



# CO SŁYCHAĆ?

Rok XXVII

Nr 2 (407)

26 stycznia 2018 r.

ISSN 1427-3717

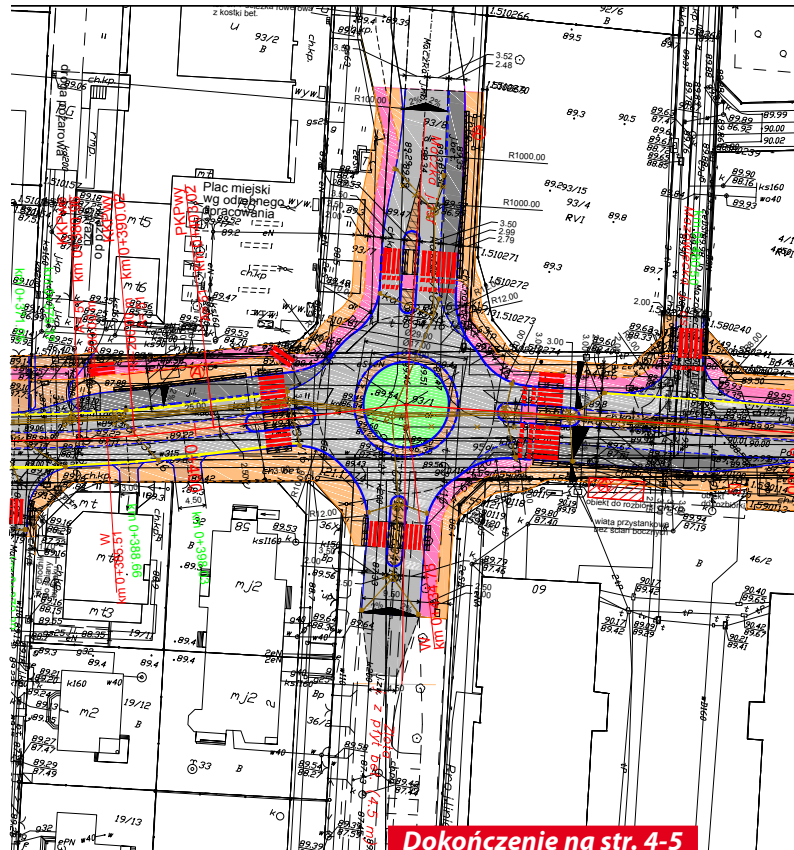
www.zabki.pl

ZĄBKOWSKA GAZETA SAMORZĄDOWA

## Ruszył przetarg na Powstańców

**Ta** długo wyczekiwana inwestycja drogowa ma szansę na szczęśliwy finał. W pierwszej połowie stycznia Miasto ogłosiło przetarg na wyłonienie wykonawcy na pozostały odcinek ul. Powstańców, tj. od ul. Dzikiej do drogi wojewódzkiej nr 631. Przypomnijmy, że wcześniej gruntownie przebudowany został fragment od ul. Piłsudskiego do ul. Dzikiej. Ta wielomilionowa inwestycja ujęta jest w tegorocznym budżecie. To bez wątpienia największe zadanie drogowe zaplanowane na ten rok.

Projektowane rondo na skrzyżowaniu ul. Powstańców, Maczka i Złotej



Dokończenie na str. 4-5

**RAKIETA ZĄBKI**

**RUSZYŁY NABORY**

**SZKÓŁKI TENISOWEJ RAKIETĄ ZĄBKI**

**JUŻ DZIŚ ROZPOCZNIJ Z NAMI TENISOWE SZALEŃSTWO**

KLUB TENISOWY RAKIETĄ ZĄBKI  
U. SŁOWACKIEGO 21  
ZA BAZENEM 05-091 ZĄBKI  
570 093 090  
TENISZABKI.PL

**ZARZĄDZANIE**  
WSPÓLNOTAMI MIESZKANIOWYMI  
ponad 50 nieruchomości w Zabkach  
**PRO-SYSTEM NIERUCHOMOŚCI**  
firma z Zabek tel: 783-298-248  
pełna przejrzystość finansów eadministrator.pl

**WYWÓZ ODPADÓW BUDOWLANYCH**

**BIG BAG 1 m<sup>3</sup>**  
**Kontenery**

**Konkurencyjne ceny** 1,5 m<sup>3</sup>  
692-477-707 7 m<sup>3</sup>  
www.prima-odpady.pl 16 m<sup>3</sup>

## Urząd Miasta Ząbki

ul. Wojska Polskiego 10  
05-091 Ząbki



tel: 22 51 09 700

fax: 22 51 09 888

e-mail: um@zabki.pl

ZPIOŚ.6220. 1.1-1.2018

Ząbki, dnia 12.01.2018r.

### OBWIESZCZENIE

Działając na podstawie art. 73 ust. 1 oraz art. 75 ust. 1 pkt 4 ustawy z dnia 3 października 2008 r. o udostępnianiu informacji o środowisku i jego ochronie, udziale społeczeństwa w ochronie środowiska oraz o ocenach oddziaływania na środowisko (Dz. U. z 2017 r. poz. 1405), w związku z art. 10, art. 49 oraz 73 Kodeksu postępowania administracyjnego z dnia 14 czerwca 1960r. (Dz. U. z 2017 r. poz. 1257),

#### podaję do publicznej wiadomości

informację o wszczęciu postępowania administracyjnego w sprawie wydania decyzji o środowiskowych uwarunkowaniach realizacji przedsięwzięcia polegającego na budowie budynku mieszkalnego wielorodzinnego z usługami w parterze, garażem podziemnym oraz z towarzyszącą infrastrukturą zlokalizowanego w Ząbkach przy ulicy Batorego na działce nr ewidencyjny 2 z obrębu 01-20, na wniosek spółki Batorego 4 Sp. z o. o. z siedzibą w Warszawie (03-122) ul. Modlińska 199 A lok. 13.

Zawiadomienie zamieszczono:

1. Strona BIP Urzędu Miasta Ząbki
2. Tablica ogłoszeń Urzędu Miasta Ząbki
3. Lokalna gazeta „Co słycać?”
4. a/a

Burmistrz Miasta Ząbki  
Artur Murański  
Z-ca Burmistrza

### 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. 8<sup>00</sup>-20<sup>00</sup>

tel. 603 927 323 www.lekarzzabki.pl

TK  
geo

#### USŁUGI GEODEZYJNE

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

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

## Meldunek przez Internet od 1 stycznia 2018 roku

**N**owe możliwości to efekt nowelizacji ustawy o ewidencji ludności. Każdy obywatel zamieszkujący na terenie Rzeczypospolitej Polskiej jest objęty obowiązkiem meldunkowym. Od 1 stycznia 2018 roku dopełnienie obowiązku meldunkowego jest możliwe bez konieczności przybycia do urzędu. Osoby posiadające profil zaufany ePUAP lub kwalifikowany podpis elektroniczny będą mogły zameldować się przez Internet.

Procedura zameldowania przez internet jest podobna do procedury zameldowania osobiście w urzędzie. Osoba, która melduje się elektronicznie, musi dołączyć dokument elektroniczny (lub jego cyfrowe odwzorowanie) potwierdzający tytuł prawny do lokalu oraz oświadczenie właściciela (lub podmiotu nim dysponującego), potwierdzające pobyt w lokalu.

Nowością jest również stopniowa rezygnacja z rejestru zamieszkania cudzoziemców.

Wszyscy cudzoziemcy dokonujący zameldowania na pobyt stały lub czasowy przekraczający 30 dni otrzymają nr pesel z urzędu.

**CO SŁYCHAĆ?** Wydawca: Urząd Miasta w Ząbkach  
Redaktor naczelny: Mirosław Oleksiak,  
e-mail: redaktor@zabki.pl, tel. 694 759 987  
Redakcja: ul. Wojska Polskiego 10, Ząbki, tel. 22 5109 793  
Druk: Drukarnia Rajgraf  
ul. Mazowiecka 50B, 05-120 Legionowo, tel. 22 784 86 58  
Redakcja nie odpowiada za treść ogłoszeń i reklam. Nakład 6000 egz.

DYŻURY REDAKCYJNE: red. Mirosław Oleksiak, Urząd Miasta pok. nr 28  
poniedziałki godz. 16.00–18.00, piątki godz. 8.00–10.00

17.02.2018

Szkoła Podstawowa nr 1  
Ząbki, ul. Harcerska 9

Zapisy na 15 min. przed rozpoczęciem rozgrywek.

## TURNIEJ TENISA STOŁOWEGO

GRAND PRIX 2017/2018  
POD PATRONATEM  
BURMISTRZA MIASTA ZĄBKII

godz. 9.00 - rocznik 2005 i młodszy  
godz. 10.00 - rocznik 2002-2004  
godz. 11.00 - OPEN, urodzeni w 2001 roku i starsi

MOSiR Ząbki

Wszystkich chętnych do udziału w turnieju  
SERDECZNIE ZAPRASZAMY

## Wyremontują Żeromskiego i Wigury – linie Ząbki-1 i 3 pojadą objazdem

**P**od koniec stycznia rozpoczną się pierwsze prace związane z remontami i przebudowami ulic. Od 30 stycznia firma Falbruk rozpocznie prace kanalizacyjne na ul. Wigury i Żeromskiego, ulice te zyskają również nową nawierzchnię. W związku z prowadzonymi pracami linie autobusowe Ząbki-1 i Ząbki-3 zostaną skierowane na trasy objazdowe.

W kierunku ul. Powstańców za przystankiem Kochanowskiego autobusy pojadą ulicami Narutowicza, Budkiewicza, Tetmajera do ul. Batorego i od przystanku Wyspiańskiego 02 wrócą na stałą trasę. Na trasie objazdu zostanie uruchomiony przystanek.

W kierunku CH Marki za przystankiem PKP Ząbki 01 trasa objazdu będzie biegła ulicami: Sobieskiego, Górnośląską, Budkiewicza i Narutowicza i od przystanku Narutowicza 03 autobusy wrócą na stałą trasę.

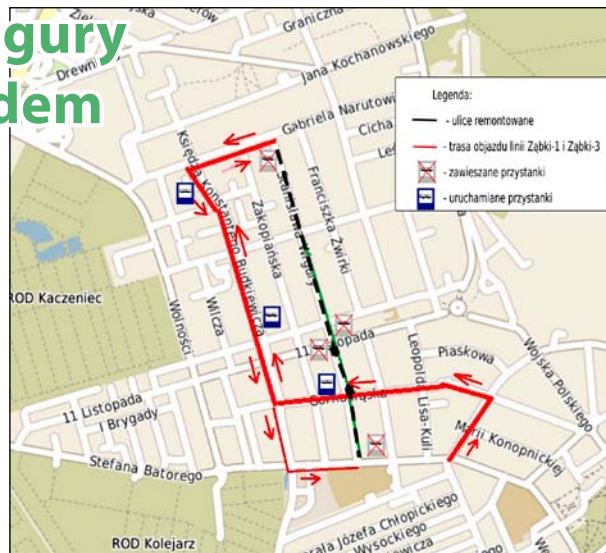
Na czas objazdu zostanie zawieszona funkcjonowanie przystanków „Narutowicza 01”, „11 Listopada 01”, „11 Listopada 02” oraz „Wyspiańskiego 01” (dla linii Ząbki-1 i 3). Na trasie objazdu zostaną uruchomione zastępcze przystanki – w kierunku ul. Powstańców „Narutowicza 91” na ul. Budkiewicza, w kierunku CH Marki „Żeromskiego 91” na ul. Górnośląskiej oraz „11 Listopada 92” na ul. Tetmajera.

Remont ulic Żeromskiego i Wigury to nie jedyne utrudnienia, jakie czekają mieszkańców północnej części Ząbek. Wkrótce rozpoczną się prace przy przebudowie ul. Drewnickiej realizowane na zlecenie powia-

tu, przy wsparciu finansowym Ząbek. W tym przypadku wykonawca przewiduje realizację pierwszej fazy prac – budowę kanalizacji deszczowej pod ruchem, więc nasze autobusy w tym czasie będą mogły tam kursować, niestety w fazie przebudowy jezdni konieczne będzie zamknięcie ul. Drewnickiej i skierowanie ząbkobusów na kolejne objazdy.

Niedługo rozpoczną się również prace związane z budową ronda na skrzyżowaniu ulic Wolności i 11 Listopada. Realizacja tych prac będzie także wiązała się z utrudnieniami i objazdami, o szczegółach tych utrudnień poinformujemy, gdy będą zatwierdzone czasowe organizacje ruchu na czas prowadzenia robót dla tych inwestycji oraz gdy będą znane harmonogramy realizacji prac.

UM Ząbki



## Przetargi drogowe już rozstrzygnięte

**Z**akończono postępowania przetargowe na budowę ul. Podleśnej oraz budowę ronda na skrzyżowaniu ul. Wolności – 11 Listopada.

W pierwszym przypadku najkorzystniejszą ofertę złożył Zakład Robót Drogowych i Inżynieryjno-Instalacyjnych KROL z Wołomina. Natomiast rondo wybuduje warszawska firma FAL-BRUK. Na obydwie zadania zostały podpisane już stosowne umowy z wykonawcami.

Termin rozpoczęcia robót będzie uzależniony głównie od warunków atmosferycznych.

## Czekają nagrody dla ząbkowskich sportowców!

**Termin składania wniosków:  
31 stycznia 2018!**

**W** tym roku po raz pierwszy mieszkańcy Ząbek, którzy odnoszą sukcesy sportowe będą mogli otrzymać nagrodę. Nagrodę może otrzymać każdy mieszkaniec naszego miasta bez względu na wiek, który osiągnął znaczący wynik sportowy.

**Za jakie osiągnięcia przyznana może zostać nagroda?**

Nagrody przyznawane są **co najmniej za zakwalifikowanie się do: Ogólnopolskiej Olimpiady Młodzieży, Mistrzostw Polski, Mistrzostw Europy, Mistrzostw Świata lub na Igrzyska Olimpijskie lub Paraolimpijskie.** Ważne jest jednak, aby osiągnięty wynik sportowy dotyczył **dyscyplin olimpijskich.** Wysokość nagrody zależy w głównej mierze od rangi zawodów, w których zawodnik brał udział oraz od zajętej pozycji. Najniższa możliwa nagroda to 800 zł, która przysługuje zawodnikowi za zakwalifikowanie się do Ogólnopolskiej Olimpiady Młodzieży lub Mistrzostw Polski. Jeżeli jednak zawodnik na wymienionych wcześniej zawodach uzyska miejsce medalowe może otrzymać nagrodę w maksymalnej wysokości 6000 zł.

**Co trzeba zrobić aby otrzymać nagrodę?**

Pierwszym krokiem jest oczywiście osiągnięcie wyniku sportowego, który umożliwi uzyskanie nagrody. Następnie **do 31 stycznia 2018 r.** należy złożyć wniosek o nagrodę. Ważne jest, aby wskazany we wniosku sukces sportowy miał miejsce w roku poprzedzającym złożenie wniosku – czyli w 2017 r. Do formularza należy załączyć oświadczenia, komunikat z zawodów, w których brało się udział oraz dokument poświadczający bycie mieszkańcem Ząbek - np. kopię deklaracji PIT czy zaświadczenia o zameldowaniu. Następnie komisja, złożona z przedstawicieli powołanych przez Burmistrza, Radę Miasta oraz organizacje pozarządowe sprawdzi złożone wnioski i do 30 kwietnia przedstawia Burmistrzowi listę osób oraz wysokość przyznanych nagród, które wynikają z uchwały. Nagrody zostaną wypłacone zawodnikom do 30 czerwca. Szczegółowe za-

sady przyznawania nagród określa Uchwała Nr XLIV/406/2017 Rady Miasta Ząbki z 29 czerwca 2017 r., z którą warto się zapoznać przed ewentualnym złożeniem wniosku. W uchwale znajdziemy także wzór wniosku.

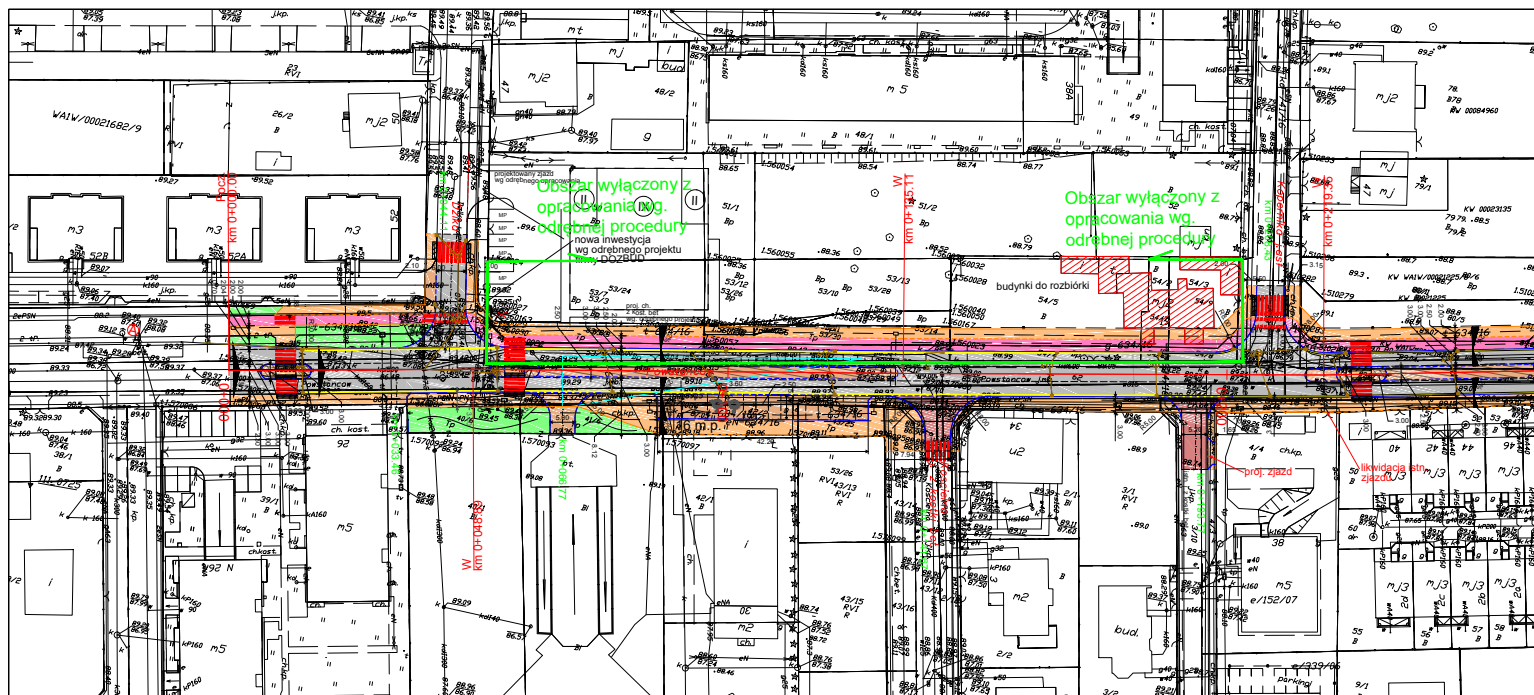
**Kto może złożyć wniosek o nagrodę?**

Lista osób i instytucji, które mogą wnioskować o nagrody jest długa. Może być to sam zawodnik, jego rodzice, szkoła, klub sportowy, związek sportowy, radni miasta czy organizacje pozarządowe działające na terenie miasta. Jednak do złożenia wniosku, bez względu na to kto będzie go składał, potrzebna jest zgoda zawodnika - związane jest to z kwestią przetwarzania danych osobowych.

**NAJWAŻNIEJSZE INFORMACJE**

- Wniosek należy złożyć w biurze podawczym Urzędu Miasta do **31 stycznia 2018 r.**
- Nagrodę otrzymać może każdy mieszkaniec Ząbek, który co najmniej zakwalifikował się do zawodów sportowych takich jak: Ogólnopolska Olimpiada Młodzieży, Mistrzostwa Polski, Mistrzostwa Europy, Mistrzostwa Świata, Igrzyska Olimpijskie lub Paraolimpijskie.
- Wzór wniosku oraz więcej informacji można znaleźć w zakładce „Stypendia” na stronie internetowej Urzędu Miasta [www.zabki.pl/stypendia](http://www.zabki.pl/stypendia)

**Grzegorz Siwek – Przewodniczący Komisji Społecznej Rady Miasta Ząbki**



### Projekt ul. Powstańców na odc. Dzika – Maczka

Choć sama przebudowa tej drogi nie jest aż tak czasochłonna, bo może potrwać niewiele ponad pół roku, to do tej inwestycji przygotowano się kilka lat. Wcześniej trzeba było bowiem uregulować stan własnościowy nieruchomości przylegających do drogi, przygotować dokumentację techniczną, wykonać wiele uzgodnień, uzyskać pozwolenie na budowę. W zeszłym roku Miasto pozyskało również środki zewnętrzne na współfinansowanie tej inwestycji (rządowe wsparcie na przebudowę drogi oraz unijną dotację na kanalizację deszczową wraz z budową zbiornika na wody opadowe i roztopowe).

Omawiany odcinek drogi zyska porządną podbudowę i kilka warstw asfaltu na długości ponad kilometra. Zostaną wybudowane dwa ronda: jedno na wysokości ul. Maczka i Złotej, drugie nieopodal drogi wojewódzkiej 631, z którego, w przyszłości, będzie bezpośredni zjazd na wiadukt. W dalszych planach przewiduje się bowiem budowę wiaduktu nad ul. Żołnierską, tak aby umożliwić zjazd z ul. Powstańców w kierunku na Nieporęt.

W ramach inwestycji zostaną wybudowane m.in.: chodniki dwustronne, zjazdy, miejsca postojowe i ścieżka rowerowa.

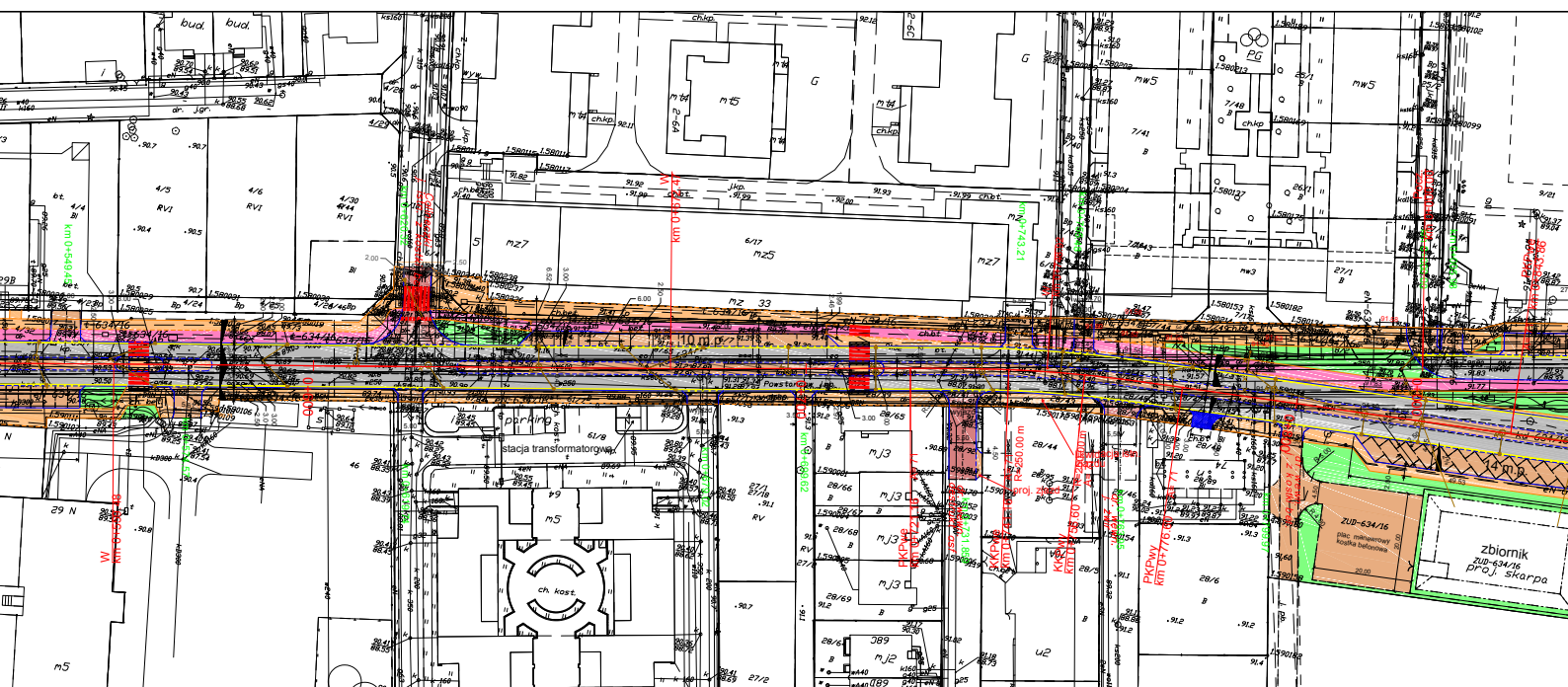
Zdaniem burmistrza Roberta Perkowskiego nowa inwestycja nie tylko upłyni ruch, ale w zdecydowany sposób wpłynie na poprawę

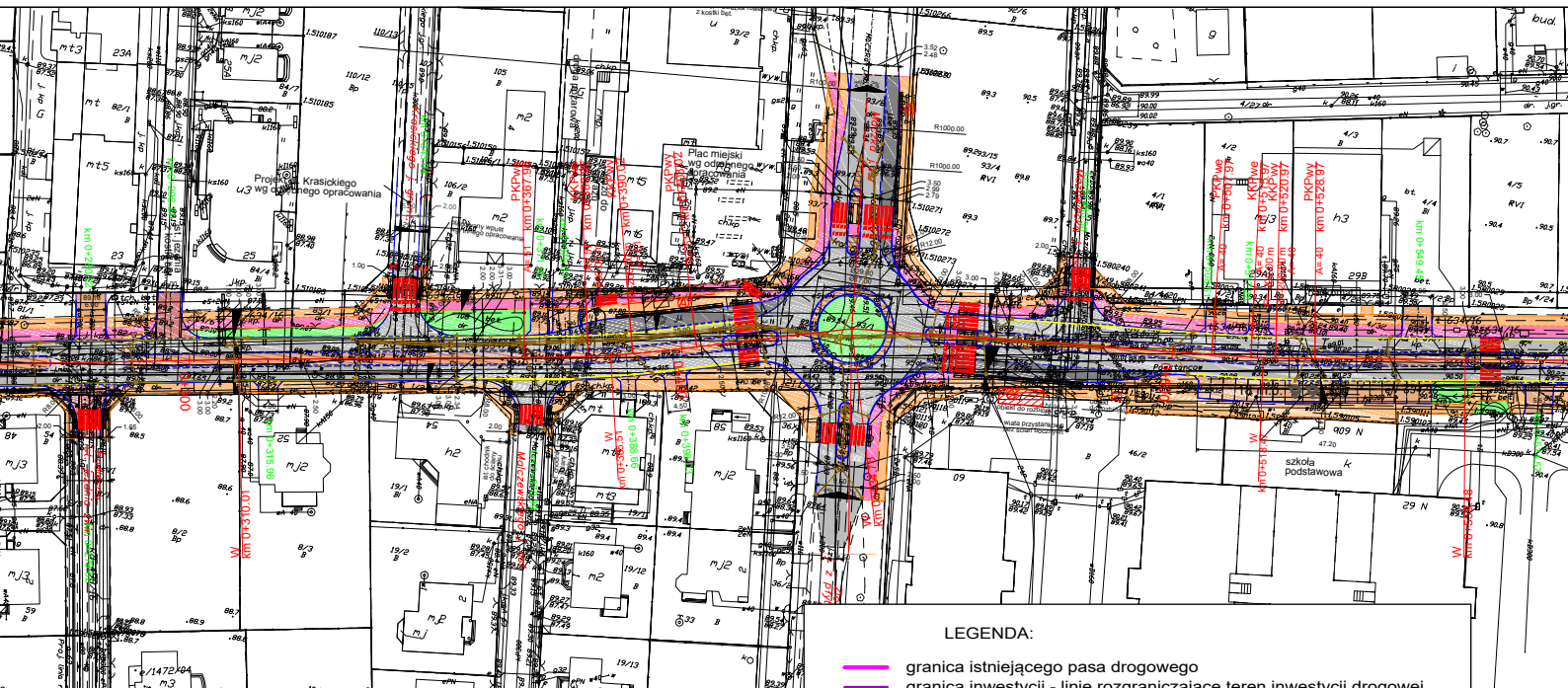
bezpieczeństwa, szczególnie, że przy tej ulicy i niedalekim sąsiedztwie znajduje się mnóstwo obiektów edukacyjnych i handlowych. Nie bez znaczenia jest fakt, że ul. Powstańców pełni rolę tzw. drogi zbiorczej, z którą krzyżuje się wiele innych dróg podporządkowanych. Przebudowa tej drogi wpłynie również na estetykę tej części Zabek.

Z uwagi na fakt, że przy tej drodze już dziś mieszka kilka tysięcy ludzi, że zlokalizowanych jest wiele obiektów użyteczności publicznej, to należy się spodziewać wielu utrudnień w czasie prowadzonych robót drogowych. Ale nie powinno to potrwać długo. Władze Miasta planują, że cała inwestycja powinna zostać oddana do użytku jeszcze w tym roku.

### Przebudowa ul. Powstańców obejmuje:

- roboty rozbiórkowe i roboty ziemne wraz z transportem urobku,
- wycinkę drzew i krzewów,
- budowę kolektorów i przykanalików wraz ze studniami połączonymi i rewizyjnymi z pierścieniami odciążającymi i włazami żeliwnymi, studzienkami ściekowymi z włazem żeliwnym ryglowanym, na zawiasach i z koszem stalowym ocynkowanym, wraz z kamerowaniem wbudowanej sieci kanalizacji deszczowej,
- budowę zbiornika retencyjnego na wody opadowe i roztopowe,



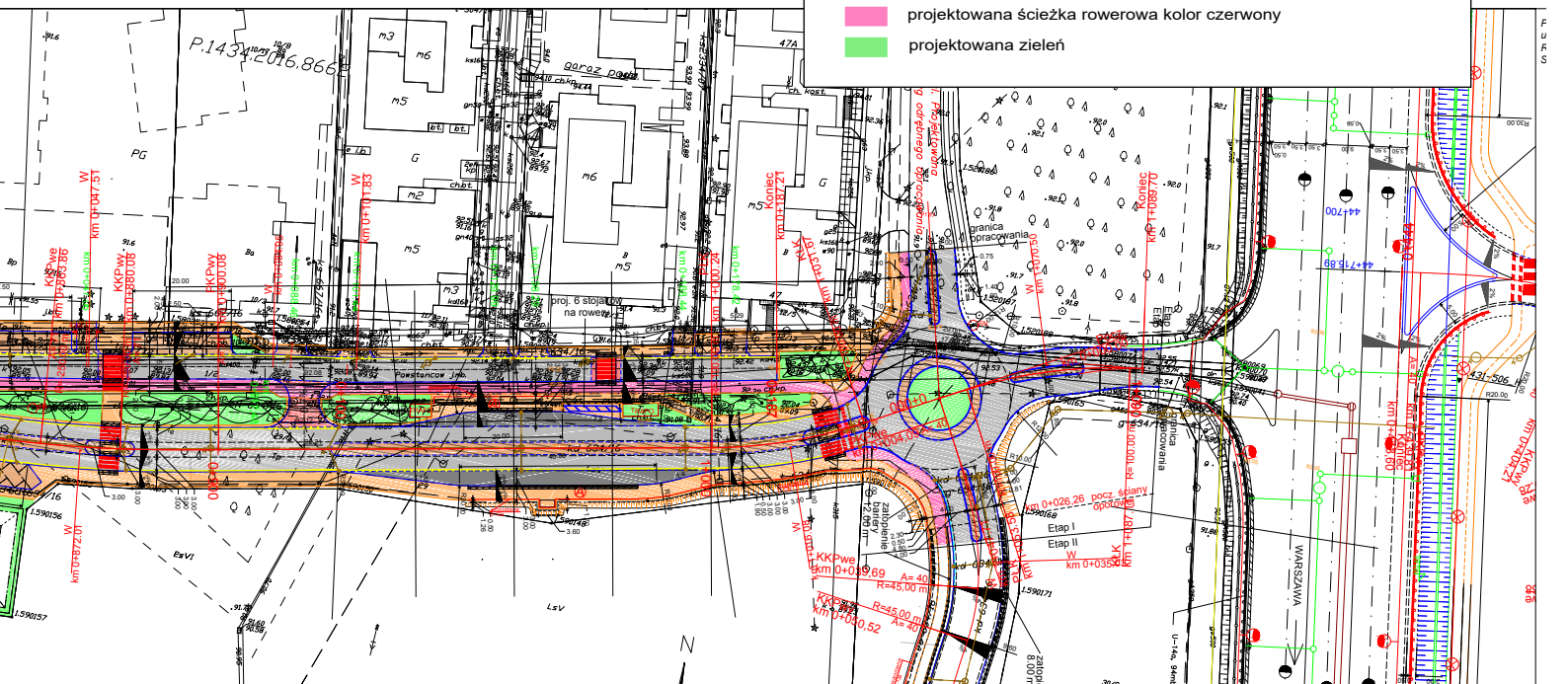


- e) usunięcie kolizji z siecią gazową, wodociągową, teletechniczną oraz energetyczną,
- f) budowę dwóch skrzyżowań o ruchu okrężnym z pierścieniami wewnętrznymi o nawierzchni z kostki kamiennej,
- g) budowę chodników o nawierzchni z kostki brukowej betonowej w kolorze czerwonym, budowę zjazdów o nawierzchni z kostki brukowej betonowej w kolorze grafitowym, budowę miejsc postojowych o nawierzchni z kostki brukowej betonowej w kolorze szarym,
- h) budowę ścieżki rowerowej o nawierzchni z masy asfaltobetonowej w kolorze czerwonym,
- i) budowę kanału technologicznego,
- j) regulację pionową elementów uzbrojenia podziemnego wraz z wymianą pierścieni odciążających,
- k) opracowanie projektu organizacji ruchu na czas budowy wraz z jego uzgodnieniem,
- l) wprowadzenie projektu stałej organizacji ruchu,
- m) wykonanie powykonawczej dokumentacji inwentaryzacyjnej,
- n) dokonanie skutecznego zgłoszenia zakończenia robót.

LEGENDA:

- granica istniejącego pasa drogowego
  - granica inwestycji - linie rozgraniczające teren inwestycji drogowej
  - granica inwestycji - czasowe wejście
  - projektowana oś drogi
  - projektowane krawężniki bet.
  - projektowane krawężniki bet. zatopione
  - projektowane krawężniki granitowe (w obrębie ronda)
  - projektowane krawężniki granitowe zatopione (w obrębie ronda)
  - projektowane obrzeża bet.
  - projektowana krawędź chodnika
  - projektowany ściek z prefabrykatów bet.
  - projektowana krawędź jezdni
  - projektowane pobocze
  - projektowana kratka ściekowa
- 
- projektowana nawierzchnia jezdni z bet. asfalt. (nowa konstrukcja nawierzchni)
  - projektowana nawierzchnia jezdni z płyt bet.
  - projektowana nawierzchnia jezdni z kostki bet.
  - projektowana nawierzchnia zatok autobusowych z betonu cementowego
  - projektowana nawierzchnia wyniesiona
  - projektowany chodnik z kostki bet.
  - projektowana wyspa z kostki bet. wys. 6 cm
  - projektowana wyspa z kostki bet. wys. 8 cm
  - projektowane zjazdy oraz miejsca postojowe z kostki bet.
  - projektowane pierścienie rond z kostki granitowej
  - projektowana ścieżka rowerowa kolor czerwony
  - projektowana zielen

Projekt ul. Powstańców na odc. Maczka – DW 631



## Firmy, które udzieliły rabatów mieszkańcom Ząbek

Akcja „Zniżka za dowód” cieszy się coraz większym powodzeniem. Przedsięwzięcie polega na promowaniu lokalnej przedsiębiorczości oraz zachęcaniu mieszkańców do meldowania się w Naszym Mieście. Każda firma, która zgłosi swój akces i zadeklaruje udzielenie zniżki dla klientów, którzy są zameldowani w Ząbkach, będzie promowana przez Miasto. Natomiast mieszkańcy otrzymają zniżki od 2 do 30% na świadczone produkty i usługi.

Warto nadmienić, że każda osoba meldująca się w Naszym Mieście, otrzyma listę przedsiębiorstw udzielających „zniżki za dowód”.

Przedsiębiorców chętnych do włączenia się do akcji promocyjnej, prosimy o składanie swojego akcesu elektronicznie na adres: [promocja@zabki.pl](mailto:promocja@zabki.pl). Sugerujemy udzielenie jednej z pięciu wysokości udzielanych zniżek: 5%, 7%, 10%, 15%, 20%.

Poniżej przedstawiamy aktualną listę firm udzielających rabaty na swe towary/usługi zameldowanym mieszkańcom Ząbek.

### CZĘŚĆ I (ciąg dalszy w kolejnych numerach)

Lp.	Nazwa Firmy	Zakres działalności	Zniżka
1	„Sukces”	szkolenia językowe, ul. Malczewskiego 6, <a href="http://www.sukces-szkola.pl">www.sukces-szkola.pl</a> , tel. 22 498 49 50	7%
2	DRIMS	profesjonalne drzwi, ul. Ks. Skorupki 91, <a href="http://www.drims.com.pl">www.drims.com.pl</a> , tel. 22 781 41 72	15%
3	WWMEDIA	produkcja filmów i nagrań wideo, ul. J.Ch. Andersena 18 E lok. 7, <a href="http://www.wwmedia.pl">www.wwmedia.pl</a> , tel. 22 762 80 68	10%
4	MDG DATA Mirosław Sobiecki	ul. Ks. Skorupki 19 lok. 29, <a href="http://www.mdgdata.pl">www.mdgdata.pl</a> , e-mail: <a href="mailto:mdgdata@mdgdata.pl">mdgdata@mdgdata.pl</a> , kom. 515 986 179, tel. 22 349 21 99 fax. 22 247 29 74	Firmy zarejestrowane w Ząbkach otrzymają: – 10% na zakup Systemu do zarządzania przedsiębiorstwem Comarch OPTIMA, – 20% rabatu na usługi informatyczne. Mieszkańcy Ząbek: – 20% rabatu na usługi informatyczne
5	Agencja „Metropolis” Nieruchomości	ul. 3 Maja 10 lok. 10 (nad Poczta), <a href="http://www.metropolis.waw.pl">www.metropolis.waw.pl</a> , tel. 22 781 44 56	10%
6	English Way School	szkoła języków obcych, ul. Piłsudskiego 154, <a href="http://www.englishway-szkola.pl">www.englishway-szkola.pl</a> , tel. 606 626 747	5%
7	Machowicz Budownictwo	ul. Gdyńska 39a, <a href="http://www.machowicz.pl">www.machowicz.pl</a> , tel. 504 723 593	7% na zakup agregatów prądowców i zagęszczarek gruntu i pozostałych urządzeń budowlanych oraz na usługi budowlane – roboty wykończeniowe
8	W48 Expert	kosztorysy napraw powypadkowych, ul. Sikorskiego 39, tel. 22 781 71 36	10%
9	GLASIMPRESSION Krzysztof Kujawski	sprzedaż luster, ul. Kopernika 3, tel. 603 324 614	10%
10	TASKID Tomasz Szeszko	zabawki edukacyjne dla dzieci w wieku przedszkolnym, <a href="http://www.machowicz.pl">www.machowicz.pl</a>	7%
11	Property Management Lech Kowalewski	nieruchomości, ul. Powstańców 15B, tel. 792 277 710	20%
12	P.U.H. Henryk Lubaszka	blacharstwo i mechanika pojazdowa, przeglądy i sprzedaż części, ul. Wigury 3A, tel. 22 781 77 82	5%
13	Biuro Beaty	biuro rachunkowe – rozliczanie projektów unijnych, księgowość mikrofirm, sp. zoo, NGO, ul. Dąbrowskiego 49A, <a href="http://www.biurobeaty.com.pl">www.biurobeaty.com.pl</a> , tel. (22) 490 57 59	5%
14	PERFECT COMP KAMIL WENDA	kompleksowe usługi informatyczne, sprzedaż komputerów, ul. I Brygady 27, <a href="http://www.naprawakomputera.com/">www.naprawakomputera.com/</a> serwis_komputerowy_zabki, tel. 502 372 348	20% na usługi informatyczne dla firm i osób prywatnych
15	AUTOGLOB	firma motoryzacyjna, Powstańców 14, <a href="http://www.autoglob.pl">www.autoglob.pl</a> , tel. 22 762 90 65	5% na nasze usługi oraz 5% na części użyte do naprawy

# ZNIŻKA ZA DOWÓD

FIRMA PRZYJAZNA MIESZKAŃCOM

DLA ZAMELDOWANYCH MIESZKAŃCÓW ZĄBEK

ZNIŻKI OD 2 DO 30 %

W PUNKTACH OZNACZONYCH NAKLEJKĄ



SZCZEGÓŁY NA:  
[WWW.ZABKI.PL](http://WWW.ZABKI.PL)



ORGANIZATOR AKCJI:  
Urząd Miasta Ząbki  
ul. Wojska Polskiego 10  
05-503 Ząbki  
tel. 622 781 68 do 17  
fax. 622 781 198 18  
[www.zabki.pl](http://www.zabki.pl)



OKRĘG MAZOWIECKI  
POLSKIEGO ZWIĄZKU WĘDKARSKIEGO  
W WARSZAWIE  
Koło nr 61 w Ząbkach



### ZAWIADOMIENIE

W dniu **18 lutego 2018 r.** o godz. **16.00** (w pierwszym terminie),  
o godz. **16.15** (w drugim terminie)  
Odbędzie się w **Miejskim Ośrodku Kultury na ul. Słowackiego 21**

### WALNE ZGROMADZENIE SPRAWOZDAWCZE KOŁA PZW

W następującym porządku obrad:

- Sprawozdanie z działalności Koła.
  - Zarządu
  - Komisji Rewizyjnej
  - Sądu Koleżeńckiego
- Dyskusja.
- Omówienie i zatwierdzenie programu działania i budżetu koła na 2018r.
- Wolne wnioski i przyjęcie uchwał.

Podając Powyższe do wiadomości, zarząd prosi członków oraz sympatyków PZW o wzięcie udziału w Zgromadzeniu

ZARZĄD KOŁA

### GABINET INTERNISTYCZNO-PULMONOLOGICZNY

- konsultacje internistyczne (choroby wewnętrzne)
  - konsultacje pulmonologiczne (choroby płuc)
- UL. NARUTOWICZA 4, 05-091 ZĄBKI  
LEK. ANNA RUTOWSKA  
tel. 665-191-517  
ZAPISY NA TELEFON

### MARKSBUD usługi kontenerami

Mariusz Toczyski  
Ząbki

Wywóz odpadów  
budowlanych,  
gruzu, ziemi, piachu  
tel. 698-214-790

### Radca Prawny Katarzyna Borek-Owczarczyk

Kancelaria Radcy Prawnego  
ul. Słowiańska 10, Ząbki  
tel. 22 299 52 15, 501 433 645  
[www.kancelaria-kbo.pl](http://www.kancelaria-kbo.pl)



K · B · O  
KANCELARIA  
RADCY PRAWNEGO

### 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

## 26 Finał WOŚP w Ząbkach

**W** niedzielę, 14 stycznia, już po raz 26. Wielka Orkiestra Świątecznej Pomocy zagrała w całej Polsce oraz w kilkudziesięciu sztabach zlokalizowanych w wielu miejscach na świecie. Nie mogło jej zabraknąć w powiecie wołomińskim, symboliczne Świąteczko do Nieba wystrzeliło także w Ząbkach, gdzie patronat honorowy nad wydarzeniem objął Robert Perkowski, burmistrz Ząbek.

Czwarty ząbkowski finał Wielkiej Orkiestry Świątecznej Pomocy, czyli „Letnia Zadyma w środku Zimy” rozbrzmiewał w rytmach disco polo. Przed publicznością zgromadzoną w hali sportowej Szkoły Podstawowej nr 2 w Ząbkach, wystąpili artyści z całej Polski, ci znani i ci mniej znani. W role konferansjerów wcielili się Luiza Stankiewicz, dziennikarka Telewizja Warszawa oraz Jerzy Chomentowski, szef Agencji Koncertowej „DiscoDziadek”. Gwiazdami podczas 26. Finału były zespoły: MACZO, MR. SEBII oraz BLUE BOX. Gorące owacje i gromkie brawa zebrały Ząbkowska Orkiestra Dęta i Grupa na Swoim Tomka Borkowskiego, która rozgrzewała zgromadzonych piosenkami turystycznymi. Razem z zespołem śpiewała je cała sala. Wspaniały pokaz brazylijskiej

prowadzili rejestrację potencjalnych dawców komórek macierzystych.

Sponsorami tegorocznego finału WOŚP w Ząbkach były Grupa DSF, Drukarnia Benedysiuk, FitPlace, Kwaciarnia Warszawska oraz Pizzeria Da Grasso Ząbki, a partnerami Miejskie Centrum Sportu w Ząbkach, Salon Kosmetyczny Mirage, Dolcan Ząbki, Gabinet Sensoria - integracja sensoryczna, Szklana Kuźnia, Klub Tenisowy „Rakieta Ząbki”.



Finały WOŚP to jednodniowe zbiórki publiczne, organizowane przez Fundację Wielka Orkiestra Świątecznej Pomocy. W ciągu minionych 25. lat Wielka Orkiestra Świątecznej Pomocy zebrała na wsparcie polskiej medycyny sumę ponad 825 mln złotych.

sztuki walki capoeira dali członkowie klubu Capoeira Esporão Ząbki. Nie zabrakło licytacji, zlotu zabytkowych samochodów (podczas licytacji można było wylicytować przejazd jako pasażer jednym z oldtimerów), kawiarenki z pysznymi domowymi wypiekami oraz kawą i herbatą, by nikt nam nie zmarł, a także wielu, wielu atrakcji dla dzieci.

Wyjątkowymi gośćmi byli Robert Złotkowski, znakomity trener, przedstawiciel polskiej szkoły kickboxingu i zarazem dyrektor sportowy w DSF Kickboxing Challenge oraz Jan Błachowicz zawodnik mieszanych sztuk walki (MMA) wagi półciężkiej, utytułowany grappler i zawodnik boksu tajskiego, międzynarodowy mistrz KSW w wadze półciężkiej.

Nad bezpieczeństwem uczestników finału w Ząbkach czuwała Grupa DSF, a Twójratownik.pl przeprowadzał szkolenia z zakresu pierwszej pomocy przedmedycznej i zabezpieczenia medycznego oraz zapewniał pomoc medyczną. Jak co roku przedstawiciele Fundacji DKMS

Trudno byłoby wskazać w Polsce szpital, w którym nie ma sprzętu zakupionego przez Orkiestrę.

Zmieniają się rządy, miejsca kolejnych ministrów zajmują nowi, politycy składają kolejne obietnice wyborcze, a Wielka Orkiestra Świątecznej Pomocy gra niezmiennie od ponad ćwierć wieku niosąc pomoc chorym.

I grać będzie nadal. Do końca świata i jeszcze jeden dzień dłużej!

**Aleksandra Olczyk**  
Fot. Bogdan Śladowski

foto ▶





**PRG**  
**USŁUGI**  
**GEODEZYJNE**

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

Zabki ul. Gałczyńskiego 19  
 605-218-000  
 22 781-45-81  
 691-515-612  
[prg1@wp.pl](mailto:prg1@wp.pl)  
[www.prg1.waw.pl](http://www.prg1.waw.pl)

**AGD SERWIS**  
 Adam Sobiesiak

lodówki, pralki,  
 zmywarki,  
 kuchnie gazowe  
 i elektryczne,  
 płyty grzewcze, okapy

**504 070 258**  
[www.agd-naprawy.pl](http://www.agd-naprawy.pl)

**DIETETYK**

SKUTECZNA METODA ODCHUDZANIA

- ✓ OPIEKA DIETETYKA
- ✓ PLAN ŻYWIENIOWY
- ✓ NATURALNA SUPLEMENTACJA

**NATUR HOUSE**  
 Ekspert w redukcji żywieniowej

Centrum Dietetyczne NATURHOUSE  
 ul. Orła 8 lok. 69, 05-091 Zabki  
 tel. 604 110 153

[zabki.orka@naturhouse-polska.com](mailto:zabki.orka@naturhouse-polska.com)  
[www.naturhouse.com.pl](http://www.naturhouse.com.pl)





**G**orąca atmosfera, wielkie emocje związane z rywalizacją, doping i radość z wygranej – tak między innymi przebiegały 7 stycznia 2018 r. na pływalni Miejskiego Centrum Sportu w Ząbkach – Noworoczne Zawody Pływackie na wesoło rozgrywane w ramach projektu „Pod jednym niebem” realizowanego w tym roku szkolnym przez Szkołę Podstawową nr 2. Organizatorem i pomysłodawcą zawodów byli nauczyciele wychowania fizycznego Szkoły Podstawowej nr 2 w Ząbkach.



Do rywalizacji zostały zaproszone następujące drużyny: dwie drużyny uczniów, w skład których weszli uczniowie z sekcji pływackiej SP2, Drużyna Rodziców SP2, Drużyna Mieszkańców Ząbek, Drużyna Szabli Ząbki, Drużyna Nauczycieli.

O godz. 10.00 główny prowadzący zawody Neptun, w którego postać wcielił się nauczyciel SP2 Sławomir Szczotka, rozpoczął od zaprezentowania składów drużyn i wspólnego przemarszu po płycie basenowej. Oficjalnego otwarcia imprezy dokonał Burmistrz Miasta Ząbki Robert Perkowski, który był równocześnie kapitanem drużyny Mieszkańców Ząbek. Po wspólnej rozgrzewce przystąpiliśmy do zawodów. Drużyny rywalizowały w 13 konkurencjach, które poza umiejętnością pływania różnymi stylami, wymagały dodatkowych umiejętności strategicznych. Przed każdą konkurencją asystentka „Neptuna” p. Anna Kula, nauczyciel SP2, bardzo skrupulatnie tłumaczyła na czym będzie polegać wyścig.

Po każdej konkurencji drużyna otrzymywała punkty w zależności od zajętego miejsca.

Rywalizacja była bardzo zacięta, a było o co walczyć. Każda drużyna otrzymała nagrody ufundowane przez Miejskie Centrum Sportowe w Ząbkach: puchary i pamiątkowe dyplomy a także vouchery na basen i jako nagrody pocieszenia gadzety firmowe. Nagrody wręczali: burmistrz Ząbek Robert Perkowski, prezes MCS Ząbki Mariusz Ryciak oraz radny Grzegorz Siwek.

#### WYNIKI:

**I miejsce** – Drużyna Uczniów „A” (Bogumiła Gawęda, Iza Miszta, Aleksandra Matoszuk, Eliza Jaroszevska, Julia Kamińska, Bartosz Sikorski, Mikołaj Talarek, Andrzej Sasin, Rafał Wójcik)

**II miejsce** – Drużyna Szabla Ząbki (Sebastian Więch, Kamil Więch, Dominik Denkiewicz, Gabriel Stos, Rafał Zabinski, Robert Raszkowski, Anita Zduńczyk, Dorota Komorek, Zuzanna Koleszuk, Julia Rączka)

**III miejsce** – Drużyna Uczniów „B” (Wiktoria Witak, Alicja Jaworska, Anna Wiśniewska, Katarzyna Nerowska, Igor Banasik, Michał Innowacki, Tomasz Adach, Szymon Szlubowski)

**IV miejsce** – Drużyna Nauczycieli (Dagmara Dobosz, Agnieszka Cichowska, Małgorzata Budniak, Elżbieta Rączka, Marcin Tarka, Michał Szybalski, Krzysztof Mazur, Robert Świst)

**V miejsce** – Drużyna Rodziców (Joanna Witak, Maciej Witak, Marta Gawęda, Włodzimierz Gawęda, Barbara Miszta, Magda Banasik, Adam Rozwadowski, Radosław Sikorski, Waldemar Warda, Andrzej Czajczyk, Artur Lipka)

**VI miejsce** – Drużyna Mieszkańców Ząbek (Robert Perkowski, Julia Toczyńska, Monika Prusinowska, Katarina Tretiak, Oliwia Godlewska, Jan Godlewski, Wiktor Górecki, Grzegorz Siwek, Mirosław Suski)



Na koniec pragniemy serdecznie podziękować Miejskiemu Centrum Sportu w Ząbkach za pomoc w organizacji i ufundowanie nagród dla drużyn biorących udział w zawodach, a w szczególności p. Annie Drożdżewskiej za koordynację wszystkich działań ze strony pływalni.

**Dziękujemy również wszystkim osobom zaangażowanym w przygotowanie i przeprowadzenie zawodów tj.**

- **Oldze Kisiel, Agnieszce Iwanowskiej i Dorocie Gnatkowskiej – głównym sędziom zawodów**
- **Anicie Cyburskiej i Pawłowi Cegiełko za opiekę nad drużynami dzieci**
- **Dorocie Lubaszce za relację fotograficzną**
- **Dominikowi Kuchowicz za wypożyczenie sprzętu ratowniczego**
- **Ewie Turemka – za wsparcie i pomoc w przygotowaniach**
- **wszystkim pracownikom pływalni, ratownikom**
- **uczniom Bartkowi Styczek, Jakubowi Niemirskiemu, Jakubowi Niewczas, Martynie Florczyk, Anieli Suska i Julii Malinowskiej za pomoc przy sędziowaniu, Weronice Pawłowicz, Martynie Walczak za czuwanie nad sprzętem i pomoc w jego rozkładaniu i zbieraniu, Aleksandrze Szczęsnej i Gabrieli Turemka za pilnowanie tablicy z punktacją oraz Dominie Sobiesiak (Syrenka), Patrycji Bartosiewicz (Zebra), Adriannie Krawczyk (Jednorożec) i Wiktorii Dankowskiej (Tancerka) – za uatrakcyjnianie zawodów.**
- **wszystkim dzieciom i rodzicom za wspianą rywalizację i zabawę**

Wszystkim uczestnikom tegorocznych zawodów jeszcze raz serdecznie gratulujemy sukcesów i dziękujemy za udział w rywalizacji.

**Organizatorzy: Nauczyciele Wychowania Fizycznego Szkoły Podstawowej nr 2 w Ząbkach**



Rozkład jazdy linii Ząbki-1 w dzień powszedni

obowiązuje od 30.01.2018 r. do ogłoszenia zmiany **OBJAZD ul. Żeromskiego i Wigury**

ulica / nazwa przystanku	KP	Z1	Z1	Z1	Z1	Z1	Z1	Z1	Z1	Z1	Z1	Z1	Z1	Z1	Z1	Z1	Z1	Z1	Z1	Z1	Z1	Z1	Z1	Z1				
CH M1 Pęta (ociągnięcie)	102	04:08	04:58	05:35	06:05	06:43	07:15	07:55	08:20	09:00	09:35	10:10	11:22	12:30	13:40	14:53	15:35	16:05	16:45	17:15	17:55	18:20	19:00	19:25	20:30	21:20	22:15	23:15
ul. Wolności / Wolności 03	173	04:10	05:00	05:37	06:07	06:45	07:17	07:57	08:22	09:02	09:37	10:12	11:24	12:32	13:42	14:55	15:38	16:08	16:48	17:18	17:57	18:22	19:02	19:27	20:32	21:22	22:17	23:17
ul. Dębicka / Dębicka 01	171	04:12	05:02	05:40	06:10	06:48	07:20	08:00	08:25	09:05	09:40	10:15	11:27	12:35	13:45	14:58	15:41	16:11	16:51	17:21	18:00	18:25	19:05	19:30	20:34	21:24	22:19	23:19
ul. Kochanowskiego / Kochanowskiego	131	04:13	05:03	05:41	06:11	06:49	07:21	08:01	08:26	09:06	09:41	10:16	11:28	12:36	13:46	14:59	15:42	16:12	16:52	17:22	18:01	18:26	19:06	19:31	20:35	21:25	22:20	23:20
ul. Budkiewicza / Narutowicza 91	801	04:16	05:06	05:44	06:14	06:52	07:24	08:04	08:29	09:09	09:44	10:19	11:31	12:39	13:49	15:02	15:45	16:15	16:55	17:25	18:04	18:29	19:09	19:34	20:38	21:28	22:23	23:23
ul. Batorego / Wyspiańskiego 02	172	04:19	05:09	05:47	06:17	06:55	07:27	08:07	08:32	09:12	09:47	10:22	11:34	12:42	13:52	15:05	15:48	16:18	16:58	17:28	18:07	18:32	19:12	19:37	20:41	21:31	22:26	23:26
ul. Batorego / PKP Ząbki 02 [K]	182	04:21	05:11	05:49	06:19	06:57	07:29	08:09	08:34	09:14	09:49	10:24	11:36	12:44	13:54	15:07	15:50	16:20	17:00	17:30	18:09	18:34	19:14	19:39	20:43	21:33	22:28	23:28
ul. Orlia / Orlia 02	582	04:23	05:13	05:51	06:21	06:59	07:31	08:11	08:36	09:16	09:51	10:26	11:38	12:46	13:56	15:09	15:53	16:23	17:03	17:32	18:11	18:36	19:16	19:41	20:45	21:35	22:30	23:30
ul. Skorupki / MCS - Basen (> P)	421	04:24	05:14	05:53	06:24	07:02	07:34	08:13	08:38	09:18	09:53	10:28	11:40	12:48	13:58	15:11	15:56	16:26	17:06	17:34	18:13	18:38	19:18	19:43	20:46	21:36	22:31	23:31
ul. Sosnowa / Sosnowa	431	04:25	05:15	05:54	06:25	07:03	07:35	08:14	08:39	09:19	09:54	10:29	11:41	12:49	13:59	15:12	15:57	16:27	17:07	17:35	18:14	18:39	19:19	19:44	20:47	21:37	22:32	23:32
ul. Gajowa / Gajowa	441	04:26	05:16	05:55	06:26	07:04	07:36	08:15	08:40	09:20	09:55	10:30	11:42	12:50	14:00	15:13	15:58	16:28	17:08	17:36	18:15	18:40	19:20	19:45	20:48	21:38	22:33	23:33
ul. Koszyńców / Koszyńców	451	04:26	05:16	05:56	06:27	07:05	07:37	08:16	08:41	09:21	09:56	10:31	11:43	12:51	14:01	15:14	15:59	16:29	17:09	17:37	18:16	18:41	19:21	19:46	20:48	21:38	22:33	23:33
ul. Maczka / Maczka 03	303	04:28	05:18	05:58	06:30	07:10	07:43	08:22	08:58	09:23	09:58	10:33	11:45	12:53	14:03	15:16	16:02	16:32	17:12	17:39	18:18	18:43	19:23	19:48	20:50	21:40	22:35	23:35
ul. Powstańców / Dzieka 01	311	04:29	05:19	05:59	06:31	07:11	07:44	08:23	08:48	09:23	09:58	10:33	11:45	12:53	14:03	15:16	16:02	16:32	17:12	17:39	18:18	18:43	19:23	19:48	20:50	21:40	22:35	23:35
ul. Powstańców / Powstańców 03	323	04:30	05:20	06:00	06:32	07:13	07:45	08:22	08:47	09:27	10:02	10:37	11:49	12:57	14:07	15:20	16:06	16:36	17:16	17:43	18:22	18:47	19:27	19:52	20:52	21:42	22:37	23:37
ul. Piłsudskiego / Cmentarz 02	332	04:32	05:22	06:05	06:37	07:15	07:47	08:24	08:49	09:29	10:04	10:39	11:51	12:59	14:09	15:22	16:08	16:38	17:18	17:45	18:24	18:49	19:29	19:54	20:54	21:44	22:39	23:39
ul. Piłsudskiego / Szwoleżów 02	342	04:33	05:23	06:07	06:39	07:17	07:48	08:25	08:50	09:30	10:05	10:40	11:52	13:00	14:10	15:24	16:10	16:40	17:20	17:46	18:25	18:50	19:30	19:55	20:55	21:45	22:40	23:40
ul. Skorupki / Kołtają 02	412	04:35	05:25	06:11	06:43	07:21	07:52	08:29	08:54	09:34	10:09	10:44	11:56	13:04	14:14	15:29	16:15	16:45	17:25	17:50	18:29	18:54	19:34	19:59	20:58	21:48	22:43	23:43
ul. Skorupki / MCS - Basen 01 (> M1)	421	04:36	05:26	06:13	06:45	07:23	07:54	08:31	08:56	09:36	10:11	10:46	11:58	13:06	14:16	15:31	16:17	16:47	17:27	17:52	18:31	18:56	19:36	19:61	20:60	21:50	22:45	23:45
ul. Langiewicza / Langiewicza	591	04:37	05:27	06:14	06:46	07:24	07:55	08:32	08:57	09:35	10:10	10:45	11:57	13:05	14:15	15:30	16:16	16:46	17:26	17:51	18:30	18:55	19:35	20:00	20:59	21:49	22:44	23:44
ul.3 Maja / Legionów [K]	601	04:39	05:29	06:16	06:48	07:26	07:57	08:34	08:59	09:37	10:12	10:47	11:59	13:07	14:17	15:32	16:18	16:48	17:28	17:53	18:32	18:57	19:37	20:02	21:01	21:51	22:46	23:46
ul. Wojska Polskiego / Urząd Miasta 01 [K]	201	04:40	05:30	06:18	06:50	07:28	07:57	08:34	08:59	09:39	10:14	10:49	12:01	13:09	14:19	15:34	16:20	16:50	17:30	17:55	18:34	18:59	19:39	20:04	21:02	21:52	22:47	23:47
ul. Batorego / PKP Ząbki 01 [SP2] [K]	181	04:42	05:32	06:21	06:53	07:31	08:00	08:37	09:02	09:42	10:17	10:52	12:04	13:12	14:22	15:38	16:24	16:54	17:34	17:58	18:37	19:02	19:42	20:07	21:04	21:54	22:49	23:49
ul. Górnioślaska / Żeromskiego 91	802	04:45	05:35	06:24	06:56	07:34	08:03	08:40	09:05	09:45	10:20	10:55	12:07	13:15	14:25	15:41	16:27	16:57	17:37	18:01	18:40	19:05	19:45	20:10	21:07	21:97	22:52	23:52
ul. Tetmajera / 11 Listopada 92	803	04:46	05:36	06:25	06:57	07:35	08:04	08:41	09:06	09:46	10:21	10:56	12:08	13:16	14:26	15:42	16:28	16:58	17:38	18:02	18:41	19:06	19:46	20:11	21:08	21:58	22:53	23:53
ul. Narutowicza / Narutowicza 03	153	04:48	05:38	06:27	06:59	07:37	08:06	08:43	09:08	09:48	10:23	10:58	12:10	13:18	14:28	15:44	16:30	17:00	17:40	18:04	18:43	19:08	19:48	20:13	21:10	22:00	22:55	23:55
ul. Szpitalna / Szpitalna	141	04:49	05:39	06:29	07:01	07:39	08:08	08:45	09:10	09:50	10:25	11:00	12:12	13:20	14:30	15:46	16:32	17:02	17:42	18:06	18:45	19:10	19:50	20:15	21:11	22:01	22:56	23:56
ul. Drebnińska / Drebnińska 02	122	04:50	05:40	06:31	07:03	07:41	08:10	08:47	09:12	09:52	10:27	11:02	12:14	13:22	14:32	15:48	16:34	17:04	17:44	18:08	18:47	19:12	19:52	20:17	21:12	22:02	22:57	23:57
ul. Radzywińska / Wolności 01	171	04:53	05:43	06:36	07:08	07:46	08:14	08:51	09:16	09:56	10:31	11:06	12:18	13:26	14:36	15:52	16:38	17:08	17:48	18:12	18:51	19:16	19:56	20:21	21:15	22:05	23:00	00:00
CH M1 Pęta (przyjazd)	102	04:55	05:45	06:38	07:10	07:48	08:16	08:53	09:18	09:58	10:33	11:08	12:20	13:28	14:38	15:54	16:40	17:10	17:50	18:14	18:53	19:18	19:58	20:23	21:17	22:07	23:02	zjazd

aktualizacja 23.12.2017 r. TK

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

ulica / nazwa przystanku	KP	Z1	Z1	Z1	Z1	Z1	Z1	Z1	Z1	Z1	Z1	Z1	Z1	Z1	Z1	Z1	Z1	Z1	Z1	Z1	Z1	Z1	Z1	Z1	Z1	Z1	Z1	Z1	
CH M1 Pęta (ociągnięcie)	102	05:30	06:40	07:50	09:10	10:10	11:20	12:30	13:40	14:50	16:00	17:10	18:30	19:50	21:20														
ul. Wolności / Wolności 03	113	05:32	06:42	07:52	09:12	10:12	11:22	12:32	13:43	14:53	16:03	17:13	18:32	19:52	21:22														
ul. Dębicka / Dębicka 01	121	05:34	06:44	07:54	09:14	10:14	11:24	12:34	13:46	14:56	16:06	17:16	18:34	19:54	21:24														
ul. Kochanowskiego / Kochanowskiego	131	05:35	06:45	07:55	09:15	10:15	11:25	12:35	13:47	14:57	16:07	17:17	18:35	19:55	21:25														
ul. Budkiewicza / Narutowicza 91	801	05:38	06:48	07:58	09:18	10:18	11:28	12:38	13:50	15:00	16:10	17:20	18:38	19:58	21:28														
ul. Batorego / Wyspiańskiego 02	172	05:40	06:50	08:01	09:21	10:21	11:31	12:41	13:53	15:03	16:13	17:23	18:41	20:00	21:30														
ul. Batorego / PKP Ząbki 02 [K]	182	05:41	06:51	08:02	09:22	10:22	11:32	12:42	13:55	15:05	16:15																		

**Rozkład jazdy linii Ząbki-3 w dzień powszedni**

ulica / nazwa przystanku		obowiązujące od 30.01.2018 r. do ogłoszenia zmiany																									
		KP	Z3	Z3	Z3	Z3	Z3	Z3	Z3	Z3	Z3	Z3	Z3	Z3	Z3	Z3	Z3	Z3	Z3	Z3	Z3	Z3	Z3	Z3	Z3		
CH M1 Pełta (odjazd)	102	04:23	05:15	05:55	06:25	06:58	07:30	08:07	08:40	09:20	10:40	11:50	13:08	14:10	15:20	15:50	16:30	17:00	17:30	18:05	18:35	19:10	19:40	20:10	20:50	21:45	23:45
ul. Wolności / Wolności 03	113	04:25	05:17	05:57	06:27	07:00	07:32	08:09	08:42	09:22	10:42	11:52	13:10	14:12	15:22	15:53	16:33	17:03	17:33	18:07	18:37	19:12	19:42	20:12	20:52	21:47	23:47
ul. DREWNIKA / DREWNIKA 01	121	04:27	05:19	06:00	06:31	07:03	07:35	08:12	08:45	09:25	10:45	11:55	13:13	14:15	15:25	15:56	16:36	17:06	17:36	18:10	18:40	19:15	19:45	20:15	20:55	21:49	23:49
<b>ul. Kochanowskiego / Kochanowskiego 01</b>	<b>131</b>	<b>04:28</b>	<b>05:20</b>	<b>06:01</b>	<b>06:32</b>	<b>07:04</b>	<b>07:36</b>	<b>08:13</b>	<b>08:46</b>	<b>09:26</b>	<b>10:46</b>	<b>11:56</b>	<b>13:14</b>	<b>14:16</b>	<b>15:26</b>	<b>15:57</b>	<b>16:37</b>	<b>17:07</b>	<b>17:37</b>	<b>18:11</b>	<b>18:41</b>	<b>19:16</b>	<b>19:46</b>	<b>20:16</b>	<b>20:55</b>	<b>21:50</b>	<b>23:50</b>
ul. Budkiewicza / Narutowicza 91	801	04:31	05:23	06:04	06:34	07:07	07:39	08:16	08:49	09:29	10:49	11:59	13:17	14:19	15:29	16:00	16:40	17:10	17:40	18:14	18:44	19:19	19:49	20:19	20:58	21:53	23:53
ul. Batorego / Wyspińskiego 02	172	04:34	05:26	06:07	06:37	07:10	07:42	08:19	08:52	09:32	10:52	12:02	13:20	14:22	15:32	16:03	16:43	17:13	17:43	18:17	18:47	19:22	19:52	20:22	21:01	21:56	23:56
ul. Batorego / PKP Ząbki 02 [K]	182	04:36	05:28	06:09	06:39	07:12	07:44	08:21	08:54	09:34	10:54	12:04	13:22	14:24	15:34	16:05	16:45	17:15	17:45	18:19	18:49	19:24	19:54	20:24	21:03	21:58	23:58
ul. 3 Maja / PKP Ząbki 03 [K]	163	04:38	05:31	06:12	06:42	07:15	07:47	08:24	08:57	09:37	10:57	12:07	13:25	14:27	15:37	16:08	16:48	17:18	17:48	18:22	18:52	19:27	19:57	20:27	21:05	21:50	23:50
ul. Skorupki / Kołłątaja 02	412	04:39	05:33	06:14	06:44	07:17	07:49	08:26	08:59	09:39	10:59	12:09	13:27	14:29	15:39	16:10	16:50	17:20	17:50	18:24	18:54	19:29	19:59	20:29	21:06	22:01	23:01
ul. Skorupki / M/C - Basen 01 (> P)	431	04:40	05:35	06:16	06:46	07:19	07:51	08:28	09:01	09:41	11:01	12:11	13:29	14:31	15:41	16:12	16:52	17:22	17:52	18:26	18:56	19:31	20:01	20:31	21:07	22:02	23:02
ul. Sosnowa / Sosnowa 01	441	04:41	05:36	06:17	06:47	07:20	07:52	08:29	09:02	09:42	11:02	12:12	13:30	14:32	15:42	16:13	16:53	17:23	17:53	18:27	18:57	19:32	20:02	20:32	21:08	22:03	23:03
ul. Gosławki / Gosławki	451	04:42	05:37	06:18	06:48	07:21	07:53	08:30	09:03	09:43	11:03	12:13	13:31	14:33	15:43	16:14	16:54	17:24	17:54	18:28	18:58	19:33	20:03	20:33	21:09	22:04	23:04
ul. Koszyńców / Koszyńców	461	04:42	05:38	06:19	06:49	07:22	07:54	08:31	09:04	09:44	11:04	12:14	13:32	14:34	15:44	16:15	16:55	17:25	17:55	18:29	18:59	19:34	20:04	20:34	21:09	22:04	23:04
ul. Maczka / Maczka 03	303	04:44	05:40	06:21	06:51	07:25	07:57	08:34	09:06	09:46	11:06	12:16	13:34	14:36	15:47	16:18	16:58	17:28	17:58	18:31	19:01	19:36	20:06	20:36	21:11	22:06	23:06
ul. Powstańców / Dzik 01	311	04:45	05:42	06:23	06:53	07:28	08:00	08:37	09:08	09:48	11:08	12:18	13:36	14:38	15:49	16:20	17:00	17:30	18:00	18:33	19:03	19:38	20:08	20:38	21:12	22:07	23:07
ul. Powstańców / Powstańców 03	323	04:46	05:44	06:25	06:56	07:30	08:02	08:39	09:10	09:50	11:10	12:20	13:38	14:40	15:51	16:22	17:02	17:32	18:02	18:35	19:05	19:40	20:10	20:40	21:13	22:08	23:08
ul. Życha / Skrajna	351	04:48	05:46	06:27	06:58	07:32	08:04	08:41	09:12	09:52	11:12	12:22	13:40	14:42	15:53	16:24	17:04	17:34	18:04	18:37	19:07	19:42	20:12	20:42	21:15	22:10	23:10
ul. Warszawska / Życha	361	04:50	05:48	06:30	07:01	07:35	08:07	08:44	09:15	09:54	11:14	12:24	13:42	14:44	15:55	16:26	17:06	17:36	18:06	18:39	19:09	19:44	20:14	20:44	21:17	22:12	23:12
ul. Jana Pawła II / Kłamrowa	371	04:52	05:51	06:33	07:04	07:38	08:10	08:47	09:17	09:57	11:17	12:27	13:45	14:47	15:56	16:27	17:07	17:37	18:09	18:42	19:12	19:47	20:17	20:46	21:19	22:14	23:14
ul. Jana Pawła II / Nowa	381	04:53	05:52	06:34	07:05	07:39	08:11	08:48	09:18	09:58	11:18	12:28	13:46	14:48	15:59	16:30	17:10	17:40	18:10	18:43	19:13	19:48	20:18	20:47	21:20	22:15	23:15
ul. Jana Pawła II / Bema	391	04:54	05:53	06:35	07:06	07:40	08:12	08:49	09:19	09:59	11:19	12:29	13:47	14:49	16:00	16:31	17:11	17:41	18:11	18:44	19:14	19:49	20:19	20:48	21:21	22:16	23:16
ul. Batorego / PKP Ząbki 01 [SP2] [K]	181	04:55	05:54	06:36	07:07	07:41	08:13	08:50	09:20	10:00	11:20	12:30	13:48	14:50	16:01	16:32	17:12	17:42	18:12	18:45	19:15	19:50	20:20	20:49	21:22	22:17	23:17
<b>ul. Górnośląska / Żeromskiego 91</b>	<b>802</b>	<b>04:58</b>	<b>05:57</b>	<b>06:39</b>	<b>07:10</b>	<b>07:44</b>	<b>08:16</b>	<b>08:53</b>	<b>09:23</b>	<b>10:03</b>	<b>11:23</b>	<b>12:33</b>	<b>13:51</b>	<b>14:53</b>	<b>16:04</b>	<b>16:35</b>	<b>17:15</b>	<b>17:45</b>	<b>18:15</b>	<b>18:48</b>	<b>19:18</b>	<b>19:53</b>	<b>20:23</b>	<b>20:52</b>	<b>21:25</b>	<b>22:20</b>	<b>23:20</b>
<b>ul. Tetmajera / 11 Listopada 92</b>	<b>803</b>	<b>04:59</b>	<b>05:58</b>	<b>06:40</b>	<b>07:11</b>	<b>07:45</b>	<b>08:17</b>	<b>08:54</b>	<b>09:24</b>	<b>10:04</b>	<b>11:24</b>	<b>12:34</b>	<b>13:52</b>	<b>14:54</b>	<b>16:05</b>	<b>16:36</b>	<b>17:16</b>	<b>17:46</b>	<b>18:16</b>	<b>18:49</b>	<b>19:19</b>	<b>19:54</b>	<b>20:24</b>	<b>20:53</b>	<b>21:26</b>	<b>22:21</b>	<b>23:21</b>
ul. Narutowicza / Narutowicza 03	153	05:01	06:00	06:42	07:13	07:47	08:19	08:56	09:26	10:06	11:26	12:36	13:54	14:56	16:07	16:38	17:18	17:48	18:18	18:51	19:21	19:56	20:26	20:55	21:28	22:23	23:23
ul. Szpitalna / Szpitalna 01	141	05:02	06:00	06:42	07:13	07:47	08:19	08:58	09:28	10:08	11:28	12:38	13:56	14:58	16:09	16:40	17:20	17:50	18:20	18:53	19:23	19:58	20:28	20:56	21:28	22:23	23:23
ul. DREWNIKA / DREWNIKA 02	122	05:03	06:04	06:46	07:17	07:51	08:23	09:00	09:30	10:10	11:30	12:40	13:58	15:00	16:11	16:42	17:22	17:52	18:22	18:55	19:25	20:00	20:30	20:57	21:30	22:25	23:25
ul. Radzyńska / Wolności 01	111	05:06	06:08	06:51	07:22	07:56	08:28	09:05	09:34	10:14	11:34	12:44	14:02	15:04	16:15	16:46	17:26	17:56	18:26	18:59	19:29	20:04	20:34	21:00	21:33	22:28	23:28
CH M1 Pełta (przyjazd)	102	05:08	06:10	06:53	07:24	07:58	08:30	09:07	09:36	10:16	11:36	12:46	14:04	15:06	16:17	16:48	17:28	17:58	18:28	19:01	19:31	20:06	20:36	21:02	21:35	22:30	23:30

aktualizacja 23.01.2018 r. TK

**Rozkład jazdy linii Ząbki-3 w soboty, niedziele i święta**

ulica / nazwa przystanku		obowiązujące od 30.01.2018 r. do ogłoszenia zmiany																									
		KP	Z3	Z3	Z3	Z3	Z3	Z3	Z3	Z3	Z3	Z3	Z3	Z3	Z3	Z3	Z3	Z3	Z3	Z3	Z3	Z3	Z3	Z3	Z3	Z3	
CH M1 Pełta (odjazd)	102	06:10	07:20	08:20	09:25	10:40	11:50	13:00	14:10	15:20	16:30	17:50	19:10	20:40	22:10	23:40											
ul. Wolności / Wolności 03	113	06:12	07:22	08:22	09:27	10:42	11:52	13:03	14:13	15:23	16:33	17:52	19:12	20:42	22:12	23:42											
ul. DREWNIKA / DREWNIKA 01	121	06:14	07:24	08:24	09:29	10:44	11:54	13:05	14:15	15:25	16:35	17:54	19:14	20:44	22:14	23:44											
ul. Kochanowskiego / Kochanowskiego 01	131	06:15	07:25	08:25	09:30	10:45	11:55	13:07	14:17	15:27	16:37	17:55	19:15	20:45	22:15	23:45											
<b>ul. Budkiewicza / Narutowicza 91</b>	<b>801</b>	<b>06:18</b>	<b>07:28</b>	<b>08:28</b>	<b>09:33</b>	<b>10:48</b>	<b>11:58</b>	<b>13:10</b>	<b>14:20</b>	<b>15:30</b>	<b>16:40</b>	<b>17:58</b>	<b>19:18</b>	<b>20:48</b>	<b>22:18</b>	<b>23:48</b>											
ul. Batorego / Wyspińskiego 02	172	06:21	07:31	08:31	09:36	10:51	12:01	13:13	14:23	15:33	16:43	18:01	19:21	20:51	22:21	23:51											
ul. Batorego / PKP Ząbki 02 [K]	182	06:22	07:32	08:32	09:37	10:52	12:02	13:15	14:25	15:35	16:45	18:02	19:22	20:52	22:22	23:52											
ul. 3 Maja / PKP Ząbki 03 [K]	163	06:24	07:34	08:34	09:39	10:54	12:04	13:18	14:28	15:38	16:48	18:04	19:24</														

## „Co mi w duszy gra”

To tytuł wystawy obrazów i fotografii autorstwa Ewy Piekarz. Wernisaż wystawy odbył się w sobotę, 13 stycznia w Miejskim Ośrodku Kultury w Ząbkach. Uroczystego otwarcia dokonała Hanna Krynicka.

Fotografią i malarstwem Ewa Piekarz zajmuje się od wielu lat, utrwalając za pomocą farb i aparatu fotograficznego napotkanych ludzi, krajobrazy i wydarzenia. Wystawa „Co mi w duszy gra” stanowi próbę opisu subiektywnych wrażeń artystki za pomocą obrazów wykonanych w różnych technikach.

Zaprezentowanych w Miejskim Ośrodku Kultury w Ząbkach prac wyłaniają się ulotne chwile, pełne ekspresji i pozytywnej energii. Urzekające barwą i artystyczną dojrzałością zabierają oglądających w niezwykłą podróż w głąb ludzkich wspomnień, emocji i wewnętrznego piękna. Ewa Piekarz z prawdziwym kunsztem łączy w swoich pracach to co w sztukach wizualnych najważniejsze: świadomy, dokładnie przemyślany dobór tematu i emocje.

Prace Ewy Piekarz obrazują nie tylko jej wrażliwość artystyczną i doskonałą warsztat, ale też pokazują jak



ważne w życiu człowieka są chwile, które po latach przywołują najpiękniejsze wspomnienia. Warto w tym miejscu przypomnieć, że w 2014 roku obraz Ewy Piekarz zajął pierwsze miejsce w konkursie „Krajobrazy Szwajcarii” i aktualnie znajduje się w zbiorach Ambasady Szwajcarii w Polsce.

Wernisaż wystawy Ewy Piekarz to, w mojej opinii, jedno z najciekawszych wydarzeń kulturalnych ostatnich miesięcy, jakie miały



miejsce w Miejskim Ośrodku Kultury w Ząbkach. Świadczy o tym wypełniona po brzegi sala wystawowa i pełne uznania słowa padające pod adresem autorki prezentowanych prac. Oprócz obrazów i fotografii, przybyli na wernisaż miłośnicy sztuki i przyjaciele artystki, mogli także wysłuchać niezapomnianego koncertu w wykonaniu Krzysztofa Zajkowskiego oraz poezji Ewy Piekarz w recytacji Pauliny Murawskiej i Anny Fijałkowskiej, podopiecznych Anny Kozioł z Koła Teatralnego MOK w Ząbkach.

*Relacja i zdjęcia: Aleksandra Olczyk*



## Zanim dojdzie do tragedii

**Z** troski o bezpieczeństwo mieszkańców Ząbek oraz moje własne chciałbym zwrócić uwagę na problem, z którym borykam się już od ponad roku. Mam 64 lata, mieszkam w Ząbkach Południowych i niemalże codziennie spaceruję i biegam z kijkami do nordic-walking po lesie za Szkołą Podstawową nr 3. Od kilku lat choruję na serce i lekarz zalecił mi długie spacery – dzięki nim mogę lepiej zadbać o swoje zdrowie i kondycję.

Niestety spacery po lesie wiążą się dla mnie z ogromnym stresem. Dzieje się tak, ponieważ wiele osób chodzi do lasu z psami, z których większość biega bez kagańca i bez smyczy. Często zdarza się tak, że w tym samym czasie po lesie biega kilka psów, a właściciele – mimo że są niedaleko – nie są w stanie ich kontrolować. Dobrze wiadomo, że jeśli jeden pies zaatakuje człowieka, inne mogą pobiec za nim i także zaatakować.

## Dofinansowanie do usunięcia azbestu

**M**ając na uwadze ochronę środowiska naturalnego oraz zdrowie mieszkańców, Burmistrz Miasta Ząbki informuje, iż w 2018 r. Miasto Ząbki będzie się ubiegać o uzyskanie dotacji z Wojewódzkiego Funduszu Ochrony Środowiska i Gospodarki Wodnej w Warszawie na dofinansowanie działań z zakresu usuwania i unieszkodliwiania azbestu.

Zatem informujemy, że osoby fizyczne nieprowadzące działalności gospodarczej, zamierzające usunąć wyroby zawierające azbest w 2018 r., mogą składać w Urzędzie Miasta Ząbki wnioski wraz z załącznikami o udzielenie dotacji na dofinansowanie demontażu, odbioru i utylizacji odpadów niebezpiecznych zawierających azbest do dnia 2 marca 2018 roku.

Wnioski są dostępne w Urzędzie Miasta Ząbki i na stronie internetowej [www.zabki.pl](http://www.zabki.pl) w zakładce Gospodarka odpadami. Ponadto informujemy, że koszty ewentualnych prac remontowych przygotowujących do położenia nowego pokrycia dachowego oraz zakup i położenie nowego pokrycia dachowego nie będą dofinansowywane.

Sam już kilka razy byłem w sytuacji zagrożenia – np. raz zaatakował mnie wyżeł wejmarski, innym razem bokser. Jeden z właścicieli tłumaczył, że jego pies wita się i okazuje radość skacząc na ludzi. Inny z kolei stwierdził, że jego pies mnie zaatakował, bo nigdy nie widział jak ktoś biegnie z kijkami. Niestety zdarzył się także przypadek, że właściciel psa, który mnie zaatakował, zagroził mi, że jeśli uderzę jego psa kijkiem, to on mnie pobije. Nigdy nie uderzyłem żadnego atakującego mnie psa, ale za każdym razem musiałem zasłaniać się kijkami, żeby się bronić.

Czy właściciele zwierząt, które biegają bez kagańca i bez smyczy zdają sobie sprawę z tego jakie niebezpieczeństwo może się z tym wiązać? A jeśli ich zwierze zaatakuje kobietę spacerującą z dzieckiem? Jeśli zaatakuje starszą osobę taką jak ja? Za każdym razem, gdy idę do lasu boję się kolejnego ataku – mogę zostać pogryziony lub mogę dostać zawału na skutek stresu.

Czy las nie powinien być miejscem dostępnym i bezpiecznym dla wszystkich mieszkańców? Nie mam nic przeciwko ludziom spacerującym z psami, jeśli potrafią opanować swoje czworonogi i ich agresję. Zwierzę różnie może zareagować na obcych ludzi – nie da się tego

.....  
(data)

Imię i nazwisko .....

adres .....

nr tel. ....

adres mail: .....

**Do Burmistrza Miasta Ząbki**

### WNIOSEK

**o udzielenie dotacji na dofinansowanie działań z zakresu usuwania i unieszkodliwiania odpadów niebezpiecznych zawierających azbest**

Zwracam się z prośbą o udzielenie dofinansowania na:

- demontaż odpadów niebezpiecznych zawierających azbest,
- odebranie i przekazanie do utylizacji odpadów niebezpiecznych zawierających azbest (proszę zaznaczyć wybrane),

plyt dachowych płaskich / płyt dachowych falistych / rur / innych..... (proszę zaznaczyć rodzaj wyrobów),

w ilości ..... ton / m<sup>2</sup> (proszę zaznaczyć jednostkę),

znajdujących się na mojej nieruchomości w .....

.....

.....

W załączeniu:

Informacja o wyrobach zawierających azbest

Ocena stanu wyrobów zawierających azbest

.....  
(podpis)

Zgodnie z ustawą z dnia 29 sierpnia 1997 roku o ochronie danych osobowych (Dz. U. z 2016, poz. 922 tj.) wyrażam zgodę na przetwarzanie moich danych osobowych w celu rozpoznania niniejszego wniosku o udzielenie dotacji oraz wyrażam zgodę na przekazanie tych danych do firmy, która zostanie wskazana przez Urząd i na jego zlecenie będzie realizowała działania z zakresu usuwania i unieszkodliwiania odpadów niebezpiecznych zawierających azbest.

Przyjmuję do wiadomości, że administratorem moich danych jest Gmina Miasta Ząbki, ul. Wojska Polskiego 10, 05-091 Ząbki oraz, że dane będą przetwarzane wyłącznie w celu rozpoznania i realizacji niniejszego wniosku.

Jestem świadomy tego, że mam prawo dostępu do treści swoich danych oraz ich poprawiania. Podanie przeze mnie danych jest dobrowolne, a niniejsza zgoda może być cofnięta w każdej chwili bez podawania przyczyn, aczkolwiek odmowa ich podania lub cofnięcie zgody na ich przetwarzanie może być równoznaczne z brakiem możliwości rozpoznania i realizacji niniejszego wniosku.

.....  
(podpis)

przewidzieć i dlatego należy zadbać o bezpieczeństwo swoje i innych. Z lasu korzystają przecież spacerowicze, biegacze, rowerzyści, rodzice z dziećmi, młodzi i starsi ludzie – wszyscy powinni czuć się bezpiecznie.

Problem zgłosiłem Straży Miejskiej w Ząbkach – choć strażnicy przyznali, że otrzymali wiele podobnych zgłoszeń dotyczących psów w lesie, to nie mogą nic zrobić, ponieważ las jest położony na terenie Rembertowa. Poradzili mi kontakt ze Strażą Leśną. Zgłosiłem zatem problem w Nadleśnictwie Drewnica. Po tym jak jeden z właściciele psów groził mi pobiciem, zgłosiłem sprawę także na Policji. Wytłumaczono mi, że na całe Ząbki przypada tylko jeden patrol policji. Powiedziano mi, że w sytuacji zagrożenia mogę zadzwonić pod numer alarmowy 112. Boję się jednak, że w sytuacji zagrożenia pomoc może po prostu nie dojechać na czas.

Apeluję zatem do władz miasta, a także do samych mieszkańców Ząbek, o to byśmy wspólnie zadbali o bezpieczeństwo w lesie, z którego wszyscy korzystamy i, w którym każdy powinien czuć się bezpiecznie.

**Mieszkaniec Południowych Ząbek**

## BURMISTRZ MIASTA ZĄBKÓW

podaje do publicznej wiadomości

informację o wszczęciu postępowania administracyjnego w sprawie wydania decyzji o środowiskowych uwarunkowaniach realizacji przedsięwzięcia polegającego na budowie budynku mieszkalnego wielorodzinnego z usługami w parterze, garażem podziemnym oraz z towarzyszącą infrastrukturą zlokalizowanego w Ząbkach przy ulicy Batorego na działce nr ewidencyjny 2 z obrębem 01-20, na wniosek spółki Batorego 4 Sp. z o. o. z siedzibą w Warszawie (03-122) ul. Modlińska 199 A lok. 13.



## Darmowe porady prawne dla mieszkańców



Szanowni Mieszkańcy,

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

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

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

**Poniedziałek:**

8:00-10:00 Kancelaria Adwokacka Małgorzata Lewandowska,

16:00-18:00 Radca Prawny Rafał Panasewicz, sprawy cywilne (w szczególności umowy, w tym konsumencie, a także kwestie rodzinne, spadkowe i zasiedzenia) oraz administracyjne (spoza kompetencji UM Żabki)

**Czwartek:**

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**

☎ 501 331 576

**Radca Prawny Rafał Panasewicz**

☎ 721 854 998

**Kancelaria Radców Prawnych**

**Kalinowski Wójciński Korzybski SP. j.**

☎ 22 652 31 15

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

## RADY DIETETYKA...

# Niedoceniona ciecierzycza

**Ciecierzycza staje się coraz bardziej popularną rośliną, już nie tylko w środowisku wegetarian. Najczęściej wykorzystywana jest jako zamiennik mięsa m.in. ze względu na bogaty skład aminokwasowy.**

*Cieciorka posiada wyjątkowe wartości odżywcze – stanowi źródło potasu, cynku oraz dobrego białka. Zawiera także kwas foliowy. Jedna porcja pokrywa aż 70% dziennego zapotrzebowania na tę witaminę – zauważa Iwona Michalak - dietetyk Naturhouse. 100g ugotowanej ciecierzycy to 164 kcal, co przekłada się na: 8g białka i prawie 9g białka (zalecane dzienne spożycie białka to ok. 20-35g).*

To tylko kilka powodów, dla których warto włączyć tę ciągle niedocenianą roślinę strączkową do naszej codziennej diety. Spożywanie ciecierzycy niesie za sobą wiele innych korzyści zdrowotnych.

Poniżej przedstawiamy kilka z nich:

- białko roślinne powinno stanowić połowę białek w diecie – ciecierzycza będzie idealnym wyborem jeśli chodzi o zapewnienie odpowiedniej podaży białka roślinnego;
- białko roślinne jest lepiej trawione przez organizm;
- ze względu na wysoką zawartość błonnika ciecierzycza obniża poziom cholesterolu;
- wpływa na obniżenie ciśnienia – wysoka zawartość potasu korzystnie wpływa na udrażnianie naczyń krwionośnych - krew swobodniej krąży, a ciśnienie się obniża;
- z uwagi na obecność żelaza jest pomocna przy leczeniu niedokrwistości;
- ze względu na błonnik pokarmowy zalecana jest przy zaparciach;
- z uwagi na niski indeks glikemiczny (IG=30) bez obaw mogą sięgać po nią cukrzycy;
- podnosi odporność organizmu;
- ze względu na wysoką zawartość cynku poprawia także wygląd włosów, skóry i paznokci;
- wspomaga odchudzanie – błonnik w niej zawarty zwiększa wydalanie tłuszczu, a zmniejsza wchłanianie energii pochodzącej z pożywienia;
- pozwala na urozmaicenie posiłków – znudziło Ci się mięso na obiad? Skorzystaj z naszego pomysłu na gulasz z ciecierzycy!

## Gulasz z ciecierzycy

### Składniki:

- 1 puszka konserwowej ciecierzycy
- 1 puszka krojonych pomidorów
- 1 czerwona papryka
- 1 cebula
- 1 ząbek czosnku
- ½ łyżeczki mielonego imbiru
- zioła prowansalskie
- natka pietruszki
- sól i pieprz do smaku
- 1 łyżka oleju roślinnego

### Przygotowanie:

W garnku rozgrzać olej i przesmażyć pokrojony czosnek oraz cebulę. Dodać pokrojoną w paski paprykę, podlać wodą i dusić paprykę przez ok. 5 minut, następnie dodać pomidory wraz z zalewą. Przyprawić ziołami, imbirem, solą i perzem. Gdy sos zacznie gęstnieć dodać odsączoną cieciorę i wszystko razem wymieszać. Podawać z ryżem, kaszą lub pełnoziarnistym pieczywem.

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



Eksperci w reedukacji żywieniowej

Centrum Dietetyczne Naturhouse Żabki, ul. Orła 8 lok. 69 (obok Poczty Polskiej) – tel. 604-110-153

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

## II Bal Charytatywny na rzecz podopiecznych zabzkowskich światlic środowiskowych

**M**iejskie Centrum Sportu w Ząbkach ma zaszczyt zaprosić wszystkich, którzy lubią dobrą zabawę, a przy tym mają wielkie serce, na 2. Bal Charytatywny pod patronatem Burmistrza Miasta Ząbki Roberta Perkowskiego.

Bal odbędzie się 9 lutego 2018 r. w Hotelu MANSOR, a dochód z imprezy będzie przeznaczony na rzecz podopiecznych zabzkowskich światlic środowiskowych. W tegorocznym programie przewidziano m. in. prezentację o działalności światlic, wręczenie statuetek „Ambasador Ząbek 2017”, licytację prac przygotowanych przez wychowanków światlic oraz zabawę taneczną z zespołem Elixir i Macieja Kuśmiera znanego jako Maczo.

Zaproszenia do nabycia w kasach Miejskiego Centrum Sportu w Ząbkach w cenie 400 zł od pary. Ilość miejsc jest ograniczona.

MIEJSKIE CENTRUM SPORTU W ZĄBKACH  
zaprasza na

# 2. Bal Charytatywny

pod patronatem Burmistrza Miasta Ząbki

**MANSOR**  
Hotel MANSOR  
ul. ks. Ignacego Skorupki 5, ZĄBKI  
9 lutego 2018 r. godz. 19:00

Zebrałe środki zostaną przekazane  
Ząbkowskim Światlicom Środowiskowym

Muzyka na żywo;  
MACZO - Maciej Kuśmier  
ELIXIR

CENA 400 zł od pary.

Zaproszenia do nabycia w kasach  
MCS w Ząbkach, ul. Słowackiego 21

**PWK**  
W ZĄBKACH

**MCS**  
ZĄBKI

**MIASTO ZĄBKI**

# MOK

ZABKI  
ZAPRASZA

## KONCERT KARNAWAŁOWY Orkiestry Dętej Miasta Ząbki

W programie  
utwory muzyki filmowej  
i rozrywkowej

3 lutego 2018 r.  
godz. 17:00  
sala widowiskowa  
MOK Ząbki

wstęp wolny

# BĄDŹ LOKALNYM PATRIOTĄ

Mieszkaś na terenie  
miasta Ząbki?  
Rozlicz swój podatek  
PIT za 2017 r. dla Ząbek

Masz czas do  
30 kwietnia 2018 r.

**Co zyskasz?**

- LEPSZĄ EDUKACJĘ
- IMPREZY KULTURALNE I SPORTOWE
- WIĘCEJ NOWYCH ULIC
- TAŃSZĄ PŁYWAJNIĘ
- DARMOWĄ KOMUNIKACJĘ
- TAŃSZE LOKALNE FIRMY
- WIĘCEJ ZIELENI MIEJSKIEJ
- WIĘCEJ MIEJSC REKREACYJNYCH

Miejsca w których jako mieszkańiec skorzystasz ze zniżki:

Urząd Miasta Ząbki  
ul. Wolności 21, 01-015 Ząbki  
tel. 22 781 41 00, 22 781 41 01  
www.miasto.zabki.pl

Miejsko-Oleśnicki Klub  
ul. Wolności 21, 01-015 Ząbki  
tel. 22 781 41 00, 22 781 41 01  
www.mok.zabki.pl

Miejski Ośrodek Kultury  
ul. Wolności 21, 01-015 Ząbki  
tel. 22 781 41 00, 22 781 41 01  
www.mok.zabki.pl

Miejski Ośrodek Sportu  
ul. Wolności 21, 01-015 Ząbki  
tel. 22 781 41 00, 22 781 41 01  
www.mok.zabki.pl

Miejski Ośrodek Kultury  
ul. Wolności 21, 01-015 Ząbki  
tel. 22 781 41 00, 22 781 41 01  
www.mok.zabki.pl

Miejski Ośrodek Kultury  
ul. Wolności 21, 01-015 Ząbki  
tel. 22 781 41 00, 22 781 41 01  
www.mok.zabki.pl

### WYWÓZ ODPADÓW BUDOWLANYCH

Usługi Porządkowe „Buli”  
Kontenery od 2 do 36 m<sup>3</sup>  
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 m<sup>3</sup>  
ceny za kontener od 180 zł  
22 781 69 20  
603 707 755