



CO SŁYCHAĆ?

Rok XXI Nr 21 (282) 16 listopada 2012r. ISSN 1427-3717 www.zabki.pl

ZĄBKOWSKA GAZETA SAMORZĄDOWA

Uroczyste Obchody Święta Niepodległości w Ząbkach

PRG

USŁUGI GEODEZYJNE

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

Zabki ul. Gałczyńskiego 19
0-605-218-000
22 781-45-81
22 781-70-51
prg1@wp.pl
www.prg1.waw.pl

R.S.SERWIS WYWÓZ NIECZYSTOŚCI

Robert Szczepaniak
Zabki

Wywóz kontenerami
gruzu, śmieci

Transport
piachu i ziemi

(22)781 59 20
603 707 755



- Każde pokolenie musi podjąć trud budowania życia w wolności. Dlaczego wolność jest tak ważna? Bo dopiero w wolności człowiek się rozwija, kształtuje i upodabnia się do Boga. Wolność jest wielkim darem, który nosimy w sobie, który trzeba pielęgnować i troszczyć się, bo tak bardzo łatwo ten dar utracić - powiedział ks. Andrzej Kopczyński pod pomnikiem Kardynała Wyszyńskiego, podczas uroczystości obchodów 94. rocznicy Odzyskania Niepodległości w Ząbkach.

W niedzielę, 11 listopada uroczystości rozpoczęto mszą św. w kościele Miłosierdzia Bożego, którą celebrował proboszcz parafii ks. Andrzej Kopczyński. We mszy uczestniczyły władze powiatowe i

• miejskie, radni, przedstawiciele
• środowisk oświaty i kultury oraz
• mieszkańcy Ząbek.

Podczas homilii ksiądz proboszcz mówił m.in. o historii Narodu Polskiego, która ma być podwaliną do budowania przyszłości. O konieczności zmierzenia się z losem i o oczyszczeniu pamięci, tak by stała się pozytywna. Wspominał o dumie narodowej, która wynika z głębokiego poczucia własnej wartości. Podkreślał także konieczność kultywowania Święta Niepodległości przez Polaków.

Dokończenie str. 5



Masaż:

- odchudzający -klasyczny
- segmentarny -limfatyczny
- izometryczny i wiele innych

Dojazd gratis Zniżki do 20%

Tel. 518-355-408

Od 28 września,
w każdy piątek w godz. 20:00 - 2:00
zapraszamy do restauracji
"na skrajnej"

na spotkania przy muzyce
w Koktajl Barze.

drinki

koktajle

muzyka taneczna

pokazy
barmańskie

Restauracja "na skrajnej" ul. Skrajna 1A Zabki
tel. 22 781 70 29 www.naskrajnej.pl



Świąteczny Kiermasz Prezentów Artystycznych

Twórców niezwykłych prezentów i ozdób świątecznych, Miejski Ośrodek Kultury zaprasza do udziału w Kiermaszu Świątecznym 9 grudnia (niedziela) 2012 r.

Wszystkich chętnych prosimy o zgłoszenia do organizatorów w poniedziałki i czwartki w godz. 18:00 - 20:00
tel. 22 674 12 68 (prosić p. Hannę Krynicką)

**MOK zaprasza**

Ruszą zajęcia dla przedszkolaków w nowej siedzibie MOK przy ul. Słowackiego 21(budynek trybuny sportowej)

Na plastykę, rytmikę, tańce, język angielski, gry i zabawy zapraszamy.

we wtorki i czwartki w godz. 11:00 - 14:00 I spotkanie odbędzie się 27 listopada we wtorek o godz. 11:00.

We wtorki i czwartki o godz. 16:00 (od 20 listopada) zapraszamy dzieci w wieku 4 - 6 lat na zajęcia plastyczne w MOK ul. Słowackiego 21



WARSZTATY REKODZIELA

dla dzieci w wieku 7 - 12 lat



**Pierwsze zajęcia -
poniedziałek 26.11.2012r., godz. 17:00
MOK, ul. Słowackiego 21**

**Liga Szóstek dalej gra**

Najbliższe spotkania w ramach Ząbkowskiej Ligi Szóstek Piłkarskich odbędą się w najbliższą niedzielę, 18 listopada, na które serdecznie zapraszamy.

I liga

IX kolejka (18 XI)

godz. 11.00 ZGRYZ ZĄBKI – ANTON PARK

godz. 12.00 ALBATROS ZĄBKI – WICHURA ZIELONKA

godz. 13.00 SENI BRÓDNO - ALCYBIADES

II liga

IX kolejka (18 XI)

godz. 14.00 SKAJTEK – KOSIARZE CF

godz. 15.00 PERNOD RICARD POLSKA – YOUNG BOYS ZĄBKI

godz. 16.00 TBA EXPRES – GROCHÓW

godz. 17.00 OLD BOYS – BAD COMPANY

Wszystkie mecze będą rozgrywane na boisku "Orlik" przy ul. Batorego 11.



"Zabki czytają dzieciom po polsku i angielsku"

Centrum Helen Doron przy współpracy z Biblioteką Miejską pod patronatem Burmistrza Miasta Zabki zapraszają wszystkie dzieci w wieku 4-9 lat na zabawy i czytanie po angielsku.

**23 listopada 2012r.
godzina 17:00
Biblioteka Miejska (ul. Orła 6 lok. 75)**



Czytają Burmistrz Miasta Robert Perkowski oraz zespół Centrum Helen Doron

WSTĘP WOLNY

Helen Doron
Early English

CONNECTING THE
NEXT GENERATION



CO SŁYCHAĆ? wydawca: Urząd Miasta w Ząbkach
redaktor naczelny: Mirosław Oleksiak
e-mail: redaktor@zabki.pl, tel. 694 759 987
redakcja: Zabki, ul. Wojska Polskiego 10, tel. 22 5109 793
druk: Zakład Poligraficzny TOP DRUK Łomża tel. 86 473 02 12
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



Ponad pół wieku razem

10 listopada, w Sali Ślubów Urzędu Miasta Ząbki, Burmistrz Robert Perkowski wraz z Przewodniczącym Rady Krzysztofem Bławdziewiczem wręczyli nadane przez Prezydenta RP Medale za Długoletnie Pożycie Małżeńskie trzem ząbkowskim parom.

Medale otrzymali państwo: Wanda i Antoni Stefan Repka, którzy przeżyli wspólnie 53 lata, Helena i Henryk Podkońscy - 50 lat oraz Mirosława i Józef Maleszewscy - 55 lat.

Uroczystość poprowadziła kierownik Urzędu Stanu Cywilnego Joanna Konieczna.

W tej niezwykłej uroczystości Jubilatów towarzyszyli zarówno najbliżsi członkowie rodzin, jak i radni oraz wiceburmistrz Artur Murawski.

Spotkania te są zawsze pełne wzruszeń, ale również są znakomitą lekcją, żywym przykładem godnym naśladowania.

Naszym parom gratulujemy i życzymy kolejnych wspólnych lat w zdrowiu i szczęściu.

red.



CHIRURG WIZYTY DOMOWE

TEL. 668 - 029 - 952

“BULI” USŁUGI PORZĄDKOWE

Sławomir Pasek
Ząbki
Wywóz odpadów budo-
wanych kontenerami
KP-5 oraz KP -7
tel. 509 - 136 - 967
888 - 424 - 715

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



OPTO - MED Gabinety specjalistyczne

Dla dorosłych:

- neurolog
- ortopeda
- reumatolog
- nefrolog
- ginekolog
- urolog
- psycholog

Dla dorosłych i dzieci:

- okulista
 - kardiolog
 - endokrynolog
 - dermatolog
 - laryngolog
- Dla dzieci:**
- chirurg
 - kardiochirurg

Badania diagnostyczne USG, echo serca (pełen zakres). Badanie stawów biodrowych (dorośli i dzieci). Ząbki, ul. Orla 6 lok. 77 (wejście od ul. Poniatowskiego). Przyjęcia pon. - pt. 8.00 - 20.00. tel. (22) 744 - 86 - 38

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 oddychowego)
 - drobne zabiegi (zastrzyki)
- Gabinet czynny codziennie tylko po uzgodnieniu wizyty telefonicznie w godz. 8-20
tel 603 927 323

Gabinet Laryngologiczno-Internistyczny

dr n. med. Stanisław Nitek - specjalista otolaryngolog (dorośli i dzieci)
tel.: 502-315-952
lek. med. Katarzyna Tylzanowska-Nitek - internista specjalista chorób płuc,
tel.: 509-975-219

Oferta: spirometria, tympanogram, udrażnianie trąbek słuchowych oraz leczenie zapalenia zatok przy użyciu aparatu AMSA, płukanie nosa i zatok metodą Proetza, KRIOCHIRURGIA: usuwanie zmian skóry (brodawki, kurczaki) i błony śluzowej (np. brodawczaki), leczenie i diagnostyka (BEZ-PLATNIE!!!) CHRAPANIA i BEZDECHÓW NOCNYCH), udrażnianie nosa Ząbki ul. Narutowicza 4.

Wizyty po umówieniu telefonicznym: - internista 509-975-219 - laryngolog 502-315-952

WIZYTY DOMOWE

dr n. med.
Jacek Rutka
specjalista
chorób dzieci
nefrolog

tel. 604-467-047

www.drjacekrutka.pl



35- lecie chóru „Złota Jesień”

„O sole mio”, „Usta milczą dusza śpiewa”, „Time To Say Goodbay”, to tylko niektóre z utworów, jakie mieliśmy okazję usłyszeć podczas uroczystego koncertu z okazji obchodów jubileuszu 35-lecia chóru „Złota Jesień” w Ząbkach.

Uroczystość odbyła się 8 listopada br. o godz. 10.00, w sali dolnego kościoła Miłosierdzia Bożego w Ząbkach. Poprowadziła ją prezes chóru Jadwigę Goławska.

W uroczystości uczestniczyli m.in: proboszcz Andrzej Kopczyński, starosta Piotr Uściński, burmistrz Robert Perkowski, zastępca burmistrza Artur Murawski, poprzedni burmistrz Jerzy Boksznajder, radni, mieszkańcy miasta, byli członkowie chóru, a przede wszystkim sam chór pod dyrygenturą Jolanty Jańczuk – Tyszkiewicz.



Po powitaniu gości, przez prezes chóru Jadwigę Goławską, burmistrz, na jej ręce, przekazał dla chóru symboliczne kwiaty. Kwiaty otrzymała także dyrygentka - przyjaciółka i opiekunka chóru, która oddała mu całe swoje serce, jak mówią o niej członkowie chóru.

Burmistrz z zastępcą, wręczyli jubilatowi statuetki upamiętniające 35. lecie chóru, ufundowane przez miasto.

Burmistrz pogratulował jubilatowi dotychczasowych sukcesów, podziękował za pracę na rzecz miasta i za to, że zawsze można liczyć na obecność i wsparcie chóru na uroczystościach miejskich.

Starosta dołączył się do życzeń burmistrza. Zdradził, że nie tylko chór kończy w tym roku 35 lat, także burmistrz miasta oraz on sam, są równolatkami chóru. Powiedział, m.in. że ma nadzieję, iż obydwaj w burmistrzem będą mieli okazję na emeryturze przyłączyć się do chóru.

Tego dnia, podziękowania otrzymali także przyjaciele chóru. Za okazaną pomoc i serce dla ludzi i muzyki statuetki otrzymali: burmistrz Robert Perkowski, dyrektor Miejskiego Ośrodka Kultury Sławomir Skotnicki, burmistrz Jerzy Boksznajder oraz prezes chóru „Złota Jesień” Jagoda Goławska. Dyplom, dla Zuzanny Skotnickiej, poprzedniej dyrygentki chóru, został przekazany na ręce



Podziękowania

Panu Burmistrzowi Robertowi Perkowskiemu Chór „Złota Jesień” składa serdeczne podziękowanie za wsparcie. Z okazji Jubileuszu 35-lecia istnienia chóru oraz za okazanie wielkiego szacunku dla ludzi starszych, za jego otoczenie synowską opieką naszych członków chóru. Za co z serca dziękujemy.

Członkowie chóru z prezes Jadwigą Goławską

Gorące podziękowania p. Agnieszce Gmitrzuk, naszej radnej za wspaniały tort osładzający nasz Jubileusz 35-lecia istnienia chóru.

Wdzięczni członkowie chóru „Złota Jesień”.

Chór „Złota Jesień” z ogromną wdzięcznością swojej dyrygent – pani Joli Jańczuk Tyszkiewicz składa serdeczne podziękowanie za pomoc i okazanie serca w przygotowaniu naszego Jubileuszu. Życzymy wielu sukcesów, szczęścia i pomyślności.

Wdzięczni członkowie chóru wraz z prezes Jadwigą Goławską

Serdeczne podziękowania dla p. Agnieszki Potęga z kwaciarni przy ul. Sobieskiego w Ząbkach składa

Chór „Złota Jesień”

Za wyjątkową życzliwość pani Agnieszce Matak z kwaciarni Magnolia przy ul. 11-go Listopada. Serdeczne podziękowania składa

Chór „Złota Jesień”

jej męża, dyrektora Skotnickiego. Inicjatorką tych wyróżnień, była - dyrygentka i przyjaciółka chóru Jolanta Jańczuk - Tyszkiewicz.

Następnie zebrani wysłuchali koncertu. Oprócz wymienionych już tytułów, usłyszeliśmy także: „Przęsliczka”, „W zielonym Gaiku”, „Va pensiero”, „Noce i Dnie” oraz „Walc Wiedeński”.

Na uwagę zasługują utalentowani soliści chóru. Stefan Załęski, który zaśpiewał „O sole mio”, a następnie wraz z Jolantą Jańczuk – Tyszkiewicz - „Usta milczą, dusza śpiewa” z operetki „Wesoła wdówka”. Jolanta Jańczuk - Tyszkiewicz zachwyciła publiczność wykonaniem „Time to say good bye”, Anna Grabska pięknie zaśpiewała „Noce i dnie”, Anna Uścińska - „Walc Wiedeński”.

Wykonanie niektórych utworów było na tak wysokim poziomie, że po przymknięciu oczu mogliśmy mieć wrażenie że znajdujemy się we włoskim Teatro alla Scala.

Po koncercie jubilaci zaprosili gości na przepyszny tort, który ufundowała pani Agnieszka Gmitrzuk, znana ze smakowitych ciast i tortów nie tylko w Ząbkach.

Iwona Potęga, foto. B. Śladowski

 Wideofilmowanie i montaż Przegrywanie kaset na płyty DVD	 Naprawa komputerów stacjonarnych
Ząbki tel. 602 - 583 - 730	



Dokończenie ze strony nr 1

Uroczyste Obchody Święta Niepodległości w Ząbkach

Po mszy, pod pomnikiem Kardynała Wyszyńskiego, nastąpiło uroczyste złożenie wieńców przez władze lokalne.

Następnie w dolnym kościele odbyła się część artystyczna w formie montażu słowno-muzycznego, przygotowanego przez młodzież z Publicznego Gimnazjum nr 2 im. J. Popiełuszki, pod kierunkiem nauczycieli: Marty Kamińskiej, Grzegorza Pawluka i Jagody Żaboklickiej. W oddanej przez młodzież atmosferze minionych lat walki o niepodległość Ojczyzny, mogliśmy usłyszeć, m.in. pieśni „Pierwsza kadrowa”, „Wojenko, wojenka” czy „Pieśń o Legionach”.

Z tej okazji odbył się również Ząbkowski Bieg Niepodległości, który wyruszył spod Ośrodka Zdrowia przy ul. Orlej docierając do Publicznego Gimnazjum nr 1 przy ul. Harcerskiej. W biegu uczestniczyło 97 osób. W kategorii open najlepsi okazali się: wśród mężczyzn - Robert Słezak (I miejsce), Wojciech Sobierajski (II miejsce) oraz Dariusz Król (III miejsce). Wśród pań I miejsce zajęła Ewa Chreścianko, II miejsce Patrycja Bereznowska, a III miejsce Wiktoria Mizerakowska. Po biegu nastąpiło wręczenie pucharów i nagród.

Także w Publicznym Gimnazjum nr 1 wspólnie śpiewano pieśni patriotyczne. Wystąpiła Magdalena Tunkiewicz – sopranistka, Chór Szkolny Publicznego Gimnazjum nr 1 oraz gość specjalny: Wojciech Baradowski.

Wieczorem, tuż po godzinie 19, spod kościoła Miłosierdzia Bożego wyruszył Marsz Niepodległości z pochodniami i flagami narodowymi. Marsz przeszedł ulicami miasta pod pomnik Bohaterów Ząbek i Drewnicy w Parku Miejskim im. Szuberta. Inicjatorem marszu i wieczornej części obchodów była grupa Ząbkowskich Legionistów ZL'11.

Pod pomnikiem odbyło się spotkanie patriotyczne, które poprowadził Mirosław Sobiecki, twórca strony internetowej „Historia Ząbek”. Pogoda była nadal zachęcająca do spacerów, gdyż było dość ciepło jak na tę porę roku. Pewnie dlatego na tę część uroczystości przybyło ponad 200 mieszkańców, wśród nich poseł na Sejm RP Jacek Sasin, starosta wołomiński Piotr Uściński, przewodniczący Rady Miasta Krzysztof Bławdziewicz, wiceprzewodniczący Rady Tomasz Kalata, burmistrz Robert Perkowski, wiceburmistrz Artur Murawski, komendant Straży Miejskiej Zbigniew Forsyś oraz radni.

Przybyłym pod pomnik rozdano płonące znicze i śpiewniki patriotyczne. Najpierw wspólnie odśpiewano hymn państwowy. Następnie władze miejskie i państwowe, pod pomnikiem, wspólnie złożyły kwiaty od mieszkańców i przyjaciół miasta Ząbki, przy wspólnie śpiewanej „Bogurodzicy”. Krótką modlitwę odmówił ksiądz Andrzej Kopczyński. Część artystyczną wykonał Stefan Załęski - prezes Koła Kombatantów w Ząbkach wraz z towarzyszącą mu młodzieżą.

Poseł Jacek Sasin, wystąpił na prośbę burmistrza jako historyk. Powiedział, m.in., że jeśli świętujemy rocznicę Odzyskania Niepodległości 11-go listopada, to musimy mieć świadomość, że niepodległość nie



przyszła do Polski nagle. Przypominał, że 123 lata niewoli, które były wcześniej, to pasmo zrywów niepodległościowych i powstań - walki o to, aby Polska uzyskała utraconą pod koniec XVIII wieku niepodległość. Dodał, że 11 listopada 1918 r. nie był nawet zwieńczeniem tej walki, otwierał okres walk o granicę i kształtowanie się polskiego państwa. Po wystąpieniu posła wraz, chórem z Miejskiego Ośrodka Kultury w Ząbkach pod kierunkiem Anny Kozioł, odśpiewano wspólnie „Boże coś Polskę”.

Do migających o zmroku płomyków zniczy trzymany przez mieszkańców podczas uroczystości, dołączały także strzelające ogniem biało-czerwone race i okrzyki „Cześć i chwała bohaterom”.

Na koniec wieczornej uroczystości, przy pomocy Ząbkowskich Legionistów, ułożono ze zniczy pod pomnikiem biało-czerwoną flagę.

Coraz więcej mieszkańców Ząbek uczestniczy w uroczystościach patriotycznych. Coraz więcej jest wśród nich ludzi młodych. Cieszy chęć poznawania historii, pielęgnowania wartości patriotycznych i symboli narodowych przez wszystkich mieszkańców Ząbek, szczególnie jednak przez ludzi młodych. To oni muszą poczuć w sercach i umysłach potrzebę pielęgnowania polskości, by pamiętać i przekazać następnym pokoleniom to, co dla nas Polaków naprawdę ważne.

Iwona Potęga



W 28. rocznicę męczeńskiej śmierci Błogosławionego Księdza Jerzego Popiełuszki

W dniu 19 października uczestniczyliśmy z przedstawicielami Ogólnopolskiego Komitetu Pamięci Ks. Jerzego Popiełuszki w uroczystościach z okazji 28. rocznicy męczeńskiej śmierci Ks. Jerzego Popiełuszki w Sanktuarium Żoliborskim w Parafii Świętego Stanisława Kostki. Przed nabożeństwem Pan Premier Jarosław Kaczyński w asyście Pana Posła Mariusza Błaszczaka i z moim udziałem, złożył kwiaty na grobie „męczennika naszych czasów”, po czym odprawiliśmy modlitwę przy grobie błogosławionego Ks. Jerzego Popiełuszki.

Następnie podczas nabożeństwa w darze ofiarnym w imieniu Ogólnopolskiego Komitetu Pamięci Ks. Jerzego Popiełuszki prezes Ryszard Walczak i wiceprezes Jan Marczak złożyli album pt.: „Do Niepodległości”. Po nabożeństwie wraz z matką Ks. Jerzego Panią Marianną Popiełuszką przeszliśmy do grobu Jej syna, a naszego patrona i orędownika, by uczestniczyć przy złożeniu kwiatów i odmówieniu modlitwy.

W Parafii Św. Trójcy w Ząbkach, w miejscu pierwszej posługi duszpasterskiej Ks. Jerzego Popiełuszki 21 października br. o godz. 10:00 została odprawiona uroczysta Msza Święta w 28. rocznicę męczeńskiej śmierci Ks. Jerzego i zbliżającą się 15. rocznicę wybudowania pomnika Ks. Jerzego Popiełuszki w Ząbkach. Uroczystej Mszy Św. przewodniczył Ks. Kanonik Edward Kowara proboszcz wspomnianej parafii. Po nabożeństwie wszyscy zgromadzeni przeszli pod pomnik błogosławionego Ks. Jerzego Popiełuszki, gdzie odmówiono litanię, a przedstawiciele Komitetu Pamięci Ks. Jerzego Popiełuszki: Prezes Ryszard Walczak, Marek Banaszek, Ryszard Załuski i Jan Waś z Komitetu Katyńskiego złożyli kwiaty. Hołd przed pomnikiem swojego patrona złożyła również młodzież wraz z Panią Dyrektorem Małgorzatą

Zyśk z Gimnazjum nr 2 im. Ks. Jerzego Popiełuszki w Ząbkach.

Pomnik ten został odsłonięty 27 października 1997 roku przez matkę Ks. Jerzego Panią Mariannę Popiełuszką i organizatora budowy monumentu Ryszarda Walczaka, a poświęcenia dokonał ówczesny Prymas Polski Kardynał Józef Glemp w asyście wielu kapłanów i wybitnych osobistości: Premiera Jana Olszewskiego, Ministra Antoniego Macierewicza, śp. płk. Wojciecha Ziębińskiego, śp. Stefana Melaka, Seweryna Jaworskiego i wielu zgromadzonych gości.

Pierwszy wówczas na Mazowszu pomnik Ks. Jerzego Popiełuszki mogłem zrealizować dzięki życzliwości i pomocy ówczesnych proboszczów: Ks. Zdzisława Gniazdowskiego i Misjonarza Ks. Adama Szkópa oraz wielkiej pomocy wiceprezesa Komitetu Wiktora Bonifaciuka i wsparciu Grzegorza Michalika, Jana Sawickiego, Danuty Filipiak, Danuty Kopatys, Edwarda Idzikowskiego, Stefani i Adama Kowalczyków, Roberta Walczaka, a także ofiarodawcy płyt granitowych Sławomira Dolińskiego i wielu innych mieszkańców Ząbek.

Ten Pomnik stał się inspiracją do stworzenia innych wspaniałych dzieł i dalszego szerzenia kultu Księdza Jerzego Popiełuszki dziś już błogosławionego, a w niedalekiej przyszłości Świętego Jerzego.

Za wszelką dobroć i pomoc w szerzeniu kultu i pamięci w ciągu tych 28 lat moich działań z serca wszystkim osobom zaangażowanym i fundatorom dziękuję.

Ryszard Walczak
Prezes Ogólnopolskiego Komitetu Pamięci Ks. Jerzego Popiełuszki Przewodniczący Komisji Dziedzictwa Narodowego, Edukacji, Kultury i Sportu w Radzie Powiatu Wołomin



Spotkania z Mieszkańcami w sprawie nowego systemu odbioru odpadów

W dniach 30 października, 6 i 12 listopada Towarzystwo Przyjaciół Ząbek zorganizowało spotkania informacyjne dotyczące zmian w systemie gospodarowania odpadami komunalnymi. Nowy system wejdzie w życie od 1 lipca 2013 w Ząbkach, jak i w całej Polsce. Na spotkania łącznie przyszło prawie 300 mieszkańców. Uczestnicy mogli wysłuchać i obejrzeć przygotowaną prezentację multimedialną a następnie zadać pytania i wyjaśnić pojawiające się wątpliwości. Wśród zaproszonych osób byli radni: Paweł Uściński i Grzegorz Siwek oraz pracownicy Referatu Zagospodarowania Przestrzennego i Ochrony Środowiska UM: Arkadiusz Łebek i Olga Starowicz. Spotkania poszerzyły wiedzę mieszkańców Miasta, zapewniły odpowiedzi na liczne, nurtujące uczestników pytania związane ze zmianami, jak również zasygnalizowały kilka problemów, które niebawem będą wymagały dokładniejszego przedyskutowania i dopracowania.



Wszystkim dyrektorom placówek oświatowych, którzy umożliwili przeprowadzenie spotkań składamy serdeczne podziękowania.

Organizatorzy



Jak naturalnie zadbać o swoje zdrowie?

Z największą przyjemnością informuję, że w Ząbkach z myślą o mieszkańcach naszego miasta, został otwarty: **PAPILIO Gabinet Zdrowej Przemiany**.

Jak wskazuje nazwa gabinetu, pragniemy wskazać możliwości i służyć fachową pomocą w dokonaniu korzystnej dla każdego z nas przemiany, która jest tylko potwierdzeniem potencjału, jaki daje nam natura.

PAPILIO – z języka łacińskiego – MOTYL.

W każdym z nas jest ukryty motyl i tak niewiele potrzeba, aby ukazać jego piękno. Ale czy zrobiliśmy już wszystko w tym kierunku?

Papilio- Gabinet Zdrowej Przemiany został stworzony z myślą o osobach, które dążą do osiągnięcia wymarzonej i zdrowej sylwetki. Jednak nie mogą tego osiągnąć w tradycyjny sposób, pocą się na siłowni, ponieważ nikt im nie wskazał jak zajrzeć w głąb swojego organizmu i doszukać się powodów ich problemów.

Za pomocą sprawdzonych przez wieloletnią pracę metod, pomożemy Państwu zwalczać przyczyny, a nie objawy istniejącego stanu. W Papilio znajdują się Państwo pod opieką najlepszych specjalistów z dziedziny dietetyki i medycyny naturalnej, którzy postawią trafną diagnozę oraz ewentualnie w razie potrzeby dobiorą odpowiednią dietę lub kurację. Doskonałym dopełnieniem kompleksowego wsparcia jest masaż. Dobrze wykonany masaż to coś więcej niż relaks i odprężenie. Przywraca drżnięcą w organizmie siłę naturalną, reguluje krążenie, łagodzi napięcie mięśni i jest ukojeniem dla wielu dolegliwości. Nasz masażysta przy swoim wieloletnim doświadczeniu indywidualnie dobiera rodzaj i metodę masażu. Dzięki czemu Wasz organizm osiągnie równowagę.

"Mądry człowiek powinien wiedzieć, że zdrowie jest jego najcenniejszą własnością i powinien uczyć się, jak sam może leczyć swoje choroby". (Hipokrates)

Medycyna naturalna (alternatywna) to całokształt nieinwazyjnych metod kształtujących naszą symbiozę z otoczeniem. Jest dziedziną, która pomaga w wykorzystywaniu naturalnych składników czerpanych z przyrody w zapobieganiu różnym chorobom i ich leczeniu. Bardzo dużą rolę odgrywają tu zioła, które można stosować w postaci naparów, maści, a także olejków do aromaterapii. Cechą podstawową medycyny naturalnej jest fakt, że nie znajdziemy w jej arkanach nic co stanowiłoby sztuczne związki chemiczne.

Dla osiągnięcia najszybszego efektu w naszym gabinecie połączyliśmy zdobytą przez tysiąclecia wiedzę naszych przodków z osiągnięciami najnowocześniejszej technologii XXI wieku. Połączenie to daje nam nieograniczone możliwości dla poprawy zdrowia i urody.

Proponujemy zapoznanie się innowacyjnym urządzeniem Med Shape.

Jest to jedyna na rynku, najszybsza metoda natychmiastowego, bezinwazyjnego pozbycia się tkanki tłuszczowej i cellulitu. Jednocześnie modelując sylwetkę odmładza i ujędrnia skórę, nadając jej młodzieńczy wygląd. Całkowicie bezinwazyjnie liftinguje twarz, eliminując oznaki upływającego czasu. Gwarancja natychmiastowego efektu.

Dodatkowo dla poprawy kondycji fizycznej, połączonej z czterokrotnie skuteczniejszym rezultatem pozbywania się zbędnych kilogramów zachęcamy do skorzystania z VACU POWER. Nowatorska technologia piękna zaprojektowana, aby skutecznie modelować sylwetkę, perfekcyjnie wygładzić ciało i

delikatnie ukształtować jego kontury. Polecana przez specjalistów

Gabinet Papilio łączy w sobie skuteczną medycynę naturalną udoskonaloną przez wiele pokoleń z osiągnięciami najnowocześniejszej technologii w dziedzinie medycyny estetycznej. Daje nam to możliwość odnalezienia drogi do samego siebie, uczy odpowiedzialności za swoje zdrowie, urodę i pogodę ducha.

A wszystko to dla osiągnięcia Zdrowej Przemiany.

Zapraszam serdecznie do zapoznania się z ofertą Gabinetu Papilio i skorzystania z usług.

Zofia Cieślak



**ZADBAJ O SWOJE CIAŁO
PROFESJONALNIE I EFEKTYWNE**

UPORZĄDKUJ WNIOSZCIE SWOJE ZDROWIE	SCHUDNIJ
ZADBAJ O WYGLĄD	OCZYSZCZ ORGANIZM

PAPILIO Gabinet Zdrowej Przemiany oferuje:

- MED SHAPE** - innowacja XXI wieku w odchudzaniu, redukcji cellulitu, a także bezinwazyjny i efektywny lifting twarzy
- Masaże** - bogata oferta, m.in. masaże lecznicze, odchudzające, relaksujące oraz drenaż limfatyczny
- Dietetyka** - profesjonalna pomoc we wprowadzaniu programów żywieniowych i ich monitoring
- FOOD DETECTIVE** - Testy na nietolerancję pokarmową firmy Cambridge Diagnostic wraz z analizą wyników
- VACU POWER** - wyszczuplający spacer w podciśnieniu
- Platforma wibracyjna** Vibration Plate Pro - 10 min. treningu na Platformie zamiast 1 godz. na siłowni!
- Medycyna Naturalna** - leczenie w zgodzie z naturą m.in. ziołolecznictwo, diagnostyka i leczenie wg. nauk Medycyny Chińskiej
- Akupunktura** - leczenie schorzeń i uzależnień
- Refleksologia** - leczenie dolegliwości bez zażywania leków

Zadzwoń i zapisz się już teraz: 535 04 50 50

Gabinet Papilio został stworzony z myślą o osobach, które dążą do osiągnięcia wymarzonej i zdrowej sylwetki. Jednak nie mogą tego osiągnąć w tradycyjny sposób, pocą się na siłowni. Prawdopodobnie nikt im nie wskazał sposobu jak zajrzeć w głąb swojego organizmu i doszukać się przyczyny ich problemów. My natomiast jesteśmy w stanie odnaleźć i zwalczyć przyczynę problemu oraz doprowadzić Twój organizm do równowagi raz na zawsze.

W naszym gabinecie znajdziesz się pod opieką specjalistów, którzy postawią trafną diagnozę, znajdą przyczynę i w razie potrzeby dobiorą odpowiednią dietę. Dzięki czemu Twój organizm osiągnie równowagę.

Papilio - Gabinet Zdrowej Przemiany
ul. Konopnickiej 18A, 05-091 Ząbki
gabinet@papilio.waw.pl tel. 535 04 50 50
www.papilio.waw.pl

ZAPRASZAMY

„Nowoczesny sprzęt, sterylne pomieszczenia, wykwalifikowani pracownicy i setki analiz dziennie...”

MULTI-LAB
Medyczne Laboratorium Diagnostyczne

05-091 Ząbki, ul. Orla 20/3

godziny otwarcia:
dni powszednie 7.00 - 17.00
sobota 8.00 - 13.00

tel.: 22 781 45 05 **FAX: 22 781 45 06**

www.multi-lab.pl **e-mail: info@multi-lab.pl**

Nowy Bazar Miejski w Ząbkach już otwarty

W ostatni sobotni, październikowy poranek zaczął prosić śnieg, jakby zapowiadając już teraz przedświąteczny urok zakupów. Istotnie o godzinie 9.00 rano, w miejscu dawnego bazaru przy ul. Targowej w Ząbkach kłębił się spory tłum ludzi, czekając na uroczyste otwarcie nowej, pięknej hali, którą wybudowali kupcy zrzeszeni w Stowarzyszeniu „Bazar Ząbki”.



Inwestycja pochłonęła ok. 3 mln zł. Na terenie ok. 4.000 m² powstał kompleks składający się z: 54 pawilonów rozmieszczonych w kilku rzędach, rozdzielonych trzema alejkami, parking na 20 samochodów, WC, a także targowisko do handlu obwoźnego. Całość okala mur z eleganckiej cegły klinkierowej, a do bazaru prowadzą cztery bramy wejściowe.

Jako pierwszy głos zabrał prezes Stowarzyszenia Jacek Walczak, witając wszystkich przybyłych gości, wśród których dostrzec można było m.in.: posła Jacka Sasina, starostę Piotra Uścińskiego, burmistrza Roberta Perkowskiego i jego zastępcę Artura Murawskiego, radnych: Zofię Dąbrowską, Łukasza Kukielkę, Jana Kurowickiego, Grzegorza Siwka, Tomasza Kalatę, Roberta Świątkiewicza i Wojciecha Polkowskiego, a także komendanta Straży Miejskiej Zbigniewa Forysiaka oraz komendanta Komisariatu Policji w Ząbkach Zbigniewa Kopyckiego.



Burmistrz Robert Perkowski wyraził ogromne zadowolenie z powstania kolejnej, potrzebnej inwestycji, szczególnie, że została wybudowana z inicjatywy lokalnych przedsiębiorców. Burmistrz wraz z wiceburmistrzem Arturem Murawskim wręczyli prezesowi Stowarzyszenia a także wiceprezes Bożenie Przewoźnik pamiątkowe graweriony. Po tym miłym akcencie głos zabrał poseł na Sejm RP Jacek Sasin, a potem starosta powiatu wołomińskiego Piotr Uściński. Obydwaj wyrazili szczere zadowolenie z nowoczesnego, zadaszonego bazaru ciesząc się, że mieszkańcy i ich rodziny będą odtąd robić zakupy w komfortowych warunkach. Natomiast proboszcz parafii pw. Świętej Trójcy ks. Edward Kowara poświęcił inwestycję, po czym przybyli na uroczystość notable przecięli wstęgę. Po tym uroczystym akcencie rozległa się muzyka, hostessy częstowały przechodniów ciastem i napojami, a animatorzy czuwali nad humorami i dobrym samopoczuciem milusińskich.



Niedaleko hostess znajdowała się urna, do której wrzucano hasła reklamowe wymyślane przez gości, które oceniało trzyosobowe jury w składzie: Bożena Przewoźnik - przewodnicząca, Andrzej Janaszak i Bożena Majewska. Punktualnie o godz. 13.30 ogłoszono werdykt. Spośród wielu atrakcyjnych tekstów reklamowych wygrał slogan: „Na zakupy miasto rusza - bazar Ząbki, tu jest dusza”. Autor tego hasła otrzymał w nagrodę telewizor. W puli nagród znalazły się także opiekaczki, żelazka, odkurzacze oraz kuchenki mikrofalowe, które odebrali autorzy pozostałych tekstów.

Wszędzie trwa ciągła rywalizacja o utrzymanie dominacji handlowej i przewagi nad innymi handlującymi. Największe boje nie rozgrywają się dzisiaj na froncie, lecz właśnie w sklepach i marketach. I dlatego tak ważny jest uśmiech, przyjazna atmosfera i odpowiednie warunki, w których robi się zakupy. A nowa ząbkowska hala targowa wyraźnie temu sprzyja.

Joanna Wysocka, fot. Bogdan Śladowski



Komentarze „na gorąco”

O bazarku powiedzieli:

Artur Murawski – wiceburmistrz Ząbek

Budowa bazarku to niewątpliwie duże osiągnięcie przedsiębiorców zrzeszonych w Stowarzyszeniu „Bazar Ząbki”. Cieszymy się, że w naszym mieście powstają tak cenne inicjatywy.

Jacek Walczak – prezes Stowarzyszenia „Bazar Ząbki”

Jestem bardzo zadowolony z ukończenia tej inwestycji. Przyjemność robienia zakupów przez mieszkańców to satysfakcja i komfort pracy wszystkich kupców.

Bożena Przewoźnik – z-ca prezesa Stowarzyszenia „Bazar Ząbki”

Jako kobieta wyrażam swoje zadowolenie i satysfakcję, bo przecież zakupy na ogół robią kobiety. Teraz w hali targowej jest czysto, schludnie, przytulnie, ciepło i sympatycznie. Z radością zrobię tu pierwsze zakupy. Zachęcam wszystkich mieszkańców.

Mieszkanka Ząbek

Jestem oszołomiona. Pamiętam, że niedawno o tej porze stałam w kolejce, a na moją głowę lały się strugi deszczu. Dziś mogę przyjść na zakupy z wnuczkami i nie martwić się, jaka będzie pogoda.



**Poszukujący
Artyści
Niezależni i
Herbaciarnia
Sowa
zapraszają na**

wieczór artystyczny

ALBERTANA 1

w wieczorze udział wezmą:

- **zespół FLYMAY:** Agnieszka Muszakowska - wokal i Robert Muszakowski - gitara elektryczna, autor tekstów i muzyki
- **malarstwo:** Rafał Orzeł
- **poezja:** Małgorzata Kapica
- **sztuka użytkowa:** decoupage - Danuta Dużyńska i Agnieszka Muszakowska
- **bizuteria i aniołki -** Dominika Urbańska
- **Małgorzata Tuszyńska - P.A.N.**
- **Teresa Muszakowska - animator**

16.11.2012 godz. 20.00

Zabki ul. Orła 22

Bal Wszystkich Świętych w Szkole Katolickiej – 8 listopada 2012

Świętą Łucja, Joanna, Maryja... Święty Michał, Jerzy i Krzysztof... takiego natężenia Świętych w Szkole Katolickiej w Ząbkach jeszcze w tym roku nie było. Skąd ich aż tylu w jednym miejscu? To uczniowie klas 0-3 wzięli udział w dorocznym Balu Wszystkich Świętych. Głównym zadaniem uczestników było wcielenie się w wybraną postać oraz poznanie historii jej życia. Większość z nich wybrała swoich patronów. Zabawy było co nie miara. Wspólnie

malowano wizerunek Świętego, układano rymowanek, wymyślano konkurencje sportowe oraz menu dla patrona każdej z grup. Bal zwińczył pokaz strojów przygotowanych specjalnie na ten dzień. Wszyscy uczniowie zostali zaproszeni na słodki poczęstunek. Ciekawe, czy swoim zachowaniem postanowili choć odrobinę upodobać się do Świętych ;-).

S. Okrasa-Truba



Obchody Dnia Edukacji w ZPSK

15 października 2012 r. odbyły się obchody Dnia Edukacji Narodowej w Zespole Publicznych Szkół Katolickich w Ząbkach.

W tym uroczystym dniu wszyscy uczniowie Szkoły Katolickiej stawili się w szkole w mundurkach. Adepti klas pierwszych Szkoły Podstawowej i Gimnazjum zostali pasowani na uczniów przez s. dyrektorkę Agnieszkę Marię Chrapek. Podczas uroczystości obecny był także burmistrz miasta Ząbki Robert Perkowski, który ciepło przywitał zgromadzonych nauczycieli, pracowników

oświaty i uczniów szkoły. Gdy klasy pierwsze Gimnazjum złożyły uroczyste przyrzeczenie, cała szkoła udała się na mszę świętą, która odprawiona została przez księdza kanonika Andrzeja Kopczyńskiego. Kiedy oficjalnym obchodom stało się za dość, rozpoczęły się gry i zabawy przygotowane przez klasy trzecie Gimnazjum dla młodszych kolegów. Ubłoceni i rozczochrani uczniowie szczerze się uśmiechali – od tej pory nic w Gimnazjum nie będzie im już straszne! Miłym akcentem były kwiatki dla nauczycieli od uczniów i ich rodziców. Słodką niespodzianką dla grona pedagogicznego przygotował również proboszcz parafii.

A. Werschner



Akademia z Supernianią

17 października, w Publicznym Przedszkolu Skrzat rozpoczął się cykl spotkań rodziców ze specjalistami w dziedzinie wychowania dziecka. Pomyśl, aby utworzyć Akademię, powstał w wyniku wieloletnich obserwacji i rozmów z rodzicami, którzy często stając w obliczu problemów, dostrzegali, że dotychczas stosowane metody wychowawcze okazywały się mało skuteczne.

W trosce o potrzeby rodziców naszego przedszkola dyrektor Jolanta Salak, przy pełnej akceptacji zarówno Rady Rodziców, jak i Rady Pedagogicznej, pragnie stworzyć Akademię Rodzica, która dawałaby możliwość kształtowania umiejętności wychowawczych, radzenia sobie w sytuacjach „kryzysowych” w rodzinie oraz nawiązania bliższych relacji z własnym dzieckiem. Udział w spotkaniu możliwy jest po uiszczeniu symbolicznej opłaty. Pozostałe koszty pokrywa Rada Rodziców przy Publicznym Przedszkolu nr 3 Skrzat.

Pierwsze spotkanie poprowadziła p. Dorota Zawadzka-psycholog – znana z wielu programów telewizyjnych, jako

Superniania, pojawiających się na antenie TVN oraz działalności na rzecz dziecka.

Nasz gość w bardzo przejrzysty i poparty wieloma przykładami sposób opowiadał o kompetencjach rodzicielskich oraz najczęściej popełnianych błędach wychowawczych. Pani Dorota Zawadzka zwracała uwagę na szczególną rolę rodziny w „mądrym” wychowaniu dziecka. Wyjaśniała, odnosząc się do licznych przykładów i doświadczeń z wieloletniej pracy z dziećmi, które z zabiegów wychowawczych przyniosą pozytywne rezultaty w przyszłości.

W spotkaniu uczestniczyli zaproszeni przez panią dyrektor goście: burmistrz Robert Perkowski, kierownik referatu oświaty Ewa Wiśniewska, inspektor Jolanta Wojciechowska, dyrektor PP2 Beata Krajewska oraz przedstawiciele Rady Miasta Ząbki- Paweł Poboży i Robert Świątkiewicz.

Mamy nadzieję, że w zaproponowanym przez Skrzata cyklu spotkań rodzice znajdą wiele odpowiedzi na nurtujące ich pytania, aby wychowanie dziecka było powodem satysfakcji dla obojga z nich.

Agnieszka Legencka



Pasowanie na przedszkolaka w „Zielonym Dinku”

Dzień Edukacji Narodowej w Publicznym Przedszkolu Nr 1 to nie tylko święto nauczycieli, wszystkich pracowników, ale przede wszystkim dzieci. 12 października 2012 r. odbyła się uroczystość „pasowania na przedszkolaka” nowo przyjętych 3,4,5-letnich dzieci. Zwyczaj ten zagościł u nas kilka lat temu, kiedy to patronem przedszkola została postać smoka Zielonego Dinka.

W tym dniu Zielony Dinek witał nowe dzieci i wspólnie z panią dyrektorem pasował dzieci na przedszkolaka ogromnym ołówkiem. W uroczystości brały udział wszystkie dzieci, panie, rodzice z Rady Rodziców oraz zaproszeni goście wiceburmistrz Artur Murawski oraz Ewa Wiśniewska - kierownik Referatu Oświaty. Grupy „Biedronek” 5-latków, „Motylków” 4-latków, „Pszczołek” 5-latków oraz „Misiów” 3-latków przygotowały na tę szczególną okazję piękny program artystyczny. Dzieci śpiewały, tańczyły w rytm muzyki, recytowały wierszyki.

„Pasowanie na przedszkolaka” to pierwszy i poważny debiut przedszkolaków z najmłodszej grupy. Występ przed taką widownią, to duży stres. Maluszki w naszym przedszkolu oraz inne dzieci nowo przyjęte objęte są szczególnymi względami. Wszyscy starają się, by okres adaptacji przebiegał w sposób

łagodny. Jest to bardzo trudny czas dla dzieci i ich rodziców. Dzieci przez wiele dni uczyły się wierszyków i piosenek. Był to dla nich ogromny, ale miły wysiłek. Jeszcze trwa czas adaptacji w przedszkolu, a tu już trzeba zmierzyć się z nauką. Uporały się z tym wspaniale, czego efekty podziwialiśmy. Występy nagrodzone zostały gromkimi oklaskami. Dzieci pasowane otrzymały efektowne dyplomy wykonane przez Drukarnię p. Benedyksiuka oraz upominki od wiceburmistrza Artura Murawskiego. Dyrektor przedszkola Grażyna Świeżak wręczyła wszystkim pracownikom nagrody z podziękowaniem za owocną pracę i życzyła samych sukcesów na przyszłość. Życzenia i słowa podziękowania złożyli również przedstawiciele Rady Rodziców. Uwieńczeniem uroczystości był ogromny i smaczny tort w kształcie Dinka, ufundowany i wykonany przez tatę Hani z najmłodszej grupy. Całą uroczystość uwiecznił na zdjęciach tata Wiktora z grupy 3-latków.

Bardzo dziękujemy rodzicom za pomoc w przygotowaniu uroczystości, a dzieciom życzymy samych sukcesów i miłego pobytu w naszej placówce.

Tekst: Hanna Pióro- nauczyciel PP1

Kampania informacyjna – „Zmień perspektywę”

Kampania informacyjna – „Zmień perspektywę” realizowana jest w ramach projektu organizowanego przez Stowarzyszenie „Empatia” we współpracy z Mazowieckim Centrum Polityki Społecznej, finansowany ze środków PFRON.

Celem kampanii jest przeciwdziałanie dyskryminacji i styg-

matyzacji osób cierpiących z powodu zaburzeń psychicznych. Panujące stereotypy na temat osób chorujących psychicznie oraz brak zrozumienia zachowań – niekiedy dziwacznych – powodują stygmatyzację i wykluczenie osób cierpiących z powodu zaburzeń psychicznych wśród społeczności lokalnej, a także lęk u samego chorego.

W dwóch numerach (poprzednim i obecnym) przedstawiliśmy cykl artykułów („Ja i moja choroba”, „Choroba mojego męża”, „Chorzy psychicznie chcą być z nami”), które opisują przeżycia chorego, jego rodziny oraz specjaliści wyjaśniające omawiany problem.

Część II: Choroba mojego męża

Telefon z pracy od męża zmienił całe moje dotychczasowe życie, mąż przekazał mi informację, że dzieje się z nim coś złego, był przerażony i zagubiony, miał myśli samobójcze. Jeszcze wtedy miałam nadzieję, że wszystko może się zmienić, że to tylko chwilowe załamanie nerwowe. Wydawało mi się, że jestem w stanie sama mu pomóc tłumacząc, że jego obawy są bezpodstawne, ale to jeszcze bardziej potęgowało jego agresję.

Wydawało mi się, że moje życie legło w gruzach, że nieszczęście, które dotknęło moją rodzinę jest nie do przetrwania. Czułam się samotna, brakowało mi doświadczenia oraz wiedzy na temat tego typu zaburzeń.

Mąż choruje psychicznie od ponad 20 lat w tym czasie było kilka zaostrzeń choroby, były kolejne pobyty w szpitalu, odwiedziny i trudne chwile. Na przestrzeni tych kilkunastu lat widzę, że wielu ludzi jest w podobnej sytuacji co ja i też ciężko znoszą chorobę psychiczną swoich najbliższych. Ja najbardziej nie mogę znieść tej bezsilności, że nie można osobie bliskiej pomóc.

Choroba męża wciąż zmienia swoje oblicze, charakteryzuje się stanami depresyjno-maniakalnymi. Dużym problem stają się jego nieprzemyślane decyzje, zakupy, wydawanie oszczędności, które są częste w okresie podwyższonego napędu i nastroju. W stanach depresji jest przygnębiony, apatyczny i zrezygnowany, co bywa trudne do zrozumienia i zaakceptowania. W czasie trwania jego choroby szczególną uwagę zwracam na to, by przyjmował leki oraz uczestniczył w reha-

bilitacji psychiatrycznej.

Przez siedem lat był uczestnikiem Warsztatów Terapii Zajęciowej przy Szpitalu „Drewnica” w Ząbkach w grupie stolarskiej. W tej grupie zajęciowej robił na początku elementy do różnych prac wykonywanych w pracowni a później samodzielnie półki wiszące i stojące, kwietniki, stołki i taborety. Wyroby te były sprzedawane na kiermaszach organizowanych na terenie szpitala.

To właśnie dzięki pobytowi w WTZ uwierzył w siebie i swoje możliwości. Spełniło się jego i moje marzenie, został przyjęty do pracy w bufecie firmy Bon Appetit. Jego praca polegała na wydawaniu posiłków dla pracowników i pacjentów szpitala, dbał o czystość i porządek w bufecie. Dzięki tej pracy uwierzył w siebie oraz innych ludzi. Stał się pełnowartościowym człowiekiem, otwartym na innych ludzi, pewniejszym siebie. Przez cały czas kontynuuje leczenie, systematycznie przyjmuje leki.

Ja również czuję się silniejsza. Znalazłam ludzi, którzy mieli podobne problemy. Powoli zaangażowałam się w pracę społeczną, co daje mi poczucie, że robię coś pożytecznego. Myślę, że dzięki tej aktywności czuję się lepiej, jestem silniejsza.

Na początku choroby męża załamałam się i działałam chaotycznie w rozpacz, teraz zaakceptowałam jego chorobę i pomagam mu – nie wyobrażam sobie, aby zostawić go bez opieki.

Małgorzata

Część III: Chorzy psychicznie chcą być z nami

Doświadczenie choroby psychicznej to jedno z najbardziej trudnych zdarzeń w życiu człowieka. Doskonale obrazują to doświadczenia Autorki opisującej swoje doznania chorobowe. Młoda dziewczyna doświadcza czegoś, co jest przerażające. Zmienia się percepcja siebie samego i otoczenia. Pojawia się poczucie utraty kontroli nad własnym zachowaniem, poczucie zagrożenia płynącego z otaczającego świata: bycia obserwowanym, podsłuchiwanym, śledzonym, odrzucanym. Traci się zdolność do doświadczania normalnych uczuć radości, przywiązania do osób bliskich, ciekawości świata, martwienia się trudnymi poważnymi i codziennymi sprawami. Pojawiają się uczucia lęku, ciągłego zagrożenia, izolacja od otoczenia, apatia. Chorzy są przekonani, że inni są zagrożeniem, spiskują, szpiegują. Często wydaje się, że nie ma ucieczki przed zagrożeniem, że nikt nie jest w stanie udzielić pomocy. Nawet najbliżsi są spostrzegani jako obcy, nie rozumiejący, czasem jako wrogowie.

W opisie przeżyć doświadczanych przez osobę chorą odczytać

można ten przerażający lęk bycia obserwowaną, podsłuchiwaną, zdalnie sterowaną. „Granice mojego świata zwęziły się gwałtownie, bałam się wychodzić z domu, nie włączałam telewizora ani radia, gdyż byłam pewna, że audycje dotyczą mnie osobiście. Paniczne lęki wzbudzali ludzie przechodzący ulicę pod moim domem”. Lęk wynika ze sposobu, w jaki chory spostrzega siebie i otoczenie. Pojawiają się myśli o własnej „grzeszności”; czasem myśli, że jest się kimś innym; czasem poczucie jakiejś misji do spełnienia. Świat dookoła także jest zmieniony. Koledzy i przyjaciele zaczynają być spostrzegani jako wrogowie, plany i cele życiowe przestają być ważne. Tylko chorzy są w stanie opisać swoje doznania. Człowiek, który ich nie doświadczył nie jest w stanie porównać tego z własnymi doświadczeniami ani zrozumieć. Psychiatrzy sformułowali wiele kategorii do opisu tych doświadczeń: omamy, urojenia, uczucie owładnięcia, paniczny lęk, depresja i wiele innych. Starają się je klasyfikować, aby lepiej zrozumieć i skuteczniej leczyć. To pomaga, bo leczenie jest coraz bardziej skuteczne. Ale to, co przeżywa chory jest najczęściej jego osobistym doświadczeniem, doświadczeniem bardzo bolesnym, doświadczeniem nawracającym. Doświadczeniem, które wzbudza lęk, przede wszystkim lęk przed innymi i lęk własnej



odmienności. I z tym doświadczeniem najczęściej pozostaje sam.

Przyczyny zaburzeń zdrowia psychicznego nie są jednoznaczne. Większość z nich to przypuszczenia, to hipotezy wskazujące na uwarunkowania biologiczne, psychologiczne czy społeczne. Nie znając przyczyn trudniej jest je leczyć. Mimo tego leczenie takich zaburzeń jest coraz skuteczniejsze. Przede wszystkim coraz więcej jest leków, które łagodzą objawy choroby, zmniejszają lęk i napięcie związane ze zmienionym przez chorobę spostrzeganiem siebie i otoczenia. Leczenie psychoterapeutyczne pozwala na przywracanie, przynajmniej częściowo, „realistycznego” sposobu myślenia o sobie i o innych ludziach. Leczenie społeczne przywraca, przynajmniej częściowo, zdolność do bycia wśród ludzi i z ludźmi.

Rodzina uczestniczy w doświadczeniach chorego. To równie dramatyczne doświadczenie „Wydawało mi się, że moje życie legło w gruzach, że nieszczęście, które dotknęło moją rodzinę jest nie do przetrwania, czułam się samotna, brakowało mi doświadczenia oraz wiedzy na temat tego typu zaburzeń” – pisze żona osoby chorej. Kilkanaście, kilkadziesiąt lat zmagania się z nową sytuacją, a w tych latach najtrudniejszym jest to, że „Ja najbardziej nie mogę znieść tej bezsilności, że nie można osobie bliskiej pomóc”.

Każda trudna życiowa sprawa jest ograniczona w czasie. W każdej znajduje się w końcu sposób na poradzenie sobie. W przypadku wielu chorób psychicznych trudności chorego i jego rodziny, wynikające z choroby, trwają latami. Dla rodziców to jest także niepokój, jak chore dziecko poradzi sobie, gdy zabraknie mu opieki ze strony rodziców.

Każdy człowiek jest istotą społeczną. Potrzebuje rodziny, przyjaciół i kolegów, potrzebuje aktywności zawodowej, aktywności towarzyskiej. Osoba z zaburzeniami zdrowia psychicznego także. Rodzina chorego chce żyć jak inne rodziny. Ciągłe jednak nie jest to łatwe. Chorzy psychicznie ciągle są traktowani jako „nienormalni”. Powszechnym oczekiwaniem jest ich izolowanie, zamykanie w szpitalach psychiatrycznych. Powszechne jest używanie porównań do osób chorych psychicznie jako określenia obraźliwego i poniżającego. Wiele osób reaguje lękiem na spotkanie z osobą chorą psychicznie, ale także niechęcią, krytyczną oceną, odwracaniem się i lekceważeniem. Często z niewiedzy, z trudności zaakceptowania odmienności zachowania, owych „dziwactw” w zachowaniu czy ubiorze. Często z braku umiejętności rozumienia i współczucia, dla tych którzy doświadczają trudności wykraczających poza nasze doświadczenia. Chorzy są tego świadomi, ale także sami siebie stygmatyzują, wyolbrzymiając oczekiwane odrzucenie i brak zrozumienia.

Ludzie chorzy potrzebują leczenia. Na początku trudno im to zaakceptować, zwłaszcza, że ciągle pierwsze doświadczenia związane z leczeniem to nowe traumatyczne przeżycie. Często leczenie podejmowane jest wbrew woli chorego, który nie jest w stanie ocenić swoich przeżyć jako chorobowe. Przymus leczenia, jak każde doświadczenie bycia zmuszonym do zachowań niechcianych, wzmacnia lęk i poczucie braku zrozumienia. Warunki szpitala psychiatrycznego to kolejne traumatyczne przeżycie. Stare, nie remontowane oddziały, zatłoczone sale utrudniające zachowanie intymności i godności. Leczenie jednak przynosi pożądane efekty. Zmniejsza się nasilenie objawów, powraca zdolność do odróżnienia doznań chorobowych od doznań wynikających ze zdarzeń życia codziennego. Powracają „normalne” potrzeby: aktywności, bycia z innymi ludźmi, normalnego życia. Takie powroty są często bardzo długie, przerywane

nawrotami objawów chorobowych i kolejnymi pobytami w szpitalu. Ale potrzeba powrotu do normalności nigdy chorych nie opuszcza, nawet jak nie ma nikogo, kto im w tych powrotach będzie towarzyszył.

W programach ochrony zdrowia psychicznego, od kilkunastu lat, za najważniejsze dla skutecznego pomagania osobom z zaburzeniami psychicznymi uznaje się „powrót do zdrowia” i „umacnianie”. Także w polskim Narodowym Programie Ochrony Zdrowia Psychicznego. Celem pomocy osobom chorym psychicznie jest nie tylko usunięcie ich objawów. To jest początek do dalszych działań, których celem jest stworzenie chorym warunków do samodzielnego życia. A to oznacza pomoc w zdobyciu wykształcenia potrzebnego do podjęcia i kontynuowania pracy zawodowej; pomoc w utrzymaniu zatrudnienia, nawet, jeżeli ono odbywa się w warunkach chronionych; tworzenia warunków do samodzielnego zamieszkiwania; tworzenia warunków pozwalających na podejmowanie samodzielných decyzji w ważnych sprawach dotyczących własnego życia. Za każdym razem wymaga to współdziałania między „zdrowymi” i „chorymi”. Ludzie zdrowi są odpowiedzialni za tworzenie przepisów prawa i instytucji (głównie na poziomie lokalnym) gwarantujących osobom chorym warunki dostępu do podstawowych dóbr, jakimi są możliwości mieszkaniowe i dostępność do aktywności zawodowej i towarzyskiej. Ludzie zdrowi są odpowiedzialni także za to, aby osoby chore czuły, że mają życzliwych sąsiadów, życzliwych znajomych, dobrych kolegów w pracy.

Ludzie chorzy muszą nauczyć się odkrywać w sobie i swoim najbliższym otoczeniu cechy i właściwości, które pomogą im w realizacji ich celów życiowych. Takie między innymi jak potrzeba samokontroli ważna dla przestrzegania zaleceń medycznych, jak umiejętność rozładowywania doświadczanych napięć przez aktywność fizyczną czy społeczną, jak nauczanie się korzystania z pomocy innych ludzi w sytuacjach kryzysowych. Jak bardzo to pomaga pokazują opisy tych, którzy doświadczali choroby własnej i choroby osoby najbliższej.

Z doświadczeń klinicznych i badań naukowych wynika, że najważniejszym czynnikiem wspomagającym proces powrotu do zdrowia psychicznego jest doświadczanie wsparcia społecznego. Ważne jest wsparcie dostarczane przez profesjonalistów, zwłaszcza w warunkach opieki środowiskowej, realizowanej w bardzo wielu różnych formach. Równie ważne jest także wsparcie bliższej i dalszej rodziny, sąsiadów, znajomych, kolegów i przyjaciół. Większość zaburzeń zdrowia psychicznego charakteryzuje się tym, że chory jest bardziej podatny na zranienie i cierpienie, zwłaszcza na zranienie ze strony innych ludzi. Objawia się to często wrogością wobec bliskich dotychczas osób, unikaniem tych osób, lękiem przed nimi a równocześnie rozpaczą, że stracili te osoby.

Możemy pomóc chorym, uczynić ten powrót do zdrowia łatwiejszym wtedy, gdy będziemy z nimi bez poczucia winy za ich chorobę, bez pomniejszania za ich odmienność, otwarci na wspomaganie bez narzucania, tolerancyjni dla odmienności i wrażliwi na ich wrażliwość.

GABINET
PSYCHOTERAPEUTYCZNY
Zabki, ul. Malczewskiego 6
 Konsultacje
 Pomoc psychologiczna
 Psychoterapia dla dorosłych
Anna Susidko
 psychoterapeuta, psycholog
 tel. 723 09 80 70
Ewa Czaplicka-Dziaduch
 psychoterapeuta
 tel. 605 58 94 30
 Osoby zainteresowane prosimy o kontakt telefoniczny



SSA Dolcan Sport Ząbki wyróżniony



6 listopada, w Kielcach odbyła się XII Międzynarodowa Konferencja Bezpieczny Stadion i Gala Fair Play zorganizowana przez PZPN i Targi Kielce.

Konferencję otworzył wiceprezes PZPN ds. szkoleniowych Roman Kosecki. Na Gali Fair Play, PZPN nagrodił kluby i osoby, które w tym roku wyróżniły się w organizacji i zabezpieczeniu meczów piłkarskich.

- Zapewnienie bezpieczeństwa na stadionach to jedno z kluczowych, we współpracy z instytucjami państwowymi, zadań PZPN – powiedział wiceprezes Roman Kosecki. - W ostatnich latach osiągnięty został duży postęp, ale jeżeli chodzi o bezpieczeństwo, nigdy nie można spocząć na laurach.

Puchary i wyróżnienia PZPN otrzymali: SSA Dolcan Sport Ząbki reprezentowany przez Janusza Choińskiego, Lech Poznań oraz Lechia Gdańsk. Nagrodę w imieniu klubu odebrał Janusz Choiński.

Oprócz klubów nagrodzono też osoby, które wyróżniły się w organizacji i zabezpieczeniu meczów piłkarskich: Ewa Gawor (dyrektor Biura Bezpieczeństwa i Zarządzania Kryzysowego miasta stołecznego Warszawy), Jolanta Papuga (prezes Zarządu KS Pelikan Łowicz), kierownicy ds. bezpieczeństwa - Kazimierz Antkowiak (Wisła Kraków), Tomasz Milewski (Górniki Zabrze), Marek Zdrodowski (Jagiellonia Białystok), Marek Wójcik (Polonia Bytom), Jarosław Mędrzyk (Zagłębie Sosnowiec) i Krzysztof

Wspólne oglądanie wartościowego kina

15 października, w Szkole Podstawowej nr 3 im. Małego Powstańca w Ząbkach kolejny raz mieszkańcy mogli spędzić wieczór przy ambitnym filmie. Tym razem wyświetliliśmy film Lone Scherfig pt. „Jeden dzień”, który wywołał wiele emocji wśród publiczności, co zaowocowało ciekawą rozmową po zakończeniu projekcji.

Było to już ósme spotkanie Ząbkowskiego Klubu Filmowego – ostatnie w ramach programu „Działaj lokalnie VII” Polsko - Amerykańskiej Fundacji Wolności realizowanego przez Akademię Rozwoju Filantropii w Polsce. Nie udało się nam jednak zorganizować projekcji, gdyby nie uprzejmość dyrektora Szkoły Podstawowej nr 3 – Tomasza Łukawskiego, który wsparł naszą inicjatywę użyczeniem sali.

Duże zainteresowanie pokazami filmowymi pokazało, że jest sens prowadzenia spotkań nadal, dlatego z przyjemnością informujemy, że po krótkiej przerwie, spowodowanej zmianą lokalizacji naszych spotkań, ruszamy ponownie – najprawdopodobniej z początkiem listopada. Szczegółowe informacje



Informacja Burmistrza Miasta Żabki o ogłoszeniu dotyczącym pierwszego przetargu ustnego nieograniczonego na sprzedaż części nieruchomości gruntowej niezabudowanej, oznaczonej w ewidencji gruntów i budynków jako działka nr 2/2 z obrębu 0053, 03-29 o powierzchni 1,1426 ha, położonej w Żąbkach przy ul. Skrajnej objętej księgą wieczystą Nr WA1W/00006549/4.

Przetarg odbędzie się dnia 14.12.2012 r. (piątek) o godz. 12.00 w sali konferencyjnej Urzędu Miasta Żabki, przy ul. Wojska Polskiego 10. Cena wywoławcza nieruchomości wynosi: 3 558 187 zł – zawiera podatek VAT.

Wadium: 200 000 zł.

Warunkiem uczestnictwa w przetargu jest wpłacenie wadium do dnia 11 grudnia 2012 r. na konto urzędu: Bank PKO S.A. III O/Warszawa 44 1240 1040 1111 0000 0141 2413 (liczy się data wpływu środków na konto).

Zgodnie z Miejscowym Planem Zagospodarowania Przestrzennego Miasta Żabki, nieruchomość jest położona w obszarze przeznaczonym do zabudowy mieszkaniowej lub usługowo-produkcyjnej. Lokalizacja nieruchomości: południowo-zachodnia część Miasta Żabki, ok 8 km od centrum Warszawy. **Komunikacja:** Koleje Mazowieckie, komunikacja autobusowa (ZTM Warszawa) oraz komunikacja autobusowa Żabki.

Pełna treść ogłoszenia i szczegółowe informacje o warunkach przetargu dostępne są na stronie <http://bip.zabki.pl> (w zakładce Przetargi) oraz w siedzibie Urzędu Miasta Żabki przy ul. Wojska Polskiego 10 w Referacie Geodezji i Gospodarki Nieruchomościami, telefon (22) 5109 744 do 748 w godzinach pracy urzędu.

Burmistrz Miasta Żabki Robert Perkowski

Ślusarz (Flota Świnoujście), z Komisji Bezpieczeństwa PZPN – wiceprzewodniczący Jarosław Ostrowski, Waldemar Podsiadło, Jerzy Góra i Piotr Bielecki oraz Krzysztof Smulski (delegat szczebla centralnego PZPN, Komisji Licencyjnej PZPN).

Zarząd SSA Dolcan Sport Ząbki za bardzo dobrą współpracę pragnie przy tej okazji podziękować Komendzie Powiatowej Policji w Wołominie.

będzie można znaleźć na stronie www.tpz.org.pl oraz na naszym profilu na Facebook'u.

Wszystkie osoby, które chciałyby otrzymywać informacje o spotkaniach na swoją skrzynkę mailową zachęcamy do zapisania się do naszego newslettera – wystarczy wysłać wiadomość o tytule „Newsletter ZKF” na adres tpz@tpz.org.pl





Informacja Burmistrza Miasta Żabki o ogłoszeniu dotyczącym pierwszego ustnego przetargu nieograniczonego na wydzierżawienie nieruchomości

1. Przedmiotem wydzierżawienia:

Oznaczenie części składowych przetargu	Nr działki	Obręb	Pow. [m ²]	Położenie	Przeznaczenie terenu do wydzierżawienia	Termin wydzierżawienia	Wywoławcza opłata z tytułu czynszu dzierżawnego netto [zł]	Wadium [zł]	Minimalne postąpienie [zł]
I	II	III	IV	V	VI	VII	VIII	IX	X
A.	część 9/1	0001,01-01	181	ul. Radzywińska/ Wolności	Sprzedaż drzewek, krzewów i ozdób świątecznych	od dnia 01.12.2012 r. do dnia 31.12.2012	500	200	100
B.	7	0004,01-04	1728	ul. G. Narutowicza/ St. Wigury			600	350	50
C.	18	0009,01-09	1351	ul. kard. s. Wyszyńskiego/ K. Budkiewicza			600	350	50
D.	19	0028,3-04	805	ul. 3-go Maja/ Ks. J. Poniatowskiego			900	350	50
E.	część 2/44	0038,03-14	645	ul. gen. W. Sikorskiego/ Kwiatowa			500	200	50
F.	63	0050,03-26	612	ul. Szwoleżerów			500	100	50
G.	część 3/35	0054,03-30	190	ul. J. Piłsudskiego			500	200	100

2. Celem dzierżawy jest sprzedaż drzewek, krzewów i ozdób świątecznych

3. Przetarg odbędzie się w dniu 28 listopada 2012 r. w Sali Konferencyjnej Urzędu Miasta Żabki ul. Wojska Polskiego 10 (wejście B) od godz. 11:00 do godz. 14:00.

4. Warunkiem dopuszczenia do przetargu jest wpłacenie wadium do dnia 24 listopada 2011 r. w kasie lub na konto urzędu: PKO S.A. III O/Warszawa 44 1240 1040 1111 0000 0141 2413 (liczy się data wpływu na konto bankowe Urzędu Miasta),

Pełna treść ogłoszenia i szczegółowe informacje o warunkach przetargu dostępne są na stronie www.bip.zabki.pl oraz w siedzibie Urzędu Miasta Żabki przy ul. Wojska Polskiego 10 w Referacie Geodezji i Gospodarki Nieruchomościami, telefon 22 51 09 748 w godzinach pracy urzędu.

Zastępca Burmistrz Miasta Artur Murawski



Informacja Burmistrza Miasta Żabki o ogłoszeniu dotyczącym trzeciego przetargu ustnego nieograniczonego na sprzedaż nieruchomości gruntowej niezabudowanej, oznaczonej w ewidencji gruntów i budynków jako działka: nr 52 z obrębu 0051, 03-27 o pow. 1 156 m², położonej w Żabkach przy ul. Kaszubskiej, objętej księgą wieczystą Nr WA1W/00117955/4.

Przetarg odbędzie się dnia **17.01.2013 r.** (czwartek) o godz. 1100 w sali konferencyjnej Urzędu Miasta Żabki, przy ul. Wojska Polskiego 10.

Cena wywoławcza nieruchomości wynosi: **690 000 zł** + obowiązujący podatek VAT.
Wadium: **70 000 zł**.

Warunkiem uczestnictwa w przetargu jest wpłacenie wadium do dnia **14 stycznia 2013 r.** na konto urzędu: Bank PKO S.A. III O/Warszawa 44 1240 1040 1111 0000 0141 2413 (liczy się data wpływu środków na konto).

Zgodnie z Miejscowym Planem Zagospodarowania Przestrzennego Miasta Żabki, nieruchomość jest położona w obszarze przeznaczonym do zabudowy **mieszkaniowej wielorodzinnej lub jednorodzinnej**. Lokalizacja nieruchomości: południowa część Miasta Żabki, ok 8 km od centrum Warszawy. **Komunikacja:** Koleje Mazowieckie, komunikacja autobusowa (ZTM Warszawa), komunikacja autobusowa Żabki.

Pełna treść ogłoszenia i szczegółowe informacje dostępne są na stronie bip.zabki.pl/ (w zakładce Przetargi) oraz w siedzibie Urzędu Miasta Żabki przy ul. Wojska Polskiego 10, tel.(22) 5109 744 i (22) 5109 745.

Burmistrz Miasta Żabki Robert Perkowski

OGŁOSZENIE

Zgodnie z art.17 ust. 4 i 5 ustawy z dnia 10 maja 1990 r. Przepisy wprowadzające ustawę o samorządzie terytorialnym i ustawę o pracownikach samorządowych /Dz.U.Nr 32 poz. 191 z późniejszymi zmianami/ informuje się, że w dniach od 26.10.2012 r. do 24.11.2012 r. wyłożony jest do publicznego wglądu spis inwentaryzacyjny mienia podlegającego komunalizacji obejmującego nieruchomość położoną w Żabkach, ul. Piłsudskiego, oznaczoną w ewidencji gruntów i budynków jako działka nr 4/6 z obrębu 0054, 03-30 o pow. 0,0237 ha objętą księgą wieczystą WA1W/00039292/7. Osoby, których interes prawny dotyczy ustaleń zawartych w spisie inwentaryzacyjnym mogą w wyżej wymienionym terminie zgłaszać zastrzeżenia do Komisji Inwentaryzacyjnej powołana Uchwałą Nr XXV/201/2012 Rady Miasta Żabki z dnia 12.03.2012 r. - pok. 22 Urzędu Miasta

Wywieszono dnia: 26.10.2012 r.
Komisja Inwentaryzacyjna Rady Miasta Żabki





Wielkie piłkarskie święto przed nami na nowo otwartej trybunie.
Zapraszamy wszystkich
Na spotkanie z piłkarską tradycją, wielokrotnym mistrzem Polski

DOLCAN Zabki - GKS Katowice

*"Zapraszamy na trybuny wszystkich kibiców
bądźcie naszym 12 zawodnikiem
a nasza twierdza pozostanie niezdobyta"*

**18 Listopada 2012 r
godz. 11.45**

Przed tym meczem, kończącym rundę jesienną sezonu 2012/2013 odbędzie się uroczyste otwarcie obiektu.
Z uwagi na duże zainteresowanie prosimy o wcześniejsze przybycie. Wejście od strony ul. Słowackiego

WARSZTATY DLA MAŁŻEŃSTW

NAWIGACJA W RODZINIE



Dzięki nowej formie odkryj „stare treści”.

Przyjdź na warsztaty – dla siebie, małżeństwa, rodziny.

MIEJSCE: MOK Zabki, ul. Słowackiego 21 (budynek trybuny sportowej)

DATA: 25.11.2012

GODZINA: 16.00

więcej informacji i rezerwacja miejsc na stronie: www.kibicujrodzinie.pl

Prelegenci to:

Jacek Pulikowski
doradca rodzinny,
autor wielu książek

Szymon Grzelak
psycholog,
autor książki
pt. „Dziki ojciec”

Robert Tekieli
znawca tematyki
New Age

Jacek Racięcki
psychoterapeuta
uzależnień

Anna Kołodziejczyk
psycholog ze
Stowarzyszenia
Psychologów
Chrześcijańskich

Życiu małżeńskiemu i rodzinnemu nieustannie trzeba nadawać kierunek, trzymać stery, korygować kurs, a nade wszystko znać cel podróży i wiedzieć, która droga jest do niego najwłaściwsza.

Te warsztaty to nasza nowa propozycja dla małżonków. Osią warsztatów jest film, zrealizowany z udziałem znanych autorytetów z różnych dziedzin życia rodzinnego.

Uczestnicy warsztatów pracują na podstawie wyświetlanych konferencji oraz posługując się opracowanym przez psychologów indywidualnym arkuszem ćwiczeń. Jest to świetna możliwość przyjrzenia się sobie i swojej rodzinie. Macie okazję wrócić do domu ze świadomością dziedziny, która szczególnie wymaga uwagi, naprawy, uzdrowienia.

AKCJA pod patronatem BURMISTRZA MIASTA Zabki

