

NIERUCHOMOŚCI

DORADZTWO KUPNO SPRZEDAŻ WYNAJEM

**NADARZYN
I OKOLICE**



NADARZYN - NIERUCHOMOŚCI

ul. Warszawska 3A, Nadarzyn;
tel./fax (022) 739 92 66
tel. kom. 0-601 37 62 99;
e-mail: biuro@n-n.pl

BIURO OBSŁUGI RYNKU NIERUCHOMOŚCI

MACHPOL®

Roboty drogowe

WYKONUJEMY:

- ☑ Nawierzchnie asfaltowe
- ☑ Nawierzchnie brukowe
- ☑ Roboty ziemne
- ☑ Kanalizacje
- ☑ Transport

Siedziba:

96-313 Jaktorów, ul. Jagiełły 67

tel.(0-46) 856 43 34

tel./fax (0-46) 856 48 48

Filia I: Murawki 23, 13-206 Płońsk

Filia II: ul. Wysockiego 24/117, 03-338 Warszawa

e-mail: biuro@machpol.pl

www.machpol.pl

PN-EN ISO 9001:2001



Dofinansowanie usuwania eternitu

Azbest jest minerałem znanym od kilku tysięcy lat. Jego właściwości były cenione przez użytkowników już w starożytności. Jest elastyczny, niepalny, odporny na niskie i wysokie temperatury oraz substancje żrące. Doskonale nadawał się do produkcji np. tkanin o dużej trwałości. Jego odporność na wysokie i niskie temperatury wykorzystywano przy produkcji wszelkiego rodzaju materiałów izolacyjnych stosowanych w budownictwie. Odporność na ścieranie umożliwiała produkcję różnego rodzaju hamulców i tarcz sprzęgłowych. W ochronie przeciwpożarowej były szeroko stosowane koce i sznury azbestowe. Bardzo dobrym materiałem konstrukcyjnym do produkcji płyt elewacyjnych, pokryw dachowych, przewodów wentylacyjnych i wodociągowych stał się materiał wykonany z cementu z dodatkiem azbestu – tzw. ETERNIT.

Materiały te były szeroko stosowane na całym świecie do połowy lat 80. W Polsce zdobycie eternitu na pokrycie dachu było nieraz wielkim kłopotem. Jednak najczęściej udawało się go zdobyć. Dzisiaj ogromna liczba dachów zwłaszcza na budynkach powstałych w latach 70. aż do połowy lat 90. pokryta jest właśnie różnymi płytami eternitowymi. Po tym okresie został wydany zakaz stosowania tych materiałów.

Intensywne badania nad wpływem azbestu na zdrowie ludzi prowadzono na świecie w połowie lat 80. Ich wynik był jednoznaczny: AZBEST MOŻE BYĆ GROŹNY DLA ZDROWIA. Szkodliwe są włókna azbestu unoszące się w powietrzu i wdychane do płuc. Dzieje się tak w przypadku naturalnej korozji elementów azbestowych lub ich celowego uszkodzenia (łamania, kruszenia, cięcia i innych form obróbki). Działania te powodują wzrost stężenia pyłu azbestowego w powietrzu atmosferycznym. Oddychanie takim powietrzem doprowadza często do zmian chorobowych w płucach (pylicy, międzybłoniaka opłucnej i otrzewnej, raka płuc). Zagrożeni są wszyscy przebywający w pobliżu miejsc występowania azbestu, zwłaszcza gdy materiały, które go zawierają, kruszą się (np. płyty na dachu). Objawy chorobowe mogą pojawić się nawet po 30. latach. Nie należy więc ryzykować.

Od 1997 r. produkcja, obrót i stosowanie wyrobów zawierających azbest jest w Polsce zabronione, zagrożone karą grzywny lub pozbawienia wolności. Niestety, niewiele zmienia to zagrożenie naszego zdrowia. W tej chwili szacuje się, że w Polsce znajduje się 15,5 mln ton wyrobów zawierających azbest, z czego na terenie województwa mazowieckiego 1,5 mln ton.

Przyjęty przez państwo Krajowy Plan Likwidacji Wyrobów Zawierających Azbest przewiduje całkowite usunięcie tych materiałów do końca 2032 roku. Jednakże prowadzone badania nad tempem likwidacji azbestu nie potwierdzają tej „optymistycznej” wizji Polski wolnej od azbestu w 2032 r. Tempo usuwania jest po prostu na dzisiaj zbyt wolne.

Na dzień dzisiejszy obowiązują szczególne przepisy dotyczące działań związanych z eternitem i innymi materiałami zawierającymi azbest. Na właścicielu nieruchomości ciąży obowiązek wynikający z Rozporządzeń Ministra Gospodarki, Pracy i Polityki Społecznej z dnia 23 października 2003 r. w sprawie wymagań w zakresie wykorzysta-

wania i przemieszczania azbestu oraz wykorzystywania i oczyszczania instalacji lub urządzeń, w których był lub jest wykorzystywany azbest – Dz. U. Nr 192, poz. 1876) oraz z dnia 2 kwietnia 2004 r. w sprawie sposobu bezpiecznego użytkowania i usuwania wyrobów zawierających azbest – Dz. U. Nr 71 poz. 649, dotyczące przeprowadzania kontroli stanu posiadanych wyrobów azbestowych i składania odpowiednich sprawozdań (w tym do Urzędu Gminy sprawozdań o miejscu występowania bądź o zakończeniu wykorzystywania tych wyrobów). Jednocześnie jakiegokolwiek prowadzenie prac przy eternicie przez osoby nieuprawnione np. przez samych właścicieli budynków jest prawnie zabronione.

Likwidowanie azbestu jest dość kosztowne. Zdjęcie i unieszkodliwienie 1 m² pokrycia eternitowego to koszt, który ostatnio był szacowany na ok. 15 zł i zapewne wzrośnie w najbliższym czasie. Na dzień dzisiejszy pomoc państwa w likwidacji azbestu jest mocno ograniczona. Indywidualny właściciel budynku pokrytego eternitem chcący zlikwidować groźny materiał, musi go likwidować na własny koszt, korzystając np. z niskooprocentowanych kredytów z Banku Ochrony Środowiska lub innych funduszy. Jednakże w wielu miejscowościach samorządy wspomagają finansowo mieszkańców.

W celu wspomżenia likwidacji tych niebezpiecznych materiałów, Rada Gminy Nadarzyn podjęła uchwałę Nr XVII/137/ 2007 z dnia 13 grudnia 2007 r. w sprawie przyjęcia regulaminu usuwania azbestu i określenia reguł udzielania dofinansowania dla osób fizycznych na ten cel ze środków gminnego funduszu ochrony środowiska i gospodarki wodnej. W myśl tej uchwały mieszkańcy Gminy Nadarzyn, będący właścicielami budynków pokrytych eternitem, mogą starać się o dofinansowanie utylizacji odpadów zawierających azbest, powstałych przy wymianie lub likwidacji pokryć dachowych i elewacji tj. wywozu i unieszkodliwiania elementów z eternitu. Dofinansowanie polega na zwrocie części lub całości kosztów poniesionych przez właściciela, w kwocie nie przekraczającej 3 000 zł.

Osoba zwracająca się o dofinansowanie musi jednak spełnić wiele wymagań wynikających z przyjętego regulaminu i złożyć następujące dokumenty:

1. Wniosek o dofinansowanie;



Eternitowy dach - częsty jeszcze widok na starszych budynkach

2. Kopię aktu własności obiektu budowlanego wraz z decyzją o podatku od nieruchomości (potwierdzona za zgodność z oryginałem);
3. Kopię zgłoszenia robót organowi nadzoru budowlanego lub pozwolenia na budowę (potwierdzoną za zgodność z oryginałem);
4. Pisemną zgodę na kontrolę prac objętych wnioskiem przez osoby uprawnione;
5. Potwierdzone za zgodność z oryginałem: kserokopie faktur/y VAT lub rachunku/ów wystawionych przez uprawnioną firmę odbierającą w/w odpady w celu ich wywozu do unieszkodliwienia z wyszczególnionymi kosztami utylizacji odpadu;
6. Kopię karty przekazania odpadu;
7. Informację o wyrobach zawierających azbest, których wykorzystywanie zostało zakończone (wg załącznika Nr 3 do Rozporządzenia Ministra Gospodarki, Pracy i Polityki Społecznej z dnia 23 października 2003 r. w sprawie wymagań w zakresie wykorzystywania i przemieszczania azbestu

oraz wykorzystywania i oczyszczania instalacji lub urządzeń, w których był lub jest wykorzystywany azbest – Dz. U. Nr 192, poz. 1876).

Prace z eternitem oraz wywóz odpadów mogą być realizowane jedynie przez uprawnionych wykonawców, posiadających stosowne zezwolenie i uprawnienie wydane przez Starostę Pruszkowskiego. Zgodnie z regulaminem wnioski będą rozpatrywane według kolejności zgłoszeń, do wysokości posiadanych środków.

Informacje dotyczące zgłoszenia robót rozbiórkowych pokryć eternitem można uzyskać w wydziale Architektury Starostwa Powiatowego w Pruszkowie (tel. 022 738 14 71), natomiast wniosek o dofinansowanie należy złożyć w Urzędzie Gminy Nadarzyn. Inne informacje można uzyskać w Referacie Rolnictwa, Leśnictwa i Gospodarki UG Nadarzyn (tel. 022 729 81 72 wew.107).

Krzysztof Pietrzykowski
Inspektor ds. Ochrony Środowiska
Urzędu Gminy Nadarzyn

CO W GMINNYCH INWESTYCJACH PISZCZY...

WOLA KRAKOWIAŃSKA

Sala gimnastyczna wraz z łącznikiem jest ocieplona, trwa tynkowanie zarówno na zewnątrz jak i wewnątrz obiektu.



NADARZYN

Prowadzona modernizacja podciśnieniowej przepompowni ścieków przy ul. Pruszkowskiej pozwoli na sukcesywne włączanie kolejnych sieci (ze Starej Wsi, Ruśca i Kajetan)



Pani Jolancie Ludwiniak
wyrazy szczerego współczucia z powodu śmierci
Męża

Wójt Gminy i Pracownicy Urzędu Gminy Nadarzyn

Pani Jolancie Ludwiniak
składamy szczere kondolencje z powodu śmierci
Męża

Przewodniczący Rady i Radni Gminy Nadarzyn

Wyrazy współczucia z powodu
śmierci Męża
Joli Ludwiniak
składają
członkowie Koła LOK Urzut

Joli Ludwiniak szczere wyrazy współczucia
z powodu śmierci Męża
składają
Dyrektor, Rada Pedagogiczna i Pracownicy
Szkoły Podstawowej w Młochowie

Wyrazy głębokiego współczucia i żalu
dla Pani Joli Ludwiniak i Rodziny
z powodu śmierci Męża
Zarząd Gminny LOK Nadarzyn

Pani Joli Ludwiniak szczere wyrazy współczucia
i żalu z powodu śmierci Męża
składają
pracownicy Szkoły Podstawowej
w Woli Krakowiańskiej

Sołtys oraz Rada Solecka Wolicy
składają serdeczne podziękowania
- Firmie EUROMAX
za ufundowanie paczek świątecznych dzieciom
z Sołectwa Wolica
oraz
- Firmie „MAXIMUS”
za dofinansowanie spotkania opłatkowego.

„Nieważne ile dajemy,
lecz, ile miłości w to wkładamy.”
Matka Teresa z Kalkuty

Zakład Usług Komunalnych

ul. Graniczna 4; 05-830 Nadarzyn;
tel. 022 739 42 00

Zgłoszenia awarii:

w godzinach pracy od pon. do pt.: 8.00-16.00

pod nr. tel. 022 739 42 00;

awarie wodociągowe - zgłoszenia całą dobę
pod nr tel. 022 729 84 30; 0 500 773 155;

awarie kanalizacji sanitarnej - zgłoszenia całą dobę
pod nr tel. 022 729 83 20

odśnieżanie dróg gminnych - zgłoszenia całą dobę
pod nr tel. 022 729 83 20 lub 0 510 374 773

Kasa ZUK czynna pon.-pt.: 9.00-15.00
Nr konta: Bank Spółdzielczy w Nadarzynie
39 8017 0002 7977 2000 0001

Składałam serdeczne podziękowania w imieniu własnym oraz podopiecznych ośrodka Panu Wójtowi Gminy Januszowi Grzybowi, Ks. Proboszczowi Andrzejowi Wieczorkowi oraz wszystkim wiernym parafii pw. św. Klemensa w Nadarzynie za wsparcie finansowe. Panu Dariuszowi Galicz Dyrektorowi Zakładu Usług Komunalnych za nieodpłatne użyczenie samochodu. Pracownikom ZUK – p. Zbigniewowi Opłockiemu i p. Maciejowi Zalewskiemu, którzy wspólnie z pracownikami Ośrodka Pomocy sprawili, że wiele rodzin z terenu Gminy Nadarzyn w okresie Świąt Bożego Narodzenia mogło otrzymać żywnościowe paczki świąteczne.

Wdzięczna za Państwa zaangażowanie, wyrażam również wielką nadzieję, iż nasze inicjatywy związane z pomocą drugiemu człowiekowi spotkają się z Państwa przychylnością także w przyszłości.

Grażyna Witkowska
Kierownik GOPS

Szkoła Podstawowa w Nadarzynie

**Coroczny kiermasz świąteczny
w świetlicy szkolnej**

Świetlica szkolna przeznaczona jest dla uczniów, którzy muszą przebywać w szkole, ze względu na czas pracy rodziców. W trakcie przebywania w świetlicy dzieci mają czas na zajęcia plastyczne, czytelnicze, gry i zabawy dydaktyczne, a także czas na odrabianie lekcji. Tematy realizowane w świetlicy w ciągu roku szkolnego dotyczą najbliższego otoczenia dzieci – rodziny, szkoły, kolegów. Poznają wiadomości o miejscu zamieszkania, znają ważne daty z rocznego kalendarza. Corocznie w świetlicy przygotowujemy się do świąt Bożego Narodzenia. Dzieci poznają tradycje i zwyczaje obchodzenia świąt Bożego Narodzenia w Polsce i na świecie. Ubieramy w świetlicy choinkę, przy której wychowawcy zapoznają dzieci z literaturą o tematyce bożonarodzeniowej. Słuchanie i śpiewanie kolęd przez dzieci wprowadza do świetlicy świąteczny nastrój. Okazało się, że najchętniej śpiewamy kolędy, te najbardziej znane. W tym okresie możemy realizować wiele ciekawych prac plastycznych z motywami świątecznymi i noworocznymi. W naszej świetlicy wykonujemy z dziećmi elementy do dekoracji sali, wykorzystując różnorodne techniki plastyczne. Mamy zawsze na celu eksponowanie prac dzieci wykonanych w różnym stylu. Tradycyjnie, co roku dzieci ze świetlicy przygotowują prace na kiermasz świąteczny, z którego dochód przeznaczamy na zakup gier i sprzętu sportowego. Dzieci chętnie wykonywały karty świąteczne, karteciki, torebki na prezenty wykorzystując

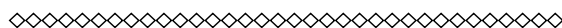


fot. arch. szkoły

pomysłowość i wyobraźnię. Malowały i ozdabiały figurki gipsowe oraz ramki na zdjęcia. Nowością okazały się ozdoby choinkowe ze sklejek, które dzieci starannie ozdobiły malując najdrobniejsze elementy. Dużym zainteresowaniem wśród dzieci, jak co roku, cieszyło się malowanie na szkle. Obrazki z motywami świątecznymi malowane farbami na szkle wymagały ze strony małego artysty dużej staranności i precyzji. Jedną z tradycji świąt Bożego Narodzenia jest obdarowywanie najbliższych prezentami. Każde dziecko mogło podarować rodzicom własnoręcznie wykonaną pracę. Każdego roku zachęcamy wszystkich rodziców do udziału w tego typu warsztatach i zakupu prac dzieci, ponieważ naszym nadrzędnym celem jest łączenie przyjemnego z pożytecznym.

mgr Renata Kulesza

Wychowawca świetlicy w Szkole Podstawowej w Nadarzynie



Szkoła Podstawowa w Młochowie

II Wieczór Kolęd

Święta Bożego Narodzenia są pięknymi i ważnymi świętami, zarówno dla dorosłych, jak i dla dzieci, przede wszystkim ze względu na ich rodzinny charakter.

Od dwóch lat w naszej szkole jest pielęgnowana tradycja związana z kolędowaniem i z tej okazji 3 stycznia odbył się „II Wieczór kolęd”. Dużo wcześniej przed świętami Rada Rodziców postanowiła zrobić dzieciom miłą niespodziankę. Rodzice wybrali scenariusz, dobrali aktorów i miesiąc przed planowanym występem zaczęli przygotowania. Próby odbywały się w tajemnicy przed dziećmi, wieczorami. Wszyscy niecierpliwie oczekiwali na premierę. Kiedy nadszedł ten dzień, przybyło do nas dużo gości: uczniów naszej szkoły, rodziców, babć i dziadków, rodzeństwa. Również miło nam było gościć p. A. Kuźmińską - Wicewójta naszej Gminy.

W pierwszej części spotkania zaprezentowano przedstawienie jasełkowe. Wśród kolejno pojawiających się na scenie postaci, dzieci z radością rozpoznawały nauczycieli i rodziców. Cała scenka utrzymana była w humorystycznej, aczkolwiek tradycyjnej wersji. W przedstawieniu było wiele interesujących momentów: dialog Heroda z

Herodową, pojawianie się na scenie Dworzanina, Śmierci, Diabła, Pasterzy wywoływało śmiech i dużo pozytywnych emocji u dzieci, a przyjście Trzech Króli i Anioła wywarło niezapomniane wrażenie na wszystkich widzach. Całość przedstawienia dopełniała oryginalna dekoracja i niezwykle oprawa muzyczna przygotowana przez rodziców naszych uczniów - Panie I. Bociańską i M. Zagdańską. Swoje



fot. M. Zagdańska

umiejętności aktorskie zaprezentowało niemal całe „grono pedagogiczne” szkoły: dyrektor szkoły Olga Mentlewicz zagrała rolę Melchiora, ks. Adam Motyka - Kacpra, Diabła - nauczyciel nauczania zintegrowanego Jolanta Ludwiniak, Śmierć - nauczycielka języka polskiego Agnieszka Kmieć, Pasterzy - wychowawca świetlicy Ludmiła Krutewicz i Renata Andraka - nauczyciel nauczania zintegrowanego.

W drugiej części spotkania zespoły (klasowe i rodzinne) śpiewały swoje ulubione kolędy, które oceniało aktorskie jury. Między występami można było wysłuchać informacji o historii powstania kolęd. Zebrani goście mogli podziwiać nie tylko śpiew, ale również znakomite wykonanie znanych kolęd na instrumentach muzycznych (akordeon, flety, gitara). Publiczność z chęcią włączała się do wspólnego kolędowania. Słowa najpiękniejszych kolęd wprowadziły wszystkich w cudowny, melancholijny nastrój. Pod koniec każdy z „kolędników” otrzymał podziękowanie, a cały zespół - słodką „pierniczkową” nagrodę. Wszystkie dzieci, które tego dnia przyszły na Wieczór Kolęd otrzymały miły, słodki prezent ufundowany przez Radę Rodziców i Wójta

fot. M. Zagdańska



Gminy p. J. Grzyba. Chcemy kontynuować tę tradycję, bo „śpiewać każdy może”, a śpiewać kolędy każdy powinien.

*Mgr Ludmiła Krutewicz
Nauczyciel Szkoły Podstawowej w Młochowie*



Przedszkole Publiczne w Nadarzynie

Więści z Przedszkola

Nasze przedszkole należy do *Klubu Czytających Przedszkoli*, w związku z tym w listopadzie zorganizowaliśmy dla rodziców *Kiermasz Taniej Książki*. Za przysłowiowe grosze można było kupić ciekawe pozycje z literatury dziecięcej. Pomysł spotkał się z dużym zainteresowaniem rodziców. Sprzedaliśmy prawie wszystkie książki i dodatkowo powiększyliśmy przedszkolną biblioteczkę o nowe pozycje.

Święta Bożego Narodzenia to najpiękniejszy i najbardziej rodzinny okres w roku. Są one dla każdego dziecka wielkim przeżyciem. Te magiczne chwile wzruszają i zbliżają wszystkich do siebie. Dostarczają niezapomnianych wrażeń i wyzwalają postawę wzajemnej miłości i życzliwości. Doskonałą ku temu okazją staje się udział w dorocznym przeglądzie szopek organizowanym przez Nadarzyński Ośrodek Kultury. W tym roku dzieciom z grupy 5-latków pomagała jedna z mam. Dzięki jej zaangażowaniu i pomocy powstała praca nagrodzona przez jury.



fot. arch. przedszkola



fot. arch. przedszkola

5 grudnia do przedszkola zawitał Mikołaj. Podczas wspólnej zabawy nie zabrakło czasu na wysłuchanie bajki o tradycjach bożonarodzeniowych w innych krajach. Widać i Mikołaj słyszał o akcji *Cała Polska Czyta Dzieciom*.

6 grudnia 5-latki zwiedzały Urząd Pocztowy w Nadarzynie. Dzięki uprzejmości pani naczelnik dowiedzieliśmy się wielu ciekawych rzeczy i zwiedziliśmy budynek poczty. Podczas wycieczki znaleźliśmy czas na wysłuchanie bajeczki przeczytanej przez jedną z urzędniczek.

Magiczne wzruszające chwile świąt otwierają serca tak szeroko, że znajdzie w nich miejsce każdy człowiek – szczególnie pokrzywdzony przez los. W naszym przedszkolu zorganizowana została loteria na rzecz dzieci z ośrodka wychowawczego prowadzonego przez siostry zakonne w Walendowie. Za zgromadzone fundusze - dzięki ofiarności rodziców dzieci uczęszczających do naszego przedszkola - zakupiliśmy skromne prezenty dla dzieci. W imieniu wychowanków tej placówki upominki odebrały dziewczynki, które wraz z jedną z Sióstr były honorowymi gośćmi wieczoru przy choince.

*Małgorzata Tondera-Bucior
Nauczycielka Przedszkola Publicznego w Nadarzynie*

Aktywność fizyczna w przeciwdziałaniu otyłości

Otyłość jest to stan, w którym w organizmie występuje nadmiar tkanki tłuszczowej. Nadwaga i otyłość prosta powstaje na skutek zaburzenia równowagi między ilością energii pobranej z pożywienia, a wydatkowaną przez organizm.

Otyłość może przyczyniać się do powstawania choroby niedokrwiennej serca, nadciśnienia tętniczego, cukrzycy, sprzyja także kamicy pęcherzyka żółciowego, zmianom zwyrodnieniowym układu kostno-stawowego, a nawet rakowi okrężnicy, odbytnicy, rakowi trzonu macicy u kobiet oraz prostaty u mężczyzn. Wyniki badań naukowych wykazują, że otyłość skraca życie o około 10-12 lat.

Szacuje się, że każde 2-3 kg powyżej prawidłowej masy ciała skraca życie o 1 rok.

Występowanie otyłości można określić w oparciu o wskaźnik masy ciała (body mass index-BMI). Wskaźnik masy ciała obliczamy jako stosunek masy ciała do wysokości ciała wyrażonej w metrach i podniesionej do potęgi drugiej. Obowiązuje następująca interpretacja wartości BMI: za prawidłowe przyjmuje się wartości 20-24,9 kg/m², przy wartościach 25-29,9 kg/m² mówi się o nadwadze, natomiast przy wartościach powyżej 30 kg/m² o znacznej nadwadze lub otyłości. Szczególnie niebezpieczna dla zdrowia jest tzw. otyłość brzuszna („typu jabłko”, centralna, wisceralna, androidalna). Ocena rozmieszczenia tkanki tłuszczowej ma duże znaczenie praktyczne, bowiem pozwala określić stopień zagrożenia zdrowia. Od wielu lat najprostszą i najbardziej popularną metodą pozwalającą podzielić otyłość na dwa typy: brzuszną i pośladkowo-udową („typu gruszką”, gynoidalna) jest określenie stosunku obwodu talii do największego obwodu bioder (waist hip ratio - WHR). Otyłość brzuszną rozpoznajemy u mężczyzn gdy WHR>1, u kobiet, gdy WHR>0,8; natomiast pośladkowo-udową wtedy gdy WHR<1,0 u mężczyzn i WHR<0,8 u kobiet. Otyłość centralna częściej występuje u mężczyzn niż u kobiet. Jednak niezależnie od płci istotnie zwiększa zagrożenie wystąpienia hiperlipoproteinemii, cukrzycy typu II, nadciśnienia tętniczego i miażdżycy.

Dotychczasowe badania wykazują, że najskuteczniejszą metodą walki z otyłością jest stosowanie odpowiedniej diety z równoczesnym zwiększeniem wydatkowanej energii poprzez systematyczną aktywność fizyczną. Dieta powinna być niskokaloryczna z ograniczeniem spożycia tłuszczów oraz węglowodanów. Konstruuje się ją w oparciu o indywidualny bilans energetyczny, tak aby powstał deficyt. Tylko wówczas może zostać zużytkowana nadmierna ilość tkanki tłuszczowej.

Badania Life Heart Study wykazały w grupie pacjentów którzy zmniejszyli spożycie tłuszczu z 32% do 7 % z jednocześnie zwiększeniem aktywności fizycznej ubytek masy ciała średnio 11 kg w ciągu roku. W badaniu kontrolnym po roku odnotowano, że obniżoną masę ciała utrzymało 60-80% badanych.

Systematyczna aktywność fizyczna powoduje zmniejszenie ilości tkanki tłuszczowej, zmniejszenie wielkości komórek tłuszczowych, a także zwiększa ich podatność na działanie insuliny. Wykazano również, że ćwiczenia fizyczne regulują występujące często w otyłości zaburzenia me-

taboliczne. Powodują obniżenie stężenia insuliny we krwi poprzez wzrost wrażliwości tkanek na insulinę i zwiększone wiązanie insuliny przez receptory insulinowe, a także obniżenie poziomu lipidów we krwi oraz wzrost wrażliwości tkanki tłuszczowej na czynniki lipolityczne. Aktywność fizyczna obniża również ciśnienie krwi oraz poprawia funkcjonowanie układu krążenia. Efekty fizjologiczne następujące po bodźcu, jakim jest wysiłek fizyczny trwają krótko (tylko jeden lub dwa dni), aby zostały utrwalone niezbędna jest regularna aktywność ruchowa. Wprawdzie ćwiczenia nie zapewniają natychmiastowej redukcji masy ciała jednak stanowią najpewniejszą gwarancję spadku masy ciała i utrzymania jej w późniejszym czasie.

W celu redukcji masy ciała należy systematycznie (3-4 razy w tygodniu) podejmować ćwiczenia ruchowe angażujące duże grupy mięśniowe. W przypadku osób otyłych należy zwrócić uwagę na przeciążenia narządu ruchu występujące już w spoczynku. Dyscyplinami z wyboru są jazda na rowerze i sporty wodne np. kajakarstwo, pływanie. Podczas uprawiania tych sportów odciążony jest kręgosłup oraz stawy kończyn dolnych jednocześnie trening obejmuje duże grupy mięśniowe. Można polecać również marsz, trucht, łagodny aerobik, narciarstwo biegowe. Zalecany jest wysiłek o umiarkowanej intensywności nie przekraczający 60% maksymalnej częstości skurczów serca. Należy natomiast unikać ćwiczeń o dużej intensywności, a także skłonów, skrętosłonów tułowia oraz ćwiczeń wymagających gwałtownego przenoszenia masy ciała np. skoków, szybkiego biegu. Traumatyzują one bowiem stawy kończyn dolnych oraz odcinek dolny kręgosłupa.

Każda jednostka treningowa powinna być poprzedzona 10-15 minutową rozgrzewką i zakończona 10 minutami ćwiczeń wyciszających. Trenować należy na miękkim podłożu. Do ćwiczeń należy przystępować nie wcześniej niż 1,5-2 godzin po posiłku. Z ćwiczeń należy wyeliminować elementy współzawodnictwa. Uzyskanie optymalnego efektu odchudzania wymaga również kontroli i powstrzymywanie się od spożywania obfitych posiłków po treningu. Istotnym elementem zwiększenia wydatku energetycznego jest również zwiększenie aktywności ruchowej związanej z pracami domowymi, pracami w ogrodzie czy na działce. Nie bez znaczenia jest również włączenie krótkich okresów aktywności ruchowej do zwykłego programu dnia np.: chodzenie po schodach zamiast korzystania z windy, pozostawienie samochodu w najdalszym kącie parkingu, przejście pozostałej odległości pieszo. Szczególnie ważne jest także aktywne spędzanie czasu wolnego (np. spacer), a nie w domu przed telewizorem, czy komputerem.

Kontrola masy ciała wymaga uwzględnienie trzech elementów: zwiększenia wydatku energetycznego, skrócenia okresów bezczynności fizycznej oraz ograniczenia ilości energii przyjmowanej w pokarmach.

Osoby, które pragną zapobiegać nadwadze otyłości lub schudnąć powinny traktować aktywność fizyczną jako stały element swego trybu życia.

*Kierownik Przychodni Rehabilitacji w Nadarzynie
mgr Paweł Cukrowski*

Nasza „Mała Historia”

Wyobraźnię można uruchomić na różne sposoby: fantazując, oglądając lub tworząc wirtualną przyszłość przy pomocy komputera, albo sięgając w świat naszych dziadków i pradiadków zgłębiać historię, której na ogół nie byliśmy naocznymi świadkami. Bardzo dobrze, gdy mamy dostęp do starych kronik, zdjęć lub dokumentów, ale jeśli są one opatrzone komentarzami i opowieściami z pobocznymi wątkami, to życie naszych przodków tak przedstawione staje się ciekawsze. O ile komputery są i będą (i to coraz lepsze) to stare kroniki, zdjęcia i opowieści będą coraz trudniej osiągalne. Z czasem zaginą i odejdą w mroki przeszłości wraz z ludźmi, którzy byli ich uczestnikami lub posiadali o nich wiedzę. Ludzie, którzy interesują się przeszłością - historią urzędów, organizacji, wydarzeniami i ludźmi w nich uczestniczącymi - robią to zazwyczaj na skutek pasji i dla pewnego podniesienia adrenaliny, która skacze za każdym razem, kiedy uda się nam pozyskać jakieś ciekawe informacje. To tak przez pewien czas, lecz później przychodzi refleksja i świadomość, że staliśmy się posiadaczami pewnej wiedzy, wiedzy historycznej, którą należałoby w jakiś sposób uchronić od zapomnienia, może właśnie w taki - dzieląc się nią z innymi (zarazem chcielibyśmy przeprosić w tym miejscu za niezbyt poprawny styl i składnię naszej pisowni, ale doszliśmy do wniosku, że bardziej niż składnia interesuje nas historia, a w dużej mierze cytowane wypowiedzi starszych ludzi straciłyby tylko na tym, gdybyśmy je zaczęli poprawiać; a i my nie jesteśmy polonistami z wykształcenia, więc - aby niczego nie uszczknąć z tematów - będziemy pozostawiać).

Czy nie ciekawi Was np.: jesteście listonoszem w roku 1935 i musicie dostarczyć paczkę pani Rozalii Zalewskiej na ulicę, Pierackiego 9 w Nadarzynie, powiat Błonie. Gdzie to jest dzisiaj? Jaka to obecnie ulica? Gdzie było probostwo, wtedy, gdy nie było dzisiejszej plebani? Gdzie i do jakich szkół chodziły nasze babcie i prababce, dziadkowie i pradiadkowie? Kto ich uczył i jak spędzali wolny czas? Jakie ciekawe zabawy wypełniały im wolne chwile? Do jakich psikusów zdolni byli ówczesni nastolatki? Dziś mamy „dwupasmówkę” i miejskie autobusy, a przede wszystkim dużo własnych aut, a kto z Was wie jak i które przemieszczali się do Warszawy lub Tarczyna w czasach Napoleońskich Wasi przodkowie? Ile w naszej gminie było młynów wodnych i wiatraków, do kogo należały? Kto wie, że dzisiejsza „gierkówka” na niektórych odcinkach była drogą drewnianą? Jak sto lat temu funkcjonowała poczta i kto wie, że w Urzędzie Gminy pracowali ludzie umiejący posługiwać się językiem chińskim? Dziś mamy Strażacką Orkiestrę Dętą, ale niewiele wie, że miała ona starszą siostrę w latach 1918- 1939. Niewielka jest wiedza o ludziach, którzy ją tworzyli i w niej grali - postaramy się to zgłębić, jak również znaleźć odpowiedź na wyżej postawione pytania.

Historia wojen i wielkich wydarzeń jest nam ogólnie znana, natomiast nazwijmy to „małą historią” naszych rodzin, domostw, miejscowości, w których żyjemy, która na ogół nie jest spisywana i publikowana. Staje się w ten sposób bardziej ulotną i skazaną na zapomnienie. Takimi historiami będziemy się tutaj zajmować, historiami, które są nam bardziej bliskie niż wielkie światowe wydarzenia.

Zwracamy się do Państwa z gorącą prośbą o pomoc w

dotarciu do materiałów lub podzielenie się wiedzą na temat poruszanych przez nas zagadnień, może jesteście Państwo w posiadaniu materiałów, zdjęć lub ustnych przekazów, które poszerzyłyby wiedzę o naszej „małej historii”.

Z poważaniem

Ryszard Zalewski – 0 602 627 456,

e-mail: zalewski@aster.net.pl

Sławomir Majewski – e-mail: kokeshm@wp.pl

Roman Ćwiertniewicz

e-mail: elrom@nadarzyn.info.pl

Urząd Gminy Nadarzyn

Urząd Gminy Nadarzyn funkcjonuje w godzinach: 9⁰⁰-17⁰⁰ w poniedziałki oraz 8⁰⁰-16⁰⁰ w pozostałe dni tygodnia (z wyjątkiem sobót i niedziel).

Interesanci w referatach przyjmowani są w poniedziałki, środy i piątki.

W sprawach skarg i wniosków

Wójt Gminy Nadarzyn przyjmuje interesantów w:

poniedziałki (w godz. 10⁰⁰-17⁰⁰)

piątki (w godz.: 10⁰⁰-15⁰⁰)

po wcześniejszym telefonicznym umówieniu się.

Sekretariat: +48 22 729 81 85 wew. 101, 221
gmina@nadarzyn.pl

www.Jordanas.pl

Adam Słowik tel.: 505 505 102

komputery - gotowe zestawy, monitory, laptopy, palmtopy, nawigacja, części i podzespoły do budowy komputerów, tusze i tonery - ceny promocyjne, porównywalne z giełdowymi, długie okresy gwarancji

multimedia - odtwarzacze mp3, aparaty fotograficzne, dyktafony cyfrowe, karty pamięci, głośniki multimedialne i inne

internet - budowa i obsługa stron www, serwery i konta e-mail, instalacja internetu

pomoc informatyczna - nadzór informatyczny nad sieciami i komputerami firmowymi, instalacja, przebudowa i rozbudowa sieci, kopie danych i inne

serwis - serwis i konserwacja komputerów, drukarek, monitorów i innych urządzeń peryferyjnych

FAKTURY VAT, DOJAZD DO KLIENTA

Z dziejów nadarzyńskiego harcerstwa

Cz. XI

Rok 1976 – drużyna harcersko – strażacka przy OSP Nadarzyn bierze udział w uroczystościach z okazji 70-lecia OSP Nadarzyn. Druhowie z tej drużyny zostali wyróżnieni brązowymi odznakami MDP i w czasie uroczystości dali



Przemarsz Młodzieżowej Drużyny Harcersko-Pożarniczej w czasie uroczystości 70-lecia OSP (1976 r.)

Młodzieżowa drużyna harcersko-pożarnicza na uroczystej zbiórce strażackiej w czasie uroczystości 70-lecia (1976 r.)

piękny pokaz sprawności sportowo-pożarniczej.

W tym czasie nastąpiły zmiany w działalności harcerskiej Gminnego Związku Drużyn i powstał Hufiec gminny. Na komendanta hufca gminnego zostaje mianowana, rozkazem Komendy Chorągwi Stołecznej, hm. Halina Antonik (nauczycielka ze Szkoły Podstawowej w Kostowcu).

Harcerze z nadarzyńskiego hufca przystąpili do realizacji kampanii „Bohater” i przez rok zdobywali wiedzę o IV Pomorskiej Dywizji Piechoty im. Jana Kilińskiego i żołnierzach, którzy w niej służyli. Nawiązali bezpośrednie kontakty z kombatanami i poznali szlak bojowy IV Dywizji oraz historię jej ciężkich walk na Wale Pomorskim. Bliskie zaznajomienie się z losami Dywizji i bohaterstwem jej żołnierzy sprawiło, że nadarzyńscy harcerze uznali właśnie ją za swojego patrona.

16 kwietnia 1978 roku podczas doniosłej uroczystości, która miała miejsce na nadarzyńskim rynku odbyło się nadanie hufcowi harcerskiemu Nadarzyn imienia IV Pomorskiej Dywizji Piechoty im. J. Kilińskiego. Podczas uroczystości I sekretarz Kom. Gminy PZPR w Nadarzynie Jan Kowalski, na ręce komendantki hufca hm. Haliny Antonik przekazał sztandar ufundowany przez społeczność Nadarzynu.

Następnie zuchy na nowy sztandar złożyły ślubowanie, harcerze zaś przyrzeczenie. Wśród obecnych gości byli: sekretarz KW. PZPR Jolanta Matuszewicz, wicemi-



Uroczyste przekazanie sztandaru

nister oświaty i wychowania gen. dyw. Zygmunt Huszcza, wiceprezydent Warszawy Stanisław Bielecki, kurator oświaty i wychowania Romuald Lerski, Komendant Chorągwi Stołecznej ZHP Warszawy hm. PL. Barbara Prószyńska, Kombatanci IV Pomorskiej Dywizji Piechoty z gen. Rudolfem Dziubanowem i gen. Mieczysławem Dębickim, władze partyjne i administracyjne gminy z Naczelnikiem gminy Witoldem Sojką. Uroczystości zakończyły występy artystów scen warszawskich, a wieczorem odbyło się ognisko harcerskie i oficjalne zakończenie kampanii „Bohater”.

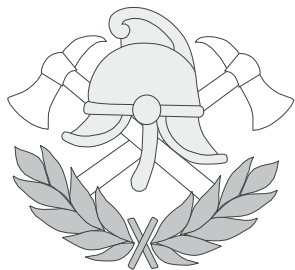
Opracował hm. Leon Giżycki na podstawie kronik obozowych oraz kronik Hufca ZHP Nadarzyn, z których pochodzą także zamieszczone zdjęcia

c.d.n.



Pokazy sprawności pożarniczej

Z życia Ochotniczych Straży Pożarnych Gminy Nadarzyn



Ochotnicza Straż Pożarna
w Nadarzynie

ul. Warszawska 15
05-830 Nadarzyn
tel. 022 729 81 83

Udział w akcjach ratowniczo-gaśniczych:

17.12.2007r. Usuwanie skutków kolizji drogowej na trasie katowickiej w Paszkowie. Akcja prowadzona w godzinach popołudniowych.

21.12.2007r. Pożar rozdzielni energetycznej na słupie średniego napięcia w Walendowie, ugaszony za pomocą gaśnicy proszkowej. Akcja prowadzona w godzinach wieczornych.

10.01.2008r. Pożar poddasza domu jednorodzinnego w Urzucie. Akcja prowadzona w godzinach nocnych.

13.01.2008r. Usuwanie skutków wypadku drogowego z udziałem dwóch samochodów w Nadarzynie, al. Katowicka (skrzyżowanie na światłach). Akcja prowadzona w godzinach popołudniowych.

13 stycznia 2008r. już po raz 16. zagrała **Wielka Orkiestra Świątecznej Pomocy**. Do tegorocznego finału (sztab



Fot. dh. D. Śmigiełska

znajdował się w Nadarzyńskim Ośrodku Kultury) podobnie jak w roku ubiegłym przyłączyli się nasi Strażacy. Druhowie z Nadarzyna kwestowali na rzecz Orkiestry jako wolontariusze i wraz z Pogotowiem Ratunkowym RIEMER z Grodziska Maz. przeprowadzili pokaz (fot. powyżej) udzielania pierwszej pomocy w warunkach zagrożenia życia ludzkiego. Miał on na celu uświadomienie zebranym przed Ośrodkiem Kultury widzom jak należy zachować się będąc świadkiem takich wypadków.

Naczelnik OSP Nadarzyn
Kiliński Arkadiusz

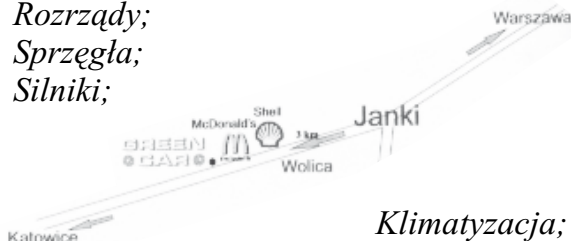
**GREEN
CAR**

e-mail: green-car@wp.pl
www.belki.pl

Wolica,
al. Katowicka 14a
05-830 Nadarzyn
tel. kom. 0602 765 845
(022) 425 60 69;

MECHANIKA POJAZDOWA:

*Naprawy bieżące;
Przeglądy i naprawy pogwarancyjne;
Regeneracja przekładni kierowniczych;
Zawieszenia;
Rozrządy;
Sprzęgła;
Silniki;*



*Klimatyzacja;
Sprzedaż części;
Wysoka jakość usług;
Gwarancja części i usług.*

Poszukuję osoby do odbioru dziecka z przedszkola
w Młochowie. Tel. kom.: 0 691 377 924

RA **STUDIO
DANCE**

- Pon. 18.00 (BBU), 19.00 (Pilates)
- Wt. 9.00 (Pilates), 10.00 (STEP TBC)
- Śr. 18.30 płaski brzuch, 19.30 Latinoaerobic, 20.20 STEP TBC
- Czw. 9.00 (Pilates*), 10.00 (BBU)
- Sob. 9.30 (STEP TBC)

**Zajęcia na hali przy Szkole Podstawowej
w Nadarzynie - sala Fitness:**

- Pon. 20.20 (FB)
- Czw. 20.20 (STEP TBC)

ZAPISY - INFORMACJA

e-mail: rastudio32@wp.pl
<http://www.ra-studiodance.pl>
p. Ania tel.: 0 602 284 325
Nadarzyn, ul. Modrzewiowa 32

*Pilates jest metodą mającą na celu stworzenie równowagi w ciele. Jest treningiem "dobrego samopoczucia". Wpływa na to jak wygląda ciało, jak je odczuwamy i jak ono pracuje. Mięśnie rozciągają się, wzmacniają, stają się bardziej elastyczne, dlatego całe ciało odzyskuje sprężystość, poprawia się sylwetka.

Zaopiekuję się dzieckiem kilka dni w tygodniu.
Posiadam referencje. Tel. 0 501 814 758



Nadarzyńskie kryminałki

18.12.2007r.

O godz. 8:50 Komisariat Policji w Nadarzynie został powiadomiony o uszkodzeniu ciała. Do

zdarzenia doszło w dniu 17.12.2007r. ok. godz. 9:40 w Walendowie na przeciwko baru „KARP”.

19.12.2007r.

O godz. 23:30 funkcjonariusze KP Nadarzyn dokonali zatrzymania trzech mężczyzn, którzy dokonali kradzieży narzędzi o wartości ok. 1000 zł na szkodę firmy, która ma swoją siedzibę w Ruścu.

20.12.2007r.

O godz. 15:00 funkcjonariusze KP Nadarzyn dokonali zatrzymania dwóch mężczyzn podejrzanych o dokonanie kradzieży narzędzi z terenu firmy w Ruścu.

21.12.2007r.

O godz. 22:10 funkcjonariusze KP Nadarzyn dokonali zatrzymania mężczyzny, który ukrywał się przed wymiarem sprawiedliwości. Został on osadzony w Areszcie Śledczym.

22.12.2007r.

O godz. 14:55 funkcjonariusze KP Nadarzyn trasie E-67 w Nadarzynie dokonali zatrzymania mężczyzny, który znajdując się w stanie nietrzeźwym kierował samochodem marki Polonez. Ponadto ukrywał się on przed wymiarem sprawiedliwości będąc poszukiwanym do odbycia kary Listem Gończym.

23.12.2007.

O godz. 9:40 KP w Nadarzynie został powiadomiony o kradzieży dwóch indyków, które trzymane były w zamkniętym pomieszczeniu na terenie prywatnej posesji przy ul. Mszczonowskiej w Nadarzynie. Do zdarzenia doszło w nocy 06/07.11.2007 r.

24.12.2007r.

O godz. 00:20 funkcjonariusze KP Nadarzyn przy ul. Błońskiej w Nadarzynie dokonali zatrzymania mężczyzny, który znajdując się w stanie nietrzeźwym kierował samochodem marki Renault Clio.

28.12.2007r.

O godz. 16:30 KP w Nadarzynie został powiadomiony o kradzieży paliwa wartości 674 zł. Do zdarzenia doszło w dniu 27.12.2007r. o godz. 20:15 na terenie stacji paliw SHELL w Wolicy, a sprawca poruszał się samochodem m-ki BMW.

31.12.2007r.

O godz. 14:55 KP w Nadarzynie został powiadomiony o kradzieży tzw. bolerek damskich o różnych wymiarach i kolorach o wartości ok. 1500zł. Do zdarzenia doszło w dniu 28.12.2007r. w jednym ze sklepów na terenie CHH „Maximus” w Wolicy.

03.01.2008r.

O godz. 19:15 funkcjonariusze KP Nadarzyn przy ul. Pruszkowskiej w Strzeniówce dokonali zatrzymania mężczyzny, który znajdując się w stanie nietrzeźwym kierował samochodem marki Nissan Sunny

04.01.2008r.

O godz. 21:25 KP w Nadarzynie został powiadomiony o kradzieży z włamaniem do samochodu marki Skoda Octavia,



Bank Spółdzielczy w Nadarzynie

Pl. Ks. J. Poniatowskiego 5 A

tel. (022) 729 81 24, 729 83 69

tel./ fax (022) 729 83 69

www.bsnaazarzyn.pl;

e-mail: kontakt@bsnaazarzyn.pl

godziny otwarcia:

pn-pt w godz. 8⁰⁰-16⁰⁰ (kasa: 8⁰⁰-15⁰⁰)

soboty w godz. 8⁰⁰-14⁰⁰ (kasa: 8⁰⁰-13⁰⁰)



OFERTA BANKU:

♦ kredyty:

obrotowe; inwestycyjne (w tym preferencyjne dla rolników z dopłatami od AR i MR); w rachunku bieżącym, na nieruchomości; na budownictwo mieszkaniowe (kredyty na zakup nieruchomości oraz budowę budynków mieszkalnych - do 10 lat); pożyczki hipoteczne; konsumenckie, w tym kredyty okolicznościowe; w rachunkach oszczędnościowo-rozliczeniowych;

♦ depozyty:

rachunki bieżące na podmioty gospodarcze i dla osób prawnych w tym obsługa Home Banking; rachunki *a vista*; rachunki oszczędnościowo-rozliczeniowe; lokaty terminowe o różnych okresach oszczędzania;

♦ działalność rozliczeniowa:

Przyjmowanie wpłat za gaz, energię elektryczną, telefon, ubezpieczenie, ZUS, KRUS, RTV, podatki i opłaty na rzecz innych banków; usługa „saldo sms”; prowadzimy kasę walutową.

Najniższe prowizje od wpłat!!!

Każda jednostka posiada bankomat

Filia „MAXIMUS”

05-830 Nadarzyn

al. Katowicka 62

tel. (022) 429 81 11

tel./ fax (022) 429 81 12

godziny otwarcia:

pn-pt w godz. 8⁰⁰-16⁰⁰

(kasa: 8⁰⁰-15⁴⁵)

sob. i niedz. - nieczynne

Filia Jaktorów

96-313 Jaktorów

ul. Warszawska 4

tel./ fax (046) 856 41 59

godziny otwarcia:

pn-pt w godz. 8⁰⁰-16⁰⁰

(kasa: 8⁰⁰-15⁴⁵)

soboty w godz. 8⁰⁰-13⁰⁰

Oddział BS w Żabiej Woli

96-321 Żabia Wola

ul. Warszawska 12

tel. (046) 857 86 93,

tel./fax 857 82 23

godziny otwarcia:

w godz. 7³⁰-15³⁰

(kasa: 7³⁰-15⁰⁰)

soboty w godz. 8⁰⁰-13⁰⁰

który zaparkowany był *vis a vis* restauracji „Zajezdnia” w Urzucie. Sprawca z wnętrza pojazdu zabrał przedmioty o wartości ok. 6 tys. zł - komputer przenośny marki „Compal”, MP-3 marki „Samsung”, telefon komórkowy Nokia, dwie torby podróżne firmy „NIKE” i „GABOT”, w których znajdowały się ubrania oraz paszport.

08.01.2008r.

O godz. 21:00 do KP Nadarzyn zgłosiła się kobieta (mieszkanka Nadarzyna), która złożyła zawiadomienie o tym, że jej mąż w czasie awantury domowej groził jej

pozbawieniem życia.

12.01.2008r.

O godz. 2:10 funkcjonariusze KP Nadarzyn dokonali zatrzymania mężczyzny, który ukrywał się przed wymiarem sprawiedliwości. Wyżej wymienionego osadzono w Areszcie Śledczym.

*Zastępca Komendanta Komisariatu Policji
w Nadarzynie*

asp. szt. Stanisław Kwiatek

Dyżury dzielnicowych w lutym 2008 r.

lp.	DZIELNICOWY	PUNKT KONSULTACYJNY	DATA	GODZINA
1.	st. sierż. <i>Waldemar Tymoszek</i> tel. 0 600 997 483	Świetlica w Urzucie	06.02.2008 r.	16 ⁰⁰ -18 ⁰⁰
	sierż. szt. <i>Mariusz Michałowski</i> tel. 0 600 997 482	Remiza OSP w Młochowie	20.02.2008 r.	16 ⁰⁰ -18 ⁰⁰
2.		Komisariat Policji w Nadarzynie	08.02.2008 r.	16 ⁰⁰ -18 ⁰⁰
	st. post. <i>Małgorzata Kosoń</i> tel. 0 600 997 468		21.02.2008 r.	16 ⁰⁰ -18 ⁰⁰
3.		SP w Ruścu	14.02.2008r.	16 ⁰⁰ -18 ⁰⁰
			25.02.2008r.	16 ⁰⁰ -18 ⁰⁰



Sprawdzona i profesjonalna sieć w Gminie Nadarzyn i okolicach

INTERNET i TELEFON

Kajetany, Szamoty, Rusiec, Urzut, Kostowiec, Młochów, Stara Wieś, Walendów, Łazy, Mroków, Warszawianka, Książenice, Tarczyn

Zadzwoń i zamów bezpłatną wizytę konsultanta

☎ 0 504 804 804 ☎ 0 22 420 22 22



kajetany.net
SIEĆ BEZPRZEWODOWA

KANCELARIA PORAD PRAWNYCH

mgr Zenon Jerzy Maron

STRZENIÓWKA, UL. JODŁOWA 29,
05-830 NADARZYN

- Porady prawne, doradztwo ubezpieczeniowe.
- Pisanie: podań, pozwów do Sądów; wniosków urzędowych, dowodowych; odwołań od decyzji, wyroków sądowych.

Czynna: poniedziałek - sobota; tel. 0 502 203 403

*Poprowadzę księgi rachunkowe w pełnym zakresie.
Tel. 0 603 806 457
lub (022) 729 87 47 (wieczorem).*

Kierownik budowy.
Tel. 0 603 749 880 lub 022 729 90 74



AGENCJA UBEZPIECZENIOWA OFERUJE

UBEZPIECZENIA NA RATY*

osobowe, majątkowe, komunikacyjne i inne

STRZENIÓWKA, UL. JODŁOWA 29,
05-830 NADARZYN



CIGNA



HDI
ASEKURACJA

F FILAR
grupa
ubezpieczeniowa
UNIQA

Czynna: pon. - sob.; Tel. 0 502 203 407

*ubezpieczenia na raty od 6 do 12 rat

*Szukam pracy stałej lub dodatkowej
(elektryk - średnie techniczne): konserwacje, serwis
i in. Pruszków i okolice. Tel. (022) 728 78 85*

*Zatrudnię stolarza lub pomoc.
Tel. 0 501 549 537*



Sala weselno-bankietowa
Astra
tel. 022 729 90 69

- Wesela;
- Przyjęcia;
- Konferencje;
- Pokoje noclegowe;

Rozalin, ul. Daniewice 18; 05-831 Młochów;
www.sala-weselna.pl; tel. 022 729 90 69; 0 601 376 423;



WEST – CAR S.C.

Rok założenia 1986

Serwis samochodów

ul. Mszczonowska 28 A; 05-830 Nadarzyn
tel. 729 88 05; fax 729 88 02; kom. 0 603 855 562

czynne: pn – pt 8-17; sobota 8-13

- ✓ BLACHARSTWO – LAKIERNICTWO
- ✓ SAMOCHODY ZASTĘPCZE
- ✓ ROZLICZENIA BEZGOTÓWKOWE
- ✓ HOLOWANIE 24H/DOBE
- ✓ ELEKTRO-MECHANIKA, FILTRY, OLEJE, HAMULCE
- ✓ KUPNO-SPRZEDAŻ SAMOCHODÓW CAŁYCH I POWYPADKOWYCH
- ✓ CZĘŚCI ZAMIENNE, SZYBY, UKŁADY WYDECHOWE
- ✓ OBSŁUGA FIRM (FLOTY)

Firma posiada certyfikat ISO 9001/2000

Specjalizacja: Opel, Fiat, Ford, Daewoo, Skoda, Seat, francuskie, japońskie



FRYZJERSTWO

awangardowe fryzury;
nowe koloryzacje;
rekonstrukcja włosów;
chemiczne prostowanie włosów;

SOLARIUM



N A D A R Z Y N
Pl. Poniatowskiego 3
tel. 022 739 90 40

Czynne: PON.-ŚR.: 11-19; CZW.-PT: 9-20; SOB.: 9-15

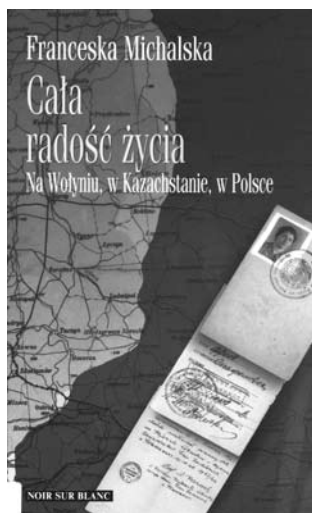
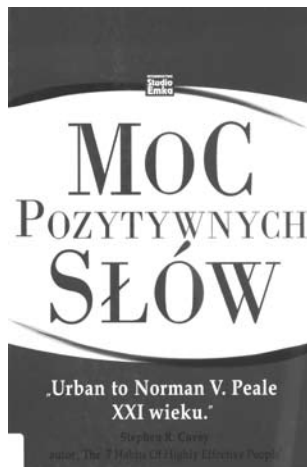
*Wynajmę pomieszczenie o pow. 55 m²
z pełnym węzłem sanitarnym na biuro,
gabinet lekarski lub kancelarię notarialną
(w Nadarzynie). Tel. 0 603 806 457
lub (022) 729 87 47 (wieczorem).*

*Prowadzimy zapisy do domowej opieki dla dzieci
w wieku od 1 do 3 lat. Serdecznie zapraszamy
wszystkie maluszki chcące bawić się w milej
i rodzinnej atmosferze. Tel. 509-452-739.*

PROponuje:

URBAN H.: „**MOC POZYTYWNYCH SŁÓW**”.

Autor tej książki uczy nas, jak wykorzystać w działaniu język, którym się posługujemy i uświadamia nam fantastyczne możliwości narzędzia, jakim jest mowa ludzka. Tłumaczy nam, że ton głosu, język ciała i dotyk są zasadniczą pomocą w komunikacji, a właściwe słowa w odpowiedniej chwili mogą doprowadzić do wielkich zmian.



MICHALSKA F.:

„**CAŁA RADOŚĆ ŻYCIA**”.

Autorka opowiada między innymi o ukraińskich, a później kazachskich szkołach lat trzydziestych ubiegłego wieku. Jest to bezpośrednie świadectwo życia w ekstremalnych, zgotowanych przez historię okolicznościach, świadectwo najpierw dziecka, później dorastającej dziewczyny, a wreszcie młodej kobiety – spisane u schyłku życia.

LEE D.: „**NAJKRWAWSZE**

WALKI II WOJNY ŚWIATOWEJ”.

Brytyjski autor, opisujący historie bezpośrednich starć żołnierskich. Poprzez obszerne relacje zebrane od uczestników kampanii II wojny światowej przybliży skomplikowane i okrutne realia walki bezpośredniej.

CUSSLER C.: „**TAJNA STRAŻ**”.

Bohater „Złotego Buddy” powraca w światowym bestsellerze. Morze Południowochińskie. Niezidentyfikowani piraci porywają statki, które znikają bez śladu. By powstrzymać te ataki, japońscy armatorzy wzywają „Oregon”. Jest to supernowoczesny okręt szpiegowski, baza operacyjna grupy elitarnych najemników.

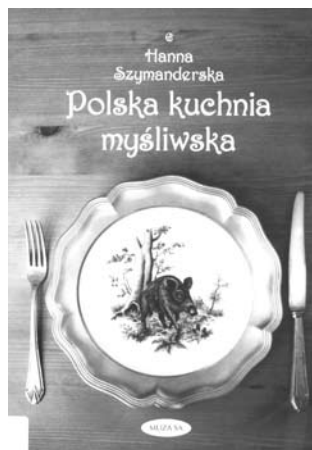
EDWARDS K.: „**CÓRKA OPIEKUNA WSPOMNIEŃ**”.

Niezwykła książka, w której miłość przeplata się z bólem. Poruszająca i zarazem trochę niebezpieczna, w której tragiczne wydarzenia obracają się na dobre i dla bohatera i dla czytelnika.

„**PRZEDSIĘBIORCZY SAMORZĄD. INSTRUKCJA OBSŁUGI**”.

Książka napisana przez burmistrzów amerykańskich miast, w tym Rudolpha Giulianię. W jednym miejscu zebrano najlepsze rozwiązania i osiągnięcia związane z polityką samorządową. Stanowi nieocenioną pomoc dla burmistrzów, radnych i innych osób, które ciężko pracują każdego dnia, by ich miasto było lepszym miejscem do życia.

SZUMSKI S.: „**WSPÓLNA POLITYKA ROLNA UNII EUROPEJSKIEJ**”. Źródło wiedzy o obecnie stosowanych zasadach i instrumentach polityki rolnej. Czytelnik znajdzie tu kompletne omówienie specyfiki wsparcia rolnictwa i obszarów wiejskich w Polsce. Na końcu książki znajduje się słowniczek podstawowych pojęć i chrono-



logiczny wykaz głównych dokumentów określających kształt wspólnej polityki rolnej.

SZYMANDERSKA H.: „**POLSKA KUCHNIA MYŚLIWSKA**”.

Książka dostarcza oryginalne przepisy na potrawy z dziczyzny, ciekawostki kulinarne i anegdoty. Ukazuje fascynujący obraz obyczajów myśliwskich.

Biblioteka w Młochowie zaprasza!!!

Po rozbudowie i modernizacji Filia Biblioteki Publicznej Gminy Nadarzyn w Młochowie rozpoczęła działalność.

W przestronnych i nowocześnie wyposażonych wnętrzach udostępniany jest bogaty księgozbiór oraz płyty CD i DVD z filmami dla dzieci i dla dorosłych. Dla użytkowników przygotowane są trzy stanowiska komputerowe z dostępem do Internetu.

Korzystanie z Biblioteki (również z komputerów i Internetu) jest bezpłatne.

Ewa Marjańska
Dyrektor Biblioteki

Biblioteka Publiczna w Nadarzynie czynna: pn., wt., śr., pt. - 12⁰⁰-19⁰⁰; czw. - 8⁰⁰-15⁰⁰;
Filia w Młochowie czynna: pn., wt., czw., pt. - 12⁰⁰-19⁰⁰; śr. - 8⁰⁰-15⁰⁰.

Uwaga !

Kajetany - delikatesy “JEDYNKA”, ul. Rolna 4R
- delikatesy i Bar, ul. Rolna 19
- sklep Ogólnospożywczy, ul. Rolna 22A
Młochów - sklep spożywczo-przemysłowy (p. G. Baran)
- handel i gastronomia (p. L. Jarzyńska)
Nadarzyn - Urząd Gminy
- biuro Rady Gminy
- kiosk Państwa Dąbrowskich przy Pl. Ks. Poniatowskiego
- sklep spożywczy (p. W. Szytk)
- Biuro Nieruchomości (ul. Warszawska)
- kiosk “AGA” na terenie NSM
- delikatesy przy ul. Pruszkowskiej
Parole - sklep spożywczy
Rozalin - sklep spożywczy
Rusiec - sklep przy trasie katowickiej
- sklep ogólnospożywczy, ul. Myśliwska 1 (p. I. Kowal)
Stara Wieś - sklep spożywczo-przemysłowy
(p. A. Maluga)
Strzeniówka - sklep spożywczy (p. R. Szamota)
- sklep ogólnospożywczy (p. M. Gawrońska)
Urzut - sklep spożywczy ul. Malownicza (p. E. Kosińska)
Wola Krakowiańska - sklep spożywczo-przemysłowy
(p. Joanna Małecka)
Wolica - sklep spożywczy przy al. Katowickiej
- sklep spożywczy przy ul. Ogrodowej

Stara Wieś, ul. Grodziska 188
tel. 022 739 90 17

expresowa naprawa protez zębowych
protezy całkowite - protezy szkieletowe
korony - mostki porcelanowe

Pracownia czynna:
pon.-czw.: 9⁰⁰-11⁰⁰;
wt.-śr.: 15⁰⁰-19⁰⁰;
pt. - sob.: po uzgodnieniu telefonicznym.

Biuro Rachunkowe M&M

- ♦ rozliczenia roczne,
- ♦ kompleksowe usługi księgowe dla firm i osób fizycznych.

Biuro posiada licencję Ministerstwa Finansów

Nadarzyn, ul. Lipowa 31/2
(Osiedle NSM)

tel. kom. 0 505 651 639; 0 510 868 334
e-mail: biurorachunkowe mm@op.pl

Firma **TIM Call Center** szuka dla swojego Klienta - międzynarodowej firmy motoryzacyjnej -
Recepcjonistki (miejsce pracy: Młochów).

Wymagania: wykształcenie minimum średnie;
znajomość języka angielskiego;

dobra znajomość pakietu MS Office; doskonale
umiejętności komunikacyjne i organizacyjne;
wysoka kultura osobista.

Osoby zainteresowane ofertą prosimy o przesłanie CV na adres: **praca@timcallcenter.com** z podaniem **nr ref. V/WN** w tytule wiadomości.

*Potrzebna opiekunka do dwóch dorosłych osób
w Starej Wsi (z możliwością zamieszkania).*
Tel. 0 607 58 54 63.

*Księgowość dla firm oraz rozliczenia roczne
podatku. Tanio i z dojazdem do klienta.
Tel. 022 739 80 93 lub 0 501 103 570*

Cennik reklam w “Wiadomościach Nadarzyńskich”

Ogłoszenia typu "podejmę - dam" pracę zamieszczamy bezpłatnie.

Cała strona - 400 zł (340 zł)

A - 230 zł (180 zł)

B - 130 zł (100 zł)

C - 75 zł (50 zł)

Na 2, 3 i 4 stronie okładki (strony kolorowe) - 400% drożej (do wszystkich cen należy doliczyć podatek VAT).

Ceny podane w nawiasach dotyczą ogłoszeń zamieszczanych w kolejnych 3 numerach gazety.

A	
B	C

Redakcja nie ponosi odpowiedzialności
za treść ogłoszeń.

Kontakt: Edyta Gawrońska
tel.: 022 729 81 85 w.219; 0 502 010 986

Zajazd BAK

Sękocin, al. Krakowska 135

www.zajazdbak.oit.pl

e-mail: zajazdbak@oit.pl

tel. (022) 720 21 83; (022) 757 96 92;
0 600 39 24 12



Wesela, przyjęcia okolicznościowe

tanio i atrakcyjnie

Sala do 150 osób, klimatyzowana,

pokoje hotelowe

Zapraszamy!!!

AKPIC-GD SERWIS KOMPUTERÓW

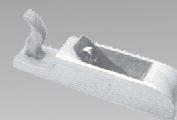
- ✓ Serwis sprzętu PC, okresowe przeglądy;
- ✓ Rozbudowa, modernizacja komputerów i laptopów;
- ✓ Projektowanie, instalacja małych sieci, WIFI;
- ✓ Ochrona antywirusowa, instalacja systemów;
- ✓ Sprzedaż sprzętu i oprogramowania po atrakcyjnych cenach;

0 501 733 179

Strzeniówka, ul. Pruszkowska 141;
Naprawa sprzętu u klienta, faktury.

Szukasz konsultantki AVON zadzwoń 0 504 826 325
Aby umówić się na wizytę u Ciebie!!!

USŁUGI STOLARSKIE



Kompleksowe wyposażenie wnętrz
(meble od biurowych - po kuchenne;
od schodów - po drzwi);
Renowacja mebli antycznych;



Danuta Gajda

05-830 Nadarzyn, Walendów 13B
tel. 0 501 549 537; 0 509 519 129



PIĘKNY OGRÓD

SKLEP
OGRODNICZY

Strzeniówka; ul. Pruszkowska 145

Krzewy - kwiaty;
Nawozy - ziemia;

Środki ochrony roślin;

Meble ogrodowe;

Kompleksowa obsługa ogrodów

tel. 0 602 109 403

e-mail: wlodar69@neostrada.pl

AUTO CZĘŚCI

VW Audi SEAT SKODA OPEL i inne



CZĘŚCI ZAMIENNE I AKCESORIA



Czynne: pn-pt 9-17;
sob 9-12

**05-830 Nadarzyn,
al. Katowicka 85**

tel./fax (022) 739 86 91;
kom. 0 604 960 706

Liście Klementyński

Parafia Rzymskokatolicka
w Nadarzynie

Szczęść Boże

W tym numerze cofamy się na chwilę do stycznia, z którym związane są dwa artykuły: o jedności chrześcijan i tygodniu modlitw w tej właśnie intencji, jak również o symbolach święta Trzech Króli. Zaś w dzień Matki Bożej z Lourdes, 11 lutego, będziemy już po raz dwunasty obchodzili Światowy Dzień Chorego. Wprowadził go Papież Jan Paweł II w 1993 roku. W liście ustanawiającym Światowy Dzień Chorego, Ojciec Święty napisał: „Ma on być dla wszystkich wierzących owocnym czasem modlitwy, współuczestnictwa i ofiary cierpienia dla dobra Kościoła oraz skierowanym do wszystkich wezwaniem, aby rozpoznali w chorym bracie Święte Oblicze Chrystusa, który przez cierpienie, śmierć i zmartwychwstanie dokonał dzieła zbawienia ludzkości”. O tym właśnie artykuł o znaczącym tytule: „Chorość”.



Jezus uzdrawia niewidomego.

Tydzień Modlitw o Jedność Chrześcijan

Tydzień Modlitw o Jedność Chrześcijan pod hasłem: Nieustannie módlmy się o jedność w dniach 18-25 stycznia obchodzą wspólnie chrześcijanie na całym świecie. Tegoroczne obchody wiązały się z setną rocznicą powstania Oktawy Modlitw o Jedność Kościoła. II Sobór Watykański uczy, że osiągnięcie jedności chrześcijan przerasta ludzkie siły i zdolności. Dlatego dzieło ekumenicznemu bardzo potrzebna jest modlitwa napisał bp Tadeusz Pikus w liście Rady ds. Ekumenizmu Konferencji Episkopatu Polski.

Jak przypomina w liście na Tydzień Modlitw o Jedność Chrześcijan bp Pikus, ekumenizm ma obecnie wymiar duchowy, doktrynalny i praktyczny. „Ekumenizm duchowy - jak uczy ostatni Sobór - to modlitwa, zwłaszcza wspólna, to nawrócenie serca i świętość życia chrześcijan. Im bardziej chrześcijanie są bliżej Chrystusa, tym są bliżej siebie. Ten rodzaj ekumenizmu jest duszą całego ruchu ekumenicznego”. Z kolei „ekumenizm doktrynalny polega na dialogu między teologami, którzy rozważają słowo Boże i bogactwo swoich tradycji wyznaniowych, by w ten sposób jak najpełniej odczytać zamysł Boży”. „Ekumenizm praktyczny przejawia się we współdziałaniu chrześcijan w dziedzinie społecznej, zwłaszcza w celu ulżenia nędzy duchowej i materialnej, lepszego wychowania młodego pokolenia, wsparcia rodziny, utrwalenia pokoju, rozwoju kultury, różnych dziedzin wiedzy i sztuki” pisze przewodniczący Rady ds. Ekumenizmu Konferencji Episkopatu Polski. „Powodzenie w dążeniu do pełnej i widzialnej jedności zależy od otwarcia się na prawdę i od dialogu, który służy wspólnemu szukaniu prawdy z poszanowaniem własnej tożsamości. Dlatego działaniem na wskroś ekumenicznym jest stawianie się uczniem Chrystusa, karmienie się słowem Bożym i poznawanie nauki własnego Kościoła, rzetelna kateche-

za, czytelne świadectwo chrześcijańskiego życia, głębokie uczestnictwo w liturgii oraz wytrwała modlitwa” - podsumowuje hierarcha.

W Polsce Tydzień Modlitw o Jedność Chrześcijan obchodzony jest od 41 lat.

Historia modlitw o jedność

Kiedy o. Paul Wattson wymyślił i wprowadził w życie ideę oktawy modlitw postrzeganej jako początek Tygodnia Modlitw o Jedność Chrześcijan w takim kształcie, w jakim jest on obecnie obchodzony widział jedność jako powrót różnych Kościołów do Kościoła Rzymskokatolickiego. To miało wpływ na dobór daty oktawy, tj. od 18 stycznia, który w rzymskokatolickim kalendarzu był wtedy Świętem Katedry Piotra, do 25 stycznia Święta Nawrócenia Pawła. Gdy Stowarzyszenie Męki Pańskiej zostało w 1909 r. włączone w struktury Kościoła Rzymskokatolickiego, papież Pius X udzielił oficjalnego błogosławieństwa oktawie jedności. W połowie lat 30. XX w. o. Paul Couturier z Lyonu we Francji nadał nowy kierunek oktawie jedności. Od tego czasu obchody oktawy zaczęły się rozszerzać w całym Kościele Katolickim oraz w niewielkiej liczbie wspólnot anglikańskich, przychylnych jedności z biskupem Rzymu; jednakże to zbliżenie, z przyczyn teologicznych, zostało odrzucone przez wielu chrześcijan spoza Kościoła Rzymskokatolickiego. Ojciec Paul pozostawił daty 18-25 stycznia, ale zmienił nazwę na: Powszechny Tydzień Modlitw o Jedność Chrześcijan, który w jego zamierzeniu miał służyć modlitwie o jedność Kościoła tak jak chciał tego Chrystus.

Polska Rada Ekumeniczna (PRE) swymi korzeniami sięga czasów II wojny światowej. Formalnie zarejestrowana została w 1946 r., tj. jeszcze przed oficjalnym powstaniem Światowej Rady Kościołów. W jej skład wchodzi aktualnie następujące Kościoły: Polski Autokefaliczny Kościół Prawosławny, Ko-

ściół Ewangelicko-Augsburski w RP, Kościół Ewangelicko-Reformowany w RP, Kościół Ewangelicko-Metodystyczny w RP, Kościół Polskokatolicki w RP, Kościół Starokatolicki Mariawitów w RP, Kościół Chrześcijań Baptystów w RP. Chrześcijańska Akademia Teologiczna, Towarzystwo Biblijne w Polsce mają status członków stowarzyszonych.

(md/ na podst. materiałów Rady ds. Ekumenizmu KEP
Biuro Prasowe KEP 2008)

Kadzidło i mirra - królewskie dary

„...Gdy ujrzeli gwiazdę, bardzo się uradowali. Weszli do domu i zobaczyli Dziecię z Matką Jego, Maryją; upadli na twarz i oddali Mu pokłon. I otworzywszy swe skarby, ofiarowali Mu dary: złoto, kadzidło i mirrę...” (Mt 2,10-11)

Uśpiony świat spowijała zimowa noc. W Judei, w grocie nieopodal wioski Betlejem, narodził się zapowiadany od wieków przez proroków Mesjasz.

Trzej Królowie przybyli do Jerozolimy na wieść o przyjściu na świat Jezusa Chrystusa. Pragnęli złożyć nowo narodzonemu hołd. W Betlejem pojawili się Kasper, Melchior i Baltazar. Pierwszy ofiarował Dzieciątku kadzidło - symbol boskości, drugi złoto - symbol władzy, trzeci wonną mirrę - uznana później za zapowiedź męczeńskiej śmierci.

Kadzidło i mirra były szeroko znane od czasów starożytnych w krajach śródziemnomorskich. Ceniono je na równi ze złotem. Przybliżmy nieco pochodzenie i zastosowanie aromatycznych substancji, które w kontekście Nowego Testamentu tradycyjnie wiążemy z osobami Mędrców ze wschodu oraz historią narodzin Zbawiciela.

Kadzidło, to mieszanina żywic, które spalane - wydzielają wonne, odurzające dymy. Jedną z najważniejszych żywic stosowanych do tego celu jest gumożywica otrzymywana z kadzidli Cartera (*Boswellia carteri*). Jest to niewielkie drzewo występujące w Somalii i na południu Półwyspu Arabskiego. Aby pozyskać cenny surowiec - zwany też olibanem - wykonuje się podłużne nacięcia w pniach młodych drzew. Wyciekający ze zranionej kory sok przypomina wyglądem mleko. W zetknięciu z powietrzem zestala się on w „lezkowatych” grudkach. Duże, czyste grudki są zdrapywane do koszy. Krople żywicy, które spadły z drzewa na ziemię zbiera się oddzielnie. Zbiory trwają od maja do około połowy września, kiedy to pierwsze deszcze kończą sezon w danym roku.

Kadzidło zbierane było z kadzidli już w czasach starożytnych, co dokumentowane jest rysunkami ze świątyń egipskich. Olibanum stanowiło jeden z czterech składników, które wymieszane w równych proporcjach dawały kadzidło stosowane przez żydów w obrzędach religijnych. Wielkie ilości tej żywicy przechowywano w jerozolimskiej Świątyni. Również w starożytnym Babilonie, Persji, Asyrii, a także Grecji surowiec ten wykorzystywano w trakcie religijnych ceremonii. Starożytni Rzymianie używali kadzidła przede wszystkim z okazji uroczystości państwowych lub dla celów domowych. W obrzędach różnych religii kadzidło używane jest po dziś dzień. W kościołach chrześcijańskich na terenie Europy nie ma jednolitej receptury na skład kadzidła. Za najważniejszy jednakże składnik uważa się właśnie Olibanum.

Mirra (łac. *myrrha* z gr. eolskiego *mýrrhā*, attyckie *smýrra*) to zastygła żywica pochodząca przede wszystkim z balsamowca mirra (*Commiphora myrrha*). Są to niskopienne, kolczaste drzewa rosnące w strefie zwrotnikowej na wyso-

kości od 2 000 do 3 000 m n.p.m., na obszarze niektórych afrykańskich i azjatyckich krajów np.: Erytrei, Somalii, Jemenu. Z przekazów starożytnych historyków i geografów wiadomo, że mirrę uzyskiwano nacinając młode gałązki balsamowca mirra. Przez skaleczenia, a czasami naturalne pęknięcia w korze, wypływała żółtawomleczna żywica, która zasychała w formie czerwonawych łezek o żółtym lub brązowym odcieniu. Starożytnym centrum handlu mirrą było wykute w skale arabskie miasto Petra, leżące na południe od Morza Martwego.

Mirra od wieków ceniona była za jej charakterystyczny, aromatyczny zapach. Odznacza się ona także gorzkim, korzennym smakiem. W medycynie Wschodu od setek lat stosowano ją jako lek gojący, przeciwpalny i uspokajający, a także w aromaterapii. W starożytności mirra używana była również do balsamowania zwłok. Obecnie stosowana jest m.in. w przemyśle kosmetycznym.

Jan Łukaszkiwicz

Chorość...

Przychodzimy do nich ze współczuciem. Wiadomo, każdego bieda gniecie, a gdy do tego dojdzie ból i choroba to aż się żyć nie chce. Odwiedzamy ich w szpitalach, domach, opiekujemy się nimi nie zdając sobie sprawy, jakiej łaski dostępujemy od Boga. To nie my im niesiemy pomoc to raczej oni udostępniają nam siebie jako okazję do czynienia dobra, tolerują naszą obecność, chociaż żyją w zupełnie innym świecie - obcym dla nas ludzi zdrowych. Nawet, gdy czasem dopadnie nas choroba zaraz po wyzdrowieniu staramy się jak najszybciej o niej zapomnieć, jak o czymś, co było dla nas uciążliwe.

Są jednak choroby, które są nieuleczalne, przewlekłe lub trwają całe życie. O takich chorobach nie da się zapomnieć na zasadzie „było, minęło”. Ludzie im poddani częstokroć przez swoją chorobę uświęcają siebie i otoczenie łącząc swoje cierpienia z cierpieniami Chrystusa są w stanie wyjednać dla świata nieprzebrane łaski. No dobrze, tyle z ich strony, a co w zamian daje im społeczeństwo? Wypychamy ich do hospicjów, domów starców, domów pomocy społecznej czy szpitali byle jak najdalej od siebie, byleby już zapomnieć o chorobie. Pod pozorem dobra wyrzucamy ich z domu, ich domu! Nie zdając sobie sprawy, że często są to osoby święte. Już słyszę te gorące protesty przeciw temu, co napisałem; uderz w stół a nożyce się odezwą. Ilość tego typu placówek w Polsce oraz panujące w nich przepełnienie, aż nadto dobitnie świadczy o naszym społeczeństwie. Wzorem Zachodu nastawiamy się na konsumpcję na szybki zysk, a chorzy?... Są dla nas niewygodni, stanowią przeszkodę na drodze do kariery. Są również dla nas wyrzutem sumienia. Jest wiele przykładów ludzi świętych, którzy całe życie poświęcili ludziom chorym i to nie kiedyś, w zamierzchłych czasach, ale również dziś wręcz na naszych oczach, że wspomnę Matkę Teresę z Kalkuty czy zmarłego niedawno Ojca Mariana Żelazka z SVD. No tak to są osoby święte... gdzież nam zwykłym śmiertelnikom do nich się przyrównywać. Hola! Oni również od czegoś zaczynali. Jeśli my nie zaczniemy, to jak osiągniemy zbawienie?

Światowy dzień chorego - jak można pomóc? Może wystarczy zwyczajnie zapytać. Przejeżdżając przez Białkę Tatrzańską mijamy po drodze Dom Pomocy Społecznej

Sióstr Serafitek, co nam szkodzi zapukać do drzwi i z pokorą zapytać „Czy mogę jakoś pomóc?”

Wystarczy, że rozejrzemy się wokół siebie znajdziemy ludzi potrzebujących, do pomocy którym - być może - zostaliśmy stworzeni. Chorzy zawsze czekają na naszą pomoc, a my zawsze możemy im ją okazać; nawet wtedy,

gdy nie mamy nic oprócz swoich rąk.

To nieprawda, że tylko nieliczni mogą być dobrzy, napisane jest w Ewangelii „w domu ojca mojego jest mieszkań wiele...” szkoda żeby niszczały jako pustostany. Zróbmy wszystko żeby kiedyś w nich zamieszkać.

Red. Jarosław Błażusiak, U Św. Antoniego

Internet: <http://parafia.nadarzyniaczy.info>, e-mail: parafia@nadarzyniaczy.info

Redaguje Adam Słowik

Ważne telefony

Policja 997

Komisariat Nadarzyn: 22 729 81 77

Komenda Pow. Pruszków: 22 758 60 81 (do 85)

Straż Pożarna 998

Pruszków 22 758 62 52;

22 758 77 01

OSP Nadarzyn 22 729 81 83

OSP Młochów 22 729 91 99

Pogotowie gazowe 992

Gazownia Warsz. O/Pruszków 22 758 85 46

Pogotowie Ratunkowe 999

Pruszków 22 758 67 14;

22 758 81 86

Ośrodki Zdrowia:

Nadarzyn 22 729 81 28

Młochów 22 729 91 46

Międzynarodowe Centrum Słuchu i Mowy w Kajetanach
(ul. Mokra 17; 05-830 Nadarzyn) 22 356 03 01 (03)

Urząd Gminy Nadarzyn

Sekretariat 22 729 81 85 w. 101

Fax 22 729 81 75

Referat Geodezji i Gospodarki Gruntami w. 108, 122

Referat Urbanistyki i Architektury w. 115, 119

Referat Działalności Gospodarczej w. 110

Referat Inwestycji w. 113, 223

Referat Realizacji Budżetu w. 104, 112

podatki w. 116, 120

kasa w. 123

Referat Rolnictwa, Ochrony Środowiska i Gospodarki

w. 107

Referat Promocji w. 219

Samodzielne stanowisko ds. Oświaty w. 105

Samodzielne stanowisko ds. kadrowych w. 106

Samodzielne stanowisko ds. obronnych, wojskowych oraz

ochrony informacji niejawnych w. 218

Samodzielne stanowisko ds. audytu w. 124

Biuro Rady Gminy 22 729 81 94

Urząd Stanu Cywilnego 22 729 89 17

Dowody osobiste 22 729 89 14

Zakład Usług Komunalnych 22 739 42 00

Starostwo Powiatowe

Sekretariat 22 738 14 00

Fax 22 728 92 47

Nadarzyński Ośrodek Kultury 22 729 89 15;

22 739 73 12

Gminny Ośrodek Sportu 22 739 71 70

Hala Widowiskowo-Sportowa 22 739 90 18

Gminny Ośrodek Pomocy

Społecznej 22 729 81 73;

22 739 73 20

Gminne Ognisko Dziecięco-Młodzieżowe “Tęcza”

w Nadarzynie 22 739 73 11

Filia Gminnego Ogniska “Tęcza” w Młochowie

22 729 90 47

Gimnazjum 22 739 96 90;

22 739 98 16

SP Kostowiec 22 729 91 69

SP Młochów 22 729 91 40

SP Nadarzyn 22 729 81 66

SP Rusiec 22 729 81 97

SP Wola Krakowiańska 22 729 91 81

Przedszkole w Młochowie 22 729 90 19

Przedszkole w Nadarzynie 22 729 81 70

Przedszkole w Wolicy 22 729 81 65

Przedszkole “Maluch” 22 739 76 95

Przedszkole “W zielonym domku” 22 739 90 67

Przedszkole “Smyk” 0 607 615 231

Szkoły Fundacji Kultury Informatycznej:

Policealne Studium Informatyczne 22 729 92 81

Wyższa Szkoła 22 729 92 82

Placówka Niepubliczna Doskonalenia Nauczycieli o zasięgu ogólnokrajowym Oficyny Informatycznej

22 729 92 82

Biblioteka w Nadarzynie 22 729 89 13

Biblioteka w Młochowie 22 729 90 09

BS Nadarzyn 22 729 81 24

Urzędy Pocztowe:

05-830 Nadarzyn 22 729 81 18

05-831 Młochów 22 729 91 48

Apteki:

ul. Błońska 6 B 22 729 88 31

ul. Sitarskich 1 22 729 81 78

Kantor (Centrum Mody): 22 739 57 25

Parafie:

pw Św. Klemensa w Nadarzynie 22 729 83 40

pw Św. Michała Archaniola w Młochowie

22 729 92 40

pw N.M.P. Wspomożenia Wiernych w Kostowcu

22 729 94 85

Specjalny Ośrodek Szkolno-Wychowawczy Zgromadzenia

Sióstr Franciszkanek Rodziny Maryi w Kostowcu

22 729 91 67

Dom Miłosierdzia Zgromadzenia Sióstr MB Miłosierdzia

w Walendowie (placówka dla dzieci i młodzieży w wieku

3-18 lat) 22 729 88 80 lub 81

Kultura



Plac Poniatowskiego 42
tel. 22 729 89 15; e-mail: nok@nok.pl
www.nok.pl

Proponujemy...

2 lutego 2008 r. w godz. 17.00 – 22.00

zapraszamy na imprezę taneczną dla wszystkich

„KARNAWAŁ RETRO”

*Kolorem tego sezonu jest srebro !!! Królują
metaliczne sukienki, dodatki i makijaże !!!*

....a także fantazja oraz szampański nastrój !!!

Warto zabłysnąć podczas zabawy karnawałowej czymś
oryginalnym !!!

Zapewniamy: wodzireja, konkursy i dobrą zabawę

Zaproś swoich znajomych!!!

WSTĘP 10 ZŁ (wyżywienie we własnym zakresie)

GRA: DJ JARO



JORGOS SKOLIAS vocal & BRONEK DUŻY puzon

Koncert jazzowy!

Światowy poziom!

Świetny wokalista i puzonista

Ich tylko dwóch a muzyki... cała orkiestra

Wartość dodana - inteligencja, dowcip, niepowtarzalność!

Wstęp: (jeszcze) wolny

8 lutego (piątek), godz. 19.00



9 lutego (sobota) 2008r.,

Wieczór Ormiański
godz. 17.00

NOK wspólnie ze Stowarzyszeniem Ormiańsko – Pol-
skim organizuje spotkanie z kulturą Armenii. W ramach
imprezy przewidujemy: część „teoretyczną”, czyli referat

dotyczący historii Armenii, pokaz slajdów – architektura i
bajeczna przyroda, oraz prezentację strojów narodowych.
Druga część będzie „zabawowo – artystyczna”. Wystąpi
mieszkająca od 15. lat w Polsce piosenkarka Amalia Saha-
kyan, która poprowadzi także warsztaty taneczne i wokalne
z udziałem publiczności. Wszystko zakończy degustacja
specjalnie na ten wieczór przygotowanej narodowej potra-
wy – jakiej, dowiedzą się Ci, którzy do nas przyjdą.



Warsztaty twórcze w NOK

**11 - 22 lutego 2008r. (poniedziałek -
piątek w godz. 10.00 - 16.00)**

Twórczy wypoczynek dla dzieci w wieku 8-12 lat. W
tygodniowym programie zapewniamy m.in. dwa wyjazdy,
bilety wstępu, gry, zajęcia plastyczne, wspaniałą zabawę i
oczywiście wykwalifikowaną kadrę.

Koszt: 50 zł/tydzień

Zapisy od 4 lutego 2008r. w sekretariacie NOK.

Ograniczona liczba miejsc!

Opłatę za zajęcia należy uregulować pierwszego dnia
warsztatów.

Zapraszamy!



Z cyklu „Teatrzyk w walizce”

24 lutego o godz. 16.00 zapraszamy dzieci na
przedstawienie pt. „WARZYWKO” Teatru „Wariacja”.

To interaktywne widowisko oparte jest na znakomitych
satyryczno-żartobliwych wierszach Jana Brzechwy.
Głównymi bohaterami przedstawienia są oczywiście wa-
rzywa. Wspólnie z nimi młody widz odwiedza dobrze zna-
ne miejsca, które być może wydadzą mu się zupełnie nowe.
Zabawa zaczyna się w ogródku, gdzie publiczność spotyka
Krecika-psotnika i zarozumiałą Salatę, a może nawet ruszy
w tany z zabawnym Pomidorkiem? Następny przystanek
wędrowni - stragan, to miejsce pełne przekupek i mnóstwa
jarzyn, które prowadzą ze sobą dowcipne rozmowy, a wtó-
rują im dwa kłótniwe słoiki z chrzanem i ćwikłą. Cała ta za-
bawna historia kończy się w kuchni, przy wielkim garnku z...
tajemniczą zupą. Przedstawienie stanowi humorystyczną
kompilację wierszy J. Brzechwy, które pozwalają pośmiać
się z przemądrzałej marchewki, rosnącej na drzewie, czy też
uronić łezkę nad losem tartego chrzanu. Widowisko zostało
urozmaicone skocznymi, łatwo wpadającymi w ucho piosen-
kami: o warzywach, Kreciku-psotniku i tajemniczej zupie,
które publiczność śpiewa wspólnie z aktorami. Spektakl two-
rzą postaci lalkowe, warzywne kukielki, jak również żywy
plan w postaci gigantycznej Marchewki z rozwianym nacio-
wym włosom oraz sympatycznego, pękatego Pomidora.

Majówka z Zamachowskim już w lutym!!!

**W zimowy wieczór 29 lutego zapraszamy
na Filmową Majówkę z jednym z najbardziej
lubianych polskich aktorów. W tle zabrzmi muzyka
zespołu Maanam.**

**Impreza rozpocznie się o godzinie 19.00.
WSTĘP WOLNY.**

Wszyscy, którzy dorastali w latach osiemdziesiątych nie mają już, zapewne, wątpliwości, że chodzi o pokaz „Wielkiej Majówki”- zrealizowanej w 1981 roku kultowej komedii polskiej, w której debiutował Zbigniew Zamachowski. Aktor będzie tego wieczora gościł w Ośrodku Kultury. Po projekcji zapraszamy na rozmowę z naszym gościem.

Dla wielu widzów pokaz będzie okazją do sentymentalnej podróży w przeszłość. Inni – nieco młodszy – zapewne odkrywają, że wyprodukowany ćwierć wieku temu film wciąż może bawić i wzruszać. Zwłaszcza, gdy opowiada opartą na faktach historię kilkunastoletniego uciekiniera z zakładu opiekuńczego, który nieoczekiwanie wszedł w posiadanie torby pełnej pieniędzy.

O tym, że film podoba się do dzisiaj świadczą znalezione przeze mnie opinie młodych internautów, którzy mieli szczęście „Wielką Majówkę” obejrzeć. A trzeba sobie jasno powiedzieć, że trudno dziś znaleźć taką okazję. Tym bardziej

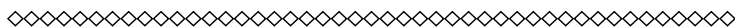
więc trzeba docenić „nadarzyńską majówkę w lutym”.

Lutowy pokaz będzie już drugim z naszego nowego cyklu imprez filmowych. Pierwszy, przygotowany specjalnie dla uczniów Gimnazjum w Nadarzynie, odbył się w grudniu. Gimnazjaliści mieli okazję obejrzeć filmy dokumentalne zrealizowane przez swoich rówieśników lub kolegów niewiele starszych od siebie. Etiudy powstały pod opieką dokumentalistów z zespołu filmowego „Paladino” w ramach „Przedszkola Filmowego” - kursu dla studentów, licealistów i gimnazjalistów organizowanego przez Mistrzowską Szkołę Reżyserii Filmowej Andrzeja Wajdy oraz Towarzystwo Inicjatyw Twórczych Ę. Dwóch z czterech członków „Paladino” – Piotra Stasika i Thierrego Paladino gościliśmy z tej okazji w NOKu.

Nasz cykl, z założenia, będzie prezentował filmy, których nie można zobaczyć w multipleksach. Właściwie w ogóle trudno je gdziekolwiek obejrzeć. Dotyczy to, choć z różnych przyczyn, zarówno filmów młodych adeptów Szkoły Wajdy, jak i „Wielkiej Majówki”, którą wielu kinomanów włączyłoby chętnie do swojej prywatnej kolekcji DVD, lecz nie ma, niestety, takiej możliwości. Tak samo unikalne będą nasze propozycje na kolejne miesiące.

Każdej projekcji towarzyszyć będzie spotkanie z którymś z autorów prezentowanego filmu – reżyserem, aktorem, czy scenarzystą... Uczestnicy pokazów będą więc mieli niepowtarzalną okazję porozmawiać z ludźmi kina.

Dorota Suwalska



Konkurs „BAJKA DLA WNUKA” ROZSTRZYGNIĘTY!!!

Z radością informujemy, że zwycięzcy organizowanego przez Nadarzyński Ośrodek Kultury konkursu literackiego „Bajka Dla Wnuka” zostali już wyłonieni.

Jury w składzie: Przewodnicząca - Dorota Suwalska (pisarka, instruktor NOK), Kamila Michalska (Dyrektor NOK), Katarzyna Akram (instruktor NOK) po zapoznaniu się z pracami nadesłanymi na konkurs postanowiło przyznać:

I nagrodę panu Arturowi Rafałowi Skowrońskiemu (Rusiec).

II miejsce przypadło pani Marzenie Latoszek (Urzut).

Wyróżnienie otrzymała pani Krystyna Ława (Młochów).

Wszystkim uczestnikom konkursu serdecznie dziękujemy i zachęcamy do udziału w kolejnych edycjach.

Poniżej zamieszczamy jeden z trzech tekstów konkursowych laureata I nagrody

Artur Rafał Skowroński ma 34 lata, urodził się w Warszawie, od przeszło trzech lat mieszka w Ruścu. Ma żonę Magdę i dwie córki: Izę i Maję. Do tej pory publikował opowiadania z gatunku Science Fiction lub Fantasy. Bajka „Poranny Głodomorek” jest jego debiutem, jeżeli chodzi o twórczość dla najmłodszych.

Poranny głodomorek

To miał być zwykły dzień. Kolejny gorący dzień lata. Jakich wiele przeżył każdy z nas. Nic, dosłownie nic, nie zapowiadało tragedii. Tak tragedii, bo czym może być utrata świata? Świata, który każdego dnia budzi nas za oknem.

Jednak tego ranka wszystko miało być inaczej, a wszystko za sprawą Porannego Głodomora, ale od początku.

Na początku była ciemna noc i usiane gwiazdami niebo. Znacie takie niebo? Wygląda trochę tak, jakby ktoś zarzucił nam na głowę czarne prześcieradło, a potem zrobił w nim tysiąc dziurek i przez te dziurki świecił nam prosto w twarz latarką. Potem przyszedł świt i rozgonił gwiazdy. Zrzucił nam z głowy czarne i dziurawe prześcieradło i zobaczyliśmy latarkę. Latarkę, która świeciła na nas przez dziury w prześcieradle. Wiecie co to za latarka? Widzę, że wiecie. To nie żadna latarka, to po prostu słońce.

Gdy latarka, tzn. słońce, wyrzało zza dachów domów Izunia leżała jeszcze nieruchomo w swoim łóżeczku i patrzyła z zamkniętymi oczami na swój sen. Jak można zobaczyć własny sen? Kiedyś Izunia zapytała o to Deszczową Żabę. Żaba podrapała się po brodzie i odpowiedziała znużonym głosem, że to możliwe, tylko we śnie.

- No tak – Zripostowała Izunia – ale ja chcę zobaczyć mój sen, gdy się obudzę.

- A co się dzieje z twoim snem, gdy się budzisz? – Spytała żaba.

- Znika, gdy tylko otworzę oczy.

- Więc ich nie otwieraj – Poradziła Deszczowa Żaba – Tak długo jak będziesz je miała zamknięte będziesz w swoim śnie i będziesz mogła go widzieć.

- Jak można coś widzieć przez zamknięte oczy? – Pytała dalej Izunia.

Żaba zmrużyła wielkie oczy i powiedziała cicho:

- Są rzeczy, których inaczej nie zobaczysz. Jedną z nich jest właśnie sen.

Pamiętając radę Deszczowej Żaby Izunia postanowiła zobaczyć własny sen. Dlatego każdego ranka, zaraz po przebudzeniu, leżała przez chwilę z zamkniętymi oczami i starała się zobaczyć swój sen. Tak też było i tego ranka, niestety

sen zniknął. Izunia wpatrywała się w ciemność jednak nic nie mogła w niej dojrzeć. A przecież tyle jej się śniło tej nocy. Gdzie on się podział – Myślała. Wreszcie znudzona otworzyła oczy i rozejrzała się po swoim pokoju. Może schował się w szafie? Przez krótką chwilę przyglądała się wielkiej kolorowej szafie, ale tam były tylko jej ubranka. Może schował się w szufladach biurka? Nie, tam są tylko kredki, flamastry i długopisy. Wiem – Niemal krzyknęła na głos i poderwała się z łóżka – Na pewno uciekł przez okno. Przecież żabka mówiła, że sny lubią uciekać przez okna. Podbiegła do okna i wyjrzała na ulicę. Natychmiast jednak zbladła i odsunęła się od okna. Na zewnątrz nie było nic. Cały świat zniknął.

Wielkie, szare NIC. Przetarła ze zdumieniem oczy i znów je zobaczyła. NIC.

Czy wiecie jak wygląda NIC? Izunia też nie wiedziała, aż do tego dnia. Stała jak zaczarowana i wpatrywała się w to straszne NIC, które zjadło jej cały świat. Przecież jeszcze wczoraj widziała za oknem sklep pani Basi, domy, ulice, ludzi, psy, samochody, a teraz. NIC. Za oknem było tylko szare NIC. Nawet parapet był jakiś niewyraźny, jakby obgryziony.

Izunia była przerażona. Cały świat zniknął. A może go coś zjadło? Może to coś szarego za oknem zjadło jej świat, zjadło domy, sklepy, chodniki, drzewa....?

Dziewczynka zrobiła krok do tyłu i pobiegła do kuchni, gdzie słychać było ciepły głos mamy.

- Mamusiu – krzyknęła wbiegając do kuchni – świat zniknął! Ktoś go zjadł!

Mama spojrzała na córeczkę z nad filiżanki z kawą i zapytała:

- Gdzie, kto! Wolniej.

- Za oknem – Odpowiedziała Izunia. – A zjadł go jakiś głodomór.

- Nie ma go tam?

- Nie ma.

- A co jest? – Spytała poważnie mama.

- NIC.

- NIC? – Powtórzyła mama i odstawiła filiżankę.

- Tak mamusiu i obawiam się, że to NIC zjadło nasz świat. I to w całości.

- To straszne.

- Wiem, co teraz z nami będzie?

- Nie martw się córeczka, coś poradzimy. Może ten poranny głodomór za oknem nie jest taki żarłoczny?

- Ale mamusiu, on zjadł wszystko. Sama zobacz.

Mama poszła za Izunią do jej pokoju i wyjrzała przez okno. Przez chwilę wpatrywała się w szarą pustkę i wreszcie powiedziała:

- Masz rację. Nic tam nie ma.

- A nie mówiłam – Krzyknęła Izunia – Nic nie ma, a wczoraj były jeszcze domy, drzewa, ludzie. Coś ich zjadło. Jakiś straszny głodomór.

- Nie kochanie – Powiedziała mama – Nic ich nie zjadło.

- Nic ich nie zjadło – Powtórzyła z niedowierzaniem Izunia.

- Nie ma tam żadnego głodomora?

- Kochanie – Powiedziała spokojnie mama – To co widzisz za oknem, to jest mgła.

- Mgła? Czy to ona zjadła nasz świat?

Mama uśmiechnęła się.

- Mgła nie zjada świata, tylko czasem go przed nami chowa.

- Chowa?

- Tak kochanie. Mgła chowa przed nami świat, tak jakby chciała się z nami bawić w chowanego.

- Chowanego – Powtórzyła dziewczynka i zaciekawieniem wpatrywała się w szarą mgłę. – Ale ja już cię widzę, mgło!

Mama uśmiechnęła się znowu.

- Widzę cię! Słyszysz?! – Krzyczała dziewczynka. – Dlaczego ona wciąż się bawi?

- Wciąż się bawi?

- No w chowanego. Hej, mgło! Pobite gary! Koniec zabawy, słyszysz?!

Ale mgła najwyraźniej miała inne zdanie, bo wciąż skrywała cały świat.

- Nie martw się kochanie – Powiedziała mama – Mgła zaraz opadnie. Patrz, już coś widać.

Faktycznie, gdy Izunia zaczęła się w nią wpatrywać ujrzała niewyraźne kontury przeciwległego domu. Po chwili zamajaczyły też wyblakłe plamy samochodów.

- Są! – Krzyknęła dziewczynka.

Gdy mamusia i córeczka zjadły śniadanie, pozbierały brudne naczynia i schowały je do zmywarki, po mgle nie było już śladu. Za oknem krzatali się ludzie, jeździły samochody i wszystko było na swoim miejscu.

- Jutro też się pobawimy w chowanego? – Spytała Izunia i puściła do mamy oko.

Koniec

XVI Finał WOŚP w Nadarzynie



13 stycznia 2008 r. Nadarzyński Ośrodek Kultury po raz trzeci zagrał z Wielką Orkiestrą Świątecznej Pomocy. Ogromna liczba mieszkańców (kwestując, kupując los na loterii, wrzucając pieniądze do puszek czy poprzez udział w licytacji) dołożyła swoją „cegiełkę” i wzięła udział w akcji.

W XVI Finale Wielkiej Orkiestry Świątecznej Pomocy w nadarzyńskim sztabie zebrano **21.810 zł!**

To Państwo, ludzie wrażliwi na potrzeby innych, jesteście autorami tego sukcesu. Wszystkim, którzy przyczynili się do pobicia rekordu (w ubiegłym finale zebraliśmy 16 787, 40 zł a dwa lata temu ok. 10. tys.) w imieniu Fundacji Jurka Owsiaka Sztab Nadarzyn serdecznie dziękuje.

WIELKIE PODZIĘKOWANIA DLA:

- WOLONTARIUSZY i ich OPIEKUNÓW – NAUCZYCIELI.
- DARCZYŃCÓW - osób, firm i instytucji, które podarowały nam przedmioty na licytację i loterię.
- Policji nadarzyńskiej.
- Strażaków z OSP Nadarzyn za widowiskowy pokaz ratownictwa.
- Pani Izabeli Kwiecińskiej, Pana Adama Chusteckiego dyrektora Zakładu Opieki Zdrowotnej w Nadarzynie i jego Pracowników za kącik zdrowia.
- Pana Grzegorza Riemera - Centrum Medyczne RIE-MER Sp.J. Pogotowie Ratunkowe w Grodzisku Mazowieckim.
- Mirosława Chilmanowicza za prowadzenie licytacji.
- Muzyków Orkiestry Dętej OSP Nadarzyn za świetny koncert.
- Jacka Szydzka – szefa Agencji Koncertowej w Warszawie.
- Pana Włodzimierza Wencla za światelko do nieba.
- Pani Liliany Zajac z firmy „Maximus” za serce i cukiernię.
- Uczniów Gimnazjum im. Jana Pawła II w Nadarzynie i Pani Ewie Grabskiej za piękne i mądre „jaselka”.
- Wszystkich młodych wykonawców i ich opiekunów.

- Zespołu „Niezapominajki z Bratkiem” pod kier. Pana Jerzego Kakietka.
- Michała Stawarskiego.
- Pani Prezes Wiesławy Radziak oraz Pracowników BS w Nadarzynie.
- Pracowników i Współpracowników NOK.
- Moniki Mazurek – szefowej sztabu Nadarzyn.

Istotne dane:

- ☞ W XVI Finale Wielkiej Orkiestry Świątecznej Pomocy udział wzięło 44 wolontariuszy,
- ☞ 3715 zł zebraliśmy podczas licytacji,
- ☞ 16 590 zł zebraliśmy do puszek,
- ☞ 570,70 zł zebraliśmy z loterii,
- ☞ 771,90zł zebraliśmy ze sprzedaży ciast, które upiekły:

Basia Kozieł (instruktor w świetlicy NOK w Rozalinie), Danusia Żyta i Marzena Latoszek - instruktorki wspólnie z młodzieżą ze świetlicy NOK w Młochowie.

☞ 162 zł zebrał Samorząd uczniowski Gimnazjum im. Jana Pawła II w Nadarzynie podczas dyskoteki.

☞ 400 zł! – **najwyższa kwota uzyskana podczas licytacji** - za tyle sprzedano misia podarowanego przez Dyрекcję i Pracowników Przedszkola Publicznego w Nadarzynie (cena wywoławcza 80zł!), zebraliśmy także nominaly w obcej walucie, wśród nich były m.in. euro, dolary, funty, ruble i wiele innych.

*Rubrykę KULTURA opracowuje
Kamila Michalska - Dyrektor NOK*

Sport

Tenis stołowy

Dobry początek

Od dwóch zwycięstw w ekstraklasie pań zaczęły nadarzyńskiego pingpongistki swoje występy w nowym roku. Już 5 stycznia GLKS Mago Wanzl Scania Nadarzyn pokonał w wyjazdowym meczu 3-2 SKTS Sochaczew, a kilka dni później we własnej hali w tym samym stosunku ograł LUKS Warmia Lidzbark Warmiński.

Dwa zwycięstwa zanotowali także w I lidze panowie, którzy 6-4 ograł na wyjeździe Pogoń Łębork, a potem u siebie 10-0 wygrali z Neckermanem Warszawa. Występujące w I lidze kobiet młode rezerwy Nadarzyn uległy 4-6 Spójni Warszawa i wygrywały z UKS Gniewkowo 9-1.

Początek roku to udział zawodniczek w licznych turniejach międzynarodowych. W Pro-Tour Junior German najlepiej zaprezentowały się Klaudia Kusińska, która dotarła do ćwiec finału tej imprezy i Adrianna Szulc, która odpadła fazę wcześniej.

W Międzynarodowych Mistrzostwach Węgier w kat. kadet najlepiej zaprezentowała się młodzianka Sandra Wabik



Zbyszek Grześlak - lider zespołu GLKS BS w Skierniewicach Nadarzyn (zwycięzca III Turnieju łomiankowskiego)

i Antoni Witkowski, którzy zdołali przebić się do przez fazę eliminacji (ostatecznie zajęli miejsca 33-48); 5. miejsce w tych zawodach zajęła Klaudia Kusińska.

Na Pro-Tourze Seniorów w Słowenii bardzo dobrze zaprezentowała się Xu Jie, która po raz pierwszy w karierze

dotarła do finałowej ósemki zawodów, gdzie w walce o półfinał uległa zawodniczce rosyjskiej. Niezłe zaprezentowały się w tych zawodach Natalia Bąk i Magdalena Szczerkowska. Pierwsza awansowała do turnieju głównego, gdzie po dramatycznej walce w pierwszej rundzie uległa 3-4 w setach Białorusince Pawłowicz, która zajęła w tych zawodach ostatecznie II miejsce. Natomiast Magda zdołała awansować do turnieju głównego do lat 21.

GLKS Nadarzyn zaprasza wszystkich kibiców na mecz na szczycie ekstraklasy kobiet, pomiędzy:

GLKS Mago Wanzl Scania Nadarzyn, a PKS Rafaello Mlekpól Kazimierza Wielka.

Piątek 1 lutego 2008 godz. 17.30
hala widowiskowo – sportowa, ul. Żółwińska 41

*Dariusz Zwoliński
kierownik sekcji tenisa stołowego GLKS Nadarzyn*

Sekcja biegowa

13 stycznia braliśmy udział w drugim biegu Wielkiej Orkiestry Świątecznej Pomocy „Policz się z cukrzycą” w Warszawie. Głównym starterem biegu była Prezydent Warszawy, Hanna Gronkiewicz-Waltz. Trasa biegu – start



fol. J. Nowocień

z ulicy Marszałkowskiej, dalej ul. Świętokrzyską, Al. Jana Pawła II, ul. Ptasią i powrót ul. Marszałkowską. Wszyscy uczestnicy biegu otrzymali pamiątkowe koszulki i - na mecie - medale. Podczas imprezy można było skorzystać z różnych atrakcji przygotowanych przez organizatorów, takich jak: sztuczne lodowisko, pokazy samochodów rajdowych i krótki rajd wokół Pałacu Kultury oraz samochody terenowe z tegorocznego Rajdu Dakar, który z przyczyn niezależnych od organizatorów został odwołany. Na głównej scenie występowały zespoły muzyczne, między innymi Brathanki.

Najbliższe imprezy biegowe:

9.II – Grand Prix Warszawy – 10 km.

16.II – Stoczek Łukowski – 11 km, 177 rocznica zwycięskiej Bitwy pod Stoczkiem.

23.II – Bieg Wedla w Warszawie – 5 km i 10 km.

2.III – Biegi Uliczne w Wiązownie – 5 km i 21,1 km.

8.III – Grand Prix Warszawy.

30.III – Półmaraton Warszawski.

*Trener i opiekun sekcji biegowej
Jacek Nowocień*

Turnieje halowe

Noworoczny Halowy Turniej Piłki Nożnej Żaków rocznik 1996

12 stycznia 2008 r. (sobota) w hali widowiskowo-sportowej w Nadarzynie odbył się noworoczny halowy turniej piłki nożnej „Żaków”, rocznik 1996, o puchar Wójta Gminy Nadarzyn - Janusza Grzyba. Organizatorem turnieju był Gminny Ośrodek Sportu i Gminny Ludowy Klub Sportowy „Nadarzyn”. Z ramienia GOS bardzo dobrze jak zwykle przygotował ten turniej kierownik hali - Bogdan Malinowski, z ramienia GLKS pomagał trener drużyny „Żaków” - Bogdan Lewandowski. Turniej rozgrywany był systemem „każdy z każdym” i przebiegał bardzo sprawnie w sportowej atmosferze. Po turnieju tabela ukształtowała się jak poniżej.



Drużyny	1	2	3	4	5	6	7	PKT	Bramki	Miejsce
BLONIE		1:2	0:1	1:1	0:1	1:0	0:2	4	3 - 8	VI
NADARZYN	2:1		2:0	2:0	1:3	4:0	1:2	12	12 - 6	II
RASZYN	1:0	0:2		0:0	0:0	2:1	0:0	9	3 - 3	IV
ZWAR MIĘDZYLESIE	1:1	0:2	0:0		0:0	1:0	2:1	9	4 - 4	III
OLIMPIA WARSZAWA	1:0	3:1	0:0	0:0		3:0	0:0	12	7 - 1	I
SKRA OBORY	0:1	0:4	1:2	0:1	0:3		1:0	3	2 - 12	VII
POGOŃ GRODZISK	2:0	2:1	0:0	1:2	0:0	0:1		8	4 - 4	V

w naszym środowisku. Zakupów pucharów i nagród rzeczowych dokonał pan Bogdan Malinowski. Należą się słowa uznania obsłudze technicznej turnieju Michałowi Malinowskiemu, uczniowi III klasy Gimnazjum im. Jana Pawła II w Nadarzynie i Michałowi Lewandowskiemu, uczniowi III klasy Gimnazjum im. Tadeusza Kościuszki w Pruszkowie, za sprawne i bezinteresowne prowadzenie elektronicznej tablicy wyników i nagłośnienie. Pani

Jolancie Kuśmierow, która czuwała nad porządkiem w czasie turnieju.

Na turnieju obecni byli także pan Jan Nازیębło, Wiceprezes Sekcji Piłki Nożnej GLKS Nadarzyn oraz pan Ryszard Zalewski były Prezes Klubu „Orzeł” Nadarzyn w II połowie lat 80-tych. Pełne trybuny kibiców, wśród których przeważali rodzice zawodników, jak również starsi koledzy klubowi: Konrad Kaliszewski, Łukasz Zapolski, Adrian Przadek i wielu innych, dopingowali młodszych kolegów.

Na zakończenie wręczono dla wszystkich drużyn puchary i nagrody rzeczowe. Uczestnicy turnieju z wdzięcznością dziękowali organizatorom, za to, że mogli brać udział w tym turnieju. Prosilili żeby w następnych turniejach nie zapomniano o nich.

*Bogdan Lewandowski
trener drużyny „Żaków” GLKS Nadarzyn
Bogdan Malinowski
kierownik hali widowiskowo-sportowej w Nadarzynie*

Najlepszy bramkarz - WOJCIECH MOREŃ, ZWAR MIĘDZYLESIE

Najlepszy zawodnik - MATEUSZ WIETESKA, POGOŃ GRODZISK

Król strzelców - KAMIL KULESA, OLIMPIA WARSZAWA

Kamil Kulesza „Olimpia” Warszawa oraz Łukasz Chojnacki GLKS „Nadarzyn” zdobyli po 6. goli. Aby wyłonić zwycięzcę (króla strzelców) strzelali po 3. rzuty karne najlepszemu bramkarzowi turnieju. Zwyciężył zawodnik „Olimpii” Warszawa.

Turniej bardzo udany, trenerzy poszczególnych drużyn nie szczędzili słów uznania za wzorową organizację. Piękne puchary i nagrody rzeczowe dla wszystkich drużyn zostały ufundowane przez Wójta Gminy Nadarzyn - Janusza Grzyba. Władze Gminy Nadarzyn zawsze popierają rozwój kultury, kultury fizycznej i sportu dzieci i młodzieży



Liga Obrony Kraju

14 stycznia br. w Brwinowie odbyła się liga strzelecka z KPN-20 dla szkół średnich „O Puchar Prezesa ZP LOK w Pruszkowie”. Na dziesięć szkół biorących udział, drużynowo Gimnazjum w Nadarzynie zajęło II miejsce. Uczniowie gimnazjum odnieśli także sukcesy indywidualnie. Wyniki ligi – poniżej:

Wyniki indywidualne

Juniorki kpn

m-ce	Nazwisko i imię	S.K. LOK	leżąc	stojąc	Razem	„10””9”	pkt
1.	Modzelewska Dominika	LO im.T.Kościuszki I	83	79	162	8	15
2.	Szajda Ewa	LO im.T.Kościuszki II	78	79	157	2 5	12
3.	Juszczyk Aleksandra	Gimnaz. Nadarzyn I	78	74	152	4	10

Juniorzy kpn

1.	Miś Damian	Gimn. Nadarzyn I	85	83	168	1 9	15
2.	Lesik Paweł	LO Blonie I	80	86	166	2 10	12
3.	Szybowiski Rafał	LO Blonie I	77	89	166	2 8	10

Wyniki drużynowe

m-ce	S.K. LOK	pkt	„10”
I.	LO im. Władysława Broniewskiego w Błoniu	753	6
II.	Gimnazjum im. Jana Pawła II w Nadarzynie	753	4
III.	LO im. Tadeusza Kościuszki I w Pruszkowie	740	8
IV.	LO im. Tadeusza Kościuszki II w Pruszkowie	734	4
V.	Z. S. im. F. Nansena w Piastowie	617	2
VI.	LO im. Władysława Broniewskiego w Błoniu	609	
VII.	Gimnazjum II im. Jana Pawła II w Nadarzynie	578	3
VIII.	Spółeczne LO nr 23 w Pruszkowie	577	3
IX.	Z.S. nr 1 im. Stanisława Staszica w Pruszkowie	490	2
X.	Spółeczne LO nr 23 w Pruszkowie /4 zawodników/	372	

Wyniki konkursu na „Króla Strzelców 2007/8” Powiatu Pruszkowskiego na dzień 15.01.2008r.

Juniorki

1)	Dominika Modzelewska	LO im. T. Kościuszki w Pruszkowie	41 pkt
2)	Edyta Ciesielkiewicz	Gimnazjum w Nadarzynie	35 pkt
3)	Edyta Zdanowska	LO w Błoniu	33 pkt

Punktowały 33 zawodniczki

Juniorzy

1)	Mikołaj Szpilarski	SLO nr 5 w Milanówku	38 pkt
2)	Michał Adamski	LO im. T. Kościuszki w Pruszkowie	31 pkt
3)	Maciej Saczuk	SLO nr 5 w Milanówku	26 pkt

Punktowało 29 zawodników

Sędzia Główny
mjr rez. mgr Ireneusz Pisarski

Organizacja zajęć w hali przy SP w Nadarzynie:

1. Zajęcia w siłowni - pn. śr. pt. od godz. 17.00 prowadzone przez p. Grzegorza Kucharczyka ps. "IWAN" absolwenta AWF Warszawa. Zajęcia ogólnorozwojowe z naciskiem na choroby cywilizacji.
2. Zajęcia FITNESS - pn. czw. godz. 20.15 prowadzone przez p. Annę Ścisłowską:
Poniedziałek – BBU (brzuch, biodra, uda).
Czwartek – STEP (TBC) trening wzmacniająco-aerobowy (step, gumy).
Więcej informacji na <http://www.RA-STUDIODANCE.pl>
3. Zajęcia korekcji wad postawy oraz ćwiczenia na tzw. "bóle krzyża" – pn. wt. śr. czw. godz. 18.00-20.00, prowadzone przez mgr Beatę Pawłowską i mgr. Pawła Cukrowskiego.
4. Korzystanie z hali do gier zespołowych (siatkówka, koszykówka, piłka ręczna, piłka nożna – 7 razy w tygodniu do uzgodnienia).

Przy hali znajduje się kompleks boisk (do koszykówki, piłki nożnej) i kort tenisowy.

Zainteresowanych zapraszamy!
Tel. 022 729 81 66, 0508 399 345

Organizacja zajęć w hali sportowej w Nadarzynie:

1. Zajęcia aerobiku – 3 razy w tygodniu (poniedziałek, środa, piątek) w godz. 19:00 – 20:00.
 2. Treningi karate kyokushin – 3 razy w tygodniu: poniedziałek 16:00 - 17:00, wtorek 18:30 - 19:30, czwartek 16:45 – 18:45. Rafał Tomala tel. 0 602 675 693.
 3. Treningi Judo 2 razy w tygodniu (poniedziałek, piątek) godz. 17:00 – 18:30.
 4. Korzystanie z siłowni z instruktorem – 5 razy w tygodniu (pon – pt) od 17:00 do 21:00.
 5. Korzystanie z sauny 5 razy w tygodniu (od poniedziałku do piątku) w godz. 16:00 – 22:00.
 6. Korzystanie z hali do gier zespołowych – 5 dni w tygodniu godziny do uzgodnienia.
 7. Profesjonalny masaż – 2 razy w tygodniu (środa, piątek) – godzina do uzgodnienia.
 8. W soboty i niedziele w hali sportowej odbywają się turnieje i zawody sportowe w tenisie stołowym, judo, piłki siatkowej, nożnej, koszykowej, na które serdecznie zapraszamy uczestników oraz kibiców.
- Serdecznie zapraszamy do korzystania z zajęć w nadarzyńskiej hali sportowej przy ul. Żółwińskiej 41
Zainteresowanych prosimy o kontakt z kierownikiem hali sportowej p. Bogdanem Malinowskim
Tel/fax. (022) 739 90 18, mail: malinowski@nadarzyn.pl lub osobiście od poniedziałku do piątku.

Kolegium redakcyjne: Edyta Gawrońska (red. naczelna), Dorota Głodek, Kamila Michalska, Tomasz Muchalski, Danuta Wacławiak.
Niepodpisane zdjęcia zamieszczone w numerze należą do redakcji. Redakcja nie ponosi odpowiedzialności za treści zawarte w artykułach autoryzowanych, zastrzega sobie możliwość dokonywania poprawek i skracania materiałów.

Anonimów nie drukujemy!!!

Adres Redakcji: Urząd Gminy Nadarzyn; ul. Mszczonowska 19; 05-830 Nadarzyn, z dopiskiem "Wiadomości"
tel. (022) 729 81 85 w. 219; e-mail: gazeta@nadarzyn.pl; www.nadarzyn.pl

Wydawca: Gmina Nadarzyn; Druk: Arkuszowa Drukarnia Offsetowa, tel./fax (022) 755 62 94