

Wiadomości Nadarzyńskie



Nr 09 (280) wrzesień 2022



83. rocznica wybuchu
II wojny światowej

Ludowa Altana

www.ludowaaltana.pl

695-743-265 lub 601-376-423

ul. Przemysłowa 68,

Rozalin, 05-831 Młochów

kontakt@ludowaaltana.pl



Kompleks szkoleniowo-bankietowy
imprezy integracyjne | pikniki firmowe | szkolenia | wesela | przyjęcia



ROZPOCZNIJ KARIERĘ Z NAMI !!!

ZATRUDNIMY AGENTÓW / POŚREDNIKÓW NIERUCHOMOŚCI

Wynagrodzenie prowizyjne od sprzedaży nieruchomości
dla **Agent**a do **70%**



Nadarzyn Nieruchomości



(22) 739 92 66 / 67



nieruchomosci@nadarzyn.net



Warszawska 3a ; 05-830 Nadarzyn



www.nieruchomosci.nadarzyn.net

Pruszków Nieruchomości



(22) 730 33 40 / 43



nieruchomosci@flesch.pl



ul.Bolesława Prusa 95 ; 05-804 Pruszków
(Al.Wojska Polskiego róg ul.Plantowej)



www.nieruchomosci.flesch.pl

PRZYJMIEMY NIERUCHOMOŚCI DO SPRZEDAŻY

Szanowni Mieszkańcy!

Przyjaciele naszej gminy!

31 sierpnia był ostatnim dniem otwarcia kompleksu basenów letnich w Strzeniówce. Podsumowanie tego sezonu wygląda imponująco. W ciągu 78 dni funkcjonowania basenów, zanotowaliśmy ponad 60 000 odwiedzających, a wpływy z biletów powinny spokojnie pokryć całoroczny koszt utrzymania obiektu. Warto przypomnieć, iż ceny wejściówek nie uległy zmianie od ubiegłego roku.

Przy takiej liczbie odwiedzających osób zdarzały się oczywiście różne incydenty, jednak na szczęście obyło się bez poważniejszych zdarzeń, a pracownicy reagowali prawidłowo w sytuacjach kryzysowych. Staraliśmy zapewnić osobom odpoczywającym na obiekcie szereg dodatkowych, bezpłatnych atrakcji. W tym roku można było obserwować zmagania sportowe na boiskach kompleksu podczas międzynarodowego turnieju tenisa plażowego (a nawet pograć z Mistrznią Europy w tej dyscyplinie sportu), superpucharu Polski oldbojów w siatkówkę plażową, mistrzostw Mazowsza w minisiatkówkę plażową, czy treningów reprezentacji Polski w plażowej odmianie piłki nożnej, a także wziąć udział w zajęciach z nurkowania z akwalungiem, aquaerobiku, w zabawach z syrenką, a nawet w zajęciach dla seniorów pod hasłem „Seniorze życie jest tylko jedno – zadbaj o nie”. Ostatni dzień pracy basenów był też pierwszym dniem przygotowania ich do nowego sezonu w 2023 roku. Na miejscu zorganizowaliśmy spotkanie z wykonawcą. Pracownicy przekazali mu swoje uwagi dotyczące wykonania niezbędnych poprawek i usunięcia drobnych usterek. Omówiony został także zakres prac konserwatorskich przed zimą. Urząd gminy



i Gminny Ośrodek Sportu w Nadarzynie chcą udoskonalać ten obiekt. Zrodziły się nowe pomysły związane z tym obiektem i po sprawdzeniu możliwości technicznych i finansowych jest szansa, że jeszcze w tym roku będę mógł przekazać dobre nowiny.

Wrzesień to czas inauguracji nowego roku szkolnego w gminnych placówkach oświatowych, ważnych historycznych rocznic (przypadających na 01 i 17 września), ale także rozpoczęcia corocznego cyklu spotkań sołeckich, które są okazją nie tylko do rozmów, ale i omówienia bieżących spraw i problemów. To także właściwy moment na wniesienie pod obrady rady gminy ważnych dla poszczególnych sołectw inwestycji, które po ich akceptacji przez radę gminy znajdą się w przyszłorocznym budżecie. Spotkania w sołectwach z wójtem, radnym i radą sołecką to czas podsumowań i tworzenia nowych planów. To również okazja do bezpośrednich rozmów.

Nie ma takich pieniędzy, za które da się kupić zdrowie. Pomimo tej oczywistej prawdy, ciężko jest w dzisiejszych czasach dbać o zdrowie bez pieniędzy. Z tego powodu samorząd gminy Nadarzyn finansuje wiele profilaktycznych działań, których celem jest poprawa stanu zdrowia naszej społeczności. **W ostatnim czasie przeprowadziliśmy wspólnie z fundacją Ronalda McDonalda dwudniową akcję**

wykrywania nowotworów u dzieci w wieku od 9 miesięcy do 6 lat, w której przebadano ponad 130 najmłodszych pociech z naszej gminy.

W czerwcu w szkołach podstawowych gminy Nadarzyn przeprowadziliśmy wspólnie z kliniką neurologiczno-rehabilitacyjną SORNO badania postawy ciała u uczniów, których wyniki, określające wady postawy, trafiły do opiekunów prawnych dzieci. Przez cały okres wakacji z radą seniorów i stowarzyszeniem seniorów wraz z urzędem marszałkowskim wspieraliśmy akcję prozdrowotną dla seniorów „Seniorze – zdrowie jest tylko jedno”. Cieszyła się ona duża popularnością wśród naszych niesamowitych nestorów.

Od wielu lat nasz urząd współpracuje z gminnymi ośrodkami zdrowia w Nadarzynie i Młochowie, finansując szereg akcji profilaktycznych, które pracownicy i dyrekcja naszego ZOZ-u prowadzi dla mieszkańców. Tylko w sierpniu br. samorząd nadarzyński sfinansował dla mieszkańców: badania holter EKG za kwotę 3060 złotych, USG piersi, trzustki i prostaty za kwotę 1800 złotych, USG płuc za kwotę 600 złotych, rehabilitację po udarach i złamaniach za kwotę 5600 złotych, zajęcia logopedii z wady wymowy u dzieci za kwotę 1485 złotych, profilaktykę zdrowia psychicznego za kwotę 2200 złotych, szczepienia profilaktyczne, w tym przeciw grypie za kwotę 1550 zł. Największą inwestycją w zdrowie w historii gminy Nadarzyn jest budowa dużego, nowoczesnego ośrodka zdrowia w Nadarzynie, którą za kwotę ponad 23 mln złotych, nie wliczając kosztów wyposażenia, realizujemy przy ulicy Granicznej na tyłach P&R. Centrum usług medycznych z blokiem rehabilitacji, podstawowej opieki medycznej i specjalistycznej opieki medycznej chcemy oddać do dyspozycji mieszkańców w drugiej połowie 2023 roku.

Istotnymi kwestiami są obecnie ceny gazu, węgla, energii elektrycznej, paliw oraz inflacja, które poszybowały ostro w górę, a co za tym idzie, w górę poszły też koszty utylizacji i odbioru sprzed posesji odpadów komunalnych. Dlatego

z przysłowiową duszą na ramieniu ogłosiliśmy nowy przetarg na odbiór i utylizację odpadów komunalnych w gminie Nadarzyn. Obserwując wzrost cen w okolicznych gminach, przygotowaliśmy warunki przetargowe tak, aby uniknąć drastycznych podwyżek dla mieszkańców. Opłaciło się, tym bardziej, że po raz pierwszy do przetargu stanęły aż trzy firmy. W rezultacie najkorzystniejszą ofertę cenową złożyło przedsiębiorstwo Hetman, które spełniło także inne warunki przetargu i od września będzie nadal obsługiwało mieszkańców oraz prowadziło gminny PSZOK przy ulicy Turystycznej. Co najważniejsze – kwota 28,50 złotych od osoby nie ulega zmianie, tak jak inne zapisy regulaminu w tym: ograniczenia do trzech worków zielonego z posesji, limit na materiały remontowe, czy cztery opony z posesji na rok. Jedyna

zmiana wynika z ustawowego nakazu segregacji śmieci i dotyczy kary za nie-segregowanie odpadów komunalnych. Teraz będzie ona wynosiła czterokrotność opłaty, to znaczy 4 x 28,5 zł, czyli 114 złotych od osoby. Do tej pory kara wynosiła dwukrotność opłaty, czyli 57 złotych. Utrzymane zostały także zniżki za kompostowanie bioodpadów oraz od każdej osoby, powyżej piątej, zamieszkującej nieruchomość. Warto również w tym miejscu wspomnieć, iż w tym roku na wniosek UG radni przegłosowali uchwałę o dopłacie jednego miliona złotych z budżetu gminy do gminnego systemu odbioru odpadów komunalnych, finansowanego z deklaracji i wpłat mieszkańców. Wskazane w obecnej umowie limity odpadów do odbioru zostały wykorzystane dwa miesiące przed jej zakończeniem. Po prostu jako mieszkańcy produkowaliśmy więcej śmieci,

niż wynikało to z obliczeń i zapisów umowy. Łatwo domyślić się, iż główną przyczyną tego stanu rzeczy było przyjęcie przez mieszkańców gminy do swoich domów po lutym 2022 roku ponad 3 tysięcy uchodźców z ogarniętej wojną Ukrainy.

W sobotę 17 września w naszej gminie odbyły się wielkie, wspólne porządki.

Dziękuję wszystkim, którzy zaangażowali się w kolejną akcję sprzątania gminy Nadarzyn.

Nie od dziś wiadomo, że razem można więcej, a nawet niemal wszystko. Udało się nam nie tylko posprzątać naszą najbliższą okolicę, ale także posadzić kilkaset sadzonek krokusów, które na wiosnę ukwiecą naszą gminę. BRAWO WY!

*Dariusz Zwoliński
wójt gminy Nadarzyn*

Inwestycje



Budowa przedszkola w Wolicy – powstają mury ścian parteru budynku.



Przebudowa ulicy Głównej w Ruści. Przypominamy o utrudnieniach w ruchu i prosimy o ostrożność oraz zwrócenie uwagi na oznakowanie.



10-lecie Straży Gminnej w Nadarzynie

15 września obchodziliśmy uroczyste 10-lecie utworzenia jednostki straży gminnej w Nadarzynie. Choć została powołana 1 kwietnia 2012 roku, to absolutnie nie był to primaaprilisowy żart.



Straż gminna ewoluowała przez te lata, tak samo jak zmieniały się jej uprawnienia i pojawiały nowe obowiązki. Dziś strażnicy wykonują na terenie naszego samorządu szereg istotnych i ważnych zadań, między innymi zabezpieczają gminne uroczystości, przeprowadzają pogadanki z zakresu bezpieczeństwa publicznego w szkołach i przedszkolach, starają się chronić

obiekty publiczne przed aktami wandalizmu, organizują egzaminy na kartę rowerową, pełnią patrole piesze i mobilne na terenie gminy, prowadzą działania zapobiegające bezdomności zwierząt domowych, przeprowadzają akcje sterylizacji i czipowania psów i kotów, odbierają zgłoszenia z aplikacji „Mój Nadarzyn”, wspierają policję w akcjach prewencyjnych, pełnią stałe dyżury przy placówkach oświatowych w godzinach porannych, dbając o bezpieczeństwo nieletnich w drodze do szkoły, kontrolują posesje w zakresie przestrzegania prawa lokalnego,

budowlanego, ochrony środowiska i ustawy antysmogowej, prowadzą postępowania wobec osób łamiących prawo, reagują na zgłoszenia mieszkańców, wspierają społeczność lokalną w wielu akcjach i działaniach.

Warto pamiętać, że w tak dużej gminie jak nasza, straż gminna nigdy nie może działać skutecznie bez wsparcia ze strony mieszkańców. Naszym strażnikom dziękujemy za już i prosimy o więcej.

Wszystkiego najlepszego!

***Dariusz Zwoliński**
wójt gminy Nadarzyn*





19 września 2022 r. została opublikowana ustawa o szczególnych rozwiązaniach w zakresie niektórych źródeł ciepła w związku z sytuacją na rynku paliw. Poniżej przedstawiamy skrót informacji dotyczących dodatków na zakup paliwa do ogrzewania mieszkania.

Dodatek węglowy

Ustawa z dnia 5 sierpnia 2022 r., zmieniona ustawą z dnia 15 września 2022 r.

- a) **przysługuje** osobie w gospodarstwie domowym, w przypadku gdy **głównym** źródłem ogrzewania jest: kocioł na paliwo stałe, kominek, koza, ogrzewacz powietrza, trzon kuchenny, piecokuchnia, kuchnia węglowa, piec kaflowy
- b) paliwo stałe: **węgiel kamienny, brykiet lub pelet**, zawierające co najmniej 85% węgla kamiennego.

Dodatek wypłaca się do **dwóch miesięcy** od dnia złożenia wniosku, nie później niż do 30 grudnia 2022 r.

Ustawa z dnia 15 września 2022 r. o wsparciu odbiorców ciepła

- a) **przysługuje** osobie w gospodarstwie domowym, w przypadku gdy **głównym** źródłem ogrzewania jest: kocioł na paliwo stałe, kominek, koza, ogrzewacz powietrza, trzon kuchenny, piecokuchnia lub piec kaflowy
- b) na paliwo stałe: **pelet drzewny, drewno kawałkowe lub inny rodzaj biomasy**
- c) kocioł gazowy zasilany skroplonym gazem LPG
- d) kocioł olejowy

Wysokość dodatków

- 3000 zł – pelet drzewny lub inny rodzaj biomasy z wyłączeniem drewna kawałkowego
- 2000 zł – olej opałowy
- 1000 zł – drewno kawałkowe
- 500 zł – gaz skroplony LPG (do wniosku należy przedstawić decyzję UDT zezwalającą na eksploatację zbiornika z gazem).

W przypadku obu ustaw źródło ogrzewania powinno zostać **zgłoszone do CEEB** (Centralnej Ewidencji

Emisyjności Budynków) do dnia 11 sierpnia 2022 r., a po tej dacie dotyczy tylko nowo uruchomionych źródeł ciepła.

W przypadku gdy pod jednym adresem zamieszkuje więcej niż jedno gospodarstwo domowe – przysługuje jeden dodatek. Dodatek przyznawany jest osobie, która złożyła wiosek jako pierwsza. Pozostałe wnioski pozostawia się bez rozpatrzenia.

Dodatek przeznaczony jest dla gospodarstw jednoosobowych i wieloosobowych. Jedna osoba może wchodzić w skład tylko jednego gospodarstwa domowego. Gospodarstwo domowe może otrzymać dodatek z tytułu wykorzystania wyłącznie **jednego** źródła ciepła.

Dodatek **nie przysługuje** gospodarstwom domowym objętym pozytywnie rozpatrzonym wnioskiem o wypłatę dodatku węglowego.

Dodatek **nie przysługuje** osobie w gospodarstwie domowym, na potrzeby którego zostało zakupione paliwo stałe, po cenie i od przedsiębiorcy, o którym mowa w art. 2 ustawy 1 z dnia 23 czerwca 2022 r.

Wnioski należy złożyć do 30 listopada 2022 r. – złożone po tym terminie pozostawia się bez rozpatrzenia. W przypadku wystąpienia wątpliwości dotyczących wniosku, może być przeprowadzony wywiad środowiskowy w miejscu zamieszkania wnioskodawcy. Niewyrażenie zgody na przeprowadzenie wywiadu stanowi podstawę do odmowy przyznania dodatku. Dodatek wypłaca się do **miesiąca** od dnia złożenia wniosku.

UWAGA!

W dniu 30 sierpnia 2022 r. gmina Nadarzyn złożyła zapotrzebowanie na środki na wypłatę dodatków węglowych. Do dnia 20.09.2022 r. godz. 10:57 środki te nie wpłynęły na rachunek bankowy gminy, w związku z tym wypłata pozytywnie rozpatrzonych wniosków nastąpi dopiero po otrzymaniu dotacji. Wnioski należy składać w pok. 141 w godzinach pracy ośrodka, tel. wewn. 189. Wnioski są rozpatrywane przez dział świadczeń w pok. 133, tel. wewn. 182, 186, 177.

GOPS Nadarzyn

PRACOWNIA PROTETYCZNA

Stara Wieś, ul. Grodziska 188

tel. 22 739 90 17

501 108 039

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

Pracownia czynna:

pon. - czw.: 9.00 - 11.00

wt. - śr.: 15.00 - 19.00

pt. - sob.: po uzgodnieniu telefonicznym.



1 września uczciliśmy 83. rocznicę wybuchu II wojny światowej. Na nadarzyńskim cmentarzu odbyła się msza św., którą w intencji ofiar tej najkrwawszej w dziejach wojny odprawił ks. Andrzej Wieczorek, proboszcz parafii pw. św. Klementa w Nadarzynie.

Następnie poczty sztandarowe szkół z terenu gminy, przedstawiciele samorządu lokalnego, drużyny i druhowie Ochotniczej Straży Pożarnej z Nadarzyna, harcerze ze szczepu „Wataha” imienia Żołnierzy Wyklętych, Team Nadarzyn Chrobry II oraz zebrani mieszkańcy udali się do kwatery poległych w 1939 r. Po odegraniu hymnu złożono wiązanki i zapalono znicze pod znajdującym się w kwaterze



obeliskiem. Wszyscy zebrani złożyli hołd „poległym w walce z hitlerowcami w 1939 r.” – jak głosi napis na obelisku. Uroczystość zakończył utwór „Śpij kolego” wykonany przez orkiestrę OSP Nadarzyn.

Cześć i chwała bohaterom!



Modernizacja ewidencji gruntów i budynków (EGiB) w gminie Nadarzyn.

Szanowni Państwo!

Powiat pruszkowski podpisał umowy na modernizację ewidencji gruntów i budynków (EGiB) gminy Nadarzyn, obejmujące m. in. ustalenie granic, aktualizację użytków i budynków wraz z dostosowaniem bazy EGiB do nowych przepisów.

W obrębach: Kostowiec, Krakowiany, Młochów, Rozalin, Stara Wieś, Urzut, Wola Krakowiańska, Nadarzyn, Strzeniówka, Wolica prace wykona GEOTECHNOLOGIES Wiesław Szymkiewicz, Leopolda Staffa 8, 73-110 Stargard.

W obrębach Kajetany, Parole, Rusiec, Szamoty, Walendów prace wykona Okręgowe Przedsiębiorstwo Geodezyjno-Kartograficzne Sp. z o.o., ul. Zwycięstwa 140, 75-613 Koszalin.

Prace już się rozpoczęły i będą prowadzone do października 2023 r.

W tym momencie trwają prace, polegające przede wszystkim na analizie materiałów powiatowego zasobu geodezyjnego i kartograficznego i baz danych EGiB, jak również wstępne prace terenowe, dotyczące odszukania punktów osnowy geodezyjnej, służącej do założenia EGiB. O szczegółowych pracach w terenie będziemy informować na bieżąco.



Zapraszam do śledzenia aktualnych informacji o modernizacji ewidencji gruntów i budynków na stronie: bip.powiat.pruszkow.pl (Starostwo/Wydziały i biura/Wydział Geodezji i Gospodarki Nieruchomościami/ Modernizacja ewidencji gruntów i budynków w Gminie Nadarzyn).

Agnieszka Kuźmińska – członek zarządu powiatu pruszkowskiego



Podziękowanie za plony



W ostatnią niedzielę września w kościele parafialnym pw. św. Michała Archaniola w Młochowie odbyła się uroczysta msza św. w podziękowaniu za tegoroczne plony. Po niej w młochowskim parku miał miejsce piknik rodzinny – z kucykami, dmuchanymi atrakcjami dla najmłodszych i grochówką, przygotowaną przez młochowskich strażaków. Był również plenerowy koncert orkiestry OSP Nadarzyn.



Pogotowie ogrodnicze. Wycinki drzew, prace porządkowe. Ogrody – pielęgnacja i koszenie. Przyłącza kanalizacyjne od budynku do studzienki. Drenaże i odwodnienia rynien. Remonty. Okolice Nadarzyna. Tel. 511 289 481

Poszukujemy obecnie osób do pracy w kantinie w Młochowie na stanowisku: bufetowa i pomoc kuchni. Praca od pon. – pt. w godzinach 7–15. W razie zainteresowania proszę o kontakt: biuro@connectlunchbar.pl

Absolwent politechniki udziela korepetycji z matematyki, tel. 602 246 361

Firma w Nadarzynie poszukuje drukarzy do druku cyfrowego na tkaninach oraz pracowników fizycznych do obsługi maszyn do tekstyliów. Tel. 535 660 088; www.textileprinthouse.pl, ul. Komorowska 30, 05-830 Nadarzyn

Zatrudnię szwaczki z doświadczeniem. Szycie odzieży lekkiej na nowych maszynach przemysłowych. Bardzo dobre warunki pracy i płacy, na cały lub część etatu, w Jankach. Tel: 660 061 777

GMINA NADARZYN CZYSTA GMINA

17 września po raz kolejny na terenie gminy Nadarzyn odbyła się akcja GMINA NADARZYN – CZYSTA GMINA, czyli kolejna edycja wspólnego sprzątania. Koordynowali ją radni i sołtysi z poszczególnych sołectw.

Wszyscy zainteresowani udziałem w akcji dostali worki oraz rękawice. Wspólne porządki rozpoczęły się w sobotnie przedpołudnie i trwały do godzin popołudniowych, a zakończyły się sadzeniem krokusów, które upiększą pierwsze dni przyszłorocznej wiosny. W niektórych sołectwach nagrodą dla uczestników akcji był wspólny poczęstunek.



Ponadto przy Pastewniku w Nadarzynie stanęło stoisko edukacyjno-informacyjne, dotyczące mazowieckiej uchwały antysmogowej, gdzie można było uzyskać m.in. informacje o wymianie kotłów w gminie. Odbył się również pokaz obsługi oraz lotu dronu antysmogowego.



Fot. M. Latoszek i J. Pawlik



FB. A. Palmowska



Dzięki przychylności wójta i rady gminy oraz wsparciu finansowym, rada seniorów może realizować projekty na rzecz seniorów z terenu naszej gminy. W okresie od 1 lipca do 30 sierpnia br. realizowany był projekt „Seniorze życie jest tylko jedno – zadbaj o nie”, w ramach zadania „Samorządowy Instrument Wsparcia Inicjatyw Rad Seniorów 2022” współfinansowanego z budżetu województwa mazowieckiego.



W projekcie, realizowanym w świetlicy oraz na basenach letnich w Strzeżniówce (dzięki uprzejmości Gminnego Ośrodka Sportu), udział wzięło ponad 40 seniorów. Zajęcia na terenie basenów odbywały się dwa razy w tygodniu. W świetlicy miały miejsce 45 minutowe treningi pamięci, następnie były 45 minutowe ćwiczenia w wodzie z użyciem specjalnych sprzętów. Treningom w wodzie towarzyszyła muzyka. Na zakończenie projektu zorganizowano marsze po zdrowie z kijkami do nordic walking, oraz wspólne



grillowanie. Na pamiątkę uczestnicy i zaproszeni goście otrzymali poradniki do ćwiczenia pamięci oraz ręczniki kąpielowe z nadrukiem kompleksu basenów w Strzeżniówce.

W imieniu rady seniorów i uczestników projektu serdecznie dziękuję za pomoc i wsparcie w realizacji zadania.

Teresa Czerniawska

Fot. FB Srebrny Senior Nadarzyńskie

104 lata – dostojna rocznica urodzin pani Kamili

1 września 104. urodziny obchodziła pani Kamila Maria Olszewska. Z tej okazji szanownej Jubilatce złożyli wizytę Dariusz Zwoliński, wójt gminy Nadarzyn i Iwona Malinowska, kierownik urzędu stanu cywilnego. Pani Kamila z uśmiechem przyjęła bukiet kwiatów i okazjonalne życzenia oraz tort. Po zdmuchnięciu przez Jubilatkę świeczek na torcie, odśpiewano jej „300 lat”.

Pani Kamili składamy moc najserdeczniejszych życzeń zdrowia oraz nieustającej pogody ducha. Niech zawsze otaczają Panią dobroć i życzliwość, które są źródłem zadowolenia i spełnienia.



Metropolia w ruchu

Rozpoczął się drugi etap konsultacji społecznych planu zrównoważonej mobilności miejskiej metropolii warszawskiej (SUMP). Konsultacje trwają od 22 września do 12 października. Plan dotyczy tworzenia na terenie metropolii warunków dla zrównoważonego sposobu przemieszczania się.

Ma on być oparty na transporcie zbiorowym i aktywnej mobilności (rower, poruszanie się na pieszo itp.), przy jednoczesnym ograniczeniu

liczby samochodów i zmniejszeniu negatywnego oddziaływania komunikacji i transportu na środowisko. Prace nad dokumentem rozpoczęły się na początku roku 2022 i potrwać do połowy roku 2023.

Do tej pory:

- zakończył się pierwszy etap konsultacji podsumowany raportem
- przeprowadzono diagnozę stanu mobilności
- przygotowano raport z diagnozy zachowań transportowych
- opracowano założenia do SUMP
- Wszystkie materiały znajdują się pod linkiem: <https://architektura.um.warszawa.pl/..../kolejny-etap..>



Wpływ zanieczyszczeń powietrza na zdrowie i metody ograniczania ich ilości

Zanieczyszczenia powietrza pochodzące z indywidualnych źródeł ciepła obejmują: tlenki węgla, pyły zawieszone, węglowodory aromatyczne oraz tlenki azotu i siarki, a w przypadku spalania odpadów również chłorowodor, cyjanowodor, formaldehyd i dioksyny.

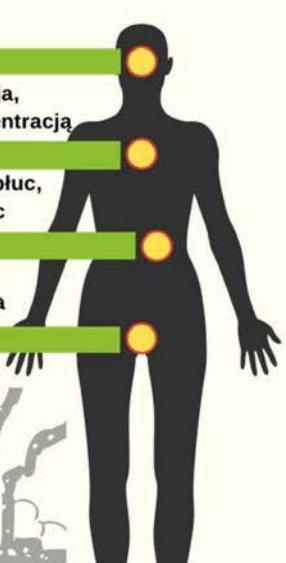
Zanieczyszczenia powietrza mogą powodować powstawanie i zaostrzenie chorób układu oddechowego, choroby sercowo-naczyniowe, w tym niewydolność i zawał serca oraz udar mózgu, wzrost ryzyka wystąpienia chorób neurodegeneracyjnych: Alzheimera i Parkinsona, zaburzenia układu rozrodczego: przedwczesne porody i niską masę urodzeniową dzieci oraz choroby autoimmunologiczne i nowotwory złośliwe nie tylko układu oddechowego, ale również głowy i szyi, wątroby, piersi oraz

układu limfatycznego i krwiotwórczego. Działaniem rakotwórczym charakteryzuje się m.in. benzo(a)piren należący do węglowodorów aromatycznych, którego dopuszczalny poziom na terenie naszej gminy został w 2021 r. przekroczony.

Pierwszym krokiem do poprawy jakości powietrza jest zaprzestanie palenia odpadów. Stanowią je wszystkie odpady z gospodarstwa domowego, w tym tworzywa sztuczne, odzież, buty, opony, ale również kolorowy papier, drewno malowane, lakierowane i impregnowane, sklejkę, płyty wiórowe, panele podłogowe, dykta, podkłady kolejowe oraz drewno zanieczyszczone i odpady zielone: w tym skoszona trawa, chwasty, liście i gałęzie. Kolejnym krokiem jest przejście na korzystanie z certyfikowanego paliwa dobrej jakości, kupowanego ze sprawdzonych źródeł, zaś w przypadku opalania drewnem – korzystanie z sezonowanego, suchego drewna. Jeśli sami przygotowujemy drewno, należy je

porąbać i złożyć na świeżym powietrzu w sposób zapewniający odpowiednią cyrkulację powietrza. Drewno powinno być odseparowane od gruntu i przykryte od góry. Dobrym rozwiązaniem, pozwalającym na przyspieszenie schnięcia drewna, jest ściągnięcie kory. Należy pamiętać, że drewno schnie tylko wtedy, kiedy panują odpowiednio wysokie temperatury powietrza, zwykle od późnej wiosny do wczesnej jesieni. W celu ograniczenia emisji zanieczyszczeń, trzeba dbać o odpowiedni stan urządzeń grzewczych i przewodów kominowych poprzez regularne ich czyszczenie. Jeśli mamy taką możliwość, należy przejść ponadto na palenie od góry. Polega ono na tym, że paliwo układu się na dole i rozpala się od góry, zaś kolejne porcje dokładne są z boku. Zanieczyszczenie powietrza powodują również spaliny samochodowe, więc kiedy to tylko możliwe, rezygnujemy z auta i korzystamy z komunikacji zbiorowej, roweru lub hulajnogi.

CZY WIESZ JAKI WPŁYW MAJĄ ZANIECZYSZCZENIA NA TWÓJ ORGANIZM?



- MÓZG**
udar, wylew, ból głowy, depresja, obniżenie IQ, problemy z koncentracją
- UKŁAD ODDECHOWY**
astma, przewlekła obturacyjna choroba płuc, zapalenie oskrzeli i płuc, nowotwory płuc
- UKŁAD KRWIONOŚNY**
zawał serca, nadciśnienie tętnicze, choroba wieńcowa, zaburzenia rytmu serca, niewydolność serca, miażdżyca, zatorowość płucna
- UKŁAD ROZRODCZY**
bezpłodność, przedwczesne porody, niższa waga i obwód główki





Zadanie pn. „Akcja edukacyjno-informacyjna w Gminie Nadarzyn”
współfinansowano ze środków
Samorządu Województwa Mazowieckiego



dla czystego powietrza

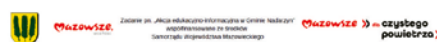
Zakazy i ograniczenia wynikające z uchwały antysmogowej dla Mazowsza

Emisja do wysokości 40 m gazów i pyłów pochodzących głównie z domowych instalacji grzewczych nazywana jest niską emisją. Zanieczyszczenia te w głównej mierze odpowiadają za przekroczenie norm w powietrzu silnie rakotwórczych węglowodorów aromatycznych oraz powstawanie smogu. W celu zapobieżenia ich negatywnemu oddziaływaniu na zdrowie ludzi i środowisko, na obszarze województwa mazowieckiego wprowadzono ograniczenia i zakazy w zakresie eksploatacji instalacji, w których następuje spalanie paliw (tzw. uchwała antysmogowa, Dz. Urz. Woj. Maz z 2017 r., poz. 9600, z późn. zm.: Dz. Urz. Woj. Maz. z 2022 r., poz. 5147).

Od początku 2023 r. zakazane będzie korzystanie z beklasowych źródeł ciepła na paliwa stałe, czyli kotłów centralnego ogrzewania oraz miejscowych ogrzewaczy pomieszczeń, np: kominków, pieców wolnostojących (jeśli nie wyposażą się ich w urządzenia redukujące emisję pyłu), zaś od początku 2028 r. również z kotłów na paliwa stałe klasy 3 lub 4 według normy PN-EN 303-5:2012. Zakazano również korzystania z następujących paliw: mułów i flotokocentratów węglowych, które powstają jako odpad przy wzbogacaniu węgla, węgla brunatnego oraz innych paliw z niego produkowanych, węgla kamiennego sypkiego o uziarnieniu do 3 mm, który zawiera się w miale węglowym oraz paliw z biomasy o wilgotności powyżej 20%, w tym drewna. Na terenie gminy Nadarzyn i innych gmin powiatów otaczających Warszawę wprowadzono dodatkowe ograniczenie: od 1 stycznia

2028 r. zakazane będzie korzystanie ze wszystkich frakcji węgla kamiennego i innych paliw produkowanych z jego wykorzystaniem. Od ostatniego zakazu wprowadzono jednakże wyjątki: kotły na paliwa stałe 5 klasy według normy PN-EN 303-5:1012, których eksploatację rozpoczęto przed 10 listopada 2017 r. oraz kotły na paliwa stałe i miejscowe ogrzewacze pomieszczeń spełniające wymogi ekoprojektu, których eksploatację rozpoczęto przed 1 czerwca 2022 r.,

mogą korzystać z węgla kamiennego do czasu ustania ich żywotności. Ekoprojekt oznacza wynikające z odpowiednich rozporządzeń Komisji Europejskiej ściśle określone normy emisji pyłów, organicznych związków gazowych, tlenku węgla i tlenków azotu, których dane instalacje nie mogą przekroczyć oraz określone parametry sezonowej efektywności energetycznej, które muszą spełniać. Obecnie na terenie gminy Nadarzyn nie mogą być już zakładane instalacje, również z ekoprojektem, które wykorzystują węgiel kamienny.



Otwarte spotkania czwartkowe

Centrum Edukacyjne, ul. Wiśniowa 26, 05-830 Nadarzyn
tel. 22 729 92 81, 728 662 112; info@fki.org.pl
www.otwartespokaniaczwartkowe.pl

Fundacja Kultury Informacyjnej
zaprasza na

**Benefis
Stanisławy Ossowskiej
na 50-lecie pracy**

13 października 2022
godz. 18.30
Centrum Edukacyjne

Wstęp wolny



Stanisława Ossowska wciąż aktywna zawodowo i społecznie. Ma wiele zainteresowań i pasji. Píše, wydaje książki, recytuje, śpiewa, fotografuje, maluje oraz píše scenariusze i reżyseruje spektakle poetyckie i filmy. Mama trojga dzieci i babcia ośmiorga wnucząt.

Organizatorzy spotkania



Fundacja
Kultury
Informacyjnej



Niepubliczna Poradnia
Psychologiczno-
Pedagogiczna



Przedszkole
Niepubliczne
Jupik

Zrozumieć psa

PIÓRKIEM PO NOSIE



W wychowaniu dzieci ogromną wagę przykładamy do tego, aby od pierwszych chwil życia otoczone były one czułością i bliskością, najpierw rodziców i pozostałych najbliższych członków rodziny, a potem, kiedy stają się starsze, dbamy o to, aby zapewnić im możliwość kontaktowania się z rówieśnikami i innymi dorosłymi. Dzięki tym wszystkim kontaktom dzieci uczą się zachowań, kultury, stawiania granic, zdobywają wiedzę, nabierają doświadczeń.

Psy nie mają tyle szczęścia. Najpierw jako szczenięta zbyt wcześnie odbierane są od matki i rodzeństwa, następnie izolowane do czasu uzbierania kompletu szczepień. W niezwykle ważnym okresie swojego życia, warunkującym w dużej mierze to jakie będą w dorosłym życiu, nie mają możliwości socjalizacji, zdobywania wiedzy ekologicznej, nabierania doświadczeń, uczenia się od innych psów, bycia z nimi, obcowania, zabawy, poznawania razem świata. Odosobnione, nierozumiane, często przebudźcowane szczenięta, które również w wieku dorostania nie będzie miało zapewnionych kontaktów z innymi psami, nie ma szansy wyrosnąć na zrównoważonego, stabilnego psa, radzącego sobie z emocjami i stresem, a lęki, obawy, ciągła kontrola opiekuna tylko potęgują jego problemy. Musimy pamiętać, że psy to zwierzęta społeczne, potrzebują swobodnych kontaktów z osobnikami własnego gatunku, z mocnymi

i stabilnymi psami, różnymi pod względem temperamentu, charakteru, wieku i wielkości. Wtedy się uczą, nabierają doświadczeń, stają się pewne siebie. Nie nauczymy ich tego w żadnej psiej szkole. Spędzanie czasu w towarzystwie zrównoważonych psów, wspólne, swobodne eksplorowanie, węszenie i zabawa to sprawy niezbędne dla prawidłowego rozwoju każdego psa, a szczególnie młodego. W jednej ze swoich wypowiedzi Dorota Sumińska, próbując wyjaśnić nam, dlaczego nie wolno odbierać psom prawa do kontaktów z innymi osobnikami własnego gatunku, poprosiła abyśmy spróbowali wyobrazić sobie, że naszą jedyną rodziną są słonie. Dbają o nas, otaczają troską, jest nam ciepło, mamy co jeść, zapewniają nam bezpieczeństwo, chroniąc i dbając o nas tak samo jak o swoje słoniowe dzieci. Są nam bliskie, może nawet bardzo, ale mogą tylko po słoniowemu próbować nas uszczęśliwiać, bo są słoniami. Nigdy

nie dadzą nam tego, czego naprawdę potrzebujemy, bo nigdy nie rozumieją nas tak, jak drugi człowiek. Myślę, że problemem jest też to, że zatraciliśmy gdzieś taką naturalną zdolność do bycia uważnym na otaczający nas świat, na innych. Nie widzimy, nie umiemy obserwować, słuchać, być świadomym i dzielić się tym. Nie wiemy, kim sami jesteśmy, nie jesteśmy świadomi naszych własnych uczuć i motywacji, więc tym bardziej nie rozpoznajemy emocji naszych psów i tego, co i dlaczego nam komunikują. Dopóki jednak nie zrozumiemy przyczyn ich zachowania, nie zrozumiemy dlaczego pies jest agresywny, lękowy, reaktywny, kontrolujący, nie pomogą nam żadne szkolenia ani treningi. Dopóty nie zrozumiemy, że jedynym problemem naszych psów jesteśmy my sami, nic się w ich życiu nie zmieni.

Joanna Romanowska

Straż Gminna, tel. 501804797

Fot. FB Zwierzęta z gminy Nadarzyn

Na zdjęciach Mural i Bromba - nierozłączni. Około 6-letni owczarek środkowoazjatycki i około 8-letnia bernardynka czekają na wspólny dom i mocno wierzą, że on również gdzieś na nich czeka. Chcą być razem, widzieć dobro w oczach ludzi i zwyczajnie, spokojnie żyć. Jeśli znacie takie miejsce, gdzie psom nie odbiera się ich praw, gdzie nawet takie duże stworzenia jak Bromba i Mural kiedy tylko zechcą, mogą być blisko ludzkiego przyjaciela, to bardzo prosimy zdradźcie nam gdzie ono jest.



Otwarte spotkania czwartkowe

Centrum Edukacyjne, ul. Wiśniowa 26, 05-830 Nadarzyn

tel. 22 729 92 81, info@fki.org.pl

www.otwartespotkaniaczwartkowe.pl

Fundacja Kultury Informacyjnej
zaprasza na spotkanie

Kierunki rozwoju Gminy Nadarzyn

Wystąpi

Dariusz Zwoliński

10 listopada 2022
godz. 18.30

Wstęp wolny

Transmisja na żywo na 



Dariusz Zwoliński

Od 29 lat aktywnie uczestniczył w życiu Gminy Nadarzyn jako nauczyciel, trener, menedżer sportu, dyrektor GOS oraz społecznik. Od 4 lat jest Wójtem Gminy Nadarzyn. Spotkanie będzie okazją do bezpośredniej wymiany myśli w trosce o jak najlepszy rozwój naszej Gminy.

Organizatorzy spotkania



Fundacja
Kultury
Informacyjnej



Niepubliczna Poradnia
Psychologiczno-
Pedagogiczna



Przedszkole
Niepubliczne
Jupik



21 września

Światowy Dzień Choroby Alzheimera

Choroba Alzheimera to jedna z najczęstszych przyczyn otępienia (demencji) u osób powyżej 65 roku życia. Jest to schorzenie układu nerwowego, polegające na stopniowej utracie funkcji umysłowych odpowiadających za myślenie, komunikację, zachowanie. Objawami są: upośledzenie pamięci, orientacji, rozumienia, liczenia, oceny sytuacji, mowy. Zaburzenia te spowodowane są utratą komórek nerwowych w mózgu.

Według danych Światowej Organizacji Zdrowia na całym świecie ponad 55 milionów ludzi cierpi na demencję, a każdego roku pojawia się prawie 10 milionów nowych przypadków.

W Polsce ponad 500 tysięcy osób żyje z objawami otępienia (demencji), a wśród nich 300 tysięcy ma chorobę Alzheimera.



Jak przebiega choroba Alzheimera?

Najczęściej choroba rozpoczyna się od niewinnego zapomnienia i zagubienia. Chory pyta kilka razy o te same rzeczy lub wydarzenia, opowiada w kółko te same historie, gubi przedmioty w przestrzeni domu. Trudno mu podejmować decyzje i rozwiązywać problemy.

Z czasem kłopot sprawia wykonywanie codziennych, prostych czynności. Pojawiają się zaburzenia równowagi, trudności w ubieraniu się. Często też występują zaburzenia zachowania. Osoba, która dotychczas była uśmiechnięta i radosna, może zacząć zmagać się z depresją, może pojawić się afazja, urojenia, pobudzenie i agresja.

W chorobie Alzheimera możemy wyróżnić 3 fazy:

- pierwsza – kłopoty z pamięcią, orientacją, nauką nowych rzeczy;
- druga – trwa od 2 do 12 lat – zaburzenia pamięci są już dość znaczne – chory nie pamięta imion swoich bliskich, nie ufa ludziom, unika ich, zaczyna błędzić nawet w otoczeniu, które powinno mu być znane;
- trzecia – trwa od 1 roku do 3 lat – kontakt z chorym jest utrudniony, mowa sprowadza się do artykułowania kilku

słów, czynności fizjologiczne przestają być kontrolowane – chory wymaga stałej opieki.

Choroba Alzheimera jest chorobą nieuleczalną. Istnieją jednak leki, które mogą pomóc złagodzić lub opóźnić niektóre objawy zaburzonej zdolności poznawczych, jak na przykład zaburzenia zachowania.

Do kogo zwrócić się o pomoc?

Rozpoznawaniem i leczeniem choroby Alzheimera zajmują się lekarze neurologi i psychiatry. W przypadku korzystania z systemu publicznej opieki zdrowotnej – do neurologa kieruje lekarz rodzinny. Skierowanie do psychiatry nie jest wymagane.

Gdzie można uzyskać pomoc?

Polskie Stowarzyszenie Pomocy Osobom z Chorobą Alzheimera (www.alzheimer-waw.pl) pomoże uzyskać:

- wsparcie psychiczne;
- informacje o źródłach pomocy;
- porady opiekuńczo-pielęgniarskie;
- porady dla opiekuna.

Ogólnopolski telefon zaufania 22 622 11 22 (wtorek, czwartek 15:00–17:00)

CLA – Centrum Leczenia Alzheimerera ul. Ogrodowa 39/41 Warszawa (www.mcla.pl)

Jak pomóc choremu na alzheimera?



Oznacz ubrania, podpisz je imieniem i nazwiskiem, dołącz adres oraz numer telefonu. Umożliwisz w ten sposób szybszy kontakt z tobą, w razie zagubienia chorego.



Prowadź kalendarz – skreślaj minione dni, zaznaczaj ważne wydarzenia, wizyty lekarskie i spotkania, ułatwi to odnalezienie się choremu w codzienności, naprowadzi na to, co obecnie się dzieje w jego życiu.



Chorzy na Alzheimerera pamiętają siebie jako młode osoby, kiedy więc zawiesimy lusterko na drzwiach wyjściowych, w swoim odbiciu nie rozpoznają siebie, a zauważą obcą osobę – unikniemy w ten sposób nieplanowanego wyjścia chorego bez opieki, natomiast kiedy zawiesimy zdjęcie z młodości na drzwiach jego pokoju – chory będzie wiedział, że ma tu swoją przestrzeń i może się tu czuć bezpiecznie.



Lekarstwa nie powinny być łatwo dostępne dla chorego, gdyż może wziąć podwójną dawkę leku.

Jak organizować czas choremu na alzheimera?

Ważne, by chory funkcjonował w miarę możliwości normalnie – wykonywał to, co zwykle, oczywiście z uwzględnieniem postępu choroby. Jeśli zauważysz, że pojawił się problem – asystuj i pomagaj!

Należy zadbać przede wszystkim o samopoczucie chorego, a nie zachowywanie za wszelką cenę reguł, które panują w naszym systemie społecznym.

Przymykaj oko na błędy i nowe przyzwyczajenia, chwal za małe rzeczy i stawiaj nowe wyzwania na miarę możliwości.
Zaplanuj aktywności w chorobie Alzheimera

Planując wszelkie aktywności uwzględnij to, co chory lubił robić, zanim pojawił się alzheimer. Często wraca się do rysowania i malowania, gdyż właśnie to większość z nas lubiła robić w dzieciństwie. Jeśli jest taka możliwość, zorganizuj proste prace w ogrodzie, gry w karty, w szachy.

Chorzy lubią też układać proste puzzle, składające się z niewielkiej liczby elementów.

Nie wystarczy jednak dać choremu pudełko puzzli i polecić ich ułożenie. Należy rozpocząć to zajęcie razem z chorym, pokazując mu, na czym będzie ono polegać.

Doskonałą terapią jest wspólne oglądanie zdjęć rodzinnych, a także ich segregacja: na te na których pojawiają się osoby, na kolorowe, na czarno-białe, na małe i duże fotografie.

Ważne jest też, by chory spędzał czas na świeżym powietrzu, jednak zawsze musi mu ktoś towarzyszyć.

Dobre rezultaty daje wykorzystywanie muzyki w opiece. Najchętniej chorzy słuchają melodii i piosenek z czasów swej młodości, co wzbudza w nich miłe wspomnienia z tego okresu.

Choroba Alzheimera jest nieodwracalna i może rozwijać się przez wiele lat. Wczesne jej wykrycie pozwala na wdrożenie terapii, która poprawi jakość życia nie tylko osoby chorej, ale i jej opiekuna.

Profilaktyka

Ryzyko rozwoju choroby Alzheimera mogą zmniejszyć zmiany w trybie życia. Im więcej ich zostanie wprowadzonych w życie, tym prawdopodobieństwo rozwoju chorób neurodegeneracyjnych, takich jak alzheimer jest mniejsze.

Do najważniejszych ochronnych czynników stylu życia należą:

- rzucenie palenia i ograniczenie spożycia alkoholu;
- stosowanie zdrowej, zbilansowanej diety i utrzymywanie prawidłowej masy ciała (darmowe plany żywieniowe dostępne są na stronie: diety.nfz.gov.pl);
- zmniejszenie ryzyka chorób układu krążenia i kontrolowanie ciśnienia krwi;
- niedopuszczenie do rozwoju cukrzycy;
- utrzymanie sprawności fizycznej i aktywności umysłowej;
- pozostawanie aktywnym psychicznie i społecznie.

Izabela Bogusiewicz

*Sekcja Wsparcia Rodziny
GOPS Nadarzyn*

Źródła:

1. Urząd Wojewódzki w Gorzowie Wielkopolskim
2. Poradnik „Opieka nad chorym na Alzheimera – poradnik dla opiekuna”, dostępny na stronie <https://www.nfz.gov.pl>
3. Broszura: Alzheimer Rozumiem Wspieram
4. Ulotka: Alzheimer Rozumiem Wspieram
5. Ulotka Profilaktyczna Narodowego Funduszu Zdrowia.
6. Polskie Stowarzyszenie Pomocy Osobom z Chorobą Alzheimera



**ROZWIJAJ SVOJE PASJE
z MEDINCUS ACTIVE!**

OBIEKTY SPORTOWE
kręgielnia, boiska do tenisa, squasha, czy piłki nożnej

GRUPOWE ZAJĘCIA SPORTOWE
szkółki tenisowe i piłkarskie

REKREACJA
pakiety Active Day dla całej rodziny

Dowiedz się więcej

- f medincusactive
- medincus_active_kajetany
- medincusactive.pl

Ośrodek MEDINCUS Active
+48 512 482 202
ul. Mokra 1, 05-830 Kajetany



Zajęcia adaptacyjne

30 sierpnia odbyły się zajęcia adaptacyjne dla uczniów klas pierwszych oraz ich rodziców.

Przyszli uczniowie oraz ich rodzice zostali uroczysto powitani przez panią dyrektora. Przedstawione zostały najważniejsze sprawy organizacyjne dotyczące nadchodzącego roku szkolnego. Pani dyrektor przedstawiła wychowawców klas pierwszych, którzy

razem ze swoimi uczniami i rodzicami udali się do swoich klas. W sali wychowawcy przedstawili najważniejsze sprawy dotyczące roku szkolnego i pracy w swojej klasie. Uczniowie mogli po raz pierwszy spotkać się ze swoimi nowymi kolegami i koleżankami, a rodzice mogli uzyskać odpowiedzi na nurtujące ich pytania.

Po zakończeniu spotkań klasowych, uczniowie wraz z rodzicami udali się

na zajęcia proponowane przez kadrę pedagogiczną naszej szkoły. Zajęcia odbywały się w budynku A. Wśród proponowanych zajęć były między innymi przyrodnicze, na których uczniowie mogli pod lupą zgłębić tajemnice świata przyrody. W salach odbywały się również zajęcia plastyczne, podczas których dzieci mogły pokolorować rysunek i zabrać go ze sobą do domu. Nasi nauczyciele WF-u przygotowali zajęcia ruchowe, prezentując przyszłym uczniom salę gimnastyczną oraz zaplecze sportowe. Na uczniów czekał również sensoryczny tor przeszkód.

Zajęcia adaptacyjne są wspaniałą propozycją dla dzieci, które jeszcze nie rozpoczęły swojej przygody ze szkołą, a są już gotowe do podjęcia nowych wyzwań, poznania nowych kolegów i nowych aktywności. Celem zajęć było zapoznanie uczniów z ich nowym miejscem oraz pokazanie ile radości daje wspólna zabawa z rówieśnikami.

Katarzyna Rybczyk
SP Nadarzyn

CLOVER

miejsce rozwoju i kreatywności

„Największą siłą tego miejsca są instruktorzy i pedagodzy, których charakteryzuje duża świadomość, czego potrzebuje młody człowiek, aby mógł rozwijać się i tworzyć.”

Find us on Facebook

Rusiec, ul. Koniczyny 3
05-830 Nadarzyn
512-304-360
www.clever-clover.pl

U nas znajdziesz pełną ofertę zajęć.

edukacyjne

kreatywne

terapeutyczne

ruchowe

warsztaty

relaksacyjne

Parafia Rzymskokatolicka w Nadarzynie

Kłist Klementyński

Kancelaria parafialna w dni powszednie czynna:
rano: pon. – sob. 8.00–9.00
po południu: pon. – pt. 16.30–17.30
tel. 22 739 76 20,
proboszcz Parafii pw. św. Klemensa w Nadarzynie
ks. Andrzej Wieczorek
www.klemens.biblista.pl
www.facebook.com/SwKlemensNadarzyn
e-mail: parafianadarzyn@wp.pl



Punkt Parafialnego Zespołu CARITAS
mieści się na piętrze w budynku para-
fialnym i czynny jest w godz.: wtorki
10.00–12.00, czwartki 15.00–17.00.

USŁUGI POGRZEBOWE

Ewa i Włodzimierz Więch

Nadarzyn ul. Błońska 1

tel. (22) 729 87 61

tel. całodobowy 668-819-033





Biblioteka Publiczna Gminy Nadarzyn

Chciałbym wiedzieć...? Biblioteczne Q&A

Czy mogę zapisać się do biblioteki, jeśli nie jestem zameldowany w gminie Nadarzyn?

tak, możesz. Aby zostać czytelnikiem nie musisz mieć stałego meldunku w naszej gminie. Przy zapisie podajesz po prostu swój adres zamieszkania oraz adres zameldowania. Pamiętaj o możliwości zapisu on-line.

Czy mogę zapisać do biblioteki dziecko, które jeszcze nie chodzi do szkoły?

Oczywiście! Nie ma dolnej granicy wieku przy zapisie. Mamy specjalne zbiory dostosowane do potrzeb maluchów i do ich małych rączek.

Czy mogę zapisać się do biblioteki przez Internet?

Tak, przez formularz w katalogu Sowa *nadarzyn-bpg.sowa.pl* >Konto>Zapis do biblioteki. Skorzystanie z formularza znacząco przyspieszy procedurę zapisu. Pamiętaj jednak, że musisz odebrać kartę biblioteczną i potwierdzić tożsamość dokumentem, dlatego zapraszamy do wizyty osobistej.

Czy mogę mieć zdalny dostęp do swojego konta czytelnika?

Tak, możesz zalogować się na swoje konto w katalogu na naszej stronie lub pobrać aplikację Sowa MOBI. Po zalogowaniu się do swojego konta, możesz przeglądać dostępne zbiory, rezerwować wybrane pozycje oraz prolongować materiały, które masz już na koncie.

Czy będę dostawał powiadomienia o zbliżającym się terminie zwrotu wypożyczonych książek?

Oczywiście! Przy zapisie podaj swój e-mail bibliotekarzowi – będziesz otrzymywać informacje o zbliżającym się terminie zwrotu. Dostaniesz też SMS, że termin już upłynął i czas oddać wypożyczone pozycje. Możesz także sam ustawić powiadomienia po zalogowaniu się do swojego panelu w katalogu. Więcej możliwości daje aplikacja Sowa MOBI – będziesz otrzymywać powiadomienia push prosto na telefon i prolongować pozycje bezpośrednio w aplikacji.

Co mogę wypożyczyć w bibliotece?

Dla naszych czytelników dostępne są książki (po polsku, angielsku i ukraińsku), audiobooki i filmy dla dzieci i dorosłych.



Wypożyczamy również czasopisma, gry planszowe i czytniki Kindle. Warunki wypożyczenia zbiorów znajdziesz w regulaminie. Zajrzyj na naszą stronę i do katalogu Sowa.

Nie zdążę odebrać zamówionych książek w godzinach pracy biblioteki. Co mogę zrobić?

Przy placówkach w Nadarzynie działa „książkomat”. Możesz do niego zamówić 5 egzemplarzy zbiorów i odebrać poza godzinami pracy placówek. To proste – zarezerwuj książki w systemie i powiadom nas telefonicznie o chęci skorzystania z „książkomatu”. Dostaniesz od nas sms z numerem skrytki i kodem odbioru. Na odbiór zamówionych pozycji masz 48 godzin.

Czy mogę oddać wypożyczone materiały poza godzinami pracy biblioteki?

Tak. Przed wejściem do każdej placówki stoi „wrzutnia”. Możesz oddać do niej wypożyczone pozycje, które zostaną zdjęte z konta najpóźniej w następnym dniu roboczym.

Czy mogę przeglądać katalog zbiorów biblioteki on-line?

Tak. W naszym katalogu internetowym *nadarzyn-bpg.sowa.pl* można przeglądać zbiory pogrupowane w kategorie. Katalog możesz przeszukiwać po tytule publikacji, autorze lub słowie z tytułu lub opisu. Jeśli jesteś zalogowany(-a) do systemu możesz rezerwować i zamawiać książki, które chcesz przeczytać, a także inne dostępne materiały. O możliwości ich odbioru poinformujemy.

Skąd mogę się dowiedzieć o ofercie wydarzeń i spotkań autorskich w bibliotece?

Zapraszamy na stronę internetową biblioteka.nadarzyn.pl, na nasz profil na Facebooku oraz do placówek. Możesz także zapisać się na nasz newsletter.

Chciałbym korzystać ze zbiorów biblioteki, ale jestem osobą niepełnosprawną/starszą i nie mogę osobiście przyjść do placówki. Czy jest dla mnie jakaś oferta?

Tak. Na terenie gminy realizujemy usługę „Biblioteka na telefon”. Jest ona skierowana do seniorów oraz osób o ograniczonych możliwościach poruszania się, które nie mogą odwiedzić naszych placówek osobiście. Książki są dostarczane i odbierane przez pracownika biblioteki raz w miesiącu, po wcześniejszym umówieniu telefonicznym. Jeśli nie masz założonego konta bibliotecznego, zapiszemy cię w trakcie pierwszej dostawy książek, możesz też zapisać się on-line przez formularz na stronie biblioteki. Jeśli chcesz skorzystać z tej usługi lub poznać więcej szczegółów – zapraszamy do kontaktu pod numerem +48 537 184 772.



Jak wspierać rozwój dzieci?

Na spotkaniu z psycholożką Barbarą Dębowską będziemy rozmawiać o tym jak pokonywać pierwsze trudności w szkole i jak skutecznie komunikować się z dziećmi



**Zapraszamy rodziców dzieci w wieku przedszkolnym i szkolnym do
Filii w Młochowie
26 października 2022 godz. 17.00**



11 Narodowe Czytanie za nami!

Bardzo dziękujemy zaproszonym gościom: Dariuszowi Zwolińskiemu, wójtowi gminy Nadarzyn, Ewie Teledze, Stanisławie Ossowskiej i Magdalenie Kulisiewicz za wspólną interpretację utworów, Antoniemu Murackiemu za nastrojową oprawę muzyczną i oczywiście fantastycznej publiczności!

Zapraszamy za rok, na kolejne narodowe czytanie. Będziemy czytać „Nad Niemnem”.

BIBLIOTEKĘ MASZ ZAWSZE PRZY SOBIE



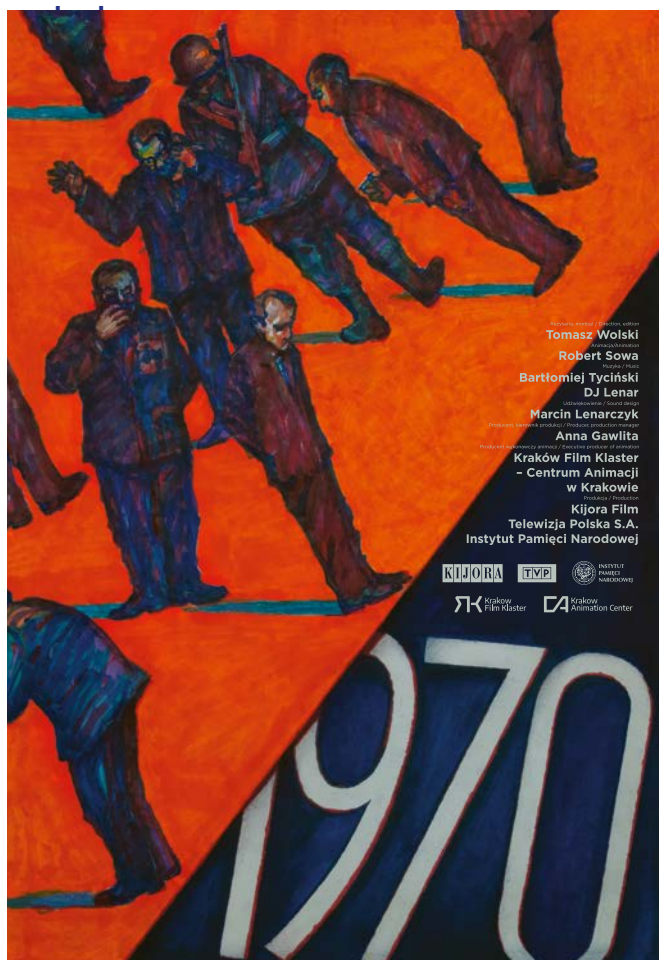
Zainstaluj darmową aplikację biblioteczną Sowa MOBI i w pełni korzystaj z usług biblioteki! Przeszukuj katalogi, sprawdzaj dostępność, zamawiaj, wypożyczaj i prolanguj książki oraz inne zbiory. Dzięki powiadomieniom dowiesz się o zmianach stanu zamówień, nadchodzących terminach zwrotów lub ich przekroczeniu. W aplikacji masz dostęp do numeru i kodu karty czytelnika, który możesz pokazać w bibliotece. Jeśli masz więcej kart (na przykład swoją i dzieci) będziesz mógł swobodnie przełączać się między kontami.

Pobierz aplikację Sowa MOBI z

Nadarzyński Ośrodek Kultury

Z punktu widzenia tych, którzy rozkazali strzelać

W 1970 roku, kilkanaście dni przed Bożym Narodzeniem, władze PRL ogłosiły kilkunasto – a nawet kilkudziesięcioprocentowe podwyżki cen żywności. Wywołało to krwawo stłumione



Wielokrotnie nagradzany dokument „1970” pokazuje te wydarzenia w wyjątkowy sposób, ponieważ narratorami nie są ci, do których strzelano, lecz ci, którzy wydali rozkaz, by strzelać. Niezwykła jest również forma filmu. Łączy ona materiały archiwalne ze scenami animowanymi, przedstawiającymi ówczesnych polityków. Za oś narracji filmowej opowieści posłużyły prowadzone przez nich na gorąco rozmowy telefoniczne, zachowane w archiwach IPN.

Po projekcji zapraszamy na spotkanie z twórcami: reżyserem, scenarzystą, montażystą i autorem zdjęć Tomaszem Wolskim oraz producentką Anną Gawlitą. Zapraszamy 28 października (piątek) na godzinę 19:00 do siedziby NOK. WSTĘP WOLNY!

1970

Reżyseria: Tomasz Wolski

Scenariusz: Tomasz Wolski

Gatunek: dokumentalny

Czas trwania: 71 min.

Rok produkcji: 2021

Produkcja: Kijora Film – Anna Gawlita

Współpraca reżyserska: Anna Gawlita

Koprodukcja: TVP, Instytut Pamięci Narodowej

Producent wykonawczy animacji: Krakow Animation Center, Krakow Film Klaster

Zdjęcia: Tomasz Wolski

Montaż: Tomasz Wolski

Animacje: Robert Sowa

Muzyka: Bartłomiej Tyciński, DJ Lenar

W 1970 r. w komunistycznej Polsce wybuchają protesty. W stolicy zbiera się sztab kryzysowy. W ruch idą milicyjne pałki. Padają strzały. Poprzez archiwalne nagrania i animacje obserwujemy mechanizmy władzy. „1970” to opowieść o buncie, widziana z punktu widzenia oprawców.

<http://kijorafilm.com/1970-2/>

„1970” to wyjątkowy film dokumentalny opowiadający historię protestów i strajków robotniczych, które miały miejsce na Wybrzeżu w grudniu 1970 r., pokazaną z perspektywy komunistycznych oprawców. Dzięki animacjom połączonym z nagraniami rozmów telefonicznych, zaglądamy za zamknięte drzwi gabinetów dygnitarzy. Wypalane są setki papierosów. Urywają się telefony. Planowane są strategie rozpędzania protestujących i przyszłych represji. Obmyślane są działania propagandowe. Protesty jednak wymykają się rządzącym spod kontroli. Widzimy strach, pogubienie i brutalność decydentów. Na ulicach w ruch idą milicyjne pałki. Padają strzały. Giną ludzie.

<https://ipn.gov.pl/pl/aktualnosci/142895,Film-1970-koprodukowany-przez-IPN-uhonorowany-Specjalna-Nagroda-Jury-na-festiwal.html>

Tomasz Wolski

Reżyser, operator i montażyista kilkunastu filmów dokumentalnych (np. *1970, Zwyczajny kraj, Lekarze, Pałac, Szczęściarze*) wyróżnianych na światowych festiwalach. Jego krótkometrażowy film *Córka* został nagrodzony na Festiwalu Filmowym w Gdyni (2015) oraz na Europejskim Festiwalu Debiutów Filmowych „Premiers Plans” w Angers (2016). Członek Europejskiej Akademii Filmowej, Gildii Polskich Reżyserów Dokumentalnych oraz PAF.

<https://festiwalgdynia.pl/biografia/tomasz-wolski/>

(...) Absolwent dziennikarstwa na Uniwersytecie Jagiellońskim i Kursu dokumentalnego w Mistrzowskiej Szkole Reżyserii Filmowej Andrzeja Wajdy (2003). Uczestnik Berlinale Talent Campus oraz warsztatów Berlin Today Award, programu EKRAN+ (2017) w Szkole Wajdy. Stypendysta programu „Młoda Polska” Ministerstwa Kultury i Dziedzictwa Narodowego. (...)

<https://filmpolski.pl/fp/index.php?osoba=1153128>

Anna Gawlita

Nagrodzona jako najlepsza producentka na Festiwalu Era Nowe Horyzonty (2008) i Krakowskim Festiwalu Filmowym (2017), nominowana do nagrody KIPA za najlepszy debiut producencki w pełnometrażowym filmie fabularnym (2021). Prezeska zarządu Kijora Film.

Członkini Polskiej i Europejskiej Akademii Filmowej. Stypendystka Ministra Kultury i Dziedzictwa

Narodowego. Uczestniczka Berlinale Talents, Emerging Producers Programme, EKRAN+ w Szkole Wajdy, Producers To Watch MIPCOM/DOC/TV. Doktorantka w Łódzkiej Szkole Filmowej.

Producentka pełnometrażowego filmu fabularnego pt. „Hura, wciąż żyjemy!” w reżyserii Agnieszki Polskiej (AGBO Fellowship Award na Slamdance Film Festival).

Producentka i kierowniczka produkcji filmów m.in. Tomasza Wolskiego, Piotra Stasika i Aleksandry Maciuszek, które były nagradzane na Visions du Réel, MFF w Jihlavie, Krakowskim Festiwalu Filmowym, FF w Palms Springs, Margaret Mead w Nowym Yorku, Millennium Docs Against Gravity i wielu innych.

Koproducentka pełnometrażowych filmów fabularnych: „Via Carpatia” (reż. K. Kochańska i K. Bajon, premiera na 53. MFF w Karlowych Warach – konkurs East of the West), „Dzień czekolady” (reż. Jacek Piotr Bławut, nagroda „Inis” na Międzynarodowym Festiwalu Kina Dziecięcego w Montrealu).

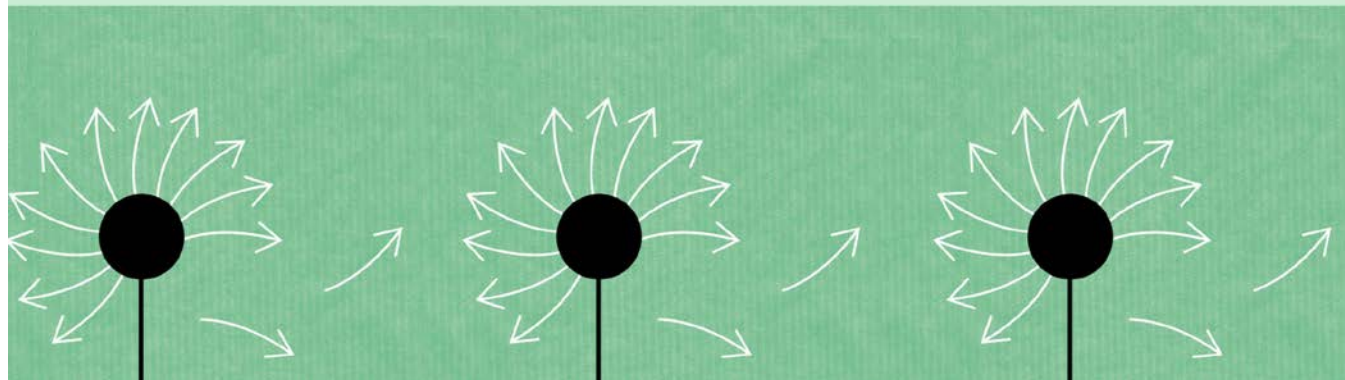
W 2018 roku zrealizowała swój samodzielny reżyserski debiut – film dokumentalny pt. „Krzyżaki”, który otrzymał m.in. Złotą Żabę na Camerimage i nagrodę Grand Prix na Cork Film Festival w Irlandii, oba kwalifikujące do ubiegania się o nominację do Oscara.

<https://wajdaschool.pl/instructor/anna-gawlita/>

JAKŻE MIŁE WIEŚCI...



**NASZA INSTRUKTORKA ANIA BALSAM
OTRZYMAŁA MAZOWIECKĄ NAGRODĘ INSPIRACJI
KULTURALNYCH PRZYZNAWANĄ PRZEZ SAMORZĄD
WOJEWÓDZTWA MAZOWIECKIEGO ORAZ MAZOWIECKI
INSTYTUT KULTURY ZA PROJEKT "MAM PRAWO DO..."**





SPEKTAKL DLA DZIECI

BABA DŻAGA

Pełna humoru opowieść Marcina Pałasza oparta na bajce „Jaś i Małgosia” Braci Grimm, napisana jest współczesnym językiem i uczy dzieci, że w każdym człowieku należy dostrzegać dobre i piękne rzeczy.

Czas: 45 minut

Spektakl odpowiedni dla dzieci w wieku 5 – 12 lat

Scenariusz i reżyseria: Tomasz Zadróżny

Scenografia: Natalia Kida

Występują: Aleksandra Ziółkowska,
Magdalena Taranta, Tomasz Taranta



23.10.2022 r.
godz. 11.00

Bilety: 10 zł / osoba,
dostępne na godzinę
przed przedstawieniem w kasie NOK.

Nadarzyński Ośrodek Kultury, pl. Poniatowskiego 42, 05-830 Nadarzyn

Parole. Wieś szlachecka. Historia zapisana w ziemi

17 września odbył się piknik historyczny „Parole. Wieś szlachecka. Historia zapisana w ziemi”. Rozpoczął on poszukiwania zabytków historycznych na terenie wsi Parole, które będą trwały przez najbliższe dwa lata.



Inicjatorem poszukiwań pod nadzorem Wojewódzkiego Konserwatora Zabytków jest Stowarzyszenie Historyczne Pasja. Stowarzyszenie działa od 5 lat, skupiając w swoich szeregach przedstawicieli różnych profesji i grup wiekowych. Jej członkowie współpracują przy badaniach archeologicznych oraz prowadzą własne inicjatywy na terenie kraju. Dzięki przychylności lokalnych właścicieli gruntów, którzy wydali pozwolenia na wejście na ich teren, prace mogły się rozpocząć. Podczas pikniku mogliśmy obejrzeć eksponaty militarne Prywatnego Muzeum Historyczno-Przyrodniczego w Łazach. Ponadto chętni mogli wziąć udział w poszukiwaniach przy użyciu wykrywaczy metali, co cieszyło się dużym zainteresowaniem dzieci, młodzieży oraz dorosłych. Na zziębniętych poszukiwaczy czekały gorące napoje i przygotowane przez panie z koła gospodyń wiejskich w Parolach ciasta i przepyszny bigos. Poszukiwania przyniosły liczne znaleziska w postaci monet, guzików, dewocjonaliów. Potwierdza to wzmianki historyczne mówiące o tym, że wieś Parole jest jednym z najstarszych siedlisk na terenie naszej gminy. W miarę postępu prac poszukiwawczych, stowarzyszenie będzie organizowało w świetlicy w Parolach spotkania otwarte, podsumowujące kolejne etapy poszukiwań.

Stowarzyszenie Historyczne Pasja dziękuje przybyłym i wszystkim zaangażowanym w organizację wydarzenia, wśród nich: Nadarzyńskiemu Ośrodkowi Kultury, sołtysowi wsi Parole Mirosławowi Chruściakowi za przychylność, paniom z koła gospodyń wiejskich za pyszne ciasta i gorący bigos, osobom które pozwoliły na wejście na swój teren (A. Frączak, H. Książek, W. Chruściak, T. Piotrowski, M. Kazubek, M. Chruściak).

*Sławomir Majewski
członek zarządu Stowarzyszenia Historycznego Pasja*

**Świetlica Nadarzyńskiego
Ośrodka Kultury w Parolach**
zaprasza na przedstawienie



„ZEMSTA”

Aleksandra Fredry

**w wykonaniu Grupy Teatralnej
z Parol.**

Przygotowanie:

Jolanta Fijałkowska-Pilarczyk
Joanna Lissner
Dagmara Sołdek



**9 października 2022 r.
godz. 18.00**

WSTĘP WOLNY!



Parole, ul. Olesińska 5 tel. 605 911 300 www.nok.pl

ALEBRIJES*

*czytaj: ALEBRIHES

weekendowe warsztaty rodzinne tworzenia papierowych stworów w oparciu o tradycję meksykańskie.

15.10.2022 r. (sobota)

i 23.10.2022 (niedziela)

godzina 15:00

Gościem i pomysłodawczynią spotkania jest pani Dominika Pawluk – latynoamerykanistka i nauczycielka j. hiszpańskiego (Szkoła Języka Hiszpańskiego MENTE).

Wymagane zapisy na mail: olga.cieslak@nok.pl, w temacie: **warsztaty rodzinne**. Potwierdzenie zapisu w informacji zwrotnej. Na zajęcia zapisywane są tylko pary uczestników – **dziecko w wieku od 8 lat wraz z opiekunem dorosłym**. Warsztaty bezpłatne.

Harmonogram zajęć:

15 października 2022

Krótką historią ALEBRIJES – Dominika Pawluk

Zajęcia warsztatowe – Olga Cieślak

-Własny projekt – rysunki na papierze

-Modelowanie stelażu figury z drutu i papieru

-Obklejenie figury papierem i pomalowanie gruntem malarskim.

23 października 2022

Zajęcia warsztatowe – Olga Cieślak

-Obklejenie figury papierem i pomalowanie gruntem malarskim.

-Dekorowanie figury – malowanie farbą akrylową

-Prezentacja prac i zdjęcia pamiątkowe.

Uczestnicy zajęć zobowiązani są do przyniesienia własnych części do cięcia i wyginania drutu oraz ewentualnych materiałów: makulatura, taśmy klejące, sznureczki.

Zapraszamy do przygody wspólnego tworzenia!

Rozalin, ul. Młochowska 59 | tel. 605 911 274 | fb.: Świetlica NOK w Rozalinie

nok

nadarzyński ośrodek kultury
świetlica w Rozalinie



Stowarzyszenie

K40

oraz

Nadarzyński Ośrodek Kultury

zapraszają

Salon
Poezji
K40

„BREL”

czytają:

Milena Suszyńska i Karol Dziuba

śpiew:

Katarzyna Łochowska

piano:

Marcin Mazurek

scenariusz:

Ewa Telega

producent wykonawczy:

Lucyna Kowalska

**9 października 2022 r.
godz. 12.00**

Nadarzyński Ośrodek Kultury
pl. Poniatowskiego 42
Nadarzyn

WSTĘP WOLNY

ORGANIZATOR:

K40

SPONSOR GENERALNY I AG:

PRUSZKOWSKI

PATRONAT MEDALNY:



więcej niż OKNA

CHŁODNA?
elegancja

ALU LOOK to ekskluzywne rozwiązanie okien MSline+.

Połączenie narożników

pod kątem prostym

oraz zastosowanie

nowoczesnych oklein

sprawia, że wyglądają jak

aluminiowe.

GLOBART

Nadarzyn, ul. Pruszkowska 46, tel. 22 798 08 99 biuro@globart.pl



Gminny Ludowy Klub Sportowy sekcja siatkówki

Pracowity weekend nadarzynianek

W sobotę 17 września odbył się przedsezonowy turniej młodziczek w Nowym Dworze Mazowieckim, w którym udział wzięły nasze młode „Kaczuszki”, prowadzone przez trenera Michała Jagusiaka.

Na turniej zaproszone były drużyny z Mazowsza składające się z dziewczyn z rocznika 2009 oraz młodszych zawodniczek. Nasze siatkarki w tym gronie uplasowały się na 7 miejscu, wygrywając 8 z rozegranych 12 setów.

Na szczególne podkreślenie zasługuje świetny set rozegrany z silnym zespołem z MOS Wola z rocznika 2009. Młode zawodniczki z Nadarzyna w tym sezonie mają za zadanie zapoznanie się z grą na dużym boisku oraz dobrze się bawić. Naszym celem jest postawienie pierwszych kroków na dużym boisku. Ostatni turniej świetnie wpisał się w te założenia. Dziewczyny dzielnie walczyły, nieznacznie odstając od starszych koleżanek i wygrywając z rówieśniczkami. Po dwóch przedsezonowych turniejach śmiało możemy powiedzieć, że



Trening z mistrzem świata? Z GLKS Nadarzyn wszystko jest możliwe

9 września iście mistrzowski trening miały nasze siatkarki. Otóż odwiedził nas nie byle kto, bo najlepszy rozgrywający mistrzostw świata w 2006 oraz mistrzostw Europy w 2009, złoty medalista mistrzostw Europy w 2009 oraz srebrny i złoty medalista mistrzostw

świata w 2006 i 2014 roku, Paweł Zagumny!

Każda z zawodniczek biorących udział w treningu miała szansę poodbijać piłkę z naszym gościem i usłyszeć kilka cennych wskazówek. Na koniec oczywiście nie zabrakło pamiątkowych zdjęć i autografów.

Paweł Zagumny bardzo dziękujemy za odwiedziny i zapraszamy częściej.



robimy ciągle postępy i nasza gra jest coraz lepsza.

Tego samego dnia swój sezon rozpoczęły nasze zawodniczki minisiatkówki podczas ogólnopolskiego turnieju Esperanto CUP Kids. W sobotę grały dwójeczki a w niedzielę trójki.

To były zdecydowanie trudne zawody dla naszych dwójek, ponieważ dziewczynki po raz pierwszy grały w tej formacji na turnieju, po solidnie przepracowanych wakacjach. Trenerka Marta Filipowicz do gry wytypowała dwa zespoły. Nie obyło się bez łez i żalu, ale mimo to dziewczyny dzielnie walczyły do samego końca, o czym świadczy awans do srebrnej i brązowej ligi. Wracamy zatem do treningów z nowym doświadczeniem i zapałem do dalszej pracy.

Natomiast do gier trójkowych przystąpił jeden eksperymentalny zespół trenerki Jagusiak i spisał się świetnie. Po fazie grupowej dziewczyny znalazły się w lidze srebrnej, którą wygrały, a to dało nam 7 miejsce w całym turnieju. Wracamy do roboty i patrzymy w przyszłość z pozytywnym nastawieniem.

XII Nadarzyn Cup przechodzi do historii

27–28 września odbył się dobrze znany już turniej – Nadarzyn Cup. Tym razem zespoły walczyły w kategorii młodzieżek. Zawody ostatecznie wygrały zawodniczki UMKS Tuszyn. Drugie miejsce zajął zespół Tytana Ostrowy, a na najniższym stopniu podium uplasował się LOS Nowy Dwór Mazowiecki. Nadarzynianki zajęły VII miejsce. Gratulacje dla wszystkich uczestniczek!

Turniej był współfinansowany przez Mazowsze Serce Polski.

Tekst i fot. arch. GLKS Nadarzyn



Wiara w siebie to podstawa sukcesu

Oprócz treningu fizycznego, niezwykle ważne jest nastawienie psychiczne. Wiara we własne możliwości daje poczucie sprawczości i skuteczności. Każdy zawodnik jest składową siłą całego zespołu. Pozytywne nastawienie, wsparcie oraz wspólne ustalenie najważniejszego celu ma realny wpływ na progres i wyniki gry.

Umysł sportowca to potężne narzędzie – wykorzystaj jego potencjał!

Przypominamy, że w naszym klubie odbywają się zajęcia z „Rzeźnikiem” – Bartoszem Fabińskim. Bartosz Fabiński to najnowszy nabytek trenerski w naszym klubie. Były zawodnik największej ligi MMA na świecie, UFC, gdzie zapadł w pamięć organizacji za sprawą celności swoich zapasów – 70% sprowadzeń naszego trenera skończyło się obaleniem, w czym przebija nawet Khabiba Nurmagomedova! W Nadarzynie Bartosz Fabiński odpowiada za treningi MMA. Poza bogatym doświadczeniem z pracy przy siatce, trener Bartosz ma dla naszych adeptów szereg porad dotyczących wszelkich aspektów walki w klatce. Zajęcia z trenerem Bartoszem odbywają się w czwartki o godzinie 18:00. Nasza sala mieści się w liceum przy ulicy Żółwińskiej w Nadarzynie.

Zapraszamy! Masz pytania? Nie czekaj, skontaktuj się z nami za pośrednictwem Messengera lub pod numerem telefonu 517554599
Czekamy na was!

*Tekst i fot. fb GLKS Nadarzyn/
Copacabana*

GLKS Nadarzyn Sekcja MMA/sporty walki





Międzywojewódzkie Mistrzostwa Młodzików



W weekend 9–11 września w Nidzicy rozgrywane były Międzywojewódzkie Mistrzostwa Młodzików.

W trzydniowej imprezie udział wzięło czterech naszych kolarzy.

W pierwszym dniu rywalizacji uczestnicy ścigali się w dwójkach na czas. Krzysztof Paziewski i Wiktor Sobala zajęli 6., a Szymon Ciupiński i Julian Kaczmarek 14. miejsce. W sobotę, w 5 km jeździe na czas, najlepiej sklasyfikowany został Krzysiek, na 11. miejscu. W ostatni dzień rozegrano wyścigi ze startu wspólnego. Tu również najlepszym wśród nadarzyńskich kolarzy okazał się Krzysiek, który po bardzo aktywnej walce i dobrym finiszu przekroczył metę na 5. pozycji. Dobry wyścig rozegrał również Wiktor, który pomagał Krzyskowi kontrolować peleton i przez kreskę przejechał jako 17.

W niedzielę 11 września, przy okazji rozgrywania Międzywojewódzkich Mistrzostw Mazowsza, żaki i juniorzy młodszy walczyli o Puchar Prezydenta Nidzicy. Popis swoich umiejętności w żaczkach znów zaprezentowała Zosia Prugar (2. miejsce) i Marysia Szolucha (4. miejsce), a także Mikołaj (3. miejsce).

Warto też dodać, że równolegle nasz najmłodszy zawodnik był drugi na PolandBike Marathon w Radzyminie.

Tekst i fot. UKS Kolarz Nadarzyn



Zapraszamy na zajęcia do UKS KOLARZ Nadarzyn

Jesień to świetny czas, by zacząć swoją przygodę z kolarstwem. W naszych sekcjach zawodnicy powoli kończą sezon kolarski i startują w ostatnich szosowych i torowych zawodach, a większość tych najważniejszych mają już za sobą. Oznacza to, że już niedługo rozpoczną przygotowania do całkiem nowego sezonu, pełnego kolarskich wyzwań. Po krótkim okresie odpoczynku, oczywiście aktywnego, wdrowimy się w cały okres przygotowawczy, niezbędny do dobrego przygotowania młodego organizmu do wiosennej rywalizacji.



Więc jeśli nie chcesz przegapić wiosennych startów, już teraz rozpocznij przygotowania z naszą sekcją. W ramach zimowego przygotowania trenujemy na torze, szosie, sali sportowej, siłowni i świeżym powietrzu. Wykorzystujemy wszechstronne metody, aby uzupełniać aktywność fizyczną i ukierunkować ją na kolarstwo. Wbrew pozorom, z nami nuda zimą ci nie grozi.

Zapraszamy do umówienia się z trenerami na zajęcia. Pomożemy przygotować się do pierwszych zajęć i doradzimy co zabrać. Zachęcamy wszystkich chętnych, chłopców i dziewczęta od 7 do 15 roku życia do wspólnych treningów. Telefon do trenera: 604074350. Do zobaczenia na treningu.



mimo wszystko!

Bieg „BIEGIEM PO SPRAWNOŚĆ” jest imprezą charytatywną i opłaty z tytułu uczestnictwa są w 100 procentach przeznaczone na pomoc dzieciom niepełnosprawnym objętym opieką Stowarzyszenia Szlakiem Tęczy (www.szlakiemteczy.pl). Biegamy tak już od 2015 roku, z dwuletnią przerwą spowodowaną pandemią. W tym roku wróciliśmy ponownie w VI edycji biegu i zmierzamy kontynuować te zawody w kolejnych latach. Nasi podopieczni z niepełnosprawnością również biegają i bardzo to przeżywają, traktują udział w biegu bardzo serio.



Niewidoma Marysia, która zajęła III miejsce na 500 m w kategorii dziewcząt, podczas dekoracji na podium powiedziała, że życie jest piękne. No cóż, uczmy się też od naszych dzieci.

Mamy już swoich stałych sympatyków i przyjaciół wspierających nas biegiem i nie tylko biegiem. Bardzo wszystkim dziękujemy. Pozyskane w czasie zawodów fundusze przeznaczymy na cele statutowe stowarzyszenia, refundację rehabilitacji podopiecznych, dofinansowanie wypoczynku letniego dla naszych podopiecznych, warsztaty terapeutyczne w czasie roku szkolnego i wiele innych aktywności Stowarzyszenia „Szlakiem Tęczy”.

Bieg szlakiem tęczy po sprawność jest biegiem wyjątkowym, ponieważ jego najdłuższy dystans na 10 km oraz na 3 km prowadzi przez Lasy Nadarzyńskie, co bardzo sobie chwalą biegacze. Bieg na 1000 m dla dzieci i bieg integracyjny na 500 m, w którym biegają m.in. osoby z niepełnosprawnością

odbywają się na stadionie Gminnego Ośrodka Sportu w Nadarzynie.

W tym roku mieliśmy obsadę gwiazdorską, ponieważ konferansjerem był znany aktor Jacek Kawalec – nasz wieloletni przyjaciel, natomiast w biegu na 3000 m pobiegli dwaj znani aktorzy Przemysław Cypryański, który wbiegł na metę jako pierwszy oraz Rafał Mroczek, który wbiegł na metę jako drugi. VI Bieg po sprawność odbył się pod patronatem Wójta Gminy



Nadarzyn. Organizatorzy zadbałi także o dodatkowe, pozasportowe atrakcje. Na młodszych uczestników wydarzenia czekały m.in. dmuchane zamki oraz wielka ciężarówka, którą udostępnił jeden ze stałych sponsorów – firma Scania, a także samochód osobowy toyota aigo. Była również dobrze zaopatrzona przez rodziców i wolontariuszki z koła podmiejskich gospodyń wiejskich kawiarenka. Produkty dostępne w kawiarence pomagały wzmacniać siły osłabłym. Bardzo serdecznie wszystkim dziękujemy za wsparcie i za udział w biegach. Zapraszamy wszystkich za rok.



Tegoroczną imprezę wsparli: Scania, Ferrero, Makroconcert, Lasy Państwowe, Powiat Pruszkowski, Plj, Wójt Gminy Nadarzyn – gmina Nadarzyn, Ms Okna Nadarzyn, Gos Nadarzyn, Wianki u Anki, Sklep Warus, Toyota, Firma Suse oraz wielu anonimowych darczyńców.

Podziękowania dla gminnego ośrodka zdrowia, straży gminnej, wolontariuszy, przyjaciół i członków Stowarzyszenia. Podziękowania dla gwiazd: Jacka Kawalca, Rafała Mrocza i Przemysława Cypryańskiego.

*Krystyna Dąbrowska
Fot. archiwum Stowarzyszenia*

Redaktor naczelna: Dorota Sobolewska. Redakcja nie ponosi odpowiedzialności za treści zawarte w artykułach autoryzowanych, zastrzega sobie możliwość dokonywania poprawek i skracania materiałów. Anonimów nie drukujemy! **Redakcja przyjmuje materiały do 15 dnia** każdego miesiąca na e-mail: gazeta@nadarzyn.pl. Zamieszczone publikacje objęte są ochroną prawną wynikającą z ustawy z dnia 4 lutego 1994 r. o prawie autorskim i prawach pokrewnych (Dz. U. z 2018 r. poz. 1191 ze zm.) i jej naruszenie może powodować odpowiedzialność przewidzianą w przepisach ww. ustawy oraz odpowiedzialność odszkodowawczą na zasadach Kodeksu cywilnego.

Adres Redakcji: Nadarzyński Ośrodek Kultury, 05-830 Nadarzyn, pl. Poniatowskiego 42, z dopiskiem „Wiadomości”; tel. 22 729 89 15; e-mail: gazeta@nadarzyn.pl; nok@nok.pl. **Formularz zgłoszenia reklam** oraz ich cennik na stronie www.nok.pl w zakładce „Wiadomości Nadarzyńskie”. **Wydawca:** Nadarzyński Ośrodek Kultury.

Druk: Arkuszowa Drukarnia Offsetowa, 05- 825 Grodzisk Mazowiecki, ul. Traugutta 40, tel. 22 724 30 21



↓ Salon Poezji K40 „Warszawa 44” Piosenki powstańcze,
25.09.2022 r.

↑ JazzState – Koncert Jazzowy, 17.09.22 r.,
fot. Michał Białowas.

↓ Teatr dla dzieci – „Śmieciaki ratują Świat”,
18.09.22 r., współpraca z PU Hetman

