

# Kolej na zmiany

Awarie na podmiejskich trasach kolejowych zdarzają się średnio co kilka dni. Jeśli nie jest to usterka samego składu, to przyczyną opóźnień lub wstrzymania ruchu są pęknięcia szyna, popsuta trakcja lub – jak ostatnio – awaria rozjazdów. Czas oczekiwania na taki spóźniony pociąg to od kilku do kilkudziesięciu minut. W porannym pośpiechu do szkoły czy pracy, stojąc na peronie w siarzystym mrozie, nietrudno stracić cierpliwość.



Przez najbliższe dwa lata Kolej Mazowieckie mają zamiar zmodernizować tabor, a do naprawy i „odświeżenia” ma trafić 40 pociągów

Jest jednak nadzieja, że sytuacja poprawi się. Przez najbliższe dwa lata Kolej Mazowieckie mają zamiar zmodernizować tabor, a do naprawy i „odświeżenia” ma trafić 40 pociągów. Po powrocie na szlak mają być bardziej przyjazne dla pasażerów, wyposażone w stojaki na rowery i nowe toalety. Równie ambitne plany

ma Szybka Kolej Miejska. Uruchomienie nowej nitki na Okęcie oraz zakup nowego taboru to najważniejsze z nich.

Z problemami związanymi z wymianą taboru i wprowadzeniem do kursowania nowego pociągu ma obecnie Warszawska Ko-

lej Miejska – najnowszy skład, wyprodukowany w bydgoskiej PESIE popsuł się dwukrotnie w ciągu kilku pierwszych dni kursowania. Nad rozwiązaniem tych problemów pracują w grodzkiej bazie WKD mechanicy z bydgoskich zakładów. Miejmy nadzieję,

że usterki uda się wyeliminować zanim cały tabor, choć stary to względnie niezawodny i dobrze znany pasażerom, zostanie poddany wymianie.

Ewelina Latosek  
Fot. Jacek Sulewski

## POWIAT PRUSZKOWSKI. Tragedia w Komorowie Syn zabił ojca

W poniedziałek 30 stycznia o godz. 20.00 w wyniku ciosu nożem zmarł generał Henryk Szumski – emerytowany wojskowy służący w Siłach Zbrojnych PRL-u. Zginął z rąk własnego syna, podejrzanego o zaburzenia psychiczne.

Krzysztof S., ugodził ojca nożem w jego własnym domu. Świadkowie wezwali na miejsce zdarzenia Pogotowie Ratunkowe z Grodziska Mazowieckiego i pruszkowską policję, ale mimo 40 minutowej reanimacji 71-letni mężczyzna zmarł.

Sprawca został ujęty na miejscu. Jak podaje Komenda Stołeczna Policji motywy sprawcy są nieznane i może mu grozić dożywocie. Na razie pozostaje pod obserwacją psychiatryczną.

Generał Henryk Szumski został uhonorowany w 1982 roku przez Ministerstwo Obrony Narodowej „za wzorową służbę i pracę w Siłach Zbrojnych Polskiej Rzeczypospolitej Ludowej oraz szczególne zasługi dla socjalistycznej Ojczyzny w okresie stanu wojennego”. Stopień generała brygady otrzymał w 1983 roku.

W 1997 roku prezydent Aleksander Kwaśniewski mianował go szefem Sztabu Generalnego Wojska Polskiego. Za jego kadencji jako szefa Sztabu Generalnego Polska stała się członkiem NATO. 23 grudnia 2000 został członkiem Rady Bezpieczeństwa Narodowego, w której zasiadał do 2005 roku.

Pg  
Źródła: policja.waw.pl, wikipedia.org

**Biuro rachunkowe**  
**Aneta Bujak**  
**tessa**  
ul. Inżynierska 41A  
05-800 Pruszków  
tel.: 602 582 704  
tel.: 602 582 712  
tel. / fax: (22) 758 71 52  
tessa@tessa.waw.pl  
www.tessa.waw.pl

**AUTO-SKUP**  
OSOBOWE • TERENOWE • DOSTAWCZE - BUSY  
KAŻDA MARKA Z ROCZNIKÓW: 1998 - 2009  
TELEFON 883 - 761 - 900

POSZUKUJEMY  
NIERUCHOMOŚCI  
DLA NASZYCH KLIENTÓW

22 / 730 33 43

**OS-STAL**  
Sebastian Olszański  
05-800 Pruszków; ul. Błomska 10  
tel/fax: 22 758-66-84

**KASACJA POJAZDÓW**

ODBIÓR U KLIENTA

666-33-77-03

LEGALNIE PEWNIE KONKURENCYJNIE SZYBKO  
SOLIDNIE BEZPŁATNY TRANSPORT

www.osstal.pl

**FLESCH**  
Pruszków  
Komorów  
Piastów  
Brwinów  
Grodzisk  
Otrębusy  
Nadarzyn  
Milanówek  
Pruszków ul. Bolesława Prusa 95 tel. 022 730 33 43

**NIERUCHOMOŚCI**  
**www.nieruchomosci.flesch.pl**  
Pruszków ul. Bolesława Prusa 95 tel. 022 730 33 43



## NA SYGNALE

## Niepokorne małżeństwo

W niedzielę (29.01.) około godz. 11.00 raszyńscy policjanci zatrzymali do kontroli samochód marki skoda, w którym jechała czteroosobowa rodzina obywateli Wietnamu: 42-letni mężczyzna i jego 34-letnia żona. Na tylnym siedzeniu było dwoje małych dzieci, które przewożono bez wymaganych fotelików. Funkcjonariusze zaproponowali kierującemu mandat w wysokości 150 złotych oraz 3 punkty karne. To wyprowadziło żonę kierowcy z równowagi. Zaczęła wyzywać policjantów, odpychała ich, krzyczała, że mają foteliki. Wyciągnęła je z bagażnika i włożyła na tyl samochodu. Zabrała mężowi dokumenty i nie pozwoliła wypisać mandatu. W tej sytuacji mundurowi wezwali do pomocy dodatkowy patrol. Na widok kolejnych funkcjonariuszy małżeństwo uciekło do znajdującego się w pobliżu interwencji ich domu. Po kilkukrotnym pukaniu i wzywaniu do otwarcia drzwi, wykonano polecenie. Natychmiast zostali zatrzymani i przewiezieni do komisariatu. Dziećmi zajęli się dziadkowie.

Oprócz należącego mandatu małżeństwo otrzymało zarzuty znieważenia policjantów i naruszenia ich nietykalności cielesnej. A wystarczyło tylko przyjąć z pokorą mandat!

## Z fiką w aucie

Miedzy godz. 5.30 a 13.00 w środę 25.01. policjanci wydziału ruchu drogowego z Warszawy przeprowadzali badania stanu trzeźwości wśród kierowców powiatu pruszkowskiego. Przed

godz. 10.00 zatrzymali fiata. W aucie siedziało trzech młodych mężczyzn. Szczególną uwagę mundurowych zwrócił pasażer siedzący na przednim siedzeniu – podczas kontroli był bardzo zdenerwowany.

Kiedy poddali wnikliwej kontroli wnętrze samochodu okazało się, że pod wycieraczką, w miejscu gdzie siedział Bartosz R. znaleźli fiolkę nabitą suszem roślinnym. Mężczyzna przyznał, że jest to jego własność. Pozostałą część zabronionego środka funkcjonariusze znaleźli w toalecie 23-latką. Sprawcę przewieziono do komisariatu w Brwinowie. Wkrótce usłyszy zarzut posiadania narkotyków.

## Znaleźne za pomoc

W grudniu ub.r. z ulicy do szpitala została zabrana nastolatka. Kiedy doszła do siebie stwierdziła, że ktoś ukradł jej telefon komórkowy i pieniądze. W tej sprawie zostało przesłuchanych kilka młodych osób. Żadna z nich nie potrafiła jednoznacznie wskazać kto mógł wziąć aparat. Wszystkie natomiast pamiętały mężczyznę, który wezwał na pomoc policję i karetkę pogotowia.

Policjantka zajmująca się sprawą postanowiła szczegółowej przyrzeć się jej okolicznościom. W środę (25.01.) rano otrzymała informację, że telefon jest w posiadaniu Huberta K. Okazało się, że jest to brat „usługowego” mężczyzny powiadającego służby o problemie dziewczynki.

Tomasz K. i Hubert K. zostali zatrzymani. Odzyskano także ukradziony telefon komórkowy.

Sprawca oznajmił, że znalazł go w miejscu gdzie leżała dziewczyna, ale ona została już zabrana do szpitala. Postanowił więc skorzystać na jej lekkomyślności i sam wypłacić sobie nagrodę za swoją wspaniałomyślność. Obydwojga zatrzymani usłyszeli zarzuty. Grozi im do 5 lat więzienia.

## Czteroletni koszar

Dziadkowie 26 – letniego Damiana C. złożyli zawiadomienie o znęcaniu. Jak się okazało mężczyzna od co najmniej 4 lat systematycznie wszczyniał awantury, wyzywał, niszczył i wyrzucał domowe sprzęty, straszył nożem oraz groził pozabawieniem życia. Ponadto groził osobom, które stawały w obronie pokrzywdzonych. Zdarzało się także, że strzelał z broni pneumatycznej w kierunku budynków gospodarczych oraz zaklejał wkładki zamków przez co stawały się bezużyteczne.

Kiedy prokurator zapoznał się z zebrany materiał orzekł wobec Damiana C. dozór 4 razy w tygodniu, obowiązek informowania o zamiarze wyjazdu opuścić miejsce zamieszkania i zakazał zbliżania się do poszkodowanych. Teraz agresywny wnuczek będzie miał czas, żeby się nad sobą zastanowić.

## Darmowe zakupy

Przed poniedziałkowym (23.01.) południem do dyżurnego komendy w Pruszkowie zadzwonił właściciel jednego ze sklepów. Powiedział, że dwaj mężczyźni wyszli z placówki i nie zapłacili

za zakupy, jakie mieli w koszyku. Kiedy policjanci przyjechali na miejsce dowiedzieli się, że poszkodowany poszedł za sprawcami i dotarł do budynku w pobliżu sklepu. Ustalił także, do którego lokalu weszli sprawcy.

Po kilkukrotnym pukaniu drzwi otworzyło dwóch mężczyzn. Byli to 31-letni Tomasz K. oraz 33-letni Sebastian K. Na widok mundurów wskazali zakupy i przyznali się do niezapłacenia rachunku. Pierwszy z nich miał 1,2 promila, drugi 1,8 promila alkoholu w organizmie. Jak się okazało wartość towaru to około 300 zł, co oznacza popełnienie przestępstwa i karę do 5 lat więzienia. Obydwojga sprawcy trafili do policyjnej celi.

## 600 zł na automaty

Pod koniec stycznia raszyńscy policjanci pojechali do jednego z hoteli pracowniczych. Zgłaszający mężczyzna poinformował, że kiedy poszedł się wykąpać ktoś zabrał z jego pokoju szaszetkę z dokumentami i pieniędzmi.

Początkowo nie wiadomo było, kto i w jaki sposób mógł zakraść się do zamkniętego na klucz pomieszczenia. Po kilku godzinach funkcjonariusze otrzymali informację, wskazującą prawdopodobnego sprawcę. Miał nim być inny mieszkaniec hotelu Patryk K. Gdy 23-latek zobaczył policjantów od razu przyznał się do kradzieży. Powiedział również, że 600 zł, które zabrał przegrał na automatach. Mężczyzna usłyszał już zarzut i dobrowolnie poddał się karze.

Opracował (mg) na podstawie informacji z KPP Pruszków.

KULTURA. Kolędy w ursuskim kościele  
„Chóralny” jubileusz

Już 70 lat śpiewa w Ursusie i daleko poza jego granicami – w wielu miastach Polski, a nawet w Paryżu – chór mieszany „Cantate Deo”.

Chór powstał w 1942 roku przy parafii Św. Józefa w Ursusie z inicjatywy podporucznika Armii Krajowej – **Tadeusza Mrówczyńskiego** ps. „Mars”, który został jego pierwszym dyrygentem. Zespół działał w strukturach Armii Krajowej i brał udział w Powstaniu Warszawskim.

Po wojnie jego kolejnymi dyrygentami byli **Tadeusz Paciorkiewicz** – profesor Akademii Muzycznej w Warszawie, **Antoni Małek** i **Wojciech Seipp**. Od 1984 roku dyrygentem i prowadzącą zespołu jest **Dorota Męckowska**.

W niedzielę, 29 stycznia, na inaugurujący jubileuszowy sezon koncert w kościele p.w. Św. Józefa Oblubieńca N.M.P. w Ursusie został zaproszony zaprzyjaźniony chór „Cantus Cordis” z Wołomina, którego dyrygentem jest **Władysław Chanas**. Chór, obchodzący w tym roku 20 rocznicę powstania, również występował w wielu polskich i europejskich miastach.

Szczelnie wypełniająca kościół publiczność usłyszała piękne wykonania kilkunastu kolęd. Na przeszło godzinny koncert, zakończony wspólnym występem chórów, obecni byli przedstawiciele władz dzielnic. Burmistrz Ursusa **Wiesław Krzemień**, Przewodniczący Rady Dzielnic **Henryk Linowski** oraz gospodarz ksiądz proboszcz **Zbigniew Sajnog** złożyli gratulacje obu zespołom, a dyrygentom wręczyli kwiaty i okolicznościowe dyplomy.

Tekst i foto: **Jacek Sulewski**

FLESCH DWUTYGODNIK  
Mazowska

## Redaguje zespół:

Redaktor naczelny: MARCIN GIZIŃSKI

Sekretarz redakcji: MARTYNA MEKLER

Dział społeczno – polityczny: EWELINA LATOSEK  
e.latosek@flesch.pl

Dział kulturalno – oświatowy: PAULINA GRZESIEWICZ  
p.grzesiewicz@flesch.pl

Dział sportowo – rekreacyjny: MARTA DASZKIEWICZ  
m.dasziewicz@flesch.pl

Fotoreporter – interwencje: JACEK SULEWSKI  
j.sulewski@flesch.pl

## ADRES REDAKCJI:

05 – 804 Pruszków  
Ul. Bolesława Prusa 95 (róg Plantowej i Wojska Polskiego)  
Tel./fax. 022 730 33 41, 0 885 585 001  
e-mail: redakcja@flesch.pl

## Biuro reklam i ogłoszeń:

Tel./fax. 022 730 33 41, 0 885 585 002  
e-mail: reklama@flesch.pl

Redakcja nie zwraca materiałów nie zamówionych i zastrzega sobie prawo do ich skracania. Nie odpowiadamy za treść zamieszczonych reklam i ogłoszeń. Na podstawie art. 25 ust. 1 pkt. 1 b Ustawy z dnia 4 lutego 1994 r. o prawie autorskim i prawach pokrewnych wydawca zastrzega, że dalsze rozpowszechnianie materiałów redakcyjnych opublikowanych w dwutygodniku „FLESCH Mazowska” zarówno w formie elektronicznej jak i papierowej bez jego zgody jest zabronione.

Wydawca: FLESCH Bogdan Przewłocki Nakład: 15 000

Druk: Profesjadruksp. z o.o.  
www.profesjadruk.pl  
Al. Piłsudskiego 133k, 92-318 Łódź  
tel. 42 25-26-755 do 7, faks 42 25-26-758

Skład i grafika: Michał Rudziński

## TO MNIE WKURZA!

## A psik!

Rubryka „To mnie wkurza” jest przeznaczona na Wasze opinie. Dzielite się z nami swoimi spostrzeżeniami, problemami oraz wszystkim tym, co Was irytuje. To jest to miejsce w naszym dwutygodniku, w którym możecie śmiało podzielić się swoimi przemyśleniami zarówno dotyczącymi naszego regionu, jak i całego świata. Adres: [redakcja@flesch.pl](mailto:redakcja@flesch.pl) w temacie wiadomości: to mnie wkurza. Serdecznie zapraszamy!

**T**ydzień temu byłam w sklepie. Nie żeby to był jakiś wyczyn, ale to właśnie tam, stojąc w kolejce i rozmyślając na temat ACTA, coś nagle spowodowało mnie na ziemię. I nie, nie była to ani pani sprzedająca, która nagle zadała pytanie: „co podać?”, ani ludzie zniecierpliwieni faktem, że stoję jak słup soli, zamiast kupować i oddalić się śpiesznie, a... Kichnięcie.

Jaką porę roku mamy, każdy wie. Nie będę się więc rozpisywać na temat tego, że jest zimno, mimo, że całkiem niedawno było dość ciepło, więc o przeziębienie łatwo. Napiszę jedynie, że: wirusy grypy lub te, powodujące przeziębienie przenoszą się między innymi drogą kropelkową. Kropelkową i oczywiście „kontaktową” – przez dotyk.

I teraz myślę sobie tak: ubieram się ciepło. Staram się dobrze spać, nie przemęczać się więcej niż to konieczne. Zdrowo jeść. Wspomagać odporność witaminami i innymi urządzeniami, których zadaniem jest między innymi to, żebym mogła pracować i udzielać się w domu czy towarzysko. A tu co?

A tu idę do sklepu i masz ci los! „A psik!” – Wszystko było by dobrze, gdyby nie to, że buzi zakrywającej „wyrzutnię” wirusów czy bakterii cyhających na moje jeszcze zdrowe ciało, to ja nie widziałam. Z tego co pamiętam, zanim się kichnie, to się raczej wie, że się kichnie. Zanim złapie nas kaszel, to raczej też wiemy, że nas złapie. Ja rozumiem, że możemy nie mieć przy sobie chusteczek (bo się np. skończyły), ale mamy wierzchnią stronę dłoni. Wierzchnią!

Owa postać kichająca, bez zażenowania obtarła buzię dłonią, po czym podała pieniżki pani sprzedającej. Ta wydała resztę i uroczo się do mnie uśmiechając, zapytała: „proszę?”. Podczas zakupów raczej nie mam ochoty otrzymywać prezentów w postaci cudzych bakterii. I myślę, że nie jestem w tym osamotniona. Oczywiście, wszystkiego się nie uniknie – ale czy odrobina kultury, to naprawdę tak wiele?

W przeciagu tygodnia: 16 osób na mnie nakichało (w pomieszczeniach zamkniętych, takich jak: sklep, poczta, przychodnia itp.) oraz 47 na mnie kaszlnęło (w pomieszczeniach zamkniętych i... otwartych). Szłam drogą, przede mną mężczyzna – zanim zdążyłam go wyminąć, oczyma wyobraźni, musiałam się przedzierać przez chmurę wirusów i bakterii, wydzierających się chwilę wcześniej, bezpośrednio z jego płuc, przez krtań i jamę ustną (sic!). Naprawdę liczyłam! Chyba nie muszę dodawać, że to mnie wkurza?

Martyna Mekler

Jednocześnie przypominamy, że redakcja zastrzega sobie prawo do skracania i redagowania nadesłanych tekstów. Prosimy o podpisanie tekstów własnych imieniem i nazwiskiem. Jeśli autor chce pozostać anonimowy prosimy dopisać „imię i nazwisko do wiadomości redakcji”.

Red.



# KOMUNIKACJA. Kierowcy muszą być cierpliwi Nowe drogi... kiedyś?

Na otwarcie węzła Łopuszańska, kierowcy czekali bardzo długo – udało się go uruchomić, po kilkumiesięcznym opóźnieniu, ostatniego dnia grudnia. Jednak ta ważna zachodnia droga wlotowa do Warszawy jeszcze nie jest w pełni dostępna dla ruchu. Kiedy będzie i na jakie utrudnienia na innych odcinkach muszą przygotować się kierowcy?



Pierwsza łopata pod budowę kompleksowego węzła Łopuszańska (łączącego Al. Jerozolimskie z ulicami Łopuszańska i Kleszczową) została wbita ponad trzy lata temu

Pierwsza łopata pod budowę kompleksowego węzła Łopuszańska (łączącego Al. Jerozolimskie z ulicami Łopuszańska i Kleszczową) została wbita ponad trzy lata temu. Kierowcy z niecierpliwością oczekiwali na zakończenie prac, które wg. planu miało nastąpić w maju ub. roku. Ponad półroczny poślizg w ukończeniu budowy tłumaczono niesprzyjającymi warunkami pogodowymi, a następnie długim czasem oczekiwania na formalne zezwolenia oddania obiektu do użytku. Otwarcie węzła ostatniego dnia grudnia odbyło się rzutem na taśmę – w styczniu wykonawcy musieliby już płacić kary umowne za opóźnienia.

## Problemy zostały

To nie oznacza jednak, że kierowcy jadący do Warszawy od strony Pruszkowa mogą teraz liczyć na szybką i komfortową podróż do stolicy. Choć dolna jezdnia węzła (zwana też „wanną”) składa się z trzech pasów ruchu z i do Warszawy, to od strony zachodniej zwraca się do jednej nitki. Przy wzmożonym ruchu tworzy się tu podobny zator jak w czasie przebudowy. – Rano korek w stronę Warszawy zaczyna się na wysokości ulicy Ryżowej. To i tak trochę lepiej niż w czasie remontu. Ruch samochodów też jest płynniejszy, jednak i tak trzeba odstać swoje – ocenia pan **Przemysław**, który codziennie dojeżdża do pracy z Otrębus. – Nie lepiej jest w godzinach popołudniowych – dodaje. Kierowcy skarżą się także na złe oznakowanie obiektu. Brak wi-

docznych informacji powoduje, że część samochodów jadących w stronę centrum, zamiast korzystać z bezkolizyjnego przejazdu dołem, kieruje się na rondo ze światłami.

## Grzeszki wykonawcy

Wśród grzeszków wykonawcy wymieniane są także ubytki w asfalcie, niedokończone pobocza i fakt, że wokół obiektu dalej panuje rozgardiasz jak na placu budowy, co bezpośrednio wynika z pośpiechu w jakim otwierano obiekt. Jest jednak szansa, że w najbliższych tygodniach te drobne utrudnienia znikną.

Na trwałą poprawę trzeba będzie zaczekać dłużej. Powodem jest budowa sąsiedniego węzła Salomea, który według początkowych zapewnień oficjalnie powinien trafić do użytku już w czerwcu, podczas Euro2012, a najpóźniej w sierpniu.

Ten termin zakończenia prac budzi jednak wątpliwości. Z informacji uzyskanych przez „Życie Warszawy” wynika, że trasą łączącą Al. Jerozolimskie z południową obwodnicą stolicy, kierowcy pojadą najwcześniej na jesieni.

– Przy pełnej mobilizacji wykonawcy oraz sprzyjających warunkach atmosferycznych planowany termin zakończenia robót to sierpień, z zapewnieniem przejezdności na maj. To realne – ocenia **Małgorzata Tarnowska**, rzeczniczka Generalnej Dyrekcji Dróg Krajowych i Autostrad.

## Praca wre

Choć najpierwszy rzut oka budo-

wa nie ma się ku końcowi i trudno uwierzyć, że za cztery miesiące węzeł ma być gotowy do użytku, to GDDKiA zapewnia, że praca wre.

– Trwają roboty mostowe: wykonywanie podpór, korpusów filarów, ściany oporowej; drogowe: wykonywanie nasypów i stabilizacji na ciągu głównym drogi a także – roboty branżowe: wykonywanie kanalizacji deszczowej, sieci telekomunikacyjnej, układanie kabli elektroenergetycznych wzdłuż Al. Jerozolimskich – wymienia **Małgorzata Tarnowska**.

Zagrożenia opóźnieniem nie ma na razie w budowie odcinków autostrady A2 (Stryków – Konotopa) na wysokości Grodziska Maz. i Pruszkowa. Z informacji GDDKiA wynika, że na odcinku „E” (Pruszków-Konotopa) dobiega końca budowa nasypów. Na ciągu głównym autostrady zakończyły się roboty ziemne oraz prace przy warstwach konstrukcyjnych autostrady. Na całym odcinku A2 została ułożona warstwa wiążąca. Wykonano także docelowe oznakowanie poziome.

## Mosty wytrzymały

Do ukończenia pozostały: montaż barier energochłonnych i ekranów akustycznych, a na dwóch z pięciu łącznic, pozostała do wykonania podbudowa bitumiczna i warstwa wiążąca. Na trzech spośród ośmiu wybudowanych obiektów mostowych zostało przeprowadzone próbne obciążenie. W rejonie węzła Konotopa sytuacja wygląda podobnie.

– Postęp prac jest także widoczny

w rejonie obwodu utrzymania autostrady. Zakończyła się budowa stacji paliw oraz budynku administracyjno - biurowego. W budynku warsztatowo – garażowym zostały wykonane ściany osłonowe i dach. Obecnie trwają prace wykończeniowe. Zakończono budowę dróg wewnętrznych i chodników, trwa montaż oświetlenia – informuje **Tarnowska**.

## Terminy będą dotrzymane

Podobnie wygląda postęp prac na odcinku „D” na wysokości Grodziska Maz. Otrzymaliśmy też zapewnienie, że zaawansowanie robót na obu odcinkach jest zadowalające i wskazuje na dotrzymanie terminów umownych zakończenia prac w czerwcu.

Całość trasy ma być przejezdna na Euro 2012, które zaczyna się 8 czerwca. Przesadny optymizm nie jest tu jednak wskazany z powodu poważnych problemów z wykonaniem pozostałych części tej drogi. Największe straty w stosunku do harmonogramu są na odcinku „C” koło Żyrardowa. Realny termin ukończenia tego fragmentu to październik 2012 r. Nie wiadomo na razie jak zakończy się sprawa opłat za przejazd autostradą i czy mieszkańcy miejscowości na trasie A2 mogą liczyć na upust w korzystaniu z tego szybkiego połączenia z Warszawą. W GDDKiA usłyszeliśmy, że decyzje w tej sprawie zostaną dopiero podjęte przez ministra właściwego do spraw transportu.

**Ewelina Latosek**  
Fot. **Jacek Sulewski**

PRUSZKÓW. Czy powstanie strefa płatnego parkowania

# Weto parkometrom

We wrześniu ubiegłego roku Rada Miejska w Pruszkowie uchwaliła wprowadzenie strefy płatnego parkowania w centrum miasta. Dziś ta budząca wiele kontrowersji sprawa stoi pod znakiem zapytania. Wszystko za sprawą jednego mieszkańca Pruszkowa który odważył się wejść na drogę sądową z władzami miasta.

Według uchwały Rady Miejskiej z 29 września 2011r. Pruszków będzie podzielony na trzy strefy: A, B i C. Strefa A obejmie ulice: Niecałą, Drzymały, Sienkiewicza, Chopina (od ul. Kościuszki do ul. Niepodległości), Lipową (od al. Armii Krajowej do ul. Kopernika), Potulickiego, Niepodległości, Kościelną, Kraszewskiego, Kościuszki, Kopernika, Prusa (od ul. Powstańców do ul. Miry Zimińskiej-Sygietyńskiej), Otórkową (od ul. Sienkiewicza do ul. Mokrej), Ewy, Sprawiedliwości, Berenta, Hubala i Radnych. Za strefę C został uznany parking wzdłuż torów WKD. W tych miejscach parkowanie będzie płatne od poniedziałku do piątku w godzinach 8.00-18.00. Strefa B obejmie swym zasięgiem ulice Targową, Ceramiczną (od ul. Komorowskiej do ul. Prusa) i Komorowską (od ul. Gordziałkowskiego do ul. Ceramicznej). Na tych ulicach za parkowanie będziemy płacić tylko we wtorek i piątek od 6.00 do 13.00, z wyłączeniem dni wolnych od pracy.

## Jedni z ostatnich

Argumentując swój pomysł władze miasta podkreślają, że Pruszków jest jednym z ostatnich miast tej wielkości, które nie mają systemu płatnego parkowania. W ten sposób zniknie problem braku wolnych miejsc, a zarobione pieniądze miasto przeznaczy na rozwój lokalnej komunikacji autobusowej oraz infrastruktury drogowej (m.in. na bezpłatne parkingi).

Oplata za jedną godzinę postoju będzie wynosiła 2 zł, o 1 zł mniej niż w Warszawie. Możliwe będzie również wykupienie całonocnego biletu, za który w strefie B zapłacimy 8 zł, zaś w C – 10 zł.

Mieszkańcy strefy B będą mogli również wykupić abonament miesięczny za który zapłacą 5 zł, a to w skali roku o 30 zł więcej niż płacą warszawiacy! Miasto przewidziało liczne ulgi między innymi dla osób niepełnosprawnych, rodziców przedszkolaków, służb miejskich, restrykcyjnie zaś będzie podchodziło do osób które zajmą więcej niż jedno miejsce parkingowe.

## Zdanie mieszkańców

Większość mieszkańców sceptycznie odnosi się do pomysłu władz miasta. – Rozumiem konieczność postawienia parkometrów na ulicy Ewy i Kościuszki, ale nie rozumiem czemu mają być przy targowisku i to tylko w dni, w które odbywa się handel. Widzę tu raczej chęć zarobku a nie dobrą wolę władz miasta – mówi mieszkanka Pruszkowa **Marzena Stefaniak**. Być może podobnie pomyślał inny mieszkaniec Pruszkowa Pan **Franciszek**, który wezwał Radę Miejską w Pruszkowie do usunięcia naruszenia prawa, którego dopatrzył się w uchwale. Twierdząc, że w mieście nie ma deficytu miejsc parkingowych (a więc nie istnieje podstawa prawna do wprowadzenia strefy płatnego parkowania) żądał zmiany uchwały.

## Nieugięta rada

Podczas październikowej sesji Rady Miejskiej władze odmówiły uwzględnienia wezwania Pana Franciszka powołując się na stosowne przepisy prawa administracyjnego (art. 18 ust. 2 pkt.15 ustawy o samorządzie gminnym oraz na art. 13 b ust. 2, 3, 4, 5 i art.13 f ust. 2 ustawy o drogach publicznych). W uzasadnieniu Rada Miejska stwierdziła: „Strefą Płatnego Parkowania Niestrzeżonego na terenie Pruszkowa zostały objęte drogi publiczne w centrum miasta(...). Drogi te charakteryzują się bardzo dużym natężeniem ruchu samochodów osobowych i zapotrzebowaniem na miejsca postojowe”.

Pan Franciszek skorzystał z przysługującego mu prawa i wniósł skargę do Wojewódzkiego Sądu Administracyjnego. Tym samym znacznie wydłużył okres oczekiwania na wprowadzenie założeń uchwały Rady Miejskiej.

Władze miasta nie podejmują żadnych kroków spokojnie czekając na orzeczenie WSA, a wśród mieszkańców wciąż toczy się burzliwa dyskusja co do potrzeby istnienia strefy płatnego parkowania.

**Kinga Rochalska**

REKLAMA

**Kłopoty z:**

- ZUS-em?
- Komornikiem?
- Urzędem Skarbowym?

**ZADZWOŃ**  
**602-267-565**



# WYDARZENIE. Wielka Orkiestra Świątecznej Pomocy w Ursusie Dla ratowania życia

Wielka Orkiestra Świątecznej Pomocy prowadzi swoją szczytną działalność już od 20 lat. W tym roku zagrała na rzecz zakupu najnowocześniejszych urządzeń dla ratowania życia wcześniaków oraz pomp insuliniowych dla kobiet ciężarnych z cukrzycą. W pierwszym finale w 1993 roku zebrano nieco ponad 1,5 miliona dolarów. W kolejnych latach były to coraz większe kwoty.

## FINANSE. Jakie podatki od nieruchomości obowiązują w tym roku Ile zapłacimy gminom?

Pod koniec ubiegłego roku wszystkie samorządy uchwaliły stawki podatków lokalnych jakie będą obowiązywały w 2012 roku. Na podstawie odpowiednich uchwał prezentujemy zestawienie stawek podatków od nieruchomości w Pruszkowie i Grodzisku Maz.

### Pruszków

Rada miejska określiła wielkość stawek podatkowych już 27 października 2011 roku. Mieszkańcy miasta za m2 budynków mieszkalnych lub ich części zapłacą 0,67 zł. Za prowadzenie działalności gospodarczej zapłacić trzeba będzie 21,05 zł za m2 powierzchni użytkowej przeznaczonej pod tą działalność.

Prowadzący działalność gospodarczą w zakresie obrotu kwalifikowanym materiałem siewnym zapłacą 9,82 zł za m2 powierzchni użytkowej przeznaczonej pod tą działalność. W budynkach mieszkalnych lub ich częściach zajętych przez podmioty udzielające świadczeń zdrowotnych za m2 powierzchni zapłacimy 1,20 zł. Organizacje pożytku publicznego za zajmowaną pod działalność tego rodzaju powierzchnię zapłacą 7,06 zł za m2 powierzchni przeznaczonej pod odpłatną formę działalności.

Za budynki i budowle trzeba zapłacić 2% ich wartości. Jeden m2 gruntów przeznaczonych pod prowadzenie działalności gospodarczej bez względu na sposób zakwalifikowania w ewidencji gruntów i budynków jest opodatkowany w wysokości 0,80 zł. Grunty pod jeziorami, zajęte na zbiorniki wodne retencyjne lub elektrownie wodne – 4,15 za ha powierzchni. Pozostałe grunty – 0,41 zł/m2.

### Grodzisk Mazowiecki

Uchwałą przyjętą 30 listopada za m2 powierzchni użytkowej w budynkach mieszkalnych zapłacimy 0,70 zł. Od budynków lub ich części związanych z prowadzeniem działalności gospodarczej oraz od budynków mieszkalnych lub ich części zajętych na prowadzenie działalności gospodarczej – 21,84 zł/m2 powierzchni użytkowej, w tym: zajętych na prowadzenie działalności gospodarczej w zakresie sportu i rekreacji – 12,69 zł od 1 / m2 powierzchni użytkowej. W budynkach lub ich części zajętych na prowadzenie działalności gospodarczej w zakresie obrotu kwalifikowanym materiałem siewnym – 10,24 zł/m2 powierzchni użytkowej, zaś tych związanych z udzielaniem świadczeń zdrowotnych zajętych przez podmioty udzielające tych świadczeń – 4,45 zł/m2 powierzchni użytkowej. Od pozostałych budynków lub ich części, w tym zajętych na prowadzenie odpłatnej statutowej działalności pożytku publicznego przez organizacje pożytku publicznego – 7,36 zł/m2 powierzchni użytkowej, w tym: od wolnostojących budynków gospodarczych i garaży, wykorzystywanych wyłącznie na zaspokojenie potrzeb własnych podatnika związanych z prowadzeniem gospodarstwa domowego, niezajętych na prowadzenie działalności gospodarczej: za pierwsze 15 m2 – 0,70/m2 powierzchni użytkowej, od powierzchni powyżej 15 m2 – 7,36 zł/m2 powierzchni użytkowej. Podatek budowli – 2% ich wartości.

Za grunty związane z prowadzeniem działalności gospodarczej, bez względu na sposób zakwalifikowania w ewidencji gruntów i budynków – 0,84 zł/m2 powierzchni. Za grunty pod jeziorami, zajętych na zbiorniki wodne retencyjne lub elektrownie wodne – 4,33 zł/ha powierzchni. Pozostałe grunty, w tym zajęte na prowadzenie odpłatnej statutowej działalności pożytku publicznego przez organizacje pożytku publicznego – 0,37 zł/m2 powierzchni.

Opracował: (mg) na podstawie odpowiednich uchwał rad miejskich.

Ogromna rzesza młodych Polaków nie zna Polski bez WOŚP. Do potocznego języka weszły powiedzenia: „do końca świata i o jeden dzień dłużej” czy „oj, będzie się działo”. W tym roku, 8 stycznia, na ulice wyszło z puszkami ok. 120 tysięcy wolontariuszy. 19 stycznia na koncie Orkiestry było już prawie 31,5 mln zł, a jeszcze trwają licytacje, wpływają potwierdzenia bankowe wpłat z poszczególnych sztabów i bilans się powiększa.

W warszawskim Ursusie, w Urzędzie Dzielnicy, powstał sztab pod przewodnictwem **Norberta Pyzy**, naczelnika Wydziału Sportu i Rekreacji. Dla mieszkańców, w Parku Hassów, została zorganizowana impreza rekreacyj-

na „Wielkie Granie i Ślizganie” połączona z licytacją na rzecz Orkiestry.

Wielu z pośród 25 ursuskich wolontariuszy, korzystając z dużej frekwencji, pojawiło się w tym miejscu z puszkami. Licytację – na której sprzedano m.in.: oficjalną piłkę EURO 2012 (za 370 zł), zestawy klocków LEGO, piłkę z podpisem **Marcina Gortata**, kubki z nadrukiem Orkiestry, koszulki znanych sportowców – poprowadził znany aktor, uczestnik telewizyjnego show „Gwiazdy tańczą na lodzie”, **Piotr Zelt**.

Pokaz jazdy figurowej na lodowisku, wokół którego wszystko się działo, dał wielokrotny medalista Pucharu Europy i Mistrzostw Polski – **Maciej Lewandowski**.



Piotr Zelt demonstruje oficjalną piłkę EURO 2012

W całym Ursusie zebrano na rzecz Orkiestry 20 500 zł.

Dwa sztaby w Piastowie przekazały ok. 28 000 zł (Gimnazjum Nr 1 – 11 400 zł i Hufiec ZHP – 16 600 zł).

Pracowało tam po 50 wolontariuszy, również nauczyciele. Sztaby w 4 pruszkowskich szkołach (SP Nr 10, SP Nr 2, Zespół Szkół Nr 1 i Zespół Szkół Technicznych i Ogólnokształcących) zebrały

łącznie ok. 80 000 zł. Z Komorowa wpłynęło ok. 38 000 zł, z Michałowic – 31 000 zł, z Brwinowa – 32 400 zł, z Podkowy Leśnej – 12 600 zł.

Tekst i foto: Jacek Sulewski

Informacja o wielkości zbiorów w Grodzisku Mazowieckim i okolicach na str. 5

## MAZOWSZE. Kampania społeczna „Nie dla czadu” Cichy zabójca

Nie można go poczuć i zobaczyć, jest łatwopalny i śmiertelnie toksyczny. Zabija w kilka minut wiążąc się z krwią 250 razy szybciej niż tlen. Właśnie rozpoczęła się kampania edukacyjna Państwowej Straży Pożarnej mówiąca jak ochronić się przed trującym tlenkiem węgla.

Sezon grzewczy w pełni, a czad pojawia się w niesprawnych piecach grzewczych, zasilanych gazem, olejem opalowym lub paliwem. Straż pożarna przygotowała w ramach kampanii „Nie dla czadu” specjalny film pokazujący skutki braku ochrony przed gazem. Do kampanii dołączył apel **Jacek Kozłowski**, wojewoda mazowiecki:

– W ubiegłym sezonie 10 mieszkańców Mazowsza straciło życie trując się czadem, a 72 zostało rannych. To mniej niż rok wcześniej, ale wiele z tych ofiar dziś mogłoby żyć. Pamiętajmy o czyszczeniu przewodów wentylacyjnych, regularnych przeglądach urządzeń grzewczych i montażu czujników tlenku węgla. Najczęstszą przyczyną zatrucia tlenkiem węgla, poza pożarami, jest wadliwa instalacja grzewcza, a piecyk gazowy w niedużej łazience z niedrożnym przewodem kominowym, może w ciągu jednej minuty wytworzyć dawkę tlenku węgla, która jest w stanie zabić.

Film można obejrzeć na stronie internetowej Komendy Wojewódzkiej Państwowej Straży Pożarnej w Warszawie.

Przypominamy także podstawowe zasady bezpieczeństwa:

1. Nie można zatykać przewodów wentylacyjnych czy otworów nawiewnych np. w drzwiach łazienkowych, całkowite uszczelnienie mieszkania powoduje niezachowanie lub zaburzenie cyklu wentylacji, co stanowi duże zagrożenie.

2. Należy pamiętać o okresowych przeglądach i czyszczeniu kanałów kominowych i wentylacyjnych – niedrożne mogą być przyczyną zatrucia tlenkiem węgla, szczególnie podczas kąpieli w łazienkach wyposażonych w gazowe ogrzewacze wody. Właściciel budynku mieszkalnego lub zarządzający budynkiem wielorodzinnym, co najmniej raz w roku powinien wykonać przegląd techniczny i badanie szczelności instalacji gazowej oraz sprawdzić drożność przewodów kominowych i wentylacyjnych. Czynności te mogą wykonać osoby posiadające odpowiednie uprawnienia.

3. Nie ogrzewać pomieszczeń kuchnią gazową. Takie praktyki mogą również skończyć się poważnym zatruciem organizmu. Nowoczesne gazowe urządzenia promiennikowe, mimo iż są wyposażone w katalizatory, powinny być używane z zachowaniem określonych zasad bezpieczeństwa i należy przestrzegać ich instrukcji użytkowania. Zwykle dozwolone jest ich stosowanie w pomieszczeniach o powierzchni

powyżej 40 m2, półotwartych, w których nie przebywają stale ludzie. Stanowczo niedopuszczalne jest pozostawianie takich urządzeń włączonych na noc w zamkniętym pomieszczeniu, w którym śpią ludzie.

4. Instalowanie pieców gazowych powinno być dokonywane tylko przez wykwalifikowanych fachowców i zgodnie z zaleceniami producentów. Wszelkie samowolne przeróbki są niedozwolone.

5. Użytkowanie wszystkich urządzeń grzewczych powinno

zawsze odbywać się zgodnie z ich przeznaczeniem i instrukcją użytkowania.

6. W trosce o własne bezpieczeństwo, warto rozważyć zamontowanie w domu czujek dymu i gazu. Koszt zamontowania takich czujek jest niewspółmiernie niski do korzyści, jakie daje zastosowanie tego typu urządzeń, łącznie z uratowaniem najwyższej wartości, jaką jest nasze życie.

pg, (mg)

Źródło: [www.mazowieckie.pl](http://www.mazowieckie.pl), [www.powiat.pruszkow.pl](http://www.powiat.pruszkow.pl)

### W PRZYPADKU ZATRUCIA TLENKIEM WĘGLA NALEŻY:

- zapewnić dopływ świeżego, czystego powietrza; w skrajnych przypadkach wybijać szyby w oknie,
- wynieść osobę poszkodowaną w bezpieczne miejsce, jeśli nie stanowi to zagrożenia dla zdrowia osoby ratującej; w przypadku istnienia takiego zagrożenia pozostawić przeprowadzenie akcji służbom ratowniczym,
- wezwać służby ratownicze (pogotowie ratunkowe, straż pożarną),
- jak najszybciej podać tlen,
- jeżeli osoba poszkodowana nie oddycha, ma zatrzymaną akcję serca, należy natychmiast zastosować sztuczne oddychanie np. metodą usta – usta oraz masaż serca,
- nie wolno wpadać w panikę, kiedy znajdziemy dziecko lub dorosłego z objawami zaburzenia świadomości w kuchni, łazience lub garażu; należy jak najszybciej przystąpić do udzielania pierwszej pomocy.

Źródło: [www.powiat.pruszkow.pl](http://www.powiat.pruszkow.pl)





W tym roku Grodziszczanie doczekają się m.in. końca odbudowy Parku Skarbków Fot. Paulina Grzesiewicz

# SAMORZĄD. Za co zapłacimy w 2012 r? Budżety pod lupą

Nowy rok to obowiązkowo nowy budżet dla samorządów. Co znajdziemy w rocznych planach finansowych i na co gminy przeznaczają pieniądze?

## Brwinów

W planie wydatków na nowy rok zaplanowano ponad 121 mln zł. do rozdysponowania. To suma przekraczająca dochody gminy o 6,67 mln zł.

Większa część budżetu zostanie przeznaczona na inwestycje – Iwiczek pochłonie program „Czyste życie – kompleksowa gospodarka wodno – ściekowa terenie gminy Brwinów”. Do jego realizacji dorzuci się Unia Europejska, ale i tak z kasy gminy na ten cel przeznaczono ponad 20 mln. zł.

Dobre wiadomości są dla mieszkańców Domaniewka, Moszny i Domaniewa – w tych miejscowościach ma w tym roku powstać kanalizacja. Na ten cel zabezpieczono w budżecie środki w wysokości 3 mln. zł.

O połowę mniejsza kwota zostanie przeznaczona na remonty gminnych dróg.

## Nadarzyn

Wydatki rzędu 64 mln. zł planowane są w Nadarzynie. Utrzymanie placówek oświaty będzie w tym roku kosztowało 18 mln. zł. Nieco ponad 3 mln. zł. przeznacza się na pomoc społeczną.

O milion więcej będzie kosztowało utrzymanie obiektów sportowych i rozwój kultury fizycznej w gminie.

## Grodzisk Mazowiecki

W rocznym planie wydatków Grodziska Maz. uwzględniono kwotę ponad 155 mln. zł. Jak podkreślali przedstawiciele władz miasta, budżet został zaprojektowany ostrożnie – na czas kryzysu.

Realizacja programów wspieranych przez unijne fundusze strukturalne ma kosztować 38 mln zł. Remont i budowa gminnych dróg publicznych ma pochłonąć 11 mln zł. Na oświatę i edukację przeznaczono ponad 51 mln. zł. z czego połowę otrzymają szkoły podstawowe, a 10 mln. przedszkola.

## Podkowa Leśna

W Podkowie Leśnej w 2012 r. planuje się wydatki w kwocie nieco ponad 22,5 mln. zł. Deficyt budżetu miasta wynosi 891.757 zł. ale ma zostać pokryty z wolnych środków na koncie gminy.

Przy stosunkowo niewielkim budżecie dość duża suma zostanie przeznaczona na remont i utrzymanie

dróg na terenie Podkowy. Chodzi o kwotę ponad 1,9 mln. zł.

## Milanówek

Budżet przekraczający kwotę 50,5 mln. zł zaplanowano dla Milanówka. Gminne inwestycje pochłonią 8 mln zł i obejmują m.in. budowę oświetlenia ulicznego i kanalizacji. Poszerzona zostanie też miejska strefa płatnego parkowania. Prawie 6 mln. zł zostanie przeznaczonych na pomoc społeczną. W tym na domy pomocy społecznej oraz świadczenia rodzinne i fundusz alimentacyjny. Szkoły podstawowe i przedszkola otrzymają kwotę 12 mln. zł do równego podziału.

Opracowała na podstawie BIP - ów:  
**Ewelina Latosek**

# OBYCZAJE. Siedem zdrowych metod na kaca Jak się zdrowo leczyć

Mimo, że szaleństwa sylwestrowej nocy już dawno mamy za sobą to przecież w najlepsze trwa karnawał. Mróz i zabawa od zawsze sprzyjają degustacji wszelkiego rodzaju alkoholi. Skutki tego najczęściej nie są przyjemne, dlatego należy wiedzieć jak je złagodzić, aby karnawałowe szaleństwa nie były torturą.

Poniższy poradnik przetrwania jest zdrowy i najmniej inwazyjny. Jeśli abstynencja Cię nie pociąga, tuż przed całonocną imprezą połknij albo rozpuść w wodzie 2 tabletki paracetamolu lub 2 musujące witaminy C. Podczas zabawy przejdź na monogamię alkoholową. Nie mieszaj alkoholi, przywiąż się do jednego drinku, np. wódki z sokiem, albo tylko wina. Trzymaj się zasad picia. Najbezpieczniejszymi alkoholami jest czysta wódka w małych ilościach, wino białe, szampan i gin z tonikiem.

**Po zabawie śpij dużo, o wiele więcej niż zazwyczaj.** Zaprawieni twierdzą, że powyższe metody pomagają z godnością wstać następnego dnia. Jeśli to się uda, czego bardzo życzymy, to zastosuj się do następujących prostych zaleceń:

**Jedz.** Rano zjedz pożywne,

obfite śniadanie składające się z najlepszych złożonych węglowodanów i białka (np. pełnoziarniste tosty i jajecznicę ze szczypiorkiem i pomidorem). Jeśli bez kawy nie wstaniesz, to nie odmawiaj sobie i tym razem. Najlepiej jednak wybierz kawę zbożową. Czarna kawa też jest używką, spróbuj dać sobie odpocząć od używek przez jakiś czas.

**Unikaj cukru rafinowanego.** Mało kto wie, że w końcowym etapie jego trawienia powstaje alkohol, więc jeśli rzucisz się na słodką kawę, herbatę, ciastka, soki owocowe, przez chwilę poczujesz się lepiej, a po chwili 3 razy gorzej. Jeśli musisz koniecznie słodzić – używaj słodzików na bazie ksylitolu (nie fermentującego cukru z brzozy). Możesz też wybrać cukier trzcinowy, melasę, syrop klonowy, z agawy – są bogate w odżywcze

mikroelementy i witaminy.  
**Pij dużo.** Wody mineralnej z cytryną, soku pomidorowego i soków warzywnych i herbat ziołowych, np. zielonej, yerba mate. One wszystkie pomogą pozbyć się toksyn z organizmu. Yerba mate dodatkowo działa pobudzająco. Bądź dobry dla swojej wątroby. To organ szczególnie wrażliwy na alkohol. Dzielnie znosi nasze nocne wojaże, ale kiedyś może się zbuntować. Wypróbuj ostoplestu plamistego – to niedrogie zioło, które pomaga regenerować się wątrobie. Nie będziesz miał problemów z jego zdobyciem.  
**Poznaj cudowną moc octu i sody.** Łyżeczka sody rozpuszczona w ciepłej wodzie oraz opcjonalnie 2 łyżeczki octu jabłkowego wypite rano na czczo mogą pomóc żołądkowi poradzić sobie z zakwaszeniem spowodowanym przez alkohol.

**Poczuj miętę.** Żuj miętówkę lub ssij miętuski dla odświeżenia oddechu. Albo cokolwiek miętowego, chociażby prawdziwe świeże liście mięty.

**Pobudzaj ciało.** Po przebudzeniu możesz często odczuwać zmęczenie, więc wypróbuj proste ćwiczenie, które przyspieszy krążenie: zdejmujesz buty, wznosisz się na palce i opadasz na ziemię tylko piętami, uderzając mocno kilkanaście razy. Pogratuluj sobie, że udało Ci się wytrzymać ten dzień. Pamiętaj, że kac jest skutkiem zatrucia alkoholowego, które osłabia organizm. Osłabiony pracujesz i działasz nieefektywnie, ryzykując kłopoty w życiu zawodowym i osobistym. Jeśli lubisz, to pij, ale z umiarem. Nie pozwalaj sobie już więcej na kaca. Ciesz się dobrym samopoczuciem!

## EURO 2012. Rosjanie będą trenować na obiektach Znicza?

# Trwają rozmowy

Mistrzostwa Europy w piłce nożnej zbliżają się wielkimi krokami. Być może drużyna Rosji pod wodzą trenera Dicka Advocaata będzie trenować w Pruszkowie, na stadionie Znicza.

UEFA Euro 2012 rozpoczyna się 8 czerwca. Wiadomo na pewno, że w trakcie fazy grupowej rosyjscy piłkarze nocować będą w stołecznym hotelu Meridien Bristol.

Początkowo bazą treningową miał być stadion warszawskiej Polonii przy ul. Konwiktorskiej. Tam jednak trenować będą biało-czerwoni.

W grę nie wchodzi również stadion Legii. Sponsor obiektu, czyli PepsiCo, nie jest oficjalnym partnerem UEFA Euro 2012. Stadion musiałby zostać pozbawiony wszelkich reklam podczas jego używania przez drużyny grające w mistrzostwach, a na to się nie zanosi.

Dlatego właśnie ocy reprezentacji Rosji zostały skierowane na Pruszków. – To nic pewnego, rozmowy wciąż trwają – powiedzieliśmy się w Zniczu. Podczas Euro, reprezentacja Rosji rozegra grupowe spotkania w Warszawie (12 czerwca z Polską i 16 czerwca z Grecją) oraz we Wrocławiu (8 czerwca z Czechami). **MD**



## GRODZISK. Ostatnie komputery za darmo PC-ty za unijną kasę

Urząd Miejski rozda mieszkańcom Grodziska Mazowieckiego 150 komputerów z dostępem do Internetu. Za darmo, bo w ramach projektu unijnego „Przeciwdziałanie wykluczeniu cyfrowemu e Inclusion”. Wnioski można składać do 3 lutego.

Komputery mogą dostać osoby z niskimi dochodami, niepełnosprawne, uprawnione do otrzymywania stypendium socjalnego, oraz z rodzin zastępczych. W ramach projektu odbędzie się 40 godzin szkoleń z obsługi komputera i Internetu, podłączenia sprzętu do sieci Internet w gospodarstwach domowych (jeden komputer na gospodarstwo) oraz darmowe serwisowanie sprzętu przez okres trwania projektu.

Projekt jest współfinansowany przez Unię Europejską z Europejskiego Funduszu Rozwoju Regionalnego w ramach programu Operacyjnego Innowacyjna Gospodarka. Więcej informacji na ten temat można uzyskać w Biurze Projektu przy ul. Kościuszki 34 (budynek USC).

Źródło: [www.grodzisk.pl](http://www.grodzisk.pl)

## MAZOWSZE. Angielski finansowy z UE

# Zuza funduje 100 kursów

Polacy dobrze wiedzą, że nie są „gęsi i swój język mają”. W efekcie tego zajmują ostatnie miejsce w Unii Europejskiej pod względem znajomości języków obcych. Można to zmienić i zapisać się na kurs, najlepiej roczny i darmowy. Teraz jest szansa go wygrać w konkursie.

Projekt współfinansowany ze środków Europejskiego Funduszu Społecznego w ramach programu Kapitał Ludzki realizuje szkoła językowa Dobra Zuza z Warszawy.

Aby wziąć udział w konkursie należy odpowiedzieć na 10 pytań na stronie. Jak obiecują organizatorzy 100 finalistów dostanie roczne kursy angielskiego, a wszyscy uczestnicy 25 zł rabatu na wybrany kurs. Termin zgłoszeń upływa 13 lutego.

Zebrała: **pg**



## FELIETON

### Co radzi babcia

Zupływem czasu każdy z nas jest bogatszy w doświadczenia przeżytych lat. W zależności jak ten czas potrafimy zagospodarować w dużym stopniu wpływa na nasze więzi rodzinne, zdrowie i samopoczucie. Doskonale rozumiemy jak niewielkim wysiłkiem możemy pomagać naszym bliskim.

Piszę mam na myśl wnuki, ludzi mieszkających w sąsiedztwie czy nawet osoby znajdujące się z różnych przyczyn w potrzebie. Jestem przekonana, że przebywając z dala od ludzi, beczynnie spędzając czas jesteśmy zakompleksione z poczuciem bezradności.

Wiele radości możemy czerpać pomagając dzieciom w zajęciach domowych, zabawie z wnukami, lub innymi pracami możliwymi do wykonania w danym wieku.

Wszyscy rozumiemy jak dużą rolę w życiu każdego człowieka odgrywa ruch i obcowanie z ludźmi. Czujemy się dowartościowani, młodszy duchem i sprawniejsi fizycznie.

Obowiązki domowe, opiekę nad słabszymi, czy pomoc nieśmym życiowo i z życzliwością ją przekazujemy. Na pewno zrodzi się wtedy przyjaźń i dowartościowanie naszej pracy. Kierujemy się zawsze rozsądkiem i rozsądnymi decyzjami. Życie nasze nabierze blasku i stanie się radosne, a wnuki miło będą wspominać spędzone razem dni.

My zaś zapomnimy o dolegliwościach zdrowotnych i kłopotach dnia codziennego jakie przynosi nam życie.

Babcia

## MILANÓWEK. Nowa inicjatywa kulturalna Kultura na zamówienie

Był już domek na kółkach, mapa spędzania czasu wolnego oraz fotoreportaż z milanowskimi artystami. Unikatowy projekt ZOOM na Domy Kultury powoli dobiega końca. Podczas warsztatów z 28 i 29 stycznia dyrektor Anna Osiadacz oraz animatorki z Fundacji „E” przekonywały, że najważniejsza jest współpraca z lokalną społecznością.

– Kiedy trzy lata temu obejmowałam stanowiska dyrektorki Centrum Kultury w Milanówku, zastanawiałam się jak zachęcić mieszkańców do większego uczestnictwa w zajęciach. Najprościej byłoby zorganizować większą ilość koncertów i sprzedawać bilety, ale ważniejszy jest dla mnie aktywny udział mieszkańców, tak aby oferta odpowiadała im potrzebom – opowiada Anna Osiadacz.

Opracowana przez dyrektorkę MCKu strategia zdobyła grant w postaci rocznych działań i warsztatów aktywujących społeczność realizowanych wspólnie animatorkami kultury z Fundacji Inicjatyw Twórczych „E”, Martę Białek – Graczyk oraz Agnieszkę Strzezińską. Projekt sfinansowała Fundacja im. Stefana Batorego.

W ramach programu odbyły się otwarte spotkania strategiczne, wspólnie prowadzone diagnozy potrzeb i oczekiwań wobec domu



Od lewej dyrektor MCK Anna Osiadacz, Agnieszka Strzezińska oraz Marta Białek – Graczyk z Fundacji „E” podczas warsztatów 28 - 29 stycznia 2012

kultury, spotkania konsultacyjne i działania w przestrzeni miasta – wszystko po to, żeby lepiej zrozumieć jaki ma być wymarzony, ale możliwy do zrealizowania, dom kultury mieszkańców Milanówka. – Na pierwsze spotkanie przyszło ponad 80 osób, a dalsze działania także spotkały się z dużym zainteresowaniem – mówi Marta Białek-Graczyk, prezeska Zarządu Towarzystwa Inicjatyw Twórczych „E” oraz koordynatorka programu „Zoom na domy kultury”.

Zdaniem pani Małgorzaty, uczestniczącej w warsztatach malarki z Milanówka, to dobry pomysł, bo inicjatywa jest nastawiona na wsparcie oraz promocję lokalnych twórców.

Organizatorki podkreślają, że opracowany w 2009 r na podstawie wie-

oletnich badań projekt „ZOOM” na Domy Kultury jest programem pionierskim. Jego celem jest przetestowanie możliwości partycypacyjnego tworzenia strategii rozwoju domów kultury. Istotą tej strategii jest współuczestnictwo, stworzenie warunków, w których mieszkańcy będą mogli podjąć dialog z lokalną władzą na temat kształtu ich domu kultury. Powstałe w toku konsultacji i prac warsztatowych strategie staną się podstawami do opracowania priorytetów programowych i konkretnych pomysłów na działania. Milanówek jest jednym z trzech miast w Polsce wybranym do realizacji projektu. Projekt trwa do marca 2012, a mieszkańcy nadal są zapraszani do zgłaszania swoich pomysłów.

Tekst i foto: Paulina Grzesiewicz

**ZAREKLAMUJ SIĘ  
W DWUTYGODNIKU  
3 reklamy = 1 GRATIS!\***

\* Oferta ważna do 30.03.2012

**PROSZĘ O KONTAKT  
POD NUMEREM TELEFONU**

**885 585 002 22 / 730 33 41**

reklama@flesch.pl

REKLAMA

**Poszukujemy  
NIERUCHOMOŚCI**

**Dla naszych klientów**

**Kontakt:**

**22 / 739 92 66**

**NADARZYN  
NIERUCHOMOŚCI**



ul. Warszawska 3a, 05-830 Nadarzyn  
tel./fax: 022 739 92 66, tel. 022 739 92 67

e-mail: biuro@n-n.pl  
www.nadarzyn-nieruchomosci.pl www.n-n.pl



# U NAS. Nocne dyżury aptek w powiecie Pruszkowskim

# Gdzie po leki?

Zgodnie z uchwałą Rady Powiatu Pruszkowskiego, w 2012 r. apteki ogólnodostępne będą czynne od poniedziałku do piątku w godzinach 8.00-20.00, a w soboty od 9.00 do 13.00. Dyżur w porze nocnej cały rok będzie pełniła Apteka Juventa w Pruszkowie. W Piastowie w soboty, niedziele i święta będziemy mogli wykupić leki do godziny 24.00 w jednej z siedmiu aptek. Mieszkańcy innych miast powiatu pruszkowskiego niestety z tego przywileju nie skorzystają.



Zgodnie z uchwałą Rady Powiatu Pruszkowskiego, w 2012r. apteki ogólnodostępne będą czynne od poniedziałku do piątku w godzinach 8.00-20.00, a w soboty od 9.00 do 13.00 Fot. Kinga Rochalska

## Styczeń

dyżury w porze nocnej, w niedziele i święta oraz dni wolne od pracy

### Pruszków:

Apteka Juventa (Carrefour Express), ul. Miry Zimińskiej Sygietyńskiej 1

dyżury w soboty 9.00-24.00, niedziele i święta 10.00-24.00

### Piastów:

Apteka, ul. Piłsudskiego 32 (2.01-8.01)  
Apteka, ul. Harcerska 16 (9.01-15.01)

Apteka MediQ (CH Tesco), al. Tysiąclecia 7 (16.01-22.01)

Apteka, ul. Łukasińskiego 25 (23.01-29.01)

Apteka, ul. Lwowska 1 b (30.01-31.01)

## Luty

dyżury w porze nocnej, w niedziele i święta oraz dni wolne od pracy

### Pruszków:

Apteka Juventa (Carrefour Express), ul. Miry Zimińskiej Sygietyńskiej 1

dyżury w soboty 9.00-24.00, niedziele i święta 10.00-24.00

### Piastów:

Apteka, ul. Lwowska 1b (1.02-5.02)  
Apteka Panaceum, al. Tysiąclecia 2a (6.02-12.02)

Apteka, ul. Dworcowa 1 (13.02-19.02)  
Apteka, ul. Piłsudskiego 32 (20.02-26.02)

Apteka, ul. Harcerska 16 (27.02-29.02)

## Marzec

dyżury w porze nocnej, w niedziele i święta oraz dni wolne od pracy

### Pruszków:

Apteka Juventa (Carrefour Express), ul. Miry Zimińskiej Sygietyńskiej 1

dyżury w soboty 9.00-24.00, niedziele i święta 10.00-24.00

### Piastów:

Apteka, ul. Harcerska 16 (1.03-4.03)  
Apteka MediQ (CH Tesco), al. Tysiąclecia 7 (5.03-11.03)

Apteka, ul. Łukasińskiego 25 (12.03-18.03)

Apteka, ul. Lwowska 1b (19.03-25.03)  
Apteka Panaceum, al. Tysiąclecia 2a (26.03-31.03)

## Kwiecień

dyżury w porze nocnej, w niedziele i święta oraz dni wolne od pracy

## Pruszków:

Apteka Juventa (Carrefour Express), ul. Miry Zimińskiej Sygietyńskiej 1

dyżury w soboty 9.00-24.00, niedziele i święta 10.00-24.00

### Piastów:

Apteka Panaceum, al. Tysiąclecia 2a (1.04)

Apteka, ul. Dworcowa 1 (2.04-8.04)  
Apteka, ul. Piłsudskiego 32 (9.04-15.04)

Apteka, ul. Harcerska 16 (16.04-22.04)

Apteka MediQ (CH Tesco), al. Tysiąclecia 7 (23.04-29.04)

Apteka, ul. Łukasińskiego 25 (30.04)

## Maj

dyżury w porze nocnej, w niedziele i święta oraz dni wolne od pracy

### Pruszków:

Apteka Juventa (Carrefour Express), ul. Miry Zimińskiej Sygietyńskiej 1

dyżury w soboty 9.00-24.00, niedziele i święta 10.00-24.00

### Piastów:

Apteka, ul. Łukasińskiego 25 (1.05-6.05)

Apteka, ul. Lwowska 1b (7.05-13.05)  
Apteka Panaceum, al. Tysiąclecia 2a (14.05-20.05)

Apteka, ul. Dworcowa 1 (21.05-27.05)  
Apteka, ul. Piłsudskiego 32 (28.05-31.05)

## Czerwiec

dyżury w porze nocnej, w niedziele i święta oraz dni wolne od pracy

### Pruszków:

Apteka Juventa (Carrefour Express), ul. Miry Zimińskiej Sygietyńskiej 1

dyżury w soboty 9.00-24.00, niedziele i święta 10.00-24.00

### Piastów:

Apteka, ul. Piłsudskiego 32 (1.06-3.06)  
Apteka, ul. Harcerska 16 (4.06-10.06)

Apteka MediQ (CH Tesco), al. Tysiąclecia 7 (11.06-17.06)

Apteka, ul. Łukasińskiego 25 (18.06-24.06)

Apteka, ul. Lwowska 1b (25.06-30.06)

## Lipiec

dyżury w porze nocnej, w niedziele i święta oraz dni wolne od pracy

## Pruszków:

Apteka Juventa (Carrefour Express), ul. Miry Zimińskiej Sygietyńskiej 1

dyżury w soboty 9.00-24.00, niedziele i święta 10.00-24.00

### Piastów:

Apteka, ul. Lwowska 1b (1.07)

Apteka Panaceum, al. Tysiąclecia 2a (2.07-8.07)

Apteka, ul. Dworcowa 1 (9.07-15.07)  
Apteka, ul. Piłsudskiego 32 (16.07-22.07)

Apteka, ul. Harcerska 16 (23.07-29.07)

Apteka MediQ (CH Tesco), al. Tysiąclecia 7 (30.07-31.07)

## Sierpień

dyżury w porze nocnej, w niedziele i święta oraz dni wolne od pracy

### Pruszków:

Apteka Juventa (Carrefour Express), ul. Miry Zimińskiej Sygietyńskiej 1

dyżury w soboty 9.00-24.00, niedziele i święta 10.00-24.00

### Piastów:

Apteka MediQ (CH Tesco), al. Tysiąclecia 7 (1.08-5.08)

Apteka, ul. Łukasińskiego 25 (6.08-12.08)

Apteka, ul. Lwowska 1b (13.08-19.08)  
Apteka Panaceum, al. Tysiąclecia 2a (20.08-26.08)

Apteka, ul. Dworcowa 1 (27.08-31.08)

## Wrzesień

dyżury w porze nocnej, w niedziele i święta oraz dni wolne od pracy

### Pruszków:

Apteka Juventa (Carrefour Express), ul. Miry Zimińskiej Sygietyńskiej 1

dyżury w soboty 9.00-24.00, niedziele i święta 10.00-24.00

### Piastów:

Apteka, ul. Dworcowa 1 (1.09-2.09)  
Apteka, ul. Piłsudskiego 32 (3.09-9.09)

Apteka, ul. Harcerska 16 (10.09-16.09)  
Apteka MediQ (CH Tesco), al. Tysiąclecia 7 (17.09-23.09)

Apteka, ul. Łukasińskiego 25 (24.09-30.09)

## Październik

dyżury w porze nocnej, w niedziele i święta oraz dni wolne od pracy

## Pruszków:

Apteka Juventa (Carrefour Express), ul. Miry Zimińskiej Sygietyńskiej 1

dyżury w soboty 9.00-24.00, niedziele i święta 10.00-24.00

### Piastów:

Apteka, ul. Lwowska 1b (1.10-7.10)  
Apteka Panaceum, al. Tysiąclecia 2a (8.10-14.10)

Apteka, ul. Dworcowa 1 (15.10-21.10)  
Apteka, ul. Piłsudskiego 32 (22.10-28.10)

Apteka, ul. Harcerska 16 (29.10-31.10)

## Listopad

dyżury w porze nocnej, w niedziele i święta oraz dni wolne od pracy

### Pruszków:

Apteka Juventa (Carrefour Express), ul. Miry Zimińskiej Sygietyńskiej 1

dyżury w soboty 9.00-24.00, niedziele i święta 10.00-24.00

### Piastów:

Apteka, ul. Harcerska 16 (1.11-4.11)  
Apteka MediQ (CH Tesco), al. Tysiąclecia 7 (5.11-11.11)

Apteka, ul. Łukasińskiego 25 (12.11-18.11)

Apteka, ul. Lwowska 1b (19.11-25.11)  
Apteka Panaceum, al. Tysiąclecia 2a (26.11-30.11)

## Grudzień

dyżury w porze nocnej, w niedziele i święta oraz dni wolne od pracy

### Pruszków:

Apteka Juventa (Carrefour Express), ul. Miry Zimińskiej Sygietyńskiej 1

dyżury w soboty 9.00-24.00, niedziele i święta 10.00-24.00

### Piastów:

Apteka Panaceum, al. Tysiąclecia 2a (1.12-2.12)

Apteka, ul. Dworcowa 1 (3.12-9.12)  
Apteka, ul. Piłsudskiego 32 (10.12-16.12)

Apteka, ul. Harcerska 16 (17.12-23.12)  
Apteka MediQ (CH Tesco), al. Tysiąclecia 7 (24.12-30.12)

Apteka, ul. Łukasińskiego 25 (31.12)

Zebrała: Kinga Rochalska



## WETERYNARZ RADZI

## Jak pielęgnować psa zimą?

Zima to trudny okres dla naszych czworonożnych pupili. Śnieg i mróz potrafi nieźle dać się we znaki. Przede wszystkim wtedy gdy nasz pies nie będzie do zimy przygotowany.

Każdy pies posiada kilka systemów obronnych przed zimnem. Są to: okrywa włosowa, magazynowanie tłuszczu i ruch. Naszym zadaniem jest wspomóc te systemy zimą.

Przede wszystkim, zapewnimy naszemu psu dobrze zbilansowaną, pełnowartościową karmę o wysokiej zawartości energetycznej. Warto także zimą podawać zestawy witaminowe bogate w kwasy omega oraz witaminy A, D i E. Pilnujemy również aby pies nie zjadał kawałków śniegu i lodu, gdyż w ten sposób łatwo o stan zapalny górnych dróg oddechowych.

Jeżeli chodzi o okrywą włosową to wskazane są zabiegi takie jak: trymowanie, czesanie i wycinanie włosów rosnących pomiędzy opuszkami palców oraz przycinanie pazurów. Są oczywiście rasy, takie jak np. Malamut, Samojed czy Husky, które zimą czują się jak przysłówiowa „ryba w wodzie”. Psy tych ras przed zimą porastają gęstym podszerstkiem, który chroni przed mrozem. Musimy jednak pamiętać, że zasada ta dotyczy głównie psów przebywających na dworze. Te mieszkające w domach (mieszkaniach) odczuwają, podobnie jak ludzie, większy dyskomfort związany z zimową aurą. Wynika to głównie z faktu, że zimą różnica temperatur między tą w domu a na zewnątrz sięgają kilkunastu, a nawet kilkudziesięciu stopni.

Dodatkowo, w Polsce ulice i chodniki są posypywane solą, która wraz z niską temperaturą jest przyczyną podrażnienia opuszek palców. Dla psa jest to bardzo nieprzyjemne a nawet bolesne. Pamiętajmy więc o dbaniu o psie łapy. Po spacerze warto dokładnie oczyścić łapki ze śniegu i grudek lodu, a nawet wypłukać je ciepłą wodą i dokładnie osuszyć. Następnie możemy nasmarować je specjalną maścią ochronną do łap.

Psom z krótką sierścią warto natomiast kupić ubranko, które będzie chroniło przed zimnem i wilgocią. Pamiętajmy również, aby zimowy spacer był krótszy i zapewniał dużo ruchu. W przypadku zwierząt przebywających na zewnątrz, koniecznie trzeba zadbać o odpowiednie ocieplenie budy i zapewnić psu dużo ruchu. Należy też pamiętać aby woda nie była zamarznięta. Przestrzeganie tych wszystkich zasad zapewni naszym psiom więcej komfortu i sprawi, że również zimowy spacer będzie miły.

Wasz ekspert

lek.wet. **Sylwia Szymańska**

Przychodnia Weterynaryjna

weterynarz.com.pl

ul. Wojska Polskiego 36a,

Pruszków

Zapraszamy do odwiedzenia naszego „kącika adopcyjnego” – gdzie bezdomne pieski czekają na nowych właścicieli. Czytaj na str. 10

**MIEJSCE NA**  
**TWOJĄ**  
**REKLAMĘ**



# W WOLNEJ CHWILI. Żeglarstwo Stopy wody

Za oknem śnieg i mróz, a my już myślimy o wakacjach. To wszystko za sprawą zbliżających się targów „Wiatr i Woda”\*. Bowiem te dwa, wielkie żywioły mają w sobie moc przyciągania każdego, kto choć raz wypłynie w rejs. Żeglarstwo to forma spędzania wolnego czasu, sport, pasja, tradycja, a przede wszystkim sposób bycia, który wyzwala w nas to, co najlepsze.

Według psychologów żeglarstwo przyciąga indywidualistów, którzy nie potrafią przystosować się do zasad, a ponad wszystko kochają wolność. Żeglarze to urodzeni przywódcy, potrafią podejmować decyzję, zarządzać grupą i nie boją się odpowiedzialności.

Zaś polscy żeglarze to także, a może przede wszystkim, prawdziwi profesjonalści. Na zagranicznych rejsach można spotkać się z przekonaniem, że żeglarstwo to narodowy sport Polaków.

Błyskawicznie zmieniające się warunki pogodowe, świetnie wyszkoleni instruktorzy sprawiają, że polski żeglarz uchodzi za jednego z najlepszych na świecie.

## Pierwsze kroki w żeglarstwie

Mekką polskich żeglarzy są Mazury, zwane Krainą Tysiąca Jezior. Zarówno tam, jak i na podwarszawskim Zalewie Zegrzyńskim możemy stawiać swoje pierwsze kroki w żeglarstwie.

Ale by poznać, kultywować tę pasję nie musimy przemierzać

285 km, jest ona na wyciągnięcie ręki. W Grodzisku Mazowieckim możemy dołączyć do klubu żeglarskiego „Czysty Wiatr”, zaś w Pruszkowie już od 1965 r. prężnie działa Pruszkowski Klub Wodniaków PTTK „CIRRUS”.

Załoga klubu wyszkoliła wielu żeglarzy, sterników jachtowych, kapitanów, zorganizowała liczne rejsy, kursy i spotkania. Spod ich ręki „wyszedł” między innymi **Robert Wróblewski**, zapalony miłośnik i instruktor żeglarstwa.

– Patent zrobiłem 10 lat temu, rok później wraz z grupą przyjaciół wybraliśmy się na pierwszy rejs po Mazurach. W tym roku znów jedziemy, tylko w nieco liczniejszym gronie, już ponad 25 osób – mówi Robert. – Mazury powoli stają się za małe dla tak dużej grupy żeglarzy, ale nie mam im tego za złe. Nie znam osoby która po weekendzie spędzonym na jachcie nie zapytałaby: „Robert, to kiedy znowu płyniemy?” – dodaje

## Podstawowe informacje

W Żeglarstwie jachtowym wyróżniamy 4 rodzaje uprawnień tzw. patentów: żeglarza jachtowego, sternika jachtowego, jachtowego sternika morskiego i kapitana jachtowego.

Patent żeglarza jachtowego uprawnia nas do prowadzenia jachtów po



Żeglarze to urodzeni przywódcy, potrafią podejmować decyzję, zarządzać grupą i nie boją się odpowiedzialności  
Fot. Archiwum prywatne

wodach śródlądowych. Możemy go zdobyć pozytywnie zaliczając państwowy egzamin, po odbyciu odpowiedniego szkolenia.

Kursy organizowane są w weekendy oraz w trybie stacjonarnym trwającym od 1 do 3 tygodni. Cena kursu wynosi od 700 zł do nawet 2500 zł, zaś koszt egzaminu to 250 zł. Z tego uprawnienia, podobnie jak z prawa jazdy możemy korzystać dożywotnio, pod warunkiem, że nie złamiemy przepisów. Jednak pamiętajmy, że w przypadku żeglarzy prawo nie jest tak restrykcyjnie respektowane, bowiem jak mówi żeglarskie powiedzenie „port bez zabawy to nie port, tylko miejsce przypadkowego postoju”.

Patent sternika jachtowego uprawnia nas do pływania po morzach zamkniętych. Proces zdobycia tego uprawnienia, podobnie jak w przypadku patentu żeglarza jachtowego rozpoczyna

się kursem, kończy egzaminem, a dodatkowo obwarowany jest warunkiem przepływania 200 godzin na morzu.

## Chętnych nie brakuje

Mimo tych restrykcyjnych przepisów chętnych nie brakuje. Dzięki temu uprawnieniu możemy bowiem charterować (wypożyczać) jachty w większości krajów na świecie i za nie duże pieniądze spędzić niebanalny tydzień pływając po greckich archipelagach.

– Podstawowych 12 umiejętności można zdobyć na specjalnym kursie lub rejsie szkoleniowym – mówi Robert Wróblewski. – Za 13 można uznać śpiewanie szant, które od zawsze towarzyszy żaglom, ale tą umiejętnością skutecznie wbijamy nam do głowy żeglarze – dodaje z uśmiechem.

Żeglarstwo nieodłącznie wiąże się również z etykietą, a podstawowe zasady jak choćby zakaz

odpalania papierosa od świeczki wyszły już poza ramy żeglarskiej tradycji.

Ten sport ma swoją specyfikę i niepowtarzalny charakter, a wszystko to sprawia, że dla wielu żeglarzy, to nie tylko pasja, forma wypoczynku, to sposób na życie.

Zastanawiając się nad odpowiednim zakończeniem, przypomnieli mi się słowa **Anny Lipiec**, którą w tym roku zabrałam w rejs:

– Kinga, nawet nie byłam w stanie sobie wyobrazić jakie to jest piękne – powiedziała. – Płyniemy w następnym roku? I chyba to jest idealna pointa, a więc, jak mówią zaprawieni w bojach, czy raczej rejsach, sternicy: Trzy stopy wody i dobrej pogody!

Kinga Rochalska

\*1-4 marca 2012 roku, Warszawa, Centrum EXPO XXI, ul. Prądzyńskiego 12/14

## ROZPORZĄDZENIE MINISTRA SPORTU z dnia 9 czerwca 2006 r. w sprawie uprawiania żeglarstwa

§ 3. Do uprawiania żeglarstwa w stopniu:

- 1) żeglarza jachtowego – jest uprawniona osoba, która:
  - a) ukończyła 12 rok życia,
  - b) ukończyła szkolenie na stopień żeglarza jachtowego,
  - c) zdała egzamin na stopień żeglarza jachtowego;

§ 20. 1. Osoby, które nie ukończyły 16 roku życia, mogą realizować swoje uprawnienia żeglarskie wynikające z posiadania stopnia żeglarza jachtowego lub sternika motorowodnego pod nadzorem.

3. Osoba prowadząca nadzór musi być pełnoletnia i posiadać odpowiednio co najmniej patent żeglarza jachtowego lub sternika motorowodnego.

Zebrala: kr

# PRAWO. Kiedy upłynie nasz termin? Obliczanie terminów

Gdyby ktoś zapytał mnie, jaką umiejętność przy stosowaniu prawa uważam za absolutnie niezbędną, bez wahania odparłbym, że umiejętność obliczania terminów. Oto przykład. We wtorek 10 stycznia 2012 r. otrzymaliśmy Państwo tzw. nakaz zapłaty. W jego treści znajduje się pouczenie, że mają Państwo w terminie dwóch tygodni zapłacić określoną kwotę albo w tymże terminie wnieść sprzeciw. Zamierzacie Państwo wnieść sprzeciw. Kiedy upłynie ten termin?

Jeżeli spóźni się Państwo choćby o jeden dzień, nakaz zapłaty będzie miał skutki prawomocnego wyroku a Państwa sprzeciw zostanie odrzucony. Trzeba również pamiętać, że inne zasady obowiązują w postępowaniu cywilnym, a jeszcze inne np. w postępowaniu administracyjnym. A więc jak obliczyć, kiedy upływa termin?

## W postępowaniu cywilnym

Zasady obliczania terminów w postępowaniu cywilnym określa kodeks cywilny. Przewiduje on, że jeżeli początkiem terminu oznaczonego w dniach jest pewne zdarzenie, nie uwzględnia się przy obliczaniu terminu dnia, w którym to zdarzenie nastąpiło.

A zatem odnosząc się do nakazu, który odebrali Państwo w dniu 10 stycznia, czternastodniowy termin do wniesienia sprzeciwu skończy się w dniu 24 stycznia, wtedy upłynie bowiem 14 dzień (kalendarzowy a nie roboczy!) liczony od wtorku 10 stycznia.

Z kolei termin oznaczony w tygodniach, miesiącach lub latach kończy się z upływem dnia, który nazwą lub datą odpowiada początkowemu dniowi terminu, a gdyby takiego dnia w ostatnim miesiącu nie było – w ostatnim dniu tego miesiąca.

Ponieważ nakaz zapłaty odebrali Państwo we wtorek, termin na wniesienie sprzeciwu upłynie we wtorek za dwa tygodnie (co oczywiście również daje nam 24 stycznia).

## Wyjątki

Jeżeli koniec terminu do wykonania czynności przypada na dzień uznany ustawowo za wolny od pracy, termin upływa dnia następnego (art. 115 k.c.).

A zatem jeśli jakiegokolwiek termin, niezależnie od tego, czy określony w przepisach prawa cywilnego, czy np. administracyjnego, upływa w niedzielę, zawsze ulega on przesunięciu na następny dzień roboczy, zazwyczaj więc na poniedziałek.

Jednak uwaga: co dzieje się, gdy termin przypada na sobotę? Pomimo tego, że przepisy regulujące zasady obliczania terminów w prawie cywilnym i administracyjnym brzmią niemal identycznie, sądy interpretują je przeciwnie. Otóż jeżeli termin prawa cywilnego

przypada na sobotę, to nie jest on automatycznie przesuwany na najbliższy dzień roboczy.

## Co z sobotą?

W jednej ze spraw termin do złożenia pisma procesowego upływał w sobotę. Pełnomocnik strony złożył więc pismo w poniedziałek, ponieważ uznał, że zarówno sobota jak i niedziela są dniami wolnymi od pracy. Rzecz jednak w tym, że sobota nie jest dniem ustawowo wolnym od pracy, a tylko taki, zdaniem Sądu Najwyższego, uzasadnia przesunięcie terminu na najbliższy dzień roboczy.

Sprawa ta nie była wszakże tak jednoznaczna i jeszcze kilka lat temu Sąd Najwyższy wydawał sprzeczne wyroki raz twierdząc, że „wolne soboty” należy traktować jako „dzień

uznany przez ustawę za dzień wolny od pracy” a kiedy indziej znowu, że „sobota nie jest dniem uznanym przez ustawę za dzień wolny od pracy”.

Innymi słowy w sprawach cywilnych sobota jest dniem powszednim.

## W postępowaniu administracyjnym

Podobne wątpliwości występowały w postępowaniu administracyjnym. Kodeks postępowania administracyjnego (art. 57 par. 4 k.p.a.) stanowi, że jeżeli koniec terminu przypada na dzień ustawowo wolny od pracy, za ostatni dzień terminu uważa się najbliższy następny dzień powszedni.

Przepis ten brzmi więc w zasadzie identycznie jak wspomniany wcześniej art. 115 k.c. Tyle, że sądy administracyjne interpretują go zupełnie inaczej. Naczelny Sąd Administracyjny zauważył wprowadzenie, że sobota nie jest dniem wymienionym w ustawie, jako dzień wolny od pracy, stwierdził jednak, że i tak w praktyce sobota przestała być dniem powszednim a stała się właśnie wolnym od pracy. Sąd uznał, że zamknięte wówczas są zarówno urzędy, jak i wiele placówek pocztowych.

## Różne stanowiska

W związku z tym w uchwale podjętej przez siedmiu sędziów na wniosek Rzecznika Praw Obywatelskich w dniu 15 czerwca 2011 r. Naczelny Sąd Administracyjny orzekł, że soboty należy traktować jak dzień równorzędny z dniem ustawowo wolnym od pracy w rozumieniu art. 57 par. 4 k.p.a.

Wobec tak różnych stanowisk prezentowanych przez Sąd Najwyższy i przez Naczelny Sąd Administracyjny należy zawsze pamiętać, że w prawie cywilnym termin upływający w sobotę nie podlega przesunięciu na następny dzień roboczy, podczas gdy takiemu przesunięciu upływa termin określony w prawie administracyjnym.

We wszystkich przypadkach trzeba również pamiętać, że gdy jakiegokolwiek termin oznaczony jest w miesiącach lub latach a ciągłość tego terminu nie jest wymagana, miesiąc liczy się za dni trzydzieści a rok za trzysta sześćdziesiąt pięć dni.

Biuro Doradztwa Prawnego  
Kornak i Wspólnicy sp. z o.o.

Pruszków,  
Aleje Jerozolimskie 436  
tel. 533 – 980 – 123



# TWOJA NIERUCHOMOŚĆ

gwarantujemy szybkie i bezpieczne transakcje



Mieszkanie na sprzedaż Pruszków, os. Staszniwa

**311 000 PLN 3 pok., 60 m<sup>2</sup>**
**Numer oferty: 647/207/OMS**

Rok budowy: **1986**  
Stan: **po remoncie**  
Piętro: **0/4**  
Typ kuchni: **widna**  
Balkon: **tak**  
Inf. dodatkowe: **piwnica**

Mieszkanie na sprzedaż Warszawa, Ursus

**380 000 PLN 2 pok., 50 m<sup>2</sup>**
**Numer oferty: 1032/207/OMS**

Rok budowy: **2001**  
Stan: **bardzo dobry**  
Piętro: **6/7**  
Typ kuchni: **aneks**  
Balkon: **tak**  
Inf. dodatkowe: **garaż**

Mieszkanie na sprzedaż Warszawa, Bemowo

**270 000 PLN 1 pok., 32 m<sup>2</sup>**
**Numer oferty: 1018/207/OMS**

Rok budowy: **2003**  
Stan: **bardzo dobry**  
Piętro: **1/5**  
Typ kuchni: **widna**  
Balkon: **tak**  
Inf. dodatkowe: **garaż podziemny**

Mieszkanie na sprzedaż Warszawa, Ursus, os. Niedźwiadek

**330 000 PLN 3 pok., 46,3 m<sup>2</sup>**
**Numer oferty: 378/207/OMS**

Rok budowy: **1970**  
Stan: **dobry**  
Piętro: **4/4**  
Typ kuchni: **widna**  
Balkon: **nie**  
Inf. dodatkowe: **piwnica**

Mieszkanie na sprzedaż Warszawa, Ursus

**600 000 PLN 4 pok., 80 m<sup>2</sup>**
**Numer oferty: 1051/207/OMS**

Rok budowy: **2006**  
Stan: **idealny**  
Piętro: **1/6**  
Typ kuchni: **widna**  
Balkon: **tak**  
Inf. dodatkowe: **garaż podziemny**

Mieszkanie na sprzedaż Pruszków – Malichy

**399 000 PLN 3 pok., 63,2 m<sup>2</sup>**
**Numer oferty: 1039/207/OMS**

Rok budowy: **2000**  
Stan: **dobry**  
Piętro: **1/2**  
Typ kuchni: **aneks**  
Balkon: **tak**  
Inf. dodatkowe: **garaż podziemny**

Mieszkanie na sprzedaż Pruszków – Centrum

**255 000 PLN 3 pok., 44 m<sup>2</sup>**
**Numer oferty: 1053/207/OMS**

Rok budowy: **1964**  
Stan: **dobry**  
Piętro: **2/4**  
Typ kuchni: **aneks**  
Balkon: **nie**  
Inf. dodatkowe: **dobra lokalizacja**

Mieszkanie na sprzedaż Pruszków, os. B. Prusa

**215 000 PLN 2 pok., 35,5 m<sup>2</sup>**
**Numer oferty: 1060/207/OMS**

Rok budowy: **1993**  
Stan: **dobry**  
Piętro: **0/4**  
Typ kuchni: **aneks**  
Balkon: **tak**  
Inf. dodatkowe: **ogródek**

Mieszkanie na sprzedaż Pruszków – Bąki

**310 000 PLN 2 pok., 40 m<sup>2</sup>**
**Numer oferty: 807/207/OMS**

Rok budowy: **2009**  
Stan: **idealny**  
Piętro: **0/2**  
Typ kuchni: **aneks**  
Balkon: **tak**  
Inf. dodatkowe: **osiedle zamknięte**

Dom na sprzedaż Grodzisk Mazowiecki

**399 000 PLN 3 pok., 100 m<sup>2</sup>**
**Numer oferty: 287/207/ODS**

Rok budowy: **2000**  
Stan: **dobry**  
Pow. działki: **120**  
Typ domu: **segment**  
Okolica: **osiedle zamknięte**  
Inf. dodatkowe: **poddasze użytkowe**

Działka na sprzedaż Pruszków – Żbików

**217 000 PLN 1 176 m<sup>2</sup>**
**Numer oferty: 361/207/ODzS**

Rodzaj działki: **budowlana**  
Kształt: **trapez (23x24)**  
Media: **w drodze**  
Dojazd: **asfaltowy**  
Inf. dodatkowe: **blisko do autostrady A-2**

Dom do wynajęcia Nadarzyn

**5 pok., 180 m<sup>2</sup>**
**Numer oferty: 4/207/ODW**

Stan: **idealny**  
L. łazienek: **2**  
Umeblowanie: **Częściowe**  
Balkon: **Tak**  
Zabezpieczenia: **Alarm, Monitoring**  
Kaucja: **4 000**  
Czynsz: **4 000**

Dom na sprzedaż Nowa Wieś

**785 000 PLN 5 pok., 240 m<sup>2</sup>**
**Numer oferty: 422/207/ODS**

Rok budowy: **1994**  
Stan: **bardzo dobry**  
Pow. działki: **962**  
Typ domu: **wolnostojący**  
Garaż: **tak**  
Inf. dodatkowe: **blisko WKD**

Działka na sprzedaż Błonie

**219 000 PLN 1 200 m<sup>2</sup>**
**Numer oferty: 27/207/ODzS**

Rodzaj działki: **budowlana**  
Kształt: **prostokąt (40x30)**  
Media: **wszystkie**  
Dojazd: **asfaltowy**  
Inf. dodatkowe: **piękna okolica**

Lokal do wynajęcia Pruszków, Wojska Polskiego

**2 pom., 50 m<sup>2</sup>**
**Numer oferty: 43/207/ODW**

Stan: **Dobry**  
Wypożyczenie: **Brak**  
Parking: **Tak**  
Lokalizacja: **główna ulica**  
Kaucja: **2 500**  
Czynsz: **2 500**

## O NAS

Firma FLESCH Nieruchomości jest profesjonalnym podmiotem gospodarczym świadczącym usługi w zakresie pośrednictwa w obrocie nieruchomościami. Zatrudniamy osoby posiadające wieloletnie doświadczenie na lokalnym rynku nieruchomości. Naszym klientom zapewniamy szybką i profesjonalną obsługę obejmującą m.in. badanie stanu prawnego nieruchomości, przygotowanie obsługi notarialnej transakcji oraz doradztwo w zakresie ustalenia ceny rynkowej nieruchomości.

## ZATRUDNIMY

Agentów nieruchomości z doświadczeniem. Zapewniamy ciekawą pracę z możliwością rozwoju w gronie wielu specjalistów. Gwarantujemy: w pełni wyposażone stanowisko pracy, własny telefon komórkowy, wynagrodzenie adekwatne do osiągniętych efektów, oraz miłą atmosferę w pracy.

Zainteresowane osoby prosimy o przesłanie CV na adres [nieruchomosci@flesch.pl](mailto:nieruchomosci@flesch.pl)

## KONTAKT

## POSZUKUJEMY

Nasi klienci ciągle poszukują nowych nieruchomości na terenie Warszawy oraz podwarszawskich powiatów. Dlatego chętnie przyjmujemy do swojej oferty: mieszkania, domy, lokale użytkowe, działki budowlane i inwestycyjne na sprzedaż czy wynajem. Dokładniejsze informacje można uzyskać pod numerami tel.: (22) 730-33-40; (22) 730-33-43, lub w siedzibie naszej firmy. Zapraszamy do współpracy.



## USMIECHNIJ SIĘ

### Pierwsi mężczyźni

Matka zwraca się do córki:

- Skończyłaś 18 lat i musimy poważnie porozmawiać.
- Jak ci się podobają mężczyźni?
- No cóż mamusi, to już nie to, co dawniej...

### W co za zupe?

W restauracji facet zamawia pączki.

- Za te pączki, całuję panią w rączki – mówi do kelnerki.
- Zamawia ciasteczka.
- Za te ciasteczka, całuję panią w usteczka.
- Odzywa się facet z innego stolika:
- Panie, zamów pan wreszcie zupe!

### Ćwiczy pamięć

Przed operacją.....

- Panie ordynatorze, czy będzie mnie pan osobiście operował???
- Tak, lubię przynajmniej raz na rok sprawdzić, czy jeszcze coś pamiętam....

### Ch. Norris w sądzie

Ktoś kiedyś pozwał Chucka Norrisa do sądu. Chuck pomyślał, że może być zabawnie i poszedł. Nie mylił się. Najbardziej podobał mu się moment, w którym sędzia przyznał się do winy.

### Znowu ten Norris

Chuck Norris wie co z tą Polską.

Chuck zawsze ma pokera. Nawet kiedy gra w tysiąca.  
Chuck Norris przekonał Goździkową do apapu.

### Głupi Jasiu

Wchodzi nauczyciel do klasy i mówi:

- Wszyscy nienormalni proszę wstać!
- Wstaje Jasiu a nauczyciel się go pyta:
- Jasiu dlaczego wstałeś?

A Jasiu na to:

- No bo mi głupio jak pan tak sam stoi...

### Finanse blondynki

Blondynka przychodzi do kiosku.

- Poproszę o gazetę za 1zł.
- Proszę bardzo.
- Dziękuję, ile płacę?

### Aerodynamiczna laska

Która laska jest najbardziej aerodynamiczna?

- Ta, która nie stawia żadnego oporu.

### Zima

Zima jest piękna do pewnego stopnia... Celsjusza

### Kotek

Jeśli jest Ci źle – mocno przytul kota. I to wszystko.  
Teraz źle jest kotu.

### Taxi

Bin Laden zatrudnił się jako kierowca taksówki.

Pewnego dnia mówi do klienta:

- To gdzie pana wysadzić?

### Rudy

Lis, zając i gil grają w karty. Zając widzi, że gil i lis go oszukują, więc mówi: – Chłopaki ale nie oszukujemy!  
Za chwilę: – Chłopaki ale mówiłem nie oszukujemy!  
Nie powiem imienia tego co oszukuje, ale jak palnę w ten głupi RUDY łeb to mu odleci.



### KACZKI – PATRIOTKI

Grodziskie kaczki jak widać nie przejęły się panującą na zewnątrz aurą i postanowiły zostać u nas na zimę. Być może czują silny związek emocjonalny z miejscem swego stałego pobytu. Ten, jakże cenny lokalny patriotyzm może także być wynikiem niezwykle owocnych starań władz miasta, które uważane jest za „najlepsze miejsce do zamieszkania w Polsce.”

– I jak tu wygrać w samorządowych rankingach skoro w Grodzisku mają takie kaczki? – zastanawiają się pewnie przedstawiciele kaczego rodu z innych miast i gmin w Polsce.

(mg), Foto: pg

## KĄCIK ADOPCYJNY

Jeśli myślisz o własnym psie i jednocześnie chcesz przyciągnąć wiernego przyjaciela, któremu stworzysz szczęśliwe życie skorzystaj z naszego kącika. Dzięki Straży Ochrony Zwierząt w Grodzisku Mazowieckim na naszych łamach będziemy publikować zdjęcia i krótkie charakterystyki czworonogów czekających na szczęśliwsze życie.

Zebrała: pg



**Tyrion** – jeden z czwórki rodzeństwa. 2 pieski i 2 suczki mają ok. 6 tyg. Wyrosną na nieduże pieski, ich mama jest wielkości jamnika. Są zdrowe i wesołe.

Kontakt: 787 747 977



**Bran** – ok. 1,5 roczny samiec w typie husky. Wesoły, energiczny, lubi kontakt z człowiekiem. Wiecznie uśmiechnięty. Wykastrowany, zaszczepiony, zachipowany.

Kontakt: 787 747 977



**Alfa** – wspaniała ok. 2 letnia suka, która urodziła i wychowała swoje dzieci w bażanciej budce. Jest mixem owczarka niemieckiego i sznauera, duża, bardzo sympatyczna, łagodna. Wysterylizowana, zaszczepiona i zachipowana.

Kontakt: 787 747 977



**Tytus Pullo** – młody ok. 1.5 roczny, bardzo duży pies. Sympatyczny, kontaktowy. Łagodny, ładny psiak, przypilnuje posesji lepiej niż firma ochroniarska. Żyje w zgodzie z innymi psami. Wykastrowany, zaszczepiony, zachipowany.

Kontakt: 787 747 977



## OGŁOSZENIA

**Zamieść ogłoszenie drobne: W PIERWSZYCH TRZECH EMISJACH – GRATIS**

**Tel. 22 / 730 33 41 w 110**

**reklama@flesch.pl**

### DAM PRACĘ

Zatrudnię fryzjera/fryzjerkę w zakładzie w centrum Pruszkowa od zaraz. Tel. 601 316 974

Biuro nieruchomości z Pruszkowa zatrudni agentów. Doświadczenie mile widziane. Wysoka prowizja tel. 22 730 33 40

Hurtownia spożywcza w Nadarzynie zatrudni kierowców z kat. C. Tel. 604 492 736

### SZUKAM PRACY

Witam jestem posiadaczem forda transita blaszak w bardzo dobrym stanie technicznym i wizualnym. Szukam pracy na to auto, ale niekoniecznie. Interesuje mnie praca kierowcy. Mam 34 lata prawo jazdy kat. B, C, CE. Mieszkam w Milanówku tel. 696 437 501

Podjęć pracę w sprzedaży – najchętniej w godz. 7:00-17:00. Mam ponad 3 letnie doświadczenie. Ostatnio pracowałam jako kasjer główny „Carrefour Express Złote Tarasy”. Szybko się uczyć i adaptuję. tel. 791 624 588

### AUTOMOTO

Toyota Camry 2,4 automat pierwsza rejestracja 2007. Więcej info pod tel. 662-28-28-33.

Opel Astra III 1.7 CDTi 2008 tel. 600 965 111

Sprzedam Seicento na części, tel. 795 50 85 30

Kupię Mercedesa – kontener winda 815, 2007-2009r. tel. 604 492 736

### NIERUCHOMOŚCI

Sprzedam działkę w Ruściu (gm. Nadarzyn) 1000 m2 tel. 604 492 736

Sprzedam działkę 1000 m2, Nadarzyn – Kajetany: 601 376 299

### USŁUGI

Szyldy-pieczętki-wizytówki Pruszków tel. 22 728 85 77

Naprawa samochodów ciężarowych tel. 508 129 009

Geodezyjne tel. 602 480 529

Wykopy, odśnieżanie – koparka: 795 50 85 30

### ZOOLOGICZNE

Mam do oddania za darmo zaszczepionego i odrobaczonego szczeniaka

niaczka urodzony 09.11.2011 roku. a więc ma już ok. 3 miesiące. Pies będzie miał wielkość jamnika. Proszę o kontakt pod nr tel. 518 907 212

### NAUKA

MATEMATYKA Liceum/Gimnazjum/Podstawowa... z doświadczeniem Udzielę korepetycji w zakresie szkoły podstawowej, gimnazjum, liceum, pomogę przygotować się do matury. Uczę od kilku lat z bardzo dobrymi efektami. Uczniowie bardzo zadowoleni. Pruszków, Piastów i okolice: 694 004 350. Preferuję dojeżdżać do ucznia.

### POZOSTAŁE

Sklep zoologiczno-wędkarski przeniesiony z ul. Chopina na ul. Daszyńskiego 22 tel. 501 382 526



W Grodzkiej Lidze Pływackiej liczy się doskonała, rodzinna zabawa i mnóstwo przyjemności z pływania Fot. Internet

## PŁYWANIE. Zawody dla wszystkich chętnych GLP na start!

W niedzielę 12 lutego startuje kolejna edycja Grodzkiej Ligi Pływackiej. Zawody są otwarte dla wszystkich chętnych i będą rozgrywane w 9 grupach wiekowych.

Ta edycja Grodzkiej Ligi Pływackiej liczyć będzie 6 rund: 12 lutego, 4 i 25 marca, 29 kwietnia, 27 maja oraz finał 17 czerwca. Wszystkie zostaną oczywiście rozegrane na Pływalni Miejskiej WODNIK-2000 na ul. Montwiłła 41.

Zgłosić może się każdy – od najmłodszych dzieci po dorosłych: przedszkolaki, uczniowie szkół podstawowych, gimnazjalnych i średnich oraz osoby starsze.

Zawodnicy podzieleni zostaną na 9 kategorii wiekowych. Osoby, które zajmą I, II i III miejsca w każdej grupie wiekowej, w każdej konkurencji, otrzymają dyplom. Najmłodsze dzieci otrzymają dyplom pamiątkowy. Zawodnicy, którzy zgromadzą najwięcej punktów we wszystkich sześciu rundach otrzymają puchary (miejsca I-III) oraz nagrody rzeczowe (miejsca I-VI).

Celem imprezy jest upowszechnienie aktywnego wypoczynku wśród dzieci, popularyzacja pływania na terenie powiatu grodzkiego oraz zdobywanie doświadczenia startowego zawodników. Przede wszystkim jednak liczy się doskonała, rodzinna zabawa i mnóstwo przyjemności z pływania.

Zgłoszenia do Grodzkiej Ligi Pływackiej w formie wypełnionych kart startowych można składać w kasie pływalni od poniedziałku do piątku w godz. 16:00 - 21:00 (najpóźniej do piątku poprzedzającego zawody do godziny 18:00).

Więcej informacji o zapisach i regulamin zawodów znaleźć można na stronie [www.grodziskisport.pl](http://www.grodziskisport.pl).

MD

SIATKÓWKA. Grodziska Amatorska Liga Siatkówki rusza już w lutym

## Realizują swoje pasje

Miłośnicy siatkówki z Grodziska Mazowieckiego mogą zgłaszać swoje drużyny do rozgrywek. Już 18 lutego rusza XXIV edycja Grodzkiej Amatorskiej Ligi Siatkówki. Wystartować w niej może każdy, kto tylko chce się sprawdzić w rywalizacji z innymi pasjonatami siatkówki. Na nasze pytania odpowiada koordynator GALS, Magdalena Jędra.

Skąd wziął się pomysł na taką imprezę, jak Grodziska Amatorska Liga Siatkówki?

Pierwsza edycja GALS to sezon 1997-1998. Początek GALSu pokrywa się z otwarciem Hali Sportowej w Grodzisku Mazowieckim, przy ul. Westfala 3. Pomysł zorganizowania siatkarskich rozgrywek padł ze strony grodzkiego i milanowskiego środowiska siatkarskiego, natomiast organizatorem została instytucja Grodziska Hala Sportowa, z ówczesnym dyrektorem panem Klimaszewskim na czele, który wsparł ten pomysł i pomógł wcielić go w życie. Gdy w Grodzisku wraz z wybudowaniem Hali Sportowej powstały warunki na tego typu rywalizację, liga GALS stała się miejscem, gdzie miłośnicy siatkówki z okolicy mogli realizować swoje pasje. Początki GALSu to kilka drużyn i tylko jedna liga. Aktualnie, od kilku edycji gra u nas we wszystkich ligach około 30 drużyn (8 drużyn w I lidze, 8 drużyn w II lidze, w trzeciej i żeńskiej lidze w ostatniej edycji brało udział po 6 drużyn).



Do udziału w Grodzkiej Amatorskiej Lidze Siatkówki organizatorzy zapraszają wszystkich chętnych Fot. GALS

Kto odpowiada za organizację rozgrywek?

Organizacją grodzkiej ligi zajmowało się przez te lata wiele osób i podmiotów. Obecnie ligą kieruje sekcja siatkarska UKS Sparta przy wsparciu Ośrodka Sportu i Rekreacji w Grodzisku Maz. Jej działania na polu propagowania tego wspaniałego sportu owocują systematycznym wzrostem zainteresowania siatkówką, przekładając się także na zainteresowanie GALSem.

Z 6 drużyn, które na początku tworzyły Grodzką Amatorską Ligę Siatkówki, rozgrywki rozrosły się do trzech lig męskich, a w sezonie jesień 2010, w odpowiedzi na zainteresowanie udziałem w lidze także zespołów damskich, po raz pierwszy ruszyły także oddzielne rozgrywki ligi żeńskiej.

W lutym rozpocznie się już XXIV edycja...

W ciągu roku rozgrywamy 2 edycje – wiosenną i jesienną, między którymi z jednej strony jest czas wolny od ligi na okres świąt Bożego Narodzenia i ferii zimowych, a z drugiej

czas na cykl rozgrywek Grand Prix w siatkówce plażowej organizowany przez nas w wakacje.

XXIV edycja, to już dwunasty rok rozgrywek przeprowadzanych w Grodzisku w ramach GALSu.

Jak długo trwają rozgrywki? Ile meczy rozgrywają drużyny w jednej edycji?

Rozgrywki trwają około 3 miesięcy. Liczba spotkań zależy od ilości drużyn w poszczególnych ligach. I i II liga męska liczy aktualnie po 8 drużyn i gra systemem każdy z każdym (7 spotkań), po którym następują play-off'y (miejsce 1 z 4, 2 z 3, 5 z 8 i 6 z 7). Zwycięzcy play-offów grają między sobą odpowiednio o pierwsze i piąte miejsce, a przegrani o miejsce trzecie i siódme. Drugie i siódme miejsce w ligach męskich finalnie grają także baraże: jedni o awans do ligi wyższej, a drudzy w obronie przed spadkiem do ligi niższej.

W lidze trzeciej i żeńskiej ilość drużyn jest nieograniczona, a system zależy od ilości zgłoszeń. W przypadku gdy ich liczba nie przekro-

czy 6, grają systemem mecz – rewanż (10 spotkań), a gdy jest ona większa zastosowany jest ten sam system co w I i II lidze.

Jak dużo drużyn zgłasza się do każdej edycji? Czy trzeba spełnić jakieś warunki czy każdy może wziąć udział?

Najbliższa, XXIV edycja staruje 18. lutego. Zapisy do niej trwają do 8. lutego, a finał planowany jest w pierwszej połowie maja. Do udziału w Grodzkiej Lidze Siatkówki zapraszamy wszystkich chętnych. Nie trzeba spełniać żadnych warunków poza zgłoszeniem drużyny w składzie minimum sześciu osób i opłaceniem wpisowego. Przedział wieku to przekrój od 14 do 60 lat. Ponadto we wszystkich ligach grają zarówno amatorzy, jak i ligowe drużyny z trenerami. Poziom jest bardzo zróżnicowany – każdy, bez względu na umiejętności, ma szansę na rywalizację i gwarancję satysfakcji z gry.

Dziękuję za rozmowę.

Dziękuję.

Rozmawiała: Marta Daszkiewicz

KOSZYKÓWKA. Pruszkowianki w biało – czerwonych barwach

## Liderki wśród gwiazd

Dwie zawodniczki Matizolu Lidera Pruszków znalazły się w kadrze reprezentacji Polski na Mecz Gwiazd Ford Germaz Ekstraklasy. W biało – czerwonych barwach zagrają Alicja Bednarek i Aleksandra Chomać.

Pierwszą piątkę Gwiazd wybiorą kibice, kolejne pięć zawodniczek wskażą trenerzy zespołu Gwiazd FGE i dodatkowo dwie zawodniczki zaproponuje Zarząd Polskiej Ligi Koszykówki Kobiet. Spotkanie odbędzie się 11 lutego w Gdyni.

Skład reprezentacji Polski na Mecz Gwiazd:

Rozgrywające: **Paulina Pawlak** (Wisła Can-Pack Kraków), **Weronika Idczak** (Energa Toruń), **Alicja Bednarek** (Matizol Lider Pruszków)

Rzucające: **Agnieszka Skobel** (KSSSE AZS PWSZ Gorzów Wlkp.), **Magdalena Ziętara** (Lotos Gdynia), **Elżbieta Mowlik** (Artego Bydgoszcz)

Niskie skrzydłowe: **Agnieszka Bibrzycka** (CCC Polkowice), **Agnieszka Szott** (Artego Bydgoszcz), **Katarzyna Krężel** (Wisła Can-Pack Kraków)

Wysokie skrzydłowe: **Magdalena Leciejewska** (Wisła Can-Pack Kraków), **Martyna Koc** (Artego Bydgoszcz)

Środkowe: **Aleksandra Chomać** (Matizol Lider Pruszków), **Ewelina Kobryn** (Wisła Can-Pack Kraków), **Agnieszka Majewska** (CCC Polkowice)

I trener: **Jacek Winnicki**

Asystenci trenera: **Dariusz Raczynski** i **Krzysztof Szewczyk**

Trener przygotowania motorycznego: **Piotr Madejski**

Kierownik reprezentacji: **Mirosław Nosowicz**

Masażysta: **Konrad Waszczykowski**

(MDA)





Zumba bije rekordy popularności nie tylko w Polsce. Zapytaj o nią w swoim klubie fitness! Fot. Tygodnik Nowodworski

**HOBBY. Nowy rodzaj zajęć podbija fitness kluby**

## W gorących rytmach Zumbi

Czym jest Zumba? To słowo ostatnio nie schodzi z języków kobiet (i nie tylko!), które chodzą na zajęcia aerobiku. W kilku słowach: Zumba to po prostu energetyczna mieszanka tańca i aerobiku, okraszona gorącymi, latynoamerykańskimi rytmami.

Popularność tego rodzaju zajęć można bardzo łatwo wytłumaczyć. To bardzo szybki sposób zgubienia kilogramów, ale też doskonała metoda na poprawę kondycji. Zajęcia odbywają się przy rytmach merengue, salsy, cumbia, reggaeton, łączą w sobie flamenco, tango i sambę z tańcem brzucha i nie tylko. Styl został stworzony przez kolumbijskiego instruktora i choreografa, **Alberto „Beto” Perez**a, i to zupełnym przypadkiem. Ponieważ zapomniał płyt z muzyką na zajęcia aerobiku, skorzystał z latynoskich płyt, które miał w samochodzie i improwizował. Nowa choreografia tak się spodobała, że na jednych zajęciach się nie skończyło. Wkrótce Perez przeniósł się do Stanów Zjednoczonych, gdzie w 2001 roku powstała Zumba Fitness. Aby zostać instruktorem, trzeba przejść specjalny kurs organizowany przez Zumba Fitness i otrzymać odpowiedni certyfikat. Szkolenia są zróżnicowane nie tylko pod względem poziomu, ale również rodzaju zajęć. Można uzyskać certyfikat z zajęć dla dzieci, zajęć w basenie czy dla seniorów.

Zumba przyciąga jak magnes i uzależnia. – Na zajęcia przychodzi coraz więcej par. Doceniają to, że szybciej niż podczas klasycznego aerobiku mogą wzmocnić mięśnie i zrzucić wagę. W dodatku doskonale się przy tym bawią – mówi **Karolina**, instruktorka. Zumba bije rekordy popularności nie tylko w Polsce. Obecna jest już w ponad 110 krajach na całym świecie, a trenuje ją ponad 10 milionów osób w różnym wieku. Zapytaj o nią w swoim klubie fitness!

Marta Daszkiewicz

## KULTURA. Sound'n'Grace z koncertami gospel Zaśpiewane z wdziękiem

Co sprawia, że młodzi muzycyści Polacy sięgają po muzyczną tradycję czarnych Amerykanów i zaczynają śpiewać Gospel? Głęboka wiara w Boga, ambicje muzyczne czy znudzenie pełną patosu ceremonialną oprawą muzyczną w katolickich kościołach? Po koncercie Sound'n'Grace w Grodzisku Mazowieckim zdania były podzielone.

Założony podczas warsztatów Warszaw Gospel Days w 2005 roku zespół stał się znany dzięki telewizyjnemu programowi „Mam talent”. W listopadzie 2011 Sound'n'Grace (Sound and Grace, czyli Wdzięk i Chwała) dostał się do finału programu. Choć zespół nie stanął na podium, to zachwycone entuzjastycznym wykonaniem przeboju **Kirk Franklin** *Hosana* jury (**Agnieszka Chylińska**, **Robert Kozyra** i **Małgorzata Foremniak**) zgodnie wywróżyli mu wielki sukces.

### Szept Boga

Tymczasem podobnych zespołów Gospel w Polsce są setki. Więc co wyróżnia Sound'n'Grace? Może właśnie młodość, atrakcyjność i przebojowość, dzięki której zostali dostrzeżeni w programie? Mieszkańcy Grodziska mieli okazję przekonać się o tym podczas dwóch darmowych koncertów: 15 stycznia w kościele Św. Marii Panny przy ul. Piaskowej oraz 22 stycznia w kościele Miłosierdzia Bożego na osiedlu Kopernika. Sound'n'Grace wystąpił z repertuarem *contemporary gospel* (współczesne pieśni chwalcące Pana), zaśpiewał także polskie wersje utworów gospel we własnej aranżacji.



Twórcy Sound'n'Grace, **Anna Żaczek** i **Kamil Mokrzycki** podkreślają, że gospel można śpiewać bez względu na kolor skóry, kraj czy wyznanie, a nawet jego brak

Myślę, że warto było tam być, aby usłyszeć, że rytmy pieśni religijnych czarnoskórych niewolników z Ameryki Północnej niewiele różnią się od popularnych gatunków współczesnej muzyki rozrywkowej. Jazz, soul, r'n'b, pop mają swoją genezę właśnie w muzyce gospel, która od początku swojego powstania koncentruje się na głoszeniu chrześcijańskiej Dobrej Nowiny (nazwa gospel pochodzi od staroangielskich słów *God Spell*, czyli szept Boga).

### Dlaczego Gospel?

Niektórym trudno zrozumieć dlaczego młodzi Polacy śpiewają religijne pieśni wyzwolenie czarnych. Nie dziwi to, zwłaszcza, że zespół oficjalnie przyznaje się, że nie ma misji religijnej – ewangelizacyjnej, a wiara to ich prywatna sprawa. Co więcej, twórcy Sound'n'Grace, **Anna Żaczek** i **Kamil**

**Mokrzycki** podkreślają, że gospel można śpiewać bez względu na kolor skóry, kraj czy wyznanie, a nawet jego brak.

Co ciekawe, od ponad 10 lat tymi samymi słowami kuszą czarni instruktorzy muzyki gospel organizujący w Polsce warsztaty (całkiem nie darmowe) tej techniki. Warsztaty są tłumnie oblegane przez młode talenty, które w większości skrycie marzą, że gospel otworzy im drogę do muzycznej kariery śladami **Whitney Houston** i **Beyonce**.

### Potrzebna charyzma

Od głęboko wierzących nauczycieli usłyszą, że to nie tędy droga. Prawdziwe gospel bowiem nie ma nic wspólnego z karierą, tylko z pogłębianiem relacji z Bogiem, czyli Jezusem. Śpiewanie Gospel to nic innego jak umacnianie

wiary w to, że Bóg zawsze nam pomoże wybrnąć z naszych trudności życiowych.

To właśnie wyjątkowa charyzma czarnoskórych instruktorów, a także znakomite poczucie humoru i wspaniały, pełen ciepła i serdeczności kontakt z drugim człowiekiem potrafią porwać do wspólnego tańca i śpiewu niejednego muzycznego ateistę.

– *Tacy żywiołowi, a publiczność taka drętwa* – skomentował ktoś perfekcyjnie zaśpiewany koncert Sound'n'Grace w Kościele Świętego Miłosierdzia.

Zgadza się, zespół był bardzo sympatyczny i naturalny. A jednak czegoś mi zabrakło. Może to zimny styczniowy wieczór a może zbyt mało głębokiej wiary i żarliwej pasji, którą słyszy się w głosach czarnych wykonawców?

Tekst i foto: **Paulina Grzesiewicz**



## HOROSKOP CHIŃSKI Witamy w Roku Smoka!

23 stycznia 2012 (a według innych prognoz 4 lutego) rozpoczął się chiński Rok Smoka. Wbrew europejskiemu wyobrażeniu o zięjącym niszczycielskim ogniem potworze, Chińczycy uznają smoka za zwierzę magiczne i na ogół kojarzą je z pozytywnymi przemianami. Jego znaczenie zależy od tego jaki żywioł i element jest mu podporządkowany. Smok Roku 2012 będzie pierwszym od sześćdziesięciu lat Smokiem Wody Yang. Czekaj nas zatem czas pełen zawirowań, ale i miłości.

Według znawców chińskiego horoskopu żywioł wody symbolizuje wyciszenie, spokój, ale także obawy i przemiany. Element Yang w filozofii chińskiej odnosi się do wody i wiatru. Woda Yang, to zatem silnie wzburzona wiatrem woda.

### Ogólna charakterystyka

Naturalnym żywiołem smoka jest ziemia, która stoi w opozycji do wody. Smok roku 2012 zwiastuje więc konflikty. Nie oznacza to, że potop zakończy dzieje naszego świata, ale na pewno wystąpią na dużą skalę powodzie i trzęsienia ziemi.

Perturbacje powodowane przez tak silny żywioł wody będą też miały odzwierciedlenie w świecie ludzkim, zarówno w negatywnym aspekcie takim jak napięcia w relacjach międzyludzkich, bunty, a nawet ataki terrorystyczne, jak również pozytywnym takim jak zacieśnianie więzi oraz szanse na rozwiązanie problemów dzięki zainteresowaniu się praktykami medytacyjnymi.

### Finanse, kariera, pieniądze

Gospodarka światowa będzie nadal zwalniała i wiele krajów od-

czuje mocniej kryzys. Spowoduje to konflikty, ale z drugiej strony – katastrofy naturalne wzmocnią tendencje do życzliwości, bezinteresownej pomocy biednym i poszkodowanym. Troska o środowisko naturalne stanie się coraz większa, gdyż ludzie na własne oczy zobaczą, że ich los na Ziemi jest zagrożony.

Działalność zawodowa związana z giełdą i finansami nie będzie rozwijała się w tym roku prężnie. Z drugiej strony Smok Wody Yang o wiele korzystniej może oddziaływać na branżę pośrednio i bezpo-

średnio związane z ziemią takie jak: przemysł tekstylny, papierniczy, wydawnictwa, media, ochrona środowiska, żywność naturalna, nieruchomości, budownictwo, przemysł wydobywczy.

### Związki i miłość

W tych aspektach Smok Wodny może przynieść nam miłą niespodziankę. Według niektórych prognoz Rok Smoka 2012 rozpoczyna się 4 lutego 2012 i kończy 4 lutego 2013. 4 lutego zaś jest w Chinach Świętem Kochanków. Czas Smoka ma więc przynieść osobom samot-

nym wiele okazji do zakochania się, a związkom zacieśnienie relacji w postaci małżeństwa lub potomstwa.

Rok Wodnego Smoka sprzyja także integrowaniu ludzi, także przy pracy zespołowej. Trzeba jednak pamiętać, że smocza energia podniesie temperaturę uczuć, co objawi się większą burzliwością, np. skłonnością do romansów, rozstań i powrotów oraz kłótni.

Smok z natury kryje w sobie gwałtowność, ale dzięki aspektowi wody daje też odpowiedni dystans potrzebny do rozwiązania trudno-

ści. A przecież dzięki temu stajemy się bogatsi w doświadczenia i mądrzejsi życiowo.

**Rada:** W roku Wodnego Smoka należy stać mocno na ziemi, nie odpływać i nie podejmować nadmiernego ryzyka w finansach i w życiu zawodowym. Należy nauczyć się oszczędzać i myśleć więcej o sprawach duchowych niż materialnych.

Wróżka Pelagya

Foto: <http://swiat-obrazkow.pl/e-kartki-niebieski-smok-2-11938-290.html>