

GONIEC BABICKI

EGZEMPLARZ BEZPŁATNY – NR 6 (126) ISSN 2081-3988

WASZ NIECODZIENNIK INFORMACYJNY – CZERWIEC 2020 (ROK XI)

NASZA GAZETA LOKALNA – ZAWSZE Z MYŚLĄ O I DLA MIESZKANCÓW

www.babice24.pl

facebook.com/babice24

twitter.com/babice24

instagram.com/babice24

youtube.com/babice24



OSZUKANI LUDZIE

OPTYK OKULISTA

BEZPŁATNE BADANIE WZROKU*
Tel. 519 550 210

Godz. otwarcia: **ul. Kresowa 1, Babice Nowe**
pon.-pt. - 9-18
sobota - 9-13

(wejście od ul. Warszawskiej, obok sklepu Fresh-Market)
* PRZY ZAKUPIE OKULARÓW Z ANTYREFLEKSEM 50%

facebook.com/Optykbabice www.optykbabice.pl

Bacówka Towary Tradycyjne poleca:

- tradycyjne wędliny
- pyszna górnika
- domowe przetwory
- świeże pieczywo
- produkty bez glutenu
- wysokiej jakości nabiał
- wyroby bez konserwantów
- dania gotowe
- żywność ekologiczna
- kosze prezentowe

Nowość - Alkohole regionalne!

81 Bacówka/BabiceNowe www.bacowkatowary.pl

Babice Nowe ul. Ogrodnicza 1 (nowe pawilony)
Wjazd na duży parking od ul. Ogrodniczej

SunCenter
biuro podróży

Jesteśmy jedynym biurem w Babicach,
które posiada autoryzację na sprzedaż wycieczek
wszystkich największych touroperatorów.

Zapraszamy!
Znajdziesz nasze biuro przy rondzie w Babicach!

Służymy pomocą, doradztwem, wiedzą i doświadczeniem.
Pomożemy wybrać najlepszą ofertę spośród wszystkich touroperatorów.

www.suncenter.pl [BiuroPodrozySunCenter](https://facebook.com/BiuropodrozySunCenter)

REMONTY MARIUSZ MONKIEWICZ
uczciwie, solidnie i fachowo
 wykończenia wnętrz,
 malowanie, tapetowanie,
 gipsy, glazury i inne
 tel. kom. 503 158 579

**USŁUGI
ARACHUNKOWE
AGIO**
 Stare Babice ul. Rynek 11/2 (bud. poczty)
 Filia Słupno k/Radzymina ul. Wilcza 5
 Czynne pon.-pt. w godzinach 8-16
 tel./fax.: 22 722 90 15 tel.kom.: 600 110 433 tel.kom.: 509 078 634
 www.agiosc.pl e-mail: biuro@agiosc.pl

BESSY POLSKA
 - okna, rolety, parapety, plisy, moskitiery
 - drzwi zewnętrzne i wewnętrzne
 - deska kompozytowa - tarasy
 i bramy garażowe
 www.bessy.pl
KONKURENCYJNE CENY !!!
 tel. 22-722-92-30; 513-140-423
 05-082 Stare Babice, ul. Gen. T. Kutrzeby 86

Norma
 WYROBY HUTNICZE
 MATERIAŁY BUDOWLANE
 ul. Estrady 8 22 722 97 74
 Klaudyn 609 530 086
 05-080 Izabelin 691 979 691
 Sklep czynny:
 pon-pt: 7:00-17:00 norma@norma.org.pl
 sob: 8:00-14:00 www.norma.org.pl

PIEKARNIA NOWE GODZINY
Piekarni 1925 OTWARCIA
Dąbrowscy SKLEPU FIRMOWEGO
5.30-18.00
 codziennie po godz. 16.00 ciepłe pieczywo
 ZAPRASZAMY NA:
 RÓŻNEGO RODZAJU CIASTA, CIASTKA, DROŻDŻÓWKI I INNE
 PIECZYWO PSZENNE, ŻYTNIE, CZYSTOZIARNISTE
Stare Babice, ul. Rynek 20
 tel. 22 722-90-24; e-mail: piekarnia.dabrowscy@gmail.com
 nasze pieczywo znajdziesz także w sklepie "Grot" przy nowej Biedronce

SERWIS RTV
 Naprawa telewizorów: LCD, płaskich, kineskopowych,
 odbiorników radiowych i gramofonów
Izabelin, ul. Sienkiewicza 54; tel. 602-669-277

www.cienkusz.com.pl biuro@cienkusz.com.pl +48 602 159 897
CIENKUSZ kabiny prysznicowe lustra panele szkalne balustrady
 Wojcieszyn, ul. Warszawska 706

POLECAMY:
 - mięso i wędliny firmy Meścibrody
 - pieczywo z galerii wypieków Lubaszka
 - swoje wyroby
 - garmażerka
 - przetwory domowe
 - produkty włoskie (ser, wina, wędliny)
 - wina z całego świata
 - przyjmujemy indywidualne zamówienia
RUMSZYK wyroby mięsne i pieczywo
TRYDYCJA ZOBOWIĄZUJE
 Sklep RUMSZYK, Łachorzew, ul. Warszawska 214 tel. 500 373-788
 obok Lidla

UKŁADANIE KOSTKI
CHODNIKI PARKINGI TARASY
tel. 506 348 127

**ARCHITEKTURA
W NĘTRZA**
 ul. Bukowa 2, Kwirynów
 +48 691 885 905
 pracownia@jtarch.pl
 www.jtarch.pl

GONIEC BABICKI - niecodziennik (miesięcznik) informacyjny ukazujący się na terenie Gminy Stare Babice i w jej okolicach
 Adres wydawcy (redakcji): 05-082 Stare Babice, ul. Izabelińska 20A, tel. 796-920-796; strona: www.goniec-babicki.pl - nakład 3500 egz.
 Chcesz być na bieżąco? Znajdź nas na: www.babice24.pl; polub nas na fb: facebook.com/babice24 i na twitterze: twitter.com/babice24
 Redaguje Zespół w składzie: Redaktor Naczelny - Michał Starnowski
 Zdjęcie na okładce: Michał Starnowski - Skansen w Ciechanowcu.
 Redakcja nie zwraca materiałów niezamówionych, nie odpowiada za treść reklam, ogłoszeń i artykułów sponsorowanych.
 Redakcja zastrzega sobie prawo do dokonywania skrótów i redagowania. Każda ze stron może zawierać i/lub zawiera oferty reklamowe.
 ZGŁOSZENIA REKLAMOWE I OGŁOSZENIOWE: 796-920-796 lub 796-020-796 oraz goniecbabicki@gazeta.pl lub goniecbabicki@gmail.com
 Skład: FIRESTARMEDIA; Konto: mbank 52 1140 2004 0000 3102 6768 1742; Druk: TONOBIS - Laski, ul. Brzozowa 75, tel. 22-752-33-40

KONKURS NASZEGO NIECODZIENNIKA

Uwaga, uwaga!!! Kolejna edycja naszego konkursu. Prosimy, aby właściciel samochodu, którego numer rejestracyjny widnieje na zdjęciu obok, zgłosił się telefonicznie do naszej Redakcji w dniach 6-17 lipca 2020 roku (tel. 796-920-796). Po okazaniu dowodu rejestracyjnego będzie mógł skorzystać z naszej oferty i zamówić dowolną tablicę posesyjną w cenie do 70 zł.

Zapraszamy do obejrzenia naszej oferty na www.tabliczka24.pl



REKLAMA

Z.P.H.U. ANMAR
Marcin Majkowski

MYCIE

- DACHÓW
- ELEWACJI
- KOSTKI BRUKOWEJ
- MALOWANIE ELEWACJI

USŁUGI REMONTOWE
ELEWACJE, PODDASZA
TARASY, GABiony
ARCHITEKTURA OGRODÓW
PODLEWANIE OGRODÓW

+48 608 255 780
Warszawa i okolice
kontakt@increentp-anmar.pl
www.increentp-anmar.pl
anmar-increentp.pl

Problem z komputerem?
Internetem? Laptopem? Siecią? Wirusem?

Informatyk z Bemowa dojedzie
szybko do firmy, biura lub do domu - 24h/7 dni
Każdy problem od 99 do 150zł.

Zadzwoń po diagnozę i wycenę
lub zachowaj ten numer na przyszłość.

609-804-366
www.OpenService.waw.pl

Na hasło "gazetka" dojazd gratis!

DORADCA RYNKU NIERUCHOMOŚCI
RZECZOZNAWCA MAJĄTKOWY
mgr inż. Artur Szczerbiński

ZADZWOŃ, PRZYJADĘ, POMOGĘ
TEL. 517-223-244

NIERUCHOMOŚCI, GRUNTY, MIESZKANIA:
KUPNO, SPRZEDAŻ, WYCENA, SPRAWY URZĘDOWE,
ODWOŁANIA, ZAŻALENIA, DOKUMENTACJA,
ODSZKODOWANIA, TWORZENIE PISM

35 LAT PRAKTYKI NA RYNKU NIERUCHOMOŚCI

USŁUGI OGRODNICZE

- Wycinka drzew
- Wywóz gałęzi
- Pielęgnacja ogrodów
- Bezpłatny wywóz złomu

tel. 515-146-480

MEBLE MR RAFEK P.P.H.U. „RAFEK”

ul. Sienkiewicza 100C
05-082 Stare Babice
tel/fax. 22 722 95 18
rafek@rafek.waw.pl
www.rafek.waw.pl

MEBLE NA ZAMÓWIENIE - KAŻDY WYMIAR / RENOWACJA

SALON URODY "AGNIESZKA"
PROSIMY O WCZEŚNIEJSZY KONTAKT TELEFONICZNY

FRYZJERSTWO DAMSKO-MĘSKIE,
ODBUDOWA WŁOSÓW, BOTOX, KERATYNA,
MANICURE, PEDICURE,
MAKIAŻ, HENNA BRWI I RZĘS,
DEPIŁACJA I KOSMETYKA TWARZY

UL. POCZTOWA 1 LOK. 6
(vis a vis Poczty przy sklepie Żabka)
tel. 22 722 95 74, 515 167 350
czynne: pon.-piąt. 8.00-20.00; sob. 8.00-14.00
*** zniżka -20% dla seniorów we wszystkie wtorki**

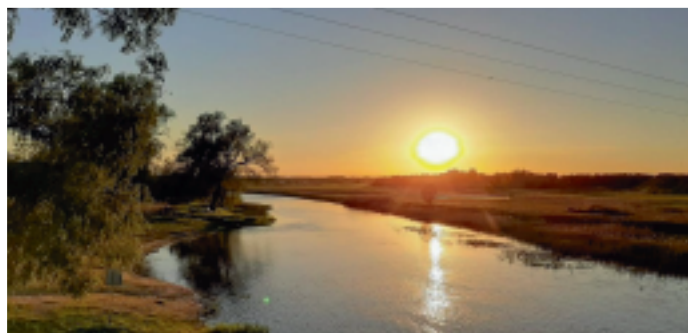
STRAŻAKIEM JEST SIĘ ZAWSZE

W sobotę, 13 czerwca 2020 roku ok. godz. 17.00 w miejscowości Kosewko Plaża dwoje dzieci bawiących się nad brzegiem Wkry zostało porwanych przez nurt rzeki i zaczęło się topić.

Na rozpaczliwe wezwania ratunku przez ciężarną matkę dzieci, odpowiedziało trzech strażaków z OSP Borzęcin Duży, którzy akurat w tym czasie wypoczywali w okolicy. Rzucili się do wody i wyciągnęli dzieci na brzeg. W akcji ratunkowej udział brali też przepływający kajakarze. Na szczęście nikomu nic się nie stało i dzieci szybko wróciły do matki.

Dzielni druhowie to Paweł Górski, Hubert Owczarek i Bartosz Żółtowski. Gratulujemy postawy.

Redakcja, zdjęcie przykładowe



MOSTEK ŻULI - JEST TAKIE MIEJSCE

Lokalne ciekawostki zawsze wzbudzają zainteresowanie wśród nowych mieszkańców i nostalgiczne wspomnienia u tych, którzy złączeni są z tą ziemią od pokoleń.



Ulice: Pohulanka, czy Kresowa istnieją cały czas, jednak inne, takie jak Zastodolna czy Folwarczna zniknęły w pewnym momencie z naszej przestrzeni publicznej.

Powstają też nowe miejsca, o których dawniej nikomu się nawet nie śniło, a które dziś bardzo łatwo można wygooglować w internecie. Przez przypadek przeglądając mapę Koczarg Starych natrafiłem na jedyny i niepowtarzalny "Mostek Żuli". Opis miejsca, które nie wiadomo kto stworzył głosi, że jest czynne całą dobę i zostało zaklasyfikowane jako "teren spacerowy". Cały świat może także wyświetlić zdjęcia, którymi okraszono wpis o miejscu, które zlokalizowane jest na końcu ul. Brzozowej.

Autorom gratulujemy nietuzinkowego humoru i samego pomysłu, a mieszkającym w pobliżu - no cóż, chyba wypada współczuć, bo miejsce faktycznie jest urokliwe, ale zanieczyszczone butelkami.

Redakcja, mapa google



REKLAMA

FORUM 
NIERUCHOMOŚCI

www.forum-babicenieruchomosci.pl

Marta Pacocha 513-224-707
Robert Mazur 603-610-885

STARE BABICE
ul. RYNEK 18

**“Nowa jakość
w nieruchomościach”**

FORUM NIERUCHOMOŚCI

KUPNO • SPRZEDAŻ • WYNAJEM

numer licencji
19611

FORUM 
NIERUCHOMOŚCI

Z BABICKIEGO OGRÓDKA NIERZETELNE FIRMY I MIESZKAŃCY



W dwóch wcześniejszych, tegorocznych numerach Gońca Babickiego publikowaliśmy artykuły pt. "Usterki" w usługach", gdzie w pierwszej części problem został opisany od strony zamawiającego, a w drugiej od strony wykonawcy.

Nierzetelne firmy, kto z nas nie miał z nimi do czynienia? Zakupiony przez internet towar nie przyszedł, a kontrahent nie odbiera telefonów i nie odpisuje na maile. **Także w naszych okolicach znane są przypadki oszustw, bo jak to inaczej można nazwać.** Osobiście prowadząc small działalność, kilkakrotnie zostałem oszukany przez niemalże sąsiadów, którzy po edycji reklamy w Gońcu, czy w Kurierze po prostu nie zapłacili za faktury, a firmy po kilku miesiącach rozplywały się w powietrzu.



Kilka lat temu zadzwonił do mnie kolega spod Łowicza, że w jednej z babickich firm przy ul. Sienkiewicza kupił kominek. Zapłacił pieniądze, ale na przesyłkę się nie doczekał, nie mógł się też do nich dodzwonić. Podjechałem pod wskazany adres - drzwi były zamknięte, a w ich framudze powiewało kilka wystawionych przez listonosza awizo. Jak łatwo można się domyśleć, po kilku dniach z elewacji budynku zdjęto neon z nazwą firmy i "tyle ich widzieli."

Innym przykładem może być firma Pana M., o którego przekrętach głośno było i jest w internecie, a pierwsze sygnały o jego nierzetelności mieliśmy już ok. 2 lata temu. Firma prowadząca prace ziemne, układanie kostki, itd. od kilku lat działała w całej Polsce. Zasada była prosta, pobrać zaliczkę na materiał, grzebnąć dwa razy w ziemi i więcej się nie pokazać. **Oto jedna z internetowych opinii** "Jestem załamana. To co mam koło domu to jest masakra. Udawał, że zaczyna coś robić nabrał zaliczek rozkopał całe podwórko i zniknął. Mam wokół domu doły i tyle." **Pan M. lubił także wypożyczać elektronarzędzia z wypożyczalni.** Redakcja jest w posiadaniu "Wyroku w imieniu Rzeczypos-

politej Polskiej", który oskarżonego uznał winnym zarzucanego mu czynu i skazał go na karę 1 roku pozbawienia wolności i naprawienia wyrządzonej szkody finansowej.

Podobnym przykładem na nierzetelność może być przykład Pana K., który dla odmiany oferuje usługi, nazwijmy to budowlane. **Jeden z Czytelników napisał do nas, że** "Mam wyrok sądu nakazujący zwrot zaliczki plus karę umowną, ale niestety egzekucja łącznie z komorniczą okazała się nieskuteczna". Ot, życie - wyrok, wyrokiem, a z egzekucją bywa już gorzej. **Omawiany przypadek jest o tyle ciekawy, że ów przedsiębiorca od jakiegoś czasu sprawuje funkcję publiczną na terenie naszej gminy.**

Nierzetelność firm to jedno, ale bardzo też boli nieuczciwość samych mieszkańców czyli, że ludzie ludziom to czynią i to z pełną świadomością. **Chodzi mi oczywiście o deklaracje śmieciowe i celowe zaniżanie ilości osób zamieszkujących daną posesję.** Jak potrafimy być krętacy pokazała przeprowadzona tuż przed Świętami Wielkanocnymi przez Urząd Gminy Stare Babice akcja "Maseczka dla Mieszkańca". Liczba maseczek, która była dostarczana na daną posesję zależała od ilości osób, które zostały wpisane do deklaracji za odbiór odpadów. **W roznoszenie zaangażowali się w szczególności sołtysi,** ale współpracowali z nimi wójtowie i radni, wolontariusze i oczywiście miejscowe Ochotnicze Straże Pożarne.

Osobiście podczas tejże akcji "zrobiłem" kilka ulic i z przykrością muszę stwierdzić, że **w dostarczonym przez UGSB spisie nie było wielu moich znajomych, choć fizycznie posesje istnieją, a kosze wystawiane są tam regularnie** (zgodnie z harmonogramem). **W wielu też przypadkach liczba zadeklarowanych osób była zaniżona,** co mogą potwierdzić przeprowadzone dialogi: - Akcja maseczka dla mieszkańca, mam dla Pana 2 maseczki; - Ale nas tu czworo zamieszkuje!!!!; - Z deklaracji śmieciowej wychodzi, że dwoje; - A tak (zakłopotanie), bo... - no właśnie - bo - zapomniał, jeszcze w sumie mieszkają w Warszawie, nie miał czasu, już miał zgłosić, ale COVID-19 przeszkodził...

I tak na zakończenie. Swego czasu, zaraz po zmianie cen za wywóz odpadów komunalnych, **jeden z użytkowników wzburzony nowymi stawkami udostępnił na facebooku zdjęcie pisma, które otrzymał z urzędu.** Oczywiście swoje odczucia określił swoistym komentarzem typu "najdrożej w Polsce", "brawo Panie Wójcie", itp. **Jednakże czujne oko jednego z internautów szybko wychwyciło, że w deklaracji widnieje jedna osoba, zaś sam użytkownik na facebooku chwali się swoją rodziną - łącznie 4 osoby.** Jak można się domyśleć, zdjęcie za godzinę zostało usunięte. Niesmak jednak pozostał.

Michał Starnowski - Radny Gminy Stare Babice, fot. pixbay.com

REKLAMA



Sprawdź dostępne terminy na stronie www.kampinosport.pl

KampinoSport
ul. Izabelińska 79
Stare Babice
tel. 606 122 322
Zapisz się już dziś!



Ograniczona ilość miejsc!

10% zniżki na kolejne kursy

Wakacyjne Kursy Tenisowe

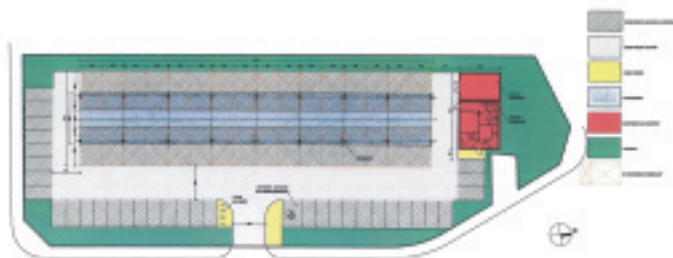
Zapraszamy dzieci na 5-dniowe

Bezpieczne zajęcia w grupach do 6 osób

- 2 godz. treningu tenisowego + 1 godz. treningu ogólnorozwojowego dziennie
- profesjonalna kadra
- zdrowe przekąski i woda na zajęciach
- Zajęcia od poniedziałku do piątku
- różne grupy wiekowe

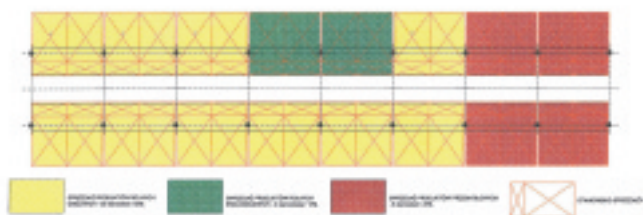
JAK MOŻE WYGLĄDAĆ TARGOWISKO GMINNE

Dziś na tacy podajemy naszym Czytelnikom wizualizację całorocznego targowiska gminnego "Mój Rynek" w Starych Babicach, które może powstać na gminnym placu przy ul. Pocztowej/Kresowej (po starej szkole). Czy powstanie, nie wiadomo, ponieważ pomysł zlokalizowania targowiska w tym miejscu wzbudził wielki niepokój wśród zamieszkujących w pobliżu mieszkańców, którzy m. in. skarżyli się na brak konsultacji społecznych w tym zakresie i postawieniem ich przed faktem dokonanym. Zebrano ponad 100 podpisów przeciw, a ożywiona dyskusja w tej sprawie toczyła się także podczas jednej z sesji Rady Gminy Stare Babice. Mieszkańcy byli też osobiście u władarzy naszej wspólnoty, aby wyrazić swoją opinię i przedstawić argumenty przeciw budowie targowiska w tym miejscu. Czy całoroczny bazar powstanie w tym miejscu, czy urzędowi uda się podnieść standard i jakości usług dla społeczności lokalnej i ponadlokalnej, zwiększenia potencjału gospodarczego wsi Stare Babice, usystematyzowania dostępu do usług rolniczych, poprawy warunków sprzedaży, ułatwienia szybszego odnalezienia produktu docelowego dzięki uporządkowaniu całej przestrzeni targowej z rozróżnieniem kategorii produktu, poprawy konkurencyjności producentów rolnych, promocji na rynkach lokalnych i krótkich cyklów dostaw oraz lepszego wyodrębnienia grup producentów oraz organizacji międzybranżowych.



Poniżej informacja Urzędu Gminy Stare Babice.

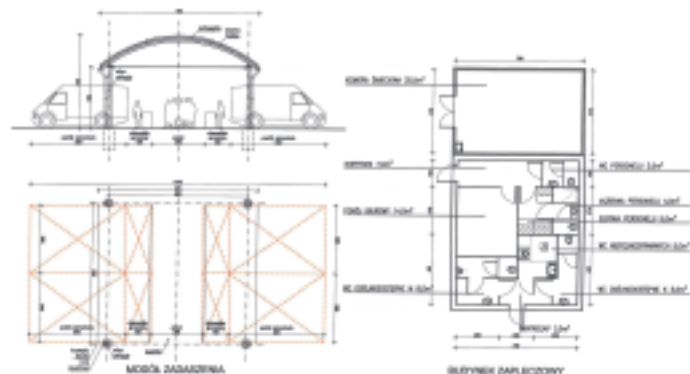
Budowa całorocznego targowiska gminnego "Mój rynek" obejmuje budowę targowiska z miejscami parkingowymi, utwardzeniem terenu, oświetleniem, zadaszoną wiatą i stoiskami handlowymi, budynkiem administracyjnym, przyłączami wod.-kan i energetycznym oraz odprowadzeniem wody deszczowej. Realizacja inwestycji przyczyni się podniesienia standardu i jakości usług dla społeczności lokalnej i ponadlokalnej, zwiększenia potencjału gospodarczego wsi Stare Babice, usystematyzowania dostępu do usług rolniczych, poprawy warunków sprzedaży, ułatwienia szybszego odnalezienia produktu docelowego dzięki uporządkowaniu całej przestrzeni targowej z rozróżnieniem kategorii produktu, poprawy konkurencyjności producentów rolnych, promocji na rynkach lokalnych i krótkich cyklów dostaw oraz lepszego wyodrębnienia grup producentów oraz organizacji międzybranżowych.



Zgodnie z wytycznymi Programu Rozwoju Obszarów Wiejskich na lata 2014-2020 targowisko będzie obiektem całorocznym i ogólnodostępnym. Decyzję określającą w jakie dni i godziny targowisko będzie czynne podejmuje Rada Gminy w formie uchwały przyjmując regulamin targowiska.

Plac targowiska zostanie utwardzony i częściowo zadaszony. Zadaszenia zaplanowano jako przykrywające stanowiska sprzedaży, tył samochodu sprzedającego i przede wszystkim ciąg pieszy dla klientów. W budynku administracyjnym znajdują się ogólnodostępne toalety, pokój administracyjny, węzeł sanitarno-szatniowy dla pracowników targowiska i komora śmieciowa. **Wjazd na teren targowiska będzie odbywał się z ul. Pocztowej.** Targowisko zostanie ogrodzone i wyposażone w niezbędną infrastrukturę zapewniającą jego właściwe funkcjonowanie.

Liczba planowanych stanowisk/stoisk dla rolników na targowisku (w tym liczba miejsc postojowych dla sprzedających) = 32. Ilość miejsc postojowych dla samochodów kupujących (w tym 1 miejsce przeznaczone dla osób niepełnosprawnych) = 36. Ilość miejsc postojowych dla rowerów = 10. Obiekt będzie wyposażony w alternatywne źródła energii (panele fotowoltaiczne) zapewniające średniorocznie min. 30% zapotrzebowania energetycznego targowiska.



Powierzchnia handlowa targowiska będzie podzielona na 3 sektory:

- sektor sprzedaży produktów rolnych ogólnych - 20 stanowisk: udział powierzchni handlowej targowiska przeznaczonej dla rolników pod sprzedaż produktów rolno-spożywczych w stosunku do powierzchni handlowej targowiska wyniesie 63%,
- sektor sprzedaży produktów rolnych ekologicznych - 4 stanowiska: udział powierzchni handlowej targowiska przeznaczonej pod sprzedaż produktów rolno-spożywczych wyprodukowanych w systemie rolnictwa ekologicznego, zgodnie z rozporządzeniem Rady (WE) nr 834/2007 z dnia 28 czerwca 2007 r. w sprawie produkcji ekologicznej i znakowania produktów ekologicznych i uchylającym rozporządzenie (EWG) nr 2092/91 (Dz. Urz. UE L 189 z 20.07.2007, str. 1, z późn. zm.), w stosunku do powierzchni handlowej targowiska wyniesie 13%,
- sektor sprzedaży produktów pozarolniczych - 8 stanowisk: udział powierzchni handlowej targowiska przeznaczonej pod sprzedaż produktów przemysłowych w stosunku do powierzchni handlowej targowiska wyniesie 24%.

Szacowane koszty budowy targowiska wraz z kosztami dokumentacji projektowej wynoszą 1 999 744,82 zł. Wysokość pozyskanego dofinansowania z Programu Rozwoju Obszarów Wiejskich na lata 2014-2020 przy tych kosztach wyniesie 1 mln zł. (maksymalny możliwy poziom dofinansowania). W przypadku, gdy w wyniku przetargu koszty budowy okażą się mniejsze, kwota dofinansowania proporcjonalnie się zmniejszy. Podział na sektory oraz charakter targowiska wynika z wytycznych Programu PROW.

więcej informacji i większe zdjęcia dostępne są m. in. na stronie internetowej www.babice24.pl

REKLAMA

UBEZPIECZENIA

- * komunikacyjne - OC, AC, NNW, ASSISTANCE, PAKIETY
- * transportowe - OCP, CARGO
- * firm - majątek, OC, gwarancje
- * mieszkań, domów
- * zdrowotne
- * turystyczne
- * rolne i inne

COMPENSA
VIENNA INSURANCE GROUP

GENERALI

Proama



TUZ
UBEZPIECZENIA

AGENCJA UBEZPIECZENIOWA

"LOBO"

LONGIN BOGUCKI

Blizne Łaszczyńskiego

ul. Warszawska 24

tel. 602 226 374

ZAPRASZAMY: poniedziałek - 17.00-20.00; wtorek i czwartek - 9.00-14.00;
środa i piątek - 15.00-20.00; w soboty agencja jest nieczynna.

wiener
VIENNA INSURANCE GROUP

KAPLICZKA MA JUŻ STO LAT

Tradycją lipkowskiej wspólnoty parafialnej jest to, że zazwyczaj w maju przy krzyżach i kapliczkach odprawiane są wspólnie z kapłanem Nabożeństwa Majowe i Msze Święte. W tym roku, w związku z ograniczeniami związanymi z Covid-19 spotkania zostały przesunięte na czerwiec. I tak właśnie było w sobotę, 13 czerwca 2020 r. w Koczargach Starych przy ul. Klonowej. Przy przydrożnej kapliczce w obecności mieszkańców odprawiona została połowa Msza święta, której przewodniczył Proboszcz Parafii Lipków ks. Tomasz Sobiecki.

Modlitewne spotkanie sprawowane było przy przydrożnej kapliczce, którą wystawiono w 1920 roku. Na tablicy informacyjnej zostało napisane, że "kapliczka wybudowana (według lokalnych podań) w związku z Cudem nad Wisłą, obiekt o wartości historycznej."



"Kapliczka na planie kwadratu, z piaskowca, otynkowana, na kilkustopniowym cokole z datą: 1920 R. Ściany części zasadniczej ożywione z czterech stron ostrołukowymi blendami; w blendzie od frontu nisza z figurą Matki Bożej. Każdą ze ścian zamyka od góry trójkątny naczółek, naroża akcentują uproszczone akroteriony. W zwieńczeniu piaskowcowy krucyfiks, z metalową figurą Chrystusa, o dekoracyjnie opracowanych zakończeniach ramion, osadzony na podstawie w formie quasi-ostrosłupa okolonę ornamentem o formach prymitywnego suchego akantu. Kapliczka otoczona ogrodzeniem metalowym z prętów, niewielka rabata wylana betonem. Obiekt o wartości historycznej." - zachęcamy do zapoznania się ze stroną internetową "Stare Babice - Dziedzictwo twórczości ludowej i artystycznej": <http://www.kapliczki.stare-babice.pl> z której to strony pochodzi powyższy opis kapliczki.

relacja i fot. Michał Starnowski - www.babice24.pl



Aby uczcić tą okrogłą rocznicę, po zakończeniu części modlitewnej przy kapliczce umieszczono kapsułę, do której włożono zdjęcie "figurki" i pamiątkowy dokument z podpisem m. in. lipkowskiego Proboszcza. Na kartce napisano: "Anno Domini 13 czerwca 2020 roku o godz. 19.00 w Koczargach Starych przy ul. Klonowej odbyła się Msza Święta odprawiona na pamiątkę 100-letniej rocznicy wzniesienia kapliczki z figurą Matki Bożej. Kapliczka została wybudowana przez naszych Pradziadków w 1920 roku w podziękowaniu za opiekę Maryi w czasie trwania choroby zakaźnej, która przetoczyła się przez Europę i Polskę. Msza Święta odprawiona została, kiedy Papieżem w Watykanie był Franciszek, biskupem miejsca Kazimierz Kardynał Nycz, Prezydentem Polski Andrzej Duda, Proboszczem Parafii Lipków ks. Tomasz Sobiecki. Przy licznych zgromadzeniu wiernych Kościoła Katolickiego Mszę Świętą odprawił Proboszcz Parafii Lipków Ksiądz Tomasz Sobiecki. W podpisie: Mieszkańcy Koczarg Starych."



REKLAMA

RE CAPITAL NIERUCHOMOŚCI

Poszukujemy nieruchomości dla naszych klientów.
Zadzwoń i zgłoś swoją działkę lub dom.

Zapraszamy do współpracy!

Stare Babice, ul. Dworkowa 20 lok. 1 (dawniej ul. Kościuski)
tel. 506 232 519; 500 435 150; 22 535 36 28
www.n.recapital.pl

NADWAGA PO PANDEMII - I CO DALEJ?

Jak szybko weszliśmy w obostrzenia dotyczące pandemii, tak równie szybko z nich wychodzimy... choć nie każdy tak samo. Co po niektórych z pewnym nadmiarem "bagażu" ciała. Dzisiejszy temat jaki chcę poruszyć dotyczy zmiany "cyferek" podczas ważenia się.

Podczas pandemii większość z nas miała znacznie mniej ruchu, a przy tym zjadaliśmy stresy. Czasem po prostu z nudów zaglądaliśmy częściej do lodówki. A to wszystko powodowało, że z dnia na dzień nasze ciało ulegało zmianie i przybieraliśmy na wadze. Obecnie, kiedy obostrzenia pandemii zostały poluzowane, stanęliśmy w prawdzie sami ze sobą i zaczęliśmy popadać w panikę. Wcześniej nie zwracając uwagi na dodatkowe kilogramy, teraz stały się one poważnym problemem. Jak teraz pokażemy się w pracy, znajomym itd... Co teraz zrobić by szybko schudnąć? Lato też już tuż, tuż...

Niektórzy nie przejmując się dodatkowymi kilogramami znaleźli szybko "odłożoną na chwilę, na półkę" motywację i ponownie zaczęli trenować, stosować diety, ale część niestety przyzwyczaiła się podczas pandemii do lenistwa i zatrzymali się. Zabrakło im przede wszystkim CELU, a co za tym idzie motywacji.

Jak to zmienić? Co można z tym zrobić? Jak wrócić do życia sprzed pandemii? Odpowiedź jest jedyna i prosta - postawić sobie CEL - co i jakie efekty chcemy osiągnąć. Określić realny czas jego realizacji oraz znaleźć w sobie motywację. Nie łudźmy się, że pozbedziemy się zbędnych kilogramów, które nagromadziliśmy przez te miesiące siedząc w domu w ciągu chwili. Pamiętajmy, że zmiana zaczyna się w naszej głowie. Oto moja podpowiedź, jak zacząć tą ZMIANĘ. Przede wszystkim postawić sobie realny CEL.

Opracuj dokładny plan dotyczący aktywności fizycznej. Ile czasu jesteś w stanie poświęcić, jakie dni i godziny? Warto jest stworzyć wielki plan dzieląc go na kilka etapów, gdyż będzie się nam wydawać bardziej realny i łatwiejszy do osiągnięcia. Pamiętajcie! Doceniajcie się i nagradzajcie za efekty Waszej ciężkiej pracy (ale nie nadmiarem kcal).

Wybieraj to co lubisz i nie mam na myśli tu słodczy, chipsów czy innych rzeczy, które uniemożliwiają nam redukcję tkanki tłuszczowej tylko aktywność sportową. Możesz wybierać z dużej gamy aktywności sportowych: rower, rolki, bieganie, siłownię itp. Wybierz dla siebie trening „użyty specjalnie dla Was na miarę”, byście szybko się nie zniechęcili.

Może znajdzie kogoś, kto razem będzie chciał się "ruszyć". To bardzo motywuje, bo zazwyczaj takie osoby mają również taki sam CEL. Nie ma znaczenia, czy chodzi o poprawę kondycji, zgubienie nagromadzonych kilogramów, czy wyrzeźbienie idealnych mięśni brzucha. Poza wzajemnym motywowaniem się Wasze treningi będą dodatkowo kojarzyły się ze spotkaniami towarzyskimi (a nie wyłącznie mocnym wysiłkiem). Słynne powiedzonko "w grupie siła" sprawdza się też idealnie jeśli chodzi o radzenie sobie z pokusami, lenistwem i rozpraszaczami typu: "dziś sobie wyjątkowo odpuszczę".

Aktywność sportowa przy redukcji kilogramów jest bardzo ważna, ale jest niczym bez prawidłowej diety, dlatego zwróciłam się z tym do eksperta Pani dietetyk mgr Pauliny Konrad - absolwentki kierunku Dietetyka Uniwersytetu Medycznego w Łodzi, a obecnie doktorantki w Zakładzie Żywnienia Klinicznego i Diagnostyki Gastroenterologicznej UM w Łodzi, która powie nam, jak się zdrowo odżywiać tak, by zgubić nagromadzone kilogramy.

- Pani Paulino jaką rolę w procesie odchudzania odgrywają motywacja i cele?

Tak naprawdę wszystkie osoby, które chcą się odchudzić powinny mieć jasno określony cel, należy się zastanowić co chcemy osiągnąć, w jakim czasie itp. Motywacja stanowi niezwykle ważny element, szczególnie motywujące mogą być osoby najbliższe. Jeśli osoby najbliższe nie zapewniają nam wsparcia, wówczas musimy wyrobić silną motywację własną.

- Od czego zacząć i co zmienić, aby osiągnąć zamierzone rezultaty?

Należy zacząć od podstawowych zasad, krok po kroku. Nie należy zaczynać od razu od konkretnej diety a bardziej od podstawowych zaleceń. Przykładowo możemy zacząć chociażby regularnie spożywać posiłki i pić odpowiednią ilość wody przez pierwsze trzy tygodnie. Po tym czasie można wprowadzać kolejne zmiany w żywieniu. Takie stopniowe wprowadzanie zmian przynoszą często rezultaty.

- Jaka jest Pani zdaniem recepta na utratę wagi?

Najlepszą receptą na utratę wagi jest wbrew pozorom spożywanie odpowiednich posiłków a nie ich unikanie. Nasz organizm szybciej spala kalorie jeśli podkręcimy metabolizm, czyli napalimy w przyszłowiowym piecu. Im częściej i regularnie będziemy je spożywać tym nasz organizm poświęci więcej energii na trawienie ich.

- Jaką powinna być dieta, która zredukuje masę ciała nagromadzoną podczas pandemii?

Dieta powinna być przede wszystkim rozsądna, bogata w świeże warzywa



i owoce (4 porcje warzyw i 2 porcje owoców). Jedna porcja to wielkość naszej dłoni, tj. 1 mały pomidor, garść truskawek. Ponadto powinna być spożywana woda i płyny w ilości 1,5 litra dziennie (300ml/10kg masy ciała). Nie należy zapominać o unikaniu smażenia i podjadaniu między posiłkami.

- Czy można schudnąć łatwo, zdrowo i skutecznie?

Oczywiście, że tak. Można schudnąć przygotowując łatwe posiłki, nie głodując, dbając jednocześnie o regularność. Dietę także można dostosować do swojego stylu życia i swoich preferencji smakowych. Jeśli dieta nie jest dostosowana do naszego stylu życia i preferencji smakowych, niestety nasza motywacja bardzo szybko obniża się i rezultatów nie osiągamy.

- Większość diet wymaga poświęcenia czasu na przygotowanie specjalnych posiłków. Co zrobić w przypadku, gdy ktoś dużo pracuje i nie ma na to czasu?

Brak czasu jest często naszą wymówką. Nie musimy tak naprawdę przygotowywać specjalnych posiłków. Ważne, jest, aby spożywać trzy główne posiłki a dwa pozostałe traktować jako przekąski. Jeśli ktoś dużo pracuje, to może sobie takie przekąski przygotować do pracy. Przykładową szybką przekąską może być jogurt naturalny z bananem i wówczas nie trzeba nic specjalnego przygotowywać.

- Co zrobić kiedy nasz nieregularny tryb życia, praca, pośpiech sprawiają, że jemy to co aktualnie mamy "pod ręką"?

Jest na to sposób. Ważne jest spożycie obfitego i zdrowego śniadania. Istotne są posiłki spożywane do południa, aby nie podjadać po południu. Jeśli zjemy za małe śniadanie, czyli np. bułkę pszenną z wędliną i koniec, to niestety tak niepełnowartościowe śniadanie i tak nieprawidłowy dobór produktów będzie prowadził do sytuacji, że pocujemy głód a tym samym będziemy podjadać to co mamy pod ręką.

- Ile czasu muszę być na diecie bym mogła zobaczyć pierwsze efekty?

Tak naprawdę po 3-4 tygodniach już można zauważyć pierwsze efekty.

- Ile kilogramów i w jakim czasie mogę "zgubić"?

Najdrowsiej jest gubić kilogramy w ilości 3-4 kg na miesiąc. Jeśli chudniemy za szybko, wówczas pojawia się efekt jojo. Tracimy masę mięśniową a nie tkankę tłuszczową.

- Jaki ma wpływ na moje ciało takie szybkie przybranie wagi?

Szybkie przybranie na wadze może prowadzić do wielu dolegliwości. Przede wszystkim może mieć niekorzystny wpływ na nasz wygląd, ale także na naszą skórę. Poza tym nadwaga i otyłość zwiększa ryzyko zawału, udaru, i innych chorób cywilizacyjnych.

- Czy już te "kilogramy" będą do mnie regularnie wracały?

Musimy mieć tego świadomość, że jeśli nie zmienimy trwale nawyków żywieniowych, to kilogramy prędzej czy później będą do nas wracały. Zmieniamy własne nawyki żywieniowe na lata a nie na lato.

Diękuję bardzo za rozmowę, która mam nadzieję, pomoże nam zrozumieć tajniki dietetyki i jak skutecznie podejść do jej stosowania.

Najważniejszą z metod osiągnięcia CELU jest poznanie swoich własnych preferencji i zrozumienie, co motywuje nas samych i co jest w stanie sprawić, że będzie nam się bardziej chciało niż nie chciało (czego oczywiście życzymy wszystkim czytającym ten tekst).

AGNIESZKA MARKIEWICZ
- TRENER PERSONALNY - tel. 604 552 551

W TYM ROKU TRZEBA TAM POJECHAĆ

Mowa oczywiście o Ossowie, gdzie w dniach 14-15 sierpnia 1920 r. rozegrała się jedna z bitew znanych jako Bitwa Warszawska. Zakończyła się ona zwycięstwem Polski nad bolszewikami, a w bitwie tej zginął m. in. ks. Ignacy Skorupka.

Walki upamiętnia kaplica, Cmentarz Poległych w Bitwie Warszawskiej, krzyż oznaczający miejsce śmierci kapelana Ignacego Skorupki (oddalony o ok. 1 km.) i jego pomnik oraz pawilon historyczny. Nieopodal kaplicy i kościoła znajdują się także Dęby Pamięci.

Wieś Ossów znajduje się w województwie mazowieckim, w powiecie wotomińskim, w gminie Wołomin. **Od nas ze Starych Babic, to ok. 40 km.** Po zwiedzeniu Ossowa można pokusić się o podjechanie **do Okuniewa** (15 km.). Krótki spacer po Rynku i wokół ruin pałacu nikomu zapewne nie zaszkodzi. **Dalej jest Sulejówkę**, ale na dzień dzisiejszy Muzeum Józefa Piłsudskiego (Dworek Milusin) jest zamknięty dla zwiedzających z uwagi na remont.

Michał Starnowski



BOŻE CIAŁO W DOBIE PANDEMII

W czwartek, 11 czerwca 2020 r. obchodziliśmy Uroczystość Najświętszego Ciała i Krwi Chrystusa, czyli Boże Ciało.

Stosując się do wymogów sanitarnych z racji ograniczeń związanych z COVID-19, w tym roku nie odbyła się tradycyjna procesja ulicami babickiej Parafii.

Po Eucharystii o godz. 11.30, procesja z Najświętszym Sakramentem odbyła się **dookoła kościoła**. Czterokrotnie celebrans zatrzymał się z Najświętszym Sakramentem, a cztery Ewangelie zostały odczytane z ambonki przy ołtarzu w kościele. Po powrocie do kościoła wierni odśpiewali Litanię do Serca Pana Jezusa oraz zostało udzielone błogosławieństwo dla całej Wspólnoty.

Zgodnie z prośbą Proboszcza babickiej Wspólnoty podczas procesji osoby będące w kościele czy w otoczeniu naszej świątyni podczas procesji pozostały na miejscu. W orszaku procesyjnym wzięła udział tylko asysta liturgiczna starszych, bielanki i ministranci.

zebrał: Michał Starnowski



REKLAMA

Animiś



niepubliczny żłobek

BORZĘCIN DUŻY, UL. SOBIESKIEGO 5 (VIS A VIS MYJNI)

TEL. 695-809-622



ZAPISY TRWAJĄ!

PODOLOG: SPECJALISTA OD STÓP

Podologia to niezwykle potrzebna dziedzina nauki. Stopy, chociaż niekiedy lekceważone noszą Nas przez całe życie i potrzebują jak najlepszej opieki i profilaktyki. Wiedza na temat pielęgnacji stóp nadal jest niewielka. Dlatego to podolog powinien edukować pacjentów i rodziców małych pacjentów już od najmłodszych ich lat jak prawidłowo dbać o stopy.

Paznokcie i ich choroby to temat mało atrakcyjny, ale bardzo potrzebny. Jak to się stało, że zainteresowałaś się podologią?

Paulina: Byłam chwilę po 30, kiedy po raz kolejny (trzeci) musiałam nadać swojemu życiu zawodowemu nowy kurs. Oczywiście mogłam wykorzystać swoje dotychczasowe doświadczenia i wrócić do urzędu, w którym pracowałam przez ostatnie 11 lat lub też szukać zatrudnienia w innej branży, w której osiągnęłam niegdyś prawie wszystko co możliwe bez żadnych satysfakcji. Po urodzeniu dziecka stwierdziłam, że chcę spełniać swoje marzenia. Mój mąż z zawodu fizjoterapeuta zaczął mnie w tym motywować jeszcze bardziej i była to też okazja na rozpoczęcie czegoś zupełnie nowego. Z jednej strony czegoś, czego trzeba nauczyć się całkowicie od nowa, od podstaw (w sensie: wyzwanie), z drugiej zaś strony czegoś, co wybiorę zupełnie sama, w pełni świadomie, bez większych nacisków ze strony otoczenia: bo coś się opłaca, bo jest bezpieczne, bo przecież liczy się stabilność, no i lata leczę...

Ale ja jestem baranem, lubię zdobywać to, co nieznanne, niemal nieustannie piąć się w górę i najlepiej się jeszcze przy tym zmęczyć. Prawie nigdy się nie cofam, nie szukam też stabilności, bo na zbyt krótko mnie uszczęśliwia. Wybrałam zatem zawód, który jest nowy w naszym kraju, ale zarazem bardzo trudny, bo pozwala na ciągły rozwój. Był to tzw. rynek do wzięcia, więc z pełną świadomością i odpowiedzialnością - postanowiłam go wziąć, czyli wszystkiego się nauczyć i ukierunkować swoją pracę na coś więcej niż zarobkowanie - tu na pomoc ludziom w uporaniu się z ich problemami związanymi ze stopami, wrastającymi paznokciami, odciskami, brodawkami, grzybicą itd.

Oczywiście bardzo dobrze się do tego przygotowałam merytorycznie, trwa to już 4 lata, podczas których zdobyłam dyplom podologa w Wyższej Szkole Nauk o Zdrowiu, nie licząc już szeregu specjalistycznych kursów i szkoleń z zakresu podologii. Dodatkowo zaczęłam uczęszczać do Polskiego Instytutu Refleksologii. Gabinet otworzyłam u męża w Klinice Fizjoterapii Dr Łokień w Warszawie. I oto jestem, tu i teraz - ja i moja podologia.

Podolog to nowy zawód w naszym kraju, prawda? Skąd się wziął?

Paulina: Zawód podologa wziął się przede wszystkim z potrzeby zapalenia luki pomiędzy zwykłymi zabiegami pedicure kosmetycznego a opieką czy-

sto medyczną ze strony lekarzy. Kosmetyczki wykonujące pedicure (często pomimo chęci) nie mają wystarczającej wiedzy z zakresu budowy i funkcji stóp, skóry, flebologii, dermatologii, chirurgii, diabetologii i wielu innych dyscyplin medycznych, pozwalających na pomaganie bez szkodenia. Nato-



miast lekarze nie chcą i nie mają - kolokwialnie mówiąc - w zakresie swoich obowiązków wykonywania pedicure leczniczego na stopach swoich pacjentów. Powstała więc luka, którą do tej pory najczęściej, również "z przymusu" wypełniały pielęgniarki zabiegowe. Dziś z chęcią, dużym zaangażowaniem i bardzo efektywnie wypełniają ją właśnie podolodzy.

...ciąg dalszy na stronie 11

REKLAMA

Inteligentny Budynek – nowoczesna technika dla Twojego domu

multiroom
monitoring
systemy oświetlenia
instalacje audio-video
systemy centralnego sterowania

AUDIOCOLOR
SOUND & VISION DESIGN

05-082 Blizne Łaszczyńskiego,
ul. Warszawska 37
Tel. 22 721 02 15

Godziny otwarcia salonu:
pon.-pt. 10.00-18.00,
sob. 10.00-15.00

www.audiocolor.pl

kontynuacja ze strony 10.

Ciekawi mnie, z jakimi problemami przychodzą ludzie do Twojego gabinetu?

Paulina: Z problemami swoich stóp typu odciski, modzele, pękające pięty, deformacje palców, wrastające i pogrubiałe paznokcie, brodawki, a nawet owrzodzenia, ale nie tylko. Często przychodzą do gabinetu po prostu zaniepokojeni wyglądem swoich stóp lub też stóp swoich dzieci. Zauważają np. że małe stopy ich pociech znacznie odbiegają od ich własnych i boją się, że coś jest z nimi "nie tak". Często właśnie podolog tłumaczy im, iż stopa dziecka nie jest miniaturą stopy dorosłego: że ma inną budowę, bo i na razie, pełni inne funkcje. Stopy dziecka rozwijają się stopniowo i dopiero w wieku 14-15 lat osiągają swoją dojrzałość pod względem wszystkich jej podstawowych struktur. Natomiast dorosłych niepokoją okołomedyczne schorzenia na ich własnych stopach w postaci licznych zmian w kolorze lub fakturze paznokci albo skóry stóp. Są one czasami spowodowane produktami stosowanymi do ich codziennej pielęgnacji lub też po prostu uwarunkowane wiekiem. Każde takie wątpliwości również należy rozwiązać, wytłumaczyć i w ten sposób uspokoić właściciela stóp.



Jesteś pasjonatką, lubisz swoją pracę, prawda?

Paulina: Tak, jestem pasjonatką, jak to się mówi "całą gębą" i bardzo lubię swoją pracę. Szczerze mogę powiedzieć, że żadna z poprzednich moich profesji nie dawała mi tyle satysfakcji i takiej możliwości rozwoju, jak właśnie podologia. Moja rodzina dziwi mi się, że taki właśnie zawód sobie wybrałam. Moja mama mówi, że od małego „ciągnęło”, mnie do stóp.

Dlaczego ludzie powinni odwiedzać podologa? Cemu nie mogą skorzystać np. z usług kosmetyczki?

Paulina: Tak jak już podkreślałam, kosmetyczki, pomijając te, które się intensywnie doksztalcają w zakresie pedicure leczniczego - najczęściej nie mają odpowiedniej wiedzy, a zatem i kwalifikacji, by zajmować się stopami z jakimikolwiek zmianami patologicznymi. Mogą zatem bardziej skrzywdzić, niż pomóc.

Drugą sprawą jest to, iż kosmetyczki nie bardzo chcą się zajmować schorowanymi, a więc "brzydkimi" stopami. Wolą przyjmować klientki, których stopy są zdrowe i wymagają jedynie zabiegów pielęgnacyjnych i czysto kosmetycznych, typu zdobienie paznokci. Nie ma w tym nic złego, zwróćmy na to, że pacjent z reguły odbiera emocje osoby, która zajmuje się jego stopami. Jeśli kosmetyczka zajmuje się nimi niechętnie - będzie to czuć i sam dodatkowo poczuje dyskomfort. Natomiast jeśli trafi w ręce profesjonalnego podologa, natychmiast to rozpozna i poczuje się bezpieczny i zadbany we właściwy sposób.

Co w swojej codziennej pracy lubisz najbardziej, co daje Ci najwięcej satysfakcji?

Paulina: Największą satysfakcją jest dla mnie skuteczna pomoc drugiemu człowiekowi. Nie ma chyba nic bardziej budującego niż świadomość wartości własnej pracy, namacalne dowody umiejętności i obserwowanie płynących z niej korzyści i to nie dla ciebie samego, a właśnie dla innych. Lubie obserwować poprawę kondycji stóp moich klientów i pacjentów, wynikającą z moich zabiegów, terapii i zaleceń.

Podsumowując - podologia pozwala mi się w pełni spełniać zawodowo, umożliwia mi także samorealizację w kwestii "dawania czegoś od siebie innym ludziom". Robię to, co umiem i lubię. Między innymi, to właśnie dzięki podologii jestem po prostu szczęśliwym człowiekiem. Zapraszam wszystkich zainteresowanych.

**Nails by Hadi - ul. Arkadyjska 7 os. Groty
Klinika Dr Łokieć - ul. Okopowa 23 w Warszawie
tel.: 791-700-209; fb/instagram: podologicznyfetyzysta**

REKLAMA


INVERTER
Green energy

INSTALACJE FOTOWOLTAICZNE

tel: +48 22 721 08 71
www.inverter.com.pl
 Warszawska 37
 Stare Babice

5 000 zł z programu „Mój Prąd”
ulga termomodernizacyjna

7 lat na rynku fotowoltaiki
 doświadczone ekipy montażowe
 wszystkie urządzenia certyfikowane w Europie z wieloletnią gwarancją



ŻYCIE NA POLANIE DWÓCH STAWÓW

Polana Dwóch Stawów w Zielonkach-Parceli to miejsce organizacji większości dużych imprez plenerowych w Gminie Stare Babice. Miejsce zlokalizowane jest przy ul. Południowej, w sąsiedztwie Domu Kultury Stare Babice oraz Gminnego Ośrodka Sportu i Rekreacji Gminy Stare Babice. To właśnie tu, corocznie przy dwóch stawach odbywają się zawody wędkarskie oraz organizowane są koncerty, pikniki i festiwale.

Kwitnie tu także życie przyrodnicze, co uwiecznił na swoich zdjęciach nasz Czytelnik Krzysztof. Być może czasowe zaniechanie organizacji imprez w tym miejscu ze względu na "covidowe" ograniczenia spowodowały, że życie fauny zaczęło rozkwitać.

Co to za ptak ?? Możliwe, że jest to Kokoszka zwyczajna, zwana też Kurką wodną, ale bardziej prawdopodobnym jest, że zielonecki okaz, to Łyska zwyczajna - dziś ptak bardzo rzadko spotykany. Tak, czy inaczej autor fotografii sugeruje, aby uwiecznionego na zdjęciu ptaszka nazwać jakoś po naszymu. Pamiętajmy, że łosza z Lasu Bemowskiego została nazwana Lucyną. Czekamy zatem na propozycje.

for. Krzysztof Grzybowski, zebrał: Michał Starnowski



NOWA LOKALNA LINIA JUŻ JEŹDZI

Szanowni Państwo, miło nam poinformować, że od 1 czerwca 2020 r. ruszyła nowa lokalna linia uzupełniająca nr 876, zwana dalej "linią C".

Nowa linia połączyła bezpośrednio gminę Stare Babice, gminę Ożarów Mazowiecki oraz miasto Piastów.

Autobus kursuje na trasie Stare Babice - Piastów od poniedziałku do niedzieli po 10 kursów dziennie.

Organizatorem linii jest Ożarów Mazowiecki, linia ta współfinansowana jest wspólnie z miastem Piastów oraz gminą Stare Babice.

Wartym zauważyć jest fakt, że *jest to pierwsza linia autobusowa, której trasę zaplanowano ulicą Południową* (przy szkole w Zielonkach-Parceli). Rozkład jazdy dostępny jest w internecie lub na każdym przystanku, przy którym "Cetka" się zatrzymuje.

info i fot.: Urząd Gminy Stare Babice



REKLAMA

PIEROGARNIA

u KROKODYLA

ZUPY - BARZDZIEŻ I KOSZKOWANIE 400ml/19zł - ROSOŁ I KOSZKOWANIE 400ml/19zł - ROSOŁ I MAKARONEM 400ml/19zł - ZUREK PO SINDERSKIM Z JAJKAMI I BIAŁĄ KOSZKOWĄ 400ml/19zł - ZUREK W CIEŚCIE 400ml/19zł - PLAKI WODNIANE NA ROSOLE 400ml/19zł - STROGONOW PODAWANY Z PRZETWIER 400ml/19zł - ZUPA POMIDOROWA 400ml/19zł DANIA MIĘSNE - PIERSZKOWO GRYLLOWANA, ZAPIEKANKA Z MOZARELLĄ I POMIDORAMI 150g/14zł - PIERSZKOWO PANIOTROWANA 150g/14zł - PIERSZKOWO ZAPIEKANKA W TŁUSTYM SERACH 150g/14zł - PIERSZKOWO GRYLLOWANA 150g/14zł - SCHABOWY 150g/14zł - KARBONKA GRYLLOWANA 200g/14zł - ZIEBKA BARSZCZ 350g/29zł - GOSIOŁKA PO BANAJSKU (z karmel, masła, ogórek kiszony, pieprzem) 400g/29zł - PLATEK PO ZŁOTNICZU I WODNIANY (z karmel, masła, ogórek kiszony, pieprzem) 400g/29zł - STEK WODNY 300g/35zł - KACZKA Z JAJKAMI 200g/35zł - BITKI WODNIANE W SOSIE 250g/25zł RYBY - ŁOSOŚ NA PARZE I W KREMIE 200g/25zł - ŁOSOŚ GRILLLOWANY, PODAWANY Z MASŁEM CIEŚCOWYM 200g/25zł - SANDEWICZ Z GRILLA W SOSIE KOPERKOWYM 250g/35zł - PISTACZ Z GRILLA 300g/29zł MAKARONY - MAKARON TRAJANTY W SOSIE ŚMIETANOWYM z grzybkami, kurkami, pieprzem, czosnkiem, oliwą 400g/29zł - CARDONAKA SPAGHETTI 400g/25zł - TAGLIATELE DI SWIETLYN OGÓRKIEM I ŁOSOSEM W SOSIE KOPERKOWYM 400g/29zł	NALĘŚNIKI - NALĘŚNIKI NA SIOBRO I BIAŁYM SEREM I OBITA ŚMIETANĄ 7 sztuk/17zł - NALĘŚNIKI Z RUTELLĄ, BARKINAMI I MAGDALAMĄ 7 sztuk/17zł - NALĘŚNIKI Z PRĄŻONYM JAJKEM I CYNAMONEM 7 sztuk/17zł - NALĘŚNIKI Z GRILLLOWANYM KURCZAKIEM 7 sztuk/19zł - SZPINAKIEM I POMIDORAMI 7 sztuk/19zł - NALĘŚNIKI PO MIESIĄCZKU I WODNIANY 7 sztuk/19zł PIEROGI - PIEROGI Z KOSZKOWYM WODNIANYM 8 sztuk/11 sztuk/13 sztuk - PIEROGI Z KOSZKOWYM 17zł/20zł/22zł - PIEROGI Z KURKAMI 17zł/20zł/22zł - PIEROGI Z MIĘSOM 17zł/20zł/22zł - PIEROGI Z MIĘSOM I ZIEBONĄ 17zł/20zł/22zł - PIEROGI Z SZPINAKIEM 15zł/20zł/22zł - PIEROGI Z POMIDORAMI 15zł/20zł/22zł - PIEROGI BARSZCZ 15zł/20zł/22zł - PIEROGI Z KAPUSTĄ I GRZYBKAMI 15zł/20zł/22zł - PIEROGI PO CIEŚCOWYM 15zł/20zł/22zł - PIEROGI Z PRZECIĄKAM 15zł/20zł/22zł - PIEROGI Z SEREM I OBITA ŚMIETANĄ NA SIOBRO 15zł/20zł/22zł - PIEROGI PRĄŻONYM JAJKEM 15zł/20zł/22zł SALATKI - KURCZAK 300g/29zł - KEBAB Z GRILLLOWANYM KURCZAKIEM 300g/29zł - SALATKA DI SWIETLYN SZPINAKIEM 300g/29zł	DODATKI - FRYTURA BIELAKOWA 215g/17zł - FRYTURA 215g/17zł - ZIEBONKA 215g/17zł - KOPCZYK 215g/17zł - KURCZAK 215g/17zł - KASZA/RYT 215g/17zł - BURDET WODNIANY 215g/17zł - BURDET ZAPIEKANKA I SEREM I MAGDALAMĄ 215g/17zł MENU DZIECIĘCE - POMIDOROWA Z MAKARONEM 8zł - STRIPSY Z KURCZAKIEM 5zł - SALATKA COLESŁAW, FRYTURA 5zł - KURCZAK 5zł - FRYTURA, BURDETKA I KISZONKA KAPUSTY Z MARCHWINĄ do pełnego zestawu - gotowa lodów GRATIS! 200g/19zł - BURDET WODNIANY Z MASŁEM 200g/19zł DESERY - PIECZONY LODOWY 200g/15zł - STARLOTKA Z LODAMI 200g/15zł - SERK WODNIANY 200g/15zł BURGERS 100% WOŁOWINY - HAMBURGER 20zł - CHEESEBURGER 22zł - BURDET WODNIANY 22zł - BURDET WODNIANY 22zł - BURDET Z MARCHWINĄ, GRZYBKAMI I BIAŁYM SEREM 29zł - DI ŚMIETANĄ 27zł - PO ZŁOTNICZU I PRĄŻONYM ZIEBONKĄ 27zł - CHEESEBURGER 27zł - WODNIANY 30zł ZAPIEKANKI - Z SEREM 10zł - TRADYCYJNA 9zł - KURCZAK 10zł - PIEPEROWY 10zł - CHEESEBURGER 11zł - CHEESEBURGER 11zł
---	---	--

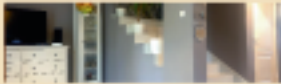
BIURO POŚREDNICTWA W OBROTCIE NIERUCHOMOŚCIAMI**IRENA GMOCHOWSKA****RANCZO**

05-082 Stare Babice, ul. Pocztowa 1

lokal 1 (I piętro); tel. 501-725-330

szukaj naszych ofert także na:

www.morizon.pl i www.oferty.net

Wybrane oferty domów:

Stare Babice - dom wolnostojący 2004 r., pow. całkow. 174 m kw., użytkowa 115 m kw., działka 750 m kw., pełne uzbrojenie, 3 sypialnie + salon, cicha lokalna ulica, cena: 949.000 zł.



Wojcieszyn - dom wolnostojący 142 m kw. + 50m kw. garaż, działka 1000 m kw., 2002 r., blisko puszczy, zaciszna lokalizacja, prąd/siła, kanalizacja, własne ujęcie wody, cena: 670.000 zł.



Topolin - wolnostojący parterowy dom, 210 m kw., działka 1000 m kw., 5 pokoi, cicha lokalna ulica, wszystkie media, w otoczeniu nowej zabudowy, cena 950.000 zł.



Truskaw - wolnostojący nowy dom, 331 m kw., działka 1466 m kw., 7 pokoi, z wyodrębnioną częścią np. dla rodziców (pokój, kuchnia, łazienka), w otoczeniu nowej zabudowy i puszczy, cena: 1.699.000 zł.



Janów Rezydencja Parkowa - parterowa willa, pow. 468 m kw., działka 1750 m kw., 8 pokoi, dworkowa architektura, pełne uzbrojenie, 2015 r., cena: 5.000.000 zł.

Działki pod budownictwo:

Myszczyń - 1000 m kw., pod dom lub bliźniaka (możliwość podziału), szerokość 33 m, gaz, prąd, domy, cena: 185.000 zł.



Zaborówek - 1015 m kw., szerokość 32 m x 31, nowe domy, skrzynka z prądem, skrzynka z gazem, cena: 185.000 zł.



Zaborówek - 1198 m kw., bud., 24 m x 50 m, atrakcyjna lokalizacja, nowe sąsiedztwo, prąd i kanalizacja na działce, nowe sąsiedztwo, blisko komunikacja, cena: 149.000 zł.



Borzęcin Duży - 1246 m kw., szerokość 37 m, teren po scaleniu, przy gminnej drodze, cena: 210 zł./m kw.



Borzęcin Mały - 1000 m kw., szerokość 25 m, teren po scaleniu, przy gminnej drodze, cena: 185.000 zł.



Wojcieszyn - 1000 m kw., działka rolna do przekształt., wymiary przy drodze 38 m x 26 m, na północ od ul. Trakt Królewski, w kompleksie ok. 60 działek, cena: 150.000 zł.



Borzęcin Mały - 907 m kw., szerokość 40 m, nowe domy, gminna ulica, wszystkie media, cena: 250.000 zł.



Umiastów - 900 m kw., szerokość 40 m, nowe domy, woda, prąd i gaz ok. 40 m, cena: 200.000 zł.



Zaborów - 1442 m kw., nowa zabudowa, szerokość 32 x 44 m, gaz, prąd, cena: 180 zł/m kw.



Grądy - 1000 m kw., szerokość 25 m, na granicy z Marianowem, gaz, woda, prąd, cena: 125.000 zł.



Wólka ul. Parkowa - 2475 m kw., ogrodzona, szerokość 32 m, pod rezydencję lub bliźniaka, media, asfalt, las, cena: 200 zł./m kw.



Stare Babice - 1500 m kw. działka usługowa U2, pow. zabudowy do 80%, wymiary 30 x 50 m, wszystkie media, cena: 699.000 zł.

PILNIE POSZUKUJEMY DZIAŁEK**Z GMINY STARE BABICE DLA NASZYCH KLIENTÓW !!!****PROSIMY O KONTAKT POD NR. TEL. 501 725 330 i 600 035 168 LUB MAILOWO !!!**

LIMUZYNY NA GODZINY

Czy wiesz, że w naszej gminie można dokonać wynajmu aut okolicznościowych wraz z szoferem?



Rodzima firma ofertę kieruje do osób, pragnących wyjątkowo spędzić czas ze swoimi bliskimi, podczas podróży w dniu ważnego wydarzenia. Stylowe retro, luksusowa klasyka czy przestronna elegancja - To Wy decydujecie w jakim klimacie chcecie przeżyć te niezapomniane chwile. "Limuzyny na godziny" dołożą wszelkich starań abyście byli w pełni usatysfakcjonowani.

Czy szukaliście luksusowego miejsca, np. limuzyny, w której będziecie mogli zrobić fajne zdjęcia?

Firma wynajmuje limuzyny na: śluby, wieczory panieńskie/kawalerskie, uroczystości rodzinne, randki, rocznice, przejazdy biznesowe, sesje fotograficzne, teledyski, filmy, eventy itd.

Kontakt: tel: 518 518 321; www.landpage.co/limuzynynagodziny, www.facebook.com/limuzynynagodziny

SPRZEDAM SAMOCHÓD
Toyota Corolla - sedan, rok produkcji 2007,
wyprodukowany w Japonii.
Kolor cedrowy - morski.
Silnik 1600 - benzyna. Przebieg 82200 km.

Pierwszy właściciel.
 Samochód garażowany,
 bezwypadkowy,
 serwisowany w ASO.
 Koła letnie na felgach aluminiowych.
 Dodatkowo komplet kół zimowych.

Cena wyjściowa 22.800,- PLN.
 Cena ostateczna do uzgodnienia.

Tel. 607-171-744



REKLAMA

Studio Foto
 Stare Babice ul. Rynek 15
 tel. 507-164-733

- * zdjęcia do dokumentów **NATYCHMIAST**
- * sesje okolicznościowe: chrzty, komunie, śluby
- * dziecięce sesje zdjęciowe
- * akcesoria fotograficzne
- * zdjęcia nagrobkowe
- * usługi ksero

UBEZPIECZENIA **AMKAS**
 Katarzyna Łanga Agencja Ubezpieczeniowa

- ✓ komunikacyjne
- ✓ mieszkaniowe
- ✓ turystyczne
- ✓ NNW
- ✓ firm
- ✓ OC działalności
- ✓ obowiązkowe zawodowe
- ✓ inne

WARTA DLA CIEBIE I RODZINY
 ubezpieczenia grupowe i indywidualne
 • wypadkowe • chorobowe • rodzinne

66-082 Stare Babice | ul. Pohulanka 36
 e-mail: katarzynalanga@o2.pl tel./fax: 22 752-91-88
 kom. 660-463-277

ZAPRASZAMY: pon-pt. 8.30 - 19.00, sobota 9.00 - 14.00

Butik "Madame"
 Konfekcja damska:

- codzienna • wizytowa
- kapelusze • szale
- torebki • biżuteria • odzież żałobna

Z KARTĄ DUŻEJ RODZINY 10% GRATIS
 zadzwoń, zapytaj - telefon: 501-276-341
 Pasażyk Stare Babice, ul. Rynek 15 (za kwiaciarnią)

TABLICZKI NA TWOJĄ MIARĘ
tel. 796-920-796
www.tabliczka24.pl

ul. Prokofiewa 35 Klasyfikacja	ul. Sikorskiego 28 Kwintynów	ul. Chrobrego 69 Borawia Dąb
---	---	---

U Skowronków www.uskowronkow.pl
 facebook.com/uskowronkow/

Oferujemy:

- 13 pokoi (41 miejsc noclegowych),
- stanowisko grillowe,
- parking,
- salon telewizyjny,
- wyżywienie,

dla Gości pensjonat rabaty na:
 - Termy Bania i Białokład

KONTAKT: +48 604 491 836; +48 660 626 096; e-mail: biuro@uskowronkow.pl
 34-530 Bukowina Tatrzańska, ul. Tadeusza Kościuszki 72

KOMINY KWASOODPORNE
 wkłady kominowe
 montaż **tel. 501-647-354**
www.kominy.jagodziniski.com.pl

KLIMATYZACJA **WOJCIESZYN, UL. WARSZAWSKA 704**

SERWIS
 NAPRAWA PRZEWODÓW
 REGENERACJA SPRĘŻAREK
 NAPEŁNIANIE UKŁADÓW R134a, R1234yf
 SPRAWDZANIE SZCZELNOŚCI UKŁADÓW

ODGRZYWANIE METODĄ
 OZONOWĄ I ULTRAŁDŹWIĘKOWĄ

604 410 517



Auto Kaliński
serwis samochodowy

W WELURZE CZY W SKÓRZE

zapraszam
Piotr Kaliński

tel. 22 / 722 06 05 kom. 507 687 499
ul. Warszawska 32 Blone Łaszczyńskiego, 05-082 Stare Babice

OPONY
KLIMATYZACJA
MECHANIKA



**BALONY
Z HELEM**

UL. RYNEK 14 LOK 3
STARE BABICE



4 Step Fun Kamelion

**USŁUGI
RACHUNKOWO-KONTROLINGOWE
AGNIESZKA CHRUSCIŃSKA**

Kontroler finansowy - kod zawodu 241107

- usługi doradcze podatkowe
- księgi handlowe, KPiR, ryczałt
- rozliczenia z ZUS, US
- szkolenia z Excella, rachunkowości

email: agnieszka.chruscinska@interia.pl
telefon: 663 369 016





AUTOCOLOR

**MIESZALNIA LAKIERÓW
SAMOCHODOWYCH I PRZEMYSŁOWYCH
LAKIERY SPRAY - WSZYSTKIE KOLORY
KOSMETYKI SAMOCHODOWE**

"WIK" tel./fax. 22 721 07 70
kom. 602 315 275

Zielonki k. Starych Babic, ul. Warszawska 291

**WARZYWA OWOCE
LIMONKA**

ZAPRASZAMY PO:
ŚWIEŻE WARZYWA I OWOCE,
PRZETWORY, LODY
ORAZ INNE ARTYKUŁY

Babice Nowe, ul. Ogrodnicza 1
(pawilony przy rondzie) czynne: pon.-piąt. 8.00-19.00; sob. 8.00-14.00



tapiLUX 

609 712 095
www.tapilux.pl

- czyszczenie, pranie, sprzątanie wnętrza aut
- pranie dywanów i wykładzin
- pranie tapicerki meblowej i samochodowej
(krzesła, kanapy, foteli, narożników, sof, materacy, wersalek, podsufitek i innych)

DOŁĄCZ DO GRONA ZADOWOLENÝCH KLIENTÓW I ZADZWOŃ!

DOJAZD GRATIS prezent od firmy

BIURO NIERUCHOMOŚCI

CHCESZ SPRZEDAĆ LUB KUPIĆ
DOM, MIESZKANIE, DZIAŁKĘ
W OKOLICY?

Sprawdź oferty na
www.lacasa.pl

tel. kom. 500 00 80 80
tel. 22 357 75 99
e-mail: biuro@lacasa.pl






DR STOPA

PODOLOG
mgr Paulina Chajęcka vel Chojńska

791 700 209

Nails by Hadi
ul. Arkadyjska 7
Warszawa
os. Grzyby Bernowa

Klinika Fizjoterapii
i Rehabilitacji Sportowej
ul. Okopowa 23
Warszawa, Wola

WYLECZĘ:

Wrastające paznokcie

Brodawki wirusowe

Pękające pięty

Modzele

Odciski

USŁUGI KOPARKO-ŁADOWARKĄ

- Wykopy - Zasypy - Rozbiórki
- Wywóz - niwelacja terenu
- Usługi transportowe
- Transport kruszywa
- Piach - Ziemia - Żwir

e-mail: tomag@onet.eu

TEL. 501 220 835



POZIOM 

**PRZYŁĄCZA
WODNO-KANALIZACYJNE**

509 983 928
www.poziom.org

FEM@R  

Marek & Joanna KALINOWSCY PPHU FEMAR S.C.

SKLEP Z ŻELAZNYMI ZASADAMI

technika zamocowań, narzędzia, śruby, nity, elektrody
materiały spawalnicze, art. ściernie, majsterkowanie i inne

Babice Nowe, ul. Ogrodnicza 55 tel./fax. 0-22-722-98-22

 naprawy
 usługi
 sprzedaż

KOMPUTERY



 602 799 668
 kontakt@komputerybabice.pl
 www.komputerybabice.pl

**PRZYŁĄCZA WODNE
I KANALIZACYJNE**

tel. 506 348 127

Usługi koparko-ladowarką,
wykopy, niwelacje, rozbiórki,
Kompleksowe usługi brukarskie,
Usługi transportowe,
ziemia ogrodowa sortowana,
piach, żwir i inne,
małe i duże samochody

SobTrans
PRZESYPOWNIA KRUSZYW



Stare Babice, ul. gen. T. Kutrzeby 3
tel. 536-84-84-84, 888-319-343

**UKŁADANIE
KOSTKI BRUKOWEJ
KOMPLEKSOWA
OBSŁUGA INWESTYCJI**

tel. 518-518-321

**Otwieramy się
dla WAS**

**ERGO
HESTIA**

Zapraszamy do nowego Punktu Sprzedaży
ubezpieczeń ERGO Hestii

05-080 Izabelin C, ul. Stanisława Augusta Poniatowskiego 7
Przemysław Tworo
Tel. 501 539 074, 793 539 074, e-mail: biuro@oprubezpieczenia.pl
Godziny otwarcia: pn - pt 10.00 - 18.00

**USŁUGI MINIKOPARKĄ
MINI WYWROTKĄ**

- KRUSZYWA
- ZIEMIA OGRODOWA
- FUNDAMENTY
- KANALIZACJE
- PRZYŁĄCZA WOD-KAN
- UTWARDZENIA TERENU
- ODWODNIENIA
- PARKINGI, PLACE, INNE



690-492-550

metrohouse sprawdzone nieruchomości **goldfinance** eksperci finansowi

KUPNO - SPRZEDAŻ - WYNAJEM

**Domy - Działki
Mieszkania - Lokale**

 KREDYTY HIPOTECZNE
 UBEZPIECZENIA
 KREDYTY GOTÓWKOWE

Tel: 795 828 777 www.metrohouse.pl ul. Warszawska 164, Łęchów

**OŚRODEK SZKOLENIA KIEROWCÓW
"RELAX"**

Warszawa, ul. Obozowa 60, 10 im. C. K. Norwida
tel. 602 49 63 75
info@oskrelax.pl ; www.oskrelax.pl
Gwarantujemy jakość
oraz indywidualne podejście do każdego kursanta