85-latek podejrzany o ZABÓJSTWO

– STR. 3

Dalsza rozbudowa DK61

– STR. 3

TYGODNIK LOKALNY

JABŁONNA
LEGIONOWO
NIEPORĘT
SEROCK
WIELISZEW

3,50 zł
W TYM 5% VAT

9 771426 650230 42

INDEKS 378461
ISSN 1426-6504

NR 42 (1744)
17 PAŹDZIERNIKA 2023

MAZOWIECKIE tygodnik

CO TYDZIEŃ OD 5 MAJA 1990 ROKU

PGE INFORMACJE zakładu energetycznego
GDZIE I KIEDY WYŁĄCZĄ PRĄD – str. 16

Pyrrusowe zwycięstwo PiS?

Szykuje się zmiana rządów w Polsce. Pomimo, że najwięcej głosów uzyskał komitet wyborczy Prawo i Sprawiedliwość, to łączny wynik opozycyjnych komitetów wyborczych Koalicji Obywatelskiej, Trzeciej Drogi oraz Nowej Lewicy jest znacząco wyższy.

CZYTAJ NA STRONIE 3

DZIWIĘ SIĘ...
Już nic się nie opłaca? - STR. 2

LEGIONOWO
Kto będzie sprzedawał obligacje? - STR. 2

POWIAT
Jak mogą poruszać się HULAJNOGI? - STR. 2

POWIAT
Nowy budynek Sądu i Prokuratury coraz bliżej - STR. 3

LEGIONOWO
SMLW chcę 300 tys. zł za dziki - STR. 5

LEGIONOWO
Osiedle przy ul. Narutowicza? - STR. 5

SEROCK
60 mieszkań na wynajem? - STR. 5

SPORT
NA STRONACH 23 - 24

SML-W tłumaczy skąd się biorą podwyżki czynszów

– STR. 22

REKLAMA

Skosztuj historii naszego miasta...
RESTAURACJA LEGIONOWSKA
www. legionowska.pl
505-360-809

AUTO NAPRAWA
• MECHANIKA • GEOMETRIA • CZĘŚCI
• WYWAŻANIE KÓŁ • KLIMATYZACJA
Adam Szczypkowski
05-110 JABŁONNA ul. WYGONOWA 1
pn. – pt.: 8-00 - 17-00
☎605 94 91 91
022 782 49 10

LODY by Szymon Sapieha
LEGIONOWO BATOREGO 12
ZAPRASZAMY

Sprzedam działkę
pod zabudowę mieszkaniowo-usługową
W-wa Płudy
ul. Wałuszewska
1760 m.kw.
Tel. 666 390 939

JARZĘBINOWA II
Nowy Dwór Mazowiecki
EP DEVELOPMENT
SPRZEDAŻ TRWA!
793-501-501
KAMERALNE OSIEDLE JARZĘBINOWA II
www.europartner.nieruchomosci.pl

eprasa.pl 05c56a12dc

DZIWIĘ SIĘ...

Już nic się nie opłaca?

Niedawno pisaliśmy, że w budżecie miasta nie ma pieniędzy na rytmikę i angielski w przedszkolach oraz na WF w szkołach. Podobno nie ma ich też na utrzymanie miejskich obiektów sportowych i dlatego trzeba na nie podbierać pieniądze z Budżetu Obywatelskiego. Zresztą, zapewne także z powodu oszczędności, właściwie nie mogą z nich korzystać mieszkańcy, a udostępnia się je niemal wyłącznie zawodowym klubom sportowym.

Miejskim spółkom nie opłaca się otwierać takich obiektów jak np. basen przy ul. Królowej Jadwigi albo wypasione targowisko, za unijne środki, o nazwie „Mój rynek". Nie opłaca się budowa, czy choćby remonty budynków komunalnych. Chociaż opłaty za lokale w tych budynkach, jakie muszą płacić lokatorzy, wydają się horrendalne.

Nie opłaca się też wybór oferty firmy, która gotowa jest po najniższej cenie odbierać śmieci z miasta. Miejskiej ciepłowni nie kalkuluje się natomiast podłączanie zbyt wielu budynków do własnej sieci i powiększanie grona comiesięcznych płatników. Chociaż ci podłączeni uskarżają się, że muszą za dostarczane ciepło płacić jak za zboże.

Co więc się opłaca? Opłaca się najwyraźniej budować i utrzymywać dworce, które gdzie indziej finansuje sama kolej. Chociaż ich wykonawcy domagają się od miasta 20 mln zł odszkodowania i na jego otrzymanie mają coraz większe szanse. Opłaca się chyba budować hale i hotele, z których nie mogą korzystać mieszkańcy. Wreszcie opłaca się wypuszczać obligacje, za których wykup, wraz z sowitą prowizją dla banku, oczywiście zapłacą mieszkańcy...

Paweł Szyling

Nagrody od starosty dla najlepszych uczniów

Starosta Legionowski Sylwester Sokolnicki wręczył nagrody uczniom, którzy osiągnęli wybitne wyniki w nauce. W tym roku takie wyróżnienia otrzymało aż 86 osób.

Fot. powiat legionowski

Jak mogą poruszać się HULAJNOGI?

Czytelnicy od dłuższego czasu uskarżają się na elektryczne hulajnogi. Jednym przeszkadzają, kiedy poruszają się po jezdni, a drugim kiedy wjeżdżają na chodniki. Niemal wszystkim nie podoba się, gdy porzuca się je byle gdzie...

W związku z tym, przekazujemy garść informacji na temat elektrycznych hulajnóg.

Hulajnoga elektryczna: obowiązki

Kierujący hulajnogą elektryczną jest obowiązany korzystać z drogi dla rowerów lub pasa ruchu dla rowerów, jeśli są one wyznaczone dla kierunku, w którym się porusza lub zamierza skręcić – z prędkością dopuszczalną 20 km/h. Dodatkowo jest obowiązany korzystać z jezdni, po której ruch pojazdów jest dozwolony z prędkością nie większą niż 30 km/h, w przypadku gdy brakuje wydzielonej drogi dla rowerów oraz pasa ruchu dla rowerów – z prędkością dopuszczalną 20 km/h. Kierujący może wyjątkowo poruszać się chodnikiem lub drogą dla pieszych, gdy chodnik jest usytuowany wzdłuż jezdni, po której ruch pojazdów jest dozwolony z prędkością większą niż 30 km/h i brakuje wydzielonej drogi dla rowerów oraz pasa ruchu dla rowerów – z zachowaniem następujących zasad:

1. jazda z prędkością zbliżoną do prędkości pieszego,
2. zachowanie szczególnej ostrożności,
3. ustępowanie pierwszeństwa pieszemu oraz nieutrudnianie ruchu pieszemu.

Hulajnoga elektryczna: uprawnienia

Do kierowania hulajnogą elektryczną przez osoby w wieku od 10 lat do 18 lat wymagane będzie posiadanie tych samych uprawnień, co w przypadku kierowania rowerem, czyli karty rowerowej lub prawa jazdy kategorii AM, A1, B1 lub T. Dla osób, które ukończyły 18 lat, dokument taki nie jest wymagany.

Hulajnoga elektryczna: dzieci

Poruszanie się hulajnogą elektryczną po drodze publicznej przez dziecko do 10 lat jest zabronione w każdej sytuacji, również pod opieką osoby dorosłej. Dzieci w wieku do 10 lat mogą poruszać się hulajnogą elektryczną jedynie w strefie zamieszkania, pod opieką osoby dorosłej.

Hulajnoga elektryczna: zakazy

Przepisy zabraniają: kierowania hulajnogą osobie znajdującej się w stanie nietrzeźwości lub w stanie po użyciu alkoholu albo środka działającego podobnie do alkoholu,

przewożenia hulajnogą elektryczną innych osób, zwierząt i przedmiotów,

ciągnięcia lub holowania hulajnogą elektryczną innych pojazdów,

Red na pdst. https://mazowiecka.policja.gov.pl

LEGIONOWO

Który bank będzie sprzedawał legionowskie obligacje?

Ratusz prowadzi konkurs na wybór banku, który zajmie się emisją (sprzedażą) obligacji komunalnych o wartości 25,5 mln zł. Spłata długu ma nastąpić do końca 2033 r.

W czerwcu br. Rada Miasta przyjęła uchwałę pozwalającą na zaciągnięcie przez miasto nowych zobowiązań. Generalnie chodziło o pokrycie dziury budżetowej oraz na spłatę wcześniejszych zobowiązań na łączną kwotę 25,5 mln zł.

Uchwała dotyczyła zgody na wypuszczenie przez Gminę Miejską Legionowo obligacji o wartości 25,5 mln zł. W uzasadnieniu tej uchwały możemy przeczytać, że jej celem było pozyskanie środków na pokrycie planowanego deficytu budżetu Gminy Miejskiej Legionowo oraz spłata wcześniej zaciągniętych zobowiązań. Wydatki związane z przeprowadzeniem emisji obligacji mają zostać pokryte z dochodów własnych Gminy Miejskiej Legionowo.

Obecnie ogłoszono konkurs na wyłonienie banku, który podejmie się przeprowadzenia sprzedaży obligacji o wartości 25,5 mln zł., których emitentem będzie Gmina Miejska Legionowo. Spłata tych zobowiązań, czyli ich wykup przez Miasto ma nastąpić do końca 2033 r.

Instytucje finansowe zainteresowane realizacją tej usługi mogą złożyć swoje oferty w ratuszu w terminie do 31 października 2023 r. Konkurs wygra ten podmiot, który zaproponuje najniższą cenę za emisję wskazanych papierów wartościowych.

WD

Jak tłumaczy PKO Bank Polski, obligacje komunalne to dłużne papiery wartościowe emitowane przez jednostki samorządu terytorialnego (JST): gminy (także miasta), powiaty i województwa. Dzięki nim samorządy mogą m.in.: finansować wydatki bieżące i inwestycyjne, refinansować spłatę dotychczasowego zadłużenia, pokryć koszty inwestycji współfinansowanych ze środków Unii Europejskiej.

SPROSTOWANIE

do artykułu pt. „Podwyżka opłat w budynkach komunalnych. Ile płacą LOKATORZY?", opublikowanego w TiO nr 41/2023 z dnia 10 października 2023 r.

W omawianym w artykule lokalu komunalnym o pow. 54 m2 wysokość miesięcznego czynszu wynosi 326zł. Wysokość stawek czynszu za 1 m2 powierzchni użytkowej lokali wchodzących w skład zasobu mieszkaniowego Gminy Legionowo jest zgodna z Zarządzeniem nr 11/2022 Prezydenta Miasta Legionowo z dnia 21 stycznia 2022r. Wysokość stawek ustalana jest w oparciu o wieloletni program gospodarowania mieszkaniowym zasobem Gminy Legionowo. Dokładny opis kategorii mieszkań i wysokości czynszu zawarty jest w ogólnodostępnym dokumencie jakim jest Uchwała nr XLVIII/718/2022 Rady Miasta Legionowo z dnia 28 grudnia 2022r. w sprawie wieloletniego programu gospodarowania mieszkaniowym zasobem Gminy Miejskiej Legionowo na lata 2023-2027.

Wszystkie pozostałe opłaty zależą od zewnętrznych dostawców mediów. KZB Legionowo Sp. z o.o. nie ma wpływu na ich wysokość.

Irena Bogucka
Prezes Zarządu
KZB Legionowo Sp. z o.o.

Ze względu na wymogi prawa prasowego, nie możemy w tym samym numerze tygodnika, komentować treści zamieszczonego sprostowania. Dlatego odniesiemy się od niego kolejnych numerach To i Owo.

MAZOWIECKIE toiowo LAUREAT NAGRODY PRO PUBLICO BONO
IZBA WYDAWCÓW PRASY IWP
Stowarzyszenie Gazet Lokalnych

Redakcja: Maciej Lerman - Redaktor Naczelny, Jerzy Buze, Kuba Kamiński, Maja Zakaszewska.
Współpraca: Wojciech Dobrowolski, Olga Gajda, Sławomir Jakubczak, Antoni Kawczyński, Karol Krawczyk, Piotr Kucza, Jacek Szczepański, Paweł Szyling, Konrad Toporowicz, Jadwiga Wołynik.
Adres: 05-120 Legionowo, ul. Rynek 2; tel.: **22 784 92 00**, **22 784 92 01**; e-mail: **toiowo@tio.com.pl**.

Biuro ogłoszeń: 05–120 Legionowo, ul. Rynek 2; tel.: 22 784 22 22, 22 774 13 31; fax: 22 784 99 70; e-mail: reklama@tio.com.pl.
Ogłoszenia i reklamy nie stanowią materiału pochodzącego od wydawcy.

Prenumerata realizowana przez RUCH S.A.: zamówienia na prenumeratę w wersji papierowej i na e-wydania można składać na stronie www.prenumerata.ruch.com.pl. Pytania prosimy kierować na adres e-mail: prenumerata@ruch.com.pl lub kontaktując się z infolinią pod numerem 22 693 70 00, w dni robocze w godzinach 7:00 – 17:00, koszt połączenia wg taryfy operatora.
Druk: Polska Press Łódź.
Wydawca: Agencja TiO Paweł Kozera, e-mail: agencja@tio.com.pl. Nakład poniżej 15.000 egz.

eprasa.pl 05c56a12dc

TELEFON INTERWENCYJNY: 22 784 92 01, toiowo@toiowo.eu

WYBORY

Wyniki wyborów do Parlamentu (niepełne)

Szykuje się zmiana rządów w Polsce. Pomimo, że najwięcej głosów uzyskał komitet wyborczy Prawo i Sprawiedliwość, to łączny wynik opozycyjnych komitetów wyborczych Koalicji Obywatelskiej, Trzeciej Drogi oraz Nowej Lewicy jest znacząco wyższy

Zarówno z danych sondażowych, jak i z oficjalnych (niepełnych) wyników głosowania podawanych przez PKW wynika, że najwięcej głosów w wyborach do parlamentu uzyskało Prawo i Sprawiedliwość. Jednak łączny wynik partii opozycyjnych wskazuje na to, że to one są prawdziwymi zwycięzcami wyborów. Prognozy rozkładu mandatów w Sejmie świadczą o tym, że będą one miały bezpieczną przewagę nad PIS.

Wyniki wyborów w poniedziałek na godz. 20:00 (dane PKW z 91,88 proc. komisji wyborczych):

Prawo i Sprawiedliwość- 36,31%
Koalicja Obywatelska - 29,8%
Trzecia Droga - 14,47%
Lewica - 8,42%
Konfederacja - 7,2%

Do sejmu nie wejdą: Bezpartyjni Samorządowcy, Polska Jest Jedna, Mniejszość Niemiecka, KWW Ruchu Dobrobytu i Pokoju, Normalny Kraj, Antypartia oraz Ruch Naprawy Polski.

Frekwencja: 73,9% Poszczególne wyniki z okręgu nr 20 (powiaty: grodziski, legionowski, nowodworski, otwocki, piaseczyński, pruszkowski, warszawski zachodni, wołomiński):

Podział mandatów w Sejmie wg: komitetów wyborczych:
Prawo i Sprawiedliwość- 196
Koalicja Obywatelska - 158
Trzecia Droga - 61
Lewica - 30
Konfederacja - 15

Lista nr 1 - KW BEZPARTYJNI SAMORZĄDOWCY
- Beata Ugodzińska - Stanisławowo - 348 głosów
- Marek Półturzycki - Chotomów - 257 głosów

Lista nr 2 - KKW TRZECIA DROGA PSL-PL2050 SZYMONA HOŁOWNI
- Bogdan Kiełbasiński - Legionowo - 1073 głosy
- Bogusława Tomasik - Rynia - 565 głosów
- Artur Pozorek - Jabłonna - 364 głosy

Lista nr 3 - KW NOWA LEWICA
- Ewa Sawicka - Legionowo - 1241 głosów
- Jan Harasymowicz - Legionowo - 223 głosy

Lista nr 4 - KW PRAWO I SPRAWIEDLIWOŚĆ
- Mariusz Błaszczak - Legionowo - 64 409 głosów
- Konrad Michalski - Legionowo - 575 głosów

Lista nr 5 - KW KONFEDERACJA WOLNOŚĆ I NIEPODLEGŁOŚĆ
- Anna Świergocka - Jabłonna - 383 głosy
- Jakub Kotowski - Legionowo - 147 głosów
- Agata Wiśniewska - Legionowo - 203 głosy

Lista nr 6 - KKW KOALICJA OBYWATELSKA PO .N IPL ZIELONI
- Jan Grabiec - Legionowo - 34 300 głosów
- Anna Brzezińska - Legionowo - 4287 głosów
- Anna Gwizdalska - Wieliszew - 468 głosów
- Wojciech Trzaskowski - Serock - 5227 głosy

Lista nr 7 - KW POLSKA JEST JEDNA
- Marek Buch - Legionowo - 151 głosów
- Daniel Płoszaj - Legionowo - 102 głosy.

QK

NA SYGNALE

JABŁONNA

ZDERZENIE DWÓCH POJAZDÓW

W poniedziałek (16 października) około godz. 7.00 na skrzyżowaniu ul. Zegrzyńskiej i ul. Modlińskiej doszło do zderzenia dwóch samochodów osobowych. Na miejscu okazało się, że do zderzenia doszło w wyniku niezastosowania się do sygnalizacji. Jedna osoba została poszkodowana, jednak po opatrzeniu, pozostała na miejscu. Jak relacjonowała policja, kierująca samochodem marki Seat, 66-letnie kobieta najprawdopodobniej nie zastosowała się do sygnalizacji świetlnej i doprowadziła do zderzenia z Fiatem, którym kierował 65-letni mężczyzna. 66-latka została ukarana mandatem.

JABŁONNA

PECHOWY PIĄTEK. KARAMBOL PRZY UL. MODLIŃSKIEJ

W piątek (13 października) ok. godz. 13.00 na ul. Modlińskiej w Jabłonnie doszło do zderzenia trzech samochodów. Na miejscu okazało się, że nikomu nic się nie stało. W zdarzeniu brały udział trzy samochody osobowe: Toyota, Citroen oraz Dacia. Działania strażaków polegały na uprzątnięciu jezdni.

SEROCK

ŚMIGŁOWCEM TRAFIŁA DO SZPITALA

W czwartek (12 października) ok. godz. 17.00 w Skubiance lądował śmigłowiec Lotniczego Pogotowia Ratunkowego. Pomocy potrzebowała 60-letnia kobieta. Zdarzenie miało miejsce przy ul. Akacjowej w Skubiance. Z relacji służb wynikało, że wezwanie dotyczyło 60-letniej kobiety. Na miejsce wezwano wszystkie służby oraz śmigłowiec. Kobieta po opatrzeniu przez ratowników, trafiła do szpitala.

SEROCK

ZDERZENIE NA MOŚCIE W ZEGRZU

W piątek (13 października) ok. godz. 19.00 na moście w Zegrzu doszło do zderzenia dwóch samochodów osobowych. Na miejscu okazało się, że przy ul. Groszkowskiego doszło do zderzenia Renault oraz Toyoty. Samochodami podróżowały 3 osoby. Jedna z podróżujących wymagała interwencji medycznej, jednak po opatrzeniu pozostała na **miejscu. Działania strażaków trwały blisko 2 godziny.**

red.

POWIAT. Ciąg dalszy rozbudowy

Podpisali ZRiD na dalszą rozbudowę DK61 do Zegrza

W piątek (13 października) podpisano zezwolenie na realizację inwestycji drogowej na rozbudowę ok. 4,5 km istniejącej DK61 pomiędzy Legionowem a rondem w Zegrzu

Jak informuje Generalna Dyrekcja Dróg Krajowych i Autostrad w pierwszej kolejności przeprowadzone będzie rozpoznanie saperskie terenu, niezbędna inwentaryzacja i wytyczenie geodezyjne. Następnie, sukcesywnie wybudowane zostaną drogi technologiczne i zaplecza wykonawcy oraz składy materiałów.

Odszkodowania za drogi

Dla dotychczasowych właścicieli nieruchomości wydanie decyzji ZRID oznacza rozpoczęcie procedur związanych z wypłatą odszkodowań, które prowadzi Wojewoda Mazowiecki. .

195 mln zł za 4,5 km drogi

Wykonawcą inwestycji jest konsorcjum firm Przedsiębiorstwo Budowy Dróg i Mostów Mińsk Mazowiecki (lider) i TORPOL. Umowa zawarta w grudniu 2020 r., o wartości prawie 195 mln zł, jest realizowana w formule Projektuj i buduj. Zakończenie wszystkich prac przewidywane jest w II kwartale 2024 r. Do czasu realizacji nie wlicza się przerw zimowych od 16 grudnia do 15 marca. **red.**

SEROCK. Tajemnicze zabójstwo w Gąsiorowie

85-latek podejrzany o dokonanie makabrycznej zbrodni

Na trzy miesiące został aresztowany 85-letni mężczyzna podejrzany o dokonanie zabójstwa 65-latka. Do zbrodni miało dojść w piątek (6 października) w Gąsiorowie (gm. Serock). Zatrzymany nie przyznaje się do winy

Z doniesień prasowych wynika, że na terenie jednej z posesji w Gąsiorowie znaleziono zwłoki 65-letniego mężczyzny z obrażeniami m.in. głowy. Na miejscu zabezpieczono zakrwawioną siekierę, która najprawdopodobniej została użyta do zadania śmiertelnych obrażeń. Na miejscu zdarzenia zatrzymano właściciela posesji, którym okazał się 85-letni mężczyzna.

Jak podawała prokurator Katarzyna Skrzeczkowska z Prokuratury Okręgowej Warszawa Praga zatrzymany mężczyzna usłyszał zarzut z art 148 kodeksu karnego, tzn: zabójstwa. W trakcie przesłuchania podejrzany o dokonanie zbrodni 85-latek nie przyznał się do winy. Prokuratura zawnioskowała o tymczasowe aresztowanie na okres 3 miesięcy. Jeżeli zarzuty się potwierdzą, podejrzanemu o zabójstwo 85-latkowi grozi nawet dożywocie. **red.**

POWIAT. Podpisali umowę

Nowy budynek Sądu i Prokuratury coraz bliżej

W minioną środę (11 października) w Legionowie podpisano umowę na budowę nowych energooszędnych budynków legionowskiego Sądu i Prokuratury. Nowe budynki mają kosztować ponad 110 mln zł

Jak podawało na swoje stronie Ministerstwo Sprawiedliwości obecne budynki nie zapewniają dziś wystarczającego komfortu, ani pracującym w nim sędziom, prokuratorom i urzędnikom, ani obywatelom, którzy z niego korzystają.

Inwestycja w przeciągu 4 lat

Wartość inwestycji wyniesie ponad 110 mln zł. Powierzchnia użytkowa nowego budynku sądu to 4489 m2, zaś budynku prokuratury – 1427 m2. Nowa siedziba Sądu Rejonowego i Prokuratury Rejonowej w Legionowie powstanie w ciągu 48 miesięcy.

Sąd Rejonowy oraz Prokuratura Rejonowa w Legionowie będą miały swoją nową siedzibę w dwóch energooszczędne budynkach. Zostaną wyposażone w szereg nowoczesnych systemów, zapewniających bezpieczeństwo, łączność wewnętrzną i zewnętrzną, wydajną organizację pracy oraz sprawną obsługę klientów. W budynku sądu, w pełni przystosowanym do potrzeb osób niepełnosprawnych, znajdzie się dziesięć sal rozpraw z instalacjami audio-video, które będą pozwalały na prowadzenie wideokonferencji i rozpraw zdalnych. Poza tym zaprojektowano przyjazne pokoje przesłuchań, bibliotekę, czytelnię, salę konferencyjną oraz archiwum o powierzchni około 450 m2. Zaplanowano również parking ze 122 miejscami postojowymi - informuje Ministerstwo Sprawiedliwości.

Budowa etapami

W związku z tym, że budynek będzie musiał cały czas funkcjonować konieczny będzie podział robót budowlanych na etapy. Teren będzie sukcesywnie dostosowywany do postępu prac. Na bieżąco zapewniony zostanie bezpieczny dojazd, dojście do obecnego budynku oraz możliwość korzystania z niego.

red.

eprasa.pl 05c56a12dc

MAZOWIECKA KRONIKA KRYMINALNA

NIEPORĘT. W trakcie rozboju groził podpaleniem domu

Nieporęccy policjanci, kilka minut po zdarzeniu, zatrzymali 42-latka podejrzanego o wymuszenie rozbójnicze. Napastnik grożąc przedmiotem przypominającym broń oraz spaleniem zabudowań żądał od pokrzywdzonych pieniędzy. Na wniosek Prokuratury Rejonowej w Legionowie sąd zastosował wobec napastnika tymczasowy areszt na 3 miesiące

Sytuacja miała miejsce na początku października na terenie gminy Nieporęt. Dyżurny komisariatu otrzymał informacje, iż napastnik wtargnął na jedną z posesji w gminie i grożąc pokrzywdzonym najpierw przedmiotem przypominającym broń, a następnie spaleniem zabudować, zażądał pieniędzy w kwocie 2000 złotych. Dzięki postawie pokrzywdzonych mężczyzna nie osiągnął zamierzonego celu i oddalił się z posesji. Na miejsce natychmiast skierowane zostały policyjne patrole. Informacje przekazane przez pokrzywdzonych oraz błyskawiczne działania mundurowych doprowadziły do zatrzymania napastnika.42-latek trafił do policyjnego aresztu. Po zebraniu materiałów dowodowych przez nieporęckich śledczych całość sprawy, wraz z zatrzymanym, trafiła do Prokuratury Rejonowej w Legionowie. Tam prokurator prowadzący śledztwo przedstawił mężczyźnie zarzut usiłowania wymuszenia rozbójniczego. Na wniosek prokuratury sąd zastosował wobec podejrzanego środek zapobiegawczy w postaci tymczasowego aresztowania na 3 miesiące. Za popełnione przez mężczyznę przestępstwo kodeks karny przewiduje karę nawet do 10 lat pozbawiania wolności.

PUŁTUSK. Nieodpowiedzialna 21-latka straciła prawko

Pamiętajmy, że skrajnie nieodpowiedzialne zachowania, w tym nadmierna prędkość, mogą doprowadzić do tragicznych w skutkach wypadków. Nie było, nie ma i nie będzie tolerancji dla przekraczania rażącej prędkości w obszarze zabudowanym, o czym przekonała się 21- letnia mieszkanka Przasnysza

W niedzielę, przed godz. 18. funkcjonariusze Wydziału Ruchu Drogowego podczas pełnionej służby zatrzymali prawo jazdy za przekroczenie prędkości o więcej niż 50 km/h na obszarze zabudowanym. Do wykroczenia doszło w Głodowie. 21- letnia kierująca, mieszkanka Przasnysza, została ukarana mandatem karnym w wysokości 1500 zł i 13 punktami karnymi. Uprawnienia straciła na 3 miesiące.

NASIELSK. Ukrywał się przed wymiarem sprawiedliwości

Kryminalni w Nowym Dworze Mazowieckim udali się w rejon nasielskiej gminy, gdzie jak wcześniej ustalili, przebywa 41- latek próbujący uniknąć odpowiedzialności karnej za popełnione wcześniej przestępstwa

Funkcjonariusze prowadząc obserwację, w pewnym momencie zauważyli mężczyznę wychodzącego z posesji. Rysopisem przypominał on poszukiwanego. Mundurowi natychmiast zareagowali. Mundurowi potwierdzili, że ukrywający sie na terenie Nasielska mężczyzna jest poszukiwany listem gończym, wydanym przez Sąd Rejonowy w Płońsku, celem odbycia kary 182 dni pozbawienia wolności. Na tym nie koniec. Nowodworski sąd wydał za nasielszczaniniem nakaz doprowadzenia, w celu odbycia kary pozbawienia wolności. Żeby tego było mało Prokuratura Rejonowa w Płońsku również wydała zarządzenie o poszukiwaniu podejrzanego, celem ustalenia miejsca pobytu. Mężczyzna najbliższe miesiące spędzi w jednostce penitencjarnej.

LEGIONOWO. Wyżył się na policjantach

Rok więzienia grozi 43-latkowi, który odpowie za znieważenie policjantów. Pijany mężczyzna kierował obraźliwe słowa pod adresem mundurowych podczas interwencji. O dalszym losie mieszkańca powiatu legionowskiego decydować będzie sąd

W sobotę dyżurny legionowskiej komendy otrzymał zgłoszenie o mężczyźnie awanturującym się w jednej z miejscowych restauracji. Po przybyciu na miejsce mundurowi zastali zgłaszającą oraz nietrzeźwego mężczyznę. W trakcie czynności 43-latek, pod adresem funkcjonariuszy, zaczął kierować obraźliwe słowa oraz nie stosował się do poleceń mundurowych wzywających do zachowania zgodnego z prawem.

W efekcie pijany 43-latek został zatrzymany i trafił do policyjnego aresztu. Badanie alkomatem wykazało blisko 3,5 promila alkoholu w jego organizmie. Po wytrzeźwieniu mieszkaniec powiatu legionowskiego usłyszał zarzuty znieważenia policjantów, za co grozi mu rok więzienia.

SEROCK. Bez kasku za to z dwoma promilami

Policjanci z Serocka zatrzymali 29-letniego mieszkańca gminy. Mężczyzna kierował skuterem na podwójnym gazie. Alkomat wykazał ponad 2 promile alkoholu w jego organizmie. Teraz to sąd zdecyduje o losie nieodpowiedzialnego kierowcy. Za popełnione przestępstwo grozi mu kara pozbawienia wolności do 3 lat, sądowy zakaz kierowania pojazdami mechanicznymi oraz grzywna

We wtorek policjanci z serockiej partolówki zatrzymali do kontroli drogowej 29-latka kierującego skuterem bez kasku ochronnego. W trakcie rozmowy, policjanci wyczuli od niego silną woń alkoholu. Badanie stanu trzeźwości wykazało, że motocyklista miał w organizmie 2,3 promila alkoholu. Ponadto w systemach policyjnych widniała informacja, że 29-latek ma zatrzymane prawo jazdy właśnie za kierowanie pojazdem pod wpływem alkoholu. Mężczyzna wkrótce usłyszy zarzut kierowania skuterem w stanie nietrzeźwości.

NOWY DWÓR MAZ. Miał dwa promile i prowadził

Policjanci nowodworskiej drogówki zatrzymali kierowcę forda, który w organizmie miał ponad 2 promile alkoholu. W ogóle nie posiadał prawa jazdy. Mężczyznę obowiązywał również, wydany przez pułtuski sąd, zakaz prowadzenia pojazdów. Grozi mu kara do 5 lat pozbawienia wolności

W miejscowości Borkowo zauważyli forda mondeo, który nie trzymał prostego toru jazdy. Funkcjonariusze podejrzewali, że kierowca auta może być nietrzeźwy. Zatrzymali więc pojazd do kontroli drogowej. Od siedzącego za kierownicą mężczyzny od razu wyczuli silną woń alkoholu. Policjanci sprawdzili stan trzeźwości 37- latka. Badanie alkomatem wykazało, że mieszkaniec powiatu płońskiego w wydychanym powietrzu ma ponad 2 promile alkoholu. Sprawdzenie w systemie potwierdziło również, że mężczyzna w ogóle nie posiada prawa jazdy. Mieszkańca gminy Nowe Miasto obowiązywał także 36- miesięczny zakaz prowadzenia wszelkich pojazdów, wydany przez Sąd Rejonowy w Pułtusku.

Teraz mężczyzna odpowie za kierowanie pojazdem w stanie nietrzeźwości i niestosowanie się do orzeczonego przez sąd zakazu prowadzenia pojazdów mechanicznych. Za popełnienie tych przestępstw grozi kara nawet do 5 lat pozbawienia wolności. O jego dalszym losie zadecyduje sąd. Czynności w tej sprawie nadzoruje Prokuratura Rejonowa w Pułtusku.

RESTAURACJA PAŁAC JABŁONNA

POCZUJ NASZE TRADYCYJNE SMAKI

PAŁAC W JABŁONNIE #poczujnaszahistorię

PAN Dom Zjazdów i Konferencji w Jabłonnie

Rezerwacje: +48 22 774 48 62 w.136, +48 883 324 344

info@palacjablonna.pan.pl

www.palacjablonna.pl

LEGIONOWO. Próbował przekupić policjantów, bo prowadził po pijaku

Kilka dni temu na drodze wojewódzkiej 631 doszło do kolizji drogowej, której sprawcą okazał się kierujący nissanem. Mężczyzna włączając się do ruchu nie ustąpił pierwszeństwa przejazdu kierującemu volvo. Policjanci ze skierowanego na miejsce patrolu legionowskiej drogówki wyczuli w trakcie rozmowy od kierowcy nissana woń alkohol

Badanie wykazało, że 62-letni mieszkaniec powiatu ma w organizmie promil alkoholu. Kolejnych kłopotów mężczyzna narobił sobie podczas dalszej rozmowy z mundurowymi. Zaproponował on bowiem policjantom pieniądze w zamian za puszczenie go wolno. Mundurowi poinformowali go, że próba przekupienia policjanta to przestępstwo, ten jednak zignorował ich ostrzeżenia i w dalszym ciągu ponawiał swoją propozycję. 62-latek został zatrzymany i trafił do policyjnego aresztu. Po wytrzeźwieniu mężczyzna trafił do legionowskiej prokuratury. Tam prokurator prowadzący śledztwo przedstawił mu zarzuty kierowania pojazdem pod wpływem alkoholu oraz próby przekupienia policjantów. Teraz nieodpowiedzialny kierowca, za swoje naganne zachowanie i jazdę na „podwójnym gazie" będzie tłumaczył się w sądzie. Za popełnione przestępstwa mężczyźnie grozi kara nawet do 10 lat więzienia.

NASIELSK. Zaatakował nożem, grozi mu 20 lat więzienia

Trzy miesiące tymczasowego aresztu – to środek zapobiegawczy, jaki zastosował Sąd Rejonowy w Pułtusku wobec mężczyzny podejrzanego o ranienie nożem 43-latka. Do zdarzenia doszło kilka dni temu na terenie gminy Nasielsk. Pokrzywdzony trafił do szpitala

W środę po południu nasielscy policjanci interweniowali w Starych Pieścirogach, w związku z otrzymanym zgłoszeniem o rannym mężczyźnie. Okazało się, że 43-latek ma m.in. rany kłute klatki piersiowej i wymaga natychmiastowej interwencji medycznej. Mężczyzna został przewieziony do szpitala. Na miejsce zdarzenia zostali skierowani śledczy, którzy wykonali pod nadzorem prokuratora czynności procesowe zabezpieczając ślady i dowody. Zgromadzone przez mundurowych materiały w tej sprawie doprowadziły do ustalenia i zatrzymania podejrzanego 19- latka. Ze wstępnych ustaleń mundurowych wynika, że podczas spotkania 43-latek znienacka został zaatakowany przez 19-latka, który trzykrotnie ranił go nożem. W piątek zatrzymany został doprowadzony do prokuratury, gdzie przedstawiono im zarzut spowodowania ciężkiego uszczerbku na zdrowiu. Za to przestępstwo grozi kara od 3 do 20 lat pozbawienia wolności. W piątek 13 października 2023 r. Sąd Rejonowy w Pułtusku na wniosek Prokuratury zastosował wobec 19- latka tymczasowy areszt na trzy miesiące.

WIELSIZEW. Rok odsiadki za jazdę po alkoholu

Kryminalni z Wieliszewa zatrzymali 51-letniego mężczyznę poszukiwanego do odbycia kary pozbawienia wolności za jazdę pod wpływem alkoholu. Funkcjonariusze zrealizowali nakaz doprowadzenia wydany przez Sąd Rejonowy w Legionowie. Jeszcze dziś mężczyzna trafi do aresztu, gdzie spędzi ponad rok

Wieliszewscy kryminalni zatrzymali 51-letniego mężczyznę. Był on poszukiwany na podstawie nakazu doprowadzenia do zakładu karnego do odbycia kary roku i 2 miesięcy pozbawienia wolności. Mężczyzna unikał wymiaru sprawiedliwości i nie stawił się dobrowolnie w areszcie. Nie uniknął jednak spotkania z policjantami.

Dobra praca wieliszewskich funkcjonariuszy pozwoliła na ustalenie miejsca przebywania 51-latka i jego

KPP Legionowo /Nowy Dwór Maz./Pułtusk

eprasa.pl 05c56a12dc

TELEFON INTERWENCYJNY: 22 784 92 01, toiowo@toiowo.eu

LEGIONOWO. Zadośćuczynienie za szkody zwierząt

SMLW żąda od wojewody 300 tys. zł za dziki

Z szacunków Legionowskiej Spółdzielni Mieszkaniowej Lokatorsko-Własnościowej (SMLW) wynika, że straty wyrządzone przez dziki w osiedlowej infrastrukturze w Legionowie i Jabłonnie wynoszą 300 tys. zł. Ma je pokryć wojewoda mazowiecki jako przedstawiciel skarbu państwa, które jest właścicielem zwierząt

Obecnie władze miasta Legionowo prowadzą przetarg na odłów oraz farmakologiczne uśmiercenie 30 dzików z terenu miasta. Akcja ma zostać przeprowadzona do 24 grudnia 2023 r. W ostatnich dniach zarząd SMLW wystąpił do wojewody mazowieckiego o wypłacenie na rzecz instytucji 300 tys. zł odszkodowania za straty spowodowane działalnością dzików na terenie osiedli mieszkaniowych należących do spółki w Legionowie i Jabłonnie. Spółdzielnia zapowiedziała, że zaniecha wyrównywania terenu oraz naprawy strat spowodowanych przez te zwierzęta do momentu odłowienia przynajmniej części stada szalejącego po mieście. Na tę chwilę, wojewoda mazowiecki nie ustosunkował się do pisma SMLW. Do sprawy będziemy wracać.

Paulina Nowicka

LEGIONOWO. PINB bierze sprawy w swoje ręce

Pustostan przy ul. Kościuszki 58 zostanie zamknięty?

Powiatowy Inspektorat Nadzoru Budowlanego (PINB) w Legionowie chce zabezpieczyć pustostan znajdujący się przy ul. Kościuszki 58, nieopodal skrzyżowania z ul. Jasnogórską. Od lat dochodzi tam do niebezpiecznych pożarów, zagrażających bezpieczeństwu pobliskich mieszkańców

Nieukończony dom jednorodzinny przy skrzyżowaniu ulic Kościuszki i Jasnogórskiej w Legionowie od lat stwarza niebezpieczeństwo okolicznym mieszkańcom. Od dawna gromadzą się tam osoby bezdomne i często dochodzi do pożarów. Ostatni miał miejsce 5 września br., a podczas akcji gaśniczej lekkich obrażeń doznał jeden ze strażaków i trafił do szpitala. 7 września br. pracownicy PINB przeprowadzili wizję lokalną pustostanu. Urzędnicy poinformowali, że rozpoczęto procedurę związaną z wdrożeniem zabezpieczeń obiektu. Urząd Miasta Legionowo również prowadzi działania związane z budynkiem przy ul. Kościuszki 58. Przygotowywane jest wezwanie do usunięcia odpadów oraz uprzątnięcia działki. Jednocześnie przekazane zostanie pouczenie, że w przypadku niewykonania zaleceń wezwania nałożona zostanie kara grzywny (na kwotę 10.000 zł). Nadmienić należy, że już raz taka kara grzywny została na właściciela nieruchomości nałożona i wyegzekwowana (na kwotę 1.000 zł).

Paulina Nowicka

LEGIONOWO. 6 kolejnych szeregowców na III Parceli

Osiedle szeregowców przy ul. Narutowicza?

Deweloper chce zbudować nowe osiedle składające się z 6 szeregowców przy ul. Narutowicza na III Parceli w Legionowie. Ma ono powstać niedaleko ul. Wroniej

Do Starostwa Powiatowego, 12 października wpłynął wniosek o wydanie pozwolenia na budowę sześciu budynków mieszkalnych jednorodzinnych dwulokalowych w zabudowie szeregowej oraz dwunastu miejsc parkingowych. Osiedle szeregowców ma powstać na działce o pow. 1,5 tys. m2, położonej przy ul. Narutowicza na III Parceli w Legionowie. Znajduje się ona nieopodal skrzyżowania z ul. Wronią. Inwestorem jest firma Jr Investment.

Paulina Nowicka

WIELISZEW. Przebudowa ul. Kościelnej

Dwa ronda na ul. Kościelnej w Wieliszewie

Powiat legionowski planuje budowę dwóch rond na ul. Kościelnej w Wieliszewie. Mają one powstać na 2,7 km odcinku pomiędzy ulicami Nowodworską i Modlińską. Niedawno pozytywną decyzję środowiskową wydał wójt Gminy Wieliszew

Paweł Kownacki, wójt Gminy Wieliszew wydał pomyślną decyzję środowiskową dla przebudowy ul. Kościelnej w Wieliszewie. Jej przebudowę planuje powiat legionowski, na 2,7 km odcinku pomiędzy ulicami Nowodworską i Modlińską powstaną dwa nowa ronda. Projekt przebudowy drogi za 250 tys. zł wykonuje firma Dromacc z Ostrołęki. Zgodnie z umową, przedsiębiorca na jego finalizację ma 9 miesięcy, zatem proces ten potrwa do 2024 r. Inwestycja ma obejmować wymianę nawierzchni i przebudowę skrzyżowań. Aby zapewnić poprawę bezpieczeństwa dla pieszych powstaną chodniki, wyspy dzielące oraz zatoki autobusowe. Z dokumentów przetargowych wynika również, że ul. Kościelna na tym odcinku oraz planowane przy niej ścieżki pieszo-rowerowe mają mieć nawierzchnie asfaltowe, natomiast nawierzchnie przylegających do niej chodników mają zostać zbudowane z kostki betonowej. Ponadto przetarg obejmuje też budowę 3-wlotowego ronda na skrzyżowaniu ulic Kościelnej i Janusza Kusocińskiego, 4-wlotowego rondo na skrzyżowaniu ulicy Kościelnej z ulicą bez nazwy, tuż za jej skrzyżowaniem z ulicą Podgórną oraz przebudowę jednotorowego przejazdu kolejowego istniejącego w ciągu ul. Kościelnej.

Paulina Nowicka

SEROCK. Kolejne mieszkania na wynajem w powiecie

Przy obwodnicy 60 mieszkań na wynajem?

Na terenach leżących pomiędzy obwodnicą Serocka a ul. Tchorka w Serocku może powstać 60 mieszkań na wynajem. Inwestorem osiedla Spółka Społeczna Inicjatywa Mieszkaniowa KZN Mazowsze Centrum

Osiedle 60 mieszkań na wynajem w Serocku, to druga planowana przez spółkę Społeczna Inicjatywa Mieszkaniowa KZN Mazowsze Centrum inwestycja w powiecie legionowskim. Inwestor ma zbudować również 15 bloków z około 400 tanimi mieszkaniami na wynajem przy ul. Kościelnej w Wieliszewie. Planowana inwestycja znajduje się na działce o nr 18/6, która położona jest pomiędzy obwodnicą Serocka a ul. Tchorka. Obecnie znajdują się tam pola kukurydzy. Jak informuje spółka, dla działki został uchwalony miejscowy plan zagospodarowania przestrzennego oraz dokonany został podział nieruchomości z wydzieleniem działki 18/6, na której plan przewiduje zabudowę mieszkaniową wielorodzinną. Decyzja podziału nieruchomości jest w trakcie uprawomocnienia. Kolejnym etapem będzie pozyskanie przez SIM KZN Mazowsze Centrum nieruchomości z Krajowego Ośrodka Wsparcia Rolnictwa. Inwestycja docelowo przewiduje budowę ok. 60 mieszkań o średniej powierzchni ok. 50 m² z przeznaczeniem na wynajem z możliwością dojścia do własności.

Paulina Nowicka

eprasa.pl 05c56a12dc

Badania potwierdzają pozytywny wpływ lasu i zieleni na zdrowie i samopoczucie ludzi

Wciąż dla wielu badaczy „kąpiele leśne" są pewną „nowinką", której nie można przypisać poważnego, naukowego pierwiastka - zwraca uwagę dr hab. Emilia Janeczko z Instytutu Nauk Leśnych SGGW; tymczasem na świecie pojawiają się kolejne doniesienia o pozytywnym wpływie lasu na człowieka.

Dr hab. Emilia Janeczko z Katedry Użytkowania Lasu Instytutu Nauk Leśnych SGGW, profesor uczelni, przypomina, że dopiero od niedawna w Polsce na szerszą skalę mówi się o pozytywnym wpływie przyrody na dobrostan człowieka. „Coraz więcej jest konferencji naukowych i sympozjów, z których płynie jasny komunikat o bardzo dużym znaczeniu lasu dla jakości naszego życia" - mówi badaczka, cytowana w komunikacie uczelni.

Jej zdaniem jest wiele dowodów naukowych wskazujących, że kontakt z przyrodą, przede wszystkim z lasem, pomaga w walce ze stresem, poprawia samopoczucie, pozwala chronić zdrowie psychiczne człowieka. I o ile z terminem „terapia lasem" nie ma większego problemu, w środowisku naukowym jest akceptowalne, o tyle określenie „kąpiele leśne" i zagadnienia z nim związane są traktowane nie do końca poważnie. Badaczka podkreśla, że oba terminy są poprawne. Zauważa przy tym, że współcześnie rośnie znaczenie przyrody jako czynnika wspomagającego dobrostan, a nie czynnika leczącego, uzdrawiającego człowieka. Dlatego, jak podkreśla, znacznie lepszym określeniem niż „leczenie lasem" czy „terapia lasem" byłyby - „kąpiele leśne" (w języku japońskim: „shinrinyoku").

„W moim odczuciu stosując określenia takie jak leczenie, a priori zakładamy, że mamy do czynienia z kimś, kto wymaga pomocy, leczenia, interwencji medycznej. A przecież nie zawsze tak właśnie jest" - zauważa.

Kąpiele leśne mogą być przydatne w walce z depresją, lękiem, zespołem nadpobudliwości psychoruchowej oraz z deficytem uwagi - wymienia badaczka.

Badania, które od kilku lat prowadzone są w Instytucie Nauk Leśnych SGGW dowodzą, że istnieje pozytywny wpływ lasu na samopoczucie ludzi. „Nawet krótki pobyt w lesie poprawia nastrój, dostarcza więcej energii, pozwala zmniejszyć napięcie emocjonalne, powoduje, że wzrastają uczucia pozytywne" - wymienia Janeczko.

Z dotychczasowych ustaleń wynika, że 10-minutowy pobyt w lesie obniża ciśnienie krwi, 20 minut – poprawia nastrój, 60 minut – wyostrza uwagę. „Jednak nie potrafimy jeszcze jednoznacznie odpowiedzieć, jak długo utrzymują się uzyskane korzyści zdrowotne" - informuje Janeczko.

Badacze prowadzili również badania nad wpływem martwego drewna w lesie na samopoczucie człowieka. Ustalili, że „właściwości relaksacyjne lasu z naturalnymi, powolnymi procesami zamierania drzew są dużo wyższe, niż te uzyskane w lasach zagospodarowanych, w których widoczne są ślady pozyskania drewna".

Istnieje związek pomiędzy pobytem w lesie a korzystnymi reakcjami immunologicznymi, w tym ekspresją białek antynowotworowych. Jak wyjaśnia Janeczko, „dla ludzkiego organizmu szkodliwe są te składniki aerozoli, które wywołują infekcje, czyli bakterie i wirusy, lub przyczyniają się do powstawania alergii – grzyby, pleśnie, pyłki".

Okazuje się, że w 1 m3 powietrza w zbiorowisku leśnym znajduje się 200-500 bakterii, podczas gdy w 1 m3 powietrza miejskiego jest ich znacznie więcej, bo aż 4000-8000. „W dużej mierze za niski poziom bakterii w powietrzu w lesie odpowiadają fitoncydy, czyli substancje lotne wydzielane przez rośliny" - tłumaczy Janeczko.

Jak podaje, szacuje się, że 1 hektar lasu liściastego wytwarza w okresie letnim 2 kg fitoncydów, hektar iglastego – aż 5 kg. „Zdolność wytwarzania tych korzystnych substancji ma ok. 80 gatunków drzew i krzewów, m.in. jałowiec pospolity, czeremcha

zwyczajna, świerk pospolity, jodła pospolita, sosna pospolita czy brzoza brodawkowata" - wymienia Janeczko. Ponadto poziom zanieczyszczeń w lesie jest znacznie niższy od tego, który występuje w miastach czy w okolicy tras o dużym natężeniu ruchu samochodowego.

Lasy i wszystkie inne formacje roślinne skutecznie tłumią również hałas, zapewniając korzyści dla zdrowia. „W lesie poziom dźwięków związanych z ruchem drogowym czy przemysłem jest znacznie niższy niż poza nim" - podkreśla Janeczko. „Szacuje się, że wewnątrz lasu, w odległości 150 m od granicy lasu hałas zmniejsza się o 18-25 dB" - dodaje.

Zdaniem badaczki nie warto rezygnować z rekreacji i wypoczynku w lesie nawet z obawy przed pewnymi zagrożeniami dla zdrowia, np. chorobami przenoszonymi głównie przez kleszcze (np. kleszczowe zapalenie mózgu, borelioza).

Co prawda, liczba zachorowań na boreliozę wzrosła w Europie w XXI wieku, co wiązać można m.in. ze zwiększoną populacją zwierząt-żywicieli, a także ze zmianą klimatu, w tym łagodniejszymi zimami, ale „ogólne ryzyko zachorowania na boreliozę wynosi około 4 proc." Poza tym ryzyko to można zminimalizować, przestrzegając podstawowych zasad związanych z właściwym ubiorem (ubranie zakrywające dużą część ciała, w jasnych kolorach), stosowaniem repelentów ochronnych oraz przez unikanie miejsc z bujną roślinnością krzewiastą, zarośli, wysokich traw, itp. - podkreśla Janeczko.

W jaki sposób najpełniej korzystać z lasu? Jak zaznacza badaczka, dotychczasowe badania w większości przypadków bazowały na dwóch typach aktywności w lesie – spacerach oraz obserwowaniu przyrody z określonego miejsca. W obu przypadkach ustalono pozytywny wpływ lasu na wybrane zmienne fizjologiczne i psychologiczne.

„Nasze ostanie badania pokazują, że profity wynikające ze spacerowania w lesie są bardziej wszechstronne, niż te uzyskiwane dzięki np. jeździe rowerem po lesie" - podaje Janeczko. Dodaje, że chcąc uzyskać korzyści zdrowotne z pobytu w środowisku przyrodniczym wcale nie trzeba przytulać się do drzew, czy stąpać boso po mchu; wystarczy spacer i chwila wyciszenia. „Możemy też znaleźć dogodne dla nas miejsce i poobserwować przez dłuższą chwilę otaczającą przyrodę" - mówi.

Jest sposób na korzystanie z „kąpieli leśnych" nawet dla osób, które mają problem z dostępem do lasu, np. pacjentów szpitali, ludzi unieruchomionych, obłożnie chorych, a także zamkniętych w ośrodkach penitencjarnych. Naukowcy badają, jak można zastosować terapię lasem z zastosowaniem sztucznej inteligencji. Od niedawna w Instytucie Nauk Leśnych SGGW prowadzone są badania, których celem jest porównanie efektu naprawczego uzyskanego w wyniku fizycznego kontaktu z lasem i w rezultacie oglądania lasu nagranego kamerą 360 stopni.

„Włączenie programów wirtualnej terapii lasem do codzienności osób, które mają ograniczony dostęp do lasu może mieć pozytywne społecznie konsekwencje w postaci łagodzenia dolegliwości, przyspieszenia procesu rekonwalescencji i lepszej resocjalizacji" - zauważa Janeczko. Dodaje, że w planach jest dalszy rozwój tego kierunku badań.

Lasy w Polsce stanowią około 30 proc. powierzchni; zdecydowana większość z nich, bo aż 80 proc. to lasy publiczne, ogólnodostępne.

Co ciekawe, właściwości odbudowujące ma nie tylko las. „Wyniki naszych badań wykazały na przykład, że zarówno przebywanie w środowisku miejskim z występującą zielenią, jak i pobyt w lesie wpływa pozytywnie na relaksację fizjologiczną i psychologiczną badanych" - podkreśla Janeczko.

Spacer w środowisku miejskim z zieloną pokrywą roślinności gwarantuje podobne korzyści do tych uzyskiwanych w wyniku spaceru w lesie.

Badacze porównywali ze sobą również różne poziomy otwartości przestrzeni. „Wykazaliśmy na przykład, że kontakt z wodą ma korzystny wpływ na człowieka. Krótki spacer wśród otwartych miejskich terenów zielonych, które zapewniają więcej możliwości obserwacji z uwagi na obecność zbiorników wodnych, czy rozległych powierzchni trawiastych jest korzystniejszy dla naszego samopoczucia" - uważa Janeczko.

W badaniach tych sięgano po narzędzia, którymi od dawna, z dużym powodzeniem posługują się psychologowie czy socjologowie. „Poza tym szczegółowo kontrolujemy parametry fizjologiczne badanych, np. ciśnienie, tętno, oraz cechy środowiska - takie jak poziom hałasu, warunki pogodowe, poziom światła" - podkreśla. „Za każdym razem odnosimy uzyskane wyniki do tych uzyskanych dla próby kontrolnej – którą może być bądź inny wariant otoczenia (np. park w mieście, przestrzeń pozbawiona zieleni, itp.) lub odmienny typ aktywności fizycznej do tej, którą uwzględniamy w badaniu. Dzięki temu nasze badania są w pełni replikowane" - podkreśla Janeczko.(PAP)

Nauka w Polsce

eprasa.pl 05c56a12dc

605 078 555
www.leg-bud.pl

od 6900 zł / m²

LEG-BUD

3 ETAP
HERBERTA

MIESZKANIA
NA KAŻDĄ
KIESZEŃ

eprasa.pl 05c56a12dc

NASZE WILKOWYJE

Co jest naprawdę śmieszne?

Solejuk tak się śpieszył do nas na ławeczkę, że aż się wyłożył jak długi i wylądował gębą prosto w błoto po kałuży. No nie szło się nie śmiać. Zwłaszcza jak wstał. A potem jeszcze raz – jak opowiadał, jak to synuś podrzucając naleśnika na patelni, tak podrzucił, że naleśnik wylądował wprost na jego głowie. A mówił to Solejuk z błotną maseczką na twarzy. A potem jeszcze my się śmieli, jak Więcławska zapytała go, czemu maseczki błotne robi pod sklepem, a nie u kosmetyczki, a on jej na to, że woli te darmowe. No wieczór pełen śmiechu był. Zwłaszcza że my w dobrym nastroju ogólnie byli odkąd Czerepach się na ekranie pojawił, by udawać, że klęska to jest sukces. Minę miał taką jakby mu dwa zęby wyrwali, a jak wiadomo śmieszne jest to, co mnie boli, kiedy wydarza się innym. A ja u dentysty też w tym tygodniu był, więc ten wyraz twarzy z lustra dobrze znam.

Także już niedługo kto inny będzie nam pudrować rzeczywistość i to jest przyjemne, bo pudrowanie Czerepacha przyjemne nie było. To znaczy dla niego pewnie tak, bo on lubiał szczuć i straszyć, bo wtedy się sam sobie wydawał większy i odważniejszy, a jak wszystkim wiadomo, to mikra i tchórzliwa fretka.

A więc będzie nowe. To znaczy takie nowe, co już było i jak było to się wydawało stare i okropne, a teraz tyle lat minęło, a stare jest starsze, ale wydaje się nowe i nadzieję nowości niesie. Taki to, jakby to nazwać, paradoks Czerepacha. Każdego, kogo stara się obrzydzić dowartościowuje i z dawnych grzechów rozgrzesza. I obiektywnie to jest śmieszne, a subiektywnie – wzruszające i wzniosłe.

My się zresztą od dawna szykujem na powrót Cerepacha bez ochroniarzy. Różne my mieli scenariusze przygotowane, ale dziś doszedł nowy: darmowa maseczka Solejuka. Tylko że my postanowili nakładać ją wielokrotnie. Dyskusja szła tylko o interwały – regularne czy nieregularne. Bo że za każdy dzień rządów, to wiadomo, ale czy naraz czy po konesersku, to jeszcze nie wiemy.

Kusy co aż się do nas dosiadł pod wrażeniem wyników, mówi, że najlepiej by było, go kompletnie ignorować, bo on atencjusz co się uwagą otoczenia żywi, więc ignorowanie największa kara. Ale jakoś to do nas nie przemówiło. My jesteśmy najwyraźniej za karą mniejszą, ale lepiej widoczną. I taką przy której pośmiać się można, bo śmiech wiadomo dla zdrowia psychicznego ważny, a zdrowie to mocno czerepachowymi rządami nadszarpnięte. Najbardziej to tym, żeby się nie denerwować jak Czerepach znowu coś o Wilkowyjach chlapnie, że on najlepij wie, kto prawdziwy wilkowyjanin, a kto zdrajca, przechrzta i rudy.

Z wszystkiego tego znowu zeszło nam na filozofię i pytanie co jest śmieszne. Mnie pewien koleżka co u mnie w zespole na basie gra, a za młodu był w zespole awangardowego dżezu, ale przełożył kasę nad ambicję i gra u mnie najlepsze disco polo w powiecie, tłumaczył kiedyś, że ten cały dżez bardzo różny jest i do zdefiniowania trudny, więc najlepiej go zdefiniować, że dżez to muzyka grana przez dżezmenów. Bardzo mnie się to spodobało, bo ja też uważam, że człowiek najważniejszy, a dopiero potem szufladka. Więc powiedziałem, że śmieszne jest to z czego się śmiejemy. Mega się to koleżeństwu spodobało, bo do tej pory czasem trudno było pojąć, dlaczego różni ludzie śmieją się z różnych rzeczy. A teraz to jasne. Ludzie nieśmieszni śmieją się z rzeczy nieśmiesznych, a śmieszni, tacy jak my, ze śmiesznych.

I mogło by to być na tyle, gdyby nie Japycz, który powiedział: Taaa, to są wszystko dobre przykłady, ale najśmieszniejsze jest to, że człowiek, żeby żyć na tym świecie musi być przekonany o swojej wyjątkowości, a wszystko co się nam przydarza już było i to z milion razy.

I tak skończył się nasz dobry humor, bo po pierwsze to było zbyt mądre, żeby być śmieszne, a po drugie oznacza, że czeka nas jeszcze dziewięćset dziewięćdziesiąt dziewięć tysięcy dziewięćset dziewięćdziesięciu dziewięciu Czerepachów, bo jedno jest pewne, że to dopiero pierwsza taka kanalia w historii naszej była..

Pietrek

Naukowcy o wyzwaniach związanych z żywnością i o tym, co będą jeść nasze wnuki

W 2060 r., zgodnie z prognozami ONZ, liczba ludności na Ziemi osiągnie 10 miliardów. Przeludnienie planety, a z drugiej strony kryzys klimatyczny, generują nowe wyzwania, jeśli chodzi o produkcję i dystrybucję żywności – podkreślali naukowcy podczas debaty, która odbyła się na Festiwalu Nauki w Warszawie.

Obecnie spośród 8 miliardów ludzi na Ziemi jeden miliard osób głoduje, a z drugiej strony jeden miliard zmaga się z nadwagą. Naukowcy podkreślali, że nadmiar żywności w niektórych rejonach świata nie jest wykorzystywany w sposób racjonalny. Żywność jest marnotrawiona. FAO – Organizacja Narodów Zjednoczonych ds. wyżywienia i rolnictwa podaje, że co roku na świecie marnowanych jest 1 i 3/10 miliarda ton żywności - takiej, która się nadaje do spożycia, czyli faktycznie 1/3 już wyprodukowanej.

„To nie jest tylko problem ekonomiczny, to również problem etyczny i ekologiczny" - mówiła prowadząca debatę pt. „Żywność 4.0. Co będą jeść nasze wnuki?" prof. dr hab. Dorota Witrowa-Rajchert, profesor nauk rolniczych, podczas Festiwalu Nauki, który odbył się we wrześniu w Warszawie.

Aż 60 proc. marnowanej żywności trafia na śmieci prosto z naszych domów, a więc to w większości konsumenci są odpowiedzialni za marnotrawienie żywności. W Polsce marnowanych jest prawie 5 mln ton żywności. „To marnowanie żywności prowadzi do degradacji gleby, do zaśmiecania i ocieplania klimatu" - zaznaczyła Witrowa-Rajchert.

Jak zwrócił uwagę prof. dr hab. Romuald Zabielski specjalizujący się w weterynarii, członek korespondent PAN, profesor zwyczajny w Szkole Głównej Gospodarstwa Wiejskiego

ECO HARPOON®
Recycling Sp. z o.o.
ECO HARPOON - Recycling Sp. z o.o.
Cząstków Mazowiecki 128
05-152 Czosnów
NIP 527-27-45-389
REGON 362569260
BEZPŁATNY
odbiór dużych elektrośmieci!
Odbierzemy od Państwa - kuchenki, - chłodziarki, - zmywarki, - telewizory, - pralki, itd.
ODBIERAJĄC DUŻE SPRZĘTY, ZABIERAMY RÓWNIEŻ DROBNE AGD, BATERIE
Masz pytanie ? Zadzwoń
+48 725-155-155
Bezpłatny odbiór krok po kroku !
1. Dzwonisz pod numer +48 725-155-155
2. My rejestrujemy Twoje zlecenie
3. Oddzwaniamy w ciągu 3 dni w celu uzgodnienia terminu
4. Przyjeżdżamy, odbieramy i wynosimy !
KONTAKT: od poniedziałku do piątku 8:00-16:00
www.ecoharpoon.pl

eprasa.pl 05c56a12dc

w Warszawie, nie wszystkie kraje w sposób jednakowy zostaną dotknięte problemami związanymi z przeludnieniem naszej planety oraz ze zmianami klimatu.

Jego zdaniem Polska jest w komfortowej sytuacji - między innymi dlatego, że jesteśmy znaczącym eksporterem żywności do innych krajów. W 2022 r. eksport artykułów rolno-spożywczych wyniósł rekordowe 47,6 miliarda euro, co dało Polsce 7 pozycję producenta żywności w Europie.

Jak podał naukowiec, eksportowaliśmy głównie mięso, produkty mleczne, słodycze, a także – co zaskakujące - karmę dla zwierząt. „To nam daje komfortową sytuację w obliczu tych zagrożeń, wyzwań" - zauważył Zabielski. Jego zdaniem, w sytuacji, gdyby żywności brakowało, „możemy zareagować w bardzo prosty sposób: ograniczając eksport na nasze potrzeby, mimo że ten eksport dostarcza nam dużo środków do naszego budżetu". Możemy również szukać rezerw w postaci zmniejszenia marnowania żywności.

Zdaniem prof. Zabielskiego w obliczu wyzwań możemy również racjonalizować żywienie. Jak podkreślił, w Polsce jemy za dużo mięsa. W ciągu roku przeciętny Polak spożywa w okolicach 70-80 kg mięsa, gdzie rocznie wystarcza dla prawidłowego funkcjonowania organizmu spożycie 15 kg. Światowa Organizacja Zdrowia rekomenduje natomiast 35 kg mięsa na osobę rocznie.

Steki z laboratorium i przetworzone owady?

Co w przyszłości będą jeść nasze wnuki? Będzie na to miała wpływ czwarta rewolucja przemysłowa, zwana przemysłem 4.0, której jesteśmy świadkami, a rewolucjonizuje ona automatyzację, monitorowanie i analizę łańcuchów dostaw za pomocą inteligentnych technologii. Kluczową rolę w usprawnieniu procesów produkcyjnych, redukcji marnotrawstwa i optymalizacji łańcuchów dostaw mogą odgrywać innowacje technologiczne, sztuczna inteligencja, robotyka i internet rzeczy.

„Wzrośnie znaczenie produktów pochodzenia roślinnego" - mówił dr hab. Rafał Wołosiak, dziekan Wydziału Technologii Żywności SGGW w Warszawie z Instytutu Nauk o Żywności, Katedry Technologii i Oceny Żywności z Zakładu Oceny Jakości Żywności. Jego zdaniem „znaczenie tradycyjnych produktów zwierzęcych będzie mniejsze". Pojawią się rzeczywiście jadalne owady, które dziś budzą pewne kontrowersje i wejdą one w sposób przetworzony do naszej diety, co będzie uzupełniało białko zwierzęce. Zresztą już dzisiaj 1/3 ludności spożywa owady intencjonalnie.

Pojawią się także tzw. steki z laboratorium, czyli mięso pochodzenia biotechnologicznego. „To jest teraz problematyczne" - przyznał Wołosiak. Tłumaczył, że „to nie jest taka czysta technologia, ona wymaga pobierania komórek od żywych zwierząt". Zauważył, że „ten pierwszy stek, który został wytworzony jakiś czas temu w laboratorium, kosztował setki dolarów". „Ale jeśli jest zainteresowanie człowieka, to w przeciągu jednego pokolenia, o ile nie krócej, to będzie bardzo niedroga technologia" - dodał.

Jego zdaniem „zdecydowanie nabierze znaczenia żywność pochodzenia biotechnologicznego w tradycyjnym znaczeniu". „Teraz mamy do czynienia z produkcją pojedynczych substancji przez drobnoustroje, natomiast do naszej diety wejdzie znacznie bardziej biomasa tworzona przez drobnoustroje w bioreaktorach. „Konkretnie będą to przede wszystkim drożdże i pleśnie" - powiedział. One też staną się jadalne. „Widzę możliwość wytwarzania całych produktów spożywczych symulujących np. produkty tradycyjne pochodzenia zwierzęcego" - powiedział.

Naukowcy dyskutując o trendach w produkcji żywności podkreślali, że na przykład więcej żywności będzie produkowanych w miastach oraz nabierze znaczenia proponowanie konsumentom gotowej żywności, czyli nastąpi rozwój food delivery.

„Myślę, że już niedługo w związku z rozwojem badań nad genomem człowieka, funkcją poszczególnych genów i rozwojem genomiki będą tworzone dla konsumentów, którzy za to zapłacą, diety dostosowane do ich potrzeb" - powiedział Wołosiak. Dodał, że będą one uwzględniać analizę genomu, a ich celem będzie zwiększanie wydolności organizmu, zarówno pod względem fizycznym, jak i umysłowym oraz ograniczanie rozwoju chorób uwarunkowanych genetycznie.

Dr inż. Andrzej Gantner, dyrektor generalny, wiceprezes Zarządu Polskiej Federacji Producentów Żywności Związku Pracodawców, redaktor naczelny kwartalnika „Food Lex" zwrócił uwagę na bardzo wysokie spożycie suplementów diety wśród Polaków. Jego zdaniem pokazuje to, że „wcale nie mamy zaufania do żywności funkcjonalnej i do wartości odżywczych produktów, które spożywamy". „Udało nam się wmówić, żeby nasze życie było pełne, a nasza odporność cała, a nasz wizerunek wyrazisty, to musimy jeść suplementy diety" - powiedział.

„Dzisiaj dla wielu z nas priorytetem jest zachowanie prawidłowej sylwetki albo uzyskanie prawidłowej sylwetki i te wybory żywieniowe, które mają sprzyjać zdrowiu są w tle" - tłumaczyła dr inż. Joanna Ciborska, nauczyciel akademicki, adiunkt w Katedrze Żywienia Człowieka Wydziału Nauki o Żywności Uniwersytetu Warmińsko-Mazurskiego w Olsztynie. Dodała, że „jesteśmy w związku z tym zdolni decydować o tym, żeby budować naszą dietę w oparciu o produkty, których być może sensorycznie nie akceptujemy, diety, która wymaga suplementacji, ponieważ jest niedoborowa, albo skrajnie eliminacyjna, bo mamy jakieś nadrzędne cele".

Zdaniem Ciborskiej „ważne jest nie tylko to, co będziemy jeść, ale sposób, w jaki będziemy decydować o tym, czy chcemy to jeść". „Nigdy wcześniej nie mieliśmy tak łatwego dostępu do tak smakowitej żywności"- zauważyła psycholog żywienia. Jej zdaniem, „gdybyśmy decydowali o wyborze żywności tylko na poziomie fizjologii, czyli reagowali na uczucie głodu i sytości, to nie mielibyśmy prawdopodobnie ani otyłości ani chorób dietozależnych".

Podkreśliła, że „żywienie spełnia wiele innych funkcji pozażywieniowych", a więc nie tylko dostarcza nam energii i składników żywieniowych, ale żywność tworzy relację między ludźmi, łączy, scala.

„Z punktu widzenia psychologii żywienia niepokojące jest to, że my mówimy dzisiaj o relacjach z żywnością, czyli nie budujemy sobie relacji między ludźmi, ale mamy relacje z żywieniem, odreagowujemy napięcia, emocje w relacji z żywnością" - zauważyła Ciborska. Podkreśliła, że to, co decyduje o naszych wyborach jest zależne od tego, z jakiego jesteśmy domu, z jakiej kultury, jakie mamy tradycje żywieniowe, nawyki żywieniowe, jakie emocje nam towarzyszą, w jakiej grupie funkcjonujemy i jak intensywnie wpływa ona na nasze wybory żywieniowe.

Nauka w Polsce,
Anna Mikołajczyk-Kłębek

PKPCARGO Service

Zdobądź BEZPŁATNIE nowy zawód w branży kolejowej
– BRAK OGRANICZEŃ WIEKOWYCH.
PKP Cargo Service to spółka nr 1 na rynku – od lat przynosi zyski!

Dołącz do naszego zespołu, wybierając karierę w jednym z wielu oferowanych przez nas zawodów kolejowych:

1. Automatyk
2. Maszynista
3. Manewrowy
4. Ustawiacz
5. Toromistrz
6. Nastawniczy
7. Rewident taboru
8 Dyżurny ruchu
9. Inne

Nasza Spółka prowadzi działalność operacyjną w ośmiu województwach: mazowieckim, śląskim, małopolskim, dolnośląskim, zachodniopomorskim, pomorskim, wielkopolskim, opolskim.

Oferujemy pracę w stabilnym zespole, pewne i atrakcyjne wynagrodzenia (pensje, dodatki i premie miesięczne), stałą możliwość szkolenia i awansu.

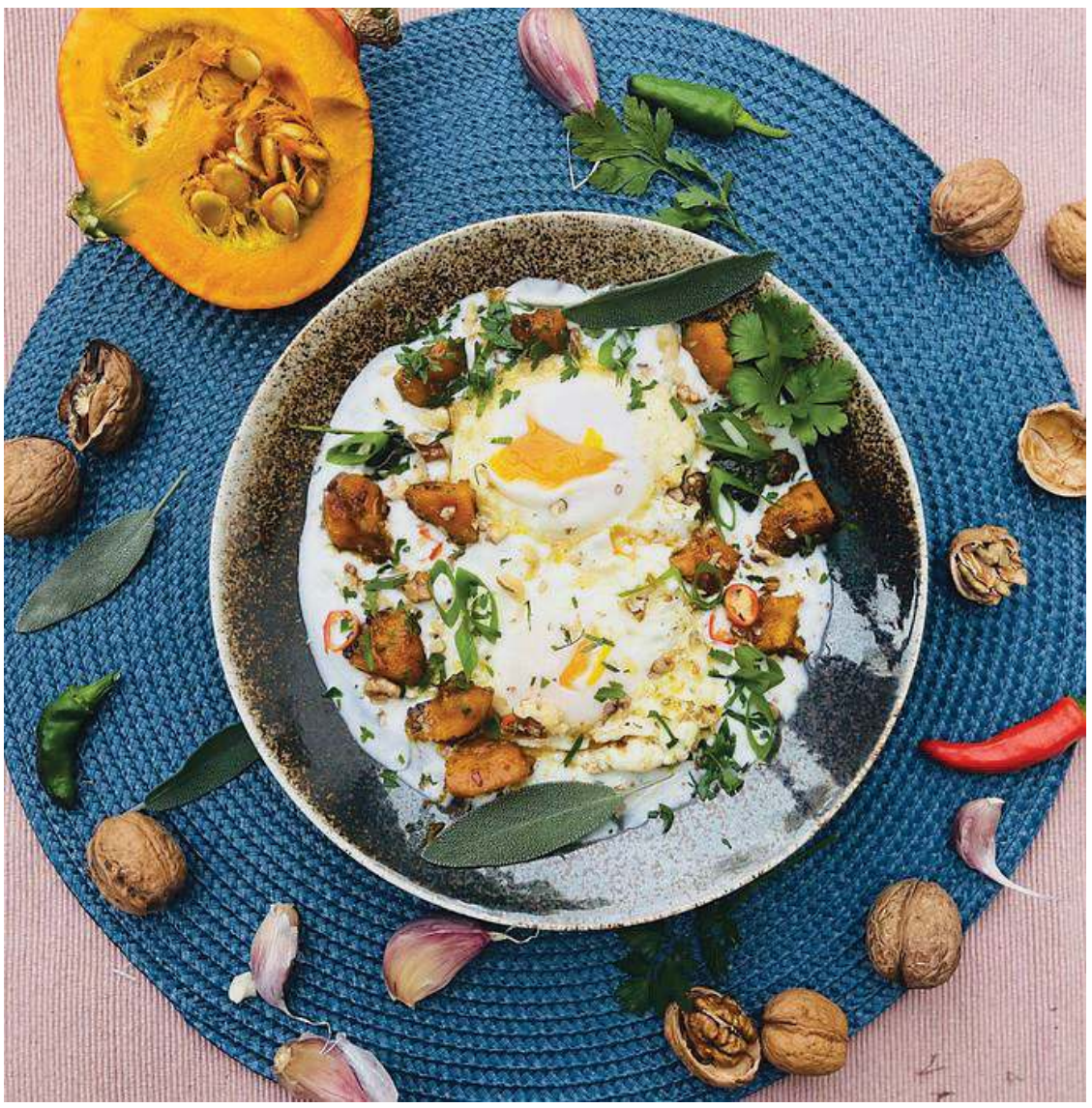
Dofinansowujemy studia i kursy, prywatną opiekę zdrowotną oraz pakiety Multisport. Fundujemy bardzo wysokie zniżki na zakup biletów kolejowych dla pracowników i członków ich rodzin.

Dofinansowujemy wypoczynek. Z okazji Święta Kolejarza – 25 XI – pracownikom przysługuje dodatkowy dzień wolny od pracy.

Zadzwoń: 519 647 625

Aktualne ogłoszenia o naborach publikujemy na:
www.pkpcargoservice.com/kariera/na-jakie-stanowiska-rekrutujemy

eprasa.pl 05c56a12dc



Śniadanie bardzo modne - jajka po turecku

Oczywiście trochę namieszałam w przepisie. Sezon na dynię w pełni, dlatego pojawi się w przepisie. Możecie pokręcić nosem, ale najpierw spróbujcie i sami oceńcie. Na niedzielnie śniadanie pasuje idealnie

Zapraszam do kuchni:

- koło 100g dyni (ja użyłam hokkaido, ale każda inna też się sprawdzi)
- 150g (opakowanie) jogurtu naturalnego
- 2 jajka
- ząbek czosnku
- orzechy włoskie
- szczypiorek
- pietruszka
- pare listków szałwii
- papryczka peperoni
- olej
- sól

Tak na prawdę przepis jest na oko. Ziół dodajecie wedle upodobania. Przedstawię Wam własną wersję.

Zaczynamy od pokrojone obranej dyni, w kostkę 1x1 cm. Na rozgrzaną patelnię wsypujemy orzechy laskowe, 2-3 sztuki. Chwilę prażymy i zdejmujemy z ognia. Na patelnię wlewamy odrobinę oleju i wrzucamy dynię. Doprawiamy solą i smażymy koło 10min, aż dynia ładnie się zarumieni z każdej strony.

W tym czasie siekamy szczypiorek z pietruszką, po pół łyżki posiekanych ziół wystarczy dla jednej osoby. Siekamy odrobinę więcej, później posypiecie gotowe śniadanie dla lepszego efektu.

Zioła dodajemy do jogurtu razem z przetartym czosnkiem. Ewentualnie doprawiamy odrobiną soli.

Mieszamy wszystko i wykładamy na talerz, rozmasowując doprawiony jogurt po całym talerzu, zostawiając odstęp od krawędzi.

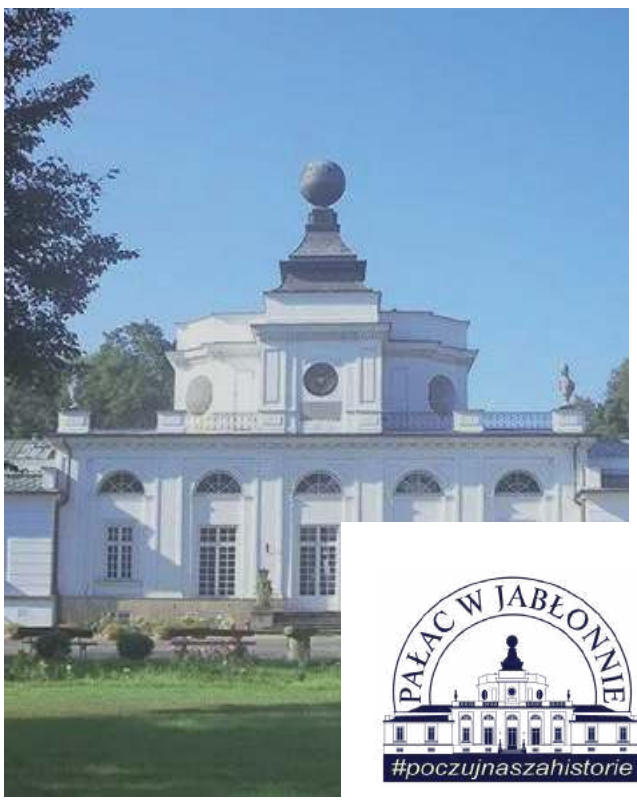
Siekamy ostrą papryczkę, tutaj też wedle upodobania, jeżeli macie małą tolerancję, dla pewności, pokrójcie bez pestek. Do dyni, na sam koniec smażenia dodajemy ostrą papryczkę i 3 listki szałwii. Po minucie listki oddadzą w pełni aromat. Wykładamy dynię na jogurt.

Na tą samą patelnię z odrobiną oleju wybijamy jajka, kiedy białko się zetnie dodajemy trochę wody, przykrywamy i wyłączamy. Po chwili białko się zetnie, a żółtko zostanie płynne.

Układamy jajka na dodatkach, posypujemy posiekanymi orzechami i ziołami. Możecie dodać pestki dyni zamiast orzechów. Na obie rzeczy jest teraz sezon☺ Szałwia idealnie współgra z dynią, zaufajcie mi i spróbujcie.

Smacznego♥☺.

instagram.com/niebez_kozery22



PAŁAC W JABŁONNIE
#poczujnaszahistorie

WESELA I PRZYJĘCIA POŚLUBNE

OSTATNIE TERMINY NA LATO 2023

Zapraszamy: tel. 531 093 982; 507 104 572,
info@palacjablonna.pan.pl

eprasa.pl 05c56a12dc

POWIAT LEGIONOWSKI

BEZPŁATNA KOMUNIKACJA

7P Serock > Jadwisin > Borowa Góra > Zegrze > Wieliszew > Legionowo Centrum Komunikacyjne

8P Zegrze > Dosin > Skubianka > Jachranka > Komornica > Wieliszew > Łajski > Legionowo Centrum Komunikacyjne

9P Trzciany > Janówek Drugi > Skierdy > Rajszew > Osiedle Nadzorcówka > Jabłonna > Chotomów > Legionowo (Starostwo Powiatowe)

10P Wieliszew Plaża > Łajski (ul. Suwalna) > Legionowo > Łajski (ul. Kościelna) > Michałów-Reginów > Nieporęt PKP

aktualne rozkłady

BEZPŁATNA KOMUNIKACJA finansowana jest ze środków Powiatu Legionowskiego z wykorzystaniem dotacji w ramach Funduszu Rozwoju Przewozów Autobusowych o charakterze użyteczności publicznej.

powiat-legionowski.pl

zakładka Dla mieszkańców / bezpłatne linie powiatowe

PIĄTEK • 20 października

TVP 1

04:45 Klan - telenowela
05:15 Dziedzictwo - serial
06:05 Złoty chłopak - serial obyczajowy
07:00 Transmisja Mszy Świętej
07:30 Agape Blisko Ciebie - magazyn
08:00 Wiadomości
08:10 Kwadrans polityczny
08:25 Informacje kulturalne
08:30 Pogoda poranna
08:40 Ranczo - serial obycz.
09:40 Komisarz Alex - serial krym.
10:40 Ojciec Mateusz - serial
11:25 Kuchnia Jagiellonów
12:00 Wiadomości
12:10 Agrobiznes; Agropogoda
12:35 Magazyn Rolniczy
12:55 Natura w Jedynce - Najzdolniejsze zwierzęta świata. Mistrzowie kamuflażu - cykl dokumentalny

14:00 Złoty chłopak - serial obycz.
15:00 Wiadomości; Pogoda
15:20 ALARM! - magazyn
15:35 Gra słów. Krzyżówka
16:05 Dziedzictwo - serial
17:00 Teleexpress; Pogoda
17:20 Jaka to melodia?
17:55 Klan - telenowela
18:25 Leśniczówka - serial obycz.
19:00 Jeden z dziesięciu - telet.
19:30 Wiadomości
20:05 Pogoda; Sport
20:15 ALARM! - magazyn
20:35 Archiwista 2 - serial krym.
21:30 Jak rozpętałem II wojnę światową - Za bronią - kom., Polska, 1970
22:55 Dewajtis - serial kostium.
23:55 Tokariew. Zabójca z przeszłości - fab., USA, 2014
01:45 Labirynt - akcja, USA, 2013
04:20 Przystań - serial fab.

TVP 2

05:00 Na sygnale - serial fabularyzowany
05:30 M jak miłość - serial
06:20 Anna Dymna - spotkajmy się - Joanna Gradzik i Miłosz Furtak
06:55 Rodzinka.pl - serial kom.
07:30 Pytanie na śniadanie - pobudka
07:55 Pytanie na śniadanie
10:35 Panorama
10:45 Pytanie na śniadanie
11:15 Nie taka prosta historia - Na Zachodzie bez zmian - magazyn
11:45 Dla niesłyszących - Barwy szczęścia - serial
12:30 Koło fortuny
13:15 Akacjowa 38 - serial
14:05 Va Banque - teleturniej
14:35 Na sygnale - serial fabularyzowany
15:05 Krok od Nieba - serial kryminalny

16:00 Koło fortuny
16:35 Familiada - teleturniej
17:15 Zakazany owoc - serial obyczajowy, Turcja, 2020
18:00 Panorama
18:20 Va Banque - teleturniej
18:45 Akacjowa 38 - serial historyczny
19:35 Barwy szczęścia - serial obyczajowy
20:50 Polskie Biesiady - widowisko muzyczne
22:05 Rytmy Dwójki - widowisko muzyczne
23:20 Kino relaks - Królowe życia - kom., Wlk. Bryt., USA, 2019
01:05 Oficer i szpieg - biograf., Włochy, Franc., 2019 ●
03:25 Hotel pod szczęśliwą gwiazdą - obycz., USA, 2019

TVN

05:35 Uwaga! - program interwencyjny
05:50 Ukryta prawda - Krzysztof dowiaduje się od policji, że jego żona Marta zginęła w wypadku samochodowym.
06:50 Kuchenne rewolucje - pr. kulinarno-rozrywkowy
07:45 Dzień Dobry TVN - magazyn
11:30 Ukryta prawda - program obyczajowy
13:35 Szpital - Pacjentem doktora Michała Morawskiego jest 17-latek dotkliwie pogryziony przez psy.
15:40 Doradca smaku - program kulinarny
15:45 Kuchenne rewolucje - program kulinarno-rozrywkowy
16:50 Zapisane w gwiazdach - program paradokumentalny
17:55 Ukryta prawda - program obyczajowy

19:00 Fakty; Sport; Pogoda
19:50 Uwaga! - program interw.
20:00 Milionerzy - prog. rozrywk.
21:45 25 lat niewinności. Sprawa Tomka Komendy - obycz., Polska, 2020. Film opowiadający historię chłopaka niesłusznie skazanego na 25 lat więzienia za gwałt i zabójstwo nastolatki.
00:05 Epidemia - sens., USA, 1995. Pracujący dla amerykańskiej armii naukowiec Sam Daniels (Dustin Hoffman) odkrywa istnienie nieznanego dotąd śmiercionośnego wirusa.
02:45 Kuba Wojewódzki - talk-show
03:50 Bill Cosby: Kulisy skandalu - dokument
04:50 Dowody zbrodni - serial

POLSAT

06:00 Nowy dzień z Polsat News
08:40 Malanowski i Partnerzy - serial kryminalny
09:40 Sekrety rodziny - program obyczajowy
10:40 Dlaczego ja? - serial paradokumentalny
11:40 Gliniarze - serial paradokumentalny
12:50 Wydarzenia - program informacyjny
13:20 Interwencja - magazyn reporterów
13:40 Trudne sprawy - program obyczajowy
14:40 Dlaczego ja? - serial paradokumentalny
15:50 Wydarzenia - program informacyjny
16:10 Pogoda
16:15 Interwencja - magazyn reporterów
16:30 Na ratunek 112 - serial obyczajowy
17:00 Gliniarze - serial paradokumentalny

18:00 Pierwsza miłość - serial
18:50 Wydarzenia - program informacyjny
19:25 Gość Wydarzeń - rozmowa dnia
19:45 Sport; Pogoda
20:05 Twoja Twarz Brzmi Znajomo - program muzyczno-rozrywkowy
22:10 Uncharted - przygod., USA, Hiszp., 2022
00:50 12 rund - akcja, USA, 2009. Zbiegły z więzienie kryminalista chce wyrównać rachunki z policjantem, którego wini za śmierć
03:10 Nasz Nowy Dom - serial paradokumentalny
04:15 Kabarety
04:40 Disco Gramy - prog. muz.
05:25 Telezakupy TV Okazje

TVP Kultura

07:00 Muzyczne poranki
07:40 Res Poloniae - O Polsce z oddali - Książę Juan Jorge Bagration-Mukhrani - rozmowa
08:20 Wydarzenie aktualne
08:45 Informacje kulturalne
09:15 Łucznicy z Kraju Smoka - dramat, Australia, 2014
11:00 Zaklęty Dwór - serial
12:05 Truffaut - Godard - filmowi rywale - dok., Franc., 2015
13:10 15 Krajowy Festiwal Piosenki Polskiej Opole '77 - koncert
14:20 Informacje kulturalne
14:50 Jan Lebenstein - dziennik samotnika - dok., Polska, Franc., 1999
15:45 Księstwo - obycz., Polska, 2011
18:00 Jazz.pl - Szcześniak, Herdzin - koncert
19:35 Zaginione-odnalezione - magazyn

20:00 Wieczór kinomana - Mężczyzna imieniem Ove - fab., Szwecja, 2015
22:10 Informacje kulturalne
22:40 Pitbull - serial policyjny
23:40 Czwartkowy klub filmowy - Strach nad miastem - fab., Franc., Włochy, 1975
02:00 Noc krótkich filmów - Mundur • Jackie• Ogień • Pamięć - filmy animowane
02:35 Kino nocne - Dwaj ludzie z miasta - sens., Franc., 1973
04:25 Women make film - Kobiety za kamerą - cykl dokumentalny, Wlk. Bryt., 2019
05:35 Afisz kulturalny
05:50 Jeszcze więcej kultury w TVP Kultura 2

TV Puls

06:00 Kobra - oddział specjalny - serial kryminalny
08:00 Nash Bridges - Nash próbuje nie dopuścić do egzekucji niewinnego mężczyzny.
09:00 Lombard. Życie pod zastaw - paradokument fabularny
10:00 Zbuntowany anioł - serial obyczajowy
12:00 Zaklinaczka duchów - serial fabularny
14:00 Lombard. Życie pod zastaw - paradokument fabularny
16:00 Kurierzy - Renata to surowa nauczycielka matematyki i bardzo konkretna kobieta o sztywnych zasadach. Pewnego dnia doznaje nagłej zmiany osobowości.
18:00 Lombard. Życie pod zastaw - paradokument fabularny

20:00 90 minut do śmierci - akcja, USA, 2021
21:50 Rambo: Pierwsza krew - akcja, USA, 1982. John Rambo, żołnierz jednostek specjalnych, wdaje się w konflikt z szeryfem w miasteczku, do którego dociera.
23:45 Legionista - akcja, USA, 1998
01:45 Menu na miarę - program kulinarny
02:25 Z archiwum policji - program kryminalny
02:50 Menu na miarę 03:25 Z archiwum policji - program kryminalny
04:00 Menu na miarę
04:35 Szalone fabryki polskiej muzyki!
05:00 Nash Bridges - serial krym.

TVN 7

05:00 Szkoła - program obyczajowy
06:55 Szpital - Pacjentką doktora Wojciecha Jarosza jest 36-latka, która szuka męża przez aplikację randkową.
07:50 Ukryta prawda - program obyczajowy
10:50 Zapisane w gwiazdach - program
11:50 Opowieści małżeńskie - program obyczajowy
12:50 Szpital - program obyczajowy
13:50 Sąd rodzinny - program sądowy
14:50 Sędzia Anna Maria Wesołowska - serial sądowy
15:50 Ukryta prawda - program obyczajowy
16:55 Szpital - program obycz.
17:55 Opowieści małżeńskie - program obyczajowy
18:55 Ukryta prawda - program obyczajowy

20:00 Dziennik Bridget Jones - kom., Franc., Wlk. Bryt., USA, 2001. Bridget ma do siebie pretensje o to, że nie potrafi znaleźć wartościowego mężczyzny. To wszystko musi się zmienić...
22:05 Szybcy i wściekli - sens., USA, Niemcy, 2001.
00:20 Hotel Paradise - reality show
01:20 Doppelganger. Sobowtór - kulisy produkcji - magazyn
01:45 Więzy krwi - program paradkokumentalny
02:50 Mieszkając z duchem - program paradokumentalny
03:50 Druga strona medalu - talk-show

TV 4

06:00 Strażnik Teksasu - film akcji **08:00** Nasz Nowy Dom - serial paradokumentalny **09:00** Pierwsza miłość - serial obycz. **09:50** Łowcy skarbów. Kto da więcej **10:50** Policjantki i Policjanci - serial paradok. **12:55** Gliniarze - paradok. **13:55** STOP Drogówka - serial policyjny **15:55** Policjantki i Policjanci - serial paradok. **17:00** Pomóż mi - serial fabularyzowany **18:00** Łowcy Skarbów. Kto da więcej **19:00** Policjantki i Policjanci - serial paradok. **20:00** Gwiazdy Kabaretu **22:05** Sprawiedliwi - Wydział Kryminalny **00:05** Street Fighter: Legenda Chun-Li **02:05** SuperLudzie - serial opowiadający o osobach niepełnosprawnych, **02:25** Gwiazdy Kabaretu **03:25** Disco Polo Life **04:25** Top 10 - Lista Przebojów **05:30** Telezakupy TV Okazje

TV Trwam

09:35 Święty na każdy dzień **09:45** Jestem Mamą **10:00** Inf. dnia **10:15** Rozmowy niedok. **11:25** Głos Polski **11:35** Zagłada redemptorystów Woli **12:00** Anioł Pański **12:03** Inf. dnia **12:20** Przygody pana Michała **12:50** Moja Fatima **13:30** Msza święta **14:30** Drzwi do lasu **14:55** Słowo życia **15:00** Modlitwa Koronką do Bożego Miłosierdzia **15:20** Mocni w Wierze **15:50** Ma się rozumieć **16:00** Inf. dnia **16:10** Siódmy Sakrament **16:40** Prosto o gospodarce **17:00** Cioteczka **17:30** Geopolityka **17:55** Poczet Wielkich Polaków **18:00** Anioł Pański **18:05** Inf. dnia **18:15** Westerplatte Młodych **19:00** Warto zauważyć... w mijającym tygodniu **19:30** Brat Franciszek **20:00** Inf. dnia **20:20** Różaniec **20:50** Myśląc Ojczyzna **21:00** Apel Jasnogórski **21:20** Inf. dnia **21:40** Polski Punkt Widzenia

eprasa.pl 05c56a12dc

maxim

CENTRUM HANDLOWE

SERDECZNIE ZAPRASZ

NA ZAKUPY

OD PONIEDZIAŁKU DO SOBOTY

w GODZINACH 10.00 - 21.00

UL. SIWIŃSKIEGO 2

LEGIONOWO

eprasa.pl 0

5c56a12dc

SOBOTA • 21 października

TVP 1

05:45 Balans bieli - magazyn
06:20 Janka - Kapryśna królewna - serial, Polska, Niemcy, 1989
07:00 Transmisja Mszy Świętej
07:40 Rok w ogrodzie
08:20 wojsko-polskie.pl - rep.
08:45 Pełnosprawni - magazyn dla niepełnosprawnych
09:45 Komisarz Alex - serial krym.
10:45 Ojciec Mateusz - serial
11:40 Wiesz czy nie wiesz? - telet.
12:40 Gwiazdy w południe - Angelika wśród piratów - przyg., Franc., 1967
14:10 Z pamięci - Halina Skibniewska - felieton
14:25 Okrasa łamie przepisy - mag. kulinarny
14:55 Chłopi - serial, Polska, 1972
15:55 Program rozrywkowy
17:00 Teleexpress;
17:20 Pogoda

17:35 Ojciec Mateusz - serial
18:25 Kulisy serialu Ojciec Mateusz - felieton
18:40 Jaka to melodia?
19:30 Wiadomości
20:05 Pogoda; Sport
20:15 ALARM! - magazyn
20:35 Komisarz Alex - serial krym.
21:35 Hit na sobotę - Kamienne pięści - dramat, USA, 2016. Historia życia Roberto Durána - wielokrotnego bokserskiego mistrza świata, który walczył na przestrzeni pięciu dekad
23:35 Labirynt - akcja, USA, 2013
02:15 Tokariew. Zabójca z przeszłości - sens., USA, 2014
04:00 Jaka to melodia?
04:50 Z pamięci - Halina Skibniewska - felieton

TVP 2

04:55 Dla niesłyszących - Barwy szczęścia - serial obyczajowy
06:35 Dla niesłyszących - M jak miłość - serial obyczajowy
07:30 Pytanie na śniadanie - pobudka
07:55 Pytanie na śniadanie - w tym: Pogoda Flesz
11:55 Zrujnowani odbudowani - magazyn
12:30 Polskie Biesiady - widowisko muzyczne
14:00 Familiada - teleturniej
14:35 Koło fortuny - teleturniej
15:15 Szansa na sukces. Opole, 2024
16:20 Na dobre i na złe - serial obyczajowy
17:15 Wędrowiec Polski - Mazury - cykl reportaży
17:45 Słowo na niedzielę
18:00 Panorama
18:20 Va Banque - teleturniej

18:45 Akacjowa 38 - serial kostiumowy
19:35 Informacje kulturalne
20:00 The Voice of Poland - Bitwa - widowisko muzyczne
21:45 The Voice of Poland - Nokaut - widowisko muzyczne
22:30 Miłość i turbulencje - kom. romant., Franc., 2013. Antoine i Julie - dawni kochankowie - trafiają na miejsca w samolocie obok siebie.
00:20 Prodigy. Opętany - horror, USA, 2019
02:00 Królowe życia - kom., Wlk. Bryt., USA, 2019
03:45 Daleko od Reykjaviku - komediodramat, Niemcy, Dania, Franc., Islandia, 2019

TVN

05:45 Uwaga! - program interwencyjny
06:00 New Looney Tunes I - animacja
06:50 Kuchenne rewolucje - program kulinarno-rozrywkowy
07:45 Dzień Dobry TVN - magazyn
11:35 Na Wspólnej Omnibus - serial obyczajowy, Polska
13:30 Kobieta na krańcu świata - program Martyny Wojciechowskiej
14:05 Kuchenne rewolucje - pr. kulinarno-rozrywkowy
15:15 Ślub od pierwszego wejrzenia - reality show program
16:20 Totalne remonty Szelągowskiej - program rozrywkowy
17:30 Lego Masters - program
19:00 Fakty
19:25 Sport
19:35 Pogoda

19:45 Uwaga! - program interwencyjny
20:00 Top Model - program rozrywkowy
21:35 Narodziny gwiazdy - obycz., USA, 2018. Pomiędzy Jacksone Maine (Bradley Cooper), byłą wielką gwiazdą country, a utalentowaną piosenkarką Ally (Lady Gaga) rodzi się płomienne uczucie.
00:25 Koniec przyjaźni - horror, USA, 2014
02:05 Co za kabaret! - program
03:10 Szpital - program obycz.
04:05 Uwaga! - program interw.
04:25 Nauka jazdy - program
04:50 Recepta na stary dom - program edukacyjny
05:15 Raj za pół ceny - program lifestylowy

POLSAT

06:00 Nowy dzień z Polsat News
08:30 Doktor Dolittle i pies prezydenta
10:10 Ewa gotuje - program kulinarny
10:40 Nasz Nowy Dom - serial paradokumentalny
11:40 Bogaty Dom-Biedny Dom
12:40 Para do Gara. Ona mówi, on gotuje. - program kulinarno-rozrywkowy
13:40 Polacy za granicą - spotkania z ciekawymi ludźmi
14:40 Rolnicy. Podlasie
15:45 Więzienie - program paradokumentalny
17:45 Chłopaki do wzięcia - Pochodzą z małych wsi i miasteczek. Pracują dorywczo, mają niewielkie perspektywy, mimo to z niezachwianą wiarą poszukują partnerek na całe życie.

18:50 Wydarzenia - program informacyjny
19:15 Prezydenci i Premierzy - rozmowy Jarosława Gugały
19:45 Sport
19:55 Pogoda
20:00 Krudowie 2: Nowa era - anim., USA, 2020. Krudowie zmuszeni są stawić czoła swojemu największemu wyzwaniu: innej rodzinie!
22:05 Wpadka - kom. romant., USA, 2007
01:00 Pierwszy śnieg
03:40 Świat według Kiepskich - serial komediowy
04:20 Kabarety
04:40 Disco Gramy - program muzyczny
05:25 Telezakupy TV Okazje

TVP Kultura

07:00 Koncert Urszuli Dudziak i Grażyny Auguścik
07:55 Tamte lata, tamte dni - Maciej Wojtyszko - mag.
08:35 Informacje kulturalne
09:05 Seong-Jin Cho, zwycięzca XVII MKP im. Fryderyka Chopina - koncert
10:05 Ocaleni przez Chopina - dok., Wlk. Bryt., 2012
11:20 Niewiarygodne przygody Marka Piegusa - serial przygodowy
12:35 Gene Kelly: życie i taniec - dok., Franc., 2016
13:40 Ile waży koń trojański? - kom., Polska, 2008
15:55 Informacje kulturalne
16:20 Res Poloniae - O Polsce z oddali - Arczil Kikodze - rozmowa
17:00 Dokument tygodnia - Grethe Meyer: królowa duńskiego wzornictwa - dok., Dania, 2022

18:15 Retro kino - Chleb, miłość i fantazja - kom., Włochy, 1953
20:00 Bilet do kina - Weekend z królem - fab., Wlk. Bryt., 2012
21:45 Informacje kulturalne
22:10 Bez prądu - Lech Janerka - koncert
23:15 Wieczór kinomana - Mężczyzna imieniem Ove - fab., Szwecja, 2015 ●
01:25 Galeria sztuki na ekranie - Impresjoniści i człowiek, który ich stworzył - cykl dok., Wlk. Bryt., 2021
02:30 Kino nocne - Flic Story - krym.., Franc., 1975
04:30 Informacje kulturalne
05:20 Tamte lata, tamte dni - Maciej Wojtyszko - mag.
05:45 Jeszcze więcej kultury

TV Puls

06:00 Taki jest świat - przegląd wydarzeń z całego globu. Wiadomości polityczne i gospodarcze, informacje z życia gwiazd i naukowe ciekawostki.
07:00 Kobra - oddział specjalny - Między Semirem a Kim Krüger dochodzi do napięć. Konflikt nasila się, gdy zostaje zamordowany radny policji.
10:00 Lombard. Życie pod zastaw - Mariusz Nowak to zwariowany ekolog, ale też twardo stąpający po ziemi biznesmen. Aby połączyć te dwie, zdawałoby się sprzeczne cechy i pasje, otwiera zakład druku 3D. Mariusz Nowak postanawia zainwestować w recyklomat i ustawić go przed lombardem.

20:00 Rambo 2 - akcja, USA, 1985. Rambo ma wykonać misję, której celem jest uwolnienie amerykańskich jeńców znajdujących się w Wietnamie.
22:00 Furioza - akcja, Polska, 2021. Wydarzenie z przeszłości rozdziela losy trójki przyjaciół. Niespodziewanie...
00:50 Maruderzy - akcja, Kan., USA, 2016
02:55 Menu na miarę
03:35 Taki jest świat - przegląd wydarzeń z całego globu. Wiadomości polityczne i gospodarcze, informacje z życia gwiazd i naukowe ciekawostki.
04:35 Z archiwum policji - program kryminalny
05:00 Dyżur - serial medyczny

TVN 7

05:00 Szkoła - program obyczajowy
06:00 Wiza na miłość - serial paradokumentalny
07:05 Wyluzuj, Scooby-Doo! - serial animowany, USA
07:40 Ja, ty i on - kom., USA, 2006. Carl (Matt Dillon) i Molly (Kate Hudson) właśnie wzięli ślub i rozpoczynają wspólne życie. Pojawia się jednak...
10:00 Ten moment - program obyczajowy
10:35 Ukryta prawda - program obyczajowy
15:55 Akademia policyjna III: Ponowne szkolenie - kom., USA, 1986
17:50 Pokémon: Detektyw Pikachu - przyg., USA, Japonia, Kan., Wlk. Bryt., 2019. Prywatny detektyw Harry Goodman znika w tajemniczych okolicznościach...

20:00 Harry Potter i insygnia śmierci, część II - przyg., USA, Wlk. Bryt., 2011. Film opowiada o ostatecznym starciu nastoletniego czarodzieja Harry'ego Pottera (Daniel Radcliffe) z jego odwiecznym wrogiem Voldemortem (Ralph Fiennes).
22:50 Na krawędzi - sens., USA, 1993. Gabe (Sylvester Stallone) - ratownik górski - poproszony o pomoc przez grupę alpinistów, zostaje uwikłany w kryminalną intrygę wartą miliony dolarów.
01:20 Sekrety i grzeszki - kom., USA, 2011.
03:35 Więzy krwi - program paradokumentalny

TV 4

06:00 Galileo - ciekawostki popularnonaukowe **11:00** Twoja Twarz Brzmi Znajomo - program muzyczno-rozrywkowy **13:05** Ninja Warrior Polska **15:00** STOP Drogówka - serial policyjny **17:00** Para do Gara. Ona mówi, on gotuje. - program kulinarno-rozrywkowy, którego gospodarzem jest Mateusz Gessler **18:00** Policjantki i Policjanci - serial paradok. **21:00** Doda. Dream Show - program rozrywkowy **22:05** Sprawiedliwi - Wydział Kryminalny **00:05** We krwi - thriller, Portoryko, Wlk. Bryt. Podczas wakacji na Karaibach znika mąż Avy. Kobieta podejrzewa, że... 2014 **02:25** Gwiazdy Kabaretu **03:25** Disco Polo Life **04:25** Top 10 - Lista Przebojów **05:30** Telezakupy TV Okazje

TV Trwam

09:00 Inauguracja Roku Akademickiego, 2023, 2024 w AKSiM **11:30** Siódmy Sakrament **12:00** Inauguracja Roku Akademickiego w AKSiM **14:15** Przegląd Tygodnika „Niedziela" **14:20** Słowo życia **14:25** Albertynki **14:45** Jak wygrać małżeństwo **15:00** Pasjonat muzyki i malarstwa. Marcin Żarnecki **15:25** Święty na każdy dzień **15:30** Wierzę w Boga **16:00** Inf. dnia **16:10** Historia PL **17:00** Z Parlamentu Europejskiego **17:30** Nowa Ewangelizacja **17:55** Poczet Wielkich Polaków **18:00** Anioł Pański **18:05** Inf. dnia **18:15** Rozmowy niedok. **19:25** Święty na każdy dzień **19:30** Manna z Nieba **19:45** Modlitwa z telefonicznym udziałem dzieci **20:00** Inf. dnia **20:20** Różaniec **20:50** Myśląc Ojczyzna **21:00** Apel Jasnogórski **21:20** Inf. dnia **21:40** Polski Punkt Widzenia **22:00** Polskie dziedzictwo

NIEDZIELA • 22 października

TVP 1

05:05 Sprawa dla reportera
06:00 Słownik polsko@polski - talk-show prof. Jana Miodka
06:25 wojsko-polskie.pl - rep.
06:50 Słowo na niedzielę
07:00 Transmisja Mszy Świętej
08:00 Tydzień
08:30 Zakochaj się w Polsce
09:00 Okrasa łamie przepisy - mag. kulinarny
09:40 Chłopiec z burzy - obycz., Australia, 2019
11:30 Welon, fura i brawura - reality show
11:55 Między ziemią a niebem
12:00 Anioł Pański, Watykan
12:15 Między ziemią a niebem
12:50 Każde życie jest cudem - cykl reportaży
13:15 BBC w Jedynce - Zaloty wśród zwierząt - dok.
14:05 Tyłówka BBC w Jedynce
14:15 Z pamięci - Halina Skibniewska - felieton

14:25 Komisarz Alex - serial krym.
15:15 Polskie drogi
17:00 Teleexpress; Pogoda
17:35 Wiesz czy nie wiesz? - teleturniej
18:40 Jaka to melodia?
19:30 Wiadomości
20:05 Pogoda; Sport
20:20 Dewajtis - serial kostium.
21:20 Rolnik szuka żony - reality show
22:20 Strefa starcia - program publicystyczny
23:00 Zakochana Jedynka - Usłane różami - fab., Franc., 2020
00:45 Kamienne pięści - dramat, USA, 2016
02:45 Jaka to melodia?
03:35 Z pamięci - Halina Skibniewska - felieton

TVP 2

05:25 Dla niesłyszących - Barwy szczęścia - serial
06:35 Dla niesłyszących - M jak miłość - serial obycz.
07:30 Pytanie na śniadanie - pobudka
07:55 Pytanie na śniadanie - w tym: Pogoda Flesz
11:25 The Voice of Poland - Bitwa - widowisko muzyczne
13:15 The Voice of Poland - Nokaut - widowisko muzyczne
14:00 Familiada - teleturniej
14:35 Koło fortuny - teleturniej
15:15 Szansa na sukces. Opole, 2024
16:15 Tak to leciało! - teleturniej muzyczny
17:15 Na sygnale - serial fabularyzowany
18:00 Panorama
18:20 Va Banque - teleturniej

18:50 Na sygnale - serial fabularyz.
20:00 Postaw na milion - telet.
21:05 Oficer i szpieg - Włochy, Franc., 2019 ●
23:25 Kino bez granic - Judy - biograf., Wlk. Bryt., 2019. Główny wątek filmu skupia się na schyłkowym okresie kariery gwiazdy, legendy amerykańskiego show-biznesu - Judy Graland - aktorki, piosenkarki i tancerki.
01:35 Eroica - dramat wojenny, Polska, 1957. Film jest jednym z czołowych osiągnięć „szkoły polskiej", będące rozrachunkiem z mitologizowaniem wojennej przeszłości.
03:05 Miłość i turbulencje - kom. romant., Franc., 2013

TVN

05:40 Uwaga! - program interwencyjny
06:00 Tom i Jerry Show - film animowany
06:50 Kuchenne rewolucje - program kulinarno-rozrywkowy
07:45 Dzień Dobry TVN - magazyn
11:30 Kobieta na krańcu świata - program Martyny Wojciechowskiej
12:05 Co za tydzień - magazyn rozrywkowy
12:40 Top Model - program rozrywkowy
14:15 Lego Masters - program rozrywkowy
15:50 Madagaskar - kom., USA, 2005
17:30 Bitwa o gości - program
19:00 Fakty
19:25 Sport
19:35 Pogoda
19:45 Uwaga! - program interwencyjny

20:00 MasterChef - program kulinarno-rozrywkowy
21:30 Łowca czarownic - przyg., USA, Chiny, Kan., 2015. Vin Diesel wciela się w postać ostatniego łowcy czarownic, który zmuszony będzie stoczyć bój o przetrwanie ludzkości.
23:45 Od nowa - serial, USA
00:55 Kuchenne rewolucje - pr. kulinarno-rozrywkowy
02:05 Bartosz Zmarzlik. Ścigając marzenia. - program dokument.
03:00 Szpital - program obycz.
03:55 Uwaga! - program interw.
04:10 Nauka jazdy - program
04:45 Recepta na stary dom - program edukacyjny
05:10 Raj za pół ceny - program lifestylowy

POLSAT

06:00 Nowy dzień z Polsat News
08:40 Dziennik cwaniaczka. Droga przez mękę
10:25 Krudowie 2: Nowa era
12:35 Para do Gara. Ona mówi, on gotuje. - program kulinarno-rozrywkowy, którego gospodarzem jest Mateusz Gessler
13:40 Ninja Warrior Polska
15:40 Twoja Twarz Brzmi Znajomo - program muzyczno-rozrywkowy
17:40 Ślubne pogotowie Izabeli Janachowskiej - poznajemy historie par, które zdecydowały się na to, by stanąć na ślubnym kobiercu.
18:50 Wydarzenia - program informacyjny
19:20 Sport
19:27 Pogoda
19:30 Państwo w Państwie - program interwencyjny

20:00 Kabaret na żywo. Młodzi i Moralni
22:10 Teściowie - serial obyczajowy
23:10 Agenci - akcja, USA, 2013. Kiedy próba infiltracji meksykańskiego kartelu narkotykowego kończy się katastrofą, agencje wywiadu wypierają się swoich pracowników: Bobby'ego i Marcusa...
01:25 Siostry - dram., USA, 2005. Maggie i Rose Feller to dwie siostry, których poza więzami rodzinnymi nic nie łączy.
04:00 Świat według Kiepskich - serial komediowy
04:40 Disco Gramy - program muzyczny
05:25 Telezakupy TV Okazje

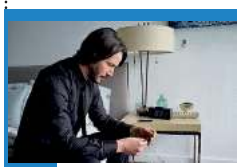
TVP Kultura

07:00 Informacje kulturalne
07:25 Urodzeni artyści - Agnieszka Hubeny-Żukowska i Rafał Żukowski - cykl reportaży
08:00 Nabożeństwo ewangelickie w Tychach
09:05 Grethe Meyer: królowa duńskiego wzornictwa - dok., Dania, 2022
10:20 Od ucha do ucha - Baśnie z piasku
10:55 Rawhide - west., USA, 1959
12:00 Ze wsi Grunwald - dok.
12:35 Trzeci punkt widzenia - program publicystyczny
13:15 Weekend z królem - fab., Wlk. Bryt., 2012
14:55 Wędrowiec Polski - Dolny Śląsk I - cykl report.
15:35 Niewiarygodne przygody Marka Piegusa
16:50 Zaginione-odnalezione - magazyn
17:15 Niedziela z... Włodzimierzem Nahornym - koncert

20:00 Indochiny - dramat, Franc., 1992
22:45 Informacje kulturalne
23:15 Trzeci punkt widzenia - program publicystyczny
23:55 Scena muzyczna - Dizzy Boyzz Brass Band - koncert
01:00 Noc krótkich filmów - C'est La Vie • Kontakty - filmy anim.
01:35 Legendy Rocka - Doo Wop Doo Wop - cykl dok., Wlk. Bryt., 2020
02:15 Kino nocne - Tess - fab., Wlk. Bryt., Franc., 1979 ●
05:15 Tanie Dranie - Kłopotowski i Moroz komentują świat - talk-show
05:50 Jeszcze więcej kultury w TVP Kultura 2

TV Puls

06:00 Menu na miarę - program kulinarny
06:40 Kobra - oddział specjalny - serial kryminalny
08:40 Gamoń - kom., Franc., 1965
10:55 Hibernatus - kom., Franc., Włochy, 1969
12:45 Markiz - kom., Franc., 2011. Osadzony w więzieniu rzezimieszek chce zyskać szacunek u innych więźniów, dlatego...
14:35 Trzej muszkieterowie - przygod., Niem., Franc., Wlk. Bryt., USA, 2011. W Wenecji trzej muszkieterowie, z pomocą Milady de Winter, kradną plany statku powietrznego wykonane przez Leonarda da Vinci. Misja kończy się porażką,
16:45 Hobbit: Pustkowie Smauga - przygod., USA, 2014



20:00 John Wick - thriller, USA, 2014. John Wick (Keanu Reeves) najlepszym płatny zabójca w Stanach powraca...
22:00 Wilk z Wall Street - akcja, USA, 2013. Jordan Belfort był złotym dzieckiem świata amerykańskich finansów. Ale nie tylko w tym Belfort okazał się mistrzem...
01:20 Z archiwum policji
02:00 Dyżur - serial medyczny
03:00 Taki jest świat - przegląd wydarzeń z całego globu. Wiadomości polityczne i gospodarcze, informacje z życia gwiazd i naukowe ciekawostki.
03:50 Z archiwum policji - program kryminalny
05:00 Dyżur - serial medyczny

TVN 7

05:00 Szkoła - Licealistka Zosia Szymczyk z 1c boi się, że nie podoba się swojemu chłopakowi Jurkowi...
06:00 Wiza na miłość - serial paradokumentalny
07:05 Wyluzuj, Scooby-Doo! - serial animowany, USA
07:35 Komedia małżeńska - kom., Polska, 1993
09:40 Ten moment - program obyczajowy
10:10 Ukryta prawda - program obyczajowy
15:05 Happy Feet: Tupot małych stóp - kom., USA, 2006
17:20 Harry Potter i insygnia śmierci Część II - przyg., USA, Wlk. Bryt., 2011. Film opowiada o ostatecznym starciu nastoletniego czarodzieja Harry'ego Pottera (Daniel Radcliffe) z jego odwiecznym wrogiem Voldemortem (Ralph Fiennes).

20:00 Za szybcy, za wściekli - sens., USA, Niemcy, 2003. Agent policji, Brian O'Conner (Paul Walker), ma pomóc w odkryciu powiązań jednego biznesmena z handlarzami narkotyków.
22:30 Tylko sprawiedliwość - obycz., USA, 2019. Adwokat Bryan Stevenson wspomina sprawę skazanego na karę śmierci Waltera McMilliana, którego udało mu się wybronić.
01:10 Oszukać przeznaczenie IV - horror, USA, 2009
02:55 Więzy krwi - program paradokumentalny
03:55 Druga strona medalu - talk-show

TV 4

06:00 Gwiazdy Kabaretu **06:20** Wielkie ucieczki z amerykańskich więzień **08:20** Galileo - ciekawostki popularnonaukowe **10:30** Lassie **12:35** Bibliotekarz III: Przeklęty kielich Judasza **14:35** Bitwa pod Wiedniem **17:00** Para do Gara. Ona mówi, on gotuje. - program kulinarno-rozrywkowy, którego gospodarzem jest Mateusz Gessler **18:00** Łowcy skarbów. Kto da więcej **21:00** Wyspa strachu - thriller, USA, 2009 **23:10** Powrót do przeszłości - serial **00:00** Nowe wierzenia i stare sekty **00:55** Śmierć na 1000 sposobów - ludzie czasami umierają tragicznie, niektórzy przypadkowo, inni z powodu zwykłej głupoty... **02:25** Gwiazdy Kabaretu **03:25** Disco Polo Life **04:25** Top 10 - Lista Przebojów **05:30** Telezakupy

TV Trwam

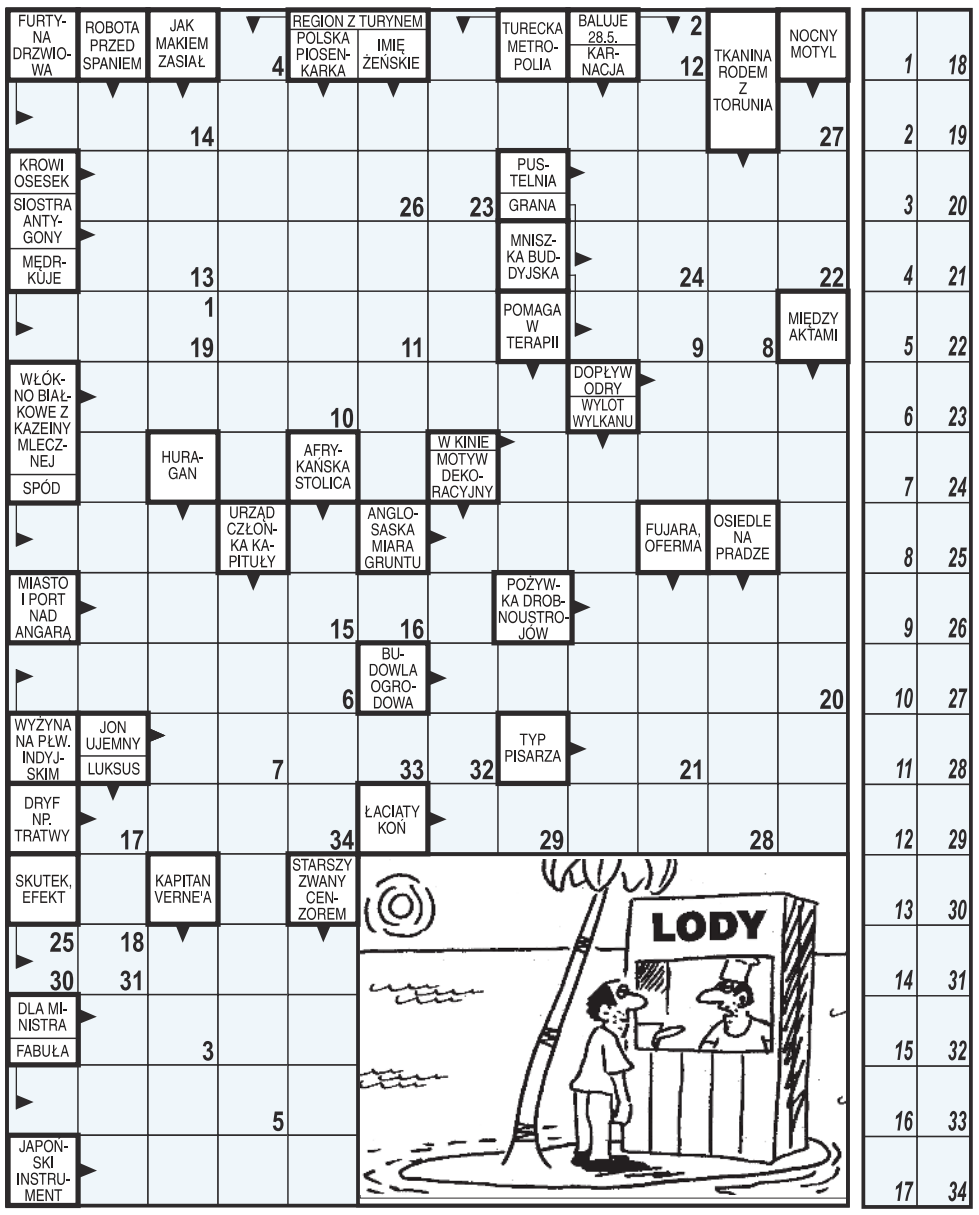
09:00 Spotkania z lasem **09:10** Spotkanie z Magdaleną Buczek **09:15** Manna z Nieba **09:30** Msza święta z Jasnej Góry **10:35** Przegląd Tygodnika „Niedziela" **10:40** Góra św. Michała **11:30** Wędrowiec Polski **12:00** Uroczystości odpustowe ku czci św. Jana Pawła II **14:15** Zanim stąd odejdę **14:40** Drzwi do lasu **15:00** Wieś - to też Polska **16:00** Inf. dnia **16:10** Koncert życzeń **16:45** Św. Józef - patron na trzecie tysiąclecie **17:00** Zostań Żołnierzem RP **17:30** Sól Ziemi **17:55** Poczet Wielkich Polaków **18:00** Anioł Pański **18:05** Inf. dnia **18:15** Rozmowy niedok. **19:25** Krótka Historia Zbawienia - Bóg spotyka się z człowiekiem **19:30** Moja katolicka rodzina **20:00** Inf. dnia **20:20** Różaniec **20:50** Myśląc Ojczyzna **21:00** Apel Jasnogórski **21:20** Inf. dnia **21:40** Sanktuarium Sulisławice - Cudowna historia

eprasa.pl 05c56a12dc

ROZRYWKOWE TO i OWO nr 334

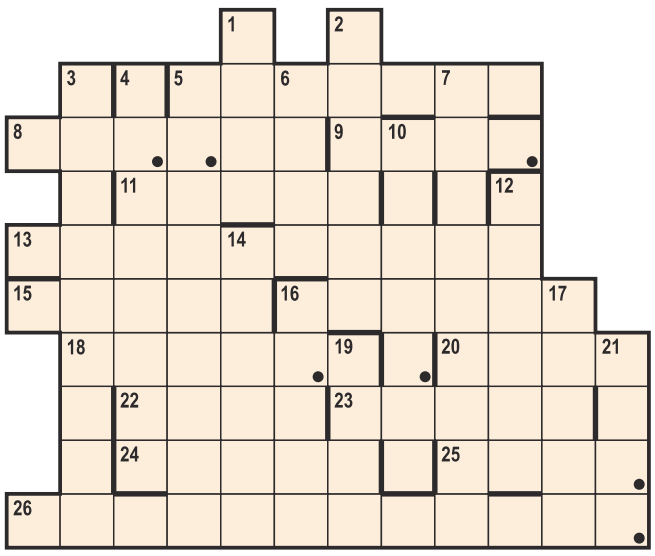
Redaguje: Władysław Firlik

1. UPALNE DNI



Litery z pól ponumerowanych od 1 do 34 utworzą pytanie sprzedawcy.

2. KRZYŻÓWKA PRZERYWNIKOWA



Rozwiązaniem jest 7-literowa nazwa ssaka.

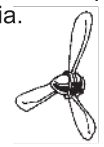
POZIOMO: 5) nieśmiertelnik, **8)** na królewskiej głowie, **9)** państwo w Azji, **11)** widziadło senne, **13)** cechuje niedowiarka, **15)** siostra Ariadny, **16)** ćwieczek, **18)** antypoda epilogu, **20)** boisko tenisisty, **22)** śpiewająca Magda, **23)** ufność, **24)** żona Bolesława Wstydliwego, **25)** pocisk świetlny, **26)** twór mistrzowski.

PIONOWO: 1) natury, **2)** pracuje w kotłowni, **3)** pomysł, **4)** prasowy „plagiat", **5)** załatwienie sporu na podstawie wzajemnych ustępstw, **6)** autor „Kostura pielgrzyma", **7)** wysoki zawodnik, **10)** niemiarowość pracy serca, **12)** starożytny dzban, **14)** uzdolnienie, **16)** sławny agent wywiadu radzieckiego, **17)** aktor amerykański (1900-67), **19)** wrzawa, **21)** piła tartaczna.

3. CIĄGÓWKA-SZYFR

Ostatnia litera jednego wyrazu jest zarazem pierwszą wyrazu następnego. Wszystkie litery od 1 do 46 utworzą myśl Józefa Bułatowicza.

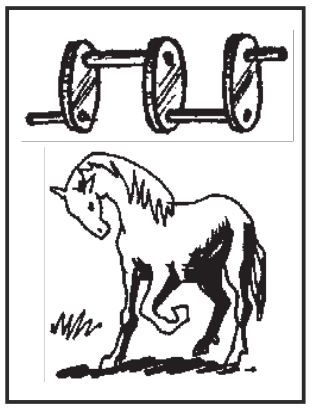
9-14) utkana przez krzyżaka, **14-36)** przestarzale samochód, **36-10)** prowizoryczne lotnisko, **10-21)** okrężna droga, **21-1)** rozmowa, **1-5)** wychowawca Nerona, **5-25)** krótka aria.



		9	40	26	30	6	20
32	44	37	10	41	7	22	35
18	39	8	45	5	23	24	31
38	19	25	3	33	43	21	14
11	1	13	46	16	28	2	4
27	36	29	12	42	15	17	34

		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	44	45	46

4. REBUSIK

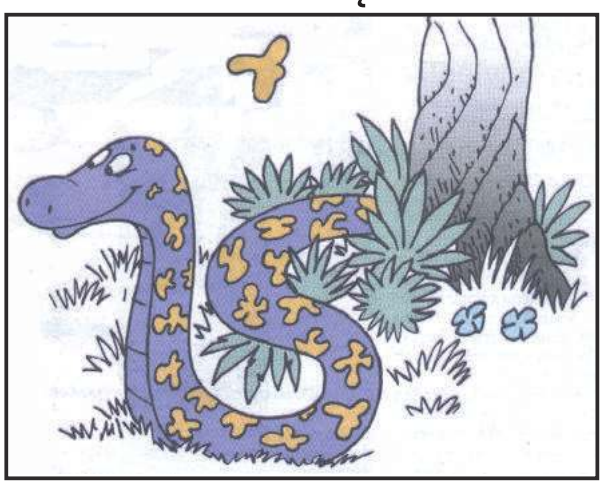


Początkowa litera: W.

5. ANAGRAM

_ _ _ _ _ / _ _ _ ten sport kosztuje,
więc już chyba pora,
przed wyjazdem za granicę
poszukać _ _ _ _ _ _ _ _ .

6. ŻÓŁTA CĘTKA

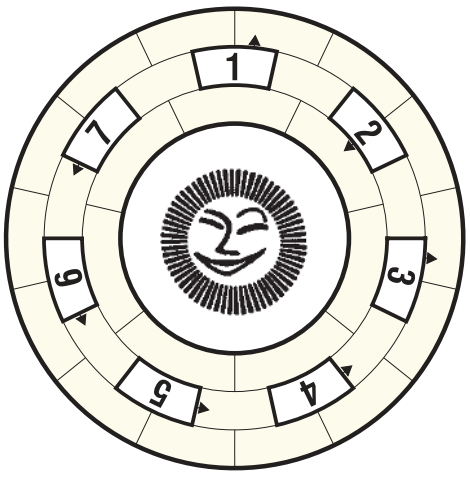


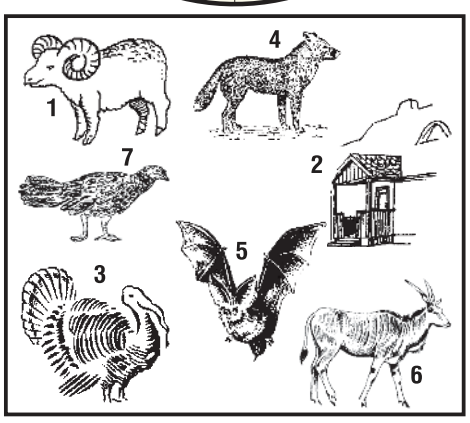
Znajdź na ciele węża cętkę widoczną powyżej niego.

7. PROFESJE + INTRUZY

W każdym polu od 1 do 8 znajduje się jeden przedmiot niepasujący do zawodu widocznego w danym obramowaniu. Połącz cyfry z intruzami wiedząc, że pozostałe 2 przedmioty to atrybuty przedstawionych osób. A więc jakie litery w danych polach są intruzami?

8. WIRÓWKA OBRAZKOWA





Wpisz do diagramu prawoskrętnie wszystkie nazwy rysunków tak, aby bezbłędnie powstało rozwiązanie zadania.

ROZRYWKOWE TO i OWO
KUPON - 334

9. LOGOSZYFROGRAM

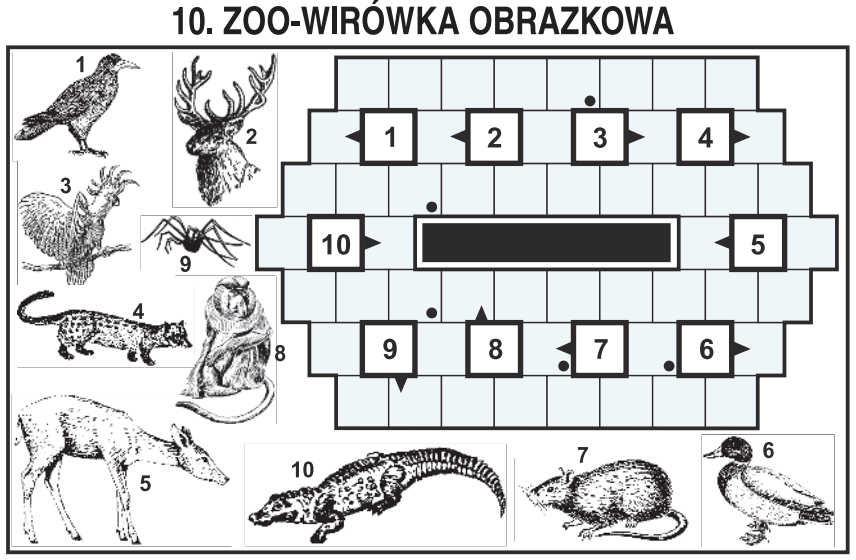
7	33	39	27	8	12	20	24	40	19	21
S	A	M	O	Z	W	A	N	I	E	C
29	38	26	4	18	34	42	15	30	35	23
11	9	10	37	28	41	16	3	2	13	44
6	22	43	25	5	17	1	36	32	31	14

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	44

Wszystkie litery od 1 do 44 utworzą aforyzm autorki uwidocznionej w diagramie.

7) wyczyn, **33)** szarak, **39)** silne ścięcie piłki tenisowej, **27)** dziewięciu muzyków, **8)** tworzy kożuch na stawie, **12)** np. róża, **20)** imię Kondrata („Zaklęte rewiry"), **24)** jon o ładunku ujemnym, **40)** czułe miejsce Achillesa, **19)** zły duch, **21)** błąd pomiaru.

10. ZOO-WIRÓWKA OBRAZKOWA



Litery z pól zaznaczonych (rzędami) utworzą nazwę ryby.

eprasa.pl 05c56a12dc

ZGŁASZANIE AWARII I USZKODZEŃ ORAZ BIEŻĄCE INFORMACJE O AWARIACH I PRACACH PLANOWYCH

TEL. 991

PGE Dystrybucja S.A Oddział Warszawa RE Legionowo zawiadamia, że planowana jest przerwa w dostawie energii elektrycznej dla odbiorców zamieszkałych:

POWIAT LEGIONOWSKI

Data	gmina, miejscowość nazwy i zakres numerowy ulic	Numery i nazwy stacji	Wyłączenia w godzinach
17.10.2023	Skrzeszew ul. Janiny od 25 do 70	04-1646 (KAŁUSZYN KLUCZ)	8:30-12:30
18.10.2023	Wieliszew ul. Podgórna od 32C do 32R	04-1654 (WIELISZEW PODGÓRNA)	8:30-12:30
19.10.2023	Łajski ul. Gwiaździsta	04-1437 (ŁAJSKI KOLONIA)	10.00-14.00
20.10.2023	Jabłonna ul. Modlińska od 18A do 37, od 37A do C ul. Buchnik Las 16	04-0003 (JABŁONNA BUCHNIK)	8.00-14.00
23.10.2023	Borowa Góra ul. Nasielska 1 ul. Warszawska 24, 26 ul. Lipowa 2, 4, 6, 8, 10, 12, 14, 16, 18	04-0347 (BOROWA GÓRA 2)	9.00-14.00

POWIAT NOWODWORSKI

Data	gmina, miejscowość nazwy i zakres numerowy ulic	Numery i nazwy stacji	Wyłączenia w godzinach
18.10.2023	Cybulice Małe ul. Towarowa	04-1515 (CYBULICE MAŁE RSP 2)	9.00-13.00
19.10.2023	Cybulice Małe ul. Polna ul. Kwiatowa ul. Wiosenna	04-1164 (CYBULICE MAŁE RSP 1)	9.00-13.00

Przerwy w dostawie energii elektrycznej spowodowane są koniecznością przeprowadzenia prac konserwacyjnych na urządzeniach energetycznych, za niedogodności przepraszamy

Wójt Gminy Winnica

informuje, że na tablicy ogłoszeń w siedzibie Urzędu Gminy w Winnicy ul. Pułtuska 25, w okresie 21 dni, licząc od dnia 11.10.2023r. będzie wywieszony wykaz nieruchomości przeznaczonych do zbycia w drodze bezprzetargowej - działka 56/1 i 56/2 obręb Gnaty-Szczerbaki gm. Winnica.

Wójt Gminy Winnica
mgr Robert Wróblewski

OBWIESZCZENIE STAROSTY NOWODWORSKIEGO
o wydaniu decyzji o zezwoleniu na realizację inwestycji drogowej

Na podstawie art. 11f ust. 3 ustawy z dnia 10 kwietnia 2003r. - o szczególnych zasadach przygotowania i realizacji inwestycji w zakresie dróg publicznych (tj. Dz. U. 2023r. poz. 162) **zawiadamiam, że na wniosek Wójta Gminy Czosnów** ul. Gminna 6, 05-152 Czosnów **w dniu 12.10.2023r. została wydana decyzja Nr 458/2023** o zezwoleniu na realizację inwestycji drogowej polegającej na **budowie drogi gminnej nr 240169W (ul. Zalesie) od skrzyżowania z drogą gminną nr 240170W na odcinku długości ok. 980m. w gm. Czosnów** obejmującej niżej wymienione działki ewidencyjne lub ich części o numerze:
obręb 0018 Jesionka gm. Czosnów – **142, 118, 121/5,** 141/11(141/15, **141/16**), 141/3(141/13, **141/14**), 139(139/1, **139/2**), 137(137/1, **137/2**), 135(135/1, **135/2**), 133(133/1, **133/2**), 131(131/1, **131/2**), 129(129/1, **129/2**), 127(127/1, **127/2**), 125(125/1, **125/2**), 123(123/1, **123/2**), 119(119/1, **119/2**), 116(116/1, **116/2**), 114(114/1, **114/2**), 112(112/1, **112/2**), 110(110/1, **110/2**), 108(108/1, **108/2**), 106(106/1, **106/2**), 104(104/1, **104/2**), 102(102/1, **102/2**), 100(100/1, **100/2**), 98(98/1, **98/2**);
obręb 0026 Małocice gm. Czosnów – **21**, **14/3**, 13(13/1, **13/2**), 14/1(14/4, **14/5**), 14/2(14/6, **14/7**), 15(15/1, **15/2**), 16(16/1, **16/2**), 17(17/1, **17/2**), 18(18/1, **18/2**), 19(19/1, **19/2**), 20(20/1, **20/2**);
obręb 0035 Wólka Czosnowska, gm. Czosnów – **14**, 13(13/1, **13/2**), 12(12/1, **12/2**), 11(11/1, **11/2**), 10(10/1, **10/2**), 9(9/1, **9/2**), 8(8/1, **8/2**), 7(7/1, **7/2**), 6(6/1, **6/2**), 5(5/1, **5/2**), 4(4/1, **4/2**), 3(3/1, **3/2**), 2(2/1, **2/2**), 1(1/1, **1/2**);
obręb 0036 Wrzosówka, gm. Czosnów – **37**, 36(36/1, **36/2**), 35(35/1, **35/2**), 34(34/1, **34/2**), 33(33/1, **33/2**), 32(32/1, **32/2**);
(przed nawiasem podano działki podlegające podziałowi – w nawiasach wyszczególniono działki po podziale; ***pogrubionym drukiem*** *zaznaczono działki przeznaczone pod inwestycję drogową);*

działki ewidencyjne lub ich części położone poza liniami rozgraniczającymi teren inwestycji, podlegające ograniczeniu w korzystaniu w związku z przebudową innych dróg publicznych, budową lub przebudową sieci uzbrojenia terenu:
obręb 0018 Jesionka, gm. Czosnów – **339, 141/12**;
obręb 0035 Wólka Czosnowska, gm. Czosnów – **24**;
obręb 0036 Wrzosówka, gm. Czosnów – 33(**33/1**, 33/2);

(przed nawiasem podano działki podlegające podziałowi – w nawiasach wyszczególniono działki po podziale; ***pogrubionym drukiem*** *zaznaczono działki podlegające ograniczeniu w korzystaniu);*
oraz informuję o możliwości zapoznania się przez strony postępowania z treścią ww. decyzji w Wydziale Architektury i Budownictwa Starostwa Powiatowego w Nowym Dworze Mazowieckim, ul. I. Paderewskiego 1B, w godzinach pracy urzędu: poniedziałek w godz. 8.00-17.00, wtorek-czwartek w godz. 8.00-16.00, piątek w godz. 8.00-15.00. Stronami postępowania w sprawie są wnioskodawca, dotychczasowi właściciele oraz użytkownicy wieczyści nieruchomości objęci wnioskiem.

Od decyzji stronie przysługuje prawo do wniesienia odwołania do Wojewody Mazowieckiego, za pośrednictwem Starosty Powiatu Nowodworskiego. Zgodnie z art. 49 ustawy – Kodeksu postępowania administracyjnego (Dz. U. 2023r., poz. 775 ze zm.) - doręczenie uważa się za dokonane po upływie czternastu dni od dnia publicznego ogłoszenia.

Termin na złożenie odwołania wynosi 14 dni od dnia doręczenia decyzji. Publiczne ogłoszenie następuje w Starostwie Powiatowym w Nowym Dworze Mazowieckim, w Urzędzie Gminy Czosnów, w urzędowych publikatorach teleinformatycznych – Biuletynie Informacji Publicznej w/w urzędów, a także w Tygodniku Nowodworskim.

Z up. STAROSTY NOWODWORSKIEGO
WICESTAROSTA /-/ Paweł Calak

PRACA

dam pracę

- Firma ELJAKO-AL. Sp. z o.o. w Legionowie – poszukuje kandydatów na stanowisku portier/dozorca w systemie pracy 24h/48h. 783 013 063
LEG 53258
- Produkcja chusteczek nawilżających. 2-3 zmiany. Również dla osób z niepełnosprawnością. Radzymin. 734 108 163
PUL 53259

szukam pracy

- Dyplomowany ogrodnik wykona prace pielęgnacyjne ogrodów, koszenie trawy, wertykulacja, przycinanie żywopłotów, pielenie itp. Skuteczne likwidowanie mchu z trawnika. LEG 602234237
LEG 53244
- Szukam pracy w sklepie na terenie powiatu.
Tel: 793-319-650
LEG 53260

ZDROWIE

inne

- Sklep Medyczny Samo Zdrowie Art. rehabilitacyjne, opieka nad chorym, art. ortopedyczne, wózki inwalidzkie, chodziki, balkoniki, kule inwalidzkie, produkty stomijne, łóżka dla chorych, produkty dla amazonek. Legionowo, ul. Zegrzyńska 1d 736 655 545 facebook.com/SklepMedyczny-Legionowo
leg 52969

nadaj DROBNE na stronie
www.nadajdrobne.pl

nadaj DROBNE na stronie
www.nadajdrobne.pl

USŁUGI

remont i budowa

- **Docieplanie Budynków Szybko Tanio Solidnie 502 053 214**
PUL 52814
- Malowanie, tapetowanie, remonty, osobiście 694065757
LEG 52817
- Remonty mieszkań, glazura, terakota, hydraulika, elektryka. Poprawki glazurnicze. Krótkie terminy. 501184279
LEG 53249

INTER CARS
Filia Legionowo
ul. Zegrzyńska 4
tel.: 22 767 53 80
tel.: 22 767 53 89
INTERCARS.COM.PL

OGŁOSZENIE
o wyłożeniu do publicznego wglądu projektu „Miejscowego planu zagospodarowania przestrzennego Wybrzeża Jeziora Zegrzyńskiego – Pilawa, w gminie Nieporęt – część B”,

Na podstawie art. 17 pkt 9 i 11 ustawy z dnia 27 marca 2003 r. *o planowaniu i zagospodarowaniu przestrzennym* (Dz. U. z 2023 r. poz. 977, z późn. zm.) oraz uchwały Rady Gminy Nieporęt Nr LI/18/2014 z dnia 28 lutego 2014 r., zmienionej Uchwałą Nr XV/81/2019 z dnia 10 października 2019 r. zawiadamiam o wyłożeniu do publicznego wglądu projektu **„Miejscowego planu zagospodarowania przestrzennego Wybrzeża Jeziora Zegrzyńskiego – Pilawa, w gminie Nieporęt – część B”,** wraz z prognozą oddziaływania na środowisko.
Granicę obszaru objętego planem wyznaczają:
- od północy – południowa linia rozgraniczająca drogi (działki ewid. nr 257) biegnącej od drogi powiatowej nr 4303W w stronę wybrzeża Jeziora Zegrzyńskiego do granicy działki ewid. nr 258/2 i dalej wzdłuż południowej granicy działki nr 258/2 do wód jeziora;
- od zachodu – linia biegnąca wzdłuż wybrzeża Jeziora Zegrzyńskiego w odległości od ok. 40 m do ok. 92 m od jego brzegu;
- od południa – linia rozgraniczająca oraz oś terenu drogi wojewódzkiej nr 631 (ul. Zegrzyńska);
- od wschodu – oś terenu drogi powiatowej nr 4303W (ul. Wojska Polskiego).

Projekt planu wraz z prognozą oddziaływania na środowisko wyłożony zostanie do wglądu publicznego w dniach od **25.10.2023 r. do 24.11.2023 r.** w siedzibie Urzędu Gminy Nieporęt, w godzinach od 9^{00} do 14^{00}, w dniach pracy Urzędu Gminy, poprzez:
- bezpośredni kontakt i obsługę zainteresowanych osób przez pracowników Działu Zagospodarowania Przestrzennego Urzędu Gminy **wyłącznie po uprzednim umówieniu i potwierdzeniu wizyty** mailowo pod adresem: urząd@nieporet.pl lub telefonicznie pod numerem: (22) 767-04-20,
- zamieszczenie projektu planu wraz z prognozą oddziaływania na środowisko na stronie internetowej: www.bip.nieporet.pl w zakładce: „Plany wyłożone do publicznego wglądu” (Prawo miejscowe/Plany zagospodarowania przestrzennego/Plany wyłożone do publicznego wglądu).
Dyskusja publiczna nad przyjętymi w projekcie planu miejscowego rozwiązaniami odbędzie się w dniu **21.11.2023 r.** w sali konferencyjnej Urzędu Gminy Nieporęt o godz. 16^{00}.
Zgodnie z art. 18 ust. 1 ustawy, każdy, kto kwestionuje ustalenia przyjęte w projekcie planu miejscowego, może wnieść uwagi. Uwagi należy składać do Wójta Gminy Nieporęt, z podaniem imienia i nazwiska lub nazwy jednostki organizacyjnej i adresu oraz oznaczenia nieruchomości, której uwaga dotyczy, w nieprzekraczalnym terminie do dnia **11.12.2023 r.** Uwagi mogą być wnoszone w formie papierowej lub elektronicznej, w tym za pomocą środków komunikacji elektronicznej, w szczególności poczty elektronicznej na adres: urzad@nieporet.pl lub formularzy zamieszczonych na stronie internetowej www.bip.nieporet.pl.
Jednocześnie informuje się, iż zgodnie z art. 46 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.) projekt „Miejscowego planu zagospodarowania przestrzennego Wybrzeża Jeziora Zegrzyńskiego - Pilawa, w gminie Nieporęt – część B” wraz z prognozą oddziaływania na środowisko podlega strategicznej ocenie oddziaływania na środowisko.
Na podstawie art. 39 ust. 1 pkt 2-5, w zw. z art. 54 ust. 2 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* zawiadamia się o wyłożeniu do publicznego wglądu projektu „Miejscowego planu zagospodarowania przestrzennego Wybrzeża Jeziora Zegrzyńskiego - Pilawa, w gminie Nieporęt – część B” wraz z prognozą oddziaływania na środowisko, w dniach i miejscu, jak wyżej. Do projektu wyłożonego do publicznego wglądu można składać uwagi, w nieprzekraczalnym terminie do dnia **11.12.2023 r.** Uwagi mogą być wnoszone w formie pisemnej, ustnie do protokołu oraz za pomocą środków komunikacji elektronicznej bez konieczności opatrywania ich kwalifikowanym podpisem elektronicznym. Organem właściwym do rozpatrzenia uwag jest Wójt Gminy Nieporęt.

Załącznik do ogłoszenia – klauzula informacyjna
Klauzula informacyjna:
W związku z realizacją wymogów art. 13 Rozporządzenia Parlamentu Europejskiego i Rady (UE) 2016/679 z dnia 27 kwietnia 2016 r. w sprawie ochrony osób fizycznych w związku z przetwarzaniem danych osobowych i w sprawie swobodnego przepływu takich danych oraz uchylenia dyrektywy 95/46/WE - ogólne rozporządzenie o ochronie danych (dalej "RODO"), informuję, że:

1. Pani/Pana dane będą przetwarzane zgodnie z art. 6 ust. 1 lit. c i e RODO, w celu realizacji czynności związanych ze sporządzeniem prognozy oddziaływania na środowisko do „Miejscowego planu zagospodarowania przestrzennego dla części sołectwa Wólka Radzymińska – od północnej granicy wsi do rejonu linii kolejowej, w gminie Nieporęt” na podstawie 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, w zw. z ustawą z dnia 27 marca 2003 r. o planowaniu i zagospodarowaniu przestrzennym.
2. Pani/Pana dane osobowe będą przetwarzane przez okres niezbędny dla realizacji celu, w jakim zostały pozyskane, a po tym okresie będą przechowywane zgodnie z rzeczowym wykazem akt i przepisami o archiwizacji.

Administratorem Państwa danych osobowych jest Gmina Nieporęt, adres: Plac Wolności 1; 05-126 Nieporęt; adres e-mail: urzad@nieporet.pl; numer telefonu: (22) 767 04 00; fax: (22) 767-04-41 reprezentowana przez Wójta Gminy Nieporęt. Pełna informacja o przetwarzaniu danych osobowych dostępna jest w siedzibie oraz na stronie internetowej Urzędu Gminy Nieporęt pod adresem https://www.nieporet.pl/klauzula-informacyjna-o-przetwarzaniu-danych-osobowych/ .

Wójt Gminy Nieporęt
mgr Sławomir Maciej Mazur

eprasa.pl 05c56a12dc

ogrodnicze

- Wycinka drzew metodą alpinistyczną, sekcyjna wycinka drzew, przycinanie, prześwietlanie koron drzew, usuwanie martwych drzew, gałęzi, konarów, usługi rębakiem, zrębkowanie gałęzi oraz wywóz urobku. Z PODNOŚNIKA, MIEJSCA TRUDNO DOSTĘPNE, PROFESJONALNIE. 698-991-470
LEG 53176

inne

- **Anteny, usługi RTV, domofony, wideofony, alarmy. 608630582**
LEG 53174
- Elektryk - złota rączka 515010373
LEG 53253

Wynajem i usługi podnośnikiem koszowym. Tel. 602 86 57 86. www.robert.media.pl
LEG 53175

BIZNES

NIERUCHOMOŚCI

sprzedam mieszkanie

- Sprzedam mieszkanie 3 pokojowe w atrakcyjnej lokalizacji przy ul. Wyszyńskiego w Nowym Dworze Maz. Mieszkanie o powierzchni ok. 63 m kw. składa się z salonu, dwóch sypialni, kuchni, łazienki, wc, dwóch przedpokoi oraz dużego balkonu. Lokal jest słoneczny, okna na dwie strony, znajduję się na II piętrze. W bezpośredniej okolicy sklepy, przedszkole, szkoła, komunikacja miejska oraz stacja PKP. Mieszkanie dostępne od ręki. Chcesz poznać cenę i więcej szczegółów zadzwoń: 510 153 145. Mieszkanie sprzedaję bezpośrednio.
NDM 53243

sprzedam działkę

- Sprzedam działkę budowlaną w Chotomowie 4651 m 2, dojazd od ul. Gdańskiej. Działka objęta jest planem zagospodarowania przestrzennego. Teren ten jest oznakowany MN - dopuszczona jest zabudowa mieszkaniowa jednorodzinna, domy wolnostojące i bliźniacze, dopuszczona jest również działalność usługowa, nie uciążliwa dla środowiska. Na działce są młode drzewka (samosiejki) i kilka starszych dębów i sosen. Można zbierać prawdziwki. Działka od strony wschodniej sąsiaduje z łąką. Położenie, drzewa i rozmiar terenu dają tu przyjemne poczucie bycia na uboczu, w przyrodzie; a jednocześnie stacja, usługi, czy inne domy mieszkalne są bardzo blisko. Do stacji kolejowej 10 min. piechotą lub 3 min. samochodem. Do Warszawy 35min. samochodem. Do Jeziora Zegrzyńskiego 20min samochodem. Cena 280 zł za m2
Tel 502055002
LEG 53015

kupię nieruchomość

- Kupię za gotówkę mieszkanie do remontu w Nowym Dworze Mazowieckim do 45m2 tel. 605-325-056
NDM 52741

do wynajęcia

- Do wynajęcia w Pułtusku mieszkanie dla kobiety b. tanio 509661909
PUL 53254

nadaj DROBNE na stronie
www.nadajdrobne.pl

ROLNICTWO

sprzedam

- JAJA WIEJSKIE OD KUR GRZEBIĄCYCH Tel. 728 366 774 ul. Małołęcka 26, Nieporęt. Możliwość dowozu lub odbioru w Legionowie, 22 784 69 72.
LEG 53177

ZWIERZĘTA

na 4 łapy

- Dwa przecudnej urody kotki (brat i siostra) zostały uratowane z opuszczonej działki. Maluchy mają książeczki zdrowia, są obecnie po kilku odrobaczeniach i szczepieniach. Czekają na spokojny dom niewychodzący. Tel: 505 115 269
LEG 53263

- Niewielki Bolek to pies znaleziony na terenie gminy Baboszewo. Bardzo zakleszczony jest pod opieką weterynarza. Wystraszony i nieufny psiak, potrzebuje czasu na aklimatyzację. Bolek? Gdzie Lolek? Tel: 795 845 242, fundacjapsom.pl
LEG 53261

- Przytulaśna, śliczna Kicia szuka domu tymczasowego na czas choroby nowotworowej swojej Pani. Spędziły ze sobą 17 lat, a kotka wygląda młodo, choć już niezbyt dobrze słyszy, widzi i ma nadczynność tarczycy. Obecnie siedzi wystraszona w kącie i wymaga dużo uwagi i miłości. Czy jest ktoś, kto pomoże Kici i Jej Pani w tak trudnym czasie? Tel: 660 084 545
LEG 53262

UROCZYSTOŚCI

organizacja imprez

- Parodysta, wodzirej, konferansjer, animator kultury, półfinalista programu „Mam talent" - tanio, solidnie - Legionowo i okolice 791833101
LEG 53179

RESTAURACJA LEGIONOWSKA

- **RESTAURACJA LEGIONOWSKA; chrzciny, komunie, stypy, urodziny, uroczyste obiady, romantyczne kolacje, catering. Tel. 505-360-809, www.legionowska.pl**
LEG 53178

MATRYMONIALNE

KOMUNIKATY

RÓŻNE

- Sprzedam duże drewniane rzeźby, kapliczki 601913597
LEG 53180

OGŁOSZENIA DROBNE
do bieżącego numeru przyjmujemy
DO PONIEDZIAŁKU
do godziny 12:00.

FOTO
-TANIO-
VIDEO
www.foto-legionowo.pl

JARMARK **KUPON NA DROBNE ZA 1 GROSIK**

WYPEŁNIJ DRUKOWANYMI LITERAMI WPISUJĄC W KRATKĘ JEDNĄ LITERĘ ROBIĄC ODSTĘP MIĘDZY WYRAZAMI

☐ SZUKAM PRACY
☐ ODDAM ZA DARMO

1. Wypełniony kupon prosimy przynieść do biur ogłoszeń tygodników: Mazowieckie To i Owo, Lokalna, Tygodnik Nowodworski, Tygodnik Pułtuski.
2. Kupon bez pełnych, czytelnych danych zlecającego jest nieważny.
3. Redakcja nie odpowiada za treść ogłoszeń.

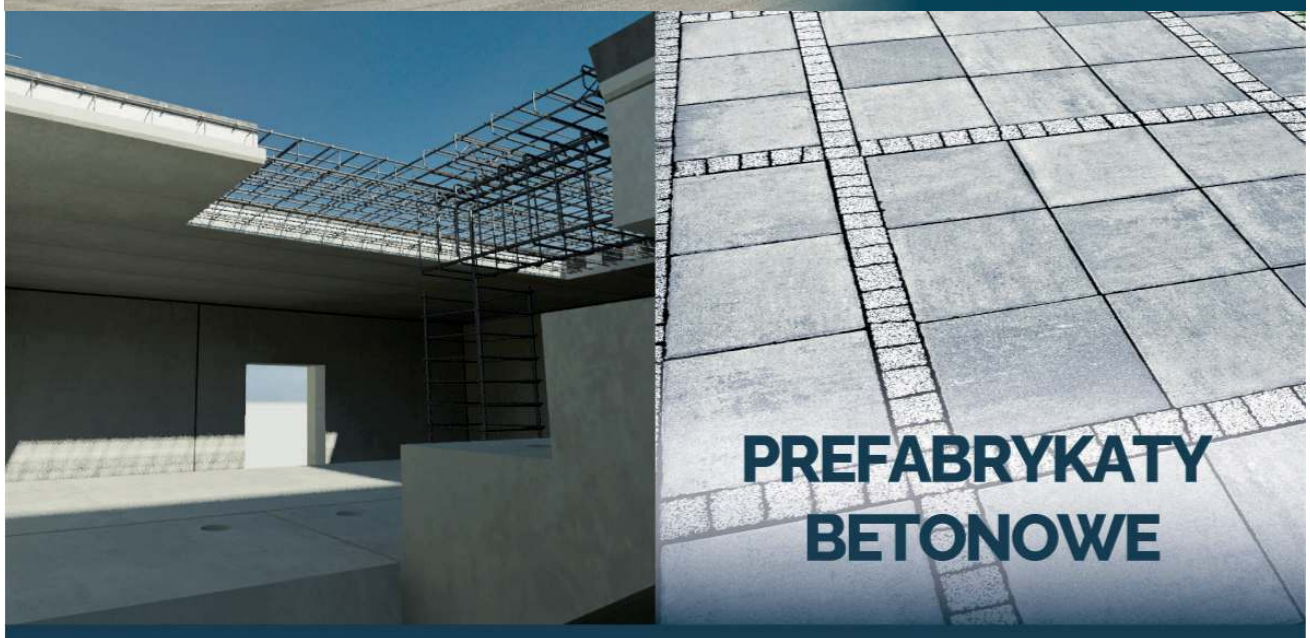
Zlecający
(Tylko do wiadomości redakcji)
imię
nazwisko
ulica
numer domu
kod, miejscowość
podpis
KUPON JEDNORAZOWY

TRANSPORT SANITARNY
SZAGMA

tel.503 921 900
transportszagma@gmail.com

NFZ
Sklep Medyczny Legionowo
SKLEPY MEDYCZNE SAMO ZDROWIE
Zegrzyńska 1d
736-655-545
Art. Rehabilitacyjne
Opieka nad chorym
Art. Ortopedyczne
Wózki Inwalidzkie
Chodziki
Balkoniki
Kule inwalidzkie
Łóżka dla chorych
Produkty stomijne
Produkty dla Amazonek

BETON TOWAROWY
SPRZEDAŻ
601 779 779
beton towarowy wszystkich klas
beton mrozoodporny
beton wodoszczelny
DROGI I MOSTY KACZMARCZYK
Wytwórnia betonu i asfaltobetonu
Kacice 76, 06-100 Pułtusk
drogiimosty@drogiimosty.com.pl
drogiimosty.com.pl


PREFABRYKATY BETONOWE
BUDOWNICTWO PREFABRYKOWANE
elementy ścienne i stropowe,
budownictwo jednorodzinne, wielorodzinne,
obiekty użyteczności publicznej i biurowe,
szybki czas realizacji inwestycji,
wysoka jakość i trwałość elementów
Szeroki wybór prefabrykatów betonowych w tym:
bloczki betonowe
elementy ogrodzeniowe
kostka brukowa
BRIX
Producent prefabrykatów betonowych
Kosewo 134, 05-190 Nasielsk
tel. 22 333 50 10
brix.net.pl

eprasa.pl 05c56a12dc

POMOC PRAWNA
PORADY OBYWATELSKIE
MEDIACJA

NIEODPŁATNA POMOC PRAWNA DLA MIESZKAŃCÓW POWIATU NOWODWORSKIEGO W ROKU 2023

Potrzebujesz pomocy prawnika, doradcy, mediatora? Jesteś w trudnej życiowej sytuacji, na przykład potrzebujesz pomocy w rozłożeniu długu na raty, w spłacie pożyczek, masz kłopoty mieszkaniowe, grozi ci eksmisja, masz problemy pracownicze, z egzekucją alimentów, odziedziczyłeś długi, nie wiesz do jakiego urzędu pójść po pomoc, masz inne problemy związane ze sprawami życia codziennego? Skorzystaj z nieodpłatnej pomocy prawnej, poradnictwa obywatelskiego lub mediacji.

Nieodpłatne poradnictwo obywatelskie

Doradca służy nieodpłatną poradą obywatelską. Zaproponuje działania dostosowane do indywidualnej sytuacji. Będzie wspierał w rozwiązaniu problemu, wskaże przysługujące prawa i spoczywające na obywatelu obowiązki, a w razie potrzeby sporządzi wspólnie z zainteresowanym plan działania i pomoże w jego realizacji.

Nieodpłatna pomoc prawna

Prawnik udzieli nieodpłatnej pomocy prawnej w sytuacjach sporu z pracodawcą, spółdzielnią lub sąsiadem, reklamacji w sklepie. Udzieli informacji i przygotuje projekt potrzebnego pisma w tych sprawach, które nie toczą się przed sądem, lub przygotuje projekt pisma o zwolnienie z kosztów sądowych, ustanowienie pełnomocnika z urzędu w postępowaniu sądowym lub ustanowienie adwokata, radcy prawnego, doradcy podatkowego lub rzecznika patentowego w postępowaniu sądowo-administracyjnym, jeżeli sprawa jest już w sądzie.

Nieodpłatna mediacja

W przypadku sporu i chęci porozumienia się – istnieje możliwość skorzystania z nieodpłatnej mediacji. Mediator przeprowadzi mediację pomiędzy stronami nieporozumienia.

Kto może skorzystać z pomocy?

Każdy, kto znajduje się w sytuacji, w której nie może ponieść kosztów odpłatnej pomocy i złoży takie oświadczenie w punkcie, w którym świadczona jest nieodpłatna pomoc, nieodpłatne poradnictwo obywatelskie lub nieodpłatna mediacja. Nieodpłatna pomoc prawna przysługuje także osobie fizycznej, prowadzącej jednoosobową działalność gospodarczą, która nie zatrudniła innych osób w ciągu ostatniego roku.

Usługi nieodpłatnej pomocy prawnej realizowane przez Powiat Nowodworski, odbywają się stacjonarnie w pełnych godzinach pracy punktów;

Punkt nieodpłatnej pomocy prawnej w Nowym Dworze Mazowieckim ul. Chemików 6

- poniedziałek, wtorek, środa, czwartek 8.00 - 12.00
- piątek 12.00 - 16.00

Punkt nieodpłatnej pomocy prawnej i mediacji w Urzędzie Gminy Czosnów ul. Gminna 6

- poniedziałek 9.00 - 13.00
- wtorek, środa, czwartek, piątek 8.00 - 12.00

Punkt nieodpłatnego poradnictwa obywatelskiego w Urzędzie Miasta i Gminy Nasielsk ul. Elektronowa 3

- poniedziałek 13.00 - 17.00
- wtorek, środa, czwartek 12.00 - 16.00
- piątek 11.00 – 15.00

Porady prawne udzielane są po wcześniejszym umówieniu się na wizytę.

Zapisy telefoniczne do wszystkich punktów prowadzone są w Starostwie Powiatowym w Nowym Dworze Mazowieckim od poniedziałku do piątku w godzinach 8.00 – 16.00

Zapisy - tel. 664 193 746

eprasa.pl 05c56a12dc

Dzięki wsparciu Fundacji PGE na STARYCH POWĄZKACH zainstalowano repliki XIX-wiecznych latarni

Zakończył się drugi etap montażu replik latarni gazowych na cmentarzu Stare Powązki w Warszawie, których finansowanie wsparła Fundacja PGE. Latarnie zostały wykonane zgodnie z wzorem z 1856 roku, a ich montaż stanowi część prac remontowo-konserwatorskich związanych z modernizacją alejek w najstarszej części cmentarza.

PGE Polska Grupa Energetyczna od lat realizuje projekty, których celem jest pielęgnacja pamięci historycznej, opieka nad zabytkami, dobrami kultury i dziedzictwa narodowego. Dlatego podjęliśmy współpracę z Fundacją Stare Powązki, która jest opiekunem warszawskiej nekropolii, aby wspomóc realizowane działania służące ochronie i konserwacji tego ważnego miejsca. Miejsca spoczynku wielu pokoleń Polaków, ale też miejsca historycznego, które stanowi dziedzictwo kulturowe naszego kraju. Zamontowane latarnie nawiązują do tych znajdujących się na ulicach XIX wiecznej Warszawy i dzięki temu ten Pomnik Historii zyskuje nowe oświetlenie, zachowując jednocześnie swój historyczny i zabytkowy charakter – powiedział **Wojciech Dąbrowski, prezes zarządu PGE Polskiej Grupy Energetycznej.**

Przyszłym pokoleniom pozostanie jedynie to, o co my współcześni zdołamy zadbać i przekazać, zarówno z własnej działalności i twórczości, jak i dziedzictwa kulturowego pozostawionego nam przez naszych przodków, dlatego misją kilku już pokoleń konserwatorów zabytków jest zachowanie dziedzictwa i historycznego charakteru tego szczególnie ważnego miejsca, jakim są Stare Powązki - mówi **Karol Gądzik, Członek Zarządu Fundacji Stare Powązki**.

Projekt realizowany przez Fundację Stare Powązki zakłada przeprowadzenie prac remontowo–konserwatorskich alejek w najstarszej części cmentarza, polegającej na ułożeniu nowych kamiennych nawierzchni wraz z ich oświetleniem, które swym kształtem nawiążą do historycznych latarni znajdujących się na ulicach XIX-wiecznej Warszawy. Prace przeprowadzono w najstarszej i najcenniejszej pod względem historycznym i artystycznym części cmentarza Stare Powązki. Dzięki wsparciu Fundacji PGE wykonano i zamontowano już 36 replik zabytkowych latarni.

Cmentarz Powązkowski w Warszawie stanowi nie tylko istotny element dziedzictwa kulturowego Polski, ale również jedną z najpiękniejszych i szczególnie cennych w Europie nekropolii. Będąc panteonem dwustu lat trudnej historii stolicy kraju jest także bardzo ważnym miejscem dla miasta Warszawy i jej mieszkańców, a od 2014 r. jest uznany za Pomnik Historii. Obiekty znajdujące się na terenie cmentarza, posiadają wyjątkową wartość historyczną, artystyczną i edukacyjną. Wpisana do rejestru zabytków nekropolia, jest również niezwykłą galerią rzeźby i małej architektury oraz rozległym muzeum, od ponad 230 lat nierozerwalnie związanym z dziejami Warszawy i Polski. Nekropolia stanowi miejsce pochówku miliona osób, w tym wielu znanych i zasłużonych Polaków, są tu groby wybitnych pisarzy, poetów, uczonych, artystów, myślicieli, lekarzy, prawników, polityków, sportowców, duchownych, przedsiębiorców i działaczy społecznych. Na Powązkach pochowano żołnierzy powstań narodowych – od Insurekcji Kościuszkowskiej do Powstania Warszawskiego. Stare Powązki to dziedzictwo historyczne Warszawy i Polski. Cmentarz, co roku odwiedzają setki tysięcy osób, nie tylko tych, których bliscy spoczywają na Powązkach, ale także turyści.

Fundacja Stare Powązki została powołana przez Archidiecezję Warszawską, będącą opiekunem nekropolii. Misją Fundacji jest zachowanie dziedzictwa i historycznego charakteru tego miejsca wiecznego spoczynku wielu pokoleń Polaków. Oprócz działań z zakresu ochrony, konserwacji i restauracji dzieł sztuki, Fundacja za cel przyjęła promowanie Starych Powązek, jako wielkiego dziedzictwa kulturowego i dobra narodowego, jak również propagowanie potrzeby opieki nad zabytkami i krajobrazem kulturowym. Liczne programy edukacyjne dedykowane sztuce i historii, nakierowane są na pogłębianie wiedzy dzieci i młodzieży, a także wspieranie społecznej aktywności obywateli w zakresie poznania historii sztuki i ochrony zabytków kultury w Polsce. Fundacja Stare Powązki uświadamia społeczeństwu znaczenie dziedzictwa kultury, jako ważnego wyznacznika tożsamości narodowej. Jest organizacją konsolidującą działania wszystkich osób i instytucji zaangażowanych w program opieki nad Starymi Powązkami.

Fundacja PGE jest głównym opiekunem projektów, których celem jest uczczenie pamięci o polskiej historii w Grupie PGE. W 2021 roku została mecenasem Wirtualnego Muzeum Polskiego Państwa Podziemnego oraz zaangażowała się w organizację konkursu fotograficznego „Baczyński bez filtra". Dodatkowo, w 80. rocznicę powołania do życia Armii Krajowej, zorganizowała z Fundacją na rzecz Wielkich Historii ogólnopolski konkurs „Śladami bohaterów Armii Krajowej" oraz stworzyła cykl animacji „Głosy AK" do historycznych nagrań głosów dowódców Armii Krajowej. Od 2018 roku realizuje projekt „Tablice Pamięci". W jego ramach przeprowadziła kwerendę historyczną wszystkich 165 tablic Tchorka znajdujących się na terenie Warszawy, wydała folder o Tablicach Pamięci oraz wsparła wydanie dwujęzycznego albumu „Pamięć Warszawy". Ponadto zamontowała ponad 130 tabliczek informacyjnych przy tablicach Tchorka, wyczyściła i zakonserwowała ponad 100 tablic oraz sporządziła i umieściła w aplikacji Tablice Pamięci oraz na stronie tablicepamieci.pl, pierwszą w Polsce elektroniczną bazę ponad 3100 nazwisk ofiar upamiętnionych Tablicami Tchorka w Warszawie. Ponadto, Fundacja PGE co roku w rocznicę Powstania Warszawskiego oddaje hołd energetykom walczącym w obronie warszawskiej Elektrowni Powiśle, organizując uroczystość pod hasłem „Energetycy w Powstaniu". W tym roku w trakcie wydarzenia odbył się premierowy pokaz animacji: „Rozkaz: Zdobyć Elektrownię!", stworzonej przy wykorzystaniu sztucznej inteligencji.

eprasa.pl 05c56a12dc

TELEFON INTERWENCYJNY: 22 784 92 01, toiowo@toiowo.eu

Premiera ksiażki „Sportowcy w mundurach. Historie reprezentantów Polski – żołnierzy Wojska Polskiego”

W środę (25 października) w Hotelu Gromada Centrum na pl. Powstańców Warszawy odbędzie się premiera książki pt: „Sportowcy w mundurach. Historie reprezentantów Polski – żołnierzy Wojska Polskiego”

Książka opowiada historie przedwojennych i współczesnych sportowców. Po odzyskaniu niepodległości polscy zawodnicy udowadniali, że reprezentowanie Ojczyzny na sportowych arenach idzie w parze ze szczególnym rodzajem patriotycznego etosu. Jako żołnierze Wojska Polskiego w 1939 r. podjęli bohaterską walkę przeciwko dwóm okupantom: niemieckiemu i sowieckiemu. Pamięć o tych tragicznych wydarzeniach jest wciąż żywa, a współcześni sportowcy kontynuują najlepsze tradycje. Bohaterowie książki – m.in. Dawid Tomala, Wojciech Nowicki, Karolina Naja czy Sylwia Bogacka – mówią o tym, czym są dla nich etos munduru i patriotyzm. Opowiadają o sportowych zmaganiach oraz o tym, że służba wojskowa to dla nich szczególny obowiązek, ale i szczególne wyróżnienie. Każdy uczestnik spotkania otrzyma darmowy egzemplarz książki. Po spotkaniu organizatorzy zapraszają na poczęstunek.

Projekt jest współfinansowany przez Ministerstwo Sportu i Turystyki.

Fundacja Instytut Łukasiewicza

SEROCK

Muzyczny Podwieczorek w 160-tą Rocznicę Powstania Styczniowego

Za nami kolejna odsłona Muzycznego Podwieczorku, tym razem wyjątkowa, bo poświęcona 160-tej Rocznicy Powstania Styczniowego. Nastrój ówczesnych wydarzeń, w słowno-muzycznym spektaklu przywołał Jerzy Zelnik.

W akompaniamencie znanych pieśni patriotycznych wykonanych przez Wojciecha Świętońskiego, usłyszeliśmy poetyckie teksty opisujące ostatni niepodległościowy zryw m.in. utwory Konopnickiej, Słońskiego, liryczne wspomnienia oraz odezwy.

UMiG Serock

KULTURA

„Zielono mi...” wystawa

Za nami kolejna odsłona plenerów malarskich, które tego lata odbywały się w pod hasłem „Zielono mi...”. Tematem tegorocznych spotkań były kolory, zwłaszcza zieleń – ich odpowiednie dobieranie, nasycenie, mieszanie, walorowanie, szukanie najlepszych odcieni: od zieleni Veronesa, poprzez oliwkowy, do szmaragdowego

Pejzaże tworzone w różnych lokalizacjach powiatu legionowskiego powstawały pod okiem artystki Katarzyny Gawlik. Uczestnicy zielonych plenerów – twórcy amatorzy i profesjonaliści – co sobotę znajdowali natchnienie w innym miejscu: w Wieliszewie, Trzcianach, Rajszewie, Janówku, Józefowie, Jabłonnie, Nieporęcie, Serocku i Zegrzu.

Zapraszamy na **WERNISAŻ: 27.10.2023 r., godz. 20.00, Galeria Sztuki Ratusz** (ul. Piłsudskiego 41, Legionowo). Wystawa potrwa od 27 października do 15 listopada 2023 r.

PIK Legionowo

ZAPROSZENIE

eprasa.pl 05c56a12dc

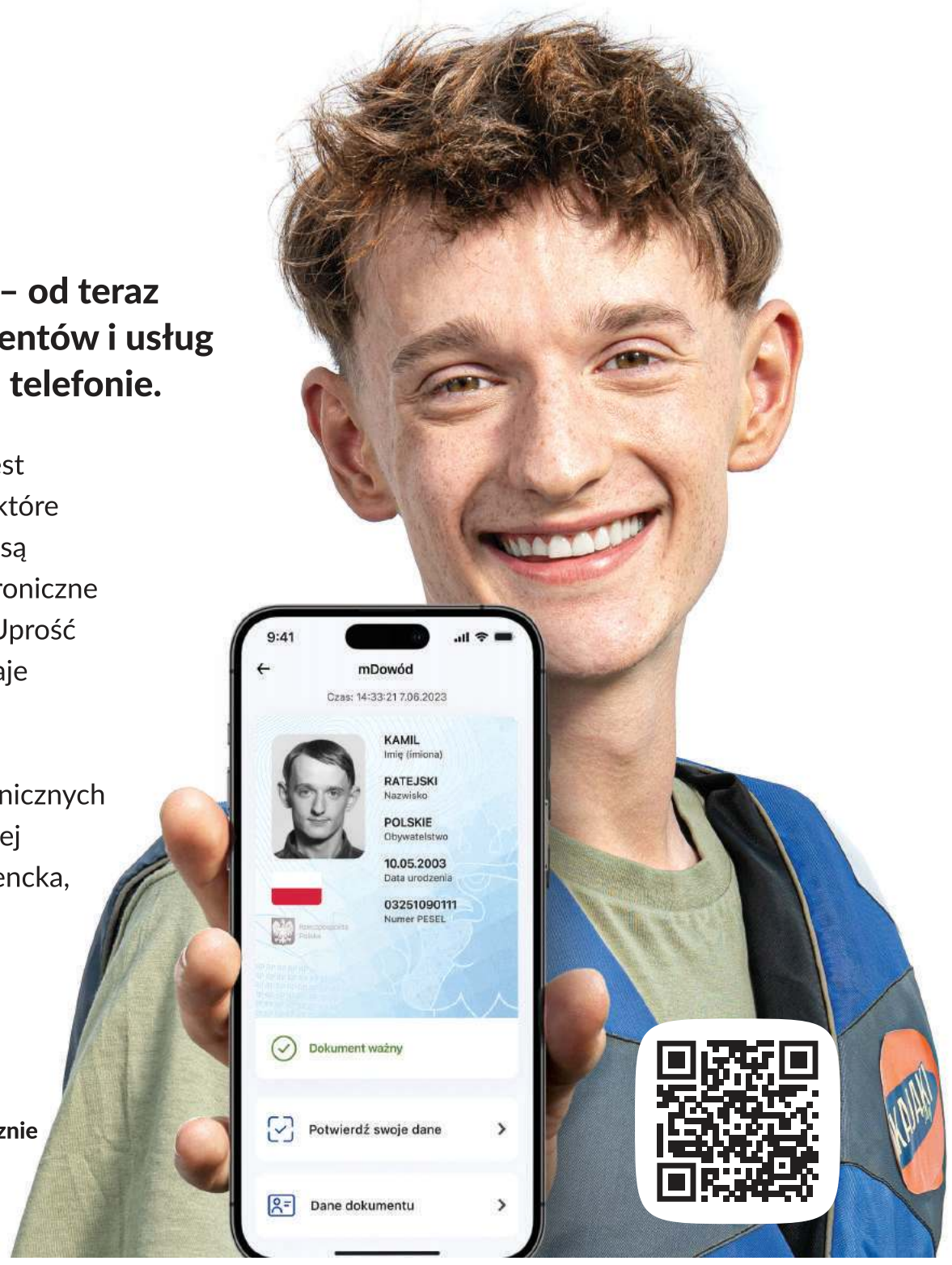
mObywatel 2.0

zrób to prościej

Jedna aplikacja i wiele możliwości – od teraz dostęp do najważniejszych dokumentów i usług publicznych możesz mieć w swoim telefonie.

Najnowsza wersja aplikacji mObywatel 2.0 jest już dostępna do pobrania. Wśród innowacji, które ułatwiają życie codzienne jej użytkownikom, są między innymi: mDowód, Tymczasowe elektroniczne prawo jazdy czy Naruszenie środowiskowe. Uprość sobie życie i skorzystaj z możliwości, które daje cyfrowa rewolucja.

Oprócz tego w aplikacji skorzystasz z elektronicznych wersji dokumentów, takich jak np. Karta Dużej Rodziny, legitymacje: emeryta-rencisty, studencka, szkolna oraz z takich usług jak Punkty karne, Bezpieczny autobus czy eRecepta.



Aplikację mobilną mObywatel 2.0 pobierzesz bezpiecznie i bezpłatnie ze sklepu Google Play i App Store.

POBIERZ Z Google Play

Pobierz w App Store

mDowód

Zdarzyło Ci się zapomnieć dowodu osobistego? Nic nie szkodzi! mDowód masz zawsze przy sobie – w smartfonie. To całkiem nowy, pełnoprawny dokument, którym możesz bezpiecznie potwierdzić swoją tożsamość prawie wszędzie: w urzędzie, banku czy przychodni.

Tymczasowe elektroniczne prawo jazdy

Egzamin zakończony sukcesem, a plastikowe prawo jazdy odbierzesz dopiero za 14 dni? Nie musisz już czekać, by wsiąść za kółko – wystarczy, że aktywujesz Tymczasowe elektroniczne prawo jazdy i możesz zacząć jeździć. Dokument będzie ważny do 30 dni.

Naruszenia środowiskowe

Jeśli jesteś świadkiem zdarzenia, które może mieć negatywny wpływ na środowisko, jak np. porzucone w lesie śmieci, teraz możesz to zgłosić od razu, w aplikacji. Twoje zgłoszenie trafi bezpośrednio do Głównego Inspektoratu Ochrony Środowiska (GIOŚ). Zgłoszenie może pozostać anonimowe – decyzja należy do Ciebie.

mObywatel 2.0 to oficjalny projekt Ministerstwa Cyfryzacji i elektroniczna możliwość korzystania z najważniejszych dokumentów i usług administracji publicznej. Oszczędzaj czas i zrób to prościej. Pobierz aplikację i sprawdź jej możliwości.

MATERIAŁ INFORMACYJNY MINISTERSTWA CYFRYZACJI

Fundusze Europejskie Polska Cyfrowa | Rzeczpospolita Polska | Rozwój Systemu Rejestrów Państwowych | Unia Europejska Europejski Fundusz Rozwoju Regionalnego | Ministerstwo Cyfryzacji

eprasa.pl 05c56a12dc

TELEFON INTERWENCYJNY: 22 784 92 01, toiowo@toiowo.eu

EDUKACJA

SML-W tłumaczy skąd się biorą PODWYŻKI CZYNSZÓW

Wiceprezes SML-W Marek Petrykowski odpowiada czytelnikom skąd się biorą podwyżki w spółdzielczych mieszkaniach

Ogólnie obowiązującą zasadą, stosowaną przez zarządców nieruchomości jest naliczanie zaliczkowych opłat z tytułu zużycia mediów takich jak centralne ogrzewanie, podgrzew wody czy też zimnej wody i kanalizacji.

Zaliczki są szacowane na podstawie kosztów rzeczywistych z poprzedniego okresu rozliczeniowego jako iloraz faktycznego zużycia oraz przewidywanej ceny za jednostkę rozliczeniową. W przypadku stabilności cen stosowanych przez dostawców nie ma to istotnego wpływu na rozliczenia ale w ostatnim okresie możemy zaobserwować ogromną dynamikę zmiany cen, co przekłada się na ich częste zmiany. Najczęściej zaliczkowe opłaty są pobierane i rozliczane w okresach półrocznych.

Różnice w otrzymanych rozliczeniach mogą głownie wynikać ze zużycia występującego w poszczególnych lokalach. W tym wypadku, na mieszkańcach ciąży obowiązek powiadomienia zarządcy o zmniejszeniu lub zwiększeniu przewidywanego zużycia w zakresie ciepłej i zimnej wody.

Inaczej wygląda sytuacja jeżeli chodzi o ciepło przeznaczone na ogrzanie pomieszczeń. Oprócz indywidualnego wpływu, zależnego od poczucia komfortu cieplnego, przez mieszkańców i cen ciepła stosowanego przez dostawcę wpływ mają także warunki atmosferyczne. Z tych powodów zarządca również w tym wypadku szacuje koszt ciepła i ustala zaliczki.

W jednym i drugim przypadku rozliczenie następuje według rzeczywistego kosztu poniesionego za dostawę dla danej nieruchomości.

Indywidualizacja rozliczeń zależna jest od przyjętego systemu rozliczeń i uwarunkowań technicznych umożliwiających opomiarowanie zużycia. W przypadku wody nie ma problemu z zamontowaniem wodomierzy, z kolei w przypadku ciepła zużywanego do ogrzania lokali sprawa się nieco komplikuje. Tam gdzie każdy lokal ma indywidualne zasilanie istnieje możliwość zamontowania ciepłomierzy (nowe budynki). Tam gdzie instalacja jest starego typu rozliczenia mogą następować poprzez zamontowanie podzielników lub rozliczanie na m^2 powierzchni lokalu.

Tylko w przypadku opomiarowania zużycia w poszczególnych lokalach mieszkańcy obciążani są zgodnie ze wskazaniami tych urządzeń. W przypadku rozliczania na m^2 powierzchni lokalu jest to średni koszt dla całego budynku. Zarządca niezależnie od sposobu rozliczania musi zadbać o to by zbierane zaliczki pokrywały koszty. Zarządca nie pobiera z tego tytułu żadnej marży.

Sposób rozliczania podgrzewu wody może być różny w poszczególnych nieruchomościach i jest uzależniony od przyjętego sposobu określonego w regulaminach rozliczeń. Może to być wartość określona jednostkowo bez uwzględniania rzeczywistego kosztu podgrzewu. Reszta kosztów jest rozliczana w koszcie ogrzewania także przez tych, którzy się nie przyczyniają do jego zużycia. Może to być również na podstawie współczynnika, który najczęściej wynosi 0,32 GJ, jako koszt podgrzania wody do wymaganej w sieci temperatury pomnożony przez koszt wytworzenia 1 GJ lub może to być wyliczane na podstawie rzeczywistych kosztów podgrzewu w danej nieruchomości. Taki sposób będzie obowiązywał ustawowo od początku 2024 roku. Ustawodawca zobowiązał zarządców do naliczania rzeczywistego kosztu podgrzewu wody w danej nieruchomości oraz do uwzględniania w rozliczeniu kosztu stałego, związanego z cyrkulacją ciepłej wody w sieci budynkowej. W tym wypadku lokale zostaną dodatkowo obciążane kosztem stałym bez względu na zużycie wynikające z wodomierza zamontowanego na pobór ciepłej wody.

Jak widać rozliczanie mediów jest skomplikowane i lepiej wcześniej zapytać swojego zarządcę o zastosowane zasady rozliczeń niż wyciągać pochopne wnioski.

Marek Petrykowski

ZAPROSZENIE

eprasa.pl 05c56a12dc

W akcji najlepszy, strzelec spotkania i jednocześnie MVP meczu - Przemysław Urbaniak. Wobec jego dynamiczny akcji nasza defensywa najczęściej była bezradna

Fot. fotoMiD

Filip Fąfara w drugiej połowie spotkania częściej desygnowany był do gry w ofensywie. Rzucił wtedy cztery bramki i o jego możliwościach nie tylko w defensywie warto pamiętać, bo to wartość dodana drużyny

Fot. fotoMiD

PIŁKA RĘCZNA. Zepter KPR Legionovia – Arged Ostrovia Ostrów Wlkp. 25-31 (13-15)

Dziewiąta

Trwa przykre odliczanie dla sympatyków legionowskiej piłki ręcznej. Dziewiąty mecz, dziewiąta porażka podopiecznych Michała Prątnickiego w Orlen Superlidze, w sezonie 2023/2024. W ostatnią sobotę, w domowym spotkaniu, nasz zespół nie sprostał drużynie z Ostrowa Wielkopolskiego, przegrywając 25-31 (13-15)

Legionowski beniaminek nie był faworytem tej konfrontacji. Goście, w odróżnieniu od naszej drużyny, zdołali już zgromadzić trochę punktów, bliżej im do środka tabeli niż do jej dna, po którym „szoruje" Zepter KPR Legionowo. Także w sobotę, już po kilku minutach, jedna drużyna pokazała drugiej - who is who w tej rywalizacji na salonach krajowego szczypiorniaka.

Tylko raz w tym meczu, na samym początku, był remis (1-1), gdy na bramkę gości odpowiedział Krystian Wołowiec. Przyjezdni z takim rutyniarzami w składzie, co to z niejednego pieca chleb jedli, jak Marek Szpera, Łukasz Gierak czy Krzysztof Łyżwa, tylko jeszcze raz pozwolili naszej drużynie zbliżyć się na jedną bramkę (6-7) . Potem jeszcze w samej końcówce pierwszej połowy mogło być ponownie „na styk", ale Mikołaj Krekora nie dał się pokonać ze skrzydła i nasi przegrywali po pierwszych trzydziestu minutach tylko dwoma gola.

W drugiej odsłonie nadzieje na to, że w tym meczu nie wszystko jeszcze stracone, malały z minuty na minutę. Było: 14-16, 16-20, 18-22, 18-26 (45'), a na osiem minut przed końcem nawet 19-30. W samej końcówce spotkania nasi „podreperowali" trochę wynik, ale przegrali wyraźnie, zasłużenie… Ponownie naszej drużynie ambicji odmówić nie można. Gorzej z umiejętnościami. I to zarówno w grze defensywnej, jak i z biciem głową w mur środkiem pola w ofensywie. Próby ataków skrzydłami, można policzyć na palcach jednej ręki, za to palców obydwu rąk nie wystarcza by policzyć, niecelne podania, błędy własne. Pewne zdziwienie budził też fakt, że tym razem nie znalazło się miejsce w kadrze meczowej dla leworęcznego rozgrywającego Kamila Adamczyka. Próbowany i powoływany na zgrupowania reprezentacji narodowej, za słaby w kopciuszku superligi? Czy jak?! Korzystanie także (co wykazał dobitnie ten mecz) tylko z gry w defensywie, z dynamicznego, dobrego strzelca Filipa Fąfary to … pozbawianie zespół i tak nielicznych, dodatnich – jak mawia klasyk - plusów.

Tych atutów dało się zauważyć więcej w grze Ostrovii. To zespół lepiej zbilansowany, poukładany, atakujący w sposób urozmaicony, bardziej dynamiczny i bardziej konkretny (Przemysław Urbaniak – MVP, Patryk Marciniak) Defensywa Ostrovii bardziej zorganizowana, no i w bramce kiedyś „nasz" – Mikołaj Krekora. Fachowiec!

Zepter KPR Legionowo -Arged Ostrovia Ostrów Wielkopolski 25-31 (13-15). Zepter: Szałkucki, Zacharski – Maksymczuk (2), Ciok (5), Fąfara (5), Wołowiec (3), Chabior, Brzeziński (1), Tylutki, Laskowski (1), Lewandowski (4), Brinovec (1), Bogudziński, Klapka, Pawelec (3). Dla gości najwięcej bramek zdobyli: 8 - Przemysław Urbaniak, 7 - Patryk Marciniak, 5 - Daniel Reznicky.

(jb)

Kamil Ciok nie unika walki na kontakcie. Z różnym skutkiem zresztą. W sobotę strzelił pięć goli

Fot. fotoMiD

Frenki Brinovec swój jubileusz uczcił jednym golem

Fot. FotoMiD

Kacper Bogudziński kontra Daniel Reznicky

Fot. fotoMiD

Bramkarz gości, kiedyś „nasz", Mikołaj Krekora rozegrał bardzo dobre spotkanie. Miał swój niebagatelny udział w zwycięstwie gości

Fot. fotoMiD

eprasa.pl 05c56a12dc

SIATKÓWKA. Silny beniaminek

Pierwsza przegrana LTS

Po dwóch wygranych (u siebie 3:0 z Nike Węgrów i na wyjeździe 3:2 z SMS Szczyrk) w trzeciej kolejce pierwszoligowe siatkarki LTS Legionovia nie sprostały w niedzielnym, domowym meczu drużynie MKS Copco Imielin, przegrywając 0:3 (19:25, 21:25, 19:25). Dla beniaminka z woj. śląskiego to trzecie, kolejne zwycięstwo w sezonie. Czy zespół z Imielina będzie rewelacją pierwszoligowych rozgrywek sezonu 2023/2024?

- Beniaminek nie będzie drużyną, z którą będzie można łatwo wygrać. To zespół bez gwiazd ale za to zgrany, z dobrym przyjęciem i atakiem. Imielin był po prostu w niedzielę lepszy w każdym elemencie siatkarskiego rzemiosła od naszego zespołu, U nas zawiodło przede wszystkim przyjęcie ale i atak nie był najlepszy. Nie zagrała w tym meczu nasza pierwsza libero - ocenia to niedzielne spotkanie legionowski pasjonat siatkówki i kibic doskonały Janusz Żbikowski.

Oto inne wyniki trzeciej kolejki w I lidze siatkówki kobiet: Nike Węgrów – SMS Szczyrk 3:0, Płomień Sosnowiec- KS Piła 1:3, Sokół Mogilno – LOS Nowy Dwór Maz. 3:2, Karpaty Krosno – Energetyk Poznań 0:3, BAS Białystok – San Pajda Jarosław 3:1, Solna Wieliczka – Wieżyca 2011 Stężyca 2:3.

W tabeli I ligi, po trzech kolejkach z dorobkiem ośmiu punktów prowadzą zespoły Sokoła Mogilno i MKS Imielin. LTS Legionovia zgromadziło w trzech meczach pięć punktów i w gronie 14 zespołów zajmuje ósmą lokatę. W najbliższym swoim meczu LTS zagra w Jarosławiu z San – Pajdą. **(jb)**

W niedzielnym spotkaniu więcej powodów do uśmiechu i radości od naszego zespołu miała drużyna gości z Imielina

Fot. fb ltslegionovia (Ryszard Glapiak)

PŁYWANIE

Sukcesy Delfina Legionowo

W miniony weekend pływacy z Klubu Delfin z Legionowa odnieśli spektakularne sukcesy na krajowych zawodach

W sobotę, 7 października, Andrzej Fajdasz i Piotr Rapacki reprezentowali klub na zawodach Pucharu Polski Masters w Łomży. Andrzej Fajdasz zachwycił wszystkich swoimi umiejętnościami, zdobywając miejsca na podium we wszystkich trzech swoich startach. Na dystansie 50 metrów stylem dowolnym zajął trzecie miejsce, uzyskując imponujący czas 31.46 sekundy. W konkurencji 100 metrów stylem grzbietowym zdobył drugie miejsce (1:25.25), a na 100 metrów stylem klasycznym także zajął drugą pozycję (1:32.68). Piotr Rapacki również zaprezentował się świetnie, zajmując czwarte miejsce na 50 metrów stylem klasycznym (42.53s), szóste miejsce na 50 metrów stylem dowolnym (34.69s) i również szóste miejsce na 100 metrów stylem klasycznym (1:37.68s).

Niedziela, 8 października, przyniosła kolejne sukcesy dla klubu podczas XI Otwartych Zawodów Pływackich o Puchar Burmistrza Miasta Garwolin. Amelia Mikołajczyk zdobyła złoty medal na 50 metrów stylem dowolnym (31.96s) oraz brązowy medal w stylu klasycznym (43.64s). Po długiej przerwie, Maja Ostaszewska wróciła do rywalizacji, zajmując dziewiąte miejsce na 50 metrów stylem motylkowym (42.68s) i czternaste miejsce na 50 metrów stylem dowolnym (36.88s). Najmłodszy zawodnik klubu, Antoni Rapacki, zaskoczył wszystkich zdobywając drugie miejsce na 25 metrów stylem dowolnym (18.21s). Antoni Lazurek pokazał świetną formę, zdobywając drugie miejsce na 50 metrów stylem dowolnym (35.11s) i pierwsze miejsce na 50 metrów stylem klasycznym (45.30s), co zaowocowało tytułem najlepszego zawodnika turnieju w swojej kategorii wiekowej.

Najstarszy reprezentant klubu, Jakub Rapacki, stanął na najwyższym stopniu podium, zdobywając złote medale zarówno na 50 metrów stylem klasycznym (37.57s), jak i na 100 metrów stylem zmiennym (1:17.27s).

źródło: **powiat legionowski**

PRZED NAMI

WYSTAWA MALARSTWA W. KUSALA

W dniach od 20 do 30 października w Galerii Sztuki Ratusz (Urząd Miasta Legionowo, ul. Piłsudskiego 41) odbędzie się wystawa malarstwa Waldemara Kusala. Wstęp wolny.

MJJ - ARTUR DUDKIEWICZ QUARTET

W piątek (**20 października**) o godz. 19.00 w Sali Widowiskowej w Legionowie (ul. Piłsudskiego 41) w ramach festiwalu Mazowiecki Jazz Jam Legionowo odbędzie się koncert ku pamięci Tomasza Szukalskiego: „Tomasz Szukalski Tribute" w wyk. Artur Dutkiewicz Quartet. Wstęp wolny.

MJJ - MACIEJ TUBIS

W sobotę (**21 października**) o godz. 19.00 w Sali Widowiskowej w Legionowie (ul. Piłsudskiego 41) w ramach festiwalu Mazowiecki Jazz Jam Legionowo odbędzie się koncert pn: Maciej Tubis - Komeda Reflection. Natomiast o godz. 21.00 odbędzie się koncert ku pamięci Jerzego Dudusia Matuszkiewicza w wykonaniu: Agnieszki Wilczyńskiej z zespołem w składzie: R. Majewski - trąbka, A. Jagodziński - fortepian, A. Cegielski - kontrabas oraz Cz. „Mały" Bartkowski - perkusja. Bezpłatne wejściówki dostępne w MOK Legionowo.

SPOTKANIE AUTORSKIE - PIOTR ZYCH

W sobotę (**21 października**) o godz. 18.00 w CKiCz w Serocku (ul. Pułtuska 35) odbędzie się spotkanie autorskie z Piotrem Zychem, autorem książki Polityka wielkich obszarów - Wojna i władza. Wstęp wolny.

PAULINA POTOCKA STAND-UP

W sobotę (**21 października**) o godz. 19.00 w Poczytalni w Legionowie (ul. Kościuszki 8a) odbędzie się program stand-upowy Pauliny Potockiej pt: „Ja to mam szczęście". Bilety w cenie 55 zł do nabycia na stronie kupbilecik.pl.

PRZEDMOŚCIA WARSZAWSKIE 1915-1944 (...)

W niedzielę (**22 października**) o godz. 15.00 w Muzeum Historycznym w Legionowie (ul. Mickiewicza 23) odbędzie się wykład Stefana Fuglewicza pt: Przedmościa Warszawskie 1915-1944, odcinek Rynia - Nadma. Położenie i stan zachowania fortyfikacji. Wstęp wolny.

KRZYSZTOF ŚCIERAŃSKI - KONCERT

W niedzielę (**22 października**) w Scenie po Sąsiedzku (ul. Husarska 12) odbędzie się koncert Krzysztofa Ścierańskiego. Wstęp wolny

JAZZ W RATUSZU - GRAŻYNA ŁOBASZEWSKA

W niedzielę (**22 października**) o godz. 18.00 w Sali Widowiskowej w Legionowie odbędzie się koncert Grażyny Łobaszewskiej z towarzystwem zespołu Big Silesian Band. Bilety w cenie 50 zł do nabycia w MOK Legionowo (ul. Norwida 10).

red.

TAK GRAŁA III LIGA (GR.1)

Wyniki 12. kolejki:

Legionovia - Jagiellonia II (przełożony 18 bm.), Lechia – Świt 3-3, Victoria – Legia II 0-2, Wikielec – Bełchatów 0-0, Warta – Olimpia 0-2, Łomża – Pelikan 0-2, Pogoń – Broń 2-1, Unia – Concordia 4-1, Pilica – Mławianka 0-0.

W 13. kolejce (21/22 bm.) grają:

GKS Bełchatów – Legionovia, Mławianka – Unia, Świt – Pilica, Concordia – Pogoń, Broń – Łomża, Pelikan – Victoria, Legia II – Warta, Olimpia – Wikielec, Jagiellonia II – Lechia.

(jb)

eprasa.pl 05c56a12dc