

Nr 26 (658)
25 czerwca 2024 r.
ISSN 2083-960X
nr indeksu 279498
cena 4,00 zł (VAT 5%)

Jesteśmy na Facebooku
TWÓJ GłOS - gazeta
powiatu garwolińskiego



TWÓJ eGarwolin.pl
PORTAL INFORMACYJNY

GłOS

GAZETA POWIATU GARWOLIŃSKIEGO

77-letni Bogdan Głąbicki „Wuja” oficjalnie zakończył swoją przygodę z piłką nożną

Głąbicki: Gra w piłkę to najlepsze „sanatorium”

STR 24

W NUMERZE

GARWOLIN
Dziewięcioro radnych rozpoczęło pracę w Miejskiej Radzie Seniorów STR 2

GM. GARWOLIN
Aby kupić sprzęt, strażacy z Sulbin prowadzą zbiórkę elektrośmieci. Ochotnicy nie mogą zrozumieć, dlaczego coraz więcej osób kradnie sprzęt ze zbiórki STR 3

POWIAT
Głosowanie nad wotum zaufania i absolutorium dla zarządu powiatu poprzedziła dyskusja na temat stanu powiatu i funkcjonowania jego jednostek. Nie zabrakło przy tym uszczypliwości STR 4



Teren przy zbiorniku retencyjnym stał się centrum muzyczno-sportowej zabawy, pełnej tradycji i radości STR 9

GŁOSKÓW
Miłosz Kowalczyk został zwycięzcą ogólnopolskiego konkursu wiedzy o zdrowym stylu życia „Trzymaj Formę!” STR 10

GM. PILAWA
Jubileuszowe Dni Pilawy 2024 STR 12

TYLE ZARABIA WŁADZA

 Iwona Kurowska starosta powiatu garwolińskiego 20.041,50 zł	 Marzena Świeczak burmistrz miasta Garwolin 20.041,50 zł	 Albina Łubian burmistrz Pilawy 19.470 zł	 Bożena Kwiatkowska wójt gminy Parysów 19.470 zł	 Jerzy Jaroń wójt gminy Miastków 19.470 zł

Po wyborach samorządowych zmiany wynagrodzenia włodarzy nastąpiły w mieście Łaskarzew i gminach Trojanów, Łaskarzew oraz Wilga. W pierwszych trzech obniżono nowym włodarzom pensję, w ostatnim podniesiono wójt, która uzyskała reelekcję STR 7

42-latek zginął w zderzeniu z ciężarówką

Na „starej” trasie Lublin - Warszawa, na wysokości Gocławia, 42-letni kierowca toyoty zderzył się z ciężarówką. Mężczyzna zginął na miejscu



STR 5

Strażacy interweniowali 70 razy

Kilkadziesiąt powalonych drzew, uszkodzone dachy, podtopienia i pożar transformatora - taki obraz zostawiła po sobie burza, która przeszła nad powiatem STR 3

Zmarł 92-letni strażak-ochotnik

Na wieczną służbę odszedł Jan Zdzisław Wawer z OSP Piastów STR 6

Myślała, że rozmawia w sprawie pracy. Straciła pieniądze

Zgubne w skutkach było zainstalowanie przez pokrzywdzoną na swoim telefonie aplikacji do zdalnego pulpitu, która pozwoliła sprawcom przejąć kontrolę nad rachunkiem bankowym

Garwolińscy policjanci prowadzą postępowanie dotyczące oszustwa. Przeprowadzał pracodawcę, który rzekomo dzwonił w sprawie procesu rekrutacji.

Do Komendy Powiatowej Policji w Garwolinie zgłosiła się kobieta, która złożyła zawiadomienie o oszustwie. Sprawcy przy pomocy aplikacji zdalnego pulpitu przejęli kontrolę nad jej danymi, a następnie w dowolny sposób zarządzali kontem bankowym.

- Kobieta uwierzyła, że rozmawia z rekruterem firmy, do której aplikowała w sprawie pracy i że wszystkie czynności, do których została namówiona, są niezbędne w procesie naboru. W efekcie przestępca zaciągnął w imieniu pokrzywdzonej kredyt. Mieszkanca powiatu garwolińskiego straciła kilkanaście tys. zł - informuje podkom. Małgorzata Pychner, asystent ds. prasowo-informacyjnych komendanta

powiatowego policji w Garwolinie.

MECHANIZM DZIAŁANIA

Przestępcy dzwonią do swojej ofiary i często poprzez manipulację dowiadują się, czy nie oczekuje ona na „ważny” telefon, np. w sprawie pracy. Dzwoniący przedstawia się jako ta osoba, od której właśnie spodziewamy się telefonu. Sprawcy nalegają na zainstalowanie aplikacji do zdalnego pulpitu. Prowadzą rozmowę w taki sposób, że osoba nie ma czasu zastanowić się i wykonuje wszystkie polecenia, jakich żąda przestępca. W ten sposób oszust z pomocą pokrzywdzonego wykonuje operacje na koncie. Dzięki aplikacji oszuści wiedzą wszystko, co osoba robi na smartfonie czy komputerze, widzą też kody potrzebne do autoryzowania transakcji. Mogą również w imieniu pokrzywdzonego zaciągnąć kredyt, a pieniądze przelać na dowolne konto.

- Koniecznie upewnij się z kim rozmawiasz i nie daj się zmanipulować. Nie instaluj żadnych aplikacji na prośbę osób, których nie znasz - przestrzegają mundurowi.

ur

W tych miejscowościach nie będzie prądu

PGE Dystrybucja informuje o planowanych wyłączeniach prądu na terenie naszego powiatu w najbliższym czasie

26 czerwca: godz. 9:00-13:00

» Łaskarzew ul. Pamięci Wanat od nr 3 do nr 19, ul. 550-lecia od nr 7 do nr 13, ul. Jabłkowskiego od nr 12 do nr 23, ul. 15 Sierpnia od nr 1 do nr 13, ul. Solidarności od nr 5

do nr 15, ul. Biskupa Łaskarza od nr 36 do nr 40

» Przewóz od nr 32 do nr 60

» Antoniówka Świerżowska 61

27 czerwca: godz. 9:00-13:00

» Budziska od nr 4 do nr 12

28 czerwca: godz. 9:00-13:00

» Trojanów od nr 87 do nr 90, od nr 152 do nr 157 oraz nr 159 i nr 159A

JS

PRZEBUDOWA URZĘDU KOSZTOWAŁA PONAD 7 MLN ZŁ



Budynek Urzędu Miasta i Gminy w Pilawie odmienił swoje oblicze. W sobotę został oficjalnie otwarty i poświęcony

W programie Dni Pilawy znalazło się uroczyste otwarcie budynku Urzędu Miasta i Gminy Pilawa. Poświęcenia obiektu dokonał proboszcz parafii Matki Bożej Kodeńskiej w Pilawie ks. kan. **Andrzej Banasiuk**. Nie mogło zabraknąć symbolicznego przecięcia wstęgi i zwiedzania. Zaproszeni goście podczas przemówień nie szczędzili gratulacji inwestycji oraz rozwoju miasta i gminy Pilawa, a także umiejętnego pozyskiwania środków zewnętrznych. Słowa uznania oraz okolicznościowe upominki przy-



W programie Dni Pilawy znalazło się uroczyste otwarcie budynku Urzędu Miasta i Gminy Pilawa

mowały burmistrz miasta i gminy Pilawa **Albina Łubian** i przewodnicząca rady miejskiej **Dorota Niemiec-Józwicka**.

NOWOCZEŚNIE I PRZYJAŹNIE

Inwestycja o wartości ponad 7 mln zł powstała w ramach zadania „Przebudowa, rozbudowa i nadbudowa budynku Urzędu Miasta i Gminy w Pilawie wraz z obiektami towarzyszącymi”. Dzięki temu powstała

między innymi dodatkowa przestrzeń biurowa licząca blisko 300 m² powierzchni użytkowej. Przebudowana została również część istniejącego budynku o powierzchni użytkowej liczącej blisko 150 m².

Nowa część została wyposażona w najnowocześniejsze instalacje przyjazne środowisku naturalnemu w postaci instalacji wentylacji mechanicznej z odzyskiem ciepła, instalacji fotowoltaicznej, klimatyzacji, ogrzewania z kotłowni gazowej.

Budynek został wyposażony również w nowoczesne systemy teleinformatyczne tj. sieć światłowodową, instalację teletechniczną, telefoniczną, bezprzewodowy Internet, monitoring wizyjny, system antywłamaniowy. Obiekt został dostosowany do wymogów ochrony przeciwpożarowej oraz do potrzeb osób z niepełnosprawnościami.

Zadanie zrealizowano z dofinansowaniem w wysokości 4 mln zł z budżetu województwa mazowieckiego.

ur

Nowa kadencja Miejskiej Rady Seniorów rozpoczęta

Dziewięcioro radnych rozpoczęło pracę w Miejskiej Radzie Seniorów w Garwolinie

Wiosną rozpoczął się nabór na nową kadencję 2024-2028. Pierwsze posiedzenie radnych seniorów odbyło się w czwartek, 20 czerwca.

*- Nowo wybranym członkom rady składamy serdeczne gratulacje i życzymy dobrej współpracy oraz owocnej pracy na rzecz seniorów i naszego miasta. Ustupującym radnym dziękujemy za zaangażowanie, dzielenie się wiedzą i doświadczeniem oraz za wiele wspaniałych inicjatyw - powiedzieli burmistrz Garwolina **Marzena Świeczak** oraz przewodniczący rady miasta **Marek Mikulski** podczas wręczania radnym zaświadczeń o wyborze. Do życzeń dołączyli się także **Grażyna Makulec**, radna rady miasta obec-*



Pierwsze posiedzenie radnych seniorów odbyło się w czwartek, 20 czerwca

nej kadencji oraz **Sławomir Ziędalski**, przewodniczący Miejskiej Rady Seniorów poprzedniej kadencji. Zgodnie z regulaminem radni seniorzy na pierwszym posiedzeniu wybierają przewodniczącego, wiceprzewodniczącego i sekretarza. W związku z usprawiedliwioną nieobecnością kilku osób, radni zdecydowali się

przerwać obrady, a wybór tych funkcji przełożyć na kolejne spotkanie. W skład Miejskiej Rady Seniorów wchodzi: **Barbara Filipek, Lidia Głuszczka, Cylilia Gawryś, Władysław Małecki, Anita Kaniecka-Prusinowska, Zofia Kropp, Irena Jarzyna, Krzysztof Całczyński i Celina Głasek**.

- Seniorzy są niezwykle ważną częścią naszej społeczności. Ich doświadczenie, wiedza i mądrość życia są dla nas bezcenne. Cieszę się, że dzięki radzie seniorów możemy jeszcze lepiej włączyć się w ich potrzeby i wspólnie tworzyć miasto przyjazne dla wszystkich pokoleń - podsumowała Marzena Świeczak.

Szukasz pracy? Oferujesz zatrudnienie?

Odwiedź nasze grupy na Facebooku:

» Praca Garwolin, Pilawa, Wilga, Parysów;

» Praca Łaskarzew, Maciejowice, Sobolew, Trojanów;

» Praca Żelechów, Górzno, Miastków Kościelny, Borowie.

Grupy prowadzone są przez stronę eGarwolin.

Sprawdź ogłoszenia na naszym portalu: [egarwolin.pl](https://egarwolin.pl/ogloszenia/praca/)
<https://egarwolin.pl/ogloszenia/praca/>

eGarwolin.pl
PORTAL INFORMACYJNY

TWÓJ

Głos

GAZETA POWIATU GARWOLIŃSKIEGO

eGarwolin.pl

REDAGUJE ZESPÓŁ: Michał Gawryłek - redaktor naczelny, tel. 505 049 181, e-mail: michal@twojglos.pl;

Jarosław Staszczuk - zastępcą red. naczelnego, tel. 606 851 510, e-mail: staszczuk@twojglos.pl;

Urszula Ruta - tel. 514 180 801, e-mail: ula.ruta@egarwolin.pl;

Tomasz Kępka - tel. 511 192 743, e-mail: tomaszkepka@twojglos.pl;

Andrzej Ciosek - tel. 508 184 701; **Hubert Gawryłek** - 512 238 153

DZIAŁ SPORTU: Mariusz Nastalski - tel. 502 443 010, e-mail: sport@twojglos.pl

WSPÓŁPRACUJĄ: podkom. Małgorzata Pychner - oficer prasowy KPP w Garwolinie; **mł. bryg. Tomasz Biernacki** - p.o. komendanta powiatowego PSP w Garwolinie; **Nadleśnictwo Garwolin;** Adam Zboina - prezes Mazowieckiego Związku Hodowców i Producentów Trzody Chlewniej

SKŁAD I ŁAMANIE: Marek Kurdziałek, Michał Gawryłek

WYDAWCA: Firma Wydawnicza Michał Gawryłek, ul. Mazowiecka 22, 08-400 Garwolin

DRUK: Drukarnia AGORA w Warszawie, nakład 3356 egz.

REDAKCJA: GARWOLIN: ul. Mazowiecka 22, 08-400 Garwolin, tel. 500 413 026, e-mail: redakcja@twojglos.pl

» REKLAMĘ ZAMÓWISZ:

tel. 503 993 383; e-mail: reklama@twojglos.pl, w biurze redakcji - Garwolin, ul. Mazowiecka 22

STRAŻACY INTERWENIOWALI 70 RAZY



✚ - Pierwszy raz korzystaliśmy z zakupionej w zeszłym roku piły stihl na wysięgniku. Pozwala ona na przycinanie gałęzi nawet do 5 metrów od ziemi. Podczas tego zdarzenia bardzo pomogła podczas działań - zaznaczają strażacy z Goćławia



✚ W Zwoli wiatr zerwał dach na budynku gospodarczym. Strażacy zabezpieczyli poszycie dachowe. Następnie zostali zadysponowani do powalonych drzew. Do bazy wrócili po godzinie 22

Kilkadziesiąt powalonych drzew, uszkodzone dachy, podtopienia i pożar transformatora - taki obraz zostawiła po sobie burza, która przeszła nad powiatem

W środę (19 czerwca) nad powiatem garwolińskim przeszła burza z silnym wiatrem i ulewnym deszczem. To załamanie pogody spowodowało wiele szkód. Strażacy mieli pełne ręce roboty. - Państwowa Straż Pożarna w Garwolinie w związku z przechodzącymi burzami odnotowała łącznie 70 zdarzeń. Powyższe zdarzenia występowały na terenie gmin: Maciejowice, Sobolew, Łaskarzew, Trojanów, Miastków Kościelny, Parysów, Borowie, Miastków Kościelny, Garwolin oraz na terenie miasta Garwolin - informuje st. kpt. **Piotr**



✚ W środę (19 czerwca) nad powiatem garwolińskim przeszła burza z silnym wiatrem i ulewnym deszczem. To załamanie pogody spowodowało wiele szkód. Strażacy mieli pełne ręce roboty

Filipek, oficer prasowy komendanta powiatowego PSP w Garwolinie. Większość zdarzeń, bo aż 59 dotyczyło, powalonych drzew, które często blokowały drogi. Ponadto silny wiatr podczas burzy uszkodził dachy na sześciu budynkach. Bardzo intensywne opady deszczu spowodowały 4 podtopienia. Strażacy gasili także pożar transformatora.

SPRZĘT POMAGA

Podczas ubiegłotygodniowej burzy jednostki mierzy-

ły się z bardzo dużą ilością zdarzeń w bardzo krótkim czasie. - W miejscowości Łukówiec na lokalnej drodze burza powaliła kilkanaście drzew i gałęzi na odcinku około 400 metrów. Potrzebne były większe siły i środki do odblokowania drogi. Po drodze do zdarzenia trafiliśmy na inne powalone drzewo, które musieliśmy najpierw usunąć - relacjonowali w mediach społecznościowych ochotnicy z OSP Goćław. Druhowie podkreślają, że w takiej sytuacji bardzo



OSP Ks. Podgórny

przydatny jest profesjonalny sprzęt, w który są zaopatrywane jednostki. - Pierwszy raz korzystaliśmy z zakupionej w zeszłym roku piły stihl na wysięgniku. Pozwala ona na przycinanie gałęzi nawet do 5 metrów od ziemi. Podczas tego zdarzenia bardzo pomogła podczas działań - zaznaczają strażacy.

STRAŻACY POTRZEBOWALI POMOCY

Burza wyrządziła szkody także w jednej z jednostek

OSP. Ucierpiał budynek Ochotniczej Straży Pożarnej w Zwoli (gmina Miastków Kościelny). - Tym razem to my potrzebowaliśmy pomocy. W środę około godziny 19 przez naszą gminę przeszła poważna w skutkach burza, której towarzyszyły gwałtowna ulewa i bardzo silny wiatr. Niestety jednym z tych skutków okazał się zerwany fragment dachu na naszej strażnicy - poinformowali w mediach społecznościowych druhowie z OSP Zwola.

- Po przybyciu naszych druhów do remizy i powiadomieniu stanowiska kierowania w Garwolinie, niezwłocznie przystąpiliśmy do zabezpieczenia uszkodzonego poszycia dachu razem z przybyłymi na miejsce jednostkami. Bezpośrednio po zakończeniu działań w naszej strażnicy udaliśmy się kilka posesji dalej - również do zerwanego poszycia dachu na budynku gospodarczym w naszej miejscowości. Tam działania trwały do późnych godzin nocnych. Przy obu zdarzeniach działaliśmy w sile 15 ratowników - relacjonują ochotnicy ze Zwoli. Strażacy z jednostki OSP Zwola składają podziękowania funkcjonariuszom Jednostki Ratowniczo-Gaśniczej Komendy Powiatowej Państwowej Straży Pożarnej w Garwolinie oraz druhom z jednostek z terenu gminy Miastków Kościelny za pomoc przy zabezpieczeniu ich strażnicy.

Kradną sprzęt, który zbierają strażacy

Aby kupić sprzęt, który będzie służył bezpieczeństwu wszystkich mieszkańców, strażacy z Sulbin prowadzą zbiórkę elektrośmieci. Ochotnicy nie mogą zrozumieć, dlaczego coraz więcej osób kradnie sprzęt ze zbiórki

- Drodzy mieszkańcy Sulbin i okolic, do 29 czerwca przy jednostce OSP Sulbiny prowadzona jest zbiórka elektrośmieci. Chcemy

my wam podziękować za zaangażowanie i pomoc w zbiórce, lecz jednocześnie chcemy nagłośnić czynny, które dla nas są niezrozumiałe. Mianowicie coraz więcej osób przyjeżdża i kradnie sprzęt ze zbiórki - informują w mediach społecznościowych strażacy z Sulbin.

- W poprzednią niedzielę sporo nakradli, głównie kable, przewody - typowa kradzież na miedź - zaznacza prezes OSP Sulbiny, **Jakub Wasilewski**. Ochotnicy w swoim facebookowym poście przy-

pominają, że obiekt i plac OSP wraz z GCAK w Sulbinach jest pod stałym monitoringiem i sprawa zostanie przekazana odpowiednim służbom.

- Pieniądze uzyskane ze zbiórki zostaną przeznaczone na sprzęt, który dba o bezpieczeństwo wszystkich mieszkańców, a ochotnicy z naszej jednostki często poświęcają swój wolny czas, aby odbierać przedmioty gabarytowe - podkreślają strażacy, którzy nie mogą zrozumieć takiego zachowania ludzi.



✚ Aby kupić sprzęt, który będzie służył bezpieczeństwu wszystkich mieszkańców, strażacy z Sulbin prowadzą zbiórkę elektrośmieci. Ochotnicy nie mogą zrozumieć, dlaczego coraz więcej osób kradnie sprzęt ze zbiórki

„SZKODA, ŻE PAN NIE KANDYDOWAŁ NA STAROSTĘ...”



Głosowanie nad wotum zaufania i absolutorium dla zarządu powiatu poprzedziła dyskusja na temat stanu powiatu i funkcjonowania jego jednostek. Nie zabrakło przy tym uszczypliwości



■ Za udzieleniem wotum zaufania zarządowi powiatu zagłosowało 12 radnych, a za udzieleniem absolutorium 13. Na sali było obecnych 23 radnych

Sejsja absolutorijna odbyła się 13 czerwca. Starosta **Iwona Kurowska** przybliżyła Raport o stanie powiatu garwolińskiego za 2023 rok.

- Raport zawiera wszystkie obligatoryjne elementy, o których mówi ustawa o samorządzie powiatowym. Przedstawione są w nim także treści ponad wymagane w ustawie minimum, tak aby przedstawić informacje związane z pracą poszczególnych wydziałów starostwa, powiatowych jednostek organizacyjnych, spółek komunalnych, będących własnością powiatu, jak i tych, dotyczących powiatowych służb, inspekcji i straży - poinformowała starosta. Zauważyła, że powiat jest w dobrej kondycji, wiele spraw udało się poprawić i są jeszcze te, które czekają na poprawę. - Ocena stanu powiatu na tle podobnych jednostek o podobnej charakterystyce może zostać określona jako umiarkowanie dobra - oznajmiła I. Kurowska. - Słowo umiarkowanie oznacza, że mamy jeszcze wyzwania i zadania przed sobą, aby poprawić te wskaźniki - precyzowała.

KRYTYCZNIE O DWORKU W MIĘTNEM

Do debaty nie wpłynęły żadne pytania ani wnioski od mieszkańców. Głos zabierali za to radni. **Stefan Gora** zgodził się, że raport jest obszerny i zawiera bardzo dużo informacji. Skupił się na kilku punktach. Zwrócił między innymi uwagę na to, że w raporcie nie jest wskazane, ile dróg powiatowych ma nawierzchnię gruntową. Jak powiedział, na terenie gminy Żelechów taką nawierzchnię ma 24% dróg powiatowych. Zauważył, że po raz pierwszy od bardzo wielu lat Gospodarstwo Rolne w Miętne zanotowało stratę. - To zły kierunek działalności. Przejmowaliśmy je, gdy było w złym stanie i odbudowaliśmy. Teraz po raz pierwszy od 20 lat gospodarstwo przyniosło straty, pomimo że miało udzieloną pożyczkę na ponad pół miliona złotych - mówił. Wskazał też na Powiatowe Centrum Kultury i Promocji w Miętne. Uważał, że co najmniej połowa zadań mogłaby być realizowana przez

gminne ośrodki kultury. - Jest zatrudnionych kilkanaście osób, ale nie o to chodzi, żebyśmy wydawali setki tysięcy złotych dla kilkunastu osób. Można nim zarządzać i wykorzystywać w inny sposób - krytycznie ocenił działalność placówki. Dodał też, że nie wiadomo co się dzieje ze zgromadzonymi zbiorami etnograficznymi. Wspominał także o bezrobociu, które w powiecie jest prawie 80% wyższe niż w kraju, a 120% wyższe niż na Mazowszu.

„SZKODA, ŻE PAN NIE KANDYDOWAŁ...”

S. Gora określił sytuację powiatu jako przeciętną. - Szkoda panie Stefanie, że nie kandydował pan na starostę, to pewnie by pan to wszystko poprawił, ale obecny zarząd ma pole do popisu - ripostował przewodniczący rady powiatu **Norbert Wilbik**. Do słów S. Gory odniósł się także były starosta (obecnie wicestarosta) **Mirosław Walicki**.

- Jakby państwo przejrzało w tym raporcie, albo też w raporcie poprzednim konkretne tabelki dotyczące każdego ze wskaźników mówiące zarówno o wysokości przeznaczanych środków na różne zadania, jak i wzrostu wskaźników, to by państwo wiedzieli, dlaczego obecnie jesteśmy w sytuacji umiarkowanie dobrej. Dlatego, że startowaliśmy niemal od zera, byliśmy powiatem mieszcącym się w dolnych granicach. O tym, że wzrost jest dynamiczny, kilkukrotny świadczy to, że powiat przed rozpoczęciem poprzedniej kadencji był w dramatycznej sytuacji - wyjaśnił M. Walicki. Dodał, że skoro 3/4 wypowiedzi S. Gory było o dworku i to dla niego największy problem, to znaczy, że powiat ma się dobrze. Odnośnie gospodarstwa rolnego stwierdził, że sytuacja jest „czysto księgową”. - Kiedy nowy prezes przyszedł, pierwsze co zrobił, to dokonał analizy gleby. Okazało się, że za rok-dwa nic by nie urosło. W tej chwili plony

z hektara wzrosły trzykrotnie. Mam audyt, który potwierdza nasze przypuszczenia, także dotyczące ilości mleka od krów. To jest sytuacja, którą będziemy uzdrawiali wiele lat - stwierdził. Wicestarosta wspominał również, że to nie on utworzył PCKiP w Miętne, tylko poprzednia ekipa, bezrobocie na podobnym poziomie istnieje od początku funkcjonowania powiatu, a gdy PiS przejmowało władzę w powiecie, nie zastało żadnej dokumentacji porządkującej zbiory etnograficzne.

POCHWALONA SZATA GRAFICZNA RAPORTU

- Pojawia się różny obraz tego powiatu, z jednej strony średni, z drugiej prawie sielankowy, a powiat żyje i idzie do przodu - zauważył z kolei radny **Marek Chciałowski**. Nawiązując do sytuacji gospodarstwa stwierdził, że każdy nowy prezes mówił to samo, co teraz wicestarosta. - W połowie tamtego roku zadałem pytanie prezesowi, czy w takiej sytuacji gospodarczej, koniunkturalnej i takiej ilości sprowadzanego do kraju zboża, osiągnięcie zadowalający wynik finansowy i zbilansowany. Nie krytykuję, że wynik jest ujemny, ale że prezes powinien przewidzieć sytuację - mówił M. Chciałowski. Uważa też, że ważne jest, aby wprowadzać kulturę i dobrze, że jest jedna więcej instytucja kulturalna. Przyznał, że bezrobocie rzeczywiście jest stosunkowo duże, ale w raportach stało także, że w powiecie wzrasta przedsiębiorczość i liczba zakładów pracy. Na koniec pochwalił... piękną, jego zdaniem, szatę

graficzną raportu. N. Wilbik, w zastępstwie nieobecnego prezesa gospodarstwa wspominał, że na stratę miała wpływ kwestia innego przeliczenia stanów magazynowych, wzrost wydatków na nawozy, inwestycje w młode byczki i zakup wagi.

„SARKASTYCZNY SPOSÓB”

Radny **Michał Pałyska** przyznał, że nie ma uwag co do raportu o stanie powiatu. - Natomiast pan przewodniczący raczył być w sposób sarkastyczny wyrazić ubolewanie nad tym, kto na jakie funkcje kandyduje. Ja całkiem serio chciałbym pogratulować panu jasnego stanowiska, na jakie funkcje pan kandyduje teraz, jak i w przyszłości. Winszuję panu - odniósł się do słów przewodniczącego. Za udzieleniem zarządowi wotum zaufania zagłosowało 12 radnych, przeciw było 6, a 5 wstrzymało się od głosu. Podczas przedstawiania sprawozdania finansowego za 2023 rok starosta podkreślała, że poziom zrealizowanych zadań majątkowych (inwestycji) świadczy o skokowym rozwoju powiatu. - W finansach powiatu garwolińskiego nie widać osłabienia finansowego, a nawet mamy tendencję do poprawy na tle sąsiadujących powiatów - podkreśliła wóldarz. Za zatwierdzeniem sprawozdania rękę podniosło 21 radnych, a 2 się wstrzymało. Z kolei za udzieleniem absolutorium zarządowi z tytułu wykonania budżetu za 2023 rok zagłosowało 13 radnych, 2 było przeciwnych, a 8 wstrzymało się od głosu.

JS

» O ZDROWIU

Stres źródłem chorób



■ Leszek Marek Krześniak, specjalista chorób wewnętrznych, absolwent Akademii Medycznej w Warszawie. Od ponad 30 lat prowadzi własny gabinet lekarski. Popularyzator wiedzy medycznej w mediach, autor audycji radiowych z cyklu „Minuta dla zdrowia”, „Bądź zdrow”, „Zioła na działce”

W przypadku bardzo wielu chorób można stwierdzić, że ich początek wiąże się z silnym lub długotrwale utrzymującym się stresem

Zestresowany organizm znajduje się w stanie podwyższonej gotowości (do ataku lub ucieczki). Przewlekły stres może wywoływać różnorodne objawy. U jednych jest to nadmierna drażliwość, uczucie wyczerpania organizmu, niektórzy mówią o zespole wypalenia zawodowego. Pojawiają się problemy ze snem, a jeszcze później depresja. Występują lub nasilają się różne objawy bólowe, migreny, fibromialgie. U innych stres powoduje

ciągły apetyt na słodkie i w konsekwencji, nadwagę, otyłość i cukrzycę. Są osoby, które na stres reagują bólami brzucha, zaparciami lub biegunkami, co niekiedy określane jest jako zespół nadwrażliwego jelita. Jeszcze inni cierpią na zniecierpliwienie, trudności koncentracji uwagi, albo mają obniżony popęd płciowy, czy u wielu kobiet występuje zespół napięcia przedmiesiączkowego. Stres może być wywołany przez wiele czynników: częste przeziębienia i nawracające zakażenia układu moczowego, przemęczenie fizyczne w pracy lub przy zbyt intensywnym uprawianiu sportu. Czynnikiem

stresogennym są: hałas, wysokie lub bardzo niskie temperatury. U innych są to nierozstrzygnięte konflikty, stany lękowe, presja terminów. Najsilniejszym czynnikiem stresogennym jest utrata ukochanej osoby. Śmierć współmałżonka na skali stresu ma największą wartość. Pod wpływem stresu w mózgu zachodzą reakcje biochemiczne i uruchamiają się mechanizmy obronne. Wiele zestresowanych osób ma wrażenie, że coś niepokojącego dzieje się w ich głowie. Odczucia te są skutkiem uwalniania substancji neuroprzekaznikowych jak adrenalina, noradrenalina, serotonina i kortyzol.

Aby ocenić poziom stresu opracowano ankiety, które wypełnia sam badany. Interpretując ich wyniki można określić, czy u badanego jest podwyższony poziom stresu, czy też zaburzenia są znacznie poważniejsze. Opracowano też i są już możliwe do wykonania badania laboratoryjne określające poziomy hormonów i neuroprzekazników związanych ze stresem. Pacjent dostaje do domu pojemniki na mocz ze specjalnym stabilizatorem oraz próbówki na ślinę i sam zbiera materiał do badania o odpowiednich porach doby. Wprawdzie test ten nie należy do najtańszych, ale ilość uzyskanych informacji może

mieć bardzo duże znaczenie dla rozpoznania przyczyny zaburzeń związanych ze stresem i ich skutecznego leczenia. Test ten badana następujące związki chemiczne: serotonina (hormon nastroju i szczęścia), dopamina (zwiększa koncentrację i motywację), noradrenalina (kontroluje sprawność umysłową), adrenalina (hormon wydolności stresu), GABA (naturalny środek uspokajający organizm), glutaminyan (naturalna substancja pobudzająca), DHEA (hormon młodości), kortyzol (hormon aktywności i stresu).

Leszek Marek Krześniak, www.drkrzesniak.pl

42-LATEK ZGINĄŁ W ZDERZENIU Z CIĘŻARÓWKĄ

» Na „starej” trasie Lublin - Warszawa, na wysokości Gocławia, 42-letni kierowca toyoty zderzył się z ciężarówką. Mężczyzna zginął na miejscu

Do tragicznego wypadku doszło w ubiegły poniedziałek (17 czerwca). O godz. 13:33 dyżurny Komendy Powiatowej Policji w Garwolinie odebrał zgłoszenie o zderzeniu dwóch pojazdów, do którego doszło na drodze lokalnej przy S17 na wysokości Gocławia (gm. Pilawa). Na miejscu interweniowała straż pożarna, zespoły ratownictwa medycznego oraz policja. - Na miejscu policjanci ruchu drogowego ustalili, że kierujący toyotą 42-letni mieszkaniec Lublina zderzył się z jadącym z naprzeciwka pojazdem ciężarowym



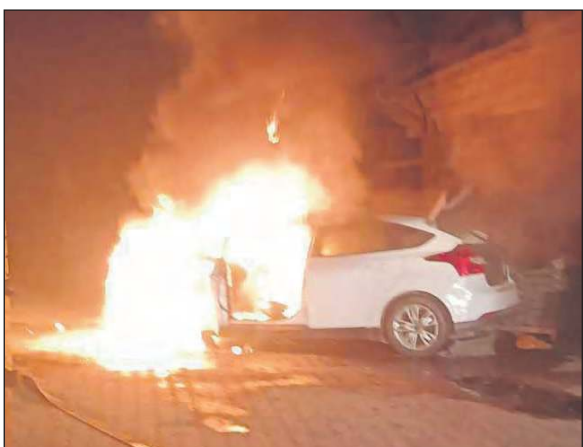
Po zderzeniu pojazdów, auto osobowe wpadło do rowu, a kierowca został uwięziony w środku. Konieczne było użycie specjalistycznych narzędzi ratownictwa drogowego, aby wydostać poszkodowanego z rozbitego samochodu

renault, którym kierował 36-letni mieszkaniec powiatu garwolińskiego. W wyniku zderzenia 42-latek poniósł śmierć na miejscu - informuje podkom. Małgo-

rzata Pychner, asystent ds. prasowo-informacyjnych komendanta powiatowego policji w Garwolinie. Po zderzeniu pojazdów, auto osobowe wpadło do rowu,

a kierowca został uwięziony w środku. Konieczne było użycie specjalistycznych narzędzi ratownictwa drogowego, aby wydostać poszkodowanego z rozbitego samochodu. Pomimo starań ratowników, życia 42-latką nie udało się uratować. Kierowca renault był trzeźwy. Policjanci pod nadzorem prokuratora ustalają szczegółowe okoliczności zdarzenia. Droga była całkowicie zablokowana w obu kierunkach.

Spłonął samochód



GM. MACIEJOWICE Trzy jednostki gasiły pożar samochodu osobowego, do którego doszło w nocy 19 czerwca w Podwierzbiu. Zgłoszenie o pożarze wpłynęło do KP PSP po godzinie 1:00. - Działania straży pożarnej polegały na zabezpieczeniu miejsca zdarzenia oraz podaniu jednego prądu wody, aż do całkowitego ugaszenia - relacjonuje st. kpt. Piotr Filipek, oficer prasowy KPP w Garwolinie. W akcji trwającej ponad godzinę udział brały 3 samochody ratowniczo - gaśnicze: JRG Garwolin, OSP Podłęż i OSP Podwierzbie. Na miejscu była też policja.

Wjechał w bariery na S17



GM. PILAWA - Kierujący mercedesem mieszkaniec powiatu świdnickiego nie dostosował prędkości do panujących warunków, stracił panowanie nad pojazdem i uderzył w bariery. Policjanci nałożyli mandat na kierowcę oraz zatrzymali dowód rejestracyjny pojazdu z uwagi na jego uszkodzenia - informuje podkom. Małgorzata Pychner, asystent ds. prasowo-informacyjnych komendanta powiatowego policji w Garwolinie. Do zdarzenia doszło w środę (19 czerwca) na trasie S17 w kierunku Lublina, na wysokości Gocławia. Zgłoszenie wpłynęło do służb tuż przed godziną 20:00.

REKLAMA

smaczny i zdrowy



NIE WYMAGA JOGURTOWNICY

WEGAŃSKI "JOGURT"

Łatwo ukwasi napój sojowy

Bez zagęstników, konserwantów

Zawiera bakterie probiotyczne

Bez barwników, cukru

Wspomagające mikroflorę i odporność

Źródło serotoniny
Stymuluje śluz

Uszczelnia jelita

Więcej informacji
www.jogurt-domowy.pl

Kupisz w Internecie, ponad 300 sklepach stacjonarnych lub pod tel. 600-58-99-79

Jedna osoba ranna po zderzeniu trzech aut



GM. PILAWA Nieustąpienie pierwszeństwa przejazdu to jedna z najczęstszych przyczyn wypadków i kolizji. W ubiegły wtorek (18 czerwca) około godziny 14:30 w Lipówkach na ul. Główniej doszło do kolejnego wypadku. - Na miejscu policjanci ustalili, że kierujący peugeotem, włączając się do ruchu z drogi podporządkowanej, nie ustąpił pierwszeństwa przejazdu i zderzył się z volkswagenem. Kierująca tym pojazdem kobieta pod wpływem uderzenia straciła panowanie nad samochodem, zjechała na przeciwny pas ruchu, zderzając się czołowo z jadącym z naprzeciwka renault. W zdarzeniu ucierpiała kierująca volkswagenem, która z obrażeniami ciała trafiła do szpitala - informuje podkom. Małgorzata Pychner, asystent ds. prasowo-informacyjnych komendanta powiatowego policji w Garwolinie.

Burmistrz Świeczak z wotum zaufania i absolutorium

» Rada Miasta Garwolin jednogłośnie udzieliła burmistrz Marzenie Świeczak wotum zaufania i absolutorium

Podczas sesji absolutoryjnej (19 czerwca) burmistrz **Marzena Świeczak** przedstawiła raport o stanie miasta za 2023 rok. - Jest on źródłem informacji o realizacji polityk, strategii, inwestycji. Jest przedstawieniem tego, co działo się w naszym mieście w ostatnim roku. Jest to także podsumowanie działań naszego samorządu jako całości - pracy urzędu, pracy jednostek podległych, a także pracy rady - przybliżyła. Rok 2023 był rokiem wyjątkowym ze względu na obchody jubileuszu nadania praw miejskich Garwolinowi. - To wydarzenie stało się inspiracją do podjęcia wielu działań i inicjatyw, które zintegrowały naszą lokalną społeczność, a także przybliżyły nam przyszłość i plany na przyszłość - zauważyła.

Z przedstawionych danych wynika, że liczba mieszkańców miasta zwiększyła się o 248 osób w stosunku do końca 2022 roku. Na inwestycje wydano ponad 20,5 mln zł. Przebudowano drogi i chodniki, modernizowano oświetlenie uliczne, doposażono OSP, zmodernizowano plac zabaw, oddano do użytku Skwer Solidarności, skatepark, sztuczne boisko czy lodowisko. Pozyskano lub rozliczono prawie 42 mln zł środków zewnętrznych. - Przeglądając raporty rok do roku widać progres - nie ukrywa wóldarz. Podczas dyskusji głos zabrał

radny **Robert Kuźbida**, który przyznał, że cieszy wzrost demograficzny, gorzej jednak wygląda wskaźnik dotyczący zgonów i urodzeń. Stąd wysnuł wniosek, że wzrost demograficzny wynika z migracji. Wniósł o stworzenie systemu promocji zachęcających osoby mieszkające w mieście do meldowania się. Za udzieleniem wotum zaufania burmistrzowi zagłosowało 14 radnych - wszyscy obecni. Podobnym wynikiem zakończyły się głosowania nad zatwierdzeniem rocznego sprawozdania finansowego i udzieleniem Marzenie Świeczak absolutorium z tytułu wykonania budżetu. Burmistrz otrzymała brawa, kwiaty i gratulacje. Podziękowała radnym za wyniki głosowań. Podziękowała również wszystkim, którzy swoją działalnością przyczyniają się do rozwoju Garwolina.

JS

Zmarł 92-letni strażak-ochotnik

W smutku pograżyła się brać strażacka z OSP Piastów. Na wieczną służbę odszedł Jan Zdzisław Wawer

Piastowscy strażacy - ochotnicy poinformowali, że w poniedziałek, 17 czerwca, w godzinach popołudniowych, po 67 latach nieprzerwanej służby w szeregach OSP, przeżywszy 92 lata, na wieczną służbę odszedł druh **Jan Zdzisław Wawer**.

- Długoletni chorąży pocztu sztandarowego, zawsze otwarty i pełen energii. Od 2020 roku członek honorowy OSP w Piastowie. Za przykładną służbę odznaczony medalem „Za zasługi dla pożarnictwa” - brązowym (1986), srebrnym (1993) i złotym (2006) oraz medalem jubileuszowym „Za zasługi dla OSP w Piastowie” (2023) - wspominają zmarłego ochotnicy.

Uroczystości żałobne odbyły się w czwartek, 20 czerwca, w kościele parafialnym. O godzinie 15:00 odprawiona została msza święta żałobna. Po Eucharystii rodzina, znajomi i przyjaciele towarzyszyli w ostatniej drodze zmarłemu. Jan Zdzisław Wawer spoczął na cmentarzu parafialnym.



Jan Zdzisław Wawer przez 67 lat służył w szeregach OSP Piastów. Od 2020 r. był członkiem honorowym jednostki. Zmarł 17 czerwca 2024 r. Przeżył 92 lata

- Święty Florianie miej go

w swojej opiece. Druhu Zdzisławie na zawsze pozostaniesz w naszej pamięci - zapewniają członkowie OSP Piastów.

ur

Odeszli od nas



6 czerwca 2024 r. zmarł
Stanisław SIKORSKI
z Sobolewa
przeżył 83 lata

7 czerwca 2024 r. zmarł
Paweł SĘKULSKI
z Ostrowa
przeżył 41 lat

14 czerwca 2024 r. zmarła
Zofia Zuzanna WOŹNIAK
z Domaszewa
przeżyła 82 lata

15 czerwca 2024 r. zmarł
Henryk GAJDZIŃSKI
z Ostrożenia Drugiego
przeżył 61 lat

15 czerwca 2024 r. zmarła
Krystyna CHOJECKA
z Garwolina
przeżyła 72 lata

15 czerwca 2024 r. zmarła
Władysława Helena MARIAŃSKA
z Łukówca
przeżyła 78 lat

17 czerwca 2024 r. zmarł
Mieczysław KRZYŚPIAK
z Garwolina
przeżył 80 lat

17 czerwca 2024 r. zmarł
Jan RYŁAK
z Sulbin
przeżył 89 lat

18 czerwca 2024 r. zmarła
Kazimiera WIKŁO
z Podeblotcia
przeżyła 91 lat

18 czerwca 2024 r. zmarł
Jerzy GŁASEK
z Żelechowa
przeżył 70 lat

18 czerwca 2024 r. zmarł
Mateusz Patryk SAKOWSKI
z Garwolina
przeżył 33 lata

18 czerwca 2024 r. zmarła
Wanda Teresa GAŁKOWSKA
z Rębkowa
przeżyła 91 lat

19 czerwca 2024 r. zmarła
Marianna KOSICKA
z Woli Koryckiej Dolnej
przeżyła 92 lata

19 czerwca 2024 r. zmarł
Włodzimierz PAŚNIK
z Łaskarzewa
przeżył 67 lat

19 czerwca 2024 r. zmarła
Bożena PIESIO
z Garwolina
przeżyła 56 lat

20 czerwca 2024 r. zmarła
Halina Teresa MIKOS
z Garwolina
przeżyła 88 lat

ILE ZARABIAJĄ NASI WŁODARZE?

Po wyborach samorządowych zmiany wynagrodzenia włodarzy nastąpiły w mieście Łaskarzew i gminach Trojanów, Łaskarzew oraz Wilga. W pierwszych trzech obniżono nowym włodarzom pensję, w ostatnim podniesiono wójt, która uzyskała reelekcję

Maksymalne wynagrodzenie starosty powiatu od 60 do 120 tys. mieszkańców (nasz powiat) oraz burmistrza miasta powyżej 15 tys. do 100 tys. mieszkańców (miasto Garwolin) to 20.041,50 zł brutto. Właśnie takie wynagrodzenie otrzymują starosta i burmistrz Garwolina. Składa się na nie wynagrodzenie zasadnicze, dodatek funkcyjny, dodatek specjalny w wysokości 30% wynagrodzenia zasadniczego i dodatku funkcyjnego oraz dodatek za wieloletnią pracę. Obie pensje nie zmieniły się wraz z nową kadencją. Burmistrz pozostała na swoim stanowisku, a starosta, decyzją rady powiatu, zarabia tyle samo co jej poprzednik. Z kolei najwyższe wynagrodzenie miesięczne brutto, jakie może otrzymać wójt lub burmistrz gminy do 15 tys. mieszkańców (większość naszych samorządów), wynosi 19.470 zł. Maksymalny poziom wynagrodzenia zasadniczego dla włodarzy gmin poniżej 15 tys. mieszkańców wynosi 10.250 zł, a dodatku funkcyjnego 3.150 zł. W związku z tym maksymalny poziom dodatku specjalnego (30% łącznej kwoty wynagrodzenia zasadniczego i dodatku funkcyjnego) kształtuje się na poziomie 4.020 zł. Daje to łączną kwotę 17.420 zł brutto miesięcznie. Do tej sumy dolicza się jeszcze dodatek za wieloletnią pracę. Jego procent jest związany z liczbą przepracowanych lat, ale jego rzeczywista wielkość jest zależna od ustalonego przez radę wynagrodzenia zasadniczego. Maksymalnie może wynieść 20% wynagrodzenia zasadniczego - 2.050 zł.

MAJĄ MAKSYMALNĄ PENSJĘ
Większość włodarzy z naszego powiatu pobiera maksymalne możliwe wynagro-

dzenie zasadnicze i dodatek funkcyjny, a co za tym idzie, także dodatek specjalny - 17.420 zł brutto. Otrzymują oni także maksymalny poziom dodatku za wieloletnią pracę - 20%. Oznacza to, że 19.470 zł brutto miesięcznie dostają: wójtowie gmin Borowie (podobnie jak poprzednik), Garwolin, Górzno, Maciejowice, Miastków Kościelny, Parysów oraz burmistrzowie Pilawy i Żelechowa. Ich pensje nie zmieniły się z rozpoczęciem nowej kadencji. Jedynie burmistrz Żelechowa, chociaż ma wynagrodzenie zasadnicze, dodatek funkcyjny i dodatek specjalny na takim

samym poziomie co jej poprzednik, to jednocześnie otrzymuje większy dodatek za wieloletnią pracę (20% przy 13% poprzednika na koniec kadencji). Najmłodszy wiekiem w stawce wójt gminy Sobolew również otrzymuje maksymalny możliwy poziom wynagrodzenia zasadniczego i dodatku funkcyjnego oraz dodatku specjalnego (17.420 zł brutto). Ma jednak mniejszy poziom dodatku za wieloletnią pracę. „Zapracował” dotychczas na 12% - 1.230 zł, co daje mu łączne miesięczne wynagrodzenie na poziomie 18.650 zł.

NAJMNIEJ WÓJT GMINY TROJANÓW
Maksymalnego wynagrodzenia radni nie ustalili jedynie burmistrzowi Łaskarzewa oraz wójtom gmin Trojanów, Łaskarzew (wszyscy nowi) i Wilga. Wynagrodzenie zasadnicze burmistrza Łaskarzewa ustalono na poziomie 10 tys. zł, dodatek funkcyjny - 3.000 zł oraz dodatek specjalny - 3.900 zł. Jego pensję uzupełnia dodatek za wieloletnią pracę w wysokości 1.600 zł (16% wynagrodzenia zasadniczego). Oznacza

to, że zarabia on miesięcznie brutto 18.500 zł (jego poprzedniczka 17.595 zł). Jeszcze mniej (ze względu na udokumentowany staż pracy) dostaje nowy wójt gminy Łaskarzew. Wynagrodzenie zasadnicze, dodatek funkcyjny i dodatek specjalny ma na takim samym poziomie, co sąsiad, ale dodatek za wysługę lat wynosi 8% (800 zł). Daje to łączną kwotę brutto 17.700 zł. Poprzednik miał 19.470 zł. Wójt gminy Wilga ma ustaloną pensję na poziomie 18.123 zł brutto (dotychczas 16.776 zł). Z tego wynagrodzenie

zasadnicze wynosi 9.625 zł, dodatek funkcyjny - 2.835 zł, dodatek specjalny - 3.738 zł, a dodatek za wysługę lat (20% wynagrodzenia zasadniczego) - 1.925 zł. Nową stawkę rada gminy przegłosowała w czwartek, 20 czerwca. Najmniej zarabia nowy wójt gminy Trojanów. Otrzymuje wynagrodzenie zasadnicze: 9 000 zł, dodatek funkcyjny: 3.150 zł, dodatek specjalny: 3.645 zł i dodatek za wieloletnią pracę: 1.800 zł (20%). Łącznie daje to 17.595 zł (poprzednik 19.470 zł).



Iwona Kurowska
starosta powiatu
garwolińskiego

20.041,50 Zł



Marzena Świeczak
burmistrz miasta Garwolin

20.041,50 Zł



Albina Łubian
burmistrz Pilawy

19.470 Zł



Bożena Kwiatkowska
wójt gminy Parysów

19.470 Zł



Jerzy Jaroń
wójt gminy Miastków

19.470 Zł



Tomasz Kwiatkowski
wójt gminy Maciejowice

19.470 Zł



Waldemar Sabak
wójt gminy Górzno

19.470 Zł



Krystyna Wieczorkiewicz
burmistrz Żelechowa

19.470 Zł



Marcin Kołodziejczyk
wójt gminy Garwolin

19.470 Zł



Marta Serzysko
wójt gminy Borowie

19.470 Zł



Maciej Błachnio
wójt gminy Sobolew

18.650 Zł



Armin Tomala
burmistrz Łaskarzewa

18.500 Zł



Bogumiła Głazczka
wójt gminy Wilga

18.123 Zł



Marek Ziędalski
wójt gminy Łaskarzew

17.700 Zł



Michał Jasek
wójt gminy Trojanów

17.595 Zł

NASI NAJMŁODSI MIESZKAŃCY



Aniela, Franek, Filip, Maja, Aleksander, Franciszek, Wiktor, Igor, Maksymilian i Oskar. Poznajcie naszych nowych mieszkańców. We współpracy ze stroną „Rodzę w Garwolinie” publikujemy zdjęcia noworodków z garwolińskiego szpitala. Gratulujemy szczęśliwym rodzicom

RODZĄ W GARWOLINIE

We współpracy ze stro-

na Rodzę w Garwolinie oraz ze Szkołą Rodzenia SPZOZ w Garwolinie publikujemy zdjęcia no-

worodków z garwolińskiej porodówki, która jest coraz częściej wybierana nie tylko przez mieszkanki powiatu

garwolińskiego, ale także powiatów ościennych, w tym m.in. powiatu ryciego.

Przyszłe mamy przyciąga tutaj profesjonalna, ciepła i życzliwa opieka personelu oraz stale polepszające się

warunki porodu. Położne dbają o to, by ta chwila była bardzo intymna i wyjątkowa dla każdej kobiety.



Oskar urodził się 7 czerwca 2024 r. o godz. 16:14. Ważył 3030 g i mierzył 54 cm. Jest synem Anny i Łukasza Kędzierskich z Zabieżek



Maksymilian urodził się 9 czerwca 2024 r. o godz. 12:15. Ważył 4070 g i mierzył 57 cm. Jest synem Eweliny i Damiana Anczarskich z Borowia



Igor urodził się 9 czerwca 2024 r. o godz. 15:51. Ważył 3790 g i mierzył 55 cm. Jest synem Pauliny i Marcina Talarków z Garwolina



Wiktor urodził się 11 czerwca 2024 r. o godz. 10:14. Ważyła 3630 g i mierzył 55 cm. Jest córką Moniki i Łukasza Witków z Kienkówki



Franciszek urodził się 11 czerwca 2024 r. o godz. 19:43. Ważył 4440 g i mierzył 59 cm. Jest synem Weroniki i Wojciecha Małeckich ze Starego Zadybia



Aleksander urodził się 12 czerwca 2024 r. o godz. 10:15. Ważył 3850 g i mierzył 58 cm. Jest synem Moniki i Daniela Szostaków z Pilawy



Maja urodziła się 17 czerwca 2024 r. o godz. 4:35. Ważyła 3330 g i mierzyła 54 cm. Jest córką Kingi i Roberta Wyglądaków



Filip urodził się 18 czerwca 2024 r. o godz. 11:53. Ważył 4070 g i mierzył 58 cm. Jest synem Agnieszki i Karola Kowalskich z Choin



Franek urodził się 19 czerwca 2024 r. o godz. 17:25. Ważył 3250 g i mierzył 54 cm



Aniela urodziła się 14 czerwca 2024 r. o godz. 23:02. Ważyła 2930 g i mierzyła 51 cm. Jest córką Agaty i Kamila Śliweckich z Sobolewa

Tu odbywają się narodziny Waszych maleństw



Przedstawiamy miejsca, w których odbywają się narodziny Waszych maleństw. Posiadamy 3 sale porodowe - każda wyposażona w łóżko porodowe, KTG, kącik noworodkowy oraz inne udogodnienia porodowe (piłki, worki sacco). Mam nadzieję, że poczujecie się w nich przyjemnie i bezpiecznie. Dziękujemy za zaufanie Rodzicom, którzy zdecydowali się na poród w naszym szpitalu, a także zapraszamy oczekujących na swoje pociechy.



MAGICZNY WIECZÓR NAD ZBIORNIKIEM



Wspólne zdjęcie uczestników wydarzenia „Wianki nad Zbiornikiem”

»

W minioną niedzielę teren przy zbiorniku retencyjnym w Garwolinie stał się centrum muzyczno-sportowej zabawy, pełnej tradycji i radości

Wydarzenie „Wianki nad Zbiornikiem” przyciągnęło zarówno najmłodszych, jak i starszych mieszkańców, oferując im różnorodne atrakcje i aktywności. Wszystko zaczęło się kilka minut po godzinie 18:00 od „Biegu Świętojańskiego”. Było to sportowe wyzwanie, którego celem było pokonanie jak największej liczby kilometrów przez uczestników. Trasa biegła ścieżką wokół zbiornika, a udział wzięli zarówno biegacze,

jak i osoby na rolkach, hulajnogach czy maszerujący. Każdy uczestnik otrzymał numer startowy, a na mecie czekały pamiątkowe dyplomy. Udział w wyzwaniu wzięło ponad 70 osób, a przebyty dystans to ponad 300 km. Równoległe odbywały się warsztaty robienia wianków, prowadzone przez Klub Seniora w Garwolinie. Uczestnicy mieli okazję nauczyć się, jak tworzyć tradycyjne wianki, które później zgodnie ze staropolskim zwyczajem puszczono na wodę. W tym samym czasie dzieci bawiły się podczas animacji. Kolorowe gry i zabawy zapewniły najmłodszym mnóstwo radości. Kulminacyjnym punktem wieczoru był koncert zespołu EKT Gdynia. Grupa, znana z ponad 40-letniej działalności na scenie muzycznej, porwała publiczność swoją energią i znanymi szantami. Wydarzenie „Wianki nad Zbiornikiem” połączyło



Rekordzistą w niedzielnym biegu był Wojciech Dybcio, który pokonał dystans ponad 22 km (10 okrążeń)

tradycję z nowoczesnością i aktywnością fizyczną. Organizatorzy - Centrum Sportu i Kultury w Garwolinie oraz Stowarzyszenie Truchtacz.pl - kontynuują imprezę, która dostarcza mieszkańcom mnóstwo radości i niezapomnianych wspomnień.

Więcej zdjęć z wydarzenia na naszym portalu eGarwolin.pl



Każdy uczestnik Biegu Świętojańskiego otrzymał numer startowy, a na mecie czekały pamiątkowe dyplomy



Kulminacyjnym punktem wieczoru był koncert zespołu EKT Gdynia

Strażacy z Miętneho najlepsi w gminie



Strażacy z Miętneho mają powody do zadowolenia. Drużyna OSP zwyciężyła w VII Gminnych Zawodach Sportowo-Pożarniczych. Drużyna młodzieżowa zajęła 2 miejsce. W Rudzie Talubskiej wystartowała także drużyna kobieca

8 jednostek OSP, 6 jednostek MDP i jednostka KDP wzięły udział w VII Gminnych Zawodach Sportowo-Pożarniczych jednostek OSP z gminy Garwolin

Zawody, połączone z gminnym

Dniem Dziecka zorganizowano 2 czerwca w Rudzie Talubskiej. Uczestnicy rywalizowali w dwóch konkurencjach: sztafecie pożarniczej 7x50 metrów i ćwiczeniu bojowym. Nad prawidłowym przebiegiem zawodów czuwała komisja z sędzią głównym st. kpt. **Piotrem Fi-**

lipkiem z Komendy Powiatowej Państwowej Straży Pożarnej w Garwolinie. W zawodach wystartowało 15 drużyn: 8 jednostek OSP, 6 jednostek MDP (w tym jedna złożona z samych dziewczyn) i 1 jednostka KDP. Mimo niepewnej pogody zawo-

Klasyfikacja końcowa VII Gminnych Zawodów Sportowo-Pożarniczych

Kategoria OSP

1. OSP Miętne
2. OSP Sulbiny
3. OSP Ruda Talubska
4. OSP Taluba-Feliksin
5. OSP Wola Rębowska
6. OSP Wola Władysławowska
7. OSP Niecieplin
8. OSP Izdebnik

Kategoria MDP

1. MDP Wola Władysławowska
2. MDP Miętne
3. MDP Ruda Talubska
4. MDP Wola Rębowska
5. MDP Taluba-Feliksin

W zawodach wystartowały też dziewczęta z MDP Wola Władysławowska i KDP Miętne.

dy przyciągnęły kilkuset mieszkańców nie tylko z gminy Garwolin. Z okazji Dnia Dziecka na najmłodszych czekały atrakcje m.in. zjeżdżalnie i malowanie twarzy.

Zmodernizują 15 odcinków

15 odcinków drogowych zostanie przebudowanych w Łaskarzewie w ramach Polskiego Ładu. Umowa z wykonawcą została podpisana

Burmistrz **Armin Tomala** i skarbnik **Kamila Gaska** podpisali 13 czerwca umowę z Przedsiębiorstwem Budowlano-Handlowo-Usługowym „Bruk - Trans” Piotra Kowalczyka na remont i przebudowę dróg w Łaskarzewie w ramach zadania „Poprawa spójności układu komunikacyjnego w mieście Łaskarzew cz. II”. Samorząd uzyskał wsparcie z rządowego funduszu Polski Ład - Program Inwestycji Strategicznych w kwocie 7 mln zł. Zmodernizowane drogi mają zapewnić większy komfort i bezpieczeństwo oraz ułatwić poruszanie się po mieście, podnosząc jakość życia mieszkańców. Oto lista dróg, które zostaną objęte pracami - ulice: Gen. Andersa, Krótka, Pod Górkę, Grzybowa, Obrońców Łaskarzewa + łącznik do ul. Chopina (ul. Gen. Hallera), Świerkowa, Partyzantów, Akacyjowa, Dąbrowska, Mickiewicza, Przychód (część II), Poprzeczna, Kard. S. Wyszyńskiego, Źródłana (część I) i Krucza.

Profilaktyka zdrowotna dla najmłodszych



➤ Badania na pokładzie specjalistycznego ambulansu Fundacji są wykonywane przez doświadczonych lekarzy-radiologów

W ramach Dni Garwolina zawitał do miasta ambulans Fundacji Ronalda McDonalda, oferujący bezpłatne badania ultrasonograficzne dzieci

Akcja, przeprowadzona dzięki współpracy Fundacji i Restauracji McDonald's w Garwolinie, skierowana była do dzieci w wieku od 9 miesięcy do 6 lat.

W ciągu dwóch dni przebadano 130 dzieci, co świadczy o dużym zainteresowaniu akcją wśród rodziców. Dzięki badaniom można było wykryć ewentualne nieprawidłowości na wczesnym etapie, co jest kluczowe dla skutecznego leczenia. Badania przeprowadzali wykwalifikowani specjaliści, zapewniając rodzicom cenne informacje i porady dotyczące zdrowia ich pociech.

Burmistrz **Marzena Świeczak** wyraziła wdzięczność Fundacji Ronalda McDonalda oraz właścicielowi restauracji McDonald's w Garwolinie, Mikołajowi Durasiewiczowi, za profesjonalną organizację akcji.

- *Dzięki państwa wsparciu udało się zapewnić naszym dzieciom bezpłatne badania, co jest nieocenioną pomocą dla wielu rodzin. Ta współpraca jest dla nas ogromnym wyróżnieniem - podkreśliła burmistrz.*

- *Dbanie o zdrowie dzieci*

w Garwolinie jest dla mnie bardzo ważne i czuję ogromną satysfakcję z przeprowadzonej akcji - dodał Mikołaj Durasiewicz.

PRZEBIEG BADAŃ

Badania USG, które są bezbolesne i bezpieczne, przeprowadzano według standardów Polskiego Towarzystwa Ultrasonograficznego. Czas badania wynosił około 15-18 minut, a każde dziecko miało wyznaczoną godzinę wizyty, co zapewniało komfort. Po badaniu rodzice otrzymywali wynik oraz, w razie potrzeby, poradę lekarską.

Program „NIE nowotworom u dzieci” skupia się na wczesnej diagnozie zmian nowotworowych oraz wrodzonych wad nerek i dróg moczowych. Wczesna diagnoza umożliwia szybkie wdrożenie leczenia, co zapobiega poważnym konsekwencjom zdrowotnym. Co roku w Polsce diagnozuje się około 1300 przypadków nowotworów u dzieci. Wczesna diagnoza daje szansę na skuteczne leczenie, dlatego program bezpłatnych badań USG Fundacji Ronalda McDonalda ma ogromne znaczenie. Od początku istnienia programu, radiolodzy dziecięcy przebadali ponad 91 tysięcy dzieci w ponad 250 miejscowościach w całej Polsce, często dostarczając diagnozy ratujące życie.

Nowa kierownik przychodni

Z dniem 4 czerwca burmistrz Armin Tomala powołał na stanowisko kierownika SP ZOZ w Łaskarzewie Wioletę Pakos

W. Pakos ukończyła Wyższą Szkołę Nauk Pedagogicznych w Warszawie na kierunku „Zarządzanie w ochronie zdrowia”. Posiada 12-letnie doświad-

czenie na stanowisku kierowniczym. Zastąpiła na tym stanowisku **Józefa Tomalę**, wieloletniego kierownika SP ZOZ w Łaskarzewie. W. Pakos jest także, na część etatu, kierownikiem SP ZOZ w Wildze. - *Wyraziłam zgodę, żeby pracowała również w Łaskarzewie - informuje wójt gminy Wilga Bogumiła Głasczka.*

Z POWODU UBÓSTWA NAJBARDZIEJ CIERPIĄ DZIECI



W Łukówcu gościł ks. Paweł Wysokiński, misjonarz w Boliwii. Obecnie jest duszpasterzem w parafii Warszawice



➤ W Łukówcu w gminie Pilawa, na zaproszenie mieszkańców, gościł ksiądz misjonarz Paweł Wysokiński, obecnie duszpasterz w parafii Warszawice

Do gminy Pilawa przybył na zaproszenie mieszkańców. Podczas spotkania zaznaczył, że nie przyjechał, aby się chwalić, ale żeby dziękować za wsparcie modlitewne i materialne wiernych z Polski.

BOLIWIA - KRAJ BIEDY

Na wstępie prelegent przybliżył zebranym sytuację ekonomiczną i społeczną Boliwii. Kraj ten, położony w środkowej części Ameryki Południowej, jest republiką prezydencką bez dostępu do morza. W Boliwii mieszka wiele grup etnicznych, z których największe to Metysi (42%), Indianie Keczua (27%) i Ajmara (23%). Większość mieszkańców posługuje się językiem hiszpańskim, choć popularne są również języki Keczua i Ajmara. Dominującą religią jest katolicyzm,

a relacje między państwem a Kościołem reguluje konkordat z 1951 roku. Katolicy stanowią około 70% społeczeństwa, podczas gdy ewangelicy 14,5%, a niewierzący około 8%. Boliwia jest jednym z najsłabiej rozwiniętych krajów obu Ameryk, a jej gospodarka opiera się głównie na przemyśle wydobywczym (cyna, lit, gaz ziemny) i rolnictwie.

NAJBARDZIEJ CIERPIĄ DZIECI

Bieda i głód najbardziej dotykają dzieci. Ksiądz **Paweł Wysokiński** opowiedział historię młodego chłopca, Beimara, który przyszedł do szkoły głodny, w brudnej odzieży i na boso. Misjonarz wraz z wicedyrektorem szkoły kupił mu jedzenie, przybory szkolne oraz buty. Z pogrążonego w smut-

ku chłopca Beimar stał się uśmiechniętym dzieckiem. - *Ja nigdy nie miałem butów na nogach - powiedział dzieciak, co ukazało głębokie ubóstwo tamtejszych dzieci. W szkole jest wiele takich przypadków, a kilkadziesiąt uczniów jest stale niedożywionych. Starano się temu zaradzić, tworząc stołówkę przy kościele. - Dzięki modlitwie i wsparciu finansowemu przekazywanemu na misję, dzieci mogły zjeść chociaż jeden ciepły posiłek dziennie - zauważa kapłan.*

TRUDNA PRACA MISYJNA

Boliwia jest obszarowo trzykrotnie większa od Polski, ale zamieszkuje ją dwa i pół razy mniej ludzi. Na dużych obszarach wiejskich brak misjonarzy utrudnia

pracę duszpasterską. Księża mają przydzielone parafie, ale objeżdżają kilkadziesiąt okolicznych wiosek, niejednokrotnie oddalonych od siebie wiele kilometrów. - *Nieocenionym dla mnie pomocnikiem okazał się świecki katecheta don Zenon, który organizował lokalne wspólnoty i przygotowywał dzieci do pierwszej Komunii świętej. Dzięki wsparciu finansowemu rodziców dzieci z parafii Warszawice, dzieci z Boliwii mogły otrzymać katechizmy przygotowujące je do sakramentu Komunii - zaznacza ks. Paweł.*

Dzieło misyjne w Boliwii wspierają również siostry zakonne i misjonarze świeccy z Polski. Prezentowane przeżycia z misyjnego pobytu oraz zbiory etnograficzne przywiezione do kraju były znakomitą uzupełnieniem ciekawej prelekcji księdza Pawła Wysokińskiego.

Ksiądz Paweł podkreślił, że nieustająca praca misyjna w Boliwii wiąże się z podróżami do setek wiosek, gdzie wierni czekają na posługę duszpasterską. Mimo trudnych warunków, misjonarze starają się nieść pomoc duchową i materialną wszystkim potrzebującym, zwłaszcza dzieciom, które najbardziej cierpią z powodu ubóstwa.

Andrzej Giosek

Uczeń z Głoskowa najlepszy w kraju

Miłosz Kowalczyk, uczeń klasy VII Zespołu Szkół w Głoskowie, został zwycięzcą ogólnopolskiego konkursu wiedzy o zdrowym stylu życia „Trzymaj Formę!”

Finał konkursu odbył się na Stadionie Legii Warszawa im. Marszałka Józefa Piłsudskiego, który gościł uczestników z całej Polski. Powiat garwoliński reprezentował **Miłosz Kowalczyk**, pod opieką szkolnego koordynatora konkursu **Marcina Możdżonka** oraz swojego ojca, **Łukasza Kowalczyka**.

Ogólnopolski konkurs wiedzy o zdrowym stylu życia „Trzymaj Formę!” jest inicjatywą realizowaną przez Główny Inspektorat Sanitarny, Polską Federację Producentów Żywności - Związek Pracodawców



➤ Miłosz Kowalczyk, uczeń klasy VII Zespołu Szkół w Głoskowie ze szkolnym koordynatorem konkursu Marcinem Możdżonkiem

oraz 16 wojewódzkich stacji sanitarno-epidemiologicznych. Konkurs towarzyszy programowi edukacyjnemu promującemu zdrowy styl życia.

W tegorocznej, XII edycji konkursu, zgłoszonych zostało 1095 szkół i 8535 uczniów. Po eliminacjach na poziomie szkolnym i powiatowym, do finału zakwalifikowało się 13 najlepszych uczniów, wśród których

znalazł się Miłosz Kowalczyk. Finaliści zmierzli się z pytaniami dotyczącymi zasad zdrowego stylu życia, przygotowanymi przez profesorów Instytutu Nauk o Żywieniu Człowieka Szkoły Głównej Gospodarstwa Wiejskiego w Warszawie.

SUKCES MIŁOSZA

Podczas oczekiwania na

ogłoszenie wyników, finaliści wraz ze swoimi opiekunami mieli okazję zwiedzić stadion Legii Warszawa. W końcu nadeszła chwila, na którą wszyscy czekali. Miłosz Kowalczyk został ogłoszony zwycięzcą tegorocznej edycji konkursu. Nagrodę główną - statuetkę, dyplom laureata za zajęcie I miejsca oraz nagrody rzeczowe, w tym bon o wartości 4000 zł na zakup sprzętu sportowego, wręczył Miłoszowi **Krzysztof Saczka**, główny inspektor sanitarny. Miłosz Kowalczyk pokazał, że wiedza i zaangażowanie mogą przynieść wspaniałe rezultaty. Jego sukces jest nie tylko powodem do dumy dla rodziny i szkoły, ale również inspiracją dla innych uczniów do zdrowego stylu życia i uczestnictwa w takich inicjatywach.

źródło: www.zsgloskow.pl/
Marcin Możdżonek, oprac. ur

ARTYKUŁ SPONSOROWANY

NOWY ROZDZIAŁ W ŻYCIU KULTURYSTY

» **Piotr Głuchowski, utytułowany polski kulturysta, postanowił podzielić się swoją historią z Czytelnikami. Opowiada o przeprowadzce, planach zawodowych i nowym rozdziale życia w Garwolinie**

Piotr Głuchowski, po latach życia w Kaliszu i Warszawie, zdecydował się na przeprowadzkę do Garwolina. Jak sam przyznaje, miasto to było mu całkowicie obce, znał tylko jedną osobę z Garwolina. Po ślubie i przeprowadzce do Warszawy, po kilku latach zaczęła pojawiać się myśl o kolejnej zmianie. Żona Piotra pochodzi z okolic Garwolina. Podjęli decyzję, żeby przeprowadzić się na działkę w Starej Hucie, oddalonej o 12 km od Garwolina.

- Wiedziałem, że nie zostaniemy w Warszawie. W moim wieku patrzę już na to, żeby było spokojniej - mówi Głuchowski.

Działka w pięknej okolicy, gdzie można cieszyć się naturą, idealnie pasuje do ich planów. Żona Piotra prowadzi hotel dla psów, a sam Piotr zajmuje się końmi.

NOWY BIZNES: SIŁOWNIA

Przeprowadzka to nie tylko zmiana miejsca zamiesz-



» Piotr Głuchowski, utytułowany polski kulturysta, po latach życia w Kaliszu i Warszawie, zdecydował się na przeprowadzkę do Garwolina

kania, ale również nowe wyzwania zawodowe. Piotr Głuchowski postanowił otworzyć w Garwolinie siłownię. - Przeprowadziłem rekonesans i okazało się, że jest miejsce na jeszcze jedną siłownię - wyjaśnia kulturysta.

Głuchowski ma ogromne doświadczenie w prowadzeniu siłowni. - Jestem w tym sporcie prawie 40 lat, otworzyłem wiele klubów w Pol-

sce - mówi. Nowa siłownia ma być przestronna i nowoczesna, z wykwalifikowaną kadrą trenerską, a także sklepem z odżywkami i suplementami.

800 M KW. POWIERZCHNI

Nowe miejsce na sportowej mapie Garwolina zacznie działać w lipcu. Siłownia Piotra Głuchowskiego wy-



różnia się przestronnością i nowoczesnością, mimo że utrzymana jest w stylu old-skul. - Na samą salę ćwiczeń siłowych będzie 360 m kw., a na salę fitness prawie 200 m kw. - mówi Głuchowski.

Dodatkowo siłownia będzie miała kącik dla dzieci, nowoczesne sanitariaty i wykwalifikowaną kadrę trenerską, która zawsze będzie do dyspozycji klientów.

KSIĄŻKA PIOTRA GŁUCHOWSKIEGO

Piotr Głuchowski pracuje również nad książką, która ma być połączeniem autobiografii i poradnika. - Będzie to fabuła z elementami edukacji, pokazująca moją historię, jak dochodziłem do sukcesu i jak można osiągnąć cele, które się sobie wyznacza - mówi autor.

Książka ma ukazać się wkrótce i opisywać życie kulturysty od narodzin aż po zdobycie mistrzostwa świata.

DLA KOGO SIŁOWNIA?

Siłownia Piotra Głuchowskiego ma być miejscem

dla każdego, niezależnie od wieku i poziomu zaawansowania. - Chcemy, żeby to była rodzinna siłownia, gdzie mogą przychodzić małżeństwa z dziećmi, młodzież, a także osoby starsze - podkreśla i dodaje, że każdy znajdzie coś dla siebie, a wykwalifikowana kadra pomoże w osiągnięciu celów treningowych.

RADY DLA POCZĄTKUJĄCYCH

Piotr Głuchowski ma również rady dla osób, które dopiero zaczynają swoją przygodę z aktywnością fizyczną. - Ważne jest, aby zacząć od małych kroków i nie rzucać się na głęboką wodę. Regularność i odpowiednia forma ruchu są kluczowe - mówi kulturysta.

- Warto również skorzystać z pomocy specjalistów, którzy pomogą uniknąć błędów i szybciej osiągnąć zamierzone cele.

Piotr Głuchowski to nie tylko utytułowany kulturysta, ale również doświadczony trener i mentor. Jego nowa siłownia w Garwolinie to miejsce, gdzie każdy, nieza-

leżnie od wieku i doświadczenia, może pracować nad swoją kondycją, zdrowiem i sylwetką pod okiem profesjonalistów.

» **Piotr Głuchowski**, ur. 07.11.1971 r. w Kaliszu

» **żona:** Magdalena

» **syn:** Kuba (27 lat)

» **córki:** Wiktoria (15 lat) i Olimpia (13 lat)

» **zamiłowania:** sporty sylwetkowe, jazda konna, naturopatia, dietetyka i suplementacja

» - były trener kadry narodowej sportów sylwetkowych federacji NAC

» - aktualny trener kadry federacji NPC

» **osiągnięcia w kulturystyce:**

- Mistrzostwa Polski Juniorów - srebrny medal
- Mistrzostwa Polski Seniorów - 6 złotych medali
- Mistrzostwa Europy - 3 złote medale
- Mistrzostwa Świata - 2 złote medale



» ADAM ZBOINA - KOMENTARZ

Racjonalne żywienie ludzi

Co to jest racjonalne (optymalne) odżywianie się i jakie składniki pokarmowe determinują stan zdrowia ludzi?

Racjonalne odżywianie to nic innego, jak odżywianie wg indywidualnie dobranych racji pokarmowych, określonych na podstawie naszego zapotrzebowania na energię, białko, tłuszcze, węglowodany, witaminy i składniki mineralne.

Inaczej - jeść tyle, ile organizm potrzebuje do życia (potrzeby bytowe) i pracy (codziennej aktywności). Każdy nadmiar to nadwaga i otyłosczenie. W ujęciu statystycznym czło-



wiek pobiera dziennie w pożywieniu 70 g białka, 80 g tłuszczu, 400 g węglowodanów, 20 g składników mineralnych i 2500 g wody, czyli w okresie 65 lat swego życia spożywa ok. 1,6 t białka, 1,9 t tłuszczu, 9,5 t węglowoda-

nów, 0,5 t składników mineralnych i 59,3 t wody.

Według Światowej Organizacji Zdrowia (WHO), zdrowie to stan pełnego dobrostanu fizycznego, psychicznego i społecznego, a nie tylko brak choroby lub kalectwa.

Zdrowie zależy od: czynników genetycznych - 20%, opieki zdrowotnej - 10%, warunków środowiska - 20% i stylu życia - 50%.

Coraz częściej dostrzegamy, że wpływ na zdrowie i urodę człowieka ma niewłaściwy styl życia - nieprawidłowe odżywianie, brak ruchu (a więc i niedotlenienie), udogodnienia cywilizacyjne, stres, nadmiar używek itp. Literatura medyczna uznaje ponad 70

różnych chorób, jako choroby powstałe na skutek nieprawidłowego odżywiania.

Co siódmy Polak cierpi obecnie z powodu chorób cywilizacyjnych (ponad 14%), a w przedziale wieku 30-39 lat pozostaje niepełnosprawnymi na skutek tych chorób aż 5% ludzi w naszym kraju. 80% społeczeństwa nie musiałoby korzystać z wizyt lekarskich tylko dzięki lepszemu, tj. racjonalnemu odżywianiu się.

Prawie 75% zgonów na świecie jest spowodowanych złym odżywianiem i zaburzeniami przemiany materii.

Zalecany procentowy udział energii w diecie: węglowodany 45 - 55%, białko 15 - 20%, tłuszcze do 30%.

OŚRODEK GŁODU I SYTOŚCI

Pobieranie pokarmów lub niejedzenie jest regulowane przez ośrodek sytości i głodu w podwzgórz. Bodźcem właściwym dla obu tych ośrodków jest poziom glukozy we krwi. Niski poziom glukozy we krwi obwodowej (Y) „drażni” ośrodek głodu. Gdy po posiłku poziom cukru wzrośnie (X), jest on bodźcem dla ośrodku sytości, który doprowadza do wstrzymania pobierania pokarmu. Ten mechanizm regulacji pobierania pokarmu w naturalnych warunkach u zwierząt działa niezawodnie. U ludzi często działa nieprawidłowo, co prowadzi do otyłości.

Przestrzeganie zasad higieny żywienia i żywności jest

podstawowym warunkiem sprawnego funkcjonowania całego ustroju i zachowania zdrowia. W zakres higieny żywienia wchodzi następujące zagadnienia: właściwy dobór pokarmów, prawidłowy rozkład posiłków, właściwy stan higieniczny produktów pokarmowych, higieniczne warunki przyrządzania, podawania i spożywania posiłków.

Skutkiem nieprzestrzegania zasad higieny żywienia i żywności mogą być liczne zaburzenia i choroby oraz niedostateczny rozwój organizmu.

Dalszy ciąg w następnym numerze. Komentarz oparty na materiałach udostępnionych przez prof. dr hab. Eugeniusza Grełę.

JUBILEUSZOWE DNI PILAWY 2024



Do udziału we wspólnym świętowaniu podczas tegorocznych dni miasta, które odbyły się w roku jubileuszu nadania praw miejskich Pilawie, zaprosiły burmistrz Albina Łubian, przewodnicząca rady miejskiej Dorota Niemiec-Jóźwicka oraz dyrektor MGOK Sylwia Zakrzewska

W niedzielę została odprawiona uroczysta msza święta w intencji mieszkańców. Tradycyjnie, drugi dzień dni miasta był muzyczno-rozrywkowy.

Na scenie na stadionie miejskim zaprezentowały się dzieci z placówek oświatowych z terenu gminy. Publiczność obejrzała także pokaz karate.

W części muzycznej wystąpiły: Orkiestra OSP Pilawa wraz z grupami tanecznymi oraz zespoły ROXAOK i SILKQUEEN - zespół rekomendowany przez oficjalny

międzynarodowy Fan Club Queen w Wielkiej Brytanii, który wykonał przeboje legendarnej grupy. Gwiazdą wieczoru był zespół Zakopower, który swoimi

przebojami porwał publiczność. Podczas jubileuszowych Dni Pilawy, która świętuje 40-lecie nadania praw miejskich, nie zabrakło również strefy zabawy,

gastronomicznej, rękodzielniczej, czy wystawienniczej. Życzenia miastu złożyli również pilawscy seniorzy z Klubu Senior Pilawa w krótkim programie artystycznym.



✚ Tort z okazji święta miasta ośłodził ten piękny dzień



✚ Orkiestra OSP Pilawa. Koncertowi towarzyszył występ grup tanecznych



✚ Na scenie odbył się pokaz karate, grupy działającej przy MGOK w Pilawie



✚ Na scenie Dni Pilawy zaprezentowali się mali artyści. Ogromne talenty dzieci ze szkół z terenu gminy podziwiali dumni rodzice oraz publiczność



✚ Otwarcia drugiego dnia imprezy dokonali prowadzący Artur Owczarczyk oraz dyrektor MGOK Sylwia Zakrzewska



✚ Gwiazdą wieczoru był zespół Zakopower, który swoimi przebojami porwał publiczność

ARTYKUŁ SPONSOROWANY

OSADA NATURA W WYGRANCE - OAZA SPOKOJU I KONTAKT Z NATURĄ



»
Jeśli marzysz o ucieczce od miejskiego zgiełku i pragniesz spędzić czas w harmonii z naturą, Osada Natura w Wygrance to idealne miejsce dla Ciebie

To wyjątkowe gospodarstwo agroturystyczne, prowadzone przez **Łukasza i Sylwię Głodków**, oferuje nie tylko komfortowe warunki, ale również niesamowite doznania w sercu przyrody.

KOMFORT I PRYWATNOŚĆ

Osada Natura oferuje wynajem pokoi z pełnym za-

pleczem. Goście mają do dyspozycji pięć pokoi, które pomieszczą łącznie 20 osób. Każdy pokój wyposażony jest w klimatyzację i prywatną łazienkę, co zapewnia maksymalny komfort. Dla większych grup, wynajmujących minimum 10 miejsc, gwarantowana jest wyłączość na cały obiekt. To oznacza, że podczas pobytu tu nie spotkacie żadnych innych gości.

NIEZAPOMNIANE DOZNANIA

Goście Osady Natura mogą korzystać z dużego, przeszklonego salonu, kuchni oraz tarasu o powierzchni 150 m kw. z jacuzzi na świeżym powietrzu. Przestrzeń na relaks to nie tylko taras - do dyspozycji są również hamaki, leżaki i strefa relaksu wokół ogniska. Cały

teren jest pięknie oświetlony girlandami, co tworzy magiczną atmosferę, szczególnie wieczorami.

WSPÓŁPRACA Z LOKALNĄ FIRMĄ

Aby zapewnić gościom pełen komfort, Osada Natura współpracuje z lokalną firmą cateringową „Koryś”, która oferuje wyżywienie podczas pobytu. Dzięki tej współpracy, goście mogą cieszyć się lokalnymi specjałami przygotowanymi z najwyższej jakości składników. Firma „Koryś” posiada własną masarnię i kuchnię, co gwarantuje świeżość i wyjątkowy smak serwowanych potraw.

BLISKOŚĆ NATURY

Jednym z największych atutów Osady Natura jest jej lokalizacja. Gospo-

darstwo otoczone jest lasami, polami i łąkami, co zapewnia ciszę i spokój. Goście mogą obserwować dzikie zwierzęta, takie jak sarny, jelenie, łosie, a także różnorodne ptaki, w tym orły, czarne bociany, dudki i dzięcioły. Właściciele dbają o naturalne środowisko, siejąc rośliny miododajne i unikając stosowania chemikaliów, co sprzyja owadom zapylającym.

WŁASNY STAW I REKREACJA

Na terenie gospodarstwa znajduje się staw zarybiony karpami, tołpygami i amurami, dostępnymi do wędkowania dla gości. Dla miłośników aktywnego wypoczynku przygotowano różne atrakcje na świeżym powietrzu, w tym miejsce

na ognisko z kijkami do pieczenia kiełbasek i drewnem do dyspozycji oraz gazowy grill.

HISTORIA I WIZJA

Pomysł na stworzenie Osady Natura zrodził się z potrzeby Sylwii i Łukasza Głodków, aby uciec od miasta i znaleźć spokój w otoczeniu natury. To miejsce powstało z myślą o spotkaniach rodzinnych i odpoczynku od codziennego zgiełku. Kompleks liczy 13,5 hektara ziemi, w tym lasy, pola i łąki, co czyni go prawdziwą oazą spokoju. Osada Natura to miejsce dla każdego, kto ceni sobie ciszę, spokój i bliskość natury. Jest idealna na rodzinne spotkania, wypadki ze znajomymi czy relaksujący weekend z dala od miejskiego zgiełku. Gospodarze zapraszają

do skorzystania z ich oferty noclegowej i cieszenia się niezakłóconym kontaktem z przyrodą. Osada Natura w Wygrance czeka na Ciebie, abyś mógł doświadczyć wyjątkowego spokoju i piękna natury w najlepszym wydaniu.



Zadzwoń i zarezerwuj pobyt:
512 315 191

Napisz e-mail:
osadanaturawygranka@gmail.com

Adres:
Wygranka 1,
08-550 Kłoczew



Miał genialną intuicję kolarza

»
Wiedzę i doświadczenie potrafił przekuć na produkt, który się nie psuł. Pochodzący z Żelechowa kolarz Franciszek Zawadzki zasłynął w okresie międzywojennym produkcją wysokiej klasy rowerów



Na prelekcji pojawiło się grono miłośników lokalnej historii. W spotkaniu uczestniczyła również burmistrz Żelechowa Krystyna Wieczorkiewicz, która na zakończenie wyraziła podziękowania i wręczyła drobny upominek gośczącemu w Żelechowie historykowi

Kiedy Polskę zalewały jednoślady niemieckie i z innych państw, on potrafił złożyć rower w 60 procentach z krajowych podzespołów. Dwa wyprodukowane przez **Franciszka Zawadzkiego** modele (w tym jeden sprawny i jeżdzący) mogli obejrzeć mieszkańcy jego rodzinnego miasta. 19 czerwca w Izbie Pamięci Ziemi Żelechowskiej o mistrzu i fabrykancie opowiedział **Łukasz Kubacki** z Warszawy - historyk, muzealnik i kolekcjoner rowerów.

„TEN SMARKACZ BĘDZIE MISTRZEM”

O żelechowskich losach F. Zawadzkiego nie wiadomo wiele. - *Księgi metrykalne parafii Żelechów mówią, że 19 października 1887 roku Piotrowi Zawadzkiemu i Franciszce z Głowienków urodził się syn, któremu nadano imię Franciszek.* Z jakichś powodów, w młodym wieku chłopiec przeprowadził się do Warszawy. A w 1907 roku, czyli w wieku 20 lat, po raz pierwszy wziął udział w wyścigach szosowych na dystansie 25 wiorst - za- uważa **Michał Sztelmach**. Swój kolarski debiut F. Zawadzki zakończył zdobywając 12 miejsce (na 37 zawodników). Już wtedy wzbudził powszechne zainteresowanie. Po skończonych zawodach, **Stanisław Gronczewski**, ówczesny mistrz kolarstwa oznajmił kolegom: „Chcę wam powiedzieć, że ten smarkacz będzie mistrzem”.

- *Słowa te okazały się prorocze. Zawadzkiemu wystarczyły tylko trzy lata, by podbić polskie kolarstwo. W 1908 roku zwyciężył w wyścigu o nagrodę pogotowia ratunkowego na dystansie 30 wiorst. W 1909 w wyścigach o tytuł mistrza Królestwa Polskiego na 108 startujących zajął 4 miejsce. A wraz z rozpoczęciem sezonu 1910 wy-*



Franciszek Zawadzki, zanim zasłynął z produkcji własnych rowerów, z sukcesami brał udział w wyścigach kolarskich. Na zdjęciu dawny mieszkaniec Żelechowa z rowerem ormonda (fot. Dawny Żelechów)

grywał każdy bieg, w którym startował - przynajmniej M. Sztelmach. Kulminacyjnym osiągnięciem było zdobycie przez F. Zawadzkiego tytułu mistrza Królestwa Polskiego, który to sukces powtórzył w 1911 r. I chociaż problemy zdrowotne, a później wybuch pierwszej wojny przerwały jego karierę na kilka lat, to w 1919 roku powrócił w wielkim stylu i został pierwszym mistrzem kolarskim w odrodzonej Polsce.

NA JEGO ZSZYTKACH JEŹDZILI WSZYSCY

Z pasją do kolarstwa F. Zawadzki związał również swe życie zawodowe. W 1917 roku, jeszcze pod okupacją niemiecką, założył własną fabrykę rowerów. Mieściła się przy ulicy Bagatela 8 (między Placem Unii Lubelskiej a ul. Belwederską) w Warszawie. Jako producent, dawny mieszkaniec Że-

lechowa skupił się na początku na wytwarzaniu tzw. zszytek, czyli sportowych opon. - W zszytkach dętka zszyta jest z oponą. Taką zszytkę naciąga się na obręcz, podklejając ją do niej, by się trzymała. Zawadzki stosował do zszytek bardzo mocne nici i bardzo wąski pasek gumy na samej górze. O dziwo Niemcy pozwolili na produkcję. A po odzyskaniu przez Polskę niepodległości wszyscy już ścigali się na zszytkach Zawadzkiego - tłumaczy Ł. Kubacki.

Młody fabrykant z czasem zaczął produkować własne części. - *W Polsce robiono tylko ramy z rur. Inne rzeczy trzeba było sprowadzać z zagranicy - przekonuje historyk. Dlatego F. Zawadzki ruszył z produkcją miseczek, łożysk, zębatek, korb, piast i obręczy. Robił też kierownice, na które uzyskał zastrzeżone tylko dla siebie wzory. - Jedną, to taka w kształcie fajki, do której była przymocowana*



Historię rowerów, a w szczególności tych, produkowanych przez F. Zawadzkiego opowiedział mieszkańcom Żelechowa historyk, muzealnik i kolekcjoner rowerów Łukasz Kubacki



Podczas spotkania w Izbie Pamięci Ziemi Żelechowskiej, uczestnicy mogli obejrzeć dwa przedwojenne rowery z fabryki Franciszka Zawadzkiego. Na pierwszym planie rower męski z lat 30-tych, za nim, jeszcze niekompletny rower damski z lat 20-tych

obejma pozwalająca na regulację. Do tej obejmę montowało się kierownik w formie „baranka” albo „jaskółki” i można było regulować kierownicę w poziomie. Stosował to w rowerach wyczynowych, ale zdarzało się, że i w użytkowych. Charakterystyczna dla rowerów Zawadzkiego była też główka ramy z dwiema półeczkami, którą podpatrzył w rowerach angielskich - opowiada muzealnik.

„TATUŚKO ZJOBIŁ MU JOWEJ”

Podobnie jak wachlarz części, szeroki był asortyment rowerów w warsztacie F. Zawadzkiego. W ofercie znajdowały się rowery wyczynowe, do wyścigów torowych, szosowych, ale też i takie na użytek cywilny. - *Rowery wyścigowe robiono pod kątem zawodnika, dostosowując długość ramy. Natomiast rowery szosowe były zwane dro-*

gowymi. Budowano je na większych kołach - 28 cali, posiadały błotniki, a ich kierownica była w formie „jaskółeczki” albo tzw. angiela, która miała rączki gięte pod kątem 90 stopni - zaznacza historyk rowerów. Oprócz wyżej wspomnianych przy Bagateli powstawały też popularne w okresie międzywojennym rowery półwyścigowe. - Były to lekkie rowery z wąskimi oponami - 28 cali, które służyły do jazdy po dobrych gruntach, albo po mieście. Czyli ten rower to taki miejski ścigacz - tłumaczy Ł. Kubacki.

Osobny ważny podział istniał na rowery męskie i damskie. Natomiast szczególną ciekawość budziły wówczas rowery dziecięce. Pod koniec lat 20-tych pojawił się nawet artykuł w ówczesnej prasie. - *Reporter chcąc zrobić reklamę zakładowi, napisał o jeżdzącym na rowerku chłopcu. Okazało się, że to syn F. Zawadzkiego, który*

w wieku 3 lat zaczął jeździć na rowerze. „Mały Wojtuś, którego już znają Aleje Ujazdowskie i Park Skaryszewski jest słusznie nazwany cudownym dzieckiem roweru, bo swą brawurową jazdą po chodnikach zadziwia wszystkich przechodniów. (...) Spostrzegamy skupioną gromadkę dzieci. Podchodzimy. Mały bobo z prędkością 12 km/h objeżdża klomby. Od małego Wojtusia niewiele możemy się dowiedzieć, bo niezbyt dobrze włada ojczystą mową. Jowemu pożyczyć nie chce, bo tatuśko zjobił mu jowej” - cytuje czasopismo miłośnik jednośladów.

POMYSŁ NA „ROWER DLA AFRYKI”

Zakład Zawadzkiego pracował prawie przez całą niemiecką okupację. Do wybuchu powstania warszawskiego produkcja odbywała się w zakładzie przy Bagateli. Dopiero sytuacja zmusiła fabrykanta do zmiany adresu na ul. Grzybowską na Woli.

Ale nawet i taka lokalizacja nie ocalała w pełni dorobku F. Zawadzkiego. Zniszczenia po upadku powstania dotknęły i budynek na Grzybowskiej. Po wojnie Franciszek chciał go odbudować. W tym celu codziennie dojeżdżał do Warszawy ze Starej Wsi koło Celestynowa, gdzie wówczas mieszkał. W planach miał nawet wybudowanie nowej fabryki na terenie wsi Głina.

Mimo trudnej, powojennej rzeczywistości, pochodzący z Żelechowa producent rowerów nie zaprzestał działalności. - *Nadal wytwarzał drobne części rowerowe, a nawet pracował nad projektem „roweru dla Afryki” z napędem nożnym i ręcznym tak, aby był jak najbardziej wydajny - zaznacza Ł. Kubacki. Niestety plan z powodu braku odpowiedniej dokumentacji, nie doczekał się realizacji. Podobnie nie udało się wybudować nowej fabryki w Glinie, a i tej na Woli naszemu bohaterowi nie dane było w pełni uruchomić.*

Franciszek Zawadzki zmarł 7 listopada 1975 r. i został pochowany na warszawskich Powązkach. Czym się wyróżniał spośród innych fabrykantów? - *Mimo, że nie był inżynierem, miał genialną intuicję kolarza. To doświadczenie i intuicję potrafił przekuć na produkt, który się nie psuł - przekonuje Ł. Kubacki. Szacuje się, że F. Zawadzki wyprodukował ok. 60 tysięcy rowerów.*

Tomasz Kępka

Duży port na Honsiu	Drzewo z lasu łęgowe-go	Twarda skała magmo-wa	▼	Pionowe żaluzje	Władza Piotra Wielkiego	▼	Badacz latają-cych spodków	Bandyta, opryszek	▼	Wyna-grodze-nie dla pisarza	„Perfek-cyjna ... Domu” (TVN)	▼	Figiel, żart	▼	Na nim gwiazdy	Specjali-sta od wad zgrzyzu	▼	Wietrzna choroba	▼	Bałtyckie kąpielis-ko i port	Zamiesz-ki, rozruchy	▼	Płyta Lady Pank (1994)	Grecka wyspa lub biuro podróży	▼	
►	►	►	34	Imię Jandy z Czech	►	►	►	►	20	Chowa gąbkę w kanapie	►	►	18	►	►	35	►	42	►	11	►	►	31	►		
... Croft, z gier kompute-rowych	►	►	5	►	Krażow-nik lub bogini	►	10	Sytuacja mate-rialna	►	16	►	►	►	►	Dawne polskie radio	Dzieło stylistki paznokci	►	►	►	Np. wypado-wa wojsk	►	►	►	►		
Wykonuje ozdoby ze stiuku	►	►	►	►	►	►	►	►	►	►	►	►	►	►	►	►	►	36	►	27	►	►	►	39		
Demokr. Rep. Konga do 1997	6	►	►	►	Peleng (płynące-go statku)	►	►	Dantej-skie sceny	►	►	►	►	►	►	►	►	►	►	►	Dyrekt-tywa, wska-zówka	►	►	►	►		
►	►	►	►	►	►	1	►	„Śpiewa-jące” nadwozie	►	28	►	►	►	►	►	►	►	►	►	►	►	►	►	►		
Jaskółka w teatrze	Falista blacha praczki	►	►	►	►	►	►	Skwier-czący kawałek świecy	►	►	►	►	►	►	►	►	►	►	►	►	►	►	►	►		
Czas wolny od zajęć	Rupie-ciarnia, graciarnia	►	►	►	►	►	►	►	►	►	►	►	►	►	►	►	►	►	►	►	►	►	►	►		
►	►	►	►	►	►	►	►	►	►	►	►	►	►	►	►	►	►	►	►	►	►	►	►	►		
Sportowe lub pastwiska	Niejedna – na rybie	►	►	►	►	►	►	►	►	►	►	►	►	►	►	►	►	►	►	►	►	►	►	►		
►	►	►	►	►	►	►	►	►	►	►	►	►	►	►	►	►	►	►	►	►	►	►	►	►		
Zagrała Oleńkę w „Potopie”	Niska, miękka kanapa; otomana	►	►	►	►	►	►	►	►	►	►	►	►	►	►	►	►	►	►	►	►	►	►	►		
Żywi się mlekiem matki	►	►	►	►	►	►	►	►	►	►	►	►	►	►	►	►	►	►	►	►	►	►	►	►		
►	►	►	►	►	►	►	►	►	►	►	►	►	►	►	►	►	►	►	►	►	►	►	►	►		
Niski człowiek; gnom	►	►	►	►	►	►	►	►	►	►	►	►	►	►	►	►	►	►	►	►	►	►	►	►		
Baławany, które biją o brzeg	Z po-wietrza, to nalot	►	►	►	►	►	►	►	►	►	►	►	►	►	►	►	►	►	►	►	►	►	►	►		
►	►	►	►	►	►	►	►	►	►	►	►	►	►	►	►	►	►	►	►	►	►	►	►	►		

Litery z pól ponumerowanych od 1 do 43 utworzą rozwiązanie – aforyzm Jerzego Leszczyńskiego.

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40	41	42	43		



DISCOBOYS



SKANER

DNI GMINY

SOBOLEW 29.06.2024

GRAMY DLA JASIA

SOBOTA

SOBOLEW
BOISKA SPORTOWE

PROGRAM:
Wstęp - cegielka do puszki

16.00 - II Bieg uliczny o Puchar Starosty Powiatu Garwolińskiego Iwony Kurowskiej

17.00 - Ogłoszenie wyników i wręczenie nagród

17.30 - Pokaz grupy baletowej DanceNow

17.45 - Spektakl w wykonaniu zwycięskiej grupy I Gminnego Przeglądu Małych Form Teatralnych

18.30 - Zespół SKANER

19.30 - Licytacje - Maciej Smoliński

20.30 - DISCOBOYS

22.00-1.00 - zabawa taneczna z zespołem Nonsens

DODATKOWE ATRAKCJE:
animacje dla dzieci
dmuchane zabawki
stoiska rękodzielnicze
stoiska z zabawkami
stoisko i maskotka Farmy Iluzji przejażdżki konikami "Konie za lasem"
stoiska gastronomiczne
drabina OSP

LICYTACJE:
rowery
hulajnogi
vouchery
rzeczy z autografami znanych osób i wiele innych



MACIEJ SMOLIŃSKI



NONSENS

Przedsięwzięcie współorganizowane wraz z Samorządem Województwa Mazowieckiego





Dni Gminy Sobolew 2024

30 czerwca
niedziela

JUBILEUSZ 100-LECIA

PUBLICZNEJ SZKOŁY PODSTAWOWEJ

W ANIELOWIE

POŁĄCZONY Z NADANIEM

SZKOLE IMIENIA

BŁ. KS. JERZEGO POPIELUSZKI

plac przy szkole w Anielowie

Program:

11.30 - Msza Święta w kościele parafialnym p.w. Świętej Trójcy w Gończycach - **poświęcenie sztandaru**

14.00 - część **artystyczna** w wykonaniu uczniów Publicznej Szkoły Podstawowej w Anielowie

16.00 - Pokaz grupy Karate Tsunami z Anielowa, prowadzonej przez **sensei Krystiana Filipka**

16.30 - Wręczenie nagród zwycięzcom gminnego konkursu pt.: "Błogosławiony ksiądz Jerzy Popiełuszko oczami dzieci"

17.30 - Występ zespołu **"Akurat"**

19.00 - Gwiazda wieczoru - recital **TADEUSZA TALARKA** finalisty The Voice of Senior i **MAŁGORZATY BAJEK**

20.00-22.00 - zabawa taneczna



Stoisko Kazimierza Paciorka
- pasjonata i zbieracza staroci, muzyka ludowego i gawędziarza



Ponadto: stoiska kulinarne, sklepik z pamiątkami, dmuchające, animacje, tatuaże, warkoczki, malowanie twarzy, modelowanie balonów i wiele innych atrakcji

Przedsięwzięcie współorganizowane wraz z Samorządem Województwa Mazowieckiego



DODAJ SWOJE OGŁOSZENIE

Jak zamieścić ogłoszenie drobne w gazecie? Wybierz jeden ze sposobów.



SMS

Wyślij SMS z treścią ogłoszenia (maksymalnie 160 znaków), pod nr **74550** zaczynając od skrótu **TGO**. Przykład: TGO.oddam szczeniaki w dobre ręce. Podaj miejscowość oraz numer telefonu kontaktowego. Koszt SMS-a wynosi 4,92 zł z VAT. Ogłoszenie ukaże się w kolejnym wydaniu gazety. Serwis funkcjonuje we współpracy z firmą Bild Presse z siedzibą w Łodzi.



KUPON

Napisz treść ogłoszenia na wyciętym z gazety, ważnym kuponie i dostarcz go do redakcji lub wrzuć do skrzynki kontaktowej gazety. Możesz także wysłać go pocztą. Ogłoszenie jest bezpłatne i ukaże się w kolejnym wydaniu gazety.



REDAKCJA

Przyjdź do redakcji i podaj treść ogłoszenia. Cena za jedną emisję wynosi 5,00 zł z VAT.

Ogłoszenie dostarczone do piątku w godzinach pracy sekretariatu ukaże się w najbliższym wtorkowym wydaniu. W przypadku wysłania kuponu pocztą lub wrzucenia do skrzynki kontaktowej o terminie publikacji decyduje data dotarcia kuponu do redakcji. Redakcja zastrzega sobie prawo ingerencji w treść ogłoszenia w przypadku, gdy podana kategoria jest niezgodna z treścią ogłoszenia, lub gdy treść ogłoszenia zawiera błędy ortograficzne lub stylistyczne.

Redakcja nie odpowiada za treść ogłoszeń.

UWAGA!
JEDEN KUPON = JEDNA OFERTA

Pamiętaj, że w jednym ogłoszeniu można podać tylko jedną ofertę sprzedaży, kupna, czynności. W przypadku, gdy w ogłoszeniu będzie więcej ofert, opublikowana zostanie pierwsza w kolejności.

Przykład: z ogłoszenia „Sprzedam kosiarkę rotacyjną, meble kuchenne, rower górski...” opublikowana zostanie oferta sprzedaży kosiarki rotacyjnej. Pozostałe dwie rzeczy należy podać w kolejnych ogłoszeniach.



MIESZKANIE
SPRZEDAM

MIESZKANIE 44 m2, nr. 124B/2, do remontu w środku, w czworaku, sień - 6,8 m2, kuchnia - 7,5 m2, pokój 30,87 m2, cena 69 tys. zł. Sobieszyn, tel. 606 857 951

MIESZKANIE 68,64 mkw , parter, osiedle Witosza w Rykach, cena 415.000 zł. Tel. 510 209 969.

MIESZKANIE
KUPIĘ

MIESZKANIE 3 pokojowe, 55 m2 na osiedlu przy ul. Zamojskiej w Garwolinie lub na innym osiedlu bezzwrotnym w nowym budownictwie. Tel: 723 497 796

DOM
SPRZEDAM

DOM murowany, pow. 62 m2, 3 pokoje, kuchnia, łazienka, działka o pow. 1162 m2, ocieplony, okna wymienione, ogrzewania gazowo-węglowe; zabudowania gospodarcze, Dęblin ul. Kocka. Cena do uzgodnienia. Tel. 509 459 663.

DOM w Rykach, os. Słowackiego Południe, dom posiada fotowoltaikę. Cena do uzgodnienia. Tel: 662 271 795

LOKAL
SPRZEDAM

NIERUCHOMOŚĆ pod działalność gospodarczą nr działki 2257 , lokal 79mkw, + działka 1200mkw. Stężyca ul. Rokicka 2. Tel. 661 488 814, 661 909 466.

LOKAL
KUPIĘ

MIEJSCE garażowe. Garwolin Os. Dobra. Tel: 723 497 796

GARAŻ murowany. Garwolin. Tel: 723 497 796

DO WYNAJĘCIA
POSIADAM

MIESZKANIE dwupokojowe, 2 piętro, częściowo umeblowane, dla 1-2 osób. Garwolin os. Romanówka. Tel: 506 263 675

SAMODZIELNY LOKAL usługowy ok 70 mkw na parterze przy ul. Wyczółkowskiego. Czynniz najmu 2500 zł/mc plus media, dostępny od zaraz. Tel. 660 209 069.

LOKAL 30 m2. Garwolina, ul. Staszica. Tel: 722 752 243

GARAŻ na osiedlu Żwirki i Wigury. Tel. 735 007 648

POSIADAM do wynajęcia w pełni urządzonego pokój dla osoby pracującej lub uczącej się z dostępem do w pełni urządzonej kuchni i łazienki. 1 000 zł. Tel: 791 280 434

Auto Centrum Ryki

AS CAR

ul. Słowackiego 26

509 799 777

OKRĘGOWA STACJA KONTROLI POJAZDÓW

PRZEGLĄDY REJESTRACYJNE

AUTO SERWIS

MYJNIA

STACJA PALIW

Twój Głos

Twój Głos

2 reklamy

w cenie 1

wykupiona reklama ukaże się jednocześnie w gazetach: Twój Głos Ryki i Twój Głos Garwolin

Twój Głos

Twój Głos

KUPON NA BEZPŁATNE OGŁOSZENIE DROBNE

*PROSIMY WYPEŁNIĆ CZYTELNIE DRUKOWANYMI LITERAMI

TREŚĆ OGŁOSZENIA:

MIEJSCOWOŚĆ:

CENA:

TELEFON KONTAKTOWY:

Twój Głos

KUPON WAŻNY DO 12 lipca



GLAZURNIK

❖ łazienki

❖ tarasy

❖ kuchnie

❖ schody

❖ salony

❖ fachowe doradztwo

e-mail: lazienkaforyou@wp.pl

Ceramix

 **537 051 787**



Specjalistyczne Centrum Medyczne SANMED

STOMATOLOGIA

Więcej informacji i rejestracja pod nr telefonu
535 202 010 oraz **81 865 12 27**
lub w rejestracji przy ul. Słowackiego 4
Placówka znajduje się w pawilonie handlowym „MERKURY”
ul. Słowackiego 4/5C

MIESZKANIE do wynajęcia, dwupokojowe , w bloku w Rykach. Tel. 889 490 863.

LOKAL do wynajęcia w ścisłym centrum Garwolina handlowo-biurowo-usługowy przy ul. Kościuszki 4, o powierzchni 51 m2. Lokal składa się z pomieszczenia głównego, zaplecza, toalety. Tel: 603 629 389

DO WYNAJĘCIA

SZUKAM

SPOKOJNA rodzina szuka domu do wynajęcia. Żelechów, Ryki i okolice. Tel: 667 927 827

DZIAŁKA POLE

SPRZEDAM

GOSPODARSTWO rolne o pow. 1,96 ha z placówką, plus 16 arów lasu. Trzcianki 52 gmina Nowodwór. Tel. 513 214 865.

DZIAŁKA o pow. ok. 1450m2, dostępne media w drodze - prąd, woda i kanalizacja. Garwolin. Tel: 502 553 582

Działka budowlana w Brzezinach (gm. Stężycza), o pow. 40 arów, z rozpoczętą budową hali magazynowo - składowej. Możliwość stworzenia działki rekreacyjnej. Cena do uzgodnienia. Tel. 501588212.

Działka budowlana w Stężycy o pow. 40 arów, z możliwością wszelakiej zabudowy i prowadzenia działalności gospodarczej. Cena do uzgodnienia. Tel. 501588212.

DZIAŁKA rolno-budowlana pod budowę 1,06 ha w Janiszach. Tel: 606 595 919

DZIAŁKA budowlana w Sulbinach przy ulicy Długiej nr działki 836/25. Media woda, prąd, gaz w pobliżu. Powierzchnia działki 1600 m kw. Cena 190.000 zł. Tel: 501 522 526

PILNIE sprzedam. DZIAŁKA budowlana o pow. 0,69 ha, szer. ponad 18m, działka znajduje się w m. Stara Rokitnia przy drodze do

Nowej Rokitni, za strażnicą OSP, obok działki jest gminny wodociąg, obecnie jest to użytkowane pole uprawne. Sprzedam działkę w lesie (las) o pow. 0,25 ha w m. Stara Rokitnia. Można dzwonić cały dzień. Tel. 663 647 909.

DZIAŁKA budowlana nr ewid. 89 o pow. 87 arów , Krasnogliny. Tel. 601 227 154.

DZIAŁKA około 8 arów szer. 9m wszystkie media w ulicy. Dęblin Rycia ul. Stara. Tel. 667 775 517.

DZIAŁKI budowlane o numerach 3763/2, 3, 4, łączna pow. wynosi 3,40 ha. Ryki, ul. Piaskowa. 135 zł/m. Tel: 602 408 921

ŁĄKA 30 arów. Babice. Tel. 579 270 780.

DZIAŁKA budowlana pow. 15 arów, woda, gaz, prąd, częściowo ogrodzona. Ryki ul. Młynarska. Cena do uzg. Tel. 603 191 854.

SAMOCHÓD

SPRZEDAM



AUDI A4 B7 V6 poj. 25cm3, moc silnika 163 KM DIESEL, KOMBI, CZERWONY, PRZEBIEG 267 TYS.KM. prod. 2005r. regeneracja pompy wtryskowej, kompletny rozrząd wraz z pompą, klocki hamulcowe, i wiele innych z tych co najważniejsza. Do wymiany tarcza hamulcowa. Auto użytkowane. Stan dobry. Cena 9.000 zł. Okolice Ryk. Tel. 535 985 248.

DACIA Sandero stan bdb, przebieg 23 tys. km. rocznik 2013, cena 23.000 zł do uzgodnienia. Tel. 722 373 231.

FORD fiesta, 1.0, 74 KM, 5 drzwi, el. szyby, ABS, klimatyzacja, alufelgi, niebieski, 105 tys.

SALONY OPTYCZNE

 **Agnieszka Rękas**

RYKI
ul. Warszawska 100
Medivita, tel. **509 728 764**
czynne: od pon. do piątku w godz. 10-18

DĘBLIN
ul. Krzywa 2/4
Przychodnia rodzinna, tel. **509 728 638**



szkła korekcyjne
szkła przeciwsłoneczne
soczewki kontaktowe
duży wybór oprawek
Fachowa i miła obsługa
tel. 504 086 922

GABINET NEUROLOGICZNY

lek. neurolog

Mirosław LORENC

Ryki, ul. Żytnia 8 (budynek OSI) - czwartek 15 - 17
rejestracja - 601 445 807

INNE TERMINY PO UZGODNIENIU TELEFONICZNYM
natę przypadki - 601 445 807

km przebiegu. Garwolin. Cena do uzgodnienia. Tel: 502 269 548

HYUNDAI i30 2016r., 1.4 CRDI. Piastów. 30 000 zł do negocjacji. Tel: 693 336 619

MITSUBISHI Outlander 2.0 B+G, oryginalny, po wymianie rozrządu i innych części, więcej informacji telefonicznie po 16. Tel: 602 264 122

OPEL Combo 1.6 D 2016r. max długi i wysoki, biały, stan bdb, cena 26.500 zł. Dęblin. Tel. 697 421 696.

RENAULT Scenic poj. 1.4 benzyna, 2007r. kolor metalik grafitowy, przebieg 191300km, cena 14.000 zł. Ryki. Tel. 665 122 626.

SEAT Ibiza 2008r., 1.4 benzyna, klimatyzacja, el. szyby. Tel: 602 605 367

TOYOTA Rav 4 diesel 2004r. nowe wtryski świece alternator, remont blacharski, cena 16.200 zł. Dęblin. Tel. 504 362 698.

VOLVO v70, 2002r, po przeglądzie i rejestracji, stan dobry, w 2022 wymiana dwumas. Gończyce. 7 500 zł. Tel: 600 942 748

VW Golf 4 1.9 TDI 2001r. klimatyzacja 4x Airbag, centralny zamek, el.szyby, ABS, hak, 6 biegów, 5 drzwi, srebrny, nowe opony, stan idealny, bez wkładu finansowego, pewne auto. cena 8.900 zł. Ryki. Tel. 604 645 106.

SAMOCHÓD

KUPIĘ

AUTA, CIĄGNIKI. Kupię każde auto, skup aut, kasacja, maszyny rolnicze, ciągniki rolnicze. Numer telefonu - 660 454 255

- usługi ziemne
- kopalnia piachu i żwiru
- ziemia ogrodowa
- usługi transportowe
- usługi brukarskie
- zbieranie i utylizacja odpadów komunalnych i budowlanych (sprzątanie placów budowy)

Punkty handlowe:

• Chrustne 1 • Brzeziny

wystawiamy faktury VAT

P.U.P.H. BRYZBUD s.c.

Marian i Alfreda Bryzek

☎ 501 588 212

☎ 509 962 388

www.bryzbud.pl



P.U.P.H. BRYZBUD S.C.



✓STUDNIE WIERCONE

✓POMPY CIEPŁA

✓DESZCZOWNIE

✓ODWODNIENIA

STUDNIE

Mirosław Izdebski

Dąbrówka Stany 74

 608 046 239

 504 320 592

CENTRUM STOMATOLOGICZNE

LUXDENT

Ryki, ul. K. Wojtyły 3
I piętro, nad MediVitą

lek. dent.
Sławomir KONCEWICZ
tel. **534 260 870**

- leczenie próchnicy
- stomatologia estetyczna
- odbudowa zębów
- chirurgia
- protetyka
- profilaktyka
- stomatologia dziecięca
- RTG: pantomogram, zdjęcia zębowe

Rejestracja telefoniczna

prowadzona jest przez 7 dni w tygodniu

PRYWATNY GABINET DERMATOLOGICZNY

Ryki, ul. Sienkiewicza 12

Barbara BOJAR

Przyjmuje w piątki, godz. 11 -15. Rejestracja telefoniczna codziennie.

tel. 602 305 421

931.

SIEWNIK do nawozu i wapna firmy Motyl, z dużym koszem, prod. 2003r. stan dobry. Tel. 511 079 554.

PRASA belująca pasowa, firma Riwiera, wielkość bel 120, cena do uzg. Tel. 511 079 554.

BRONA talerzowa firmy Akpil, szerokość 2,70 4 wałki po 6 talerzy. prod. 2006r. stan bdb, cena do uzg. Tel. 511 079 554.

BRONY 5 ciężkie, stan dobry, dzwonić po godz. 16. Tel. 691 312 727.

PRASĘ kostkującą Simpa Z-224/1, stan bardzo dobry. Dzwonić po godz. 16. Tel. 691 312 727.

RORZUTNIK 1-sioowy 3,5 T stan b.dobry, okolice Ryk. Tel. 451 225 440.

PRASA kostkująca. Kłoczew. Tel: 694 851 824

OPONA rolnicza, rozmiar 14,9/28, wysokość bieżnika - 1,5 cm, stan dobry. Cena do uzgodnienia. Tel: 728 139 082

OWIJARKA do bel zawieszana, firmy agromet, symbol kokon, 2007r., stan bdb,

kolor zielony. Tel: 692 290 910

PRASA simpa, kostka, 1991r., stan dobry. Tel: 692 290 910

KOSIARKA rotacyjna, mała, 1991r., firmy Famaro-słupsk, osłona blaszana, stan bdb. Tel: 692 290 910

SIEWNIK zbożowy, stan bdb, 19 redlic, grabki, zaczep. Tel: 692 251 139

PRZYSTAWKA do opryskiwacza ciągnikowego, do oprysku malin i porzeczek, stan idealny, cena do uzg. Swaty. Tel. 881 058 326.

KOPACZKA konna na gumowych kołach, stan dobry. Swaty. Tel. 881 058 326.

TALERZÓWKA 2x8, cena 2.600 zł. Tel. 693 106 228.

MASZYNY: Agregat przedsięwiny 2,7m. Talerzówka 2x9/2x11. kultywator 2,4m. Siewnik poznaniak 2,7m. Pająk do siana. Tel. 570 530 800.

OWIJARKA do bel Metal-Fach, 2007r. samozaładowcza, boczny załadunek, stawiacz bel, stan bdb, folia 50/75cm, cena 19.700 zł. Przykwa. Tel. 663 855 914.

OPRYSKIWACZ zawieszany 300 litr

USŁUGI MINIKOPARKA



506 131 104

POMOC DROGOWA 24H

TRANSPORT AUT • MASZYN ITP.

MAKLESZ

- wykopy, zasypy, plantowanie
- transport piachu, żwiru, pospółki, ziemi ogrodowej
- transport 20-30 ton
- piasek kwarcowy
- kruszywo betonowe, drogowe i ozdobne
- układanie kostki brukowej
- zamiatanie dróg i parkingów

WAGA 60 ton

08-500 Ryki, ul. Swatowska 20

tel. 602 284 292, 698 642 151

WULKANIZACJA Niburski

-  opony nowe i używane **osobowe, dostawcze, rolnicze**
-  naprawa kół rolniczych i budowlanych do 56"
-  prostowanie felg aluminiowych i stalowych
-  czujniki TPMS
-  nie czekaj w kolejce – umów się

RYKI, ul. Traugutta 17

 **508 433 147**

SYSTEMY ALARMOWE ORAZ KAMERY

 **bezpłatny kosztorys wybranego systemu**

 **szybka instalacja**

 **całodobowy serwis instalacji**

 **całodobowy nadzór Patroli Interwencyjnych**

Dowiedz się więcej:





tel. 505 017 170

tel. 502 147 256

id135d2cbab2

HURTOWNIA SPOŻYWCZA

Maria Pawlak

Oferujemy:

- ▶ mrożonki, flaki,
- ▶ świeży drób,
- ▶ wędliny, konserwy,
- ▶ napoje, słodczyce,
- ▶ lody
- ▶ konserwy rybne

OBŚLUGUJEMY
CHRYCINY, KOMUNIE
IMPREZY
OKOLICZNOŚCIOWE

**ryby mrożone, wędzone,
smażone i śledzie**

RYKI, ul. Żytia 10 (za budynkiem OSI)

☎ 81 8652 103

Zapraszamy:
Pn-Pt 7.00-17.00
Sob 7.00-15.00

OKRĘGOWA STACJA KONTROLI POJAZDÓW

Włodzimierz Lesisz

- MECHANIKA POJAZDOWA
- SKLEP MOTORYZACYJNY
- STACJA PALIW

**Pełny zakres
badań technicznych**

08-530 Dęblin, ul. Szpitalna 2
kom. 506 17 00 95, tel. 81 88 01 920

POSADZKI MIXOKRETEM

Wojciech Bednarczyk

tel. 600 707 294

USŁUGI REMONTOWO BUDOWLANE
Michał Prządka

- remonty i wykończenia wnętrz
- adaptacje poddaszy
- układanie glazury, terakoty i gresu
- malowanie, szpachlowanie
- zabudowy z płyt G-K
- sufity podwieszane
- montaż drzwi i parapetów
- docieplenia budynków
- malowanie elewacji i wiele innych

PERFEKT-BUD

Czerniec 171, 08-550 Kłoczew
e-mail: perfekt-bud0404@wp.pl

669-319-899
663-359-509

TARTAK DREWNOHURT

- drewno budowlane
- więźby dachowe
- krokwie, deski, łaty, kantówki
- trociny, obrzyny tartaczne
- drewno opałowe do pieców C.O. i kominków
sosna, brzoza, dąb, grab i inne w wałku i rąbane
- deska elewacyjna, podbitka
- boazeria, deska tarasowa
- Kupno dęba na pniu
- stęple budowlane

REGAMET
oraz wódek blach

**SPRZEDAŻ NOWOCZESNYCH
POKRYĆ DACHOWYCH**

WYCEŃ BEZPŁATNIE
DREWNO NA SWÓJ DACH
U PRODUCENTA

Nowodwór 102A

drewnohurt1@wp.pl

☎ 790 219 819

USŁUGI ZIEMNE

KOPARKĄ KOŁOWĄ I MINIKOPARKĄ

ODŚNIEŻANIE

dojazdów, posasji, parkingów

JARKOP

Jarosław Dembek

TRANSPORT 20-30 T

żwir, piach, kruszywa i inne

Czerniec 38, 08-550 Kłoczew

tel. 721 094 302

(max 350), lanca do truskawek malin i
zboża 12m. cena 2.100 zł. Przykwa. Tel.
663 855 914.

MASZYNY ROLNICZE KUPIĘ

MASZYNY rolnicze : rozrzutnik, sadzar-
ka, talerzówka, siewniki zbożowe, glebo-
gryzarka, kopaczka, przyczepy i inne. Tel.
517 293861.

MASZYNY ROLNICZE sprawne lub do
remontu oraz ciągnik Ursus C-330 Tel. 511
079 554.

SADZARKA i kopaczka do ziemniaków,
kupię. Tel. 693 106 228.

KOSIARKĘ rotacyjną, glebogryzarkę i
talerzówkę. Może być do remontu. Tel.
602 874 052.

MASZYNY URZĄDZENIA SPRZEDAM

KOSIARKI z rozruchem, model Stika,
Makita Alko, narzędzi typu wiertaki szli-
fierki. cena do uzg. Ryki. Tel. 572 031 910.

DIODY prostownicze 320 A 4 sztuki, cena
120 zł. Dęblin. Tel. 605 482 422.

POMPY ogrodowe jedno- i dwutokowe
z napędem (katąjki). Dęblin. Tel. 576 652
112.

WAGA dziesiątka z odważnikami, dobrze
waży, cena do uzg. Okolice Nowodworu.
Tel. 728 519 471.

SPAWARKA transformatorowa Roc-
kworth rw 130, stan bdb, używana spo-
radycznie co widać na zaciskach masy,
elektrody nie są nadpalone, oryginalna.
Okolice Żelechowa. 250 zł. Tel: 882 763 842

ŁUPARKA do drewna pionowa, spro-
wadzona z Niemiec, stół w 3 pozycjach, 8t
nacisku, silnik 3,5 kW, stan bardzo dobry.
Cena do uzgodnienia. Ryki / Ownia, tel:
604 924 765

KOWADŁO kowalskie 135 kg, stan b.do-
bry, cena 1.550 zł. Ryki. Tel. 600 449 265.

PRODUKTY I PŁODY ROLNE SPRZEDAM

PSZCZOŁY sprzedam. Okolice Ryk. Tel.
785 189 565.

SŁOMA belot 120x120. Słoma tegorocz-
na do zebrania z 6 ha. Zbiornik na mleko
620 l i dojarka dwu konwiowa, mieszalnik
do pasz ze śrutownikiem prawie nowy.
Okolice Ryk. Tel. 785 450 297.

DESKI dębowe i jesionowe, grubość 5cm
x 2,5cm, sezonowane 2 lata tel. 503 493
002

KUKURYDZA suszona cała, mielona lub
gnieciona. Tel. 737 406 312.

ZIEMIENIAKI odmiana katanian. Buraki
czerwone. Tel: 608 887 301

ZBOŻE pszenżyto 1 tona, żyto 1,5 tony,
cena do uzg. Nowodwór. Tel. 694 825 530.

PSZENŻYTO - 80 zł, pszenica - 90 zł,
możliwość transportu. Tel: 514 992 553

GRYKA nie pryskana, cena do uzg. Ryki
ul Młynarska. Tel. 603 191 854.

PORZECZKA czerwona, zrywana ręcznie
na zamówienie. Ryki. Tel. 605 340 777.

PRODUKTY I PŁODY ROLNE KUPIĘ

SŁOMA po żniwach na pokosach. Mro-
ków i w odległości do 8 km. Tel: 695 526
711

OPał SPRZEDAM

DREWNO opałowe, różne gatunki, moż-
liwy transport. Dzwonić po godz. 16. Tel.
691 312 727.

DREWNO opałowe łupane i inne. Tel:
602 264 122

DREWNO opałowe, kominkowe, gotowe
do pieca. Tel. 661 900 867.

AGD RTV SPRZEDAM

TELEWIZORY 50", 55" i 43", 4K, Android
z gwarancją. Garwolin. Cena do uzgodnie-
nia. Tel: 25 682 35 33 / 507 253 977

ŻELAZKO parowe Tefal, mało używane,
sprawne, cena 100 zł do uzg. Ryki. Tel.
730 992 557.

GŁOSNIKI, kolumny - małe, średnie, du-
że. Ryki. Tel. 606 695 881.

KUCHNIA gazowa na gaz z butli, 4-pal-
nikowa, kolor biały, z węzłem i reduktorem,

SKUP ZŁOMU AUTOROMANO

ATRAKCYJNE CENY, ŁATWY DOJAZD

Dęblin, ul. Kocka 179 (PRZY STACJI LOTOS)



573 779 889

nowe dysze z regulacją, stan bdb, mało
używana, cena 250 zł. Ryki. Tel. 721 556
751.

MEBLE SPRZEDAM

STÓŁ dębowy nowy, 200cmx90cm
3,7cm grubości blat, wysokość 75cm, cena
2.900 zł. Możliwość zrobienia pod zamó-
wienie, transportu. Tel. 607 607 700.

MEBLE kuchenne o długości 2 mb ; z
blatem i zlewozmywakiem, kolor olcha,
cena 1.200 zł. Ryki. Tel. 695 255 830.

MEBLE do pokoju, 6 elementów, tanio.
Dęblin. Tel: 509 907 532

STÓŁ ogrodowy plus dwie ławy, huśta-
ka masywna, rzeczy. Tel: 602 264 122

NAROŻNIK rozkładany, tapicerka bez
płam i usterek o ładnym wyglądzie, podu-
chy na oparciach, fotel 2 szt. wyśle zdjęcia
zainteresowanym, cena do 110 zł/szt. Ryki.
Tel. 662 121 322.

KOMODY białe dł 170, 180 cm, po prawej
i lewej str drzwiczki, pośrodku szuflady 4
szt. Więcej info i zdjęcia dla zainteresowa-
nych, cena do 190 zł. Ryki. Tel. 662 121 322.

KANAPA rozkładana , skórzana kolor
brąz, na stelażu drewnianym, mało uży-
wana, stan dobry. Cena 350 zł. Ryki. Tel.
669 054 495.

REGAŁ młodzieżowy, w dobrym stanie.
Tel. 662 596 281.

MEBLE; fotele, komody, krzesła, stoły ,
szafa, wersalki, tapczan 1-osobowy, moż-
liwość transportu. Ryki. Tel. 662 271 795.

BUDOWLANE SPRZEDAM

STOPNIE dębowe 250 x 1000 -1100 x
40 mm, dostępna 400 szt po 130 zł + vat.
Korytnica 101a. Możliwość transortu. Tel.
607 607 700 .

LISTWA cokół dąb 20x90, dostępna
200mb, cena 35 zł/mb + vat. Korytnica
101a. Możliwość transportu. Tel. 607 607
700.

DESKA podłogowa - tarasowa - elewa-
cyjna, dostępna 300 m2 po 74 zł + vat,
Korytnica 101a. Możliwość transortu. Tel.
607 607 700.

BOAZERIA szalówka 13x90x4000mm,
dostępna 400m2 po 30 zł + vat, Korytni-
ca 101a. Możliwość transportu. Tel. 607

607 700.

PARKIET jesionowy 5x30x22 mm, do-
stępne 200 m2. 80 zł Korytnica. Możliwość
transportu. Tel. 607 607 700.

PŁYTA brukowa Bruk Bet Novator Solo
80x80, perła srebrno-stalowa, stan: nowa,
ilość: ok. 51 m2 (10 palet). Tel: 783 524 337

STEMPLE budowlane 210 szt. długość
2,85. cena 6 zł/szt. Ryki. Tel. 603 585 330.

KABEL elektryczny siłowy 30mb,cena
200 zł. Trojanów. Tel. 603 585 121.

CEGLA potrójna. Bramka. Dzwonić wie-
czorem. Tel. 603 859 983.

OKNA pokojowe 6 szt i drzwi balkonowe
po wymianie 2 szt. firmy Pumar, w stanie
dobrym. Tanio po 100 zł. Ryki, tel: 788
909 247

CEGLA biała nowa, nieużywana. Cena 1
zł/szt., posiadam około 1000 szt., wymiary
25x12x6 cm. Transport i załadunek we wła-
snym zakresie. Tel. 504 276 702

BLACHA ocynkowana trapez T18 0,5mm
50x200cm, cena 25 zł/szt. Maciejowice
Stawex. Tel. 888 302 303, 486145069.

PODESTY do rusztowań warszawskich,
cena 120 zł/szt. Maciejowice Stawex. Tel.
888 302 303.

PROFILE ceowniki kątowniki, drugi ga-
tunek, cena 3 zł/kg. Ryki Stawex. Tel. 888
302 303, 502 375 285.

OGRODZENIE ze sztachety metalowej,
sztacheta o szer. 13cm, cena 70 zł/mkw.
Garwolin Stawex. Tel. 888 302 303, 600
126 019.

RURA stalowa fi. 28x1,2 cena 3 zł/mb.
Maciejowice Stawex. Tel. 888 302 303,
486145069.

PROFIL stalowy 50x50x3 tanio, drugi gat.
cena 16 zł/mb. Maciejowice Stawex. Tel.
888 302 303.

PROFIL stalowy 30x30x2,5 tanio, cena
10 zł/mb. Maciejowice Stawex. Tel. 888 302
303, 486145069.

PROFIL stalowy 16x16x1,5 tanio, cena 3
zł/mb. Maciejowice Stawex. Tel. 888 302
303, 600 126 019.

PRĘTY żebrowane fi.12, cena 38 zł/szt.
Maciejowice Stawex. Tel. 888 302 303,
486145069.

CEOWNIK 60x20x1,5 dobry na sztachety,
cena 4 zł/mb. Maciejowice Stawex. Tel. 888
302 303, 486145069.

namiotyryki.pl

LOVE

Rent a Tent

516 854 822

ALMAR trans

- KRUSZYWA DROGOWE
- PIASEK-ŻWIR-POSPÓŁKA
- WAPNO NAWOZOWE
- KAMIEŃ OGRODOWY
- PIASEK DO MIXOKRETA
- OTOCZAKI

KŁOCZEW

tel. 502 215 457

USŁUGI HYDRAULICZNE
INSTALMAR Marek Kulik

Oferuje usługi:

- Koparko-ładowarką
- Minikoparką z wiertnicą (200 lub 300 mm)
- Wywrotką DMC 3,5 t

Nowodwór 3 ☎ 511 299 548

USŁUGI KOMINIARSKIE

FREZOWANIE KOMINÓW

- czyszczenie mechaniczne
- wkłady kominowe
- ceramika izolowana
- odbiory, przeglądy

do każdego
frezowania
NASADA GRATIS!

KOM-FREZ ☎ tel. 783 493 576

SPRZEDAŻ BRYKIETU TORFOWEGO

☎ 609 126 733



RECYKLING CENTER

UL. LUBELSKA 43

KIERUNEK ➡ Chrustne

SKUP ZŁOMU

- NAJWYŻSZE CENY W REGIONIE
- Odbiór złomu systemem kontenerowym
- Płatne GOTÓWKĄ
- Waga elektroniczna
- Auto kasacja

SKUP ZŁOMU

☎ 609 126 733

AUTO KASACJA

- Wydawanie zaświadczeń do wyrejestrowania pojazdu
- Odbiór pojazdu od właściciela
- Płatność gotówką za odebrany pojazd
- Skup katalizatorów
- Sprzedaż części samochodowych

AUTOKASACJA

☎ 781 200 418

SPRZEDAŻ CZĘŚCI

☎ 603 756 451

BRUK GARDEN

KOMPLEKSOWE UKŁADANIE KOSTKI BRUKOWEJ WYKONYWANIE OGRODZEŃ

- Izolacja fundamentów, ocieplenie, drenaż - odwodnienie
- Sprzedaż kostki brukowej (transport HDS) firm:    
- Obrzeża chodnikowe 6x20x100 cena prom. **14** zł/szt
- Sprzedaż ogrodzeń modułowych:    
- Sprzedaż paneli 3D, siatki ogrodzeniowej, bram, furtek
- Wymiana butli gazowych propan-butan **58** zł

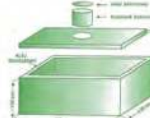
📍 Oszczywiłk 67a 08-500 Ryki

📞 sprzedaż 507 395 620
📞 usługa 660 279 276

SZAMBA

zbiorniki betonowe na ścieki

domowe, przemysłowe, deszczówkę, gnojownicę



tel. 791 519 607

www.szambabetonowe-brat-bet.pl, brat-bet@wp.pl

SŁUPKI ocynkowane 60x40x1,5 trzy razy taniej jak w marketce, po 24 zł/szt. Maciejowice Stawex. Tel. 888 302 303.

BLACHA czarna 0,62 mm x 720 x 2000 mm dobra dla blacharzy samochodowych, cena 30 zł/szt. Maciejowice Stawex. Tel. 888 302 303.

BLACHA na rozrzutniki 3mx2x6 docinamy na wymiar za dodatkową opłatą, cena 115 zł/mkw. Maciejowice Stawex. Tel. 888 302 303, 600 126 019.

SŁUPKI ocynkowane z rury fi.42,4x3 cena 36 zł/szt. Maciejowice Stawex. Tel. 888 302 303, 486145069.

RUSZTOWANIA warszawskie producent, cena 80 zł/szt. Maciejowice Stawex. Tel. 888 302 303, 486145069.

SŁUPKI z rury ocynkowanej fi60,3x2 wyprzedaż za pół ceny marketowej, cena 15 zł/mb. Maciejowice Stawex. Tel. 888 302 303, 600 126 019.

SŁUPKI z profilu 50x50x3 solidne za pół ceny marketowej, po 17 zł/mb. Maciejowice Stawex. Tel. 888 302 303, 486145069.

SŁUPKI z rury oynkowanej fi. 42 dł. 220cm wyprzedaż za pół ceny, po 10 zł/szt. Koźienice Stawex. Tel. 486145069, 888 303.

SŁUPKI z nowej rury fi. 48,3 x 2,5mm , cena 12 zł/mb. Maciejowice Stawex. Tel. 888 303 303, 600 126 019.

PROFILE 80x20x1,5 drugi gat. na poziome płoty za pół ceny, po 10 zł/mb. Maciejowice Stawex. Tel. 888 302 303, 600 126 019.

KĄTOWNIKI z/g 25x25x1,5 wyprzedaż za pół ceny, po 3 zł/mb. Maciejowice Stawex. Tel. 888 302 303, 486145069.

KĄTOWNIKI z/g 20x20x1,5 wyprzedaż za pół ceny, po 2 zł/mb. Maciejowice Stawex. Tel. 888 302 303, 486145069.

STEMPLE budowlane dł. 3mb,cena 10 zł/szt. Maciejowice Stawex. Tel. 888 302 303, 256825794.

BLACHA trapezowa T18 25 zł/mkw, różne kolory, Maciejowice Stawex. Tel. 888 302 303, 486145069.

CEOWNIKI ocynkowane 13cm szer. 200cm dł. dobre na poziome ogrodzenia, cena 9 zł/mb. Maciejowice Stawex. Tel. 888 302 303, 486145069.

PROFIL 20x20x2 drugi gat. ładny, cena 4 zł/mb. Maciejowice Stawex. Tel. 888 302 303, 486145069.

PROFIL 60x20x1,5 drugi gat. ładny na poziome płoty, cena 7 zł/mb. Maciejowice Stawex. Tel. 888 302 303, 486145069.

PROFIL 60x20x2 drugi gat. ładny na poziome płoty, cena 8 zł/mb. Maciejowice Stawex. Tel. 888 302 303, 600 126 019.

SŁUPY do wiat z konstrukcji dł. 530cm 4 szt. cena 2 zł/kg. Maciejowice Stawex. Tel. 888 302 303, 486145069.

DESKI metalowe ładny wzór, dobre na ogrodzenia poziome 2 i 2,5 mb , cena 10 zł/mb. Maciejowice Stawex. Tel. 888 302 303, 486145069.

DLA DZIECI

SPRZEDAM



FOTELIK SAMOCHODOWY. Sprzedam w idealnym stanie fotelik Avionaut Glider w zakresie wagowym 9-25 kg. Polecamy dla dzieci od 9 miesiąca do ok. 6 lat. Bez przetarć, bez uszkodzeń - polecam. Cena 250 zł. Okolice Ryk Tel. 505 049 182.



ŁÓŻECZKO dziecięce, drewniane 60x120 cm. Używane. Stan bardzo dobry. Z materacem i kołderką. Cena 150 zł. Tel. 505 049 182



KOJEC dla dziecka, składany, duży. 105x105 cm. Używany. Stan dobry. Cena 100 zł. Tel. 505 049 182.

FOTELIK samochodowy firmy BRITAX Romer dla dziecka od 9 do 36 kg. cena 220zł. Ryki. Tel. 600 375 564.

ZWIERZĘTA

SPRZEDAM

KROWA po pierwszym wycieleniu. Tel: 606 181 345

KACZKA małymi, cena do uzg. Tel. 513 483 589.

KONIE - arabo-fiord dobre dla dzieci, małopolskie różne. Poskrom. Ryki. Tel. 602 702 043.

KOZIOŁEK 2 miesięczny. Ownia. 100 zł. Tel: 693 596 195

KOZIOŁEK 4 miesięczny. Ownia. 120 zł. Tel: 693 596 195

PROSIĘTA w wadze 20 kg, gotowe do dalszego chowu. Cena do uzgodnienia. Zwola. Tel: 692 391 123

TUCZNIKI waga około 140-150 kg. Okolice Trojanowa. Tel. 508 886 116.

BYCZEK cielak 2 tygodniowy biało-czerwony SM, cena do uzg, 5km od Ryk. Tel. 505 544 375.

PROSIĄKI do dalszego chowu, cena 350 zł/szt. Okolice Ryk. Tel. 667 172 910.

KROWA po pierwszym wycieleniu, Angus. Tel. 514 111 186.

PROSIĄKI do dalszego chowu. okolice Ryk. Tel. 535 092 066.

ŻREBICA gniada zimnokrwista, grubej budowy, chodzi w zaprzęgu, tylko do dalszej hodowli. Cena do uzgodnienia. Okolice

Gończyc, tel: 518 474 308

PROSIĘTA, tel. 606 181 345

KRÓLIKI 3 m-ce 4 szt. cena do uzg. Dzwonnic po godz. 18tej. Leopoldów ul. Słoneczna. Tel. 665 446 878.

RÓŻNOŚCI

SPRZEDAM

ALTANA z drewna, cena do uzg. Korytnica. Tel. 607 607 700.

KABINA prysznicowa 90x90 cm z brodzikiem, nowa, cena 650 zł. Dęblin. Tel. 697 421 696.

PRĘT gwintowany średnica 8mm dł. 2m. ocynkowany, 70 szt., cena 270 zł/całość. Dęblin. Tel. 697 421 696.

WIESZAK na kask motocyklowy oraz ubrania, cena 30 zł. Dęblin. Tel. 697 421 696.

BRYCZKA konna, posiada cztery resory, koła szprychowe oblane gumą, do jazdy z 1 lub 2 końmi. cena do uzg. Okolice Trojanowa. Tel. 535 393 938.

MONETY 2000 szt, medale, lustra, żelazka itp. Tel: 696 603 869

TRĄBKA z 1938r, dzwonki janczary, obrazy itp., nie sprzedaje na sztuki. Żiębice. Tel: 696 603 869

BUDA dla psa, bez malowania. Tel: 693 034 704

PRACA

SZUKAM

SZUKAM pracy dodatkowej, rozważę każdą propozycję, 31 lat. Garwolin. Tel: 507 348 068

KOBIETA szuka pracy najchętniej na te-

renie Garwolina, rozważę każda uczciwą propozycję. Tel: 572 956 852

PRACA

DAM

KRAWCOWA / szwaczka do szycia odzieży lekkiej, ochronnej, roboczej. Fabryka odzieży Garment, Sobolew. Tel: 535 802 102

PRZYJMĘ fachowców do pracy przy remontach i wykończeniach wnętrz, płatne co tydzień, wysokie zarobki. Łuczница. Tel: 514 636 368

ELEKTRYK. Brueggen Polska Sp. z o.o., Celejów. Tel: 722 221 182

KONTROLER jakości. Brueggen Polska Sp. z o.o., Celejów. Tel: 722 221 182

HUTNIK szkła, ręczne formowanie, praca dla mężczyzn. Garwolin. Tel: 509 573 440

MAGAZYNIER. Prolech, Stary Puźnów. E-mail: magazyn@prolech.com.pl

SPECJALISTA ds. sprzedaży. Garwolin, Market Budowlany Amis 2. E-mail: marketing@amis2.pl

PRACA na produkcji, fizyczna. Polargos, Oziemkówka 57a. Tel: 784 330 902

AUTOMATYK. Brueggen Polska Sp. z o.o., Celejów. Tel: 722 221 182

SPECJALISTA/KA ds. ochrony środowiska. Brueggen Polska Sp. z o.o., Celejów. Tel: 722 221 182

SPECJALISTA ds. jakości. Brueggen Polska Sp. z o.o., Celejów. Tel: 722 221 182

SPAWACZ oraz mężczyźni na stanowiska ogólnoprodukcyjne, praca zmianowa. Polargos, Oziemkówka. Tel: 784 330 902

OPERATOR maszyn CNC. Mewat s.c., Wola Rębkowska. E-mail: p.makowska@mewat.eu

SPRZEDAWCA, Cartex auto części, Garwolin. Tel: 664 390 126

ZMIANOWY lider produkcji, zarządzanie procesem oraz zespołem. Polargos, Oziemkówka 57a. Tel: 784 330 902

ELEKTROMONTER. Mewat s.c. Wola Rębkowska. E-mail: p.markowska@mewat.eu

PRACOWNIK działu sprzedaży B2B. Miętne, Lechpol. E-mail: praca@lechpol.pl

PRACOWNIK produkcji. Brueggen Polska Sp. z o.o., Celejów. Tel: 722 221 182

OPERATOR maszyn CNC, do przyręczenia. Polargos, Oziemkówka. Tel: 784 330 902

OPERATOR maszyn pakujących. Brueggen Polska Sp. z o.o., Celejów. Tel: 722 221 182

MECHANIK pojazdów samochodowych. Garwolin, Pol-zbyt, ul. Targowa. Tel: 664 390 126

PRACA fizyczna dla mężczyzn ze znajomością murarki, stolarki, brukarstwa oraz z doświadczeniem w pielęgnacji i zakładaniu ogrodów, mile widziana umiejętność cięcia i formowania roślin. Tel: 500 716 074

LIDER logistyki. Polargos, Oziemkówka. Tel: 784 330 902

SPECJALISTA ds. zaopatrzenia. Polargos, Oziemkówka. Tel: 784 330 902

SPAWACZ, tig, mag. Mewat s.c., Wola Rębkowska. E-mail: p.makowska@mewat.eu

MONTER. Mewat s.c. Wola Rębkowska. E-mail: p.markowska@mewat.eu

Ogrzej dom wygodnie i ekologicznie

- Sprzedaż zbiorników gazowych na własność
- Kompleksowe wykonanie instalacji
- Dostawa gazu
- Porady, serwis, doradztwo

ul. Swatowska 1, 08-500 Ryki
tel. 692 439 702 tel. 602 798 341

www.traktus.pl



• PŁYTKI • ŁAZIENKI • PODŁOGI • DRZWI WENĘTRZNE

• FARBY • MIESZALNIA  • MAT. WYKOŃCZENIOWE

• NOWOŚĆ! KAMIENNE DYWANY • ROLETY • MOSKITIERY



OKNA, DRZWI, BRAMY Z MONTAŻEM

PROJEKT ŁAZIENKI GRATIS!

www.domzelechow.pl

DOM ŻELECHÓW

📍 ul. Piłsudskiego 53a

☎ 25 7541 767

✉ zelechow@domzelechow.pl

🌐 /domzelechow

DOM 2 RYKI

📍 ul. Kościuszki 22C

☎ 720 840 980

✉ ryki@domzelechow.pl

🌐 /dom2ryki

Z GAZETA -10%

na wybrane artykuły

ROLDEKO
PRODUCENT08-500 Ryki, Leopoldów, ul. Zielona 97
roldeko@interia.plROLETY
PLISY
MOSKITIERY
ŻALUZJE

793 733 400

793 933 400

www.roldeko.pl

Firma sprzątająca poszukuje osoby do pracy (mile widziana osoba ucząca się), praca stacjonarna w Rykach, weekendy wolne. Tel. 692 315 300.

ZATRUDNIĘ pracowników budowlanych. Okolice Garwolina. Tel: 512 460 234

DORADCA techniczno-handlowy. Mewat s.c. Wola Rębkowska. E-mail: p.mar-kowska@mewat.eu

KIEROWCA kat. C+E w firmie drogowej, praca na terenie woj. mazowieckiego, gwarantujemy miesięczne wynagrodzenie oraz atrakcyjny system premiowy. Sulbiny, k. Garwolina. Tel: 22 789 89 67

ZATRUDNIĘ operatora Lasera Fiber CNC do cięcia blach i profili. Mile widziane doświadczenie, ale może być też osoba do przyuczenia. Tel: 690 396 277



FIRMA War-Remedium w Wiązownej poszukuje pracownika do obsługi mieszalnika na linii produkcyjnej plastifikatorów do betonu. Poszukiwana osoba z doświadczeniem. Tel: 781 986 983, e-mail: wiktoria.gogowski@war-remedium.pl

POSZUKUJĘ kombajnisty na żniwa do kombajnu Bizon Super. Gmina Wola Mysłowska. Tel: 694 162 992



FIRMA Bell Cosmetics Sp. z o.o. produkująca kosmetyki kolorowe w związku z dynamicznym rozwojem poszukuje kandydatów na stanowisko: Aparatowy produkcji kosmetyków. Osoba do kontaktu: Karol 502 382 974



DACH Kowalscy Okna Garwolin - Zatrudnimy dekarzy i pomocników dekarzy. Tel: 600 100 489

STOLARZA zatrudnię do produkcji przy drewnie. Oszczycywilk. Tel. 608 689 272.

ZATRUDNIĘ jako pomocnika do pracy w gospodarstwie rolnym. Bazanów Stary. Tel. 661 589 493.

SPAWACZY przyjmę, zysk na pół. Maciejowice Stawex. Tel. 888 302 303.

ASYSTENT-KA zarządu. Brueggen Polska Sp. z o.o., Celejów. Tel: 722 221 182

ZATRUDNIMY osobę do produkcji damskiego skózanego obuwia, dobre wynagrodzenie oraz zakwaterowanie blisko zakładu produkcyjnego. Tel. 602 345 417, mail: oskar.kozikowski@robson-buty.pl

ZATRUDNIMY osobę do obsługi świejekarek, bardzo dobre wynagrodzenie oraz zakwaterowanie blisko zakładu produkcyjnego. Tel. 602 345 417, mail: oskar.kozikowski@robson-buty.pl

F W HURTOWNIA BUDOWLANA

Już otwarte!

DRZWI
wewnętrzne i zewnętrzne**PANELE**
podłogowe i ściennie

Duży wybór do obejrzenia w sklepie

RYKI, ul. Żytnia 4

883 939 937

www.farbywarowny.pl

**STOŁY, KRZESŁA
ŁAWOSTOŁY**

sek



Elewacje, boazeria, listwy wykończeniowe z drewna, wieszaki ściennie, schody, tralki, parapety, sklejka, akcesoria meblowe

Ryki, ul. Przemysłowa 90
kom. 606 14 12 10, 660 711 670
www.sek.sklep.pl, e-mail: firma.sek@wp.pl**POSADZKI**
MIXOKRETEM
UDZIELAM GWARANCJI NA POZIOM**TYNKI**
AGREGATEM

T. Panasiewicz - 663 776 972

kicWent
KLIMATYZACJA CHŁODNICTWO WENTYLACJA**KOMPLEKSOWE INSTALACJE
SANITARNE**KLIMATYZACJA
WENTYLACJA
POMPY CIEPŁA
CHŁODNICTWOKONSERWACJA
NAPRAWA
MONTAŻ
SERWISul. Warszawska 55
08-500 Rykitel. 722 125 180
www.kicwent.pl**SPRZEDAŻ
KOSTKI BRUKOWEJ
I GALANTERII BETONOWEJ**

Usługi transportowe

Roboty ziemne

Systemy ogrodzeniowe

Sprzedaż: Piachu, Żwiru, Cementu, Ziemi

KUCHNIO
BRUKARSTWO**USŁUGI
BRUKARSKIE**ul. Słowackiego 26, 08-500 Ryki
691 858 448 **Polbruk** **Semmelrock**
stein+design®PRZY ZAKUPIE
MATERIAŁU**PROJEKT
GRATIS**

ZATRUDNIĘ monterę sieci wod-kan, spawacza, pracownika fizycznego do prac przy budowie wod-kan. Umowa o pracę na pełny etat. Mile widziana rejestracja w Urzędzie Pracy. Możliwość wyjazdu do Niemiec. Tel: 502 690 419, e-mail: biuro@meliorant.com.pl

ZATRUDNIĘ do pracy przy montażu klimatyzacji, wentylacji, rekuperacji, hydraulika. Atrakcyjne wynagrodzenie. Tel: 510 411 162

ZATRUDNIĘ kobiety i mężczyzn do zbioru czereśni z mieszkaniem na miejscu. Sobienie Jeziory. Tel: 602 357 597

PRACA stała lub dorywcza, koszenie trawy praca przy drzewie, prace porządkowe na posesji i wokół, mile widziana obsługa ciągnika oraz prawo jazdy i znajomość mechaniki i naprawy. Tel: 606 754 942

PRACOWNIK gospodarczy. Mewat s.c. Wola Rębkowska. E-mail: p.markowska@mewat.eu

MANAGER ds. zakupów z językiem angielskim. Lamex, Lipówki ul. Radosna 10. E-mail: rekrutacja@lamex.com.pl

MAGAZYNIER / pakowacz. Less, Lipowki ul. Starówka 3. E-mail: biuro@electa.com.pl

PRACA przy sortowaniu jabłek, nawet od jutra. Nowe Podole k. Wilgi. Tel: 503 157 397

DYSPOZYTOR / spedytor. Wil-sad sp.z.o.o. Wilga, Wicie 5. E-mail: praca@wilsad.pl

ASYSTENTKA zarządu/asystentka ds. księgowości. Meliorant, Garwolin, ul. Poligonowa. Tel: 501 688 793

KASJER / sprzedawca, oferujemy atrakcyjne wynagrodzenie, umowę o

pracę i przyjazną atmosferę. Groszek, Borowie. E-mail: topoz@topoz.pl, Tel: 508 306 801

MAGAZYNIER, praca 2 zmianowa, stałe zatrudnienie. 5 000 zł/netto. Maciejowice. Tel: 880 540 566

POSZUKUJEMY wykwalifikowanej osoby do prowadzenia zajęć logopedycznych w przedszkolu w Garwolinie. Praca na kilka godzin w tygodniu. E-mail: przedszkolewg@onet.pl

PRZYJMĘ do pracy przy kostce brukowej na stanowisko brukarz bądź pomocnik brukarza wynagrodzenie w zależności od posiadanych umiejętności, praca od 7 do 17. Płacę raz w tygodniu. Tel: 517 978 336

POSZUKUJEMY pracowników do sprzątania biur i magazynów w Piławie. Praca w godzinach 7:00-15:00. Wymagane cechy to sumienność i dokładność. Zainteresowane osoby prosimy o SMS pod numer: 660 758 502

PRZYJME SPAWACZY, zysk na pół, cena do uzg. Maciejowice Stawex. Tel. 888 302 303, 256825794.

**USŁUGI
ZLECĘ**

Poszukuje fachowca do naprawy masyzyny do szycia łucznic. Tel. 606 805 581.

USŁUGI

ODZYSKIWANIE danych z dysków, możliwy dojazd do klienta. Garwolin. Tel: 505 776 229

WYNAJEM szalunków stropowych, podpór, dźwigarów, transport, możli-

wość dłuższej współpracy, faktura FV. Tel: 535 802 102

MONTAŻ filmów z surowych nagrań. Cena do uzgodnienia. Tel: 721 736 533

MYCIE i malowanie dachów, elewacji, kostki brukowej, hali oraz budynków gospodarczych. Tel: 506 734 425

ZŁOTA RĄCZKA Artur - bieżące naprawy domowe, małe i duże remonty, podłączanie urządzeń elektrycznych, gazowych i sanitarnych, poddasza, elewacje, glazura, terakota, instalacje elektryczne i hydrauliczne, malowanie agregatem, uprawnienia SEP. Tel. 501 038 391.

USŁUGI ślusarsko-spalnicze, bramy, ogrodzenia, balustrady, meble loft itd. oraz naprawy spawalnicze również u klienta. Tel: 798 518 478

NAPRAWA wydechów samochodowych, stal nierdzewna lub czarna, możliwość wykonania nowego lub naprawy obecnego. Tel: 798 518 478

USŁUGI spawalnicze, szeroki zakres. Sobolew. Tel: 503 564 160

DOCIEPLANIE BUDYNKÓW. Szybko, tanio, solidnie. Tel. 502 053 214.

USŁUGI remontowo wykończeniowe od A do Z, kompleksowe łożenie, gładzie gipsowe, malowanie, montaż paneli podłogowych i ściennych, montaż drzwi, tynki dekoracyjne, adaptacje poddaszy, sufity i ściany g.k, ocieplenia i elewacje, hydraulika i elektryka kompleksową i wiele innych prac. Tel: 514 636 368

USŁUGI glebogryzarką separacyjną, kształtowanie terenu, zakładanie ogródka, nowego trawnika, szybkie usuwanie starej darni, mieszanie ziemi

KLIMATYZACJA • WENTYLACJA
REKUPERACJA • POMPY CIEPŁA
WIERCENIE W BETONIE
(TECHNIKA DIAMENTOWA)



EUROCOLD
SIENKIEWICZ

501 099 450
www.eurocold.pl

R E S I C O N

Antolak Sp. j.

Firma zajmująca się produkcją konstrukcji stalowych
ZATRUDNI OSOBY NA STANOWISKA:

**ŚLUSARZ
PRACOWNIK
PRODUKCJI**

Praca w Rykach

660 425 587

itp. Ceny do negocjacji. Tel: 728 554 871

POGOTOWIE KOMPUTEROWE GARWOLIN +30KM Błyskawiczne usługi informatyczne dla firm oraz osób prywatnych. Tel.: 505 776 229 (pn.- pt. od godz. 10:00) www.facebook.com/pkgarwolin.

SZCZECIE oraz naprawa parasoli, altan, przedsionki przyczep campingowych itp. Garwolin. Tel: 698 947 100

NAPRAWA i regeneracja rozdzielaczy i siłowników hydraulicznych. Garwolin.

Tel: 513 252 757

POSPRZĄTAM dom, mieszkanie po imprezach, remontach, posiadam do świadczenie, pracuje na swoich środkach czystości, odkurzacz lub na środkach zapewnionych przez klienta, zlecenia jednorazowe lub stała współpraca, gwarantuje profesjonalne wykonanie usług. 20 zł/h. Tel: 572 956 852

ZAOPIEKUJĘ się dzieckiem lub osobą starszą. Garwolin i okolice. Tel: 572 956 852

BIURO rachunkowe Katarzyna Górską, certyfikowane. Piława. Tel: 786 851 000

STRUGANIE drewna „deska podłogowa, tarasowa, elewacyjna, kantówki, struganie 4 stronne” cena 7 zł/m2. Tel. 607 607 700.

WYCINKA drzew i krzewów itp. koszenie zieleni i nieużytków. Prace ogrodowo-podwórkowe. Drobne naprawy i remonty. Glebogryzarka. Tel. 500 463 989.

POTRZEBUJESZ wózka inwalidzkiego, skutera inwalidzkiego, przystawki elektrycznej do wózka manualnego z dofinansowaniem? Skontaktuj się z nami tel: 511 75 33 33 https://grupamazamed.pl/

ODZYSKAM Państwa dane z dysku zewnętrznego, pendrive, karty SD po sformatowaniu. Oferuję szybką diagnozę i szybkie rozwiązanie problemu. Wykonam również drobne naprawy systemowe. Tel: 721 736 533

OFERUJEMY: okna PCV, drzwi zewnętrzne, bramy garażowe, drzwi stalowe, rolety, plisy, moskitiery parapety wew. i zew. Najwyższa jakość w najniższej cenie. Garwolin, Kościuszki 48B, tel: 513 307 104

OFERUJĘ wykonanie zabiegu stawiania baniek ogniowych z dojazdem do klienta. Posiadam wiele kursów oraz warsztatów potwierdzonych certyfikatami. Tel: 698 726 248

AFOCOPY biuro serwis - serwis naprawy, sprzedaż sprzętu, urządzeń biurowych: drukarek, kserokopiarek. Wymieniamy i

sprzedajemy tonery. Tel: 501 671 999, e-mail: biuroserwis@afocopy.pl

USŁUGI hydrauliczne, szybko, tanio, solidnie. Tel: 692 630 564

PROFESJONALNE usługi konserwacji dachów, mycie, malowanie, impregnacja. Ryki. Tel: 539 611 465

SOLIDNE malowanie dachów, wymiana orynnowania, malowanie elewacji domów parterowych i budynków gospodarczych, Tel: 518 746 036

NAPRAWA EKSPRESÓW do kawy jura, Nivona, Siemens. Naprawa blenderów mikserów odkurzaczy. Dojazd do klienta. Trojanów. Tel. 575874 124.

Miałeś wypadek? Pomogę Ci uzyskać należne odszkodowanie z polisy OC sprawcy za śmierć bliskiej osoby, uszczerbek na zdrowiu. Bezpłatna analiza dokumentów. Tel. 691 881 682.

OSTRZENIE noży Kai Wusthof Victorinox Zwilling Zwieger Global Fiskars. Trojanów. Tel. 575874 124.

BUDOWA tarasów z drewna lub kompozytu, wiat, pergoli oraz zadaszeń; zakładanie oraz pielęgnacja trawników i ogrodów. Tel: 666 992 778

WYKONAM świadectwo charakterystyki energetycznej budynku lub mieszkania. Świadectwo energetyczne wymagane jest do: sprzedaży domu lub mieszkania, wynajmu domu lub mieszkania, pozwolenia na użytkowanie. Tel: 502 911 656

**SKUP SUROWCÓW
WTÓRNYCH**

Surowce wtórne
KORNEX
z myślą o środowisku

08-504 Ułęż, Korzeniów 80



OBSŁUGA FIRM

odbiór makulatury
odbiór folii

**ODBIÓR ODPADÓW
BUDOWLANYCH / GRUZU**

81 866 76 92 665 622 822 669 105 580



PROFESJONALNA pomoc w pisaniu wzorów prac magisterskich, licencjackich, dyplomowych, zaliczeniowych, semestralnych. Dokonuję poprawek według zaleceń promotora. Tel: 795 671 408, e-mail: mar-

ta.jas84@gmail.com

TOWARZYSKIE

MĘŻCZYZNA 45l pozna kobietę. Ryki. Tel: 532 524 455

KOREPETYCJE

OFERUJĘ

KOREPETYCJE z matematyki. Garwolin. Tel: 664 475 322

**OGŁOSZENIE
WÓJTA GMINY GARWOLIN**

w sprawie przystąpienia do sporządzenia planu ogólnego gminy Garwolin

Na podstawie art. 13i ust. 3 pkt 1 ustawy z dnia 27 marca 2003 r. o planowaniu i zagospodarowaniu przestrzennym (Dz. U. z 2023 r. poz. 977, z późn. zm.) zawiadamiam o podjęciu przez Radę Gminy Garwolin Uchwały Nr II/11/2024 z dnia 6 czerwca 2024 r. **w sprawie przystąpienia do sporządzenia planu ogólnego gminy Garwolin.**

Jednocześnie na podstawie art. 39 ust. 1 pkt 1, w związku z art. 46 ust. 1 pkt 1 i art. 54 ust. 2 i 3 ustawy z dnia 3 października 2008 r. o udostępnianiu informacji o środowisku i jego ochronie, udziale społeczeństwa w ochronie środowiska oraz o ocenach oddziaływania na środowisko (Dz. U. z 2023 r. poz. 1094, z późn. zm.) zawiadamiam o przystąpieniu do przeprowadzenia strategicznej oceny oddziaływania na środowisko skutków realizacji projektu planu ogólnego gminy, obejmującej w szczególności sporządzenie prognozy oddziaływania na środowisko. Dokumentacja sprawy znajduje się w Biuletynie Informacji Publicznej gminy Garwolin pod adresem: https://uggarwolin.bip.gov.pl/procedury-planistyczne-dotyczace-sporzadzenia-zmiany-planu-ogolnego/ oraz w Urzędzie Gminy Garwolin, ul. Mazowiecka 16, 08-400 Garwolin (pokój nr 209) i można się z nią zapoznać w godzinach pracy Urzędu.

Zainteresowani mogą składać wnioski do ww. projektu planu ogólnego gminy oraz w ramach strategicznej oceny oddziaływania na środowisko w nieprzekraczalnym terminie do dnia 6 września 2024 r. Wnioski należy składać: w formie pisemnej w siedzibie Urzędu Gminy Garwolin lub pocztą na adres Urzędu - ul. Mazowiecka 16, 08-400 Garwolin; ustnie do protokołu w pokoju nr 209 w Urzędzie Gminy Garwolin; w formie elektronicznej - za pomocą środków komunikacji elektronicznej bez konieczności opatrywania ich bezpiecznym podpisem elektronicznym, o którym mowa w ustawie z dnia 5 września 2016 r. o usługach zaufania oraz identyfikacji elektronicznej (Dz. U. z 2021 r. poz. 1797, z późn. zm.) na adres: urzad@garwolin-gmina.pl lub poprzez Elektroniczną Skrzynkę Podawczą Urzędu Gminy Garwolin (ePUAP: /wiejska/SkrytkaESP).

Wniosek należy złożyć na formularzu stanowiącym załącznik do rozporządzenia Ministra Rozwoju i Technologii z 13 listopada 2023 r. w sprawie wzoru formularza pisma dotyczącego aktu planowania przestrzennego (Dz.U. z 2023 r. poz. 2509) dostępnym do wypełnienia w Urzędzie Gminy Garwolin (pokój nr 209) lub do pobrania na stronie Biuletynu Informacji Publicznej Gminy Garwolin w zakładce „Rejestr urbanistyczny” / „Procedury planistyczne dotyczące sporządzenia/zmiany Planu ogólnego”. Składający wniosek podaje: swoje imię i nazwisko lub nazwę, adres zamieszkania albo siedziby oraz adres poczty elektronicznej - o ile taki posiada, a także wskazuje czy jest właścicielem lub użytkownikiem wieczystym nieruchomości objętej wnioskiem; może także podać dodatkowe dane do kontaktu jak adres do korespondencji lub numer telefonu. Organem właściwym do rozpatrzenia wniosków jest Wójt Gminy Garwolin.

**Wójt Gminy Garwolin
Marcin Kołodziejczyk**

Przekazane dane osobowe będą przetwarzane zgodnie z informacją zawartą w Biuletynie Informacji Publicznej Urzędu Gminy Garwolin: https://uggarwolin.bip.gov.pl/procedury-planistyczne-dotyczace-sporzadzenia-zmiany-planu-ogolnego/, przy uwzględnieniu art. 8a ust. 1 ustawy z dnia 27 marca 2003 r. o planowaniu i zagospodarowaniu przestrzennym.

**SKUP ZBÓŻ
RÓWNIEŻ Z PRZEZNACZENIEM
NA GORZELNIĘ / MINIMUM 10 TON**

Zapewniam transport i odbiór z gospodarstwa

518 048 715

SKUP ZBÓŻ

PSZENICA, PSZENŻYTO, ŻYTO
odbiór z gospodarstwa min. 5 ton
waga elektroniczna na miejscu

tel. 503 043 868

Zaryte 22, 08-550 Kłoczew

SKUP BYDŁA I CIELĄT

KONKURENCYJNE CENY

- byki - jałówki - krowy - konie
wysyłam na export

ODBIÓR Z GOSPODARSTWA W KAŻDEJ KONDYCJI
PŁATNOŚĆ GOTÓWKĄ LUB SZYBKIM PRZELEWEM

tel. 519 136 146, 506 385 510

SKUP ZBOŻA

• żyto • owies
• pszenżyto i inne

Magazyn Żelechów lub odbiór z gospodarstwa

508 151 622

SKUP KONI
w każdej kondycji

Szybka płatność - dw a dni



**517055 016
506 385 510**

**SKUP ZBÓŻ
PASZOWE I KONSUMPCYJNE**

**KUPIĘ KUKURYDZĘ
W KAŻDEJ POSTACI**



517 055 016

**SKUPUJEMY ZBOŻE
NA PASZĘ**

szybki przelew lub gotówka

517 055 016

» PŁYWANIE

Bogusław Pielak podbija pływalnie na Mazowszu

Bogusław Pielak ustanowił nowy rekord Polski 12-latków na 50 metrów stylem grzbietowym podczas Ogólnopolskich Drużynowych Zawodów dla Dzieci, które odbyły się w Pruszkowie

10-latek ULKS Mazowsze Miętne triumfował w trzech wyścigach: stylem grzbietowym, klasycznym i zmiennym. Był drugi w stylu dowolnym. Kilka dni później startował z sukcesami w cyklu „Od młodzika do olimpijczyka”.

W zawodach, które odbyły się w dniach 15-16 czerwca na pływalni Szkoły Mistrzostwa Sportowego LO w Pruszkowie, Miętne reprezentowali



Bogusław Pielak, Józef Baranowski i Franciszek Zawadzki z ULKS Mazowsze Miętne na zawodach w Pruszkowie

jeszcze Franciszek Baranowski i Józef Zawadzki. Obaj odnotowali udany występ ustanawiając rekordy życiowe. Organizatorem zawodów dla 10- i 11-latków był Warszawsko-Mazowiecki Okręgowy Związek Pływacki. Stawiany przed zawodami w gronie faworytów Bogusław wytrzymał presję i potwierdził wysoką formę odnosząc trzy

fantastyczne zwycięstwa. Raz tylko musiał uznać wyższość rywali. Został najlepszym zawodnikiem całych zawodów w kategorii zawodników 10-letnich. Na szczególną uwagę zasługuje jego występ na 50 m stylem grzbietowym, w którym poprawiał rekord życiowy o 3,13 sek! Ten wynik jest lepszy niż rekord powiatu 12-latków.

OD MŁODZIKA DO OLIMPIJCZYKA

Trzy dni po zawodach w Pruszkowie, 19 czerwca, zawodnicy ULKS-u wzięli udział w wielkim finale cyklu pływackiego „Od młodzika do olimpijczyka” sezonu 2023/2024 organizowanego przez AZS Warszawa na pływalni Warszawskiego Uniwersytetu Medycznego. Kwalifikacje do imprezy uzyskało po 20 najlepszych zawodników w danej konkurencji. Ranking utworzono na podstawie sześciu zawodów eliminacyjnych. W finale wystartowało 548 uczestników z całej Polski. Wśród nich znaleźli się pływacy Mazowsza Miętne: Bogusław Pielak i Franciszek Zawadzki.

mn

WYNIKI

Pruszków, 15-16 czerwca

Bogusław Pielak (10 lat)

I miejsce na 50 m stylem grzbietowym - 36,24 - rekord powiatu 12-latków, r.ż.
I miejsce na 50 m stylem klasycznym - 44,56 - r.ż.
I miejsce na 100 m stylem zmiennym - 1:25,50 - r.ż.
II miejsce na 50 m stylem dowolnym - 34,01

Franciszek Zawadzki (10 lat)

IX miejsce na 50 m stylem dowolnym - 37,89 - r.ż.
VII miejsce na 50 m stylem grzbietowym - 44,21 - r.ż.
VII miejsce na 100 m stylem zmiennym - 1:40,96 - r.ż.

Józef Baranowski (11 lat)

XIV miejsce na 100 m stylem dowolnym - 1:38,27 - r.ż.
VIII miejsce na 100 m stylem klasycznym - 1:57,48 - r.ż.

Trenerem zawodników jest Krzysztof Mikulski

WYNIKI

Warszawa, 19 czerwca

Bogusław Pielak

VII miejsce na 50 m stylem dowolnym - 34,79 - r.ż., rekord powiatu 11-latków
VI miejsce na 50 m stylem klasycznym - 46,15
III miejsce na 50 m stylem

grzbietowym - 37,85 - r.ż., rekord powiatu 11/12-latków
VI miejsce na 50 m stylem motylkowym - 40,89 - r.ż., rekord powiatu 11-latków

Franciszek Zawadzki

X miejsce na 50 m stylem grzbietowym - 43,81 - r.ż.
X miejsce na 50 m stylem motylkowym - 43,83 - r.ż.

» PIŁKA NOŻNA DZIECI

Mazurki najlepsze na Legii

Wielki puchar, torby nagród, niewyobrażalna radość i niezapomniane emocje. To wszystko zyskali zawodnicy Mazurków Gończyce po zwycięstwie w turnieju rozegranym na stadionie Legii Warszawa przy Łazienkowskiej 4

Drużyna Mazurków Gończyce z rocznika 2017 na Łazienkowskiej trafiła z eliminacji mini mistrzostw rozegranych na stadionie Hutnika Warszawa. Drużyna mieszana UKS-u na stadionie Legii sześć razy wygrała i raz zremisowała. - Za zwycięstwo dostaliśmy komplet strojów dla całej

drużyny, voucher z przewodnikiem do ZOO - mówi Marcin Cieśla, trener Mazurków Gończyce. - Od Polskiego Związku Piłki Nożnej dużą torbę z piórnikiem, piłkami i innymi rzeczami. Dodatkowo torbę z kanapkami, sokami i wodą. Trochę tego było. Na Łazienkowskiej 4 potwierdzi-

liśmy wysoką formę z turnieju na Hutniku. Wtedy wygraliśmy pięć razy. Moi złoci medaliści zadedykowali wygraną kolidze Tymonowi, który kilka dni przed turniejem złamał nogę i nie mógł zagrać. Przygotowali mu też dużą plakietkę z dedykacją.

mn



UKS Mazurki Gończyce reprezentowali: Maciej Cieśla, Liliana Cieśla, Patrycja Bielecka, Tymon Jedruch, Aleksandra Kander, Wojciech Kander, Tomasz Lechnio, Ignacy Mikołajczuk, Krzysztof Miszczak. Opiekun: Marcin Cieśla

» SPORT SZKOLNY - SIATKÓWKA PLAŻOWA

Zagraли w siatkówkę na piasku



Powiatową rywalizację Młodzieży Szkół Ponadpodstawowych pod honorowym patronatem starosty powiatu garwolińskiego Iwony Kurowskiej wygrały

drużyny z ZSP Żelechów i ZS nr 2 w Garwolinie. Do rywalizacji przystąpiło sześć reprezentacji szkół z powiatu. W rozgrywkach dziewcząt wy-

grała reprezentacja gospodarza zawodów, czyli Zespołu Szkół Ponadpodstawowych w Żelechowie w składzie: Oliwia Kawka i Wiktoria Jędrzych. Na



drugim stopniu podium stanęły Aleksandra Piłka i Marta Kozłowska z Liceum Ogólnokształcącego w Garwolinie, a na trzecim Wiktoria Gruszczyńska

i Gabriela Szmulik. W kategorii chłopców najlepszy byli: Kamil Kałaska i Filip Mikulski z Zespołu Szkół nr 2 w Garwolinie. Za nimi byli: Jan Tudkow i Antoni Napłosz-

kow z KLO w Garwolinie i Paweł Burakowski z Nikodemem Ozimkiem z ZS nr 2 Garwolinie. Zawody odbyły się w dniach 17-18 czerwca.

mn

» PIŁKA NOŻNA - IV LIGA MAZOWIECKA

Zmęczenie i trudy sezonu dały znać o sobie

Nie tak mieli zakończyć udany sezon. Zdegradowana do okręgówki Marcovia Marki nie sprzedała skóry i pokonała u siebie Wilgę Garwolin 4:3

Przed tym meczem było wiadomo, że Wilga zostaje, a Marcovia spada z czwartej ligi. Wydawało się, że pogodzeni z degradacją goście oddadzą punkty GKS-owi. Niestety po pierwszej połowie to Marki prowadziły 2:0, strzelając pierwszego gola w 3 minucie meczu. Drugi padł w doliczonym czasie pierwszej połowy. Wilga obudziła się dopiero, gdy przegrywała

3:0. Po dwóch trafieniach: Obiego i Kaczyńskiego zaczął się pościg za remisem. Marki nie markowały gry, tylko golem na 4:2 ostudziły zapędy ekipy ze Sportowej. Gdy już część kibiców opuszczała stadion w Markach, Emmanuel Obi strzelił 22 gola w sezonie dla Dumy Garwolina i trzeciego dla drużyny w tym meczu. - *Przed meczem mieliśmy w głowach zwycięstwo - mówi Karol Zawadka, trener Wilgi Garwolin - Punkty były doliczone, ale niestety to nas zgubiło. Nie mogliśmy nic więcej zrobić, nic więcej wycisnąć. Zmęczenie i trudy sezonu dały znać o sobie.*

mn

WYNIKI 34 KOLEJKI		TABELA	
Marcovia Marki	4 (2)	1. Wisła II	34 83 102:23
Wilga Garwolin	3 (0)	2. Ząbkovia	34 77 96:39
Gole dla Wilgi: Emmanuel Obi (57', 90'), Szymon Kaczyński (66')		3. KS CK Troszyn	34 75 81:40
Wilga: Makulec, Grzegorzcyk, Mangke (45' Haber), D. Papiernik (70' Poszytek), Szulc, Rudzki (60' Shakurau), Wiecezorek (60' Khasanov), Piesio, Kowalski, Kaczyński, Obi		4. KTS Wesoła	34 72 100:39
Mazovia - Troszyn	2:3	5. Hutnik	34 68 71:39
Raszyn - Ursus	2:3	6. Mszczonow.	34 66 72:44
Drogowiec - Sokół	1:3	7. Ursus	34 60 61:47
Hutnik - Józefovia	1:3	8. Mazovia	34 57 92:63
Mszczonowianka - Błonianka	1:1	9. Oskar	34 43 46:59
Mazur - Oskar	2:2	10. MKS Piasecz.	34 43 63:68
Wisła II - Piaseczno	7:0	11. Józefovia	34 42 49:74
Ząbkovia - Wesoła	3:3	12. Wilga	34 39 55:66
		13. Błonianka	34 36 44:64
		14. Mazur	34 35 47:70
		15. Marcovia	34 31 44:73
		16. KS Raszyn	34 20 29:100
		17. Sokół	34 17 39:99
		18. Drogowiec	34 4 19:98

» PIŁKA NOŻNA

Najstarszy piłkarz Polski zakończył karierę

77-letni Bogdan Głębicki, najstarszy uczestnik rozgrywek prowadzonych przez Polski Związek Piłki Nożnej, po raz ostatni zagrał w oficjalnym meczu piłkarskim

Na stadionie Wilgi Garwolin w meczu pożegnalnym popularny „Wuja” zagrał w dwóch ekipach: Bogdan Team i Oldboje Mazowieckiego Związ-

ku Piłki Nożnej. Ci drudzy wygrali 6:5. Bohater meczu strzelił 3 gole w barwach Bogdan Team oraz jednego grając w ekipie Oldbojów. Pod koniec meczu pan Bogdan opuścił boisko w szpalerze uczestników tego wydarzenia i gości zaproszonych.

Ważnym momentem meczu był czas, gdy na boisku w zespole „Wuja” pojawiły się trzy pokolenia Głębickich: dziadek Bogdan, synowie Rafał i Ma-

riusz oraz wnukowie Piotr i Antoni. O takich chwilach może pomarzyć wiele rodzin z piłkarskimi tradycjami. Sukcesem godnym zauważenia zazwyczaj jest fakt, gdy na boisku spotkają się ojciec z synem, ale gdy dziadek gra z wnukami, to już jest wielka sensacja! Swoje uznanie dla najstarszego aktywnego piłkarza w Polsce wyrazili: Albina Łubian - burmistrz Pilawy, Artur

Kolator - wiceprezes MZPN i Robert Parzonka - prezes Okręgowego Związku Piłki Nożnej w Siedlcach. Na uwagę zasługuje też udział w meczu wielu sław piłkarskich z Mazowsza, wśród których znaleźli się m.in.: Grzegorz Piesio, Jerzy Podbrożny i Dariusz Dźwigała. Więcej o piłkarskiej karierze Bogdana Głębickiego piszemy na 24 stronie.

mn

WYNIKI 30 KOLEJKI		TABELA	
Bogdan Team	5 (0)	1. Pogoń II	30 77 123:27
MZPN Oldboje	6 (3)	2. Wętkra	30 77 101:29
Gole: Bogdan Głębicki 3, Kamil Tłaga, Kamil Szostak - Maciej Rogalski 3, Mariusz Milewski, Bogdan Głębicki, Arkadiusz Stępień.		3. Fenix	30 61 74:52
Bogdan Team: Dominik Pusek, Damian Jakubik, Mateusz Rękawek, Karol Kopeć, Bartłomiej Jedynak, Kamil Szostak, Piotr Szostak, Jacek Dąbrowski, Sebastian Grzegorzcyk, Grzegorz Piesio, Mariusz Głębicki, Antoni Głębicki, Rafał Głębicki, Piotr Głębicki, Kamil Tłaga, Michał Zieliński, Adam Borecki, Robert Parzonka, Bogdan Głębicki. Trener: Maciej Kędziorek		4. ULKS Gołębek	30 60 87:63
Oldboje MZPN: Sebastian Przyrowski, Robert Stawicki, Igor Gołaszewski, Dariusz Dźwigała, Michał Herman, Mariusz Milewski, Maciej Rogalski, Mariusz Berliński, Piotr Krysiński, Arkadiusz Stępień, Przemysław Tucin, Jerzy Podbrożny. Trener: Sergiusz Wiechowski		5. ŁDK Łosice	30 48 74:56
		6. Zryw	30 45 72:68
		7. Orzeł	30 44 65:64
		8. Hutnik	30 38 73:69
		9. Sęp	30 40 75:78
		10. Podlasie II	30 38 56:70
		11. MKS Małk.	30 37 56:64
		12. Jastrzęb	30 35 54:72
		13. Jabłonianka	30 29 64:94
		14. Promnik	30 22 46:80
		15. Czarni	30 20 37:88
		16. Kolektyw	30 9 40:128



Pod koniec meczu pan Bogdan opuścił boisko w szpalerze uczestników tego wydarzenia i gości zaproszonych

eprasa.pl 135 d2c6ab2

» PIŁKA NOŻNA - KL. OKRĘGOWA (W-WA I)

Ostania porażka Wilgi II

Wilga II Garwolin 0:5 przegrała z niżej notowanym Madziarem Nieporęt ostatni mecz w sezonie 2023/24 i zakończyła rozgrywki na siódmym miejscu.

Promnik Łaskarzew w tej kolejce nie grał. Od kilku tygodni piętnasty w tabeli Promnik był pogodzony ze spadkiem do A Klasy.

mn

WYNIKI 30 KOLEJKI		TABELA	
Madziar Nieporęt	5	1. KS Łomianki	30 85 127:19
Wilga II Garwolin	0	2. Bug	30 77 88:25
Legionovia II-Świt II 2:1		3. Wicher	30 76 98:37
Radość-Orły 1:2		4. Grom	30 57 78:46
Halinów-Bug 1:2		5. Delta	30 55 94:43
Delta-Wicher 3:0		6. Legionovia II	30 48 63:61
Mazur-Dąb 9:1		7. Wilga II	30 42 58:70
Grom-Łomianki 0:3		8. Orły	30 39 65:82
walkower, gospodarze zrezygnowali z gry		9. Polonia	30 40 53:56
		10. Świt II	30 35 80:66
		11. Madziar	30 35 65:83
		12. KS Halinów	30 30 58:90
		13. PKS Radość	30 28 43:76
		14. Mazur	30 28 49:82
		15. Promnik	30 12 29:117
		16. Dąb	30 7 37:129

» PIŁKA NOŻNA - KL. OKRĘGOWA (SIEDLCE)

Ostatni zryw Zrywu

W ostatniej kolejce spotkań siedleckiej klasy okręgowej Zryw Sobolew pokonał Kolektyw Oleśnica 3:7

Wygrana pozwoliła mu skończyć z ósmego na szóste miejsce i stać się najlepszą drużyną powiatu garwolińskiego tych rozgrywek w sezonie 2023/24.

Zwycięstwa zanotowali jeszcze Hutnik Huta Czechy i Orzeł Unin. W pojedynku latających drapieżników Ja-

strząb z Żeliszewa pokonał Sępa z Żelechowa. Rezerwy Pogoni Siedlce były lepsze od naszego Promnika. Wygrywając w Gończycach zapewniły sobie mistrzostwo i awans do V ligi. W tabeli za szóstym Zrywem znalazła się trójka naszych ekip: Orzeł Łosice (7), Hutnik Huta Czechy (8) i Sęp Żelechów(10). Do A Klasy niestety spadł Promnik Gończyce, który zajął 14 miejsce.

mn

WYNIKI 30 KOLEJKI		TABELA	
Jastrzęb Żeliszew	2	1. Pogoń II	30 77 123:27
Sęp Żelechów	2	2. Wętkra	30 77 101:29
Jabłonianka	0	3. Fenix	30 61 74:52
Hutnik Huta Czechy	0:5	4. ULKS Gołębek	30 60 87:63
MKS Małkinia	2	5. ŁDK Łosice	30 48 74:56
Fenix Siennica	3	6. Zryw	30 45 72:68
Podlasie II Sokołów P.	0	7. Orzeł	30 44 65:64
Wętkra Zbuczyn	1	8. Hutnik	30 38 73:69
Kolektyw Oleśnica	3	9. Sęp	30 40 75:78
Zryw Sobolew	7	10. Podlasie II	30 38 56:70
Czarni Węgrów	3	11. MKS Małk.	30 37 56:64
ULKS Gołębek	4	12. Jastrzęb	30 35 54:72
Orzeł Unin	3	13. Jabłonianka	30 29 64:94
ŁDK Łosice	0	14. Promnik	30 22 46:80
Promnik Gończyce	2	15. Czarni	30 20 37:88
Pogoń II Siedlce	4	16. Kolektyw	30 9 40:128

Aplikacja mobilna
egarwolin.pl już dostępna!





Bogdan Głębicki w wieku 77 lat zakończył piłkarską karierę

Bogdan Głębicki, popularnie znany jako „Wuja”, stał się ikoną polskiej piłki nożnej dzięki swoim niezwykłym osiągnięciom. Nawet po ukończeniu 70 lat strzelał gole w barwach Hutnika Huta Czechy. Jego ostatni gol padł 21 września 2021 roku w meczu z MKS Małkinią w lidze okręgowej. Jest najstarszym zawodnikiem w Polsce, który może poszczycić się takim osiągnięciem

23 czerwca na stadionie Wilgi Garwolin, 77-letni **Bogdan Głębicki** oficjalnie zakończył swoją przygodę z piłką nożną. Mecz pożegnalny zorganizował jego syn, **Rafał Głębicki**, obecny grający trener Orła Unin.

ZACZYNAŁ OD PIŁKI PODWÓRKOWEJ

Bogdan Głębicki, mieszkający w Trąbkach, stał się legendą dzięki długowieczności swojej kariery. Jego przygoda z piłką zaczęła się w Sobolewie, gdzie jako chłopiec podawał piłki seniorom i czyścił im buty. Po przeprowadzce do Celestynowa tam stawiał swoje pierwsze kroki w piłce podwórkowej. Pierwszy oficjalny mecz zagrał w wieku 17 lat w barwach Burzy Pilawa. Początkowo grał na obronie, jednak jego instynkt strzelecki szybko sprawił, że został przesunięty do ataku.

ZADZIWIWIAJĄCE WYNIKI

Po siedemdziesiątce Bogdan Głębicki zdobył pięć goli dla Hutnika, w tym trzy w lidze okręgowej i jedno trafienie w rozgrywkach Pucharu Polski. Najbardziej spektakularnym osiągnięciem był gol strzelony Radomiakowi II Radom w IV lidze mazowieckiej. Między 60. a 70. rokiem życia strzelił dziewięć goli. - *Pierwszego gola w meczu ligowym zdobyłem w 1962 roku przeciwko Stoczkowi Węgrowskiemu* - wspomina „Wuja”.

WUJA - IKONA KLUBU

W klubie, gdzie zmieniali się piłkarze i członkowie zarządu, Bogdan Głębicki był stałą obecnością. - *Byli tacy zawod-*



Bogdan Głębicki planował grać do 65. roku życia, a teraz zbliża się do 78. Nadal czerpie radość z gry w piłkę, traktując to jako najlepsze „sanatorium”. Jego niesłabnąca pasja i determinacja uczyniły go prawdziwą legendą polskiej piłki nożnej

nicy, dla których mógłbym być dziadkiem. Przecież na meczu nie będą do mnie wołali „proszę pana!”. Ustaliliśmy więc, że będę Wujkiem - opowiada nasz rozmówca, który w ten sposób zyskał przydomek „Wuja”. Pomimo upływu lat, jego współpraca z młodszyimi zawodnikami układała się bardzo dobrze. - *Wiadomo, że im byłem starszy, tym bardziej oni musieli na mnie pracować. Strzelałem gole po ich podaniach, najczęściej z pierwszej piłki. W innych zespołach też byli młodzi i nie było czasu na przyjęcie. Cieszę się, że omijały mnie kontuzje. W każdy mecz wkładałem dużo serca, bez względu na to, czy grałem 5 czy 90 minut* - przyznaje.

SŁAWA I UZNANIE

Sukcesy Bogdana Głębickiego wzbudziły zainteresowanie mediów. Telewizja Polonia i Canal+ Sport nakręciły o nim filmy dokumentalne, a jego historia pojawiła się w Teleexpressie i TVP 3 Lublin. Polski Związek Piłki Nożnej również zrealizował spot na jego temat. Jego osiągnięcia opisywały prestiżowe czasopisma piłkarskie, a on sam stał się rozpoznawalny na ulicach. **Grzegorz Krychowiak, Cezary Kucharski** oraz piłkarze Lecha Poznań nagrali dla niego specjalne pozdrowienia, a list gratulacyjny przesłał **Michał Listkiewicz**, prezes PZPN.

TRUDNOŚCI I WYTRWAŁOŚĆ

Choć jego wiek i chęć gry nie zawsze były dobrze przyjmowane, Bogdan Głębicki nie poddawał się. Nawet kiedy trenerem Hutnika został jego syn Rafał, musiał ciężko pracować, aby zasłużyć na miejsce w drużynie. Bywały trudne chwile, w tym nieprzyjemne komentarze ze strony kibiców i działaczy. - *Najbardziej zabolalo mnie, gdy jeden z działaczy klubu, w którym spędziłem prawie 50 lat powiedział do mnie: „Stary dziadu, ile ty jeszcze będziesz grał?”*, a po голу strzelonym rezerwom Radomiaka twier-



Bogdan Głębicki z synami Mariuszem (nr 78) i Rafałem (7) oraz wnukami Antonim (99) i Piotrem (16)

dził, że gola zdobyłem w sposób nieprawidłowy. Wówczas przestałem chodzić na mecze i treningi. Nie skarzę się, ale uważam, że nie zasłużyłem na takie traktowanie - opowiada pan Bogdan.

PASJA I KOLEKCJE

Bogdan Głębicki zgromadził bogatą kolekcję pamiątek związanych z piłką nożną, w tym buty, proporczyki i szaliki. Wszystkie swoje występy zapisywał w zeszytach, dokumentując karierę zarówno swoją, jak i swoich synów. Choć zakończył grę w Hutniku, nadal bierze udział w treningach oldbojów w Garwolinie i gra w turniejach.

ZMIANY NA PRZESTRZENI LAT

Nasz bohater doświadczył wielu zmian w piłce nożnej. - *Przez te wszystkie lata wiele*

się zmieniło. Kiedyś po deszczu koszulki sięgały nam za kolana i ważyły 3 kilo więcej. Piłki były sznurowane, a przez boiska niejednokrotnie przebiegała polna droga lub ścieżka. Myśleliśmy w rzekach, stawach lub wodą ze studni, jeśli jakiś gospodarz nam pozwolił. Wydaje mi się, że byliśmy też mniej kontuzjogenni. Na mecze często jeździliśmy samochodami pod plandeką. Jak było ciepło lub zimno, nie dało się usiedzieć. Jak plandeka była dziurawa i padał deszcz, to wiadomo, że zanim dojechalibyśmy, byliśmy mokrzy - wspomina. Bogdan Głębicki planował grać do 65. roku życia, a teraz zbliża się do 78. Nadal czerpie radość z gry w piłkę, traktując to jako najlepsze „sanatorium”. Jego niesłabnąca pasja i determinacja uczyniły go prawdziwą legendą polskiej piłki nożnej.

Mariusz Nastalski



Bogdan Głębicki z synami: Rafałem (po lewej) i Mariuszem (po prawej) w grudniu 2007 roku



Bogdan Głębicki, ur. 26.02.1947 r.
kluby: Czarni Śródborów, Burza Pilawa, Józefovia Józefów, Wrzos Celestynów, Hutnik Huta Czechy (od 1975 roku), Zdrowie Garwolin (futsal II liga)
trener: Orzeł Parysów, Burza Pilawa, grup młodzieżowych Hutnika Huta Czechy
gole po ukończeniu 70 lat:
 - Sęp Żelechów (klasa okręgowa), 26.05.2018 - 71 lat
 - Kolektyw Oleśnica (klasa okręgowa), 08.09.2018 - 71 lat
 - MKS Małkinia (klasa okręgowa), 11.09.2021 - 74 lata
 - Wicher Sadowne (Puchar Polski) 22.09.2019 - 72 lata
 - Radomiak II Radom (IV liga mazowiecka), 12.06.2021 - 74 lata
żona: Elżbieta
synowie: Rafał, piłkarz m.in.: Hutnika Huta Czechy, Orła Unin, Mazura Karczew, Wilgi Garwolin. Mariusz: piłkarz m.in.: Hutnika Huta Czechy, Hetmana Zamość, AZS AWF Podlasie Biała Podlaska, Pogoni Leżajsk
wnukowie: Antoni i Piotr
odznaczenia: brązowa odznaka „Za zasługi dla sportu”, srebrna honorowa odznaka Polskiego Związku Piłki Nożnej, srebrna odznaka Mazowieckiego ZPN, złota odznaka Siedleckiego ZPN, srebrna odznaka siedleckiego ZPN