



# "Clean World"

- wywóz nieczystości stałych i płynnych oraz gruzu
- odśnieżanie i wywóz śniegu
- sortownia odpadów
- skup surowców wtórnych
- usługi transportowe
- wynajem maszyn i urządzeń budowlanych
- sprzedaż ziemi kompostowej

05-200 Wołomin, Leśniakowizna, ul. Kasprzykiewicza 45  
tel./fax (22) 787 80 08, tel. 22 799 07 26, kom. 502 023 322  
e-mail: biuro@cleanworld.pl; www.cleanworld.pl

## OKRĘGOWA STACJA KONTROLI POJAZDÓW

### WWL - 022

#### MAJDAN

ul. Watykańska 1  
tel. 607 529 405

zapraszamy: pon.- pt. 7-19, sob. 8-15

#### Ł. Wieczorek

badania techniczne:

- motocykli, samochodów osobowych, dostawczych, ciężarowych
- pojazdów zasilanych gazem
- autobusów, przyczep

## WYCINKA

### DRZEW NA POSESJI

przy użyciu podnośnika koszowego lub metodą alpinistyczną



prace pielęgnacyjne  
koszenie trawy

tel. 602 733 336

## TYGODNIK BEZPŁATNY

ISSN 2081-4585

nr 15 (587) 27 sierpnia 2020

# ZYCIĘ

## POWIATU NA MAZOWSZU

MARKI, ZIELONKA, ZĄBKI, KOBYŁKA, WOŁOMIN, RADZYMIN, TĘSUSZCZ, KLEMBÓW, STRACHÓWKA, DĄBRÓWKA, POŚWIĘTNE, JADÓW, ZABRODZIE



05-200 Wołomin  
ul. Powstańców 15  
tel./fax 22 787 52 06

04-155 Warszawa  
ul. Kawcza 58a  
tel./fax 22 610 52 60

**WYKONUJEMY  
BADANIA  
PODSTAWOWE  
I  
SPECJALISTYCZNE**



- Musieliśmy poprawić pewne kwestie w projekcie, zrealizowanym w 2017 roku. (...) w ustaleniach dotyczących organizacji ruchu został zastosowany znak drogowy, który w zaproponowanym kształcie (chodziło o połączenie znaku z tabliczką informacyjną) nie obowiązywał już wg przepisów od 2015 roku. - mówi Edyta Zbieć, Burmistrz Kobylki >> str. 4

## W Kobylce rusza budowa ulicy Kordeckiego

- To już kolejna inwestycja w naszym powiatowym szpitalu, którą udało nam się zrealizować. W ubiegłym roku przeprowadziliśmy m.in. remont głównej klatki schodowej oraz wymieniliśmy windy. Przed nami kolejne prace m.in. remont SOR-u oraz oddziału neurologii - powiedział starosta wołomiński Adam Lubiak. >> str. 3

## Otwarcie Oddziału Chirurgii w wołomińskim szpitalu



## Powiat Wołomiński w różowej strefie

Do 26 sierpnia z powodu COVID-19 w Powiecie Wołomińskim zmarło pięć osób, a liczba przypadków potwierdzonych laboratoryjnie z wynikiem dodatnim wynosiła 429. Jeżeli liczba zakażeń nadal będzie szybko rosła powiat znajdzie się na żółtej liście, co skutkuje dodatkowymi obostrzeniami. >> str. 3

### Paweł Żółtek



ZUS ponownie rozpatrzy wnioski o umorzenie składek. I co dalej?

### Paweł Królak



Jasno wytyczona, ekologiczna droga rozwoju

### Natalia Miecznikowska -Amin



W Kobylce powstaje teatr dziecięcy



Gabinet Weterynaryjny „Przyjaciele”  
www.wetprzyjaciele.pl

Radzymin, ul. Weteranów 56  
tel. 22 786 58 59, kom. 509 251 708

- leczenie zwierząt towarzyszących
- szczepienia profilaktyczne
- chirurgia
- EKG, USG
- badania laboratoryjne
- karmy bytowe i lecznicze
- akcesoria dla zwierząt

Zapraszamy  
Pn.-Pt. 9<sup>00</sup>-20<sup>00</sup>  
Sb. 9<sup>00</sup>-14<sup>00</sup>

**Fitness klub Forma**

**TURBO SPALANIE**  
ŚRODA 18<sup>00</sup> NIEDZIELA 10<sup>00</sup>

ul. 1 Maja 108 05-200 Wołomin  
ul. Korsaka 4 05-200 Wołomin

515 107 279  
FORMAKLUB.PL  
FORMA\_KLUB

**8% VAT PROMOCJA**



## DACHY

Wycena Sprzedaż Wykonanie

### BLACHODACHÓWKI

### DACHÓWKI

### PODBITKI

### RYNNY

Wołomin  
ul. 1-go Maja 8A  
22 357 85 18  
502 379 900  
502 379 995

## MEDICA © 22 776 26 02

Wołomin, ul. Wileńska 25

pon-pt 8-18, sob. 8-12



lekarze specjaliści

### CHIRURG

analizy - pełny zakres

RTG, USG, EKG

## AUTOSERWIS

www.autoserwiskobylka.com

ELEKTRYKA, ELEKTRONIKA SAMOCHODOWA  
MECHANIKA - KLIMATYZACJA WULKANIZACJA

### DIESEL SERWIS

- kompleksowa obsługa -



SPECJALIZACJA

ul. Ks. Marmolada 16  
05-230 Kobylka

501 063 673



- Posiadasz nieruchomość na sprzedaż? Skontaktuj się z Naszym Biurem!
- Organizujemy całą sprzedaż lub kupno nieruchomości za Ciebie.
- Wykonujemy profesjonalną sesję zdjęciową przy użyciu aparatów, dronów, kamer 360°, itp.
- Zbieramy w Twoim imieniu wszystkie dokumenty niezbędne do sporządzenia Aktu Notarialnego.
- Pomagamy załatwić formalności z uzyskaniem Warunków Zabudowy czy też innych pozwoleń.
- Nasze biuro działa na terytorium całego województwa mazowieckiego.
- Poszukujemy dla naszych klientów nieruchomości typu domy, rezydencje, wille, apartamenty, mieszkania, lokale usługowe, hale wielkopowierzchniowe, działki, grunty, itp.
- Wynagrodzenie? Tą kwestię zostawmy na koniec! Liczy się zadowolenie naszych klientów.

**ZAPRASZAMY DO WSPÓŁPRACY!**  
DORADZIMY TOBIE JAK KUPIĆ, SPRZEDAĆ,  
WYNAJAĆ NIERUCHOMOŚĆ



ul. Ks. Ignacego Skorupki 32 lok. U2,  
05-091 Ząbki

Doradca ds. nieruchomości - Tomasz Porowski  
tel. 519 829 920

**OPEL**

Elektronika Mechanika  
Klimatyzacja  
Części nowe i używane

Zielonka, ul. Marecka 73  
tel. 22 771 98 87  
kom. 501 435 931



**RADZYMIŃSKA**  
PRZYCHODNIA  
WETERYNARYJNA

Radzymin, ul. P.O.W. 16  
tel. 506 445 225  
pon.-pt. 9-20, sob. 9-15, nd. 10-14

**- Dla podmiotów spełniających określone warunki, wnioski o umorzenie składek zostaną rozpatrzone z urzędu - mówi o najnowszej informacji przekazanej przez ZUS Paweł Żółtek, właściciel biura rachunkowego mojerzliczenia.pl.**

## ZUS ponownie rozpatrzy wnioski o umorzenie składek. I co dalej?

**- Co nowego w temacie przedsiębiorców i koronawirusa?**

- Ostatnio było wiele zamieszania wokół umorzenia składek ZUS z Tarczy antykrzysowej. A w zasadzie braku umorzenia tych składek. Przypomnijmy: część przedsiębiorców, która nie skorzystała ze zwolnienia z powodu nadpłat na kontach, czuła się poszkodowana, a sprawa zrobiła się naprawdę głośna. W związku z tym ZUS ponownie rozpatrzy wnioski o umorzenie składek. I co ciekawe, zrobi to z urzędu.

**- O co dokładnie chodzi?**

- Wiele osób miało żal i uważało za niesprawiedliwe fakt, że Zakład Ubezpieczeń Społecznych zmniejszał wysokość wsparcia o wartość nadpłat lub w ogóle go nie przyznał. Płatnicy, którzy starali się o umorzenie składek za marzec, kwiecień i maj, ale nie otrzymali go z powodu posiadania nadpłaconych środków na koncie w ZUS, mogą dziś odetchnąć z ulgą. Rządzący zareagowali na tę sytuację i uzupełnili tę lukę w przepisach, a ZUS zaczął już rozsyłać do zainteresowanych przedsiębiorców informacje w tej sprawie.



po drugie - posiadały na swoich

kontach nadpłaty po trzecie - opłaciły składki za okres wskazany we wniosku. Uklonem ze strony ZUS jest fakt, że dla podmiotów spełniających wyżej wymienione warunki, wnioski zostaną rozpatrzone z urzędu. Nie będzie konieczne ponowne ich składanie, czy przekazywanie dodatkowych dokumentów do ZUS

**- Czyli przedsiębiorca, któremu ZUS odmówił ulgi nie musi już nic robić?**

- Przedsiębiorca będzie musiał

łana na podstawie deklaracji złożonych za miesiące wskazane we wniosku. Warto również dodać, że nowe regulacje dotyczą zarówno przedsiębiorców w dalszym ciągu oczekujących na decyzję, jak i tych, którym pierwotnie wsparcia odmówiono.

**- Czyli dla tych przedsiębiorców to dobra wiadomość na koniec wakacji.**

- Tak, choć z uwagi na tzw. vacatio legis ustawy, na pierwsze decyzje ZUS w tych sprawach trzeba będzie poczekać przynajmniej do 20 września.

- Płatnicy, którzy starali się o umorzenie składek za marzec, kwiecień i maj, ale nie otrzymali go z powodu posiadania nadpłaconych środków na koncie w ZUS, mogą dziś odetchnąć z ulgą. Rządzący zareagowali na tę sytuację i uzupełnili tę lukę w przepisach, a ZUS zaczął już rozsyłać do zainteresowanych przedsiębiorców informacje w tej sprawie - wyjaśnia Paweł Żółtek, właściciel biura rachunkowego mojerzliczenia.pl.

**- Jakie są to informacje?**

- ZUS informuje, również na swojej stronie internetowej, że ponownie rozpatrzy wnioski. ZUS rozpatrzy ponownie wnioski tych firm, które: po pierwsze - złożyły wnioski o umorzenie składek w terminie do 30 czerwca

podjąć decyzję co zrobić z nadpłatą jaka powstanie na koncie, gdy ZUS ponownie rozpatrzy wniosek o umorzenie. Nadpłata będzie przeniesiona na poczet przyszłych zobowiązań składkowych albo zostanie zwrócona na konto bankowe przedsiębiorcy, a wartość umorzenia będzie usta-

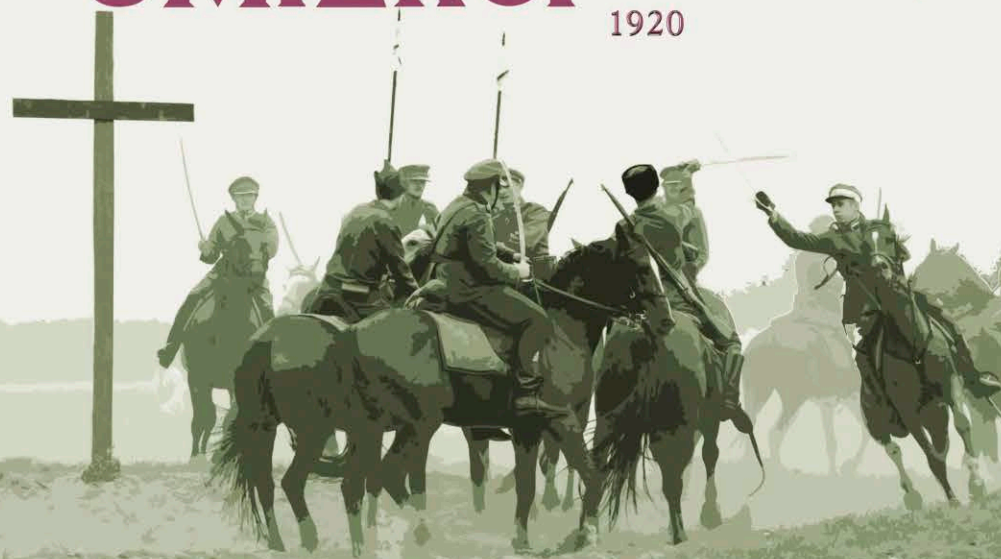


Biuro Rachunkowe  
Kobyłka ul. Szeroka 6  
tel. 22 786 06 11  
www.mojerzliczenia.pl

Wójt Gminy Dąbrówka Radosław Korzeniewski oraz Starosta Wołomiński Adam Lubiak zapraszają na wydarzenie

## HUZARZY ŚMIERCI

POLICJANCI  
W BITWIE  
WARSZAWSKIEJ  
1920



**KULIGÓW, 29 SIERPNIĄ 2020**

- 15:00 - Procesja do krzyży w podziękowaniu za ocalenie mieszkańców przed epidemią cholery w 1849 r.  
17:30 - Msza Św. w intencji Ojczyzny i jej obrońców w 100. rocznicę Bitwy Warszawskiej 1920, oprawa Orkiestry Reprezentacyjnej Policji (kościół w Kuligowie)  
18:15 - Złożenie kwiatów pod tablicą upamiętniającą walki policjantów z bolszewikami w 1920 r.  
18:30 - Koncert Orkiestry Reprezentacyjnej Policji na błoniach nad Bugiem  
19:30 - Występ Zespołu Pieśni i Tańca UW „Warszawianka” oraz Zespołu Tańca Ludowego „Promyki”  
20:30 - Koncert Orkiestry Reprezentacyjnej Wojska Polskiego

Dodatkowo: gastronomia, strefa dla dzieci m.in. dmuchańce, mobilne laboratorium "Być jak Ignacy"



Obchody 100. lecia Bitwy Warszawskiej 1920 r. w Ząbkach

## BOHATEROWIE 1920



**30 sierpnia 2020**

Park Miejski im. Szuberta w Ząbkach  
Start od godz. 12:00

**W programie:**

- powrót po 100 latach
- hologramy bohaterów,
- obozowisko wojskowe,
- kuchnia polowa,
- pokazy sprzętu wojskowego,
- wspólne śpiewanie,
- wieczorne iluminacje

Dofinansowano ze środków Programu Wieloletniego NIEPODLEGŁA na lata 2017-2022 w ramach Programu Dotacyjnego „Kształicie dla Niepodległej”.



GŁÓWNY SPONSOR  
OBCHODÓW 100. LECIA BITWY WARSZAWSKIEJ W ZĄBKACH

**LOTOS**



PRZEDSZKOLE  
**DOMINIŚ**

zgłoszenia  
pod nr tel. **795 20 20 97**

dla dzieci:  
od 2 do 6 lat

Kobyłka, ul. Przemysłowa 5  
(wejście do przedszkola od uliczki)

godziny otwarcia: 6<sup>30</sup> - 17<sup>30</sup>



### Wójt Gminy Jadów

informuje, że na tablicy ogłoszeń  
Urzędu Gminy Jadów i na stronach internetowych  
[www.jadow.az.pl](http://www.jadow.az.pl); [www.bip.jadow.az.pl](http://www.bip.jadow.az.pl)

został podany do publicznej wiadomości  
wykaz części gruntów przeznaczonych  
do dzierżawy dotyczących działki nr 388/11  
położonej w miejscowości Jadów,  
działki nr 279 położonej w Szewnicy  
oraz działki nr 760 położonej w Sulejowie.

Wójt Gminy Jadów  
-/ Dariusz Stanisław Kokoszka

**drukarnia cyfrowa**  
**xero / skanowanie**

Wołomin, ul. Wileńska 36a, tel./fax: 22 787 29 11  
[www.logos.home.pl](http://www.logos.home.pl)

**LOGOS**

**WWM**  
PRODUCENT OKIEN I DRZWI

Zagościniec  
ul. Owocowa 1  
(wjazd od Grzybowej)  
kom. 696 479 726  
505 036 685

[www.wwm.waw.pl](http://www.wwm.waw.pl)  
[biuro@wwm.waw.pl](mailto:biuro@wwm.waw.pl)

**OGŁOSZENIE**

Zielonka, 2020.08.21

Na podstawie art. 35 ust. 1 i ust. 2 ustawy z dnia 21 sierpnia 1997 r. o gospodarce nieruchomościami (t.j. Dz. U. z 2020 r. poz. 65 z późn. zm.),  
Burmistrz Miasta Zielonka podaje do publicznej wiadomości o zamiarze zbycia gminnej nieruchomości w drodze sprzedaży bezprzetargowej.

1. Oznaczenie nieruchomości - WA1W/00135895/7, dz. nr 8/5 w obrębie 5-10-02;
2. Powierzchnia - 35 m. kw.;
3. Opis nieruchomości - niezabudowana, położona jest w Zielonce przy ul. Prostej;
4. Przeznaczenie nieruchomości w Miejscowym Planie Zagospodarowania Przestrzennego Miasta Zielonka - w rejonie ul. Wolności - obszar VIII - teren zabudowy mieszkaniowej jednorodzinnej, symbol - 6-MN;
5. Cena sprzedaży 12.544,77 zł (dwanaście tysięcy pięćset czterdzieści cztery złote siedemdziesiąt siedem groszy) brutto.

WGP6840.6.3.2020

**Z nami uzupełnisz edukację - system zaoczny!**  
**LICEUM OGÓLNOKSZTAŁCĄCE DLA DOROSŁYCH - MATURA**

Zapraszamy absolwentów:  
szkół podstawowych } - nauka 4 lata  
gimnazjum

**KURSY MATURALNE**

**EDUS** Centrum Edukacji EDUS  
ul. Laskowa 4, Wołomin  
**(22) 776 50 06**

[www.edus.edu.pl](http://www.edus.edu.pl) **NABÓR 2020/21**

**W ubiegłym tygodniu, tuż przed weekendem, Edyta Zbieć, Burmistrz Kobyłki, poinformowała na swoim facebookowym profilu o tym, że podpisała umowę na dofinansowanie z Funduszu Dróg Samorządowych na budowę ulicy Kordeckiego. Następnego dnia została podpisana umowa z wykonawcą. Postanowiliśmy dopytać liderkę kobyłkowskiego samorządu o parę kwestii w związku z tą inwestycją.**

## W Kobyłce rusza budowa ulicy Kordeckiego

**- Pani Burmistrz. Trochę niecodzienna sytuacja - przetarg był rozstrzygnięty już z końcem czerwca, a dopiero w sierpniu zaczynają się działania - jaka jest przyczyna takiego opóźnienia?**

- Mielśmy do rozwiązania problem, przez który opóźniło się podpisanie umowy na dofinansowanie. Musieliśmy poprawić pewne kwestie w projekcie, zrealizowanym w 2017 roku. Dokładniej rzecz biorąc - w ustaleniach dotyczących organizacji ruchu został zastosowany znak drogowy, który w zaproponowanym kształcie (chodziło o połączenie znaku z tabliczką informacyjną) nie obowiązywał już wg przepisów od 2015 roku. Chwilę niestety trwało wyprostowanie tej sytuacji, stąd to opóźnienie. W czwartek 20 sierpnia podpisałam umowę z Urzędem Wojewódzkim na dofinansowanie z Funduszu Dróg Samorządowych, a w piątek 21 sierpnia z wykonawcą, którym jest Firma Budowlana „Anna-Bud”. Zgodnie z deklaracją, wykonawca w ciągu następnych dwóch tygodni ruszy z budową ulicy.

**- O budowie ulicy Kordeckiego slychać było już w ubiegłym roku - dlaczego jest ona tak ważna?**

- Wniosek do Funduszu Dróg Samorządowych złożyliśmy we wrześniu 2019 roku, jeszcze przed rozpoczęciem budowy ulicy Ejtnera - z założeniem, że te dwie ulice będą kiedyś stanowiły ciąg komunikacyjny do węzła Kobyłka z trasą S8. Już wiemy, że węzeł zostanie oddany do użytku lada moment, a wtedy cały ruch z naszego miasta będzie przebiegał ulicą Przyjacielską. Mamy świadomość, że z tego dojazdu nie będzie korzystała tylko Kobyłka. Nasi kierowcy jeżdżą teraz do S8 przez Zielonkę, a zapewne część kierowców z Wołomina

będzie wybierało dojazd do trasy przez nasze miasto. Wybudowana ulica Kordeckiego będzie stanowiła drugą drogę dojazdową, drugi łącznik komunikacyjny, który spowoduje, że ruch samochodowy rozłoży się na dwie części.

**- Z uwagi na obecną sytuację wywołaną COVID-19 część gmin wstrzymuje nowe inwestycje, a**

nie będziemy mieli problemu ze znalezieniem wykonawcy. Okazało się, że w tej kryzysowej sytuacji w Polsce pozytywnie dla nas przedstawiał się rynek zamówień publicznych. Spłynęło 19 ofert, a najniższa z nich, ta, która wygrała, była znacznie niższa niż ta, którą prognozowaliśmy.

**- A co z placem zabaw? Z wpisów zamieszczanych na portalach**

utrzymania miejsca zabaw dla dzieci w takiej lokalizacji. Ale z informacji jakie docierają do nas od mieszkańców wynika, że rodzice chcą utrzymania placu w tym miejscu. To dla nas najważniejsze - skoro jest zapotrzebowanie, to musimy plac zabaw tak przemodelować i go dostosować, żeby był funkcjonalny i bezpieczny.



- Mielśmy do rozwiązania problem, przez który opóźniło się podpisanie umowy na dofinansowanie. Musieliśmy poprawić pewne kwestie w projekcie, zrealizowanym w 2017 roku. Dokładniej rzecz biorąc - w ustaleniach dotyczących organizacji ruchu został zastosowany znak drogowy, który w zaproponowanym kształcie (chodziło o połączenie znaku z tabliczką informacyjną) nie obowiązywał już wg przepisów od 2015 roku. - mówi Edyta Zbieć, Burmistrz Kobyłki

**Kobyłka jednak z budowy Kordeckiego nie zrezygnowała?**

- Nie mogliśmy zmarnować szansy, jaką były ogromne pieniądze z dofinansowania z Funduszu Dróg Samorządowych. Kiedy ogłaszaliśmy przetarg, martwiłam się, jak w obecnej sytuacji epidemicznej będzie wyglądało wykonanie inwestycji, czy

**społecznościowych wynika, że mieszkańcy zadają pytania o plac przy ul. Kordeckiego, obawiają się trochę o bezpieczeństwo dzieci.**

- Zgodnie z projektem ulica zostanie wybudowana na niewielkiej powierzchni istniejącego placu. Zastanawialiśmy się nad sensem

**- A jak planujecie rozwiązać kwestie samej budowy i wyłączenia całej ulicy z ruchu na kilka miesięcy?**

- Chcielibyśmy zacząć budowę od strony ulicy Przyjacielskiej, żeby można było korzystać z tej części ciągu komunikacyjnego. Będziemy rozmawiać o tym z wykonawcą.

**Twoje bezpieczeństwo to teraz Santander Bank Polska**

Bank Zachodni WBK to teraz Santander Bank Polska

**Świetne oferty w zasięgu ręki**

Zapraszamy do Placówki nr 1 w Zielonce  
ul. Wyszyńskiego 28  
tel. 22 245 52 43, pn.-pt. 9:00-17:00

**Santander Partner**

Santander Bank Polska S.A. z siedzibą w Warszawie, przy al. Jana Pawła II 17, 00-854 Warszawa, zarejestrowana w Sądzie Rejonowym dla m.st. Warszawy w Warszawie, XII Wydział Gospodarczy Krajowego Rejestru Sądowego pod nr. KRS 000008723, utworzona na podstawie Rozporządzenia Rady Ministrów z dnia 11 kwietnia 1998 r. w sprawie utworzenia Banku Zachodniego w Włocławku (Dz. U. z 1998 r. Nr 21, poz. 142), NIP 996-006-56-73, Wysokość kapitału zakładowego 993 334 810 zł. Wysokość kapitału wpłaconego 933 334 810 zł. Szczegóły oferty, informacje o opłatach, prowizjach i oprocentowaniu są dostępne w placówkach banku, na [santander.pl](http://santander.pl) oraz pod numerem infolinii 1 9999 - opłata zgodna z taryfą danego operatora. Stan na 19.09.2018 r.





**Turecki miód piniowy (çam balı) jest miodem niezwykłym. Ten rodzaj miodu nie jest wytwarzany przez pszczoły zbierające nektar, ale przez pszczoły zbierające spadź (słodką wydzielinę) wytwarzaną przez owa- dy z gatunku Marchalina hellenica, które odżywiają się sokiem m.in. rosnącej w Turcji sosny kalabryjskiej**

## Niezwykły miód piniowy

### Właściwości zdrowotne

Turecki miód piniowy jest jednym z najrzadszych miodów na świecie. Ten endemiczny miód ma też szereg prozdrowotnych właściwości. Pomaga w leczeniu niektórych chorób bakteryjnych, dermatologicznych, zwyrodnieniowych, zapalnych i autoimmunologicznych. Dzięki właściwościom antybakteryjnym przyspiesza proces gojenia się ran i oparzeń, także słonecznych. Jest doskonałym przeciwutleniaczem i bogatym źródłem potasu. Zawiera szereg minerałów, m.in. wapń, żelazo, fosfor, magnez, sód i cynk, które wspierają układ sercowo-naczyniowy, mięśnie, kości i układ odpornościowy. Pozytywny wpływ na układ oddechowy i trawienny oraz korzyści wynikające ze spożywania miodu piniowego zostały potwierdzone naukowo. Miód piniowy jest pomocny w leczeniu infekcji dróg oddechowych ze względu na swoje działanie przeciwbakteryjne. Jego konsystencja sprawia, że łatwo przylega do gardła, dzięki czemu leczy i łagodzi stany zapalne i podrażnienia. Miód piniowy zawiera więcej enzymów, aminokwasów i minerałów niż miód kwiatowy.

Miód wykazuje także działanie przeciwgrzybicze i jest skutecznym środkiem w walce z drożdżakami Candida. Zapobiega uszko-

dzeniom komórek spowodowanym stresem oksydacyjnym, który może sprzyjać rozwojowi chorób przewlekłych, takich jak cukrzyca czy choroby układu krążenia.

Jest zalecane w przypadku różnych dolegliwości, od kaszlu, bólu gardła i ogólnie infekcji dróg oddechowych po zaburzenia trawienia i hipoglikemii.

wypieków oraz napojów, w tym także wszelkiego typu lemoniada, kawy i herbaty. Świetnie sprawdza się także jako składnik marynat do dań mięsnych.



Korzyści zdrowotne ze spożywania miodu wynikają z jego naturalnych właściwości przeciwbakteryjnych, przeciwgrzybiczych, przeciwutleniających, przeciwzapalnych, probiotycznych i energetyzujących. Spożywanie miodu

### Jak smakuje miód piniowy

Miód piniowy ma słodko-korzenny smak z nutami drzewnymi i piękny bursztynowy kolor. Właśnie ze względu na łagodny smak stanowi świetny dodatek do słodkich

**Turecki miód piniowy jest jednym z najrzadszych miodów na świecie. Pomaga w leczeniu niektórych chorób bakteryjnych, dermatologicznych, zwyrodnieniowych, zapalnych i autoimmunologicznych. Dzięki właściwościom antybakteryjnym przyspiesza proces gojenia się ran i oparzeń, także słonecznych. Jest doskonałym przeciwutleniaczem i bogatym źródłem potasu. Zawiera szereg minerałów, które wspierają układ sercowo-naczyniowy, mięśnie, kości i układ odpornościowy.**

W Turcji powstaje 92% światowej produkcji miodu piniowego, z czego około 80% pochodzi z czystej ekologicznie, położonej nad Morzem Egejskim prowincji Muğla.

Źródło: www.tureckisklep.pl

**Nagietek lekarski należy do najpopularniejszych ziół stosowanych w leczeniu chorób i stanów zapalnych skóry. Działa przeciwzapalnie i przeciwgrzybiczo, przyspiesza gojenie się ran i łagodzi podrażnienia.**

## Zdrowa skóra bez podrażnień

Krem nagietkowy do twarzy i całego ciała CristinenMoor działa łagodząco, odżywczo i regenerująco na skórę. Może być także stosowany jako balsam do ciała.

Unikalna mieszanka wysokiej jakości naturalnych składników w skład, której wchodzi nagietek lekarski, oczar wirginijski, rumianek, masło shea oraz olejek z awokado, pielęgnuje, nawilża i chroni skórę, przyspiesza jej regenerację oraz hamuje rozwój infekcji bakteryjnych i grzybiczych.

Ekstrakty ziołowe i olejki eteryczne zawarte w kremie nagietkowym CristinenMoor przynoszą ulgę przy szczególnie suchej, podrażnionej, wrażliwej, szorstkiej, spierzchniętej i łuszczącej się skórze. Skutecznie pomagają także w przypadku trudno gojących się ran (także ran i blizn pożyłakowych), ropni, poparzeń i odmrożeń. Krem nagietkowy łagodzi problemy skórne, egzemę, trądzik i siniaki oraz pomaga zniwelować rozstępy i blizny.

Nagietek lekarski, jako roślina lecznicza, wykorzystywany jest w medycynie i kosmetyce od bardzo dawna. To jeden z najbardziej znanych i wysoko cenionych produktów zielarskich. Nagietek posiada silne właściwości przeciwzapalne, antyse-

skuteczny środek na problemy skórne, oparzenia, rany pożyłakowe, siniaki, egzemę, czyraki oraz zmiany grzybicze skóry. Masło Shea zawiera naturalną alantoinę, witaminy A, E i F, kwasy tłuszczowe i woski oraz naturalne filtry UVB. Dzięki zawartym w maśle shea substancjom skóra szybciej

i z tzw. dermatozami. Delikatnie wygładza zgrubienia, niweluje zaczerwienienia powstałe pod wpływem rozciągania się skóry. Rumianek znany jest ze swoich właściwości przeciwzapalnych, łagodzących i ujędrniających. Nie tylko łagodzi podrażnienia czy zmniejsza obrzęki, ale też odświeża skórę oraz delikatnie oczyszcza i wybiela skórę

Olejek awokado stosowany w wysokiej jakości kosmetykach, wiąże wodę w skórze, wykazuje wspaniałe właściwości pielęgnacyjne, działa zmiękczająco i przeciwzapalnie, wzmacnia barierę ochronną skóry, dogłębnie ją nawilża i odżywia: zawiera wit. A, E, D oraz witaminy z grupy B. Olejek z awokado wygładza, regeneruje i opóźnia procesy starzenia się skóry oraz pobudza syntezę kolagenu.

Krem nagietkowy CristinenMoor to w 100% naturalny, przebadany dermatologicznie, bezpieczny dla zdrowia i skuteczny preparat, który nie zawiera barwników i perfum, parabenów ani wazeliny i parafiny.

Jego lekka konsystencja sprawia, że szybko się wchłania, nie lepi się oraz nie pozostawia na skórze tłustej powłoki. Jest zatem bardzo wydajny.

Źródło: www.naturadlaciala.pl



**Ekstrakty ziołowe i olejki eteryczne zawarte w kremie nagietkowym CristinenMoor przynoszą ulgę przy szczególnie suchej, podrażnionej, wrażliwej, szorstkiej, spierzchniętej i łuszczącej się skórze. Pomagają w przypadku trudno gojących się ran (także pożyłakowych), ropni, poparzeń i odmrożeń. Pomaga zniwelować siniaki, rozstępy i blizny.**

się regeneruje, staje się gładka i dobrze nawilżona, ale również natłuszczona.

Masło Shea warto stosować przy większym mrozie lub podczas upałów. Również do tłustej i trądzikowej skóry, ponieważ nie zatyka porów. Przyspiesza proces gojenia się ran czy siniaków. Wykorzystywane jest także do pielęgnacji skóry z AZS (atopowe zapalenie skóry)

**Właściwości lecznicze roślin doceniane są od wieków. Się ziół wykorzystuje także nauka, zwłaszcza w czasach, kiedy zawodzą preparaty syntetyczne. Z taką sytuacją mamy do czynienia współcześnie, kiedy konwencjonalne metody leczenia nie spełniają pokładanych w nich nadziei.**

## Apteka natury ma leki na wirusy

Zbigniew T. Nowak, w swojej najnowszej książce koncentruje się na przeciwwirusowych właściwościach roślin i produktów pszczelich. "Apteka natury ma leki na wirusy" to przystępnie napisane kompendium wiedzy i zarazem zbiór przepisów na napary, syropy, nalewki, które możemy samodzielnie przygotować z ogólnie dostępnych składników.

Zaletą książki są też informacje na temat właściwości farmakologicznych poszczególnych roślin oraz porady dotyczące m.in. bezpiecznego stosowa-

Benedyktyńska praca Zbigniewa T. Nowaka, który w swojej książce zawarł ogrom informacji o przeciwwirusowych właściwościach roślin, sprawia, że jest to pozycja, na którą warto zwrócić uwagę.

Książka "Apteka natury ma leki na wirusy" to nie tylko poradnik dla osób zainteresowanych świadomym wykorzystywaniem



**Niepodważalną zaletą książki są informacje na temat właściwości farmakologicznych poszczególnych roślin oraz porady dotyczące m.in. bezpiecznego stosowania preparatów ziołowych.**

nia preparatów ziołowych. Wielu autorów zdaje się bowiem zapominać, że w każdym z surowców zielarskich zachodzi szereg reakcji chemicznych, mogących osłabiać lub nasilać działanie innych leków.

właściwości prozdrowotnych popularnych i ogólnie dostępnych darów natury, ale też ciekawa i przyjemna w odbiorze lektura. Na pochwałę zasługuje również szata graficzna i dbałość o wysoką jakość wydania.

Aleksandra Oleczyk

## WKŁADKI ORTOPEDYCZNE

- bezpłatne komputerowe badanie stóp
- bezpłatne podoskopowe badanie stóp
- projektowanie i wykonywanie indywidualne wkładek ortopedycznych
- realizacja zleceń lekarskich

rok zał. 1998  
**WKŁADORT**

Kobyłka

ul. F. Chopina 7

tel. 22 786-40-37, 501-011-288

Zapraszamy pon.-pt. 10:00-18:00

Specjalistyczna Pracownia Wkładek Ortopedycznych

GOLDENEYE

OPTYK OKULISTA

Zadbaj o wzrok swojego dziecka, szkoda już tuż tuż!

-20%

Przez cały WRZESIEŃ dla wszystkich uczniów mamy specjalny rabat!

na markowe soczewki okularowe firmy Hoya

22 423 67 76

ul. Warszawska 9  
Kobyłka

APARATY SŁUCHOWE

Oferujemy:

- badania słuchu dla dzieci i dorosłych
- aparaty słuchowe
- akcesoria, baterie
- serwis
- wizyty domowe

refundacja NFZ

Wołomin, ul. Wileńska 44/3

tel. 797 004 379

pon. - pt. 8:00-18:00; sob. 9:00-13:00



**WOW**  
TEATR TAŃCA I MUZYKI

**Masz talent? Stwórz z nami spektakl.  
Szukamy aktorów, piosenkarzy  
i tancerzy w wieku 8-12 lat.**

Zajęcia aktorskie, muzyczne i taneczne  
w środy i czwartki godz. 18-20  
od 14 października do 14 stycznia w Kobyłce  
premiera spektaklu: STYCZEŃ 2021

**CASTING:  
20 września**

Centrum Edukacyjne Brzechwy,  
ul. Brzechwy 5, Kobyłka

☎ 507 199 885  
www.niedajsienudzie.pl  
ilość miejsc ograniczona!

ZAPRASZAJĄ:  
Anna Głogowska

Monika Kisła - Patryk Krajewski - Artur Maciejewski  
Natalia Miecznikowska-Amin - Andrzej Zbyszyński

O planach utworzenia nowego teatru w Kobyłce z Natalią Miecznikowską-Amin, koordynatorem projektu WOW, rozmawia Teresa Urbanowska.

## W Kobyłce powstaje teatr dziecięcy



W projekt WOW zaangażowała się Anna Głogowska, która zajmie się częścią taneczną zaś Monika Kisła wyreżyseruje spektakl i poprowadzi warsztaty aktorskie. Patrykowi Krajewskiemu (uczestnikowi The Voice of Poland) przypadła w udziale część muzyczna. Całość wspiera również muzyk i kompozytor Artur Maciejewski

– „WOW” – zagadkowa nazwa. Proszę powiedzieć co się za nią kryje?

– Nazwa taka właśnie miała być – trochę zagadkowa, trochę intrygująca, zwracająca na siebie uwagę. Ale do rzeczy. Chcemy stworzyć spektakl dla dzieci w wieku 8-12 lat, pozwalający na rozwój talentów muzycznych, aktorskich i tanecznych.

– Czy mam przez to rozumieć, że będzie to spektakl tworzony przez dzieci dla dzieci?

– Odbiorcami nie muszą być koniecznie dzieci, bowiem chcemy stworzyć coś co będzie niosło ze sobą szerszy przekaz, skierowany również do dorosłych.

– Kto tworzy i organizuje teatr WOW?

– Organizatorem jest stowarzyszenie „Nie daj się Nudzić”, wspierane merytorycznie przez nową fundację o nazwie „4 US”, której jestem prezesem. Udało nam się pozyskać do współpracy ciekawe osoby: panią Annę Głogowską – która

zajmie się częścią taneczną, panią Monikę Kisłą – która poprowadzi warsztaty aktorskie, ale będzie również reżyserem przedstawienia oraz pana Patryka Krajewskiego (uczestnika The Voice of Poland), któremu przypadła w udziale część muzyczna przedsięwzięcia. W nasz projekt zaangażowany jest również pan Artur Maciejewski, muzyk i kompozytor.

– Czy Teatr WOW ma już siedzibę, miejsce, gdzie będą się odbywały próby, gdzie będziecie spotykali się z młodymi aktorami?

– Naszym miejscem jest Centrum Edukacyjne Brzechwy, które mieści się w Kobyłce przy ulicy Brzechwy 5.

– A skąd będą wasi aktorzy?

– Planujemy casting, który odbędzie się 20 września – oczywiście w Centrum Edukacyjnym Brzechwy. Już dziś zapraszamy na niego dzieci w wieku 8-12 lat. Planujemy, że grupa będzie liczyła około 40 dzieci uzdolnionych muzycznie i tanecznie i aktorsko. W trakcie

castingu każdy z uczestników będzie prezentował się we wszystkich trzech obszarach.

– Jak wygląda harmonogram całego projektu?

– Zajęcia będą odbywały się dwa razy w tygodniu w środy i w czwartki w godz. 18.00 – 20.00 w okresie od 14 października do 14 stycznia. Premierę zaplanowaliśmy wstępnie między 16 a 18 stycznia 2021 roku. Chcemy, aby odbyła się ona w prestiżowym miejscu. O dokładnej lokalizacji poinformujemy niebawem. Dla uczestników tej części projektu przewidujemy możliwość udziału w kolejnym przedsięwzięciu jakim będzie udział w obozie letnim i rekrutacja do kolejnego sezonu.

– A co będzie się działo w okresie pomiędzy premierowym spektaklem a obozem wakacyjnym?

– Chcemy w tym okresie zaprezentować nasz spektakl w zaprzyjaźnionych Ośrodkach kultury ewentualnie w szkołach. W planach mamy również transmisję premierowego występu online.

**GIMNASTYKA  
AKROBATYKA  
PARKOUR  
SKOKI NA  
ŚCIEŻCE**

www.akademiagimnastyki.com

**AKADEMIA  
GIMNASTYKI**  
CENTRUM GIMNASTYCZNE

Centrum Edukacyjne Brzechwy  
ul. Brzechwy 5, Kobyłka

☎ 507 199 885

treningi dla dzieci od 4 roku życia

## ENGLISH TIME

Angielski dla dzieci, młodzieży i dorosłych  
przygotowanie do egzaminów 8-klasisty, matury, FCE, CAE

**dni otwarte: 29 sierpnia i 5 września**

### CENNIK

- koszt podręczników max. 100zł  
- darmowy, autorski zeszyt ćwiczeń i słownik oparty na książce

częstotliwość	ilość zajęć w roku	ilość godzin	cena za rok	cena za 60min	grupa
1x60min	35	35	1 000 zł	28,60 zł	4-6 os.
2x60min	70	70	2 000 zł	28,60 zł	4-6 os.
1x90min	35	52,5	1 500 zł	28,60 zł	4-6 os.
2x90min	70	105	2 800 zł	26,70 zł	4-6 os.
8 klasa; 2x90min	70	105	2 800 zł	26,70 zł	4-6 os.
konwersacje, 1x60min	35	35	1 200 zł	34,30 zł	3-4 os.

- w przypadku pogorszenia się sytuacji epidemiologicznej w kraju wszystkie zajęcia będą odbywać się w formie online **ZNIŻKA 10%**
- możliwość prowadzenia zajęć w formie online **ZNIŻKA 10%**
- uczniowie szkoły korzystają głównie z podręczników wyd. MACMILLAN
- zajęcia grupowe odbywają się od poniedziałku do piątku w godz. 16:30-20:00
- zapisy do grup uczących się z native speaker'em w niedzielę odbywają się niezależnie
- możliwe zajęcia indywidualne w szkole oraz online
- małe grupy, nowoczesna i zadbane placówka
- zachowane zasady bezpieczeństwa

Regularne testy i raporty postępu uczniów, stały kontakt z uczniami szkół w innych krajach, warsztaty, szkolenia, wyjazdy językowe



lokalizacja:  
Centrum Edukacyjne Brzechwy,  
ul. Brzechwy 5, Kobyłka

NIEDZIELE  
z Native  
Speaker'em!

**507 199 885**  
grupy max. 6 osób