Zwłoki przy Targowej

– STR. 3

Heron bez pozwolenia na budowę

– STR. 2

TYGODNIK LOKALNY

JABŁONNA
LEGIONOWO
NIEPORĘT
SEROCK
WIELISZEW

4,50 zł
W TYM 5% VAT

9 771426 650261 15

INDEKS 378461
ISSN 1426–6504

NR 15 (1871)
8 - 13 KWIETNIA 2026

MAZOWIECKIE tygodnik

CO TYDZIEŃ OD 5 MAJA 1990 ROKU

PROFESJONALNE
• NISZCZENIE
• UTYLIZACJA
DOKUMENTÓW
PRZYJEŻDŻAMY
PO DOKUMENTY
VICTORIA
-RECYCLING
Tel. 604 913 993

Sąd wyłania się z gruzów

Legionowski sąd oraz prokuratura przeniosły się do nowych się budynków. Tymczasem trwa wyburzanie baraku, w którym mieściła się ich siedziba.

CZYTAJ NA STRONIE 3

LEGIONOWO
Remont tężni w Parku Zdrowia
- STR. 2

LEGIONOWO
Rekrutacja do przedszkola Motylkowy Świat
- STR. 2

SEROCK
Nie powstanie ośrodek dla cudzoziemców
- STR. 3

LEGIONOWO
Zwłoki przy wymarzonej
- STR. 3

LEGIONOWO
Pracowity dzień drogówki
- STR. 3

JABŁONNA
8 mln zł na rozbudowę kanalizacji
- STR. 5

LEGIONOWO
Nowa dyrektor „siódemki" wybrana
- STR. 5

NAUKA I ZDROWIE
Niewyspany mózg jak niewydolne lotnisko
- STR. 9

DOBRA STRONA WIELISZEWA – 12

Spór o dogęszczanie w Jabłonnie

– STR. 5

REKLAMA

WAŻNA!!! Wiadomość dla gospodarzy, rolników, nabywców działek budowlanych
RÓŻDŻKAŻ RADIESTETA tel. 503803803 Artur
Oferuje usługę poszukiwania miejsca pod ODWIERT STUDNI
z określeniem głębokości, wydajności i czystości źródła wody. Sprawdza również działki, mieszkania i domy pod kontem promieniowania żył wodnych z określeniem mocy promieniowania.
WYKONAWCA ODWIERTU STUDNI
EXSPRESS WIERT tel. 515854576 - Paweł
DYSPONUJEMY REFERENCJAMI Z WYKONANYCH ZADAŃ

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

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

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

Jabłonna
ul. Szarych Szeregów 4/6
MK DETAILING
780 083 957
A SPA DAY FOR YOUR CAR
e-mail: maciek@kozera.pl
facebook.com/MKDetailing93

eprasa.pl 45a14712d3

LEGIONOWO. Remont o dwa tygodnie krótszy

Zakończył się remont tężni w Parku Zdrowia

Tężnia w Parku Zdrowia już działa, jej remont zakończył się dwa tygodnie wcześniej niż zakładano

Obiekt przeszedł gruntowną modernizację: zyskał nowy dach, tarninę oraz nowoczesną pompę i lampę UV do sterylizacji solanki. Jak informuje KZB Legionowo, mimo planowanego na połowę kwietnia terminu, mieszkańcy mogą już teraz w pełni korzystać z odnowionej instalacji. **P.Nowicka**

LEGIONOWO. Otwarcie nowej siedziby sądu rejonowego

Sąd wyłania się z gruzowiska

Od 2 marca 2026 r. Sąd Rejonowy w Legionowie rozpoczął pracę w nowej siedzibie. Obecnie trwa wyburzanie baraku, w którym przez przeszło 30 lat mieściły się Sąd oraz Prokuratura

Nowe siedziby Sądu Rejonowego w Legionowie oraz Prokuratury Rejonowej w Legionowie powstały przy ul. Sobieskiego 47 na tyłach baraku, w którym dotychczas mieściły się obie te instytucje. Obecnie trwa wyburzanie starej siedziby sądu i prokuratury (baraku), a w jego miejscu ma powstać parking dla interesantów oraz pracowników sądu i prokuratury.

W październiku 2023 r. podpisana została umowa na realizację tej inwestycji. Niemal natychmiast rozpoczęły się również prace rozbiórkowe pawilonu (baraku) zlokalizowanego na tyłach sądu, gdzie mieściły się pomieszczenia techniczne spółdzielni mieszkaniowej oraz administracja osiedla Sobieskiego. W tym właśnie miejscu miały bowiem powstać nowe budynki, a miejscu dotychczasowej siedziby miał powstać parking dla samochodów.

Inwestycja według planów kosztować miała 110 mln zł, a czas jaki założono na jej realizację wynosił 48 miesięcy. W jej ramach miały powstać nowoczesny, energooszczędny obiekt, w pełni przystosowany do potrzeb osób niepełnosprawnych, z 10 salami rozpraw oraz z 122 miejscami parkingowymi. Obiekt ten składa się z dwóch energooszczędnych budynków, w tym budynku sądu (o pow. użytkowej 4489 m2) oraz budynku prokuratury (o pow. użytk. 1427 m2). Sale rozpraw wyposażone w sprzęt do wideokonferencji, 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.

RED

Rekrutacja do Żłobka „Motylkowy Świat"

Od 9 kwietnia rodzice mogą zapisywać dzieci do Żłobka Miejskiego „Motylkowy Świat" w Legionowie. Nabór obejmuje zarówno siedzibę główną przy ul. Dietricha 1, jak i nową filię przy ul. Zegrzyńskiej 3, która rozpocznie działalność 1 września

Dla kogo żłobek?Do Żłobka Miejskiego „Motylkowy Świat" przyjmowane są dzieci od 20. tygodnia życia do 3 lat. Z placówki w pierwszej kolejności korzystają mieszkańcy Legionowa, jednak w przypadku wolnych miejsc możliwe jest także przyjęcie dzieci z innych gmin. O kolejności przyjęcia decyduje liczba punktów zgromadzonych w procesie rekrutacyjnym. W przypadku równej liczby punktów znaczenie ma kolejność złożenia wniosku w systemie elektronicznym.

Jak zapisać dziecko?Rekrutacja prowadzona jest w formie elektronicznej. Wniosek należy złożyć za pośrednictwem systemu dostępnego online w terminie od 9 kwietnia do 24 kwietnia do godziny 14.00.

Wszelkie formalności oraz konsultacje prowadzone są w siedzibie żłobka przy ul. Dietricha 1 w godzinach 7:30 – 15:00. Pełny regulamin, szczegółowe informacje oraz link do rekrutacji dostępne są na stronie [www.zlobek.legionowo.pl].

WIELISZEW. Decyzja Starosty uchylona

Heron - Wojewoda mazowiecki uchylił pozwolenie na budowę pierwszego bloku i budynku przedszkola

Wojewoda mazowiecki uchylił pozwolenie na budowę pierwszego etapu dużej inwestycji mieszkaniowej w Wieliszewie, wstrzymując realizację osiedla planowanego na ponad 19 ha w pobliżu Jezioro Zegrzyńskie. Decyzja dotyczy zgody wydanej w październiku 2025 r. przez starostę legionowskiego na budowę jednego z bloków oraz przedszkola, co oznacza kolejne opóźnienie projektu obejmującego także infrastrukturę usługową o charakterze komercyjnym i publicznym przy ul. Modlińskiej

Wojewoda mazowiecki Mariusz Frankowski uchylił pozwolenie na budowę pierwszego etapu osiedla Heron w Wieliszewie. Decyzja dotyczy zgody wydanej 16 października 2025 r. przez starostę legionowskiego dla spółki Heron Property Polska. Oznacza to, że inwestycja nie posiada obecnie prawomocnego pozwolenia, a procedura administracyjna musi zostać przeprowadzona ponownie.

Informację o uchyleniu decyzji przekazali 1 kwietnia 2026 r. przedstawiciele ruchu społecznego „Stop betonowaniu Wieliszewa", działającego od marca 2025 r. Jak zapowiedzieli, po świętach wielkanocnych planowane jest spotkanie informacyjne dla mieszkańców dotyczące kulis decyzji wojewody.

Pierwotne pozwolenie obejmowało budowę budynku mieszkalnego wielorodzinnego (nr 1) oraz budynku usługowego – przedszkola (etap I). Obiekty o łącznej kubaturze blisko 53 tys. m³ miały powstać na działce o powierzchni ok. 19,4 ha przy ul. Modlińskiej w Wieliszewie, w pobliżu drogi wojewódzkiej nr 631 oraz Jezioro Zegrzyńskie. Teren inwestycji sąsiaduje także ze zrewitalizowaną linią kolejową i rondem w Zegrzu Południowym.

Postępowanie administracyjne w sprawie pozwolenia trwało ponad siedem miesięcy – od 12 marca 2025 r. W tym czasie inwestor kilkukrotnie uzupełniał dokumentację projektową na wezwanie organu. Ostatecznie Starostwo Powiatowe w Legionowie uznało, że projekt spełnia wymagania formalne oraz jest zgodny z decyzją o warunkach zabudowy z 2021 r. i decyzją środowiskową.

Decyzja z października 2025 r. nie była prawomocna i mogła zostać zaskarżona do wojewody w terminie 14 dni od doręczenia. Z możliwości odwołania skorzystano.

Równolegle w starostwie prowadzono 29 postępowań dotyczących kolejnych etapów inwestycji. W 13 przypadkach sprawy pozostawiono bez rozpatrzenia, a 16 postępowań pozostaje w toku – inwestor został wezwany do uzupełnienia braków formalnych. Na 1 kwietnia 2026 r. nie wydano w nich decyzji.

Planowana inwestycja zakłada budowę kilkunastu budynków mieszkalnych z ok. 1950 lokalami oraz infrastrukturą towarzyszącą, w tym przedszkolem dla ok. 180 dzieci, obiektami usługowymi i parkingiem w rejonie stacji Wieliszew Centrum. Według założeń, osiedle może zostać zamieszkane przez 5–7 tys. osób.

Paulina Nowicka

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

Redakcja: Paweł Kozera - Redaktor Naczelny.
Współpraca: Olga Gajda, Sławomir Jakubczak, Antoni Kawczyński, Piotr Korycki, Karol Krawczyk, Piotr Kucza, Paweł Szyling, 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 45a14712d3

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

LEGIONOWO. Służby weszły siłowo do mieszkania

W lokalu przy ul. Targowej znaleziono zwłoki 72-latka

We wtorek, 31 marca, ok. godz. 9.00 służby ratownicze były zmuszone wejść siłowo do lokalu przy ul. Targowej w Legionowie. Miała tam przebywać osoba potrzebująca pomocy. W mieszkaniu służby ratownicze znalazły zwłoki 72-letniego mężczyzny

Służby poinformowały, że o pomoc poprosiła kobieta mieszkająca przy ul. Targowej, która od kilku dni nie widziała swojego sąsiada. Na miejscu podjęto decyzję o siłowym wejściu do lokalu. Po wejściu do środka, w jednym z pomieszczeń znaleziono zwłoki 72-latka. Lekarz oficjalnie potwierdził zgon starszego mężczyzny. Służby ratownicze zakończyły swoje działania przy ulicy Targowej o godz. 9.48. Zgon 72-letniego mężczyzny nastąpił z przyczyn naturalnych. Prokurator odstąpił od dalszych czynności w tej sprawie. **P. Nowicka**

SEROCK. Przełom w sprawie ośrodka dla cudzoziemców

Minister zdecydował: w Jachrance nie powstanie ośrodek dla cudzoziemców

Poseł Jan Grabiec poinformował, że planowany ośrodek dla cudzoziemców w Jachrance nie zostanie zrealizowany. Taka decyzja zapadła po spotkaniu z ministrem spraw wewnętrznych i administracji Marcinem Kierwińskim. To prawdopodobny koniec wielomiesięcznego, budzącego ogromne emocje lokalnej społeczności sporu

Nie będzie centrum dla cudzoziemców w dawnym ośrodku GUS. Minister Marcin Kierwiński wycofał się z planów budowy placówki nad Jeziorem Zegrzyńskim po miażdżącym wyniku konsultacji społecznych (99 proc. sprzeciwu). Jan Grabiec podkreślił, że decyzje nie mogą zapadać „ponad głowami" mieszkańców, dziękując społeczności za aktywny opór i merytoryczne argumenty. Inwestycja, która od początku budziła ogromne emocje, została ostatecznie wstrzymana.

Paulina Nowicka

LEGIONOWO. 148 km/h przy limicie 70

Pracowity dzień legionowskiej drogówki - ZATRZYMANO 4 PRAWA JAZDY

Policjanci z Wydziału Ruchu Drogowego w Legionowie, patrolując drogi powiatu, w ostatnią sobotę marca (28.03) zatrzymali aż 4 prawa jazdy. Jeden z kontrolowanych kierowców jechał 148 km/h przy ograniczeniu do 70 km/h

Podczas porannych działań funkcjonariusze zatrzymali cztery prawa jazdy, w tym jedno w ramach tzw. recydywy. Działania policjanci prowadzili w nieoznakowanym radiowozie wyposażonym w wideorejestrator. Przez godzinę na DW632 oraz DK62 zatrzymali uprawnienia trzem kierowcom, którzy w obszarze zabudowanym przekroczyli prędkość o ponad 50 km/h. Zaś jeden z kierowców na ograniczeniu do 70 km/h jechał aż 148 km/h. Za przekroczenie o 78 km/h został ukarany mandatem w wysokości 2500 zł oraz punktami karnymi. Jeden z zatrzymanych mężczyzna przekroczył prędkość o ponad 50 km/h już po raz kolejny. Z uwagi na wcześniejsze wykroczenie w ciągu ostatnich dwóch lat, mandat został podwojony. Kierowca otrzymał grzywnę w wysokości 3000 zł, punkty karne oraz stracił prawo jazdy.

Paulina Nowicka

NA SYGNALE

SEROCK. Pijany 17-latek rozbił się na słupie autem rodziców

W piątek, 3 kwietnia, około godz. 1.00 w Stanisławowie doszło kierowca Hondy zjechał z drogi powiatowej i uderzył z dużą siłą w betonowy słup energetyczny. Słup złamał się i zawisł na kablach nad jezdnią. 17-letni kierowca był nietrzeźwy i nie posiada prawa jazdy

Służby poinformowały, że pojazdem kierował nietrzeźwy 17-latek, który nie posiada prawa jazdy. W organizmie miał 1,19 promila alkoholu. Chłopak został zatrzymany, a po wytrzeźwieniu dalsze czynności prowadzili z nim funkcjonariusze z Komisariatu Policji w Serocku.

JABŁONNA. Na ul. Modlińskiej w Rajszewie zderzył się ze sobą dwie osobówki

W sobotę, 4 kwietnia, około godziny 10.00, na ul. Modlińskiej w Rajszewie doszło do kolizji 2 aut osobowych, Toyoty i Skody. Żadna z osób podróżujących tymi autami nie odniosła poważnych obrażeń

Służby poinformowały, że w momencie kolizji w 2 pojazdach w niej uczestniczących znajdowało się łącznie 5 osób. Po zderzeniu wszyscy uczestnicy zdarzenia samodzielnie opuścili swoje samochody, nie wymagając pomocy medycznej.

NIEPORĘT. Na ul. Jana Kazimierza w Stanisławowie Pierwszym Ford zderzył się z Renault

W środę, 1 kwietnia, około godz. 15.00 na ul. Jana Kazimierza w Stanisławowie Pierwszym zderzyły się Ford i Renault. Dwie osoby zostały przebadane przez ratowników medycznych

Służby poinformowały, że 33-letnia kobieta, która kierowała samochodem marki Renault jadąc w kierunku Nieporętu w skutek niedostosowania prędkości do warunków ruchu uderzyła w tył Forda, którym kierował 22-letni mężczyzna, który na skrzyżowaniu oczekiwał na możliwość skrętu w lewo. Okazało się, że 33-latka miała w organizmie 1,17 promila alkoholu. Kobieta została zatrzymana. Czynności w tej sprawie prowadzą funkcjonariusze z Komisariatu Policji w Nieporęcie. **Paulina Nowicka**

LEGIONOWO. Makabryczne odkrycie

W przyczepie przy ul. Wymarzonej ZNALEZIONO ZWŁOKI 43-LATKA

W środę, 1 kwietnia, około godz. 11.00 w przyczepie kempingowej przy ul. Wymarzonej na terenie budowy, znaleziono zwłoki 40-letni mężczyzny

Służby poinformowały, że zostały wezwane do 43-letniego mężczyzny, który miał przebywać w przyczepie kempingowej na terenie budowy przy ul. Wymarzonej w Legionowie. Po wejściu do przyczepy znaleziono zwłoki mężczyzny. Przybyły na miejsce lekarz oficjalnie potwierdził zgon mężczyzny. Doszło do nagłego zgonu 43-letniego mężczyzny z nieznanych obecnie przyczyn. Dokładne okoliczności i przyczyny śmierci mężczyzny ustalają obecnie funkcjonariusze z Komendy Powiatowej Policji w Legionowie pod nadzorem Prokuratury Rejonowej w Legionowie.

Paulina Nowicka

Pani
Annie Kowalczyk Vel Prażyniewicz
wyrazy głębokiego współczucia
i szczere kondolencje z powodu śmierci

Taty
składają
Prezydent Miasta Legionowo
oraz
koleżanki i koledzy z pracy

eprasa.pl 45a14712d3

MAZOWIECKA KRONIKA KRYMINALNA

SEROCK. Był poszukiwany, w trakcie zatrzymania miał przy sobie narkotyki...

Kryminalni z Komisariatu Policji w Serocku namierzyli i zatrzymali 31-latka, który ukrywał się przed wymiarem sprawiedliwości. Mężczyzna był poszukiwany dwoma listami gończymi oraz trzema nakazami doprowadzenia. Podczas interwencji w warszawskim mieszkaniu funkcjonariusze ujawnili również marihuanę i mefedron. Zarzuty posiadania środków odurzających usłyszał drugi z obecnych w lokalu mężczyzn.

Kryminalni z Serocka od pewnego czasu prowadzili intensywne działania operacyjne, mające na celu ustalenie miejsca pobytu 31-latka. Z ustaleń funkcjonariuszy wynikało, że mężczyzna może przebywać w jednym z mieszkań na warszawskich Bielanach. W miniony poniedziałek rano policjanci udali się pod wytypowany adres. Mimo wyraźnych odgłosów dobiegających z wnętrza lokalu, osoby przebywające w środku przez dłuższy czas ignorowały polecenia otwarcia drzwi. Dopiero po kilkunastu minutach drzwi otworzył poszukiwany 31-latek. W trakcie przeszukania mieszkania policjanci znaleźli zawiniątko z folii aluminiowej z białym proszkiem, woreczek strunowy z podobną substancją oraz słoik z suszem roślinnym o łącznej wadze ponad 30 gram. Wstępne badania testerem narkotykowym potwierdziły, że zabezpieczone środki to mefedron oraz marihuana. Do posiadania substancji zabronionych przyznał się 30-latek, który wspólnie z poszukiwanym przebywał w lokalu. Obaj mężczyźni zostali zatrzymani. 31-latek, zgodnie z dyspozycją wymiaru sprawiedliwości, trafił już do Aresztu Śledczego Warszawa-Białołęka. Był on poszukiwany listem gończym przez Sąd Rejonowy w Piasecznie (do odbycia kary 99 dni pozbawienia wolności), listem gończym przez Sąd Rejonowy w Legionowie (kara 1 roku pozbawienia wolności) oraz trzema nakazami doprowadzenia wydanymi przez prokuratury i sądy. O dalszym losie 30- latka zadecyduje teraz sąd. Czynności w tej sprawie nadzoruje Prokuratura Rejonowa w Legionowie.

NOWY DWÓR MAZ. Wpadł za prowadzenie po alkoholu

Policjanci z Wydziału Kryminalnego nowodworskiej komendy ustalili miejsce pobytu 37-letniego mieszkańca Warszawy, który ukrywał się przed wymiarem sprawiedliwości. Mężczyzna był ścigany na podstawie listu gończego. Jeszcze tego samego dnia trafił do jednostki penitencjarnej

Dzięki działaniom operacyjnym nowodworskich kryminalnych udało się ustalić aktualne miejsce przebywania poszukiwanego. List gończy został wydany przez Sąd Rejonowy dla Warszawy Pragi Północ w Warszawie w związku przestępstwem określonym w art. 178 a § 1 kk. Do zatrzymania mężczyzny doszło na terenie Warszawy, gdzie poszukiwany ukrywał się przed wymiarem sprawiedliwości.

PROFESJONALNE
• NISZCZENIE
• UTYLIZACJA
DOKUMENTÓW
PRZYJEŻDŻAMY
PO DOKUMENTY
VICTORIA -RECYCLING
Tel. 604 913 993

PUŁTUSK. 39-latka straciła prawko

Kolejna kontrola drogowa zakończyła się poważnymi konsekwencjami, tym razem dla 39-letniej kierującej Skodą. Kobieta w miejscu z ograniczeniem do 50 km/h jechała 104 km/h. Nadmierna prędkość kosztowała ją utratę prawa jazdy, wysoki mandat i punkty karne.

Do interwencji doszło przedwczoraj. Pomiar prędkości kierującej Skodą wykazał przekroczenie prędkości w obszarze zabudowanym aż o 54 km/h. Policjanci natychmiast zatrzymali pojazd do kontroli. Za kierownicą siedziała 39-letnia mieszkanka Mińska Mazowieckiego. Za brawurową jazdę, brak rozsądku i stworzenie realnego zagrożenia w ruchu drogowym kobieta została ukarana mandatem w wysokości 1500 złotych oraz 13 punktami karnymi. Funkcjonariusze zatrzymali również prawo jazdy.

Przypominamy, że słoneczna pogoda, brak mrozów i sucha nawierzchnia nie są powodem do zwiększania prędkości i jazdy jak pirat drogowy. Ograniczenia prędkości obowiązują niezależnie od warunków atmosferycznych i mają jeden cel – zapewnić bezpieczeństwo wszystkim uczestnikom ruchu drogowego.

Każde tego typu zachowanie będzie spotykało się ze stanowczą reakcją Policji.

JABŁONNA. Wpadł z dragami i szukał go sąd

Nocna interwencja zakończona zatrzymaniem osoby poszukiwanej i ujawnieniem narkotyków Policjanci z Komisariatu Policji w Jabłonnie podczas nocnego patrolu ujawnili środki odurzające oraz zatrzymali mężczyznę poszukiwanego przez sąd. Teraz jego sprawą zajmie się sąd.

Do zdarzenia doszło 14 marca tuż po północy. Funkcjonariusze patrolujący okolice leśnego parkingu zwrócili uwagę na dwa zaparkowane pojazdy. Podczas legitymowania dwóch przebywających tam mężczyzn, mundurowi wyczuli charakterystyczną woń marihuany. Intuicja ich nie zawiodła – w trakcie kontroli osobistej u jednego z mężczyzn znaleziono zabronione substancje. Wstępne testy potwierdziły, że była to marihuana, amfetamina oraz kokaina. Szybko wyszło też na jaw, że to nie jedyne problemy zatrzymanego. Sprawdzenie w policyjnych systemach wykazało, że mężczyzna jest poszukiwany przez Sąd Rejonowy dla Warszawy-Mokotowa – nie tylko w celu ustalenia miejsca pobytu, ale również do odbycia kary pozbawienia wolności. Zatrzymany trafił do policyjnego aresztu. Za posiadanie narkotyków grozi mu teraz do 3 lat więzienia. Postępowanie nadzoruje Prokuratura Rejonowa w Legionowie.

NOWY DWÓR MAZ. Zatrzymali go z psychotropami

Policjanci Wydziału Kryminalnego nowodworskiej komendy, wykonując czynności na terenie miasta Nowy Dwór Mazowieckim po raz kolejny w tym tygodniu zatrzymali osobę posiadającą narkotyki. Tym razem był to 36-letni obywatel Mołdawii. Za to przestępstwo grozi mu do 3 lat pozbawienia wolności.

Wczoraj nowodworscy kryminalni zatrzymali mężczyznę, mieszkańca Nowego Dworu Mazowieckiego, który w ubraniu wierzchnim posiadał dwa foliowe woreczki z zapięciem strunowym, z zawartością amfetaminy i marihuany.

Mężczyznę zatrzymano. Przedstawiono mu zarzut posiadania środków psychotropowych. 36-latek przyznał się do popełnienia zarzucanego mu czynu. Grozi mu kara do 3 lat pozbawienia wolności.

Postępowanie, pod nadzorem Prokuratury Rejonowej w Nowym Dworze Mazowieckim, prowadzi nowodworska komenda.

PUŁTUSK. Jeden pijany, drugi bez uprawnień

Policjanci stale prowadzą wzmożone kontrole stanu trzeźwości kierowców. Mają one na celu przebadanie jak największej liczby kierujących i wyeliminowanie z ruchu drogowego tych, którzy zdecydowali się wsiąść za kierownicę na tzw. podwójnym gazie. W trakcie ostatniej akcji „Trzeźwość" wśród przebadanych alkomatem znalazł się kierowca bmw, który wsiadł za kierownicę w stanie nietrzeźwości.

W piątek, (27.03), policjanci ruchu drogowego z Komendy Powiatowej Policji w Pułtusku prowadzili wzmożone kontrole stanu trzeźwości kierowców w ramach wojewódzkich działań pod nazwą „Trzeźwość-lokalnie". Policjanci podczas całodniowej akcji przebadali ponad 1000 kierujących. Niestety, pomimo wcześniejszych zapowiedzi i wielu apeli Policji nadal znajdują się kierowcy, którzy decydują się na jazdę samochodem pomimo spożytego wcześniej alkoholu.

Około godziny 19. w Pułtusku, na ulicy Wojska Polskiego, policjanci zatrzymali do kontroli kierowcę BMW. Przeprowadzone badanie trzeźwości wykazało w organizmie 27-letniego Makowianina ponad promil alkoholu. Dodatkowo po sprawdzeniu mężczyzny w policyjnych systemach informatycznych okazało się, że nie posiada on uprawnień do kierowania. Pojazd został odholowany na policyjny parking. O losie mężczyzny zdecyduje sąd.

Chwilę później w trakcie kontroli, drugi patrol Wydziału Ruchu Drogowego ujawnił i zatrzymał osobę poszukiwaną na podstawie dwóch nakazów doprowadzenia wydanych przez Sąd Rejonowy w Pułtusku. 31-lateni Pułtuszczanin spędzi najbliższe tygodnie w areszcie śledczym.

Powyższe przykłady potwierdzają, że wzmożone kontrole są absolutnie niezbędne dla poprawy bezpieczeństwa na drogach. Mimo licznych kampanii informacyjnych, funkcjonariusze wciąż zatrzymują kierowców, często wykazujących się skrajną nieodpowiedzialnością.

LEGIONOWO. Zniszczył lusterko i wpadł

Policjanci z Komendy Powiatowej Policji w Legionowie zatrzymali mężczyznę podejrzanego o zniszczenie lusterka w zaparkowanym samochodzie. Do zdarzenia doszło na 8 marca przy ulicy Leśnej w Legionowie. Straty oszacowano na ponad 2 tysiące złotych. Podejrzany usłyszał już zarzuty, a o jego dalszym losie zadecyduje sąd.

Na początku marca do legionowskiej komendy wpłynęło zawiadomienie dotyczące uszkodzenia BMW. Z relacji zgłaszającego wynikało, że nieznany sprawca umyślnie zniszczył lusterko zewnętrzne w pojeździe zaparkowanym przy ul. Leśnej w Legionowie. Właściciel wycenił powstałe szkody na kwotę przekraczającą 2000 złotych.

Sprawą natychmiast zajęli się policjanci pionu kryminalnego. Dzięki intensywnej pracy operacyjnej oraz skutecznemu rozpoznaniu, funkcjonariusze szybko wytypowali osobę mogącą mieć związek z tym przestępstwem. Podejrzany został zatrzymany niespełna dobę po otrzymaniu zgłoszenia.

47-letni mężczyzna trafił do policyjnego aresztu. Zebrany materiał dowodowy pozwolił na przedstawienie mu zarzutu umyślnego uszkodzenia cudzej rzeczy. Postępowanie w tej sprawie prowadzone jest pod nadzorem Prokuratury Rejonowej w Legionowie. Zgodnie z Kodeksem karnym za zniszczenie mienia grozi kara do 5 lat pozbawienia wolności. Teraz sprawą zajmie się Sąd Rejonowy w Legionowie.

KPP: Legionowo/ Nowy Dwór Maz./ Pułtusk

eprasa.pl 45a14712d3

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

JABŁONNA. Co dalej z rozwojem gminy?

Radni wstrzymali zmianę studium - „nie" intensywnemu dogęszczaniu

Podczas poniedziałkowej (30.03) sesji Rada Gminy Jabłonna odrzuciła projekt zmiany części studium uwarunkowań i kierunków zagospodarowania przestrzennego dla rejonu ulic Zegrzyńskiej i Akademijnej. Decyzja zapadła stosunkiem głosów 8 do 7. Prace nad odrzuconym dokumentem trwały od 2022 roku

Przed decydującym głosowaniem radna Anna Murawska-Furmanek odczytała list otwarty skierowany do mieszkańców. Dokument podpisało ośmioro radnych, którzy wyrazili sprzeciw wobec zapisów uchwały, w szczególności wobec planów dopuszczenia na tym terenie intensywnej zabudowy wielorodzinnej. Przeciwnicy projektu jako główne argumenty wskazali zagrożenie dla układu drogowego, braki w infrastrukturze społecznej oraz odmienną wizję kierunku rozwoju gminy. Zwrócono uwagę na ryzyko pogorszenia sytuacji komunikacyjnej, w szczególności w rejonie ronda u zbiegu ulic Akademijnej i Edukacyjnej oraz na terenach między ulicami Zegrzyńską a Królewską. Radni zakwestionowali ponadto założenie autorów projektu, według którego wzrost liczby mieszkańców nie wymusi rozbudowy gminnej infrastruktury społecznej. Opowiedziano się jednocześnie za zachowaniem podmiejskiego charakteru miejscowości, zrównoważonym rozwojem i dostępem do rekreacji, zamiast maksymalnego zagęszczania zabudowy.

Podział głosów i stanowisk w Radzie Gminy

- Sygnatariusze listu (przeciwnicy przyjęcia zmian): Agnieszka Borkowska, Paweł Krajewski, Wioleta Mądrawska, Witold Modzelewski, Anna Murawska-Furmanek, Tomasz Rybałko, Marek Sarnowski i Rafał Wodzyński.

- Radni, którzy nie podpisali listu: Radomir Czauderna, Joanna Doktor, Andrzej Dybowski, Dorota Kobus, Sylwester Machnio, Bogumiła Majewska i Wojciech Nowosiński.

Paulina Nowicka

LEGIONOWO. Zmiana kierownictwa podstawówki przy ul. Królowej Jadwigi

Nowa dyrektor „Siódemki" wybrana

Zespołem Szkolno-Przedszkolnym nr 3 (ZSP nr 3), który tworzą Szkoła Podstawowa nr 7 (SP nr 7) imienia VII Obwodu Obroża Armii Krajowej i Przedszkole Miejskie nr 12 (PM nr 12) imienia Króla Maciusia pokieruje magister Karolina Emilia Staśkiewicz, nauczycielka dyplomowana edukacji wczesnoszkolnej z ponad 15-letnim stażem pracy

Prezydent Legionowa, Bogdan Kiełbasiński ogłosił wyniki konkursu na dyrektora ZSP nr 3 w Legionowie. Jest to prowadzona przez miasto placówka oświatowa, którą tworzą Szkoła Podstawowa nr 7 (SP nr 7) imienia VII Obwodu Obroża Armii Krajowej i Przedszkole Miejskie nr 12 (PM nr 12) imienia Króla Maciusia. Nową dyrektor została Karolina Emilia Staśkiewicz, nauczycielka dyplomowana edukacji wczesnoszkolnej z ponad 15-letnim stażem pracy. Ostatnio pełniła funkcję kierowniczą w Dwujęzycznej Społecznej Szkole Podstawowej im. Zawiszy Czarnego, mieszczącej się na Saskiej Kępie w Warszawie. **Paulina Nowicka**

JABŁONNA. Fundusze Europejskie na Infrastrukturę, Klimat, Środowisko 2021–2027

Dofinansowanie 8 mln zł na rozbudowę sieci kanalizacji sanitarnej

Gmina Jabłonna pozyskała dofinansowanie w wysokości 7,8 mln zł na inwestycję z zakresu gospodarki wodno-ściekowej w ramach programu Fundusze Europejskie na Infrastrukturę, Klimat, Środowisko 2021–2027. Chodzi o rozbudowę sieci kanalizacji sanitarnej o nowy ponad 6-km odcinek na terenie Jabłonny, Chotomowa i Dąbrowy Chotomowskiej. Całe przedsięwzięcie będzie kosztować 13,5 mln zł.

Jabłonowski samorząd podpisał umowę na dofinansowanie inwestycji wartej ponad 13,5 mln zł. W ramach projektu powstanie 6,4 km sieci sanitarnej w Chotomowie, Dąbrowie Chotomowskiej i Jabłonnie. Dzięki temu 776 mieszkańców zyska możliwość podłączenia się do systemu, z którego ścieki trafią do warszawskiej oczyszczalni „Czajka". To kluczowy krok w stronę ochrony środowiska i poprawy komfortu życia w regionie.

Paulina Nowicka
Fot. UG Jabłonna

JABŁONNA. Wybrano projektanta

Zbudują rondo na skrzyżowaniu ulic Politechnicznej, Przylesie i Leśnej

Gmina Jabłonna planuje budowę ronda u zbiegu ulic Politechnicznej, Przylesie i Leśnej. Projekt przedsięwzięcia będzie trzy razy drożdży niż zakładano. Nowa infrastruktura ma rozwiązać dotychczasowe problemy kierowców i umożliwić sprawne kursowanie autobusów w tym rejonie

Gmina wybrała ofertę na dokumentację przebudowy skrzyżowania ulic Politechnicznej, Przylesie i Leśnej. Zamiast planowanych 40 tys. zł, projekt przygotowany przez firmę DROMACC pochłonie 123 tys. zł. Inwestycja zakłada budowę mini ronda o średnicy 18 m, które pomieści autobusy przegubowe, zyska nowe oświetlenie i szersze chodniki. Projektant ma 180 dni na dostarczenie dokumentacji.

Paulina Nowicka

Dobra woda z Legionowa
pwk®
LEGIONOWO

Profesjonalne usługi asenizacyjne
wywozu nieczystości płynnych
z przydomowych szamb

- gwarancja jakości
- umowy wymagane prawem
- płacisz tylko za tyle m³ ile zostało wybrane
- faktury VAT

eprasa.pl 45a14712d3

Starożytne Mazowsze było żelazną potęgą

Zachodnie Mazowsze od IV w p.n.e. było żelazną potęgą. Z metalu tego wyrabiano narzędzia, ozdoby, uzbrojenie, a nadwyżki sprzedawano. To przekładało się na rozwój gospodarczy regionu i bogactwo całej populacji - mówi PAP dr hab. Adam Cieśliński z Uniwersytetu Warszawskiego.

W latach 60. XX w. na terenie zachodniego Mazowsza odkryto skupienie około 240 stanowisk ze schyłku starożytności, w obrębie których zarejestrowano ślady masowej produkcji żelaza. Obszar ten określany jako Mazowieckie Centrum Metalurgiczne uznawany jest za jeden z największych ośrodków hutniczych starożytnej Europy. Szacuje się, że na jego obszarze mogło działać od 120 do 150 tysięcy pieców hutniczych. Na ziemiach polskich nie był to wyjątek, bo kolejny ośrodek metalurgiczny znajdował się także w Górach Świętokrzyskich.

Od kilku lat archeolodzy prowadzą interdyscyplinarne badania w Zaborowie, położonym w otulinie Kampinoskiego Parku Narodowego, właśnie na obszarze Mazowieckiego Centrum Metalurgicznego. Projektem o nazwie Terra Ferrifera (Ziemia Żelazodajna) kierują dr hab. Adam Cieśliński, profesor Uniwersytetu Warszawskiego i dr Marcin Woźniak z Muzeum Starożytnego Hutnictwa Mazowieckiego w Pruszkowie. Ostatnie ustalenia tego zespołu pokazały m.in., że żelazo produkowano na tych terenach już od końca IV i w III w. p.n.e., czyli ponad sto lat wcześniej, niż pierwotnie przypuszczano.

- Z ziem polskich, w tym z Mazowsza, znamy osady produkcyjne, na których zarejestrowano po kilka tysięcy pieców. Dlaczego jest ich tak dużo? Bo piec był urządzeniem jednorazowym. Po procesie wytopu szyb gliniany rozbijano i wyciągano łupę żelaza, która potem musiała być jeszcze wielokrotnie przekuwana, żeby uzyskać produkt, z którego wytwarzano konkretne przedmioty - powiedział PAP kierujący badaniami dr hab. Adam Cieśliński.

W jednym piecu wykorzystywano mniej więcej 100 kilogramów rudy darniowej i 100 kilogramów węgla drzewnego. Hutnicy potrzebowali więc bardzo dużo surowca, natomiast z jednego wytopu uzyskiwali 10-15 proc. żelaza, czyli maksymalnie kilkanaście kilogramów.

Choć na jednym stanowisku znajdowanych jest po kilka tysięcy pieców, to w ani jednym przypadku nie zachowały się wspomniane żelazne łupy. - Bardzo ciężko pracowano, by po wytopieniu żelaza rozbić piec i tę łupę wyjąć. Mamy więc ślady po piecach, ale nie mamy żelaza. Co więcej, przez długi czas zupełnie nie mieliśmy pojęcia, w jakiej formie to żelazo później wchodziło do obiegu. W Zaborowie znaleźliśmy dwie sztabki, które rozmiarem i kształtem przypominają półprodukty stanowiące przedmiot wymiany na terenie Cesarstwa Rzymskiego. Jesteśmy na razie na etapie analiz w celu ustalenia datowania obu przedmiotów, choć ich wstępne wyniki są bardzo obiecujące - opisał archeolog.

Najprawdopodobniej ze sztabek, już w kuźniach, kowale wykuwali konkretne przedmioty, które archeolodzy dobrze znają przede wszystkim z cmentarzysk. Choć z badań wynika, że hutnictwo wprowadzili przedstawiciele kultury jastorfskiej, to jego rozwój badacze wiążą z okresem późniejszym (przełom er i pierwsze wieki po Chrystusie), a także inną populacją, tzw. kultury przeworskiej. Na jej obszarze znajdowane są liczne przedmioty żelazne: ozdoby i części stroju, np. bransolety, zapinki, czyli brosze spinające szaty, ale też narzędzia: m.in. rolnicze, kowalskie, wykorzystywane w różnych gałęziach rzemiosła. W grobach mężczyzn odkrywane jest żelazne uzbrojenie: groty włóczni, oszczepów, rzadziej miecze i metalowe okucia tarczy, w pochówkach konnych wojowników dodatkowo żelazne ostrogi.

- Znamy mnóstwo przedmiotów wykonywanych z żelaza z tego okresu. Wiemy, że było ono powszechne - ta cywilizacja stała na żelazie. To się oczywiście przekładało na rozwój gospodarczy, na bogactwo całej populacji. Działalność hutnicza była prowadzona na masową skalę, a nadwyżki wymieniano na inne dobra. Ta populacja była więc dość zamożna, a na zachodnie Mazowsze docierały bardzo rzadkie, ekskluzywne przedmioty, np. znaleziony w Zaborowie puchar ze szkła z przedstawieniami walczących gladiatorów - wskazał rozmówca PAP.

Zespół projektu Terra Ferrifera jako pierwszy potwierdził, że hutnictwo wprowadziła populacja związana z kulturą jastorfską. Na polskich ziemiach byli to migranci, przynajmniej w pierwszym pokoleniu, którzy przybyli najprawdopodobniej z południowej Skandynawii. Materiały identyfikowane na Mazowszu są najbliższe artefaktom znajdowanym na Jutlandii. - Dlatego sądzimy, że grupa, która przybyła i być może przyniosła ze sobą umiejętność produkcji żelaza wywodzi się właśnie z tamtych regionów - opisał dr hab. Adam Cieśliński.

Dlaczego tak duże centrum metalurgiczne znalazło się właśnie na Mazowszu? Mogło się na to złożyć kilka korzystnych czynników. - Żeby produkować żelazo na skalę masową trzeba mieć dostęp do wszystkich surowców. Konieczna jest do tego ruda darniowa, która występuje masowo na Niżu Polskim czy szerzej na Niżu Europejskim. Tworzy się ona w miejscach podmokłych, a wiadomo, że okolice Warszawy przecinają liczne rzeczki. Drugi element to glina, powszechna

Piec do produkcji wapna z przełomu er. Wapno miało liczne zastosowania. Służyło między innymi do bielenia ścian domów oraz wykorzystywano je w procesie garbowania skór. Fot. Agata Wiśniewska

Piec dymarski w trakcie eksploracji. Jego pozostałością jest skupisko żużla – produktu odpadkowego w procesie produkcji żelaza. Fot. Agata Wiśniewska.jpg

Studenci Wydziału Archeologii UW w trakcie płukania ziemi z wypełnisk pieców dymarskich. Na sitach laboratoryjnych znajdywane są zwęglone szczątki nasion i owoców roślin – cenne źródła do badań archeobotanicznych. Fot. A. Cieśliński .jpg

eprasa.pl 45a14712d3

Studenci Wydziału Archeologii UW w trakcie płukania ziemi z wypełnisk pieców dymarskich. Na sitach laboratoryjnych znajdywane są zwęglone szczątki nasion i owoców roślin – cenne źródła do badań archeobotanicznych.

Fot. A. Cieśliński .jpg

Wykopaliska w Zaborowie z lotu ptaka.

Fot. Marcin Woźniak

w regionie. Piec do produkcji żelaza miał bardzo charakterystyczny kształt. Część podziemną stanowiła po prostu dziura w ziemi, tak zwana kotlinka. Część naziemna to był szyb, w stylu komina, który budowano z gliny - opisał archeolog UW.

Do produkcji była potrzebna też woda, która służyła do odpowiedniego wyrobienia masy ceramicznej. Kolejny niezbędny element to węgiel drzewny. Do tego potrzebne były więc lasy, które najprawdopodobniej dość mocno przetrzebiono na potrzeby produkcji węgla drzewnego.

Tak złożony system produkcji wymagał dobrej organizacji. - Musiała działać sprawna struktura społeczna z wykształconymi elitami. Domyślamy się, że ktoś odpowiadał za zapewnienie całego łańcucha dostaw węgla drzewnego i rudy darniowej. Byli też potrzebni wykwalifikowani ludzie do samego procesu, ktoś ich musiał pozyskać albo przeszkolić. Możliwe, że tutaj na Mazowszu był jakiś ród lub władca plemienny, który miał pomysł na biznes. To wszystko spowodowało, że eksplozja hutnictwa wydarzyła się tutaj, a nie gdzieś 100-200 kilometrów dalej. Drugi scenariusz, który możemy rozważać, to bliskość szlaków komunikacyjnych, za jeden z nich mogła służyć nieodległa Wisła - wyjaśnił rozmówca PAP.

Naukowcy na razie nie wiedzą, dokąd kierowano naddatki żelaza. Według starszych koncepcji, eksportowano je nawet do Cesarstwa Rzymskiego, ale - zdaniem archeologa - taką wersję „można włożyć między bajki". - To jest nierealne, sam transport byłby zbyt kosztowny, poza tym w Cesarstwie znajdowały się ośrodki hutnicze, które produkowały żelazo dużo lepszej jakości - zaznaczył.

Intensywna produkcja żelaza wiązała się też zapewne z eksploatacją przyrody. - Jeśli w okolicach Zaborowa kiedyś były lasy, to zostały w jakimś stopniu przetrzebione. A skąd my to wiemy? Otóż w częściach podziemnych pieców znaleźliśmy zwęglone makroszczątki roślinne. Profesor Uniwersytetu Warszawskiego dr hab. Aldona Miller-Bieniek zidentyfikowała szczątki licznych grup roślin, w większości łąkowych, co wskazuje na odlesienie bezpośredniej okolicy osady. Było trochę zbóż, a także rośliny ruderalne i synantropijne (zasiedlające tereny zmienione przez działalność człowieka - PAP), takie, które lubią siedziby ludzkie, np. pokrzywa - opowiedział.

W kolejnych sezonach badacze chcą przeanalizować pyłki roślin, które warstwowo odkładają się w okolicznych zbiornikach wodnych - najstarsze najniżej, młodsze wyżej. Liczą, że w ten sposób zrekonstruują zmienność krajobrazu, roślin w nim występujących, a pośrednio także klimatu. - Przypuszczamy, że wraz z końcem hutnictwa krajobraz się zmienił i powróciły do niego lasy - zaznaczył rozmówca PAP.

Nauka w Polsce,
Ewelina Krajczyńska-Wujec (PAP)

CZYTANKI DLA DOROSŁYCH (88)

Krótkie spięcie

Nasz sąsiad nazwiskiem Bystry był instruktorem jazdy samochodowej, ale gdy go wspominam, nasuwa się na myśl inna specjalność: elektrotechnika. Jakoś zawsze ten człowiek kojarzył mi się z prądem. Był jednym z pierwszych, co zmienili sposób golenia przestawiając się z żyletki na elektryczną golarkę. Opowiadał mojej matce, że przy pomocy transformatora ładuje swój aparacik i jest niezależny od gniazdka elektrycznego. Podczas urlopu spędzonego na biwakowaniu nie miał kłopotów z goleniem. „Człowieku – przemówiłem doń bezgłośnie – nawet w lesie musisz paradować z gładkimi polikami?"

Jeśli chodzi o oświetlenie mieszkań, wszyscy w naszym domu hołdowali tradycji. Tylko Bystry wpadł na pomysł, by zainstalować sobie świetlówki. Rury z mlecznego szkła zalewały mu kuchnię trupim światłem.

Gdy pewnego wieczoru przekroczywszy próg zanurzyłem się w ciemność klatki schodowej – szok. Nie słysząc żadnych odgłosów byłem przekonany, że nikogo nie ma w pobliżu, i raptem lunęło mi w oczy jaskrawe światło. To był Bystry ze swoją latarką-maczugą.

W piwnicy działał hydrofor, urządzenie przedwojenne, porządnie wyeksploatowane, często wymagające naprawy. Przypuszczam, że Bystry, znający się na elektryce równie dobrze jak na samochodach, mógłby przy tym hydroforze niemało pomóc, ale mój ojciec administrator będący z Bystrym na udry wolał się w owej sprawie zwrócić do fachowca z fabryki, w której obaj pracowali.

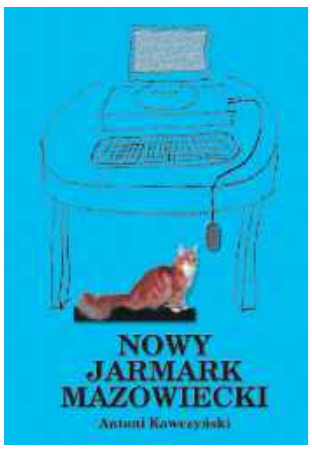
Był to pan Głowala. Co do nazwiska: nomen-omen. Głowę Głowala miał nie od parady. Mechanika i elektrotechnika nie miały dlań tajemnic. Mojej matce, przyzwyczajonej do balii i wyżymaczki, opowiadał o pralce elektrycznej, której pani gospodyni nie widziała jeszcze na oczy. Zdumiona zaśmiewała się słysząc, co ta pralka potrafi: samymi poruszeniami wody zmywa brud!

Minęło kilkanaście lat, podczas których poziom cywilizacyjny podniósł się na wyżyny: mieliśmy pralkę automatyczną. Coś raptem obluzowało się w programującym pokrętle i Głowala błyskawicznie skapował, że bez specjalnego klucza nie da się usterki usunąć. On ma taki klucz w domu i przy następnej wizycie on „weźmie" i dokręci obluzowaną śrubę, do której kluczami, jakimi dysponujemy, dogrzebać się nie można.

Fabryka zwerbowała ekipę złożoną ze złotych rączek i wysłała ją do Iraku. Głowala był członkiem ekipy. (Dopiero na miejscu okazało się, że nie trzeba żadnych fachowców, wystarczyłaby prymitywna siła robocza. Polityka Peerelu: przybijanie gwoździ zegarkiem.)

Po powrocie niezrównany Głowala zajął się najpierw hydroforem, a potem wszedł w ślad za ojcem na nasze drugie piętro, by – siadłszy przy zastawionym butelką i kieliszkami stole – opowiadać.

Widział drzewo, pod którym



Ewa skusiła Adama. A poza tym upajał się wolnością świata zachodniego. Strefa wolnego handlu; wszystko można kupić!

– Ot, powiedzmy – gawędziarz zwrócił się do mnie – chciałby pan, jako pan Kawczyński, kupić sobie czołg. Proszę bardzo! Jest na sprzedaż czołg, prawdziwy, bynajmniej nie chodzi tu o zabawkę dla dzieci.

Przyszedł czas na kolejną naprawę, podczas której Głowala kręcąc się po hydroforni zauważył coś podejrzanego: obcy przewód elektryczny łączący nasze piwniczne urządzenie z parterowym mieszkaniem Bystrego. Tylko Głowala mógł się zorientować, że chodzi tu o kradzież prądu. Był to trik samochodziarza, który czerpał prąd w sposób nie dający się zarejestrować, tj. z pominięciem licznika.

Sprowadzono delikwenta na dół i palcem wskazano mu corpus delicti.

– Usuwaj pan to w trymiga i ciesz się, że pokazujemy to panu, a nie milicjantowi.

Trafiła kosa na kamień. W pojedynku z Bystrym Głowala okazał się bystrzejszy.. **A.K**

eprasa.pl 45a14712d3

ZDROWIE

Aktywność fizyczna wpływa na przebieg starzenia się

Aktywność fizyczna odgrywa istotną rolę w kształtowaniu procesu starzenia się, wpływając na kondycję fizyczną i psychiczną osób starszych - wskazali w najnowszych badaniach naukowcy ze Śląskiego Uniwersytetu Medycznego.

Jak podkreślili naukowcy SUM, proces starzenia się ma charakter wielowymiarowy i obejmuje zmiany fizjologiczne oraz psychiczne. Z wiekiem pogarsza się sprawność organizmu, ale również funkcjonowanie poznawcze i ogólny dobrostan. Badacze wyjaśnili, że zachowanie równowagi między kondycją fizyczną a psychiczną ma kluczowe znaczenie dla jakości życia w późniejszych latach.

Jednym z głównych problemów zdrowotnych starzejących się populacji jest sarkopenia, czyli postępująca utrata masy i siły mięśniowej, która zwiększa ryzyko upadków i utraty samodzielności.

„W badaniu przeprowadzonym wśród kobiet w wieku 65–75 lat wykazano, że znacząca część uczestniczek doświadcza zarówno nadmiernej masy ciała, jak i obniżonej masy mięśniowej, co wskazuje na rosnący problem tzw. otyłości sarkopenicznej" – wskazał w informacji prasowej dr n. o zdr. Tomasz Jurys.

Analiza parametrów fizycznych wykazała, że 78 proc. badanych miało niską siłę uścisku dłoni – wskaźnik uznawany za miarodajną miarę ogólnej kondycji mięśniowej. Siła ta była powiązana z beztłuszczową masą ciała oraz wskaźnikiem masy mięśniowej (SMI), natomiast nie wykazywała istotnego związku z BMI.

„Oznacza to, że tradycyjne wskaźniki, takie jak masa ciała czy BMI, mogą nie oddawać rzeczywistego stanu funkcjonalnego organizmu" – wyjaśnił dr n. o zdr. Tomasz Jurys

Naukowcy podkreślają też psychologiczne skutki osłabienia kondycji fizycznej. Utrata siły mięśni może ograniczać udział w życiu społecznym, obniżać poczucie własnej efektywności i zwiększać ryzyko samotności czy izolacji.

„W dłuższej perspektywie może to sprzyjać pogorszeniu nastroju, a nawet rozwojowi zaburzeń depresyjnych, szczególnie u osób starszych, które tracą niezależność" – zauważył dr hab. n. med. Mateusz Grajek.

Jak dodał, aktywność fizyczna odgrywa ważną rolę w kształtowaniu zarówno

kondycji ciała, jak i samopoczucia psychicznego. Badania pokazały, że kobiety, które robiły przynajmniej 5 tysięcy kroków dziennie, miały większą masę mięśniową oraz były silniejsze. Ponadto regularne poruszanie się korzystnie wpływa na nastrój – pomaga zmniejszyć stres i poprawia ogólną jakość życia.

Z perspektywy psychologicznej aktywność fizyczna pełni funkcję regulatora emocji i wzmacnia poczucie sprawczości. Nawet umiarkowany wysiłek, taki jak codzienne spacery, może przeciwdziałać apatii i wspierać utrzymanie pozytywnego nastawienia.

Autorzy podkreślili, że starzenie się nie jest procesem jednowymiarowym, a jego przebieg w dużej mierze zależy od stylu życia. Wyniki badań wskazują, że regularna, nawet umiarkowana aktywność fizyczna może wspierać utrzymanie sprawności oraz dobrostanu psychicznego w starszym wieku.

Wyniki analiz badań opublikowano w najnowszym wydaniu czasopisma Nutrients

(PAP) naukawpolsce.pl
jms/ zan/

eprasa.pl 45a14712d3

NAUKA I ZDROWIE. O skutkach niewyspania

Niewyspany mózg działa jak niewydolne lotnisko

Zaburzenia snu uniemożliwiają szybki i efektywny przepływ informacji w mózgu, przez co przypomina on niewydolne lotnisko. Jedna całkowicie nieprzespana noc i wielokrotne niedosypianie prowadzą jednak do odmiennych zmian w jego funkcjonowaniu, co po raz pierwszy wykazało polsko-francuskie badanie.

Odpowiednia ilość snu jest niezbędna dla zachowania zdolności poznawczych, w tym uczenia się, utrzymania stabilności emocjonalnej i zdrowia psychicznego. Odgrywa on też istotną rolę w regulacji procesów biochemicznych, metabolicznych i immunologicznych. Podczas snu mózg pozostaje aktywny, a jego funkcjonowanie przypomina precyzyjnie zorganizowany system. Co jednak dzieje się, gdy snu zaczyna brakować?

Najnowsze badania nad deprywacją snu przeprowadzone przez międzynarodowy zespół naukowców z Uniwersytetu Warszawskiego, Uniwersytetu Jagiellońskiego, Instytutu Biologii Doświadczalnej im. M. Nenckiego PAN oraz Université Grenoble Alpes, National Institute for Research in Digital Science and Technology i Szpitala Uniwersyteckiego w Toulouse we Francji pokazują, że nie istnieje jeden uniwersalny „stan niewyspania". Wyniki opublikowało pismo Sleep.

W badaniu z użyciem funkcjonalnego rezonansu magnetycznego (fMRI) przeanalizowano funkcjonowanie mózgu u 28 zdrowych uczestników w trzech warunkach: po normalnym, regenerującym śnie; po jednej całkowicie nieprzespanej nocy (około 26 godzin bez snu); po pięciu nocach ograniczonego snu (około pięciu godzin na dobę). Każdy z tych stanów reprezentuje inną formę stresu dla organizmu — nagły i intensywny lub przewlekły i kumulujący się. Były to tzw. badania podłużne, czyli wszystkich uczestników badania skanowano w każdym z trzech stanów, dzięki czemu naukowcy mogli obserwować indywidualne zmiany zachodzące w mózgu każdej osoby badanej. Aby uchwycić subtelne zmiany zachodzące w niewyspanym mózgu, badacze potraktowali go jako złożoną sieć połączeń, stosując teorię grafów, a także uczenie maszynowe. Dzięki temu podejściu mogli przyjrzeć się nie tylko lokalnym zmianom, ale całej architekturze połączeń w mózgu.

W stanie pełnego wypoczynku funkcjonalna sieć mózgu jest dobrze zorganizowana. Istnieją w niej tzw. huby – obszary pełniące funkcję centralnych węzłów integrujących informacje z różnych części mózgu. Działają one podobnie jak duże lotnicze porty przesiadkowe, umożliwiając szybki i efektywny przepływ informacji w całym systemie.

Okazuje się, że oba typy zaburzeń snu prowadzą do reorganizacji sieci połączeń funkcjonalnych w mózgu, ale ta reorganizacja jest inna po całkowitym braku snu, a inna po chronicznym niedosypianiu. To pierwsze badanie, które udowadnia istnienie tego zjawiska.

- Do tej pory brak snu często porównywano do rozładowanej baterii: im mniej śpimy, tym bardziej jesteśmy zmęczeni, „rozładowani". Wydawało się więc, że zarwana noc i kilka dni niedosypiania to to samo zjawisko, tylko o różnym nasileniu. Nasze badania pokazują jednak coś zupełnie innego. To dwa odrębne stany, które w różny sposób wpływają na mózg - opisała PAP autorka publikacji Patrycja Ściślewska z Uniwersytetu Warszawskiego.

Jedna nieprzespana noc wywołuje gwałtowne zmiany w mózgu. Najbardziej dotknięte zostają obszary należące do tzw. sieci stanu spoczynkowego. To system odpowiedzialny za naszą zdolność do autorefleksji, błądzenie myślami i przetwarzanie emocji. Badania pokazały, że po zarwanej nocy kluczowe „huby" tracą swoją dominującą rolę. Ich zdolność do koordynowania przepływu informacji spada. Jednocześnie ich funkcje zaczynają przejmować inne regiony.

- Wydaje się, że to co zaobserwowaliśmy, to mechanizm kompensacyjny – niektóre obszary mózgu tracą połączenia, inne zaś je zyskują. Wydaje się więc, że mózg próbuje „ratować sytuację", reorganizując swoją strukturę – powiedziała Patrycja Ściślewska.

Z drugiej strony, długotrwałe ograniczenie snu działa inaczej. Zamiast gwałtownego załamania systemu mamy do czynienia z powolną, ale systematyczną reorganizacją struktur. Te zmiany są mniej spektakularne, ale bardziej rozproszone. Obejmują szeroką gamę struktur mózgowych, w tym obszary odpowiedzialne za regulację emocji, podejmowanie decyzji i kontrolę zachowania. Szczególnie interesującą rolę odgrywa w tych procesach móżdżek — struktura, która odpowiada głównie za koordynację ruchu i automatyzację zachowania.

- Nasze badanie sugeruje, że w warunkach przewlekłego niedoboru snu znaczenie móżdżku w sieci mózgowej rośnie, co może wskazywać na większe znaczenie automatyzacji zachowań. Wydaje się to zgodne z naszą intuicją - po kilku niezbyt dobrze przespanych nocach, często mamy uczucie działania „na autopilocie" - wyjaśniła dr Aleksandra Domagalik-Pittner, kierowniczka Laboratorium Rezonansu Magnetycznego w Centrum Badań Mózgu Uniwersytetu Jagiellońskiego.

W przeciwieństwie do jednorazowego braku snu, mózg więc nie „załamuje się", lecz powoli adaptuje, jednak kosztem efektywności i stabilności działania. To trochę jak praca na komputerze, który działa coraz wolniej, ale nie zawiesza się całkowicie.

W obu przypadkach kluczowym problemem okazuje się zaburzenie tzw. topologii sieci mózgowej, czyli układu połączeń funkcjonalnych w mózgu. W zdrowym mózgu działa ona jak sprawny system: jest jednocześnie wyspecjalizowana (poszczególne obszary mają konkretne funkcje) i zintegrowana (mogą się ze sobą efektywnie komunikować). Niewyspanie zaburza tę równowagę. Sieć staje się mniej uporządkowana, bardziej losowa, a przepływ informacji mniej efektywny.

By potwierdzić te różnice, badacze sięgnęli po zaawansowane techniki uczenia maszynowego. To nowoczesne narzędzie pozwoliło algorytmom „nauczyć się" rozpoznawać stany mózgu na podstawie samej struktury jego sieci. System odseparował od siebie uczestników po całkowitym braku snu od tych po chronicznym niedosypianiu, co ostatecznie potwierdziło hipotezę: mózg po jednej nieprzespanej nocy znajduje się w innym stanie neurologicznym niż mózg przewlekle niewyspany.

Badanie przyniosło jeszcze jedną obserwację dotyczącą naszych indywidualnych cech. Nie wszyscy reagują na brak snu w ten sam sposób. Osoby o silnie zaznaczonym rytmie okołodobowym były bardziej odporne na skutki deprywacji snu. Z kolei „sowy" doświadczały większych różnic między całonocną i chroniczną deprywacją snu. Biologiczne uwarunkowania mogą więc wpływać na naszą podatność na zmęczenie.

- Jeśli już nadejdzie konieczność poświęcenia snu na nadrobienie zaległości czy dokończenie jakiegoś ważnego projektu, to lepiej wybrać opcję jednej całkowicie nieprzespanej nocy. Po pierwsze, skutki jednorazowej deprywacji można zniwelować zazwyczaj w ciągu jednej lub dwóch nocy regeneracyjnych, natomiast wyjście z wielodniowego długu sennego jest procesem znacznie żmudniejszym, wymagającym często wielu dni stabilnego i pełnowymiarowego odpoczynku. Istotne jest też subiektywne poczucie deficytu. Podczas gdy po całkowicie zarwanej nocy jesteśmy w pełni świadomi swojej niesprawności, chroniczne niedosypianie prowadzi do niebezpiecznej adaptacji psychologicznej, w której mózg błędnie ocenia własną wydajność jako optymalną – powiedziała PAP dr Aleksandra Domagalik-Pittner.

Badanie otwiera drogę do personalizacji strategii walki ze zmęczeniem czy zaburzeniami snu. Innego wsparcia może potrzebować lekarz na dyżurze, który nie śpi wiele godzin, a innego kierowca zawodowy, student w czasie sesji czy osoby z bezsennością, czyli chroniczne niedospane.

(PAP) Nauka w Polsce, Ewelina Krajczyńska-Wujec

WIELKA PROMOCJA
2026
ANTYKWARIAT
ZŁOTA I FUTER
729zł za gram złota
STARE KSIĄŻKI
Skup złota, futer z norek, arcydzieł literatury
SPECJALNA PROMOCJA w Warszawie i Legionowie
Zmień niepotrzebne rzeczy na GOTÓWKĘ - OD RĘKI.
Skup BIŻUTERII, SZTABEK, MONET, BRYLANTÓW, DIAMENTÓW,
KORALI, BURSZTYNÓW, ANTYKÓW, BIŻUTERII POZŁACANEJ ANTYCZNEJ,
ZEGARKÓW (ROLEX, OMEGA, CARTIER, PATEK, PHILIPPE, I INNE).
do15500zł za 1 kg srebra
do 15500zł za futra
Wymień swoje złoto na gotówkę zanim cena spadanie.
Darmowa ekspertyza, wycena, gotówkę wypłacamy od ręki.
Płacimy od ręki
do 729zł za gram złota, a za srebro 15.500zł za 1 kg
dojazd do klienta do 50 km i darmowa wycena
DOJAZD DO KLIENTA
PROMOCJA !!
FUTRA KUPUJEMY W TRANSAKCJACH ŁĄCZONYCH ZE ZŁOTEM
ZA FUTRA PŁACIMY DO 15.500 ZŁ
NASZE ADRESY:
KIJOWSKA 11 lok. 450/9, WARSZAWA
tel. 794-298-137, 22 272-42-55
godz. otwarcia
Pn.-Pt. 11-18, Sob. 11-14
KOPERNIKA 7, LEGIONOWO
tel. 509-434-598
godz. otwarcia
Pn.-Pt. 11-17, Sob. 11-14

eprasa.pl 45a14712d3

Czosnów, dnia 08.04.2026 r.

WÓJT GMINY
CZOSNÓW
ul. Gminna 6, 05-152 Czosnów

GNP.6722.1.5.2026.PŚ

O G Ł O S Z E N I E

o przystąpieniu do sporządzenia miejscowego planu zagospodarowania przestrzennego dla części miejscowości Dobrzyń oraz części miejscowości Czosnów w gminie Czosnów

Na podstawie art. 17 pkt 1 ustawy z dnia 27 marca 2003 r. o planowaniu i zagospodarowaniu przestrzennym (Dz. U. z 2024 r. poz. 1130 z późn. zm.), oraz art. 39 ust. 1 pkt 1 i 2 w związku z art. 46 ust. 1 pkt 1 i art. 54 ust. 2 i 3 ustawy z dnia 3 października 2008 r. o udostępnianiu informacji o środowisku i jego ochronie, udziale społeczeństwa w ochronie środowiska oraz o ocenach oddziaływania na środowisko (t.j. Dz. U. z 2024 r. poz. 1112), zawiadamiam o podjęciu przez Radę Gminy Czosnów uchwały Nr XXX/183/2026 z dnia 23 marca 2026 r. w sprawie przystąpienia do sporządzenia miejscowego planu zagospodarowania przestrzennego dla części miejscowości Dobrzyń oraz części miejscowości Czosnów w gminie Czosnów oraz o przystąpieniu do przeprowadzenia strategicznej oceny oddziaływania na środowisko dotyczącej ww. projektu planu miejscowego.

Granice obszaru objętego ww. planem miejscowym są wyznaczone na załączniku graficznym, stanowiącym załącznik graficznym do niniejszej uchwały. Z niezbędną dokumentacją sprawy można się zapoznać w siedzibie Urzędu Gminy Czosnów: ul. Gminna 6, 05-152 Czosnów, pok. 22 w godzinach pracy Urzędu. Uchwała została opublikowana na stronie: www.czosnow.biuletyn.net/?bip=1&cid=349 .

Zainteresowani mogą składać wnioski do projektu planu miejscowego i do prognozy oddziaływania na środowisko w nieprzekraczalnym terminie do dnia 30.04.2026 r.

Wnioski należy składać do Wójta Gminy Czosnów na piśmie utrwalonym w postaci papierowej, w kancelarii Urzędu Gminy Czosnów lub pocztą na adres ul. Gminna 6, 05-152 Czosnów lub w formie dokumentu elektronicznego, za pomocą środków komunikacji elektronicznej, w szczególności poczty elektronicznej, na adres e-mail: sekretariat@czosnow.pl na adres elektronicznej skrzynki podawczej Gminy Czosnów na platformie ePUAP; /GminaCzosnow/SkrytkaESP lub za pomocą skrzynki do e-Doręczeń: AE:PL-37096-92565-RWRRV-20 .

We wniosku, należy podać imię i nazwisko albo nazwę, adres zamieszkania albo siedziby oraz adres poczty elektronicznej Wnioskodawcy, o ile taki posiada oraz informację, czy Wnioskodawca jest właścicielem lub użytkownikiem wieczystym nieruchomości objętej wnioskiem. Wskazane jest również podanie obszaru, którego wniosek dotyczy (np. numer działki ewidencyjnej, nazwę i numer obrębu ewidencyjnego, nazwę ulicy, nazwę miejscowości). Dodatkowo przydatne mogą być dane do kontaktu, takie jak adres do korespondencji lub numer telefonu.

Wnioski powinny być składane przy wykorzystaniu formularza pn.: ***„Pismo dotyczące aktu planowania przestrzennego”,*** zgodnego z Rozporządzeniem Ministra Rozwoju i Technologii z dnia 13 listopada 2023 r. w sprawie wzoru formularza pisma dotyczącego aktu planowania przestrzennego, zamieszczonego w Biuletynie Informacji Publicznej Urzędu Gminy Czosnów na stronie internetowej: www.czosnow.biuletyn.net/?bip=1&cid=348&bsc=N .

Wnioski złożone w innej formie niż na obowiązującym formularzu oraz wnioski złożone po terminie pozostaną bez rozpatrzenia.

Wójt Gminy Czosnów
/-/Anna Maliszewska

INFORMACJE O PRZETWARZANIU DANYCH OSOBOWYCH – OBOWIĄZEK INFORMACYJNY RODO

Zgodnie z wymogami Rozporządzenia Parlamentu Europejskiego i Rady (UE) 2016/679 z dnia 27 kwietnia 2016 roku 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 również jako „**RODO**”), informujemy Panią/Pana o zasadach przetwarzania Pani/Pana danych osobowych oraz o prawach z zakresu ochrony danych osobowych przysługujących Pani/Panu na gruncie RODO.

1. Administratorem Pani/Pana danych osobowych przetwarzanych jest Gmina Czosnów (dalej również jako „**ADO**”).
2. Kontakt z Inspektorem Ochrony Danych Osobowych możliwy za pośrednictwem poczty elektronicznej, adres e-mail: iod@czosnow.pl.
3. ADO przetwarza Pani/Pana dane osobowe na podstawie obowiązujących przepisów prawa, zawartych umów oraz na podstawie udzielonej zgody.
4. Pani/Pana dane osobowe przetwarzane są w celu/celach:
   a) wypełnienia obowiązków prawnych ciążących na ADO oraz w ramach sprawowania władzy publicznej powierzonej ADO;
   b) realizacji zawartych przez ADO umów;
   c) na podstawie udzielonej przez Panią/Pana zgody – w zakresie i celu określonym w treści zgody.
5. W związku z przetwarzaniem danych w celach, o których mowa w pkt. 4, odbiorcami Pani/Pana danych osobowych mogą być inne podmioty, które na podstawie stosownych umów podpisanych z ADO przetwarzają dane osobowe dla których administratorem danych osobowych jest Gmina Czosnów.
6. Pani/Pana dane osobowe będą przechowywane przez okres niezbędny do realizacji celu, w którym są przetwarzane, a po jego zrealizowaniu przez okres przez przepisy powszechnie obowiązującego prawa lub okres wygaśnięcia roszczeń związanych z realizacją celu przetwarzania danych osobowych.
7. W związku z przetwarzaniem Pani/Pana danych osobowych przysługują Pani/Panu następujące uprawnienia:
   a) prawo dostępu do danych osobowych, w tym prawo do uzyskania kopii tych danych;
   b) prawo do żądania sprostowania (poprawiania) danych osobowych – w przypadku, gdy dane są nieprawidłowe lub niekompletne;
   c) prawo do żądania usunięcia danych osobowych (tzw. prawo do bycia zapomnianym);
   d) prawo do żądania ograniczenia przetwarzania danych osobowych;
   e) prawo sprzeciwu wobec przetwarzania danych.
8. W przypadku gdy przetwarzanie danych osobowych odbywa się na podstawie zgody osoby na przetwarzanie danych osobowych (art. 6 ust. 1 lit a RODO), przysługuje Pani/Panu prawo do cofnięcia tej zgody w dowolnym momencie. Cofnięcie to nie ma wpływu na zgodność przetwarzania, którego dokonano na podstawie zgody przed jej cofnięciem, z obowiązującym prawem.
9. W przypadku powzięcia informacji o niezgodnym z prawem przetwarzaniu przez ADO Pani/Pana danych osobowych, przysługuje Pani/Panu prawo wniesienia skargi do organu nadzorczego właściwego w sprawach ochrony danych osobowych. (Prezesa Urzędu Ochrony Danych Osobowych).
10. Podanie przez Panią/Pana danych osobowych jest obowiązkowe, w sytuacji, gdy przesłankę przetwarzania danych osobowych stanowi przepis prawa lub zawarta między stronami umowa, w pozostałym zakresie przetwarzanie Pani/Pana danych osobowych odbywa się na podstawie Pani/Pana dobrowolnej zgody.

INFORMACJA

Prezydent Miasta Legionowo podaje do publicznej wiadomości, że zgodnie z art. 35 ust.1 i 2 ustawy o gospodarce nieruchomościami z dnia 21 sierpnia 1997 roku (Dz. U. z 2024 r., poz. 1145 z późn. zm.), na tablicy informacyjnej Urzędu Miasta Legionowo oraz na stronie internetowej Urzędu Miasta Legionowo www.bip.legionowo.pl, na okres 21 dni tj. od dnia 30 marca 2026 roku do dnia 20 kwietnia 2026 roku, został umieszczony wykaz nieruchomości do oddania w dzierżawę na okres 3 lat, oznaczonej jako część działki numer ewidencyjny 15/17 o powierzchni 50 m^2 w obrębie ewidencyjnym nr 65, położonej przy ulicy Aleja 3 Maja w Legionowie, która stanowi własność Gminy Miejskiej Legionowo. Grunt przeznaczony jest do oddania w dzierżawę na rzecz osoby będącej dotychczasowym dzierżawcą, która korzystała z tej nieruchomości na podstawie umowy dzierżawy zawartej na okres 3 lat pod usytuowanym pawilonem handlowym.

Bliższych informacji udziela Urząd Miasta Legionowo ul. marsz. Józefa Piłsudskiego 41, /pok. Nr 3.06 i Nr 3.05, II piętro/ lub pod nr tel.(22)766-40-57, (22)766-40-58.

PREZYDENT MIASTA
mgr Bogdan Kiełbasiński

INFORMACJA

Prezydent Miasta Legionowo podaje do publicznej wiadomości, że zgodnie z art. 35 ust.1 i 2 ustawy o gospodarce nieruchomościami z dnia 21 sierpnia 1997 roku (Dz. U. z 2024 r., poz. 1145 z późn. zm.), na tablicy informacyjnej Urzędu Miasta Legionowo oraz na stronie internetowej Urzędu Miasta Legionowo www.bip.legionowo.pl, na okres 21 dni tj. od dnia 30 marca 2026 roku do dnia 20 kwietnia 2026 roku, został umieszczony wykaz nieruchomości do oddania w dzierżawę na okres 5 miesięcy, oznaczonej jako część działki numer ewidencyjny 118/2 o powierzchni 50 m^2 w obrębie ewidencyjnym nr 41, położonej przy ulicy Rynek w Legionowie, która stanowi własność Gminy Miejskiej Legionowo. Grunt przeznaczony jest do oddania w dzierżawę pod punkt sprzedaży lodów oraz usytuowane strefy relaksacyjno-wypoczynkowej w celu konsumpcji lodów z położonej po przeciwnej stronie ulicy lodziarni BOSKO-Lody Produkcji Własnej.

Bliższych informacji udziela Urząd Miasta Legionowo ul. marsz. Józefa Piłsudskiego 41, /pok. Nr 3.06 i Nr 3.05, II piętro/ lub pod nr tel.(22)766-40-57, (22)766-40-58.

PREZYDENT MIASTA
mgr Bogdan Kiełbasiński

INFORMACJA

Prezydent Miasta Legionowo podaje do publicznej wiadomości, że zgodnie z art. 35 ust.1 i 2 ustawy o gospodarce nieruchomościami z dnia 21 sierpnia 1997 roku (Dz. U. z 2024 r., poz. 1145 z późn. zm.), na tablicy informacyjnej Urzędu Miasta Legionowo oraz na stronie internetowej Urzędu Miasta Legionowo www.bip.legionowo.pl, na okres 21 dni tj. od dnia 30 marca 2026 roku do dnia 20 kwietnia 2026 roku, został umieszczony wykaz nieruchomości do oddania w dzierżawę na okres 3 lat, oznaczonej jako część działki numer ewidencyjny 70/2 o powierzchni 700 m^2 w obrębie ewidencyjnym nr 22, położonej przy ulicy Polnej w Legionowie. Grunt przeznaczony jest do oddania w dzierżawę na rzecz osoby będącej dotychczasowym dzierżawcą, która korzystała z tej nieruchomości na podstawie umowy dzierżawy zawartej na okres 3 lat pod usytuowany parking samochodowy dla istniejącej obok stacji paliw.

Bliższych informacji udziela Urząd Miasta Legionowo ul. marsz. Józefa Piłsudskiego 41, /pok. Nr 3.06 i Nr 3.05, II piętro/ lub pod nr tel.(22)766-40-57, (22)766-40-58.

PREZYDENT MIASTA
mgr Bogdan Kiełbasiński

INFORMACJA

Prezydent Miasta Legionowo podaje do publicznej wiadomości, że zgodnie z art. 35 ust.1 i 2 ustawy o gospodarce nieruchomościami z dnia 21 sierpnia 1997 roku (Dz. U. z 2024 r., poz. 1145 z późn. zm.), na tablicy informacyjnej Urzędu Miasta Legionowo oraz na stronie internetowej Urzędu Miasta Legionowo www.bip.legionowo.pl, na okres 21 dni tj. od dnia 30 marca 2026 roku do dnia 20 kwietnia 2026 roku, został umieszczony wykaz nieruchomości do oddania w dzierżawę na okres 3 lat, oznaczonej jako część działki numer ewidencyjny 270/24 o powierzchni 10,24 m^2 w obrębie ewidencyjnym nr 65, położonej przy ulicy gen. Józefa Sowińskiego w Legionowie, która stanowi własność Gminy Miejskiej Legionowo. Grunt przeznaczony jest do oddania w dzierżawę na rzecz osoby będącej dotychczasowym dzierżawcą, która korzystała z tej nieruchomości na podstawie umowy dzierżawy zawartej na okres 3 lat pod prowadzenie punktu totalizatora sportowego.

Bliższych informacji udziela Urząd Miasta Legionowo ul. marsz. Józefa Piłsudskiego 41, /pok. Nr 3.06 i Nr 3.05, II piętro/ lub pod nr tel.(22)766-40-57, (22)766-40-58.

PREZYDENT MIASTA
mgr Bogdan Kiełbasiński

PRACA

dam pracę

- Zatrudnię kierowcę kat. C+E w ruchu krajowym i międzynarodowym. Siedziba firmy okolice Nowego Dworu Maz. Kontakt: 505 003 100 505 003 100
  NDM 53595
- Zatrudnię mechanika z doświadczeniem, umowa o pracę, pełen etat, zarobki od 5500 do 7000, praca w Nowy Dwór Maz. 514 619 487
  LEG 53597

AUTO-MOTO

EDUKACJA

korepetycje

- **Matematyka - egzamin ósmoklasisty, ostatnia szansa. tel.502 97 5021**
  LEG 53586

USŁUGI

remont i budowa

- Elektryk złota rączka 515010373
  LEG 53588
- Malowanie, tapetowanie osobiście, solidnie 694-065-757
  LEG 53577
- **Hydraulik: Naprawy-Awarie-Remonty. Legionowo i okolice. Tel. 692-827-915**
  LEG 53630

- ZŁOTA RĄCZKA - usługi budowlane, hydrauliczne, elektryka, mniejsze i większe remonty. Szybko, tanio i solidnie. Referencje. 735953829
  LEG 53589

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 53592

- PROFESIONALNE NISZCZENIE I UTYLIZACJA DOKUMENTÓW. VICTORIA-RECYCLING.
  PRZYJEŻDŻAMY PO DOKUMENTY
  Tel. 604 913 993
  LEG 53578

- Wynajem i usługi podnośnikiem koszowym. Tel. 602 86 57 86, www.robert.media.pl
  LEG 53551

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

eprasa.pl 45a14712d3

BIZNES

NIERUCHOMOŚCI

sprzedam mieszkanie

- M4 53 m2 ul.Zegrzyńska Legionowo, I piętro, cena 500 tys. zł tel. 602222431
  LEG 53633

sprzedam działkę

- Białowieża 5ha z siedliskiem 608 701 335
  PUL 53635
- Działka 2700 m2 w Jabłonnie, dojazd z 2 stron, cena 450 zł/m2 - do negocjacji. Tel. 602222431
  LEG 53634

kupię nieruchomość

- Kupię ziemię orną w okolicy Pułtuska, Płocochowa, Pokrzywnicy, Winnicy 888910560
  PUL 53598

do wynajęcia

- Lokal w legionowskim RYNKU Lokal użytkowy w bardzo dobrej lokalizacji. Klimatyczna piwnica (dwa poziomy) – łączna powierzchnia ok 80 m2 – w centrum Legionowa przy historycznym rynku. Wejście do pomieszczenia po schodkach przy ciągu komunikacyjnym ul. Rynek. W lokalu wcześniej funkcjonował pub, ostatnio salom kosmetyczny. W pomieszczeniu można również urządzić sklep, winiarnię, salon spa, kwiaciarnię, itp.,itd. idealne miejsce dla barber-a. Tel. kontaktowy 601 30 85 91 http://toiowo.eu/legionowo-do-wynajecia-lokal-uzytkowy-przy-ulicy-rynek-2/
  LEG 53599
- Pułtusk, Na Skarpie 52m2 3-pokojowe. 1300 zł + opłaty 504 66 88 16
  PUL 52405
- Białobrzegi pokój 12m2 800 zł 695 388 263
  PUL 53636
- Białobrzegi pół domu 80m2 - 1600 zł + media
  PUL 53637
- Wynajmę dom w Białobgrzegach 80m2, w pełni umeblowany, 2000 zł 695 388 263
  PUL 53632
- Wynajmę działkę w Wieliszewie 800 m. kw. dobry dojazd. 530-304-776
  LEG 53640
- Wynajmę w Wieliszewie pół pietra domu (100m kw.) 530-304-776
  LEG 53639

Wynajmę pokój w Legionowie. 502 029 326
LEG 53538

poszukuję do wynajęcia

- **Szukam do wynajęcia niedrogiej kawalerki w Legionowie. 786 846 259**
  LEG 53584

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 53576

UROCZYSTOŚCI

organizacja imprez

- Parodysta, wodzirej, konferansjer, animator kultury, półfinalista programu „Mam talent" - tanio, solidnie - Legionowo i okolice 791833101
  LEG 53575

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 53386
- **Sprzedam: parapety i stopnie schodowe: dębowe 100 x 30 x 3.8 cm - cena 130 +vat (klasa rustic); jesionowe 120 x 30 x 3.8 cm 130 zl +vat. Telefon 607607700**
  PL 53548
- **Sprzedam przyczepę kempingową Tabert, dwuosiowa z 2002 r. w idealnym stanie tel. 605 750 390**
  LEG 63610

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

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

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

INFORMACJA

Prezydent Miasta Legionowo podaje do publicznej wiadomości, że zgodnie z art. 35 ust.1 i 2 ustawy o gospodarce nieruchomościami z dnia 21 sierpnia 1997 roku (Dz. U. z 2024 r., poz. 1145 z późn. zm.), na tablicy informacyjnej Urzędu Miasta Legionowo oraz na stronie internetowej Urzędu Miasta Legionowo www.bip.legionowo.pl, na okres 21 dni tj. od dnia 30 marca 2026 roku do dnia 20 kwietnia 2026 roku, został umieszczony wykaz nieruchomości do oddania w dzierżawę na okres 3 lat, oznaczonej jako działka numer ewidencyjny 93/20 o powierzchni 74 m^2 w obrębie ewidencyjnym nr 50, położonej przy ulicy Zakopiańskiej w Legionowie, która stanowi własność Gminy Miejskiej Legionowo. Grunt przeznaczony jest do oddania w dzierżawę na rzecz osoby będącej dotychczasowym dzierżawcą, która korzystała z tej nieruchomości na podstawie umowy dzierżawy zawartej na okres 3 lat jako grunt przyległy do działki numer ewidencyjny 93/8 w obrębie ewidencyjnym numer 50.

Bliższych informacji udziela Urząd Miasta Legionowo ul. marsz. Józefa Piłsudskiego 41, /pok. Nr 3.06 i Nr 3.05, II piętro/ lub pod nr tel.(22)766-40-57, (22)766-40-58.

PREZYDENT MIASTA
mgr Bogdan Kiełbasiński

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

Rolety,Verticale,Moskitiery
tel. 608 682 772
Pomiar i wycena Gratis!

INFORMACJA

o wywieszeniu wykazu nr 4/2026 z dnia 07.04.2026 roku nieruchomości przeznaczonych do oddania w najem i dzierżawę

Wójt Gminy Jabłonna stosownie do dyspozycji zawartych w art. 35 ust. 1 i 2 ustawy z dnia 21 sierpnia 1997 r. o gospodarce nieruchomościami, podaje do publicznej wiadomości, że na tablicy informacyjnej oraz na stronach internetowych Urzędu Gminy Jabłonna, na okres 21 dni, został zamieszczony wykaz nr 4/2026 nieruchomości przeznaczonych do oddania w najem i dzierżawę w trybie bezprzetargowym.

Dodatkowych informacji udziela Referat Geodezji i Gospodarki Nieruchomościami Urzędu Gminy Jabłonna - tel. 22 767 73 11.

OGŁOSZENIE

Prezydent Miasta Legionowo informuje, że na okres od dnia 2 kwietnia 2026 roku do dnia 23 kwietnia 2026 roku, został umieszczony na tablicy ogłoszeń w siedzibie Urzędu Miasta Legionowo przy ul. marsz. Józefa Piłsudskiego 41 w Legionowie oraz na stronie internetowej Urzędu w Biuletynie Informacji Publicznej www.bip.legionowo.pl, wykaz nieruchomości lokalowych, przeznaczonych do sprzedaży ich najemcom, w trybie bezprzetargowym, na podstawie przepisów ustawy z dnia 21 sierpnia 1997 roku o gospodarce nieruchomościami (Dz. U. z 2024 r. poz. 1145 z późn. zm.):

1. lokal mieszkalny nr 1 w budynku przy ul. Handlowej 14 w Legionowie,
2. lokal mieszkalny nr 10 w budynku przy ul. Bałtyckiej 8 w Legionowie,
3. lokal mieszkalny nr 14w budynku przy ul. Bałtyckiej 8 w Legionowie,
4. lokal mieszkalny nr 89 w budynku przy ul. Aleja 3 Maja 21 w Legionowie,
5. lokal mieszkalny nr 66 w budynku przy ul. Jagiellońskiej 17 w Legionowie,
6. lokal mieszkalny nr 61 w budynku przy ul. Olszankowej D w Legionowie,
7. lokal mieszkalny nr 55 w budynku przy ul. Olszankowej D w Legionowie,

Dalsze informacje można uzyskać w Wydziale Gospodarki Nieruchomościami Urzędu Miasta Legionowo pod nr tel. 22 766 40 55.

PREZYDENT MIASTA
mgr Bogdan Kiełbasiński

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

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

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

WYPOŻYCZALNIA SPRZĘTU BUDOWLANEGO I ELEKTRONARZĘDZI
RUSZTOWANIA
ZAGĘSZCZARKI
MŁOTY WYBURZENIOWE
CYKLINIARKI i INNE
05-120 Legionowo, ul. Bolesława Chrobrego 49c
tel. (022) 784 50 88

PAŁAC W JABŁONNIE #poczujnaszahistorie
KRÓLEWSKIE CHRZCINY
W PAŁACU W JABŁONNIE
Eleganckie wnętrza
Wyjątkowa impreza
Wyśmienite menu

Rezerwacje:
info@palacjablonna.pan.pl
tel.: +48 531 093 982, +48 507 104 572
Pałac w Jabłonnie
ul. Modlińska 105, 05-110 Jabłonna

eprasa.pl 45a14712d3

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

WERNISAŻ MARII STYŚ

11 kwietnia (sobota), godz. 15

CENTRUM SPOŁECZNO-KULTURALNE

Wieliszew, ul. Niepodległości 1

MARIA STYŚ, 15-letnia uczennica ósmej klasy szkoły podstawowej w Skrzeszewie, należy do grona młodych osób, które już na wczesnym etapie edukacji wyraźnie kształtują swoje zainteresowania i pasje. Szczególne miejsce w jej życiu zajmuje sztuka, która stanowi dla niej nie tylko formę spędzania wolnego czasu, ale również ważny sposób wyrażania siebie. Jej zainteresowania koncentrują się przede wszystkim wokół grafiki oraz szeroko rozumianej twórczości artystycznej. Maria chętnie sięga po różne techniki, rozwijając swoje umiejętności i poszukując własnego stylu. Kreatywność oraz wrażliwość na detale sprawiają, że jej prace wyróżniają się indywidualnym charakterem i świadczą o dużym potencjale twórczym. Istotnym elementem jej codzienności są także książki fantasy. Literatura tego gatunku nie tylko dostarcza jej rozrywki, ale również inspiruje do własnych działań artystycznych. Światy pełne wyobraźni, niezwykłych postaci i nieoczywistych historii pobudzają jej kreatywność i wpływają na rozwój wyobraźni.

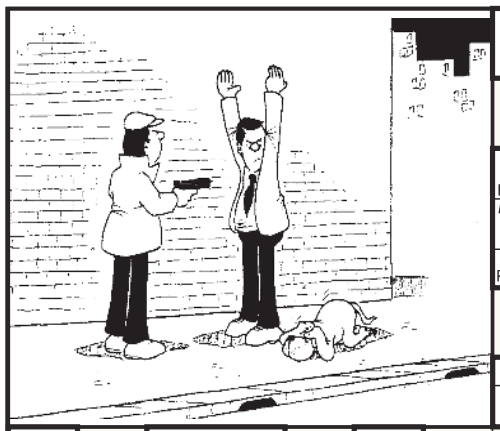
STRONA PRZYGOTOWANA PRZEZ REFERAT INFORMACJI I PROMOCJI GMINY WIELISZEW

eprasa.pl 45a14712d3

ROZRYWKOWE TO i OWO nr 395

Redaguje: Władysław Firlik

1. NA ROGU ULICY



ODŁAM WYZNANIOWY
ŚPIEWA O DESZCZU NA BRACKIEJ
PANIKA DO CIĘCIA PNI
DZIELNICA ŻYDOWSKA
MIESZKA NAD NARWIĄ
SIEĆ RYBACKA
NIEDOBÓR
POJAZD JANKA KOSA
WYSOKA CZAPKA UŁANA
STOLIK Z RATTANU
PŁYNIE PRZEZ STOLICĘ CZECH
ORATOR
UROK
RUDY GRZYB
SMAŻONY PLACEK DROŻDŻOWY
PRZYWIDZENIE, HALUCYNACJA
WĘDZONA I PARZONA KIEŁBASA
ZAWADZKA, AKTORKA
SYMBOL MIŁOŚCI
ZAMĘT
STAŁA POSADA
CELOWE OPÓŹNIENIE
IRCHA
RUM+WODA+CUKIER I CYTRYNA, PODAWANY NA GORĄCO
DRAMAT SŁOWACKIEGO
WSKAŹNIK INTELIGENCJI
BAŚNIOWY SKARBIEC
KOBIETA - DEMON
ZNANY Z KOSTKI
WOJSKOWE POWITANIE
RYGOR, DYSCYPLINA
SPIS POTRAW W LOKALU
WOKÓŁ OBRAZU
UTWÓR ZOLI
ROLA AGNIESZKI WŁODARCZYK
RYDEL
CÓRKA URANOSA
MIASTO Z „GÓRNIKIEM"
LEGOWISKO
ZAKONNIK Z JASNEJ GÓRY
CIĄGNĄ JE RENIFERY
KILIM
ZAPORA WODNA

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

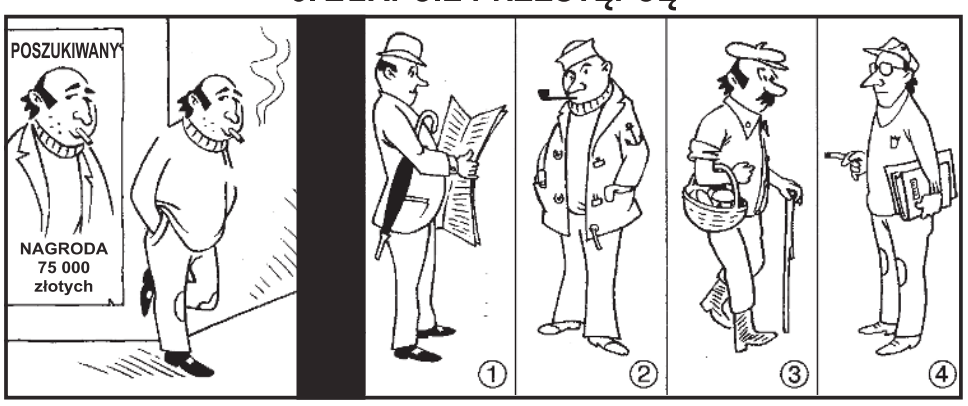
Litery z pól ponumerowanych od 1 do 36 utworzą myśl bezbronnego.

2. SZYFROKRZYŻÓWKA

Wiedząc, że jednakowym liczbom odpowiadają jednakowe litery, należy ułożyć prawidłową krzyżówkę. Litery z pól zaznaczonych utworzą 3 wyrazy związane ze sobą tematycznie - rozwiązanie.

1	■	2	■	3	■	4	■	5	6	7	4	8	■	9	■
10	2	11	12	13	14	15	16	12	■	2	■	3	10	4	17
16	■	18	■	5	■	12	■	19	16	11	12	7	■	7	■
1	12	7	18	4	20	21	22	4	■	23	■	20	16	5	24
■	■	25	■	■	■	2	■	1	15	12	20	4	■	16	■
10	4	21	4	26	2	20	16	4	■	20	■	19	4	11	4
■	22	■	■	■	18	■	■	■	■	16	■	■	■	12	■
22	4	7	22	■	16	■	10	7	23	12	15	9	12	7	4
■	11	■	7	4	13	22	4	■	4	■	■	■	3	■	■
18	12	21	2	■	4	■	19 L	4 A	1 S	12 E	7 R	3	20	12	22
■	5	■	1	4	20	16	12	■	16	■	2	■	3	■	18
10	16	2	20	■	16	■	21	7	12	5	24	12	15	22	16
■	22	■	2	15	12	20	4	■	22	■	4	■	9	■	22

3. ZŁAPCIE PRZESTĘPCĘ

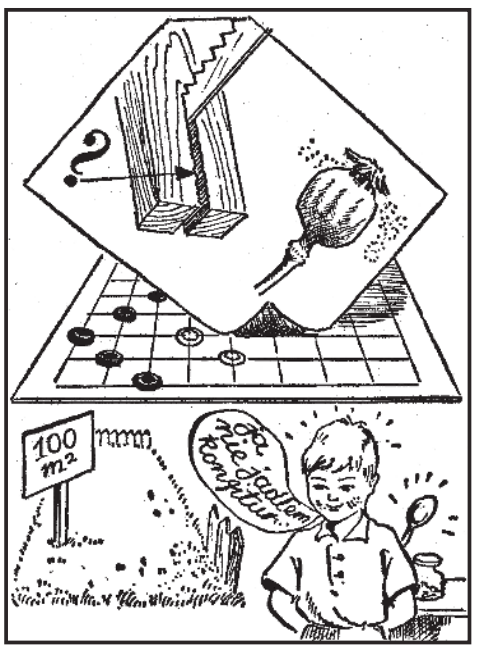


Poszukiwany przestępca 4 razy maskował się, aby go nie rozpoznano. Jednakże za każdym razem jakaś jedna rzecz go zdradzała. Wskaż na każdym obrazku (1-4) po jednym przedmiocie, który demaskuje przestępcę.

4. PALINDROM

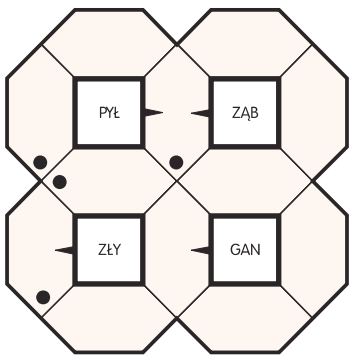
Znowu spóźnia się dziewczyna!
Cierpliwości nadszedł kraniec.
_ / _ _ / _ _ _ / _ _ _ _ _ _ minie
już mnie ona nie zastanie!

5. REBUS



Początkowe litery: N. G. Z. K. Ł.

6. WIRÓWKA



Litery z pól zaznaczonych (odpowiednio ułożone) utworzą nazwę ptaka - rozwiązanie.

7. KRZYŻÓWKA

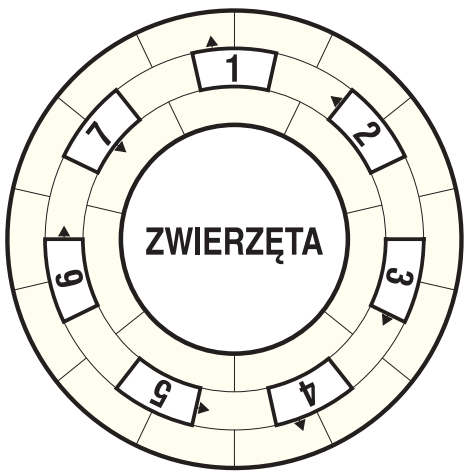
1		2			3	■	4	■	5	■
	■		■	■	6					
7				8		■		■		■
	■		■	9						
10					■	■		■		■
	■		■	11		12				
13	14				■		■	■		■
■		■	■		■	15		16		17
18			19				■		■	
■		■		■	■	20				
21					22		■		■	
■		■		■	23					
24						■	■		■	
■		■		■	25					

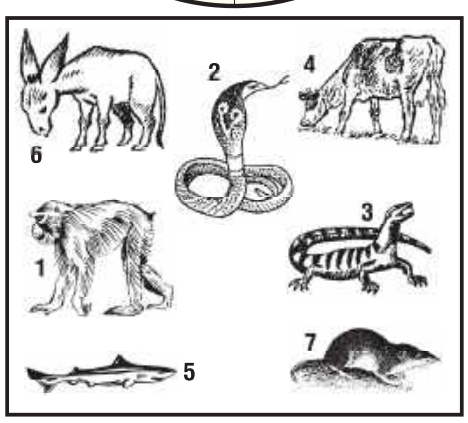
Litery z pól zaznaczonych czytane kolejno rzędami, utworzą rozwiązanie.

POZIOMO: 1) imię Stamma, „papy", przy ringu, **6)** wynik dzielenia, **7)** aprobata, **9)** jazdy lub dnia, **10)** siódemka, **11)** obowiązkowa w szkole, **13)** brat Mojżesza, **15)** pętla, **18)** patronka górników, **20)** alarm, **21)** domena fiskusa, **23)** rodak, **24)** hawana do palenia, **25)** paciorki na szyi.

PIONOWO: 1) odłam w partii, **2)** diabeł, **3)** przetak, **4)** protest, **5)** schowek pod ubraniem, **8)** zakład z wirówkami, **12)** jeszcze nie żonaty, **14)** bada próbki, **16)** wiarołomca, **17)** ból w stawach, **19)** ośmieszenie się, **22)** w dal lub wzwyż.

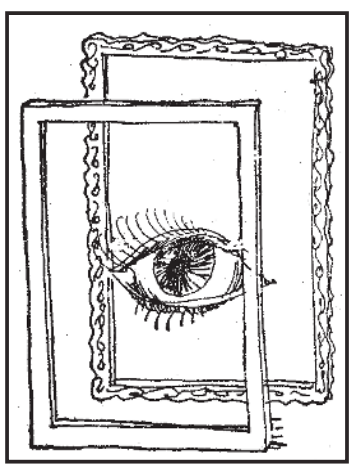
8. WIRÓWKA OBRAZKOWA





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

9. REBUSIK WSPAKOWY



Jaki to kraj?

10. MAGIA

1) wszechświat, **2)** stół ofiarny, **3)** niejedna przy gitarze, **4)** 6-krotny mistrz świata na żużlu, **5)** nad Drwęcą Warmińską, **6)** gatunek zająca.

	1	2	3	4	5	6
1						
2						
3						
4						
5						
6						

11. ANAGRAM

_ _ _ / _ _ _ _ / _ _ _ _ _ poprzedniczką.
Tak było i tak będzie,
lecz natura zna wyjątki
także i w tym względzie.

Zatem wszelka _ _ _ _ _ _ _ _ _ _ _ ,
że mrok zamiast świtu,
kiedy jest zaćmienie słońca,
nie ma racji bytu.

12. PALINDROM

Dla lory: Maanam - raj dla ucha,
falista twórczość Wilków zna,
młoda kakadu Armii słucha,
_ / _ _ _ _ _ / _ _ _ / _ _ _ .

ROZRYWKOWE TO i OWO
KUPON - 395

eprasa.pl 45a14712d3

PSZOK zmienia adres i zasady

W Legionowie rozpoczyna się proces modernizacji Punktu Selektywnego Zbierania Odpadów Komunalnych. Zmiany obejmą zarówno lokalizację, jak i sposób funkcjonowania punktu, który ma zostać dostosowany do rosnących potrzeb mieszkańców

Jeszcze w 2026 r. PSZOK zostanie przeniesiony z obecnego terenu należącego do Przedsiębiorstwa Energetyki Cieplnej. Decyzja wynika z planów inwestycyjnych właściciela działki. Nowa lokalizacja ma zapewnić nie tylko ciągłość działania, lecz także stworzyć warunki do dalszego rozwoju systemu gospodarowania odpadami.

W kolejnych etapach przewidziano konkretne udogodnienia. Miasto planuje wydłużenie czasu pracy punktu – docelowo PSZOK będzie czynny pięć dni w tygodniu zamiast trzech. Uproszczony zostanie również system obsługi mieszkańców. Obecnie większość odpadów można oddać na podstawie oświadczenia, a w przyszłości wprowadzony zostanie system kart z kodem kreskowym przypisanych do nieruchomości, co pozwoli ograniczyć formalności.

Równolegle prowadzone będą działania zmierzające do budowy nowego, docelowego PSZOK, który w pełni odpowie na potrzeby rozwijającego się miasta. Samorząd planuje ubiegać się o dofinansowanie, aby ograniczyć koszty inwestycji.

PSZOK pozostaje istotnym elementem systemu gospodarowania odpadami. To miejsce, w którym mieszkańcy mogą bezpiecznie oddać odpady wymagające specjalnego traktowania, w tym sprzęt elektryczny, opony, odpady poremontowe, wielkogabarytowe oraz chemikalia.

Zmiany mają przełożyć się na większą dostępność, prostsze procedury i wygodniejsze korzystanie z punktu.

Jednocześnie przypomniano mieszkańcom o aktualizacji harmonogramu odbioru odpadów. Przy ul. Spacerowej odbiór odpadów segregowanych zaplanowano na 3 IV 2026 r., natomiast przy ul. Srebrnej odbiór odpadów zmieszanych odbędzie się 1 IV 2026 r. Mieszkańcy powinni wystawić odpady zgodnie z obowiązującymi terminami.

pk

PŁYWACKA RYWALIZACJA SZKÓŁ W POWIECIE LEGIONOWSKIM

Woda wyłoniła najlepszych

W ostatnich dniach marca pływalnia Aquapark Fala w Stanisławowie Pierwszym stała się areną sportowej rywalizacji uczniów z terenu gminy Nieporęt i powiatu legionowskiego. W ramach Mazowieckich Igrzysk Młodzieży Szkolnej rozegrano zawody w indywidualnym i sztafetowym pływaniu we wszystkich kategoriach wiekowych

Emocji nie brakowało – o miejscach na podium decydowały często pojedyncze sekundy.

Zawody, współorganizowane przez Powiatowy Szkolny Związek Sportowy i finansowane przez Powiat Legionowski, zgromadziły reprezentacje szkół podstawowych i ponadpodstawowych. Rywalizacja przebiegała sprawnie, a poziom sportowy potwierdził, że szkolne pływanie w regionie stoi na wysokim poziomie.

W kategorii dzieci dziewcząt zwyciężyła Szkoła Podstawowa nr 8 w Legionowie, wyprzedzając gospodarzy ze Stanisławowa Pierwszego oraz Szkołę Podstawową w Józefowie. Wśród chłopców najlepsi okazali się uczniowie ze Stanisławowa Pierwszego, przed SP nr 8 w Legionowie i SP w Józefowie.

W rywalizacji młodzieży dziewcząt ponownie dominowała SP nr 8 w Legionowie, a kolejne miejsca zajęły szkoły z Józefowa i Nieporętu. Wśród chłopców pierwsze miejsce również przypadło SP nr 8 w Legionowie, przed reprezentacjami Stanisławowa Pierwszego i Józefowa.

W kategorii szkół ponadpodstawowych bezkonkurencyjne okazało się Liceum Ogólnokształcące im. Stanisława Lema w Stanisławowie Pierwszym, które zwyciężyło zarówno w rywalizacji dziewcząt, jak i chłopców. Na kolejnych miejscach uplasowały się licea z Legionowa – im. Marii Konopnickiej oraz 2. Liceum Ogólnokształcące im. Króla Jana III Sobieskiego.

Zawody pokazały nie tylko wysoki poziom przygotowania sportowego, ale również ducha rywalizacji i wzajemnego szacunku. To kolejny dowód, że szkolny sport w powiecie legionowskim rozwija się konsekwentnie, łącząc rywalizację z wychowaniem i budowaniem charakteru młodych zawodników.

pk

eprasa.pl 45a14712d3

Powrót i lekcja wyjazdów

W dniach 2–3 kwietnia 2026 r. zespoły Akademii Legionovii Legionowo rozegrały kolejne spotkania w I Lidze Okręgowej. Rywalizacja przyniosła zarówno emocjonujący powrót, jak i dotkliwą porażkę, która nie zmienia jednak sytuacji drużyny w czołówce tabeli

2.04.2026 r. rocznik 2011 zmierzył się na wyjeździe z liderem rozgrywek – zespołem Wicher Kobyłka. Spotkanie zakończyło się remisem 2:2, choć gospodarze prowadzili już 2:0. Bramki dla Legionovii zdobyli Wiktor Alechno z rzutu karnego oraz Mateusz Stachurski w doliczonym czasie gry.

Po meczu trener Piotr Szymański podkreślił charakter zespołu: „Tego dnia jednak zespół pokazał niesamowitą wolę walki i charakter. W 74 minucie z rzutu karnego strzelamy bramkę kontaktową, a w doliczonym czasie pakujemy piłkę do siatki po raz drugi". Zwrócił także uwagę na wkład młodszych zawodników z rocznika 2012, którzy zostali powołani na to spotkanie i poradzili sobie w wymagających warunkach.

Dzień później, 3.04.2026 r., rocznik 2010 rozegrał wyjazdowy mecz z Hutnikiem Warszawa. Legionovia prowadziła do przerwy 1:0 po bramce Adama Struzika, jednak ostatecznie uległa rywalowi 1:5. Trener Hubert Karpiński wskazał na problemy kadrowe i konieczność dalszej pracy: „Dziś musimy uznać wyższość dobrze dysponowanego rywala. Pracujmy dalej, jedna porażka nie eliminuje nas z walki o najwyższe cele".

Po IV kolejkach rocznik 2010 zajmuje II miejsce w tabeli z dorobkiem 9 punktów i bilansem bramek 18–9. Mimo porażki drużyna utrzymuje się w ścisłej czołówce i pozostaje w grze o najwyższe lokaty. W spotkaniu z Hutnikiem swój debiut zaliczył również Łukasz Niewęgłowski z rocznika 2011.

Wyniki obu zespołów pokazują, że Akademia Legionovii kontynuuje rywalizację na wysokim poziomie, łącząc walkę o punkty z wprowadzaniem młodszych zawodników do gry na szczeblu ligowym.

Z kolei w ostatnią sobotę drużyna Akademii Legionovii Legionowo z rocznika 2014A odniosła zwycięstwo w meczu sparingowym z zespołem SEMP Ursynów. Spotkanie zakończyło się wynikiem 5:2, a młodzi zawodnicy potwierdzili swoją skuteczność pod bramką rywala.

Bramki dla Legionovii zdobyli: Pawluk, Leszek, Sybicki, Affek oraz Rączka.

Choć wynik może sugerować pewną dominację, trener Sebastian Dzisiewicz zwraca uwagę, że sama gra nie należała do najlepszych. Na postawę zespołu wpłynął specyficzny mikrocykl treningowy poprzedzający spotkanie, który odbiegał od klasycznego przygotowania meczowego.

Tydzień rozpoczął się od wymagającego testu wydolnościowego BEEP Test, do którego zawodnicy podeszli z dużym zaangażowaniem, osiągając bardzo dobre rezultaty. Z kolei piątek upłynął pod znakiem integracji – rozegrano mecz rodzice kontra zawodnicy, który trwał półtorej godziny i miał zarówno sportowy, jak i rodzinny charakter. Spotkanie zakończyło się wspólnym czasem poza boiskiem.

Jak podkreśla trener, tego typu działania – choć nie zawsze sprzyjają bezpośredniemu przygotowaniu do meczu – mają istotne znaczenie w dłuższej perspektywie.

pk

Krew oddana, życie uratowane

11 kwietnia 2026 r. w Jabłonnie odbędzie się kolejna zbiórka krwi organizowana przez Oddział Klubu HDK Legion w Powiecie Legionowskim. Wydarzenie zaplanowano w godz. 9:00–1:00 po poł. przy sklepie Leroy Merlin i będzie miało charakter otwarty dla wszystkich chętnych

Akcja realizowana jest przy współfinansowaniu Powiatu Legionowskiego oraz w ramach ogólnopolskiej kampanii „W boju i potrzebie krwi nie szczędząc", prowadzonej przez Wojska Obrony Terytorialnej i Centrum Weterana Działań Poza Granicami Państwa. Organizatorzy podkreślają, że każda oddana jednostka krwi może uratować ludzkie życie, a regularne zbiórki są istotnym elementem systemu bezpieczeństwa zdrowotnego.

Na uczestników czekać będą nie tylko stanowiska do oddawania krwi, ale również działania towarzyszące. Przewidziano rejestrację dawców i zapisy kandydatów do odznaczeń, wydawanie certyfikatów, pokaz sprzętu wojskowego oraz szkolenie z pierwszej pomocy. Dla najmłodszych przygotowano atrakcje i wystawę edukacyjną, a dla wszystkich uczestników – drobny poczęstunek. Każdy dawca otrzyma symboliczny kwiat.

Organizatorzy zapowiadają również kolejne terminy akcji. Następna zbiórka odbędzie się 27 kwietnia 2026 r. w hali sportowej w Wieliszewie, a kolejna 15 maja 2026 r. w Komendzie Powiatowej Państwowej Straży Pożarnej w Legionowie.

Zbiórki krwi pozostają jednym z najprostszych i najbardziej bezpośrednich sposobów niesienia pomocy drugiemu człowiekowi, a ich powodzenie zależy wyłącznie od gotowości uczestników.

eprasa.pl 45a14712d3

Arena pełna walki

W ostatnich dniach marca 2026 r. Arena Legionowo stała się miejscem rywalizacji uczniów klas VII–VIII szkół podstawowych z Legionowa. Turnieje chłopców i dziewcząt przyniosły dynamiczne spotkania oraz wyrównaną walkę o miejsca na podium

23 III 2026 r. rozegrano zawody chłopców, w których udział wzięło osiem drużyn: SP I, SP II, SP III, SP IV, SP VII, SP VIII, NSP im. Jana Pawła II oraz EDU-Spectrum. Po serii spotkań najlepsza okazała się reprezentacja SP VIII, wyprzedzając zespoły SP III i SP IV. Tuż za podium uplasowała się SP II, a pozostałe drużyny zakończyły rywalizację ex aequo na dalszych miejscach.

Cztery dni później, 27 III 2026 r., do rywalizacji przystąpiły dziewczęta. W turnieju wystartowało siedem zespołów, prezentując wysoki poziom sportowy i zaangażowanie. Zwycięstwo ponownie odniosła SP VIII, drugie miejsce zajęła SP I, a trzecie EDU-Spectrum. Kolejne lokaty przypadły SP VII oraz ex aequo SP IV i SP III.

Oba turnieje przebiegły sprawnie i bez kontuzji. Rywalizacji towarzyszyła sportowa atmosfera, a uczestnicy wykazali się nie tylko ambicją, ale również wzajemnym szacunkiem i zasadami fair play.

Nad przebiegiem zawodów czuwał KPR Legionowo, z Krystianem Zagożdżonem na czele, zapewniając organizację na odpowiednim poziomie. **pk**

Srebro i podium z Legionowa

W dniach 25–28 marca 2026 r. w Ostrowcu Świętokrzyskim odbyły się Mistrzostwa Polski w Cheerleadingu Sportowym – najważniejsze wydarzenie tej dyscypliny w kraju. W trakcie czterech dni rywalizacji zaprezentowano około 640 układów, a wśród uczestników znalazł się zespół Elite Cheerleaders Academy z Legionowa

Zawodniczki z Legionowa wystartowały w IV dywizjach, osiągając znaczące wyniki. Zespół Junior Elite dwukrotnie sięgnął po tytuł Wicemistrza Polski, zajmując II miejsce w kategorii Junior Jazz oraz II miejsce w dywizji Cheer Freestyle Pom. Zespół Mini Elite uplasował się na VI miejscu w kategorii Młodzik, dywizja Pom Dance Premier, natomiast zespół Teens Elite zajął VII miejsce w kategorii Youth, również w dywizji Pom Dance Premier.

W rywalizacji duetów III miejsce i tytuł drugiego Wicemistrza Polski zdobyły Marcelina Urbańczyk i Maria Płochocka w kategorii Pom Dance Premier, Youth. Aleksandra Kasprowicz i Julia Przetakiewicz zakończyły zmagania na VII miejscu w tej samej kategorii.

Sukcesy sportowe znalazły swoje potwierdzenie również podczas Mazowieckiej Gali Sportu, która odbyła się 2 IV 2026 r. Zawodniczki z zespołu Mini Elite oraz trenerka Izabela Nierwińska zostały wyróżnione przez marszałka województwa mazowieckiego Adam Struzik za osiągnięcia w cheerleadingu sportowym, w tym zdobycie srebrnego medalu w 2025 r.

Wyniki zawodniczek z Legionowa potwierdzają wysoki poziom szkolenia oraz rosnącą pozycję klubu na krajowej scenie cheerleadingu sportowego. **pk**

eprasa.pl 45a14712d3