



**Inwestycje
na Piaskach** – s. 5



**Uchwała
antysmogowa** – s. 14, 15



Festiwal Gęsiny
– s. 16



LEGIONOWO CHCE SIĘ POWIEKSZYĆ – s. 4

TRZY KRYSTAŁY dla Legionowa

Legionowo otrzymało trzy wyróżnienia podczas czwartkowej (28.09) gali Kryształ PR. Najlepszą gazetą w Polsce okazała się „Miejscowa na weekend”, która otrzymała Grand Prix oraz pamiątkową statuetkę. Wyróżnienia przyznano PWK Legionowo za kampanię „Dobra woda z Legionowa” oraz Urzędowi Miasta Legionowo za działania w mediach społecznościowych.

W tym roku na konkurs przesłanych zostało niemal 200 zgłoszeń, których poziom był bardzo wyrównany. – Doświadczenie zdobywane przez samorządy, ich kreatywność w podejściu do podejmowanych tematów i coraz większa dbałość o całościowy wykonanie sprawiają, że obrady Jury są coraz trudniejsze. W tym roku dało się odczuć niezwykle wysoki poziom nadesłanych prac, które z edycji na edycję stają się coraz lepsze – podkreślał jeden z przedstawicieli jury Sebastian Chacholek – Prezes Zarządu Grupy PRC, komentator i ekspert z zakresu PR, doradca i konsultant z zakresu marketingu politycznego.

Czytaj na s. 3



Dyżury radnych

Harmonogram dyżurów
na listopad - s. 2

Profilaktyka raka prostaty

O badaniach i programie
- s. 7

Aktywne, bez- pieczne przejście

Inwestycja poprawiająca
bezpieczeństwo - s. 4

Bieg zająca

Świąteczna Misja "Poma-
ganie przez bieganie"
- s. 8

#KOMUNIKAT

Pogotowie techniczne PEC

Przedsiębiorstwo Energetyki Ciepłej „Legionowo” Sp. z o.o. informuje o wprowadzeniu drugiej zmiany dla służb pogotowia technicznego Działu Głównego Energetyka. W okresie sezonu grzewczego służby pogotowia technicznego będą pracowały w następujący sposób:

- od poniedziałku do piątku w godzinach 7.00 – 22.00
- soboty, niedziele i święta w godzinach 7.00 – 15.00

Reklamacje należy zgłaszać pod numerami tel. (22) 774 49 11 lub 692 730 476.

W nagłych przypadkach w pozostałych godzinach reklamacje przyjmowane będą przez Mistrza Zmianowego Ciepłowni PEC „Legionowo” Sp. z o.o. pod numerami: tel. (22) 774 33 94 lub 692 732 996.



1 listopada AUTOBUS SPECJALNY

Kursy autobusu specjalnego DKM Legionowo w Dniu Wszystkich Świętych, przebieg trasy – **s. 11**

Kartka z kalendarza...

29 listopada 1894 r.

29

listopada

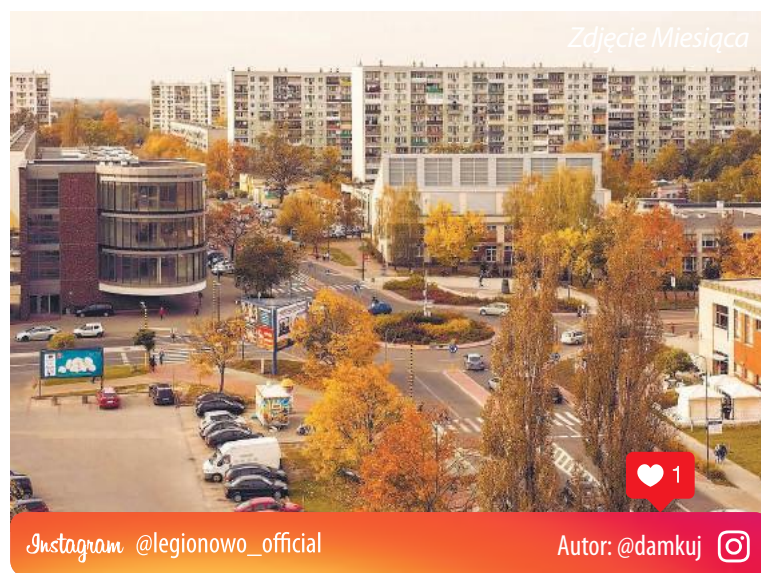
urodził się płk.
Roman Kłockowski
„Grosz”

Płk. Roman Kłockowski „Grosz” urodził się 29 XI 1894 r. w uroczysku Chankiend w Górnej Armenii, gdzie jego rodzice Jan i Ade-

la przebywali na zesłaniu. W 1915 r. ukończył gimnazjum w Batumi i rozpoczął studia prawnicze w Petersburgu, które przerwał po powołaniu do wojska. W 1920 r. powrócił do Polski i wstąpił do armii gen. Żeligowskiego w Wilnie. W 1921 r. przeszedł w Toruniu szkolenie wojsk balonowych i otrzymał przydział do garnizonu w Legionowie. W stopniu majora służył jako kwatermistrz baonu balonowego. Mieszkał na Bukowcu, w domu przy ul. Słonecznej 5. W 1939 r. brał udział w Wojnie Obronnej. Po powrocie z frontu w październiku 1939 r. zaczął działać w konspiracji jako jeden z organizatorów ZWZ-AK. W październiku

1942 r. został komendantem I Rejonu Legionowo „Marianowo-Brzozów” wchodzącego w skład „Obroży” - VII Obwodu Okręgu Warszawskiego Armii Krajowej. W dniach 1-4 VIII 1944 r. dowodził powstaniem warszawskim na terenie Legionowa i okolic. Za udział w akcji „Burza” został odznaczony przez władze emigracyjne krzyżem Virtuti Militari V klasy. W październiku 1944 r. mianowano go ostatnim komendantem „Obroży”. W 1945 r. powrócił do Legionowa, ale zagrożony aresztowaniem przeniósł się do Wrocławia. Tutaj podjął pracę gońca na pogotowiu ratunkowym. Zmarł na zawał serca 24 XII 1952 r.

OPRACOWANIE RAFAŁ DEGIEL



Dyżury legionowskich radnych odbywają się w poniedziałki w godzinach popołudniowych w pokoju nr 4.02 (III piętro) w ratuszu

DYŻURY RADNYCH



6 listopada
15.00 – 16.30
Dariusz Błaszowski
16.30 – 18.00
Janusz Klejment

13 listopada
15.00 – 16.30
Artur Żuchowski
16.30 – 18.00
Mirosław Pachulski

20 listopada
15.00 – 16.30
Kazimierz Zieliński
16.30 – 18.00
Agata Zaklika

27 listopada
15.00 – 16.30
Małgorzata Luzak
16.30 – 18.00
Janusz Klejment

UWAGA! O ewentualnych zmianach w dyżurach Radnych na bieżąco informujemy za pośrednictwem strony internetowej www.legionowo.pl i profilu na Facebook'u: Miasto Legionowo

facebook
/MiastoLegionowo



Informacje na bieżąco o dyżurach radnych i ewentualnych zmianach

MOJE LEGIONOWO

Moje Legionowo - miesięcznik z życia miasta | Wydawca: Urząd Miasta Legionowo | Adres wydawcy i redakcji: ul. Piłsudskiego 41, 05-120 Legionowo
Kontakt: tel. 22 784 92 38, mail: redakcja@um.legionowo.pl
Redaktor Naczelna: Tamara Mytkowska | Redakcja: Iwona Wymazał, Łukasz Konstantynowicz, Kamil Stępkowski, Nikodem Karolak, Irena Wyżanowa, Agnieszka Kuryłek | Współpracownicy: Anna Maroń, Malwina Piotun, Karolina Sidowska-Ptasiewicz, Ewa Milner-Kochańska, Marta Budzyńska.

Skład, łamanie i korekta: Referat Komunikacji Społecznej UM Legionowo | Druk: Polska Press Sp. z o.o. - oddział w Bydgoszczy | Nakład: 6 000 egzemplarzy | ISSN 2081-741X

Redakcja nie ponosi odpowiedzialności za treści zamieszczanych ogłoszeń i reklam.

Trzy kryształły dla Legionowa

Legionowo otrzymało trzy wyróżnienia podczas czwartkowej (28.09) gali Kryształ PR. Najlepszą gazetą w Polsce okazała się „Miejscowa na weekend”, która otrzymała Grand Prix oraz pamiątkową statuetkę. Wyróżnienia przyznano PWK Legionowo za kampanię „Dobra woda z Legionowa” oraz Urzędowi Miasta Legionowo za działania w mediach społecznościowych.



W tym roku na konkurs przesłanych zostało niemal 200 zgłoszeń, których poziom był bardzo wyrównany.

– Doświadczenie zdobywane przez samorządy, ich kreatywność w podejściu do podejmowanych tematów i coraz większa dbałość o całość wykonania sprawiają, że obrady Jury są coraz trudniejsze. W tym roku dało się odczuć niezwykle wysoki poziom nadesłanych prac, które z edycji na edycję stają się coraz lepsze – podkreślał jeden z przedstawicieli jury Sebastian Chacholek – Prezes Zarządu Grupy PRC, komentator i ekspert z zakresu PR, doradca i konsultant z zakresu marketingu politycznego.

W tegorocznej edycji Urząd Miasta Legionowo – Gmina Miejska Legionowo został wyróżniony w kategorii najlepszy wizerunek w mediach społecznościowych. W kategorii najlepsza kampania promocyjno-informacyjna spółki samorządowej wyróżniono PWK Legionowo z kampanią „Dobra woda z Legionowa”. Grand Prix w kategorii najlepsza

gazeta przyznano KZB Legionowo, wydawcy Miejscowej na weekend.

Tegoroczni laureaci nagrody Grand Prix kryształów PR, po raz

Dodać należy, że Urząd Miasta Legionowo został wyróżniony w konkursie już w 2014 roku (najlepszy wizerunek w mediach społeczno-

Akademia Górniczo-Hutnicza im. St. Staszica w Krakowie, Urzędy Marszałkowskie województw: Łódzkiego, Warmińsko-Mazurskiego, Śląskiego

Kryształ PR-u to nagrody za najlepsze działania informacyjne i kampanie promocyjne realizowane przez szeroko pojętą branżę instytucji publicznych. O nagrody rywalizują setki podmiotów: jednostki samorządu terytorialnego, organy administracji państwowej i spółki. W Kapitulę konkursu zasiadają specjaliści branży PR, którym przewodniczy prof. Sławomir Smyczek, prorektor Uniwersytetu Ekonomicznego w Katowicach. Oprócz niego wśród członków kapituły znaleźli się m.in. dr Anna Adamus-Matuszyńska socjolog, wykładowca Uniwersytetu Ekonomicznego w Katowicach, prekursor public relations w Polsce, dr Sebastian Chacholek, dr Marek Lipczyk, dr Marek Skała, dr Krzysztof Koj.

pierwszy w naszej historii otrzymali statuetkę, która została zaprojektowana i wykonana przez określonego mianem polskiego Leonarda da Vinci – rzeźbiarza, artystę – Artura Szoldrę.

wych) oraz w 2016 roku (za biuletyn „Moje Legionowo”).

W minionych latach „Kryształy” otrzymali m.in. Komenda Główna Policji, Ministerstwo Obrony Narodowej,

oraz samorządy Gdańska, Częstochwy, Krakowa, Katowic i Łodzi.

Udział w konkursie jest bezpłatny.

TAMARA MYTKOWSKA



Najlepsza gazeta w Polsce

MIEJSCOWA na weekend

GRAND PRIX w konkursie KRYSTAŁY PR-u



GŁÓWNA NAGRODA w konkursie KRYSTAŁY PR-u za najlepszą gazetę dla „Miejscowa na weekend” – wydawca: KZB Legionowo Sp. z o.o.

KOMUNIKATY KOMUNIKATY KOMUNIKATY KOMUNIKATY KOMUNIKATY KOMUNIKATY KOMUNIKATY



Prezydent Miasta Legionowo informuje, że **2 listopada 2017 r.** Urząd Miasta Legionowo będzie nieczynny.



Od **1 października br.** nastąpi zmiana lokalizacji apteki pełniącej **dyżur całodobowy**. Nowa siedziba apteki znajdować się będzie przy **ul. marsz. Józefa Piłsudskiego 13** w Legionowie.



Legionowo chce się powiększyć

W ciągu ostatnich 10 lat granice miast i gmin były zmieniane ponad 70 razy. Wkrótce do tej listy może dojść kolejna zmiana. Podczas wczorajszej (25.10) sesji radni zdecydowali o rozpoczęciu procedury zmierzającej do zmiany granic Gminy Miejskiej Legionowo oraz przeprowadzenia konsultacji w tej sprawie. Zgodnie z zapisami uchwały, Legionowo może się powiększyć o tereny leśne położone wzdłuż ulicy Strużańskiej, należące do Gminy Jabłonna.

W uzasadnieniu do projektu uchwały czytamy, że „Proponowana zmiana granicy jest znaczącym elementem dalszej strategii rozwoju Gminy Miejskiej Legionowo. Miasto osiągnęło wysoki poziom zaludnienia, zmniejszenie terenów do dalszej zabudowy i terenów biologicznie czynnych, stąd też konieczny jest rozwój przestrzenny miasta”.

Jak tłumaczył podczas sesji prezydent Roman Smogorzewski, według danych z 2015 roku ulicą Strużańską jeździło 9198 samocho-



dów dziennie. – Naszym celem jest polepszenie jakości ich życia poprzez oświetlenie tej ulicy oraz wybudowanie wzdłuż niej ścieżki rowerowej, jeżeli gmina Jabłonna tego nie zrobi. W dłuższej perspektywie myślimy o wybudowaniu dwóch ulic, które znacznie poprawią komunikację: istniejącej drogi technologicznej oraz lokalnej drogi wzdłuż torów kolejowych, która połączyłaby ulicę Kwiatową z Choszczówką. To ważne dla naszych mieszkańców inwestycje, a gmina Jabłonna nie ma

absolutnie żadnego interesu by je realizować. W ponad 90. procentach tereny o których rozmawiamy to tereny leśne i chciałbym wyraźnie podkreślić, że nie ma absolutnie żadnych planów aby to zmieniać. Nie zamierzamy wyciąć żadnych drzew na tych terenach – mówił Roman Smogorzewski.

Radni podjęli decyzję o rozpoczęciu procedury. Na dzisiaj (26.10) zaplanowana jest rozmowa z wójtem Jarosławem Chodorskim w tej sprawie.

TAMARA MYTKOWSKA

Tańsze ciepło w Legionowie

Od 1 października o 3% staniało ciepło, dostarczane przez Przedsiębiorstwo Energetyki Ciepłej „Legionowo” Sp. z o.o.

Rozliczenia za dostarczone ciepło dokonywane są na podstawie taryfy ciepła, która stanowi zbiór cen, stawek i opłat oraz warunków ich stosowania, zatwierdzona w drodze decyzji administracyjnej przez Prezesa Urzędu Regulacji Energetyki. Przedsiębiorstwo Energetyki Ciepłej „Legionowo” Sp. z o.o. informuje, że decyzją Prezesa Urzędu Regulacji Energe-

tyki Oddział centralny w Warszawie NR DRE.WRC.4210-10.12.2017. RK z dnia 13 września 2017 r. została zatwierdzona taryfa dla ciepła, która obowiązuje w rozliczeniach za świadczone usługi w zakresie sprzedaży ciepła od dnia 01 października 2017 r. O wprowadzeniu zmian cen i stawek za ciepło odbiorcy ciepła są powiadamiani indywidualnie pismami na minimum 14 dni przed wejściem w życie nowych cen i stawek opłat.

WIĘCEJ NA STRONIE:
WWW.PEC.COM.PL



Aktywne, bezpieczne przejście

Kolejna inwestycja poprawiająca bezpieczeństwo powstała w Legionowie. Dzięki zaangażowaniu Rady Rodziców Zespołu Szkolno – Przedszkolnego i radnego Marcina Smogorzewskiego powstało aktywne, bezpieczne przejście dla pieszych.

Aktywne przejście to m.in. czerwone maty antypoślizgowe, skracające drogę hamowania, aktywne, punktowe elementy odblaskowe oraz światła ostrzegawcze zasilane panelem solarnym. – To pierwsze tego typu bezpieczne przejście dla pieszych w Legionowie, które znacznie poprawi bezpieczeństwo uczniów Zespołu



Szkolno – Przedszkolnego im. Legionów Polskich. Sądząc po pierwszych opiniach myślę, że nie jest to ostatnie takie przejście. Szczególnie na uwagę zasługują ciekawe rozwiązanie sygnalizacji świetlnej zasilanej tzw. "bateria-

mi słonecznymi" – mówi radny Marcin Smogorzewski. Przejście posiada czujniki ruchu, które aktywują światła ostrzegawcze oraz punkty znajdujące się w nawierzchni w chwili, gdy do pasów zbliża się pieszy.

WYBORY

Uzupełniające **wybory** do **Rady Miasta Legionowo**
w okręgu wyborczym nr 5 **3 grudnia 2017 r.**

Inwestycje na Piaskach

W ostatnich miesiącach dużo dzieje się na osiedlu Piaski. Trwa budowa drugiej miejskiej pływalni przy szkole podstawowej nr 8, w nowym bloku wybudowanym przez miasto działa Filia Piaski Niepublicznego Przedszkola „Wesołe Sówki”, wkrótce wprowadzi się tam przychodnia i klub osiedlowy. W Parku Kościuszkowców działa siłownia plenerowa, a przy stacji PKP Legionowo funkcjonuje wybudowany za środki szwajcarskie parking wielopoziomowy. Trwa długo wyczekiwana przebudowa nawierzchni ulicy gen. T. Buka, zaplanowany jest generalny remont peronu PKP. Przy stacji PKP Piaski powstają także dwa nowe parkingi.



Kamień węgielny pod basen

Budowa pływalni przy Szkole Podstawowej nr 8 trwa od marca, w niedzielę (8.10) odbyła się uroczystość wmurowania kamienia węgielnego pod tę inwestycję.

Słowa aktu odczytał prezydent Roman Smogorzewski: „Podpisani i uczestniczący w dzisiejszej uroczystości, podajemy do wiadomości współczesnych i ku wiecznej pamięci potomnych, że w dniu 8 października 2017 roku (...) My, przedstawiciele Władz Miasta Legionowo w obecności wielu znamienitych gości oraz mieszkańców Legionowa niniejszy akt kładziemy w miejscu, gdzie wzniesiony zostanie drugi legionowski basen. Tymi słowami oznajmiamy, że uwzględniliśmy mnożące potrzeby mieszkańców, czyniąc zadość woli ogółu – basen pływacki o wymiarach 25x16,5 m z 7 torami, basen rekreacyjny 11x22 m, strefę relaksu i brodzik dla najmłodszych budujemy.”

Pod aktem, oprócz prezydenta



Romana Smogorzewskiego, podpisali: prezes KZB Legionowo Irena Bogucka, starosta legionowski Robert Wróbel, przewodniczący Rady Miasta Legionowo Janusz Klejment, pierwszy legionowski olimpijczyk w pływaniu Dawid Szulich oraz wicedyrektor Szkoły Podstawowej nr 8.

Przy Szkole Podstawowej nr 8 powstaje parterowy, częściowo podpiwniczony budynek, w którym znajdzie się basen pływacki o wy-

miarach 25x16,5 m z 7 torami. Basen rekreacyjny będzie miał wymiary 11x22 m, relaks zapewnią leżanki z masażem, masaż ścienny, masaż stóp i karku. Dla najmłodszych w brodziku o wymiarach 7x7 m czekać będą dzwonek wodny, jeźdźdźdźnia słonik. Na zewnątrz będzie zamontowana zjeżdżalnia – rura. Obok obiektu powstanie parking na 65 samochodów osobowych i 2 miejsca dla autokarów. Jak zapewnia wykonawca, pływalnia ma być gotowa 1 września 2018 roku.

Parkingi przy stacji

Ponad 200 miejsc parkingowych powstanie wkrótce przy stacji PKP Legionowo Piaski. Trwa budowa kolejnych parkingów typu „Parkuj i Jedź”. Inwestycja jest dofinansowana ze środków unijnych.

Przy ul. Piaskowej powstanie 28 stanowisk postojowych, w tym 3 dla osób niepełnosprawnych oraz 10 podwójnych stojaków rowerowych. Znacznie więcej miejsc będzie dostępnych od strony ul. Szwajcarskiej, gdzie powstają 192 stanowiska, w tym 10 dla osób niepełnosprawnych oraz 64 stojaki dla rowerów.

Wybudowana zostanie także infrastruktura towarzysząca: ogrodzenie, oświetlenie oraz system zliczający samochody. Koszt projektu to 3,3 mln zł, kwota dofinansowania to 2,6 mln zł. Zarówno te parkingi, jak i parkingi wielopoziomowe przy stacji PKP Legionowo będą bezpłatne.

Będzie remont peronu

Wbrew doniesieniom lokalnych mediów, peron PKP Piaski zostanie wyremontowany.

Do przetargu stanęły dwa podmioty, najniższą ofertę złożyła legionowska firma „Roboty Ziemne-Budowlane Janusz Mróz”. Podczas sesji 25 października radni zwiększyli budżet na przebudowę peronu. Jeśli pogoda pozwoli remont rozpocznie się już w listopadzie br. Na stacji PKP Piaski zostanie wykonana nowa nawierzchnia peronu, pochylnia oraz dojścia do peronu z kostki betonowej, zamontowane zostaną nowe barierki ochronne, wiaty peronowe wraz z siedzeniami i koszami na śmieci, wykonane zostanie odwodnienie peronu wraz z montażem skrzynek odpływowych oraz studni chłonnych, wymienione słupy oświetleniowe wraz z oprawami.

WIĘCEJ NA:
WWW.LEGIONOWO.PL

Modelowe funkcjonowanie

We wtorek (3.10) Miejska Rada Seniorów w Legionowie gościła Rady seniorów z całego Mazowsza. Uczestnicy spotkania, Przewodniczący Miejskich i Gminnych Rad Seniorów, Zespół Inicjatywy Mazowieckiego Porozumienia Rad Seniorów i Zarząd Ogólnopolskiego Porozumienia o współpracy Rad Seniorów, wymieniali się dobrymi praktykami.

Zadaniem Mazowieckiego Porozumienia Rad Seniorów jest dbanie o równość szans udziału osób rekomendowanych przez wszystkie Rady Seniorów Mazowsza. Dlatego realizatorzy projektów rezerwują miejsca dla kandydatów na promotorów po-

lityki senioralnej rekomendowanych przez Rady Seniorów: jedno dla promotora zdrowego stylu życia, jedno dla promotora integracji społecznej i jedno dla promotora międzypokoleniowych zainteresowań i pasji. (więcej na stronie www.legionowo.pl)

IV Legionowski Marsz Różowej Wstążki

Finisz czwartego marszu Różowej Wstążki, który przeszedł ulicami Legionowa, odbył się przed Ratuszem Miejskim. Różowe poniedziałkowe wydarzenie (16 października) było okazją do podsumowania dotychczasowej działalności Legionowskiego Klubu Amazonek oraz podziękowania za pomoc wszystkim kobietom.

– Jesteśmy nadzieją dla wszystkich, ponieważ my zwalczyliśmy to, co najgorsze. Jesteśmy najpierw przy łóżku z kobietami, które właśnie przeżywają chorobę, potem okazujemy swoją radość życia, wzajemnie przekazując sobie wsparcie – zaznaczyła Jadwiga Szuba Przewodnicząca Legionowskiego Klubu Amazonek.

Zastępca Prezydenta Legionowa Piotr Zadrożny serdecznie podziękował Stowarzyszeniu Pomocy Potrzebującym „Nadzieja” oraz Legionowskiemu Klubowi Amazonek za zorganizowanie czwartego Marszu Różowej Wstążki. Wyraził wdzięczność wszystkim Amazonkom, bowiem dzięki nim udaje się wciąż podnosić świadomość zdrowotną legionowianek i skutecznie promować badania profilaktyczne. Natomiast Ewa Milner – Kochańska Naczelnik Wydziału Zdrowia Publicznego i Spraw Społecznych odczytała wiersz skierowany w stronę



Amazonek, którego autorem jest lokalny poeta Witold Hass.

Legionowski Klub Amazonek jest miejscem, w którym mieszkańcy otrzymują cenne informacje i wsparcie w osobistych zmaganiach z nowotworem, a jest to obok terapii onkologicznej działanie niemniej ważne. Piękną kulminacją tej działalności są inicjatywy pod hasłem „Pro-

mowania i Ochrony Zdrowia”, które są manifestacją radości życia w przestrzeni publicznej. Wszystkie te wymierne działania zmieniają podejście naszego lokalnego społeczeństwa do chorób nowotworowych, które wcześniej wykryte mogą być skutecznie leczone.

EWA MILNER-KOCHAŃSKA

Z okazji Europejskiego Dnia Seniora składamy wszystkim legionowskim Seniorom gorące życzenia zdrowia i wielu lat, wypelnionych radością oraz szacunkiem i miłością najbliższych.

Niech omijają Państwa troski i smutki dnia codziennego. Życzymy spełnienia wszystkich marzeń i zamierzeń, aby stale towarzyszył Wam niegasnący zapal w ich realizacji a w życiu osobistym dopisywały pomyślność i szczęście.

Prezydent Miasta Legionowo
Roman Smogorzewski

Przewodniczący Rady Miasta Legionowo
Janusz Klejment

Przewodniczący Miejskiej Rady Seniorów w Legionowie
dr Roman Biskupski

ŻYCZENIA

ŻYCZENIA

ŻYCZENIA

Legionowscy seniorzy



Jubileusz 90 urodzin pana Igora Jaszczuka Legionowian na o WIELKIM GŁOSIE. Prezes Zarządu Koła Powiatowego Związku Kombatantów RP i Byłych Więźniów Politycznych w Legionowie mgr inż. Cezariusz Kalinowski wraz z małżonką Barbarą Kalinowską złożyli życzenia dostojnemu Jubilatowi.



Podczas Zebrania Sprawozdawczo-Wyborczego Koła Powiatowego Związku Kombatantów Rzeczypospolitej Polskiej i Byłych Więźniów Politycznych podziękowano niektórym członkom koła powiatowego ZKRP i BWP za ich długoletnią pracę na rzecz Kombatantów. Prezesem został ponownie Pan Cezariusz Kalinowski.



Sekretarz Mazowieckiego Zarządu Wojewódzkiego Związku Kombatantów Rzeczypospolitej Polskiej i Byłych Więźniów Politycznych pani Zofia Wołanin złożyła Kpt. w st. spocz. panu Józefowi Lemańskiemu serdeczne podziękowania za wieloletnią i ofiarną pracę społeczną na rzecz polskiego ruchu kombatanckiego. 1939-1945 Dh. Józef Lemański Harcerz Szarych Szeregów AK Chotomów, ps. "Grusza - Kajtuś".



Podczas Zebrania Sprawozdawczo - Wyborczego Koła Powiatowego Związku Kombatantów Rzeczypospolitej Polskiej i Byłych Więźniów Politycznych Prezes Cezariusz Kalinowski złożył życzenia z okazji Jubileuszu 93 urodzin. Pan Albert Stachniak 93 letni Kombatant z terenu Powiatu Legionowskiego.

Profilaktyka raka prostaty

Badania prostaty – zacznij wykonywać te badania profilaktyczne już po czterdziestce. Problemy z prostatą mają coraz młodszy mężczyźni. Wystarczy raz w roku odwiedzić urologa, by odpowiednio wcześniej zacząć działać.

Prostata (stercz) to gruczoł wielkości kasztana, który znajduje się pod pęcherzem moczowym u mężczyzn. Jego wydzielina wchodzi w skład nasienia i umożliwia plemnikom poruszanie się. Przez środek stercza przebiega cewka moczowa. Problemy związane z prostatą dotyczą co drugiego mężczyzny po 50. roku życia. Po osiemdziesiątce obserwuje się go u 90% mężczyzn. Po 40. roku życia, w organizmie mężczyzny, spada poziom testosteronu. Wówczas prostata zaczyna się rozrastać, uciskając na przechodzącą przez nią cewkę moczową. Często dopiero za sprawą przykrych dolegliwości z tym związanych mężczyźni dowiadują się o istnieniu prostaty.

Rak gruczołu krokowego uznaje się obecnie za jeden z największych problemów medycznych, ponieważ jest najczęstszym nowotworem złośliwym u mężczyzn w Unii Europejskiej. Rak stercza stanowi drugą

– po nowotworze płuc, najczęstszą przyczyną zgonów u mężczyzn. Częstość występowania raka gruczołu krokowego rośnie współcześnie wraz z wydłużającym się czasem przeżycia. Zwiększona wykrywalność

nowotworu związana jest również z rozpowszechnianiem oznaczenia stężenia PSA w surowicy u osób bez objawów choroby i ze zwiększającą się świadomością zdrowotną mężczyzn na ten temat.

Na częstość występowania nowotworu gruczołu krokowego wpływa wiele czynników, m. in.: predyspozycje genetyczne, wiek, styl życia, miejsce pracy oraz nawyki żywieniowe. Głównym czynnikiem

ryzyka zachorowania jest wiek. Rak gruczołu krokowego rzadko występuje przed 40 rokiem życia. Aby zwiększyć dostęp do specjalistycznych świadczeń opieki zdrowotnej w zakresie profilaktyki raka prostaty Urząd Miasta Legionowo zaprasza mieszkańców Legionowa w wieku 40+ do udziału w programie „Profilaktyka raka prostaty”. Mężczyźni powyżej 40 roku życia będą w ramach programu poddani badaniu ultrasonograficznemu gruczołu krokowego oraz badaniu krwi w celu oznaczenia markera raka prostaty – PSA (antygen gruczołu krokowego). Pacjenci u których zostanie wykryta nieprawidłowość zostaną skonsultowani przez lekarza urologa, który zdecyduje o dalszym postępowaniu diagnostycznym i ewentualnym leczeniu.

EWA MILNER-KOCHAŃSKA

Diabetyk na widelcu

Gdzie możesz otrzymać bezpłatny nowoczesny GLUKOMETR

W poniedziałek (9.10) w sali widowiskowej legionowskiego ratusza odbyło się spotkanie przeznaczone jest dla pacjentów chorujących na cukrzycę. Dr inż. Beata Sińska zaprezentowała wykład pt.: „Sekrety Żywienia – tajemnice ukryte w produktach spożywczych”.

Dieta jest jednym z czynników wspomagających leczenie. Gdy źle się odżywasz, nawet najlepsze leki nie poprawią twego stanu zdrowia i nie ustabilizują poziomu glukozy. Cukrzyca to jedna z tych chorób, które bezwzględnie wymagają przestrzegania zasad prawidłowej diety.

Zalecenia dietetyczne dla chorych na cukrzycę są takie same jak dla wszystkich dbających o zdrowie i smukłą sylwetkę. Zawarte są w „kodeksie” zdrowego stylu życia opracowanym przez prof. Stanisława Bergera, polskiego fizjologa żywienia. Nazwano je zasadą „7 U”.

1. Urozmaicenie – im bardziej różnorodna dieta, tym lepiej. Posiłki należy komponować z wielu różnych produktów: szczególnie pożądane są

warzywa, zboża, nasiona roślin strączkowych, chude mięso i ryby.

2. Umiarkowanie – jeść należy tylko tyle, ile potrzebuje organizm. Każda nadwyżka kalorii przekłada się na przyrost wagi, a im większa masa ciała, tym większe dawki leków są potrzebne. Trzeba ustalić z lekarzem wartość energetyczną każdego posiłku. Szczególnie istotne jest kontrolowanie ilości spożywanych jednorazowo węglowodanów, bo od tego zależy skuteczność leków.

3. Uregulowanie – trzeba jeść o stałych porach, aby dobrze kojarzyć posiłki z przyjmowanymi lekami. Taka regularność sprzyja też dobremu spalaniu kalorii

4. Unikanie niektórych potraw jest wpisane w dietę cukrzycową. Dotyczy to głównie pokarmów zawierających dużo tłuszczu zwierzęcego i soli. Chorzy na cukrzycę muszą unikać słodczy oraz alkoholu. Poza tym produkty z białej mąki należy zastępować wyrobami z mąki razowej.

5. Umiejętność zdrowego przyrządzania posiłków dotyczy zwłaszcza obróbki termicznej. Nawet chude mięso panierowane i smażone czy duszone w głębokim tłuszczu przestaje być zdrowe. Najlepiej je dusić, piec, grillować lub gotować. Trzeba też wiedzieć, jak nie dopuścić do tego, aby pro-

dukty nie traciły swoich wartości odżywczych. Warzywa należy gotować krótko, surówki przyrządzać tuż przed podaniem. Dwa ostatnie punkty zasady „7 U” nie dotyczą już diety. To Uprawianie sportu oraz Uśmiechanie się.

Pacjenci Diabetycy mają możliwość otrzymania bezpłatnego Glukometru Contour Plus One. Placówki na terenie Legionowa, w których otrzymasz bezpłatny glukometr:

- **Specjalistyczna Przychodnia Lekarska NZOZ Legionowo**
Poradnia Diabetologiczna
ul. Sowińskiego 4
tel. 22 774 51 51
- **Przychodnia Legionowo „Zdrowie” – Centrum Medyczne**
ul. Sowińskiego 15
tel. 22 774 41 47
- **Wojskowa Specjalistyczna Przychodnia Lekarska w Legionowie**
ul. Zegrzyńska 8
tel. 22 381 25 25
- **EL-MED**
ul. Krasińskiego 70
tel. 22 784 57 24
- **Puls s.c.**
ul. Zegrzyńska 27
tel. 22 774 10 33
- **NZOZ Legio-Med.**
ul. Husarska 14
tel. 22 784 51 34
- **NZOZ Medica-Perfect**
ul. Zwycięstwa 2
tel. 22 772 00 44



W piątek (27.10) w sali widowiskowej w Ratuszu odbyła się premiera czwartego już widowiska przygotowanego przez zespół legionowskich seniorów NA LUZIE. Sukces poprzednich przedstawień, pełna życzliwości reakcja widzów dodały nam skrzydeł do dalszej pracy.

Cały czas udowadniamy, że seniorzy nie muszą kojarzyć się z powagą, statecznością, spędzaniem czasu w fotelu przed telewizorem, że ich życie nie musi być nudne, że mają poczucie humoru i dystans do siebie. Dla nas zespół NA LUZIE to sposób na ciekawe, aktywne życie. „Najwięcej witaminy...” to powrót do tematyki o sprawach damsko-męskich potraktowanych z przymrużeniem oka. Dobre satyryczne teksty między innymi Hemara, Wisławy Szymborskiej, legionowskiego poety Witolda Hassa, pełne humoru scenki kabaretowe i oczywiście znane przeboje („Ta mała piła dziś, „Babę zesłał Bóg”, „Umówiłem się z nią na dzieńiątą”, „Malgośka”, „Dziewczyna ratownika”, „Baśka”, „Nie dokazuj miły”, „Z kobietami to różnie bywało i wiele, wiele innych po-

pularnych utworów) sprawiły, że w wypełnionej po brzegi sali publiczność świetnie się bawiła, klasowała w rytm śpiewanych piosenek, było wiele śmiechu. Dzięki systematycznym zajęciom – aktor-skim z Iloną Kucińską i muzycznym z Markiem Pawłowiczem – nasze senioralne gwiazdy są na coraz wyższym poziomie. Przekonali się o tym widzowie przybyli na tegoroczną premierę. Miłych słów uznania po widowisku było całe mnóstwo, nasi fani orzekli, że „Najwięcej witaminy...” to nasze najlepsze przedstawienie. Zaangażowanie i wielka energia członków zespołu oraz doskonała atmosfera na widowni dały w efekcie bardzo udany wieczór. Moje Kochane Gwiazdy gratuluję Wam, jestem z Was dumna.

MAŁGORZATA LUZAK

Gwiazdy jazzu na Mazowieckim Jazz Jam

W przedostatni weekend października przez trzy dni królował w Legionowie jazz najwyższych lotów, a to za sprawą gwiazd, które pojawiły się na ratuszowej scenie.

Kasia Pietrzko – wschodząca gwiazda określona przeze mnie ze sceny jako pierwsza dama polskiej pianistki improwizowanej. Niezwykle sprawna technicznie, konkretna w partiach figuracyjnych jak i kantylenowych, przyciągająca słuch i wzrok, dynamiczna, ale i łagodna, budująca z wielką łatwością różnorodność nastrojów.

Celuloid – to druga produkcja pierwszego dnia. Muzyka filmowa polskich kompozytorów ubrana



w gitarowe improwizacje, wariacje i – rywalizację dwóch wybitnych muzyków. Napiórkowski pewny siebie wirtuoz, zmieniający nastroje i gitary jak rękawiczki; Lesicki dynamiczny,

energetyczny, godny rywal. Pierwsze gitary w Polsce! Obok świetna, wyśmakowana Dorota Miśkiewicz z idealną intonacją i warsztatem wokalnym, świadoma siebie rasowa wokalistka.

Almost Jazz Group to czwórka znakomicie uzupełniających się muzyków. Wirtuoz akordeonu Paweł Nowak i pianista Ignacy Jan Wiśniewski to muzycy wybitni, świetnie się rozumiejący, grający dojrzały, własny jazz jakże ciekawie brzmiący z subtelnym akordeonem i akordiną. Basista Maciej Sadowski i perkusista Antoni Wojnar to nie tylko filary sekcji rytmicznej, ale również pełnoprawni muzycy solowi.

Nula Stankiewicz – filigranowa, szlachetna, subtelna, wrażliwa, niezwykła interpretatorka niezwykłych przecież wierszy Agnieszki Osieckiej oraz widowisko z fragmentami wypowiedzi poetki, kunsztownie ornamentowane przez znakomitych muzyków Janusza Strobla, Mariusza Fazi Mielczarka, Pawła Pańkę i Cezarego Konrada.

I wreszcie Agnieszka Wilczyńska. Recital piosenek Wojtki Młynarskiego, tekstów specjalnie dla niej napisanych zawartych na płycie "Tutaj mieszkam". Płyta w 2016 roku zdobyła Fryderyka. Jazz w aurze Młynarskiego klasycznie improwizowany i piękny literacko. Solówki klawiszowców Andrzeja Jagodzińskiego i Michała Tokaja oraz basisty Adasia Cegielskiego najwyższych lotów.

Dyrektor legionowskiego MOK Zenon Durka Serdecznie dziękuje za wsparcie festiwalu Marszałkowi Województwa Mazowieckiego, Staroście Powiatu Legionowskiego, Włodzom Samorządowym Miasta Legionowo, firmie Dawtona, Radiu JazzFM, wydawnictwom JazzPress i Jazz Forum, stowarzyszeniu PSJ.

MOK LEGIONOWO

SPORT

ZDROWIE

SPORT

ZDROWIE

SPORT

ZDROWIE

SPORT

ZDROWIE

3. Bieg®
16 GRUDNIA
EDYCJA ŚWIĄTECZNA

Zająca

ORGANIZATOR:
FUNDACJA ACTIVE LIFE
www.fundacja-activelife.org.pl

LEGIONOWO 2017 / BIEG LEŚNY

Fundacja ACTIVE LIFE zaprasza Państwa do udziału w 3. edycji dobroczynnej imprezy biegowej z cyklu „Pomaganie przez Bieganie”

TRASA: LEGIONOWO
ul. Strużańska/Roi

DYSTANS:

- Bieg główny **10 km**
- Bieg z wolontariuszem „zającem” **do 2 km** (osoby chore i niepełnosprawne)

PAKIETY STARTOWE - biegi 10 km i do 2 km

- Bieg młodzieżowy 1000 m
- Bieg zajączka dla najmłodszych 200 m

Zapisy: **Zmierzmy Czas.pl**

Pomaganie przez Bieganie

PATRONAT HONOROWY:

MEDIA:

MARATONY POLSKIE.PL

JESTES WŁASNOŚCIĄ MIEJSCU
HOTEL 500
BEGRZE • TARNÓW • STRYKÓW

25
LETO 2017

ROVAST BIS

LM Promotion

ASTRUM

niepełnosprawni.pl

3. Bieg®
16 GRUDNIA
EDYCJA ŚWIĄTECZNA

Zająca

LEGIONOWO 2017 / BIEG LEŚNY

Fundacja ACTIVE LIFE zaprasza na 3. BIEG ZAJĄCĄ!

Wspieramy osoby niepełnosprawne i chore na SM

ŚWIĄTECZNA MISJA!!!
Możesz pomóc na 5 sposobów!!!

1 Weź udział w BIEGU GŁÓWNYM na 10 km - zarejestruj się na stronie **zmierzmyczas.pl** i opłać pakiet startowy (od 30 zł / osoba). W ten prosty sposób ufundujesz osobie niepełnosprawnej **BEZPŁATNY** start w odrębnym biegu na 2 km z wolontariuszem „Zającem”

2 Zgłoś się jako **WOLONTARIUSZ „ZAJĄC”**, który pobiegnie u boku osoby niepełnosprawnej w biegu na dystansie do 2 km (wystarczy mail do Fundacji ACTIVE LIFE). Pierwszeństwo w byciu „Zającem” mają osoby startujące w biegu głównym na 10 km.

3 Zostań **PARTNEREM 3. Biegu Zająca**, ufunduj nagrody/paczki świąteczne lub wzbogać pulę loterii - zapraszamy do kontaktu / odwiedzimy się reklamą

4 Jeżeli lubisz ludzi, jesteś otwarty na nowe wyzwania i chcesz pomagać – podczas imprezy zostań naszym **WOLONTARIUSZEM!**

5 Przekaż darowiznę na konto Fundacji ACTIVE LIFE Bank PKO BP nr 79102049000000810230731628

Osoby, które wzięły udział we wszystkich trzech edycjach BIEGÓW ZAJĄCĄ zorganizowanych przez Fundację ACTIVE LIFE (startujące w biegu głównym na 10 km) otrzymają **NAGRODY NIESPODZIANKI!**

My czekamy na Ciebie, świąteczne niespodzianki czekają na wszystkich uczestników!!!

ORGANIZATOR:
www.fundacja-activelife.org.pl

FUNDACJA ACTIVE LIFE

75. Rocznicę Zagłady Ludności Żydowskiej Legionowskiego Getta

We wtorek (3 października 2017 r.) w Muzeum Historycznym w Legionowie odbyła się konferencja upamiętniająca 75. Rocznicę Zagłady Ludności Żydowskiej Legionowskiego Getta, nad którą patronat honorowy objęli Starosta Legionowski – Robert Wróbel, Prezydent miasta Legionowo – Roman Smogorzewski oraz dyrektor Żydowskiego Instytutu Historycznego – prof. Paweł Śpiwak.

W konferencji uczestniczył dyrektor Departamentu Kultury, Promocji i Turystyki w Urzędzie Marszałkowskim Województwa Mazowieckiego – pan Paweł Cukrowski, przedstawiciele lokalnych władz, liczni mieszkańcy miasta oraz uczniowie miejscowych liceów. Spotkanie uhonorowały swoją obecnością pani Krystyna Dzieczek oraz Jadwiga Jankowska – córki i najbliższa rodzina pani Marii Flisiuk – mieszkanki Legionowa, odznaczonej medalem i tytułem Sprawiedliwy wśród Narodów Świata, które we wzruszającej relacji wspomniały działania matki na rzecz ludności żydowskiej w okresie II wojny światowej.

Program konferencji obejmował wystąpienie dr. Sławomira Jakubczaka, który zaprezentował historię serockich Żydów w Jabłonie i Legionowie na przełomie XIX i XX w. Pani Justyna Majewska z



Żydowskiego Instytutu Historycznego przedstawiła sytuację Żydów w Dystrykcie Warszawskim w okresie II wojny. Pozostałe wystąpienia poświęcono kwestiom ludności żydowskiej w Legionowie.

Pan Rafał Degiel nakreślił biogram inż. Jana Gurtzman – pracownika legionowskiego PIM, uczestnika I Polskiej Wyprawy Polarnej i znanego radiotechnika. Następnie dyrektor Muzeum – dr hab. Jacek Szczepański

zaprezentował wyniki swoich badań nad historią i losami dzielnicy Żydowskiej w Legionowie oraz jej Zagładzie, która miała miejsce dokładnie 75 lat temu – 3 października 1942 r. Szeroka kwerenda archiwalna oraz spotkania ze świadkami minionych wydarzeń umożliwiły weryfikację dotychczasowej wiedzy na temat getta w Legionowie oraz ustalenie nowych faktów, które rzetelnie opisano w nowej publikacji pt. „Ludność żydowska w Legionowie i jej Zagłada” autorstwa dr. hab. Jacka Szczepańskiego. Ostatni prelegent – Wawrzyniec Orliński przedstawił aspekty muzealniczo-konserwatorskie prac nad zabytkową tablicą z legionowskiego getta, pozyskaną przez Muzeum Historyczne w Legionowie.

Podczas konferencji dyrektor Powiatowego Zespołu Szkół Ogólnokształcących w Legionowie – pani Jolanta Magda ogłosiła konkurs literacki dla młodzieży towarzyszący obchodom 75. Rocznicę Zagłady Ludności Żydowskiej w Legionowie.

Muzeum pragnie podziękować wszystkim partnerom za pomoc w realizacji obchodów i wydarzeń towarzyszących – Urzędowi Marszałkowskiemu Województwa Mazowieckiego, Towarzystwu Przyjaciół Legionowa, Liceum Ogólnokształcącemu w Oddziałach Dwujęzycznych im. Marii Konopnickiej, Powiatowej Instytucji Kultury oraz Miejskiej Bibliotece Publicznej w Legionowie.

Wernisaż: Bardejov – Światowe dziedzictwo UNESCO

W pawilonie Muzeum Historycznego w Legionowie w środę (18.10) odbył się wernisaż wystawy czasowej pt. „Bardejov – światowe dziedzictwo UNESCO”, poświęconej urokliwemu miasteczku na Słowacji, którego zabytkowy krajobraz architektoniczny został objęty ochroną światowego dziedzictwa kulturowego poprzez wpis na listę UNESCO.

W wernisażu udział wzięli przedstawiciele lokalnych władz wice-



prezydent miasta Legionowo – Piotr Zadrożny oraz wicestarosta powiatu legionowskiego – Jerzy Zaborowski. Ekspozycję otworzyli dyrektor Mu-

zeum Historycznego w Legionowie – Jacek E. Szczepański oraz dyrektor Instytutu Słowackiego w Warszawie – Milan Novotny, natomiast po wystawie oprowadzał jej kurator – pan Marek Zalewski z Państwowego Muzeum Archeologicznego w Warszawie. Patronat honorowy nad wystawą objął Ambasador Republiki Słowackiej w Polsce – Dusan Kristofik oraz Burmistrz Miasta Bardejov – Boris Hanusca.

Historia Legionowa

W niedzielę 8 października 2017 r. odbyła się promocja książki dr. hab. Jacka Szczepańskiego „Ludność Żydowska w Legionowie i jej Zagłada”. Patronat honorowy nad publikacją objęli Starosta Legionowski – Robert Wróbel, Prezydent miasta Legionowo – Roman Smogorzewski oraz dyrektor Żydowskiego Instytutu Historycznego – prof. Paweł Śpiwak. Wydanie książki było możliwe dzięki wsparciu Urzędu Marszałkowskiego Województwa Mazowieckiego. W spotkaniu, które było częścią obchodów 75. Rocznicę Zagłady Legionowskiego Getta, uczestniczyli przedstawiciele władz samorządu miasta Legionowo i powiatu legionowskiego oraz licznie zgromadzeni goście. W trakcie uroczystości głos zabrali m.in. recenzent książki prof. Adam Czesław Dobroński oraz świadkowie tamtych wydarzeń. Można było również wysłuchać relacji z ostatnich godzin funkcjonowania legionowskiego getta autorstwa Uszera Szipera. Odczytała ją w języku jidysz Pani Sara Arm i następnie przetłumaczyła na język polski.



IV kadencja Gminnej Rady Działalności Pożytku Publicznego

W sali konferencyjnej Ratusza, w poniedziałek (16.10) odbyło się inauguracyjne posiedzenie Gminnej Rady Działalności Pożytku Publicznego w Legionowie. To już IV kadencja rady, która została powołana Zarządzeniem nr 367/2017 Prezydenta Miasta Legionowo z dnia 10 października 2017 r.

Zastępca Prezydenta Miasta – Piotr Zadrożny wręczył członkom Gminnej Rady Działalności Pożytku Publicznego III kadencji podziękowania za pracę społeczną: szczególne podziękowania otrzymał Jan Skakluk – Prezes Klubu Biegacza, który zakończył pracę w Radzie Pożytku. Członkom Rady IV kadencji wręczył zaś zaświadczenia o powołaniu do składu Gminnej Rady Działalności Pożytku Publicznego.

W jej skład wchodzi:

- przedstawiciele Rady Miasta Legionowo: Danuta Ulkie i Kazimierz Zieliński;
- przedstawiciele Prezydenta Miasta Legionowo: Danuta Szczepanik i Ewa Sobierajska;
- przedstawiciele organizacji pozarządowych:
 - Wiesław Jakubczak: Artbale Stowarzyszenie Rozwoju Edukacji Kulturalnej i Sztuki,

- Stefan Lasota: Stowarzyszenie Ogólnopolska Rodzina Kościuszkowców,
- Krystyna Mazuchowska-Pujdak: Stowarzyszenie Lepsze Dziś,
- Marek Niewiadomski: Caritas Diecezji Warszawsko-Praskiej,
- Grzegorz Powierża: Fundacja Rozwoju Przedsiębiorczości i Inicjatyw Lokalnych BIZOON,
- Krystyna Reszka: Powiatowa Izba Gospodarcza w Legionowie,

- Agnieszka Świdarska-Marciniak: Fundacja Pasja Życia im. s. Józefy Menendez,
- Małgorzata Trzcińska: Fundacja Emanio Arcus.

Danuta Szczepanik została wybrana na przewodniczącą Rady, natomiast Ewa Sobierajska została Sekretarzem.

ZMIANA ROZKŁADU JAZDY LINII D3

Informujemy, że od 16 października br. drobnej zmianie ulegnie rozkład jazdy linii D3 – Darmowej Komunikacji Miejskiej z Osiedla Młodych do Bukowca. Jest to związane z dostosowaniem kursów do uwag przesłanych przez mieszkańców.



Linia: **D3**

Os. Młodych ▶ PKP Legionowo Centrum / Bukowiec

BUS

Bezplatna komunikacja Miasta Legionowo



Osiedle Młodych 01

Orzechowa 01

Cynkowa 01

Cmentarz 03

Narutowicza 01

Szczygła 01

Al. Legionów 01

PKP Legionowo Piaski 03

Centrum Komunikacyjne 01

Wąska 01

Osiedle Bukowiec 01

Przystanek	Kursuje od poniedziałku do piątku w godzinach														
Osiedle Młodych 01	05:25	06:30	07:35	08:35	09:35	10:35	11:35	12:35	13:35	14:35	15:35	16:35	17:35	18:35	19:35
Orzechowa 01	05:26	06:31	07:36	08:36	09:36	10:36	11:36	12:36	13:36	14:36	15:36	16:36	17:36	18:36	19:36
Cynkowa 01	05:27	06:32	07:37	08:37	09:37	10:37	11:37	12:37	13:37	14:37	15:37	16:37	17:37	18:37	19:37
Cmentarz 03	05:28	06:33	07:38	08:38	09:38	10:38	11:38	12:38	13:38	14:38	15:38	16:38	17:38	18:38	19:38
Narutowicza 01	05:29	06:34	07:39	08:39	09:39	10:39	11:39	12:39	13:39	14:39	15:39	16:39	17:39	18:39	19:39
Szczygła 01	05:30	06:35	07:40	08:40	09:40	10:40	11:40	12:40	13:40	14:40	15:40	16:40	17:40	18:40	19:40
Al. Legionów 01	05:31	06:36	07:41	08:41	09:41	10:41	11:41	12:41	13:41	14:41	15:41	16:41	17:41	18:41	19:41
PKP Legionowo Piaski 03	05:33	06:38	07:43	08:43	09:43	10:43	11:43	12:43	13:43	14:43	15:43	16:43	17:43	18:43	19:43
PKP Legionowo Centrum 01	05:35	06:40	07:45	08:45	09:45	10:45	11:45	12:45	13:45	14:45	15:45	16:45	17:45	18:45	19:45
Wąska 01	05:36	06:41	07:46	08:46	09:46	10:46	11:46	12:46	13:46	14:46	15:46	16:46	17:46	18:46	19:46
Osiedle Bukowiec 01	05:39	06:44	07:49	08:49	09:49	10:49	11:49	12:49	13:49	14:49	15:49	16:49	17:49	18:49	19:49



Linia: **D3**

Bukowiec / PKP Legionowo Centrum ▶ Os. Młodych

BUS

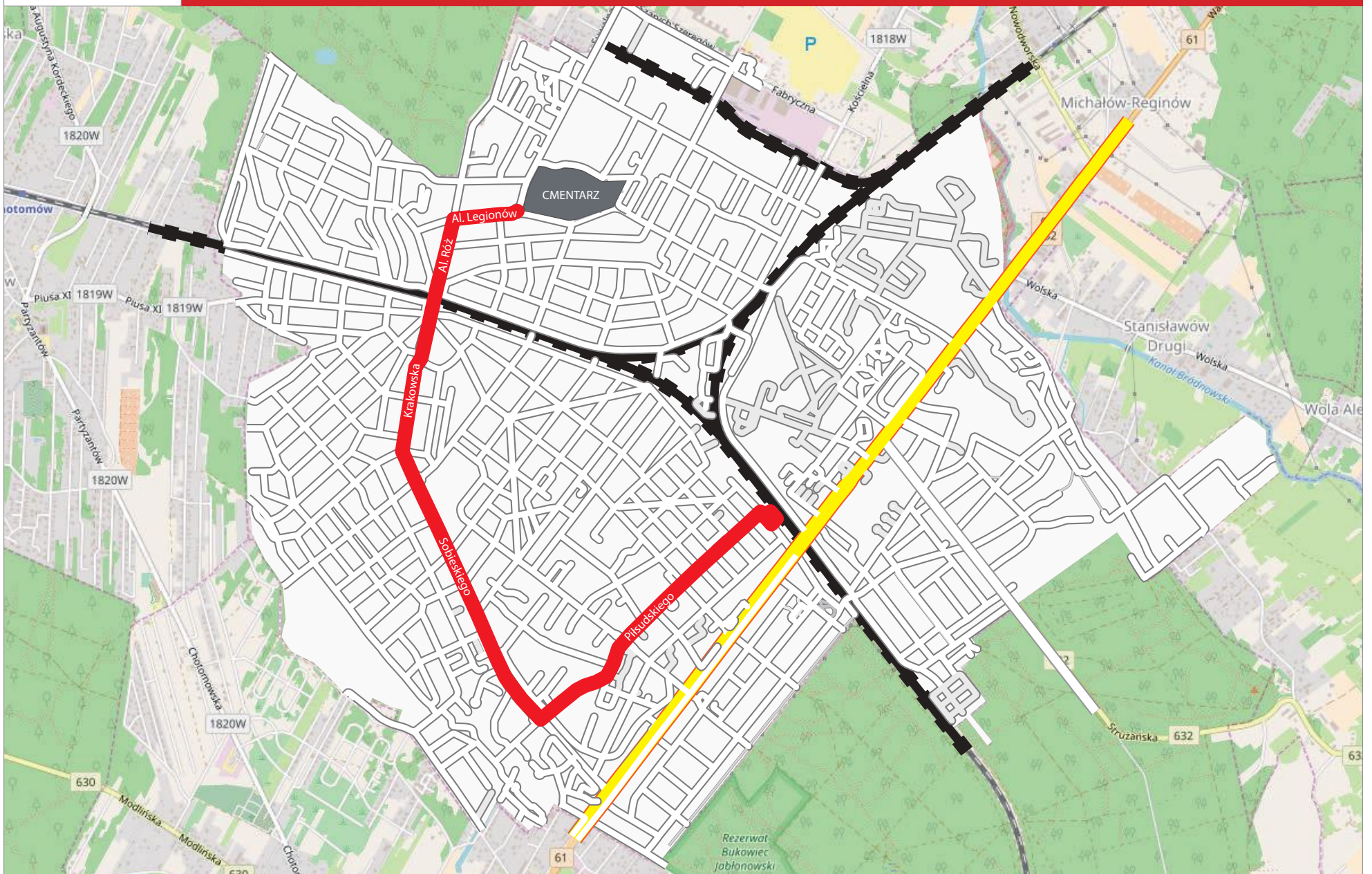
Bezplatna komunikacja Miasta Legionowo

</





AUTOBUS SPECJALNY - 1 LISTOPADA



PKP Legionowo
Rynek 01
CH Błękitne 03
Urząd Miasta 03
Sowińskiego 02
Husarska 02
Rycerska 02
Arena Legionowo 02
Lwowska 02
Cynkowa 03

KOŚCIUSZKI | PIŁSUDSKIEGO | SOBIESKIEGO | KRAKOWSKA | AL. LEGIONÓW

Cynkowa 02
Aleja Róż 02
Lwowska 01
Arena Legionowo 01
Rycerska 01
Husarska 01
Sowińskiego 01
Urząd Miasta 02
Rynek 02
PKP Legionowo

AL. LEGIONÓW | AL. RÓŻ | SOBIESKIEGO | PIŁSUDSKIEGO | KOŚCIUSZKI

Darmowa Komunikacja Miejska Legionowo

PKP Legionowo – Rondo Cynkowa/Al. Legionów

BUS

Godz.	w dniu 1 listopada			
8	00	15	30	45
9	00	15	30	45
10	00	15	30	45
11	00	15	30	45
12	00	15	30	45
13	00	15	30	45
14	00	15	30	45
15	00	15	30	45
16	00	15	30	45
17	00	15	30	45
18	00	15	30	45
19	00	15	30	45

Darmowa Komunikacja Miejska Legionowo

Rondo Cynkowa/Al. Legionów – PKP Legionowo

BUS

Godz.	w dniu 1 listopada			
8	00	15	30	45
9	00	15	30	45
10	00	15	30	45
11	00	15	30	45
12	00	15	30	45
13	00	15	30	45
14	00	15	30	45
15	00	15	30	45
16	00	15	30	45
17	00	15	30	45
18	00	15	30	45
19	00	15	30	45
20	00			

Młodzież z Legionowa Szkoła Liderów – EuroWeek

Uczniowie Zespołu Szkolno-Przedszkolnego nr 2 w Legionowie wzięli udział w obozie szkoleniowym z języka angielskiego EuroWeek - Szkoła Liderów, który odbył się w Łądku Zdroju. To specjalny obóz edukacyjny pozwalający młodym ludziom aktywnie włączyć się w życie demokratycznego społeczeństwa dzisiejszej Europy.

Zajęcia dla uczniów były prowadzone w języku angielskim, w formie warsztatów dla każdej grupy wiekowej z wykorzystaniem interaktywnych metod, prezentacji i gier. Prowadzącymi byli wolontariusze z takich krajów, jak: Filipiny, Indie, Urugwaj, Armenia, Turcja, Czarnogóra, Indonezja i Peru.

W czasie trwania obozu językowe uczniowie zwiedzili Łądek Zdrój, ale też Wiedeń, stolicę i największe miasto w Austrii, które jest znaczącym ośrodkiem kultury europejskiej.

Uczniowie mieli okazję zobaczyć gotycką Katedrę św. Szczepana, Pałac Schönbrunn, Belweder, Muzeum Historii Naturalnej, Kościół św. Boromeusza, Ratusz, Parlament, austriacką Bibliotekę Narodową, ale też Operę Wiedeńską. Mogli również przypomnieć sobie, że kompozytorami związanymi z Wiedniem są



– określani jako klasycy wiedźscy – Ludwig van Beethoven, Józef Haydn, Wolfgang Amadeus Mozart.

Na zakończenie obozu każdy uczestnik otrzymał certyfikat. Ostatni wieczór był wyjątkowy. Prezentowali się bowiem uczniowie w ramach realizacji powierzonych zadań, ale i nauczyciele biorący udział w obozie. Wspólnie z kadrą nauczycielską z Tarnowa nauczyciele zatańczyli poloneza.

Udział w obozie był zorganizowany po raz pierwszy i bardzo spodobał się uczniom. Koordynatorzy do organizacji międzynarodowych spotkań – Monika Goszczyńska-Bartkowska i Marcin Kołodziński – liczą na dalszą owocną współpracę z fundacją i wolontariuszami, a obozy EuroWeek dla uczniów zapisują w kalendarz jako szkolną tradycję.

ŹRÓDŁO: ZSP 2 W LEGIONOWIE

Nie trzeba mówić, aby mówić

Październik obchodzony jest jako Międzynarodowy Miesiąc Alternatywnych i Wspomagających Metod Komunikacji (MM AAC). Z tej okazji Powiatowy Zespół Szkół i Placówek Specjalnych w Legionowie po raz kolejny włączył się do udziału w akcji mającej na celu przybliżenie mieszkańcom powiatu sytuacji osób niemówiących.

"Mówię ręką, okiem, nogą, nosem" to hasło tegorocznej kampanii mającej na celu zwrócić uwagę społeczeństwa na osoby niepełnosprawne,



które porozumiewają się z otoczeniem nie używając mowy zastępując słowa gestami i symbolami graficznymi. Aby osoby te nie pozostały niezauważone i izolowane, oraz aby mogły skutecznie funkcjonować w przestrzeni publicznej, Przedszkole Specjal-

ne organizuje Grę Miejską dla przedszkolaków z terenu powiatu. Do udziału w przedsięwzięciu zaproszono legionowskie instytucje – Urząd Miasta, Muzeum Historyczne, Poczytalnię i obie filie Miejskiego Ośrodka Kultury oraz Centrum Handlowe Gondola. Przedszkolaki odwiedzą te miejsca zdobywając wiedzę na temat alternatywnych metod komunikacji. Pomagać im w tym będą animatorzy, a zajęcia przeprowadzone zostaną w formie zabaw dostosowanych do wielu i możliwości przedszkolaków. (więcej informacji www.legionowo.pl)

Uczniowskie Murale

We wtorek (10.10) rozpoczęły się prace przy kolejnym legionowskim muralu. Tym razem powstanie on na murach dziedzińca szkoły przy ulicy Królowej Jadwigi – Zespołu Szkół Ogólnokształcących nr 2 im. Króla Jana III Sobieskiego.

Mural wykonują sami uczniowie gimnazjum – zwycięzcy konkursu realizowanego w minionym roku szkolnym. Konkurs pt. „Portret na Króla Jana III Sobieskiego – patrona szkoły” wyłonił 3 laureatów. Pierwsze miejsce zajęła Anna Pawłowska i Mikołaj Roszczyk. Drugie miejsce zajęła Emilia Stosio i Natalia Karpińska, natomiast trzecie Magdalena Sobiech. Zwycięskie projekty będą wykonane

na ścianie patia szkolnego. Uczniowie wyróżnieni będą też malować logo Królewskiej Dwójki. Gimnazjaliści stawiali pierwsze kroki już w tym tygodniu - pracują pod okiem artysty Rafała Roskowińskiego – autora najdłuższego muralu historycznego w Polsce, jaki powstał wzdłuż ulicy Szwajcarskiej. Zapraszamy do obejrzenia galerii fotografii na stronie Fb LegionowoPorusza.

Nagrody dla studentów

Uwaga studentów! Termin składania wniosków o stypendia upływa 5 listopada br.

Szczegółowe warunki przyznawania tego stypendium określa rozdział II Programu Stypendialnego Gminy Legionowo (Uchwała Nr XXIX/383/2013 Rady Miasta Legionowo z dnia 27 lutego 2013 r.). O stypendium mogą starać się studenci będący mieszkańcami Legionowa, którzy spełniają niżej wymienione wymagania:

- 1) byli studentami studiów stacjonarnych w roku akademickim poprzedzającym termin złożenia wniosku o przyznanie tego stypendium;
- 2) nie ukończyli 25 roku życia;
- 3) nie powtarzali żadnego roku studiów;
- 4) osiągający wysokie wyniki w nauce – uzyskali średnią ocen powyżej 4,7 w roku akademickim poprzedzającym termin złożenia wniosku o przyznanie tego stypendium z uwzględnieniem indywidualnej skali ocen stosowanej na uczelni;
- 5) w roku akademickim poprzedzającym złożenie wniosku aktywnie brali udział w:
 - a) w programach/projektach naukowych na szczeblu międzynarodowym lub ogólnopolskim lub,
 - b) konferencjach/warsztatach/spotkaniach na szczeblu międzynarodowym lub ogólnopolskim związanych z przedmiotem studiów lub,
 - c) w przedsięwzięciach na rzecz Miasta Legionowo i jego mieszkańców ;
- 6) zaliczyli I rok studiów
- 7) nie przebywali na urlopie, który przerywa tok studiów.

Dzień Edukacji Narodowej

Z okazji Dnia Edukacji Narodowej w czwartek (12.10) o godzinie 17.00 w legionowskim ratuszu odbyła się uroczystość wręczenia nagród przedstawicielom kadry pedagogicznej legionowskich placówek oświatowych. Życzenia dla zgromadzonych nauczycieli w imieniu samorządu złożyli Starosta Legionowski Robert Wróbel oraz Zastępca Prezydenta Piotr Zadrozny.

Kwiaty, nagrody i wyróżnienia dla legionowskich nauczycieli oraz występy artystyczne – to wszystko działo się podczas gali na sali widowiskowej ratusza w czwartkowy wieczór. Okazji ku gratulacji było wiele. W tym roku po raz piąty został przeprowadzony konkurs „Innowacyjny nauczyciel”, „Lider twórczego zarządzania”. Patronat nad tegoroczną edycją objął Mazowiecki Kurator Oświaty, Miesięcznik Kierowniczej Kadry Oświatowej „Dyrektor Szkoły” oraz Wydawnictwa Szkolne i Pedagogiczne. Oceny składanych wniosków dokonywała Kapituła złożona z niezależnych ekspertów:

1. Krystyna Mucha, dyrektor Wydziału Kształcenia Ogólnego Kuratorium Oświaty w Warszawie;



2. Małgorzata Pomianowska, redaktor naczelna miesięcznika „Dyrektor Szkoły”;

3. Anna Gocłowska – pracownik Wydziału Nadzoru Pedagogicznego Ośrodka Rozwoju Edukacji w Warszawie;

4. Cezary Zawistowski – Radca Ministra w Departamencie Wychowania i Kształcenia Integracyjnego Ministerstwa Edukacji Narodowej;

5. Jarosław Matuszewski – Dyrektor Komunikacji i Rzecznik Prasowy Wydawnictw Szkolnych i Pedagogicznych.

Na wniosek Kapituły wyróżnienie Innowacyjny nauczyciel zostało przyznane: Pani Dominice Miaz nauczycielowi biblioteki w Zespole Szkolno – Przedszkolnym nr 2 w Legionowie, Pani Joannie Grzegorzólc nauczycielowi Przedszkola Miejskiego z Oddziałami Integracyjnymi nr 7 w Legionowie, Pani Ewie Konarzewskiej nauczycielowi religii w Zespo-

le Szkół Ogólnokształcących nr 2 w Legionowie, Pani Katarzynie Grabowskiej nauczycielowi w Zespole Szkolno - Przedszkolnym w Legionowie. Wyróżnienie Lider twórczego zarządzania otrzymała Pani Grażyna Chojnowska Dyrektor Przedszkola Miejskiego nr 12.

Dzień Edukacji Narodowej obchodzimy 14 października. Z tej okazji wszystkim nauczycielom oraz pracownikom placówek oświatowych składane są życzenia i podziękowania za trud jaki wkładają w wykonywanie swojej pracy.

IWONA WYMAZAŁ

Nagrody Prezydenta Miasta Legionowo za osiągnięcia w pracy dydaktyczno-wychowawczej i opiekuńczej otrzymali:

- **Pan Witold Domaszewicz** – nauczyciel wychowania fizycznego w Zespole Szkół Ogólnokształcących nr 2;
- **Pani Beata Guzek** – nauczyciel edukacji wczesnoszkolnej i techniki w Szkole Podstawowej nr 8;
- **Pani Joanna Kapusta** – nauczyciel geografii w Szkole Podstawowej nr 8;
- **Pani Joanna Kłak** – nauczyciel przyrody i logopeda w Szkole Podstawowej nr 1;
- **Pani Katarzyna Młynarska** – nauczyciel wychowania fizycznego w Szkole Podstawowej nr 2 w Zespole Szkolno-Przedszkolnym nr 2;
- **Pani Katarzyna Niziołek** – nauczyciel języka polskiego w Szkole Podstawowej nr 1;
- **Pani Beata Niziołek** – nauczyciel biologii i przyrody w Szkole Podstawowej nr 3;
- **Pani Elżbieta Piętak** – nauczyciel edukacji wczesnoszkolnej w Szkole Podstawowej nr 7;
- **Pani Beata Szlachetka** – wicedyrektor i nauczyciel matematyki w Zespole Szkolno – Przedszkolnym nr 2;
- **Pani Monika Agnieszka Wasilewska** – nauczyciel języka angielskiego w Zespole Szkół Ogólnokształcących nr 2;
- **Pani Lucyna Anna Bator** – nauczyciel Przedszkola Miejskiego nr 3;
- **Pani Elżbieta Foszner** – nauczyciel Przedszkola Miejskiego nr 2 w Zespole Szkolno – Przedszkolnym nr 2;
- **Pani Izabela Kurmanowska** – nauczyciel Przedszkola Miejskiego z Oddziałami Integracyjnymi nr 7;
- **Pani Marzena Markowska** – nauczyciel Przedszkola Miejskiego Integracyjnego nr 5;
- **Pani Monika Skok-Grella** – nauczyciel Przedszkola Miejskiego nr 12;
- **Pani Anna Obidzińska** – starszy opiekun dziecięcy w Żłobku Miejskim w Legionowie.

Wyróżnienia specjalne Prezydenta Miasta Legionowo otrzymali:

- **Pani Joanna Bieńko** – nauczyciel języka polskiego w Szkole Podstawowej nr 3;
- **Pani Adrianna Falkowska** – pedagog w Zespole Szkolno-Przedszkolnym nr 2.



Nagrody Prezydenta otrzymali również:

- **Ewa Jabłońska**, dyrektor Szkoły Podstawowej nr 1;
- **Dorota Kuchta**, dyrektor Zespołu Szkolno – Przedszkolnego nr 2;
- **Agnieszka Kobylńska**, dyrektor Zespołu Szkolno – Przedszkolnego;
- **Mariusz Borkowski**, dyrektor Szkoły Podstawowej nr 7;
- **Agnieszka Jakubowska**, dyrektor Szkoły Podstawowej nr 8;
- **Maria Serdeczna**, dyrektor Zespołu Szkół Ogólnokształcących nr 2;
- **Wioletta Kinicka**, dyrektor Przedszkola Miejskiego nr 1;
- **Małgorzata Kiliś**, dyrektor Przedszkola Miejskiego nr 3;
- **Elżbieta Rucińska**, dyrektor Przedszkola Miejskiego Integracyjnego nr 5;
- **Katarzyna Skrzypek**, dyrektor Przedszkola Miejskiego nr 6;
- **Dorota Stankiewicz**, dyrektor Przedszkola Miejskiego z Oddziałami Integracyjnymi nr 7;
- **Beata Piasecka**, dyrektor Przedszkola Miejskiego nr 9;
- **Bogusława Kaźmierczak**, dyrektor Przedszkola Miejskiego nr 10;
- **Renata Salamon**, dyrektor Przedszkola Miejskiego nr 11;
- **Grażyna Chojnowska**, dyrektor Przedszkola Miejskiego nr 12;
- **Barbara Mierzejewska**, dyrektor Żłobka Miejskiego.

Uchwała antysmogowa na M

Problem zanieczyszczenia powietrza w Polsce znany jest od dziesięcioleci. W czasach PRL-u szczególnie we znaki dawał się przemysł ciężki. Później, szczególnie wokół największych miast, doszło do gwałtownego wzrostu liczby domów jednorodzinnych. Wokół samej Warszawy po 1989 r. przybyło kilkaset tysięcy nowych domów. W większości z nich jest kominek lub kocioł centralnego ogrzewania na węgiel. W Legionowie już 2001 r. przyjęto miejscowy plan zagospodarowania przestrzennego, zgodnie z którym w domach jednorodzinnych można stosować jedynie niskoemisyjne ogrzewanie – gazowe, olejowe lub odnawialne źródła energii. Jednak przyjęte rozwiązania nie okazały się wystarczające, stąd też od 2015 roku urząd dotuje legionowianom wymianę pieców i zakup pomp ciepła.

Postępująca urbanizacja, także w sąsiednich gminach, wzrost ruchu samochodowego oraz kryzys gospodarczy w 2008 r. i związany z osłabieniem złotego wzrost cen nośników energii powodowały pogorszenie środowiska w Legionowie. W 2014 r. rozpoczęto na stacji pomiarowej przy ul. Zegrzyńskiej pomiary automatyczne stężeń pyłów PM_{2,5}. Ich wyniki są na bieżąco publikowane na stronach internetowych, dostępne w różnych aplikacjach mobilnych. Wyniki za rok 2014 r. pokazały, że przekroczone są dopuszczalne stężenia pyłów. Głównym ich źródłem jest ogrzewanie budynków drewnem opałowym lub węglem. Dlatego w 2015 r. Rada Miasta Legionowo zdecydowała się na przyznawanie dotacji tym mieszkańcom, którzy zdecydują się na wymianę starych pieców na nowoczesne, gazowe, olejowe lub pompy ciepła. Do tej pory wymieniono blisko 200 starych urządzeń.

Pierwsza uchwała antysmogowa została przyjęta dla jednego z najbardziej zanieczyszczonych miast w Polsce – Krakowa. Po jej udanym przyjęciu, kolejne ogłoszono dla województw: małopolskiego oraz śląskiego. Blisko dwa lata po przyjęciu przez Sejm ustawy, pozwalającej na wprowadzanie tych przepisów – także Sejmik województwa mazowieckiego przyjął uchwałę antysmogową dla Mazowsza. Władze samorządu wojewódzkiego zdecydowały się na wprowadzenie ograniczeń na instalacje, w których następuje spalanie paliw oraz norm jakościowych dla węgla i drewna opałowego. Przepisy te obowiązują także mieszkańców Legionowa i zaowocują dalszą poprawą jakości powietrza w naszym mieście.

Już dwa tygodnie po opublikowaniu uchwały w Dzienniku Urzędowym Województwa Mazowieckiego, będzie można instalować wyłącznie kotły centralnego ogrzewania, kominki, piece itp. spełniające normy dotyczące emisji spalin określone w rozporządzeniach Komisji Europejskiej 2015/1189 oraz 2015/1185.

Od 1 lipca 2018 r. wchodzi w życie wymagania dla węgla i drewna. **Zakazuje się stosowania następujących paliw:**

1) mułów i flotokoncentratów węglowych oraz mieszanek produkowanych z ich wykorzystaniem;



Rozporządzenie Komisji (UE) 2015/1189 wyznacza następujące wymagania dla kotłów na paliwa stałe:

- sezonowa efektywność energetyczna nie może być mniejsza niż 75% dla kotłów o znamionowej mocy cieplnej do 20 kW lub nie może być mniejsza niż 77% dla kotłów o znamionowej mocy cieplnej przekraczającej 20 kW;
- emisje cząstek stałych (PM) nie mogą przekraczać 40 mg/m³ w przypadku kotłów z automatycznym podawaniem paliwa oraz 60 mg/m³ w przypadku kotłów z ręcznym podawaniem paliwa;
- emisje organicznych związków gazowych (OGC) nie mogą przekraczać 20 mg/m³ w przypadku kotłów z automatycznym podawaniem paliwa oraz 30 mg/m³ w przypadku kotłów z ręcznym podawaniem paliwa;
- emisje tlenku węgla (CO) nie mogą przekraczać 500 mg/m³ w przypadku kotłów z automatycznym podawaniem paliwa oraz 700 mg/m³ w przypadku kotłów z ręcznym podawaniem paliwa;
- emisje tlenków azotu (NO_x), wyrażone jako ekwiwalent dwutlenku azotu, nie mogą przekraczać 200 mg/m³ w przypadku kotłów na biomasę oraz 350 mg/m³ w przypadku kotłów na paliwa kopalne.

Natomiast rozporządzenie Komisji (UE) 2015/1185 wyznacza niżej wymienione wymagania dla miejscowych ogrzewaczy pomieszczeń:

- sezonowa efektywność energetyczna nie może być niższa niż:
 - 79% dla ogrzewaczy z zamkniętą komorą spalania wykorzystujących pelet,
 - 65% dla ogrzewaczy z zamkniętą komorą spalania wykorzystujących inne paliwo niż pelet i dla kuchenek,
 - 30% dla ogrzewaczy z otwartą komorą spalania;
- emisje cząstek stałych (PM) nie mogą przekraczać:
 - 20 mg/m³ dla ogrzewaczy z zamkniętą komorą spalania wykorzystujących pelet,
 - 40 mg/m³ dla ogrzewaczy z zamkniętą komorą spalania wykorzystujących inne paliwo niż pelet i dla kuchenek,
 - 50 mg/m³ dla ogrzewaczy z otwartą komorą spalania;
- emisje organicznych związków gazowych (OGC) nie mogą przekraczać:
 - 60 mgC/m³ dla ogrzewaczy z zamkniętą komorą spalania wykorzystujących pelet,
 - 120 mgC/m³ dla ogrzewaczy z zamkniętą komorą spalania wykorzystujących inne paliwo niż pelet, dla kuchenek i dla ogrzewaczy z otwartą komorą spalania;
- emisje tlenku węgla (CO) nie mogą przekraczać:
 - 300 mg/m³ dla ogrzewaczy z zamkniętą komorą spalania wykorzystujących pelet,
 - 1 500 mg/m³ dla ogrzewaczy z zamkniętą komorą spalania wykorzystujących inne paliwo niż pelet i dla kuchenek,
 - 2 000 mg/m³ dla ogrzewaczy z otwartą komorą spalania;
- emisje tlenków azotu (NO_x) nie mogą przekraczać:
 - 200 mg/m³ dla ogrzewaczy z otwartą komorą spalania oraz z zamkniętą komorą spalania i kuchenek wykorzystujących biomasę,
 - 300 mg/m³ dla ogrzewaczy z zamkniętą komorą spalania i kuchenek wykorzystujących węgiel i dla ogrzewaczy z otwartą komorą spalania.

wych oraz mieszanek produkowanych z ich wykorzystaniem;
2) węgla brunatnego oraz paliw stałych produkowanych z wykorzystaniem tego węgla;
3) węgla kamiennego w postaci sypkiej o uziarnieniu 0-3 mm;
4) paliw zawierających biomasę o wilgotności w stanie roboczym powyżej 20%.

Do końca 2022 r. użytkownicy kotłów centralnego ogrzewania na paliwa stałe, niespełniających wymagań w zakresie sprawności cieplnej i emisji zanieczyszczeń określonych dla klasy 3, 4 lub 5 według normy PN-EN 303-5:2012 będą musieli wymienić je na nowe, ekologiczne urządzenia.

Do końca 2027 obowiązek ten obejmie także posiadaczy względnie nowoczesnych urządzeń klasy 3 oraz 4 według normy PN-EN 303-5:2012.

Użytkownicy kominków, pieców, kuchni węglowych, kóz, trocinaków i tym podobnych urządzeń, w których następuje spalanie paliw stałych będą musieli do końca 2022 r. wyposażyć je w urządzenie zapewniające redukcję emisji pyłu do wartości określonych w normach unijnych lub wymienić na nowe. Ewentualnie całkowicie zaprzestać ich eksploatacji – z punktu widzenia ochrony powietrza jest to rekomendowane działanie.

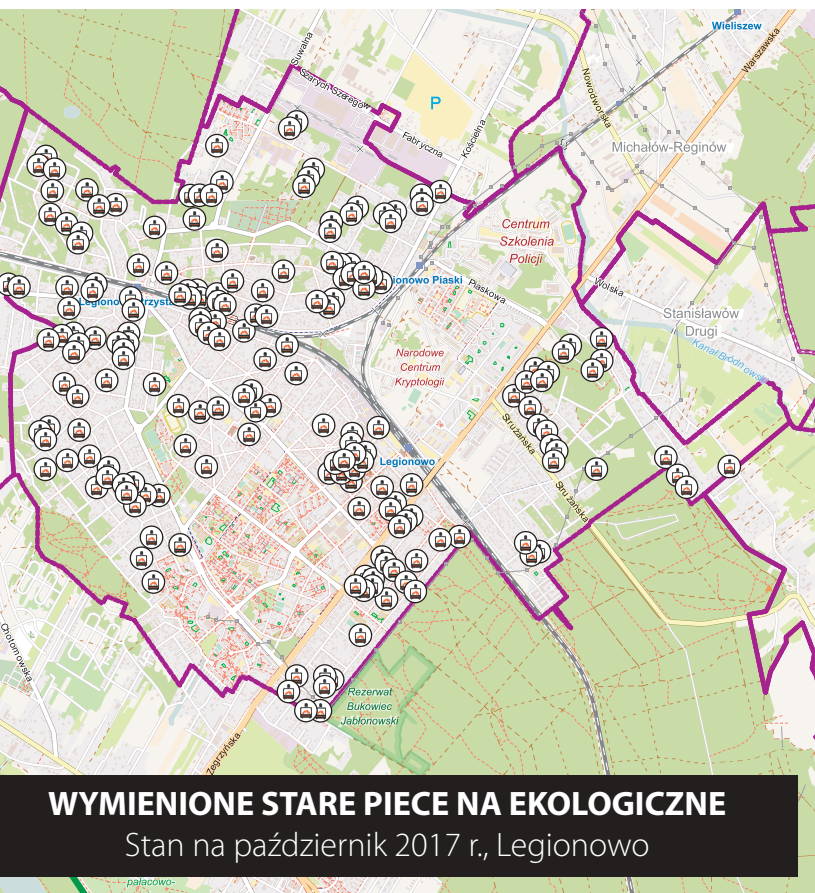
Zadania kontrolne w zakresie przestrzegania przepisów wprowadzonych uchwałą mogą prowadzić: Straż Miejska, upoważnieni pracownicy Urzędu Miasta Legionowo, Policja oraz inspektorzy Inspekcji Ochrony Środowiska. Nie stosowanie się do przepisów zawartych w uchwale grozi mandatem a nawet karą grzywny do 5000 zł.

W Legionowie można uzyskać dotacje na wymianę starego kotła centralnego ogrzewania na nowy gazowy, olejowy lub na pompę ciepła.

Do tej pory udało się podpisać umowy ze 190 mieszkańcami.

Dzięki prowadzonym działaniom udało się o około 30% zredukować stężenie pyłów PM_{2,5} w Legionowie w ciągu ostatnich dwóch lat.

azowszu



WYMIENIONE STARE PIECE NA EKOLOGICZNE

Stan na październik 2017 r., Legionowo

WYMIENI PIĘC NA NOWY! SPRAWDŹ SZCZEGÓŁY NA
www.legionowo.pl

Dlaczego drewno nie jest EKO?

Przeświadczenie o „ekologiczności” drewna jest jednym z najczęściej powtarzanych mitów.

Owszem – w bilansach dotyczących emisji dwutlenku węgla w skali całego kraju przyjmuje się, że biomasa jest energią odnawialną – w miejsce wyciętych drzew wyrosnie nowy las. Ale spalanie biomasy w elektrowniach zawodowych jest bezpieczne dla środowiska – wysokie temperatury powodują całkowity rozkład drewna do dwutlenku węgla i wody, a frakcja mineralna jest zatrzymywana na elektrofiltrach.

Tymczasem ogrzewanie domów drewnem w kominach, kozach, piecach niczym nie różni się pod względem toksyczności od palenia papierosów. Dym papierosowy jest rakotwórczy nie dlatego, że tytoń jest szczególnie trującą rośliną, ale dlatego, że spalamy materię organiczną w niskiej temperaturze. Ogrzewając dom kominkiem lub paląc liście w ogrodzie emitujemy taką ilość substancji szkodliwych dla środowiska, jaka powstała by z wypalenia setek papierosów jednocześnie. Efekt – stężenie kancerogennego benzo(a)pirenu w Legionowie jest tak wysokie, że każdy mieszkaniec otrzymuje dawkę porównywalną z wypaleniem kilku papierosów dziennie.

Wprawdzie w ciągu ostatnich dwóch lat, dzięki szeroko zakrojonym działaniom, stężenie to spadło blisko dwukrotnie, z 6,42 ng/m³ do 3,81 ng/m³ niemniej wciąż znacznie przekracza dopuszczalną normę wynoszącą 1 ng/m³. W gęsto zaludnionym obszarze miejskim nie powinno się stosować jakichkolwiek paliw stałych do indywidualnego ogrzewania domów.

XXXV Biegi Przełajowe o Puchar Prezydenta Miasta Legionowo

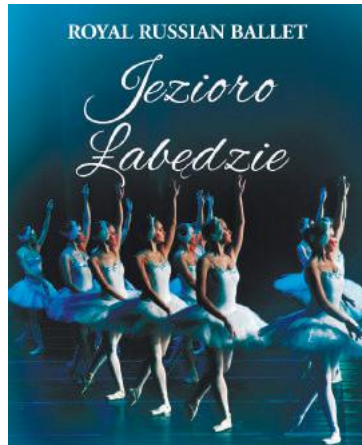
Drodzy biegacze, po krótkiej przerwie serdecznie zapraszamy na mikołajkowe biegi przełajowe.

XXXV Biegi Przełajowe o Puchar Prezydenta Miasta Legionowo, odbędą się 9 grudnia. Start przy polanie leśnej ul. Zakopiańska. Zapisy na biegi open od 10 listopada na stronie www.protempo.pl i www.arenalegionowo.pl. SK



Royal Russian Ballet

Już dziś zapraszamy na arcydzieło sztuki baletowej – „Jezioro łabędzie” w wykonaniu zespołu o międzynarodowej sławie Royal Russian Ballet, który wystąpi 29 listopada br. w Arenie Legionowo. Bilety do nabycia: Szkoła Tańca Baletka, www.kupbilecik.pl, www.eventim.pl. SK



Otwarty Turniej Siatkówki

W dniu 15.10.2017 r. odbył się turniej piłki siatkowej w kategoriach do lat 16 i open zorganizowany przez Arenę Legionowo. W turnieju wzięło udział 15 zespołów podzielonych na 4 grupy.

Mecz o 1 miejsce wygrały Hultaje-Niebiescy 2-0 w meczu o 3 miejsce zwyciężyła drużyna Białółka-Grugnicka Team 1-0. Bardzo dziękujemy za udział i wszystkim serdecznie gratulujemy. SK

XXXIV Biegi Przełajowe o Puchar Prezydenta Miasta Legionowo

XXXIV Biegi Przełajowe o Puchar Prezydenta Miasta Legionowo za nami, pogoda dopisała, humory również. Zawodnicy w świetnej formie stanęli do sportowej rywalizacji. W biegu dzieci i młodzieży wzięło udział 170 uczestników, w kategorii open pobiegło 130 sportowców. Wszyscy cało i zdrowo dotarli do mety. Zwycięzcom serdecznie gratulujemy. SYLWIA KLEJMENT

ARENA LEGIONOWO Zaprasza

WYBIEGAJ SIEBIE
w każdy piątek o 18:00
Zbiórka przed Pocztylnią - przy windach

Cykliczne spotkania i treningi biegowe dla wszystkich kobiet
Zmotywujesz się do biegania, trenowania i poczujesz chęć do wszelkiego działania!

Ania Szlendak

Wybiegaj siebie do życia
Wybiegaj siebie do bycia
Wybiegaj sobie fajne towarzystwo,
ciekawe spotkania i wspólne działania!

Legionowo, #mamwybiegane

35. Mikolajkowe Biegi Przełajowe
o Puchar Prezydenta Miasta Legionowo

Sobota, 9 grudnia 2017 r.

Informacje

Biuro zawodów dla uczestników biegów:
PIĄTEK - 8 grudnia 2017 roku:
w godzinach: 8.00-18.00
hala Arena Legionowo, ul. Chrobrego 50 B
SOBOTA - 9 grudnia 2017 roku:
w godzinach: 8.30-11.30
Zespół Szkół nr 1 przy ul. Zakopiańskiej

Program

START:
SOBOTA 9 grudnia 2017 r., godzina 12.00
Dystans: kobiety 6 km mężczyźni 12 km
Dzieci i młodzież - godzina 9.50
(różne kat. wiekowe)
MIEJSCE: las legionowski.
START i META przy ul. Zakopiańskiej

Zapisy od 10 listopada 2017 r.
na stronie: www.protempo.pl

Legionowo, ARENA LEGIONOWO, KZB, MOJE LEGIONOWO, MIEJSCOWA, Wirtuose Legionowo

UWAGA!

Zapisy na biegi przełajowe od 10 listopada!

Kalendarz wydarzeń

MOK
ul. C. K. Norwida 10**3-30 listopada** **wystawa****Miejsce:** MOK, ul. Norwida 10

Wystawa grafik komputerowych Zdzisława Beksińskiego.

Wystawę można oglądać w godz. 10.00 – 15.00, a w godz. 15.00 – 20.00 po wcześniejszym zgłoszeniu telefonicznym – nr tel.: 22 784 44 99

4 listopada **17.00****Miejsce:** MOK, ul. Norwida 10

Wokół Beksińskiego – słowo i obraz. Czytanie nowel fantastycznych Zdzisława Beksińskiego. Projekcja filmu „Ostatnia rodzina”. Wstęp wolny

5 listopada **13.00****Miejsce:** sala widowiskowa

Artystyczny kalejdoskop – koncert dla dzieci

10 listopada **19.00****Miejsce:** Ratusz

Wernisaż wystawy grafik Zdzisława Beksińskiego z udziałem Muzyki Sfer. Wstęp tylko z zaproszeniami.

11 listopada **19.00****Miejsce:** Kościół Świętego Ducha,
ul. ks. J. Schabowskiego 2

Wernisaż wystawy grafik Zdzisława Beksińskiego z udziałem Muzyki Sfer. Wstęp tylko z zaproszeniami

12 listopada **12.00****Miejsce:** filia MOK, ul. Targowa 65

Salon Artystyczny im. F. Chopina „Dla pokrzepienia serc – koncert na Święto Niepodległości”. Uwaga: w programie utwory Tadeusza Kościuszki! Wystąpi kwartet fletowy Quartetto con l'anima

12 listopada **14.00****Miejsce:** filia MOK, ul. Targowa 65

Pierwsze spotkanie KLUBU WINYLOWEJ PŁYTY

13-30 listopada **wystawa****Miejsce:** Galeria Sztuki Ratusz

Zbiorowa wystawa malarstwa Związku Polskich Artystów Malarzy i Grafików

14 listopada **12.30****Miejsce:** MOK, ul. Norwida 10

Koncert dla dzieci „Zaczarowany kociołek” w wykonaniu artystów Filharmonii Narodowej. Wstęp wolny

14 listopada **15.00****Miejsce:** sala widowiskowa

Kino Seniora – projekcja filmu „Z miłości do...” reżyseria: Paul Andrew Williams, 2012. Wstęp wolny

16 listopada **11.00****Miejsce:** sala widowiskowa

Finał akcji „Mówię ręką, nogą, nosem, okiem” – na zakończenie Międzynarodowego Miesiąca Alternatywnych i Wspomagających Metod Komunikacji

17 listopada **19.00****Miejsce:** sala widowiskowa

Koncert galowy laureatów Miejskiego Festiwalu Młodych Talentów. Wstęp wolny

18 listopada **17.00****Miejsce:** Galeria Sztuki Ratusz

Wernisaż wystawy zbiorowej Związku Polskich Artystów Malarzy i Grafików

18 listopada **18.00****Miejsce:** sala widowiskowa

Koncert. Renata Przemyk – Akustik Trio. Bilety: 50 zł – dostępne w MOK Legionowo, ul. Norwida 10

19 listopada **15.00****Miejsce:** sala widowiskowa

Niedzielne Spotkania z Bajką – spektakl „Koziołek Matołek” teatru Vaška. Bilety – 10 zł – dostępne w MOK Legionowo, ul. Norwida 10

25 listopada **18.00****Miejsce:** sala widowiskowa

Wieczór Kabaretowy Stanisław Tym i Kabaret Rewers. 80-te Urodziny Misia w Legionowie! Bilety: 60 zł – dostępne na ticketpro, biletynakabarty i u organizatora – tel.: 609 108 123

**BIBLIOTEKA - POCZYTALNIA**
Centrum Komunikacyjne**9 listopada** **19.00****Miejsce:** Poczytalnia

Czwartek z kryminałem – spotkanie autorskie z Olgą Rudnicką. Wstęp wolny.

10 listopada **20.00****Miejsce:** Poczytalnia

Rodzynki i migdały, czyli muzyka, piosenka i humor żydowski, występ aktorów Teatru Żydowskiego: Moniki Chrzastowskiej i Marka Węglarskiego, wystawa malarstwa Małgorzaty Krasuckiej MARGALIT, degustacja – bajgle z pstrągiem i pastami oraz rugelach i gviniyot. Wstęp płatny: 25 zł bilet.

17 listopada **19.00****Miejsce:** Poczytalnia

Spotkanie autorskie z Magdaleną Witkiewicz. Wstęp wolny.

19 listopada **16.00****Miejsce:** Poczytalnia

„Pasja Passent, czyli świat książki według Agaty” – spotkanie z Sylwią Chutnik. Wstęp wolny

25 listopada **18.00****Miejsce:** Poczytalnia

Spektakl teatralny „Wanda Wasilewska” w ramach projektu Monodram: „Mały teatr, duża sztuka”. Wstęp wolny

**Śledź Miasto i bądź na bieżąco!**

facebook /LegionowoPorusza



facebook /MiastoLegionowo



Instagram /legionowo_official



twitter /legionowomiasto



YouTube Kanal: Legionowo Official

IMPREZA

IMPREZA

IMPREZA

IMPREZA

IMPREZA

IMPREZA

IMPREZA

IMPREZA

V Festival Gęsiny
11 listopada
ARENA godz. 16.00
ul. Chrobrego 50 B

OBCHODY NARODOWEGO ŚWIĘTA NIEPODLEGŁOŚCI
11 XI 2017 • OD GODZ. 13.00

więcej www.legionowo.pl