zostanie nagrodzony imiennym dyplomem. Dzięki akcji dziecko pozna ważne miejsce na czytelniczej mapie dzieciństwa (bibliotekę) i zostanie pełnoprawnym uczestnikiem życia kulturalnego.



AGENCJA METROPOLIS
NIERUCHOMOŚCI
Mieszkania Domy Działki
kupno - sprzedaż - wynajem - doradztwo
Ząbki ul. 3 Maja 10 lok.10, przy PKP
tel. 601 898 715
www.metropolis.waw.pl
www.agencja-metropolis.otodom.pl
www.facebook.com/Metropolis-Nieruchomości
e-mail: biuro@metropolis.waw.pl
Poszukujemy mieszkań, domów, działek do kupna I wynajmu

DRUKARNIA BENEDYSIUK
drukujemy od 1988 r.
(22) 781 73 55
05-091 Ząbki, ul. Lisa Kuli 1
✓WIZYTÓWKI ✓ULOTKI ✓NOTESY ✓AKCYDENSY
✓DYPLOMY ✓PLAKATY ✓TECZKI OFERTOWE ✓FOLDERY
✓ZAPROSZENIA ✓DRUKI FIRMOWE I SAMOKOPIUJĄCE
✓ETYKIETY SAMOPRZYLEPNE ✓DRUK NA KOPERTACH
✓BANERY ✓PIECZĄTKI ✓ROLLUPY
www.drukarnia-benedysiuk.pl

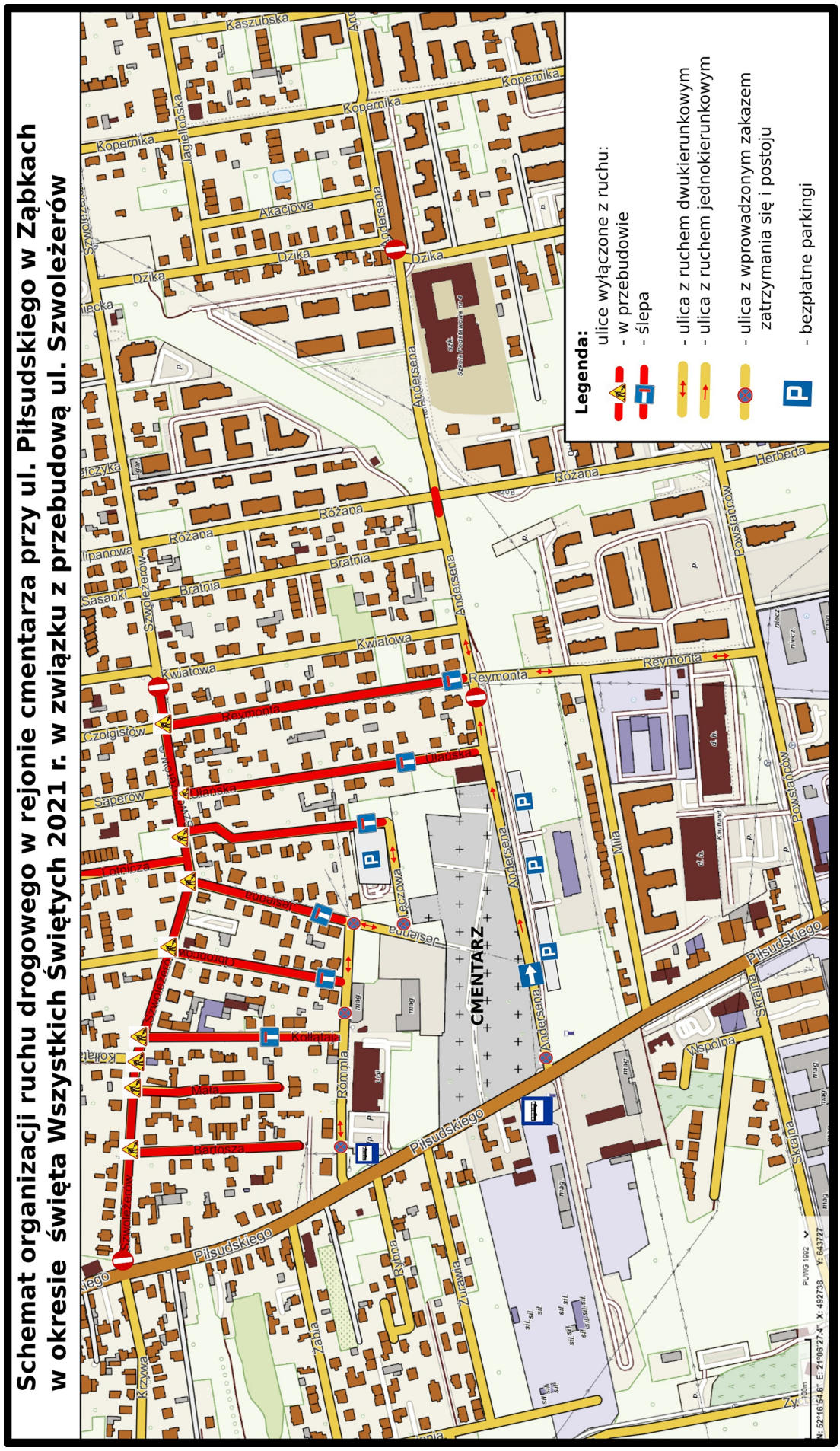
UWAGA: ORGANIZACJA RUCHU PRZY CMENTARZU NA UL. PIŁSUDSKIEGO W OKRESIE WSZYSTKICH ŚWIĘTYCH INNA NIŻ ZWYKLE

W związku z przebudową ul. Szwoleżerów w tym roku organizacja ruchu w okresie Wszystkich Świętych będzie inna niż w latach poprzednich.

Nie będzie można dojechać do cmentarza przy ul. Piłsudskiego ulicą Szwoleżerów, na której trwają prace oraz ulicami Jesienną, Obrońców, Kołłątaja, Ułańską, Tęczową i Reymonta (na odcinku od Szwoleżerów do Andersena), które z powodu remontu kończą się ślepo. Na mapie układ ulic wyłączony z ruchu (poza obsługą posesji przyległych) został zaznaczony na czerwono.
W związku z uroczystością Wszystkich Świętych od piątku 29 października do środy 3 listopada 2021 r. w rejonie cmentarza przy ul. Piłsudskiego będzie obowiązywała czasowa organizacja ruchu drogowego.

Do cmentarza będzie można dojechać:
1) ulicą gen. J. Rómmla i odcinkami ul. Jesiennej i Tęczowej - do Parkingu zorganizowanego na terenie Miasteczka Ruchu Drogowego. Na części terenu miasteczka będzie można parkować w dniach 30 i 31 października oraz 1 listopada, w godzinach 8-20. Na powyższych ulicach dojazdowych do parkingu będzie obowiązywał ruch dwukierunkowy i zostaną wprowadzone zakazy zatrzymywania;
2) ulicą Andersena, która będzie jednokierunkowa na odcinku od Piłsudskiego do Reymonta, w kierunku ul. Reymonta. przy ul. Andersena zostały zorganizowane parkingi. Wyjazd z rejonu cmentarza będzie możliwy ul. Reymonta i ul. Powstańców.

Najlepiej dojechać na cmentarz transportem publicznym. Na przystankach Cmentarz 01 i 02 zatrzymują się linie 145, 245 oraz linia Ząbki-1. W poniedziałek 1 listopada przejazd liniami ząbkowskimi (Ząbki-1 i Ząbki-3) jest bezpłatny dla każdego.


Schemat organizacji ruchu drogowego w rejonie cmentarza przy ul. Piłsudskiego w Ząbkach
w okresie święta Wszystkich Świętych 2021 r. w związku z przebudową ul. Szwoleżerów
Legenda:
ulice wyłączone z ruchu:
- w przebudowie
- ślepa
- ulica z ruchem dwukierunkowym
- ulica z ruchem jednokierunkowym
- ulica z wprowadzonym zakazem zatrzymania się i postoju
- bezpłatne parkingi
CMENTARZ
Kopernika
Akacjowa
Dzika
Andersena
Różana
Bratnia
Kwiatowa
Reymonta
Ułańska
Saperów
Czołgistów
Szwoleżerów
Powstańców
Herberta
Mała
Hanosza
Kołłątaja
Romma
Pułaskiego
Leczowa
Piłsudskiego
Wspólna
Skrajna
Żurawia
Rybna
Żabia
Krzywa

STREFA PŁATNEGO PARKOWANIA W ZĄBKACH - PYTANIA I ODPOWIEDZI

Na wiosnę 2022 r. planowane jest wprowadzenie strefy płatnego parkowania w Ząbkach. To duża zmiana w życiu zmotoryzowanych mieszkańców naszego miasta.

Coraz więcej miast decyduje się na wprowadzenie stref płatnego parkowania. Od wielu lat takie rozwiązanie funkcjonuje w Warszawie, a ostatnio Rada m.st. Warszawy zdecydowała o rozszerzeniu obszaru, na którym trzeba płacić za zostawienie auta. O tym, jak ma wyglądać wprowadzenie strefy płatnego parkowania i jakie są korzyści płynące z takiego rozwiązania bardzo dużo wie pan Wiesław Sokołowski, Zastępca Kierownika Referatu Infrastruktury i Transportu Publicznego w Urzędzie Miasta Ząbki.

Warto się zastanowić, dlaczego w ogóle w Ząbkach potrzebna jest strefa płatnego parkowania? - Gwałtowny rozwój motoryzacji dotyka wielu miast, w tym również Miasta Ząbki. Zachodzi więc konieczność ograniczania dostępności dla samochodów tych obszarów miasta, gdzie miejsca postojowe są deficytowe oraz gdzie rotacja pojazdów na wyznaczonych miejscach postojowych jest niewystarczająca. Długotrwałe blokowanie miejsc postojowych w centrum miasta powoduje, że dla wielu kierowców ich nie wystarcza, a drogowa przestrzeń publiczna nie jest wykorzystana w należyty sposób – mówi Wiesław Sokołowski.

Planowane rozwiązanie przyniesie konkretne korzyści naszemu miastu. Mieszkańcy Ząbek będą korzystać z preferencji, a warto pamiętać, że dzięki temu koszty utrzymania infrastruktury miejskiej zostaną rozłożone bardziej równomiernie na wszystkich zamieszkałych na terenie naszego miasta. Zwiększą się możliwości finansowe miasta, które będzie można spożytkować na rzecz lokalnej społeczności.

Jakie zyski przyniosą miastu opłaty parkingowe?

- Wprowadzenie strefy płatnego parkowania nie jest realizowane dla osiągania zysków, mamy nadzieję że koszty i zyski będą się bilansować. Nie można jeszcze odpowiedzieć na pytanie, jaki będzie miesięczny zysk ze strefy, ponieważ jest to trochę jak przysłowiowe dzielenie skóry na niedźwiedziu – mówi Zastępca Kierownika Referatu Infrastruktury i Transportu Publicznego w Urzędzie Miasta Ząbki.

Dla wygody kierowców miasto planuje też wprowadzenie możliwości uiszczania opłat przy pomocy aplikacji mobilnych. Obecnie, na rynku jest kilka firm świadczących takie usługi.

Dla kogo zwolnienia i zniżki?

Ulgami będzie objętych kilka grup pojazdów. Poza tymi, które są wymienione w art. 13 ust. 3 ustawy o drogach publicznych, stawka zerowa ma objąć pojazdy osób niepełnosprawnych, posiadających kartę parkingową, pojazdy służb miejskich i Ośrodka Pomocy Społecznej w Ząbkach podczas wykonywania obowiązków służbowych oraz motocykle i skutery. Zwolnione z opłat na zastrzeżonych stanowiskach postojowych będą również zakłady opieki zdrowotnej i jednostki budżetowe.

- Planowany jest również abonament dla mieszkańca w wysokości 30 zł rocznie. W szczególności, preferencyjne opłaty za postój pojazdów w strefie płatnego parkowania dotyczą posiadaczy Karty Mieszkańca „Jestem z Ząbek". Dla nich proponujemy zerową stawkę opłaty za 50 minut postoju jednorazowo w danym dniu oraz niższe ceny biletów: za pierwszą godzinę 0,50 zł, drugą godzinę 0,60 zł, trzecią godzinę 0,70 zł i za czwartą i kolejne godziny postoju po 0,50 zł – mówi Wiesław Sokołowski.

Osoby, które nie odprowadzają podatków PIT na rzecz Miasta Ząbki do urzędu skarbowego w Wołominie, tym samym nieuprawnione do posiadania aktywnej karty mieszkańca Jestem z Ząbek będą ponosiły opłaty: Za 1 godz. - 3,9zł, za 2 godz. 4,6zł, za 3 godz. - 5,5zł za 4 godz. i kolejne 3,9zł. Nie będą też uprawnione do posiadania rocznego abonamentu mieszkańca zezwalającego na bezpłatne parkowanie.

Co z pobieraniem opłat w soboty i niedziele?

W soboty i niedziele oraz w dni ustawowo wolne od pracy opłaty za postój nie będą pobierane, ponieważ aktualnie w przypadku naszego miasta byłoby to niezgodne z art. 13b ustawy z dnia 21 marca 1985 r. o drogach publicznych.



RADY DIETETYKA... ŚWIATOWY DZIEŃ WALKI Z OTYŁOŚCIĄ



Co drugi Polak ma nadwagę, a co piąty zmaga się już z otyłością. Światowa Organizacja Zdrowia mówi nawet o epidemii: na świecie co roku z powodu schorzeń powiązanych z otyłością i nadwagą umiera ponad 2,5 miliona ludzi! Aby zwrócić uwagę na problem i zwiększyć świadomość społeczną w kwestii prawidłowego odżywiania, 24 października obchodzony był Światowy Dzień Walki z Otyłością. Statystyki alarmują – otyłość jest najpoważniejszą chorobą cywilizacyjną naszych czasów. Niestety problem ten coraz częściej dotyczy nie tylko osób dorosłych, ale również dzieci i młodzieży. Jak wynika ze światowych badań WHO, od lat 80-tych liczba osób borykających się z otyłością podwoiła się! Ponad połowa mężczyzn i kobiet ma nadwagę, a 23% kobiet oraz 20% mężczyzn cierpi na otyłość. W Europie nadwaga dotyczy 30-70% społeczeństwa, otyłość zaś – 10-30%.

Przyczyny

– Zapominamy o spożywaniu pięciu posiłków dziennie, zastępując je wysokokalorycznymi przekąskami, pijemy zdecydowanie za mało wody i prowadzimy siedzący tryb życia – mówi Iwona Michalak, dietetyk Naturhouse w Ząbkach. Tymczasem 150 minut umiarkowanej aktywności fizycznej w tygodniu wystarczy, aby zmniejszyć ryzyko występowania chorób serca o ok. 30%, cukrzycy o 27%, a ryzyko raka piersi lub jelita grubego o 21-25% - podaje WHO. Ponadto ruch obniża ryzyko wystąpienia udaru mózgu, nadciśnienia czy depresji. Tylko ok. 35% populacji w Europie deklaruje odpowiednią ilość aktywności fizycznej, przy czym należy zauważyć, że to Panowie są bardziej aktywni fizycznie. Prawidłowo skomponowana dieta pozwala natomiast zadbać o sylwetkę, zdrowie i samopoczucie.

Konsekwencje zdrowotne

Trzeba zdać sobie sprawę z faktu, że otyłość to nie defekt kosmetyczny, ale schorzenie, które ma szczególnie negatywne konsekwencje w przypadku dzieci i młodzieży. Otyli nastolatkowie zmagają się ze złym samopoczuciem, apatią, niską sprawnością fizyczną i brakiem akceptacji wśród rówieśników. Ponadto zbędne kilogramy uniemożliwiają prawidłowy rozwój młodego organizmu. Otyłość jest jednak równie groźna w przypadku dorosłych. – Zbyt wysoka waga wpływa zarówno na nasz wygląd, jak i kondycję całego organizmu. Problemy z cerą, wypadające włosy, nadmierna potliwość, cukrzyca typu II, choroby układu krążenia, układu pokarmowego, nowotwory czy zwyrodnienia kręgosłupa to tylko część zagrożeń, jakie niesie za sobą nieprawidłowa masa ciała – przestrzega dietetyk.

Gdzie szukać wsparcia?

W celu zachęcenia Ząbkowian do podjęcia pierwszego kroku w walce ze zbędnymi kilogramami, dajemy możliwość skorzystania z BEZPŁATNEJ KONSULTACJI Z DIETETYKIEM w Centrum Dietetycznym Naturhouse Ząbki. Specjalnie dla Was przygotowaliśmy bezpłatny e-book "Nadwaga i otyłość". Znajdziecie w nim porady, wskazówki i pyszne przepisy. Jeśli chcesz otrzymać e-book napisz do nas maila lub wyślij wiadomość na Facebooku. Umów się już dziś i przekonaj się, że rozwiązanie Twojego problemu jest łatwiejsze niż myślisz.

NATUR HOUSE
Eksperci w reedukacji żywieniowej

Propozycja od Pani Iwony Michalak dietetyka Naturhouse w Ząbkach na szybki i pyszny obiad.

ZUPA OCZYSZCZAJĄCA

Składniki:
- nóżka z kurczaka lub skrzydło z indyka (bez skóry) lub 150 g ciecierzycy w zalewie,
- 1-1,5 l bulionu,
- 1 marchew,
- 1/2 cukinii,
- 1 średni ziemniak,
- puszka pomidorów,
- cebula,
- garść fasolki szparagowej,
- pęczek pietruszki i lubczyk,
- sól, pieprz do smaku.

Przygotowanie:

Mięso opłukać, zalać bulionem i gotować ok. 30 minut. Warzywa obrać, opłukać i pokroić na kawałki (marchew i cukinię w półksiężyce, ziemniaki w kostkę, cebulę w piórka, fasolkę na kawałki) i dodać od zupy. Gotować 15 minut, aż warzywa będą miękkie, ale nie rozgotowane. Dodać pomidory z puszki krojone, doprawić solą, pieprzem. Gotować jeszcze 10 minut. Dodać posiekany pęczek ziół.

Jeżeli nie wykorzystujemy mięsa, ciecierzycę dodać wraz ze wszystkimi warzywami do bulionu.

Zupę można spożyć na obiad i kolacje. Smacznego.



ZĄBKOVIA ZĄBKI ZAGRA W FINALE OKRĘGOWEGO PUCHARU POLSKI



fot. www.zabkovia1927.pl

Zespół z naszego miasta zmierzy się 3 listopada na stadionie Hutnika Warszawa z drużyną KTS Weszło, o której w mediach jest ostatnimi czasy bardzo głośno.

Droga do występu na Stadionie PGE Narodowym w finale Pucharu Polski jest dla piłkarzy Piotra Dziewickiego bardzo długa, ale przecież każda podróż zaczyna się od pierwszego kroku. Piłkarze Ząbkovii mają ich za sobą już kilka, m.in. dwa razy musieli strzelać rzuty karne (w rywalizacjach z Bugiem Wyszków i Victorią Sulejówek), a ostatnio pokonali Mszczonowiankę Mszczonów 2:1 po golach Marka Kwiatkowskiego i Kewina Przygody.

Sukces zawodników prowadzonych przez Piotra Dziewickiego jest tym większy, że w spotkaniu półfinałowym wystąpili bez kilku podstawowych obrońców. Z różnych przyczyn nie mogli zagrać: Przemysław Szulakowski, Piotr Augustyniak, Bartek Smolarczyk oraz Rafał Mazurczak.

Teraz rywalem Ząbkovii w finale Okręgowego Pucharu Polski (później jest szczebel wojewódzki i ewentualnie centralny) będzie zespół KTS Weszło. Piłkarze z Warszawy grają "tylko" w Lidze Okręgowej, ale to nie powinno zmylić kibiców. Już niedługo zapewne dołączą do IV ligi, bo zajmują pierwsze miejsce w tabeli, a ambicje tego klubu sięgają jeszcze wyżej.

Jednym z jego założycieli jest znany dziennikarz sportowy Krzysztof Stanowski. Niedawno klub przeprowadził sprzedaż akcji i zrobił to w imponującym stylu. W ciągu 90 minut, od kilku tysięcy ludzi z całej Polski, udało się zebrać 4,5 mln złotych. Klub ma się przekształcić w spółkę akcyjną. Jak można wyczytać na stronie internetowej https://emisja.weszlo.com. "Działalność spółki oparta będzie na trzech filarach: drużynie piłkarskiej, akademii futbolu dla dzieci i młodzieży oraz centrum sportowym. Dodatkowym, ale nie mniej ważnym aspektem, będzie aktywność społeczna".

Zapowiada się ciekawe widowisko, a dodatkowym smaczkiem będzie to, że zostanie rozegrane przy sztucznym oświetleniu. Początek spotkania jest zaplanowany na godzinę 19:00.

Łukasz Majchrzyk

DZIEŃ RATOWNICTWA MEDYCZNEGO W SP NR 4 W ZĄBKACH

W dniach 12 i 13 października uczniowie Szkoły Podstawowej nr 4 w Ząbkach aktywnie świętowali Dzień Ratownictwa Medycznego.

Dzieci z klas 1-3 przyszły do szkoły ubrane na czerwono lub w przebraniach pracowników służby zdrowia. Były to niezwykle wesołe dni, pełne klasowych konkursów, śpiewu i ekspresji plastycznej.

Uczniowie mieli okazję utrwalić wiedzę na temat ratowania ludzkiego życia i zdrowia. Na koniec odbyły się zajęcia praktyczne z wykonywania masażu serca na pluszakach przyniesionych z domu.

Z takimi ratownikami można poczuć się bezpiecznie. Nauczyciele dziękują rodzicom, pracownikom PWiK oraz Urzędu Miasta w Ząbkach za ufundowanie nagród dla dzieci.





MY UCZNIOWIE PIERWSZEJ KLASY... TAK DŁUGO CZEKALIŚMY NA TEN DZIEŃ

Uczniowie pierwszych klas ząbkowskich szkół podstawowych zostali pasowani na uczniów. W wydarzeniach brała udział Burmistrz Miasta Ząbki Małgorzata Zyśk.

Pierwszoklasiści ze Szkoły Podstawowej nr 5 im. bł. ks. Jerzego Popiełuszki przystąpili do uroczystego ślubowania w dniu tak ważnym dla edukacji – 14 października.

Dla każdego dziecka pasowanie to wyjątkowy moment. Ołówek, którym Pani Dyrektor dotyka ramienia, zmienia dziecko w ucznia, a jego przygoda ze szkołą właśnie się rozpoczyna.

Klasy 1a z wychowawczynią p. Pauliną Mioduszewską i p. Dorotą Fijołek, klasa 1b z wychowawczynią p. Martą Szczęsną oraz 1c z wychowawczynią p. Katarzyną Kossakowską zaprezentowały swoje występy. Piosenki rozbrzmiały we wszystkich zakątkach szkoły, a recytowane wierszyki cieszyły i zachwycały dyrekcję, rodziców i zaproszonych gości.
Jednogłośnie wszyscy potwierdzili, że uczniowie z klas pierwszych spisali się na „piątkę", jak przystoi uczniom Szkoły Podstawowej nr 5.

My, nauczyciele i wychowawcy życzymy naszym uczniom, aby czas w szkole był szansą na zdobywanie wiedzy i okazją do nawiązania nowych przyjaźni. Aby słowa piosenki każdego dnia stawały się rzeczywistością…

W naszej klasie jak w rodzinie.
Właśnie z tego klasa słynie.
Razem zawsze radę damy
i tak wspólnie zaśpiewamy.
Ręka w rękę!
Ramię w ramię!
Nie jesteśmy tutaj sami!
Mamy klasę!
Panią!
Nas!
Na przygody szkolne czas!
Nie ma słabych. Nie ma małych.
Wspólnie świat poznamy cały.
Wszyscy razem! Umie każdy
gołą ręką strącać gwiazdy!
Ta pomaga, ten jest silny,
ta dowodzi, ten jest pilny.
Zawsze z dumą więc mówimy,
że wspaniale się różnimy.

Kwiaty dla patrona szkoły
Choć do szkoły dzieci przychodziły już od siedmiu tygodni, to właśnie 13 października 2021 roku był dla nich niezwykły. Tego dnia w poczet społeczności Szkoły Podstawowej nr 1 im. gen. Franciszka Kleeberga zostali przyjęci pierwszoklasiści, którzy z niecierpliwością oczekiwali tego momentu.
Uroczystość Pasowania na ucznia rozpoczęła się powitaniem wszystkich przybyłych gości i wspólnym odśpiewaniem hymnu państwowego.

Duże wrażenie na dzieciach wywarło wprowadzenie sztandaru szkoły przy dźwiękach werbli. Nowi uczniowie z przejęciem i zaangażowaniem wypowiedzieli słowa ślubowania, odśpiewali także hymn szkoły oraz złożyli kwiaty pod tablicą patrona szkoły, gen. Franciszka Kleeberga. Uczniowie zaprezentowali również swoje umiejętności taneczne, które wywołały dużo radości i uśmiechu.

Na zakończenie Burmistrz Miasta Ząbki Małgorzata Zyśk przekazała wszyskim dzieciom upominki przygotowane przez Urząd Miasta, a wychowawcy rozdali pamiątkowe dyplomy oraz legitymacje szkolne.

Po raz pierwszy w SP nr 6
Dzień później Burmistrz Małgorzata Zyśk przybyła na pasowanie uczniów do Szkoły Podstawowej nr 6. To był historyczny dzień dla tej placówki, bo pasowanie uczniów odbywało się po raz pierwszy w historii szkoły. W obecności Pani Małgorzaty Zyśk Burmistrz Miasta Ząbki, Dyrekcji Szkoły, przedstawicieli Rady Rodziców, rodziców oraz nauczycieli odbyło się uroczyste ślubowanie uczniów klas pierwszych.

Podczas części artystycznej przygotowanej pod kierunkiem wychowawców klas pierwszych i nauczyciela muzyki p. Artura Maciejewskiego pierwszoklasiści zaprezentowali swoje zdolności i wykazali się dużą wiedzą. W nagrodę od Wróżki zdobyli sześć kluczy, dających im „przepustkę" do ślubowania. Były to klucze: miłości, muzyczny, recytacji, mądrości, bezpieczeństwa i patriotyzmu.

Oficjalną część ślubowania rozpoczęto uroczystym odśpiewaniem Hymnu Państwowego. Następnie Pani Dyrektor Dorota Uścińska dokonała uroczystego ślubowania naszych pierwszoklasistów. Wychowawcy klas poprzez symboliczne dotknięcie ozdobnym ołówkiem ramienia uczniów pasowali dzieci na Uczniów Szkoły Podstawowej nr 6.
Wydarzenie uwieńczył wzruszający i zachwycający występ taneczny uczennic z klasy 3c przygotowany pod kierunkiem p. Moniki Wyszyńskiej.

Na zakończenie uczniowie otrzymali legitymacje szkolne oraz prezenty przygotowane przez Urząd Miasta Ząbki oraz Radę Rodziców.

Podziękowania popłynęły również w stronę pań wychowawczyń: Iwony Lipki-Rybińskiej, Anety Masicz, Edyty Krasowskiej, Katarzyny Dzieciątko, Gabrieli Grabowskiej oraz Doroty Oljasz za przygotowanie dzieci do uroczystości.

Red. / Paulina Mioduszewska



NA ORLEJ

Strona po stronie, czyli polecajki książkowe

Każde dziecko ma swoją ulubioną przytulankę. I każdy rodzic wie, jaką tragedią może okazać się zagubienie tego jednego, jedynego pluszaka. No właśnie! Ale bohater historii, o której chcemy Wam dziś opowiedzieć nie załamuje się, a za to wybiera w magiczną podróż, aby odnaleźć zaginionego przyjaciela. Towarzyszy mu Gwiazdkowy Prosiaczek, maskotka, która ożyła w wigilijną noc!

"Gwiazdkowy Prosiaczek", czyli najnowsza opowieść uwielbianej przez dzieci J.K.Rowling, to emocjonująca przygodowa historia dla dzieci w wieku od 8 lat. Emocjonująca, magiczna i urocza. Opowiada o sile przyjaźni i podróży za tym, co utracone. Spodoba się i dzieciom, i rodzicom, a do tego jest pięknie wydana i dostępna zarówno w twardej, jak i miękkiej okładce – serdecznie polecamy!

Grapla, czyli granie zawsze w planie!

W strefie gracza przedstawiamy dzisiaj propozycję dla starszych planszówkowiczów, czyli od 12 lat w górę - "Karczma pod pękatym kuflem". Idealna propozycja dla fanów komputerowych gier ekonomicznych – proponowana przez nas gra polega na ciągłej rozbudowie karczmy – powiększamy magazyn, dostawiamy dodatkowe stoły, zatrudniamy personel i najważniejsze - musimy dbać, aby nigdy dla gości nie zabrakło jadła i piwa!

"Karczma pod pękatym kuflem" to prosta, a jednocześnie ciekawa gra, która świetnie sprawdzi się zarówno dla początkujących, jak i zaawansowanych graczy, posiada bowiem 5 modułów, dzięki którym możemy zwiększać poziom trudności. Rozgrywka trwa około godziny. Serdecznie polecamy nie tylko miłośnikom złotego trunku.

Serdecznie Państwa zapraszamy do naszego sklepu stacjonarnego przy ul. Orlej 6/70, na stronę ksiegarniaorla.pl oraz do obserwowania naszych profilów w mediach społecznościowych.

Księgarnia Orla





GRA PLA

ORLA CAFE

ORLA KSIĘGARNIA WIELU MOŻLIWOŚCI

POSZUKIWANI WOLONTARIUSZE DO PROJEKTU „SZLACHETNA PACZKA"



„Szlachetna Paczka" to ogólnopolski projekt pomocy rodzinom znajdującym się w trudnej sytuacji materialnej.

Dzięki zaangażowaniu wolontariuszy i darczyńców rodziny otrzymują wsparcie zgodnie z potrzebami, bo tak niewiele trzeba, aby wywołać radość. Paczki trafiają do potrzebujących a celem akcji jest: „mądra pomoc, czyli taka, która daje szansę na zmianę".

Zostań Wolontariuszem i odmieniaj historie życia ludzi w potrzebie

By Paczka mogła działać również w naszej okolicy, potrzebni są wolontariusze z rejonu Ząbek.

Możesz pomóc rodzinom wyrwać się z kręgu biedy i bezsilności oraz być wsparciem dla dzieci, które doświadczają porażek w szkole czy nadzieją dla samotnych seniorów w ich walce o godną starość.

Wypełnij zgłoszenie na stronie https://www.szlachetnapaczka.pl, przyłącz się do Szlachetnej paczki i zostań „SuperW"!