



CYFROWY PULS



Rozkłady jazdy  
Darmowej Komunikacji Miejskiej



str. 8-9

# puls Miasta

Bezpłatny miesięcznik Miasta Legionowo  
16 stron

Nr 2 | luty/marzec 2024 | ISSN 2544-8633  
Nakład: 9 tys. egzemplarzy

Wersja cyfrowa na legionowo.pl

## Edukacja

Innowacyjny nauczyciel – wywiad z Moniką Anną Czarnecką. Wieści ze szkół. Uwaga stypendia!

Str. 4 i 5

## Inwestycje

Park kieszonkowy. Remonty dróg.

Str. 6

## Wybory 2024

Co powinieś wiedzieć?

Zmiana miejsc do głosowania.

Str. 7

## Puls Seniora

Zajęcia w LUTW oraz w Klubie Seniora +. Fotorelacja z warsztatów rękodzieła i hortiterapii.

Dzień Kobiet. Za co dziękujemy swoim dziadkom?

Str. 10 i 11

## Bezpieczeństwo

Nowelizacja prawa dotycząca bezpieczeństwa najmłodszych dzieci. Uwaga na dziki! Akcje Straży Miejskiej w Legionowie. Wandale atakują! Zniszczenia na terenie miasta. Modernizacja systemu monitoringu, zwiększone nakłady finansowe z przeznaczeniem na patrole policji na ulicach.

Str. 3 i 12

## Zdrowie

Zaproszenie na turnusy z krioterapią. Bezpłatne badania na obecność markerów nowotworowych układu pokarmowego.

Str. 11 i 13

## Kultura

Co się dzieje w Scenie po sąsiedztwu? Kino Helios zaprasza. Co czytać – o nowościach piszą bibliotekarki

Str. 13, 14, 15 i 16

## LEGIONOWSKI DZIEŃ KOBIEC

UWIERZ W SIEBIE!

10 marca 2024

Urząd Miasta Legionowo

GODZ. 14:00 - 19:00

WIĘCEJ BILETÓW! NOWE MIEJSCE!



KULTURA

ROZRYWKA

EDUKACJA



KINGA KLEJMENT  
trenerka i mentorka kobiet  
PROWADZĄCA

POKAZ MODY

FOTOBUDKA 360°

ZABAWA PREZENTOWA

DARMOWY BILET NA STRONIE

[www.kingaklejment.pl](http://www.kingaklejment.pl)

Dofinansowano ze środków Gminy Miejskiej Legionowo

## Bezpieczeństwo dzieci to nasz priorytet

Do 15 sierpnia 2024 roku wszystkie instytucje pracujące z dziećmi muszą dostosować swoją działalność do nowych przepisów. Nowelizacja Kodeksu rodzinnego i opiekuńczego ma na celu stworzenie warunków skutecznej ochrony małoletnich. To tak zwana „Ustawa Kamilka”, która swoją potoczną nazwę wzięła od ośmioletniego Kamila z Częstochowy, który został zakatowany przez ojczyma.

Kogo dotyczy ustawa? Obowiązek wprowadzenia standardów ochrony małoletnich mają organy takie jak przedszkola, szkoły i schroniska młodzieżowe. Ale nie tylko! Wszystkie organizacje do których uczęszczają małoletni, muszą dostosować się do nowych przepisów.

Jakie mają być efekty tych prac? Efekt działań musi być zbieżny z wymaganiami zawartymi w zapisach ustawy. Opracowane dokumenty mają określać zasady zapewniające bezpieczne relacje między małoletnim a pracownikami szkoły, a w szczególności zachowania niedozwolone wobec małoletnich. Mają jasno wskazywać zasady i procedurę podejmowania interwencji

w sytuacji podejrzenia krzywdzenia lub posiadania informacji o krzywdzeniu małoletniego, a także osoby odpowiedzialne za składanie zawiadomień o podejrzeniu popełnienia przestępstwa na szkodę małoletniego, zawiadomienie sądu opiekuńczego oraz osoby odpowiedzialne za wszczynanie procedury "Niebieskie Karty". Program ma opisywać m.in. w jaki sposób mają być przeszkoleni pracownicy placówek, rodzaje współpracy z rodzicami i opiekunami dziecka. W ten sposób każdy incydent ujawniony czy zgłoszony będzie odpowiednio musi być udokumentowany. Opis zachowań niedozwolonych, zasady korzystania z urządzeń elektronicznych z dostępem do sieci, procedury ochrony dzieci



przed treściami szkodliwymi i zagrożeniami w sieci oraz utrwalonymi w innej formie, a także zasady ustalania planu wsparcia małoletniego po ujawnieniu krzywdzenia – to wszystko powinna zawierać dokumentacja w szkołach.

Wszystkie legionowskie placówki zostały zobligowane do usilnej pracy

nad wdrożeniem nowych standardów. Towarzyszyły temu szkolenia, spotkania, warsztaty i prace w specjalnych, stworzonych na tę okoliczność zespołach.

**O pracach w legionowskich placówkach oświatowych można przeczytać na stronie nr 3.**



## Zdrowy dzień kobiet nie tylko dla Pań

8 marca godz. 9:00 – 15:00

Bezpłatne badania

Str. 11



### Szanowni Mieszkańcy,

kolejny numer Pulsu Miasta trafia w tym roku w Wasze ręce. Jak co miesiąc Puls Miasta przedstawia obraz Legionowa – miasta wszystkich i dla wszystkich. Naszej małej ojczyzny, którą współtworzymy razem oraz z której powinniśmy być dumni. Codziennie spotykamy się na jego ulicach, przystankach, parkach, stacjach. Razem tworzymy jego historię, a także rozwijamy je oraz współtworzymy dla nas, a także naszych dzieci. Dlatego dalej rozwijamy Nasze miasto dla dobra obecnych oraz przyszłych mieszkańców Legionowa, tak aby każdy mógł nazywać je swoim domem.

Początek roku to jak zwykle moment w którym rozpoczynamy zwiększoną aktywność nad nowymi inwestycjami – przebudowa ulicy Pałacowej i Kolejowej (str. 6). Jednocześnie nie zaniedbujemy tego co tu i teraz. Wkrótce rozpocznie się również pełne łatanie ubytków w drogach. Ku końcowi zmierzają inwestycje w oświetlenie uliczne.

W numerze znajdą Państwo również nowe rozkłady jazdy Darmowej Komunikacji Miejskiej (str. 8 i 9), który ulega zmianie od 11 marca. Nie zapominamy również o seniorach, którzy jak zwykle odnajdą cenne informacje w ich Pulsie Seniora.

### Urząd Miasta Legionowo

ul. marsz. Józefa Piłsudskiego 41,  
 tel. 22 766 40 00  
 Informacja wew. 4010,  
 Kancelaria wew. 4011  
 e-mail:  
 kancelaria@um.legionowo.pl

Godziny otwarcia:  
 poniedziałek 8:00 – 18:00  
 wtorek – piątek 8:00 – 16:00

**Nowy wóz strażacki.** Kolejne środki ze wsparcia unijnego trafiły do Legionowa. We wtorek 13 lutego Prezydent Miasta Legionowo Roman Smogorzewski podpisał umowę na dofinansowanie wozu strażackiego dla OSP w wysokości ponad miliona złotych. Głównym celem zakupu kolejnego wozu strażackiego jest zwiększenie zdolności do reakcji na zagrożenia w zakresie pożarnictwa, katastrof komunikacyjnych i środowiskowych na obszarze działalności OSP Legionowo. Projekt obejmuje zakup sprzętu oraz wyposażenia specjalistycznego. Łączna wartość projektu to: 2 047 335,00 PLN. Dofinansowanie z Unii Europejskiej to 1 023 667,50 PLN.



Trwają roboty budowlane dotyczące **przebudowy ul. Kolejowej** w Legionowie na odcinku od ul. Morwowej do granic gminy. W ramach przebudowy drogi na całym odcinku przewidziano wykonanie nowej nawierzchni jezdni mineralno-asfaltowej. Wykonawcą jest firma Wegarten Sp. z o.o., z siedzibą w Warszawie przy ul. Wał Miedzeszyński 630. Termin realizacji to 80 dni kalendarzowych. Koszt realizacji zadania to kwota 1.406.300,96 zł.

Zakończono i odebrano **prace remontowe w budynku Areny Legionowo** związane z usunięciem skutków zalania ścian za trybunami.

Rozpoczęto przygotowania do procedury związanej z przeprowadzeniem postępowania na **przebudowę drogi gminnej ul. Narutowicza** w zakresie przebudowy chodnika i zjazdów, **przebudowę ul. Wrzosowej** (od ul. Polnej do ul. gen. B. Roi) **oraz ul. Zacisznej** (od ul. Wrzosowej do ul. Słonecznej).

Przeprowadzono **przeгляд gwarancyjny budynku Domu Dziennego Senior+** przy ulicy Józefa Sowińskiego 3.

Rozpoczęto **remont ciągu pieszo-jezdnego przy ul. Wilańskiej 8** w Legionowie przy bloku 505. Zakres remontu obejmuje wymianę obrzeży oraz remont konstrukcji drogi dla pieszych i ciągu pieszo-jezdnego. Wykonawcą jest Przedsiębiorstwo Handlowo-Ustugowe „CEM-BUD” Andrzej Sebastian Łoma, z siedzibą w Józefowie przy ul. Piaskowej 7, termin realizacji to 30 dni kalendarzowych. Koszt realizacji inwestycji to kwota 110.662,82 zł.

Trwa **remont budynku przy ulicy Aleja 3 Maja 24** w Legionowie na potrzeby Lokalnego Centrum Integracyjnego.

Trwają prace wykończeniowe budynku przedszkola wraz ze zmianą sposobu użytkowania na Centrum Opiekuńczo - Mieszkalne przy ul. Jasnej. Montowane jest wyposażenie.



Kontynuacja prac nad dokumentacją projektowo-kosztorysową **przebudowy monitoringu miejskiego.**

**Ulica Wąska** zyskuje nowy wygląd. Na odcinku od ul. Szwajcarskiej do ul. Wrzosowej zyska nową nawierzchnię. Na odcinku od ul. Wrzosowej do ul. Słonecznej zakończono budowę kanalizacji deszczowej i przebudowę sieci kanalizacji teletechnicznej, trwa budowa sieci ciepłowniczej.



**Przebudowa ulicy Pałacowej** – zakończono budowę linii oświetlenia drogowego, rozpoczęto prace drogowe.

Trwa postępowanie w sprawie udzielenia zamówienia publicznego **wykonanie i montaż mozaiki** na ścianie budynku Urzędu Miasta z okazji 80 rocznicy Powstania Warszawskiego (Inicjatywa lokalna).

Rozpoczęto postępowanie w sprawie opracowania dokumentacji projektowo-kosztorysowej **budowy oświetlenia ulicy Herberta.**

Przygotowania do opracowania dokumentacji projektowo-kosztorysowej **budowy oświetlenia ulicy Wymarzonej.**

Luty upłynął pod znakiem **blokad dróg i protestów rolników.** To wydarzenie przyniosło utrudnienia na drogach DK 61 i 62 oraz DW 631 i 632.



## Urząd bliżej ludzi

Wydział Gospodarki Komunalnej. Do zadań własnych i kompetencji wydziału należy m.in.:

- utrzymanie nawierzchni dróg gminnych, chodników oraz opracowywania projektów planów finansowania remontu, utrzymania i ochrony dróg
- koordynacji robót w pasie drogowym, wydawania zezwoleń na zajęcie pasa drogowego
- przeprowadzania okresowych kontroli stanu dróg i zlecania wykonywania robót utrzymaniowych
- zlecania utrzymania czystości i porządku na drogach gminnych i zlecania zimowego utrzymania dróg gminnych i ciągów pieszych
- pozbycia się błota, śniegu, lodu i innych zanieczyszczeń uprzątniętych z chodników przez właścicieli nieruchomości przyległych do drogi publicznej
- organizowanie przewozów regularnych – komunikacja lokalna
- finansowanie oświetlenia ulic, placów i dróg
- zlecanie utrzymania przystanków i wiat przystankowych
- zapewnienie utrzymania kanalizacji deszczowej, studni oligoceńskiej, fontanny w Rynku i placu wodnego przy ul. Królowej Jadwigi
- wydawanie zezwoleń na prowadzenie schronisk dla bezdomnych zwierząt, opracowywanie i nadzorowanie programu zapobiegającego bezdomności zwierząt
- organizacja systemu roweru miejskiego
- organizowanie wydawania i rozliczanie dofinansowania kart legionowianina



**Naczelnik Wydziału  
 Gospodarki Komunalnej  
 Aleksander Rogala**

tel. 22 766 40 28  
 pokój nr 2.16



# Bezpieczeństwo dzieci to nasz priorytet

Do 15 sierpnia 2024 roku wszystkie instytucje pracujące z dziećmi muszą dostosować swoją działalność do nowych przepisów. Nowelizacja Kodeksu rodzinnego i opiekuńczego ma na celu stworzenie warunków skutecznej ochrony małoletnich. Wszystkie legionowskie placówki zostały zobligowane do usilnej pracy nad wdrożeniem nowych standardów. Towarzyszyły temu szkolenia, spotkania, warsztaty i prace w specjalnych, stworzonych na tę okoliczność zespołach.

**Celem tej nowelizacji** zwanej też „Ustawą Kamilka” jest wprowadzenie spójnych standardów postępowania na wypadek krzywdzenia dzieci. Nowelizacja swoją potoczną nazwę wzięła od ośmioletniego Kamilka z Częstochowy, który został zakatowany przez ojczyńca. Nowe przepisy są uzupełnieniem procedur ochrony dzieci przed przemocą.

W legionowskich szkołach powstały specjalne zespoły, które pracują nad wprowadzeniem nowych standardów. **Czym zajmuje się taki zespół?** - W naszym Zespole Szkolno - Przedszkolnym Nr 3 już w ubiegłym roku kalendarzowym został powołany zespół ds. opracowania dostosowanych do szkoły i przedszkola standardów ochrony małoletnich, zwanych też polityką ochrony dzieci przed krzywdzeniem. W skład zespołu wchodzi nauczyciele oraz specjaliści pracujący w naszej placówce. Zespół opracował już draft standardów, który został omówiony z dyrektorem oraz skierowany do konsultacji z pozosta-

łymi specjalistami szkolnymi i przedszkolnymi. Przygotowany dokument trafi jeszcze do konsultacji do inspektora ochrony danych oraz w części związanej z bezpieczeństwem w sieci do wydziału informatyki. Bardzo zależy nam, aby Standardy były skonsultowane z Radą Rodziców Szkoły i Przedszkola, ponadto aby opiekun Samorządu Uczniowskiego w szkole w obecności psychologa przeprowadził konsultacje z uczniami. Po zebraniu uwag procedury zostaną wdrożone zarządzeniem dyrektora zespołu. Całość zadań monitoruje oraz będzie ewaluował powołany koordynator oraz zespół ds. opracowania standardów ochrony małoletnich. Równolegle trwa weryfikacja działających w jednostce regulaminów i procedur pod kątem bezpieczeństwa uczniów i dzieci. Opracowywany dokument jest szeroko konsultowany z uwagi na jego rangę oraz potrzebę jego szerokiej znajomości wśród pracowników. - mówi dyrektor szkoły Mariusz Borkowski.

**W kwietniu b.r. Fundacja Dajemy Dzieciom Siłę będzie prowadziła szkolenia dla przedstawicieli legionowskiej oświaty oraz przedstawicieli NGO. Celem tych prac jest przede wszystkim zapewnienie bezpieczeństwa dzieciom i jasna instrukcja w jaki sposób powinniśmy postępować, gdy najmłodszy się krzywdzi.**



Większość legionowskich przedszkoli już opracowała nowe standardy i wdrożyła je w codzienne funkcjonowanie placówki. Przedszkola Miejskie - nr 1, 3, 9, 10 i 11 projekty przedstawiły już pracownikom przedszkola, Radzie Rodziców. Omawiano je na spotkaniach konsultacyjnych dyrektorów legionowskich przedszkoli. PM nr 15 zajęło się również procedurami na okoliczność indywidualnych terapii

(IPET) wykorzystujących metodę holdingu (wymuszony kontakt fizyczny) z dziećmi przejawiającymi zachowania trudne, w tym agresywne i autoagresywne. Kadra ZSP nr 2, SP nr 8, II LO oraz inne placówki korzystały z materiałów Fundacji Dajemy Dzieciom Siłę. Dużą uwagę poświęcono też zasadom bezpiecznych relacji personelu szkoły z dziećmi, zarówno w placówce, jak i w czasie wolnym i on line.

- Zobowiązałem wszystkich dyrektorów legionowskich placówek oświatowych do wprowadzenia jasnych i spójnych standardów postępowania na wypadek krzywdzenia dzieci. Jako społeczność musimy być jednomyślni w trosce o bezpieczeństwo i dobro naszych dzieci. Wprowadzenie jasnych standardów postępowania, zgodnie z ustawą Kamilka, jest nie tylko obowiązkiem, ale również wyrazem naszej troski o najmłodszych mieszkańców Legionowa. Jednak nie ograniczamy się tylko do wypełnienia zaleceń prawnych, a zamierzamy również wesprzeć rodziców we wprowadzeniu zmian poprawiających funkcjonowanie legionowskich placówek. Myślę tu o rozbudowaniu systemu monitoringu w salach żłobka, gdzie przebywają dzieci i przeprowadzaniu obserwacji psychologicznych. Dni otwarte dla rodziców dzieci ze żłobka, a także zwiększenie liczby szkoleń dla pracowników również powinno się przyczynić do większego parasola ochronnego nad najmłodszymi. - mówi Zastępca Prezydenta Miasta Legionowo Piotr Zadrożny.

## Monitoring 2.0

**„Bezpieczne miasto” to sformułowanie, które używane jest w wielu kontekstach. Samorządy mówią głównie o ograniczeniu liczby wypadków oraz walce z przestępczością; teoretycy o rozwoju modelu smart city; praktycy i aktywiści - o planowaniu miast bezpiecznych dla pieszych, rowerzystów oraz o miastach bezpiecznych dla aktywności osób w różnym wieku. Natomiast mieszkańcy liczą na spokojną okolicę, która w sposób rozsądny zapewni bezpieczeństwo wszystkim użytkownikom.**

Obecnie w Legionowie koncentrujemy się przede wszystkim na zintensyfikowaniu podejmowanych działań. Dzięki temu stan bezpieczeństwa w naszym mieście ulegnie dalszej poprawie.

Pierwszym i jednym z najważniejszych działań jest modernizacja oraz unowocześnienie monitoringu miejskiego. Inwestycja w obecny została przeprowadzona kilka lat temu przy zupełnie innych możliwościach technologicznych. Wtedy stanowiła dobrze zaprojektowany system, lecz niestety wraz z biegiem czasu zaczęła odbiegać od obecnych standardów. Dlatego też w ubiegłym roku rozpoczęliśmy prace projektowe nad stworzeniem systemu monitoringu na miarę obecnych czasów. Mają one potrwać do końca kwietnia bieżącego roku a następnie rozpocznie się realizacja tego projektu na którą zaplanowano milion złotych.

Dzięki inwestycji monitoring zyska nowe funkcjonalności, w tym spe-

cialistyczne oprogramowanie, które samo wychwyci i zlokalizuje akty łamania prawa oraz inne nietypowe zdarzenia. Będzie ono przykładowo w stanie namierzyć przejazd auta na czerwonym świetle, nieprawidłowe parkowanie lub dostrzec pozostawiony bez opieki pakunek itp. Wówczas system automatycznie zasygnalizuje zdarzenie obsługującym go ludziom. Pozwoli również na zainstalowanie kamer w wysokiej rozdzielczości oraz tych w technologii 360 stopni.

Jednocześnie warto pamiętać, iż za prawdziwy sukces monitoringu winniśmy uważać nie tylko przyczynienie się do wykrycia sprawcy czy sprawców danego przestępstwa lub wykroczenia, ale również możliwość wykorzystania zarejestrowanego obrazu jako dowodu w sądzie. Natomiast według danych z Komendy Stołecznej Policji, w miejscach objętych monitoringiem, po zainstalowaniu kamer przestępczość spadła o 50-60%, jednak pamiętajmy, że nie rozwiąże ona wszystkich problemów.

Dlatego też, aby uzupełnić ten system zostaną zwiększone pieniądze (podczas marcowej sesji rady miasta) przekazywane na dodatkowe piesze patrole policji na terenie miasta. Liczymy również na mocniejszą współpracę z Centrum Szkolenia Policji po ostatnich zmianach kadrowych w tej instytucji. Kursanci uczestniczący w zajęciach na jego terenie w zdecydowanym stopniu mogliby się przyczynić do dalszej poprawy bezpieczeństwa w naszych ulicach.

## Ostrożnie, rozsądnie – dziecko!

**„Ostrożnie, rozsądnie - dziecko” to tytuł ogólnopolskiej konferencji poświęconej standardom ochrony dzieci przed przemocą, która odbyła się 7 lutego w ratuszu w Legionowie. Gościem honorowym konferencji była Rzeczniczka Praw Dziecka Monika Horna-Cieślak.**

Inicjatorem tej ogólnopolskiej konferencji była Barbara Mierzejewska, wieloletnia dyrektor miejskiego żłobka wraz z Urzędem Miasta Legionowo. Spotkanie było skierowane do wszystkich instytucji i organizacji, które pracują z dziećmi. W panelach dyskusyjnych brali udział przedstawiciele wielu sektorów, m.in. samorządu, pomocy społecznej, policji czy oświaty.

Zgromadzonych gości powitała Koordynatorka Konferencji Barbara Mierzejewska oraz Prezydent Miasta Legionowo Roman Smogorzewski. W czasie konferencji wystąpiła Anna Brzezińska, Radna Sejmiku Województwa Mazowieckiego „Koalicja Na Rzecz Dziecka i Rodziny” oraz Magdalena Jagńczyk, dyr. Powiatowego Centrum Pomocy Rodzinie „Jak zaniechanie dziecka wpływa na jego rozwój”.

Zebrani wysłuchali również Dyrektora Ośrodka Pomocy Społecznej w Legionowie Piotra Mrozka „Aspekty prawne wielorakiej pomocy dzieciom dotkniętym przemocą”, „W jaki sposób zorganizować pomoc psychologiczną, terapeutyczną i specjalistyczną dzieciom dotkniętym przemocą psychiczną i fizyczną”, a także psychotraumatolog Moniki Paczkow-

skiej „Trauma dziecięca”.

Swoimi spostrzeżeniami ze swojej pracy podzielił się kurator sądowy Artur Miętek oraz podkomisarz Agata Halicka z Komendy Powiatowej Policji w Legionowie. Konferencja podzielona była na panele dyskusyjne, gdzie można było wysłuchać Małgorzaty J. Berwid, dziennikarki i pedagogażki, Moniki Kajki, przewodniczącej Zespołu Interdyscyplinarnego, Agaty Gruczek, dyrektorki Poradni Psychologiczno-Pedagogicznej a także Iwony Górskiej, pediatry i lekarza rodzinnego „Wpływ przemocy na zdrowie psychiczne i fizyczne dziecka. Rozwój dziecka w przemocy”. W drugiej części goście wysłuchali też wystąpienie dr Anny Krawczak - reprezentującej program Standardy Ochrony Dzieci z Fundacji Dajemy Dzieciom Siłę „Dlaczego potrzebujemy standardów ochrony dzieci?”

Wiele pozytywnych emocji wzbudziła wypowiedź prof. dr hab. Bibiany Mossakowskiej, polskiej lekarki, chirurga dziecięcego, neurochirurga i chirurga noworodków. Przypomnijmy, że Pani profesor wprowadziła do polskiej terminologii medycznej pojęcie: zespół dziecka maltretowanego i zespół dziecka potrząsanego.

Gościem specjalnym w Legionowie była Rzeczniczka Praw Dziecka Monika Horna-Cieślak. - Bardzo dziękuję inicjatorom wydarzenia. Dzięki Wam przedstawiciele instytucji i organizacji, które pracują z dziećmi lub na ich rzecz, mogli wymienić się doświadczeniami oraz wspólnie poszukiwać



skutecznych rozwiązań w zakresie ochrony najmłodszych przed przemocą. Dziękuję również za dobór poruszanej tematyki - była niezwykle istotna i aktualna. Razem z ekspertami rozmawialiśmy o aspektach prawnych pomocy dzieciom pokrzywdzonym przemocą. Podczas konferencji został poruszony temat wpływu przemocy na zdrowie psychiczne i fizyczne dziecka. Uczestnicy wydarzenia dowiedzieli się także, w jaki sposób zorganizować pomoc psychologiczną, terapeutyczną i specjalistyczną dzieciom dotkniętym przemocą psychiczną i fizyczną oraz dlaczego potrzebujemy standardów ochrony dzieci - mówiła Rzeczniczka Praw Dziecka Monika Horna-Cieślak.



**Dołącz do najlepszych!**

- klasa europejska
- klasa medialna
- klasa medyczna
- klasa ekonomiczna
- klasa psychologiczna

**2**  
królewska  
DWÓJKA



**DZIEŃ OTWARTY**  
II LICEUM  
OGÓLNOKSZTAŁCĄCE  
im. Króla Jana III Sobieskiego

ZAPRASZAMY!

8 MARCA  
2024

GODZ. 18.00

www.2lo.legionowo.pl  
facebook.com/II.lo.legionowo  
2.lo.legionowo  
2lolegionowo



## wywiad

### Rozmowa z Panią Moniką Anną Czarnecką z Zespołu Szkolno-Przedszkolnego im. Legionów Polskich 1914-1918 – nauczycielką edukacji wczesnoszkolnej oraz języka polskiego – Innowacyjnym Nauczycielem 2019 r.

#### Jak to się stało, że została Pani nauczycielem?

Nie będę oryginalna, gdy powiem, że nauczycielem chciałam być od zawsze. Już w dzieciństwie bawiłam się w szkołę, mój młodszy brat był moim pierwszym uczniem, chociaż z perspektywy czasu wiem, iż metody nauczania, jakie wtedy stosowałam, w dzisiejszej szkole by się nie sprawdziły.

#### Jaka jest rola nauczyciela we współczesnej szkole/przedszkolu?

We współczesnej szkole nauczyciel powinien być przewodnikiem i doradcą swoich uczniów. Działania nauczyciela powinny być skierowane, zarówno na całą klasę, rozumianą jako zespół, ale też na indywidualne potrzeby uczniów. Wymaga to od nas umiejętności stosowania różnych sposobów działania. Musimy prezentować określone postawy, rozpoznawać, analizować i diagnozować różnego rodzaju sytuacje wychowawcze. Szczególnie ważne jest to właśnie w edukacji wczesnoszkolnej.

#### Co to znaczy być dobrym nauczycielem?

Dobry nauczyciel pracuje z zaangażowaniem i lubi swoją pracę. Potrafi w każdym dziecku dostrzec jego potencjał i mocne strony. Taki nauczyciel powinien budować pozytywne relacje ze swoimi uczniami, okazywać im zrozumienie i szacunek. Praca z dziećmi, szczególnie tymi młodszymi, wymaga oczywiście także cierpliwości i spokoju.

#### Pani sposób na zwiększenie zaangażowania uczniów/dzieci podczas zajęć?

Bardzo ważne jest stworzenie przyjaznej atmosfery w klasie. Co roku w swoich klasach wprowadzam różne innowacje, czy projekty

edukacyjne, w celu uatrakcyjnienia zajęć. Dzieci w edukacji wczesnoszkolnej uczą się poprzez zabawę, dlatego często wykorzystuję różnego rodzaju gry edukacyjne. W mojej pracy nieoceniona jest także nowoczesna technologia, która oferuje szerokie możliwości, poprzez różnego rodzaju aplikacje, interaktywne prezentacje czy



wirtualne wycieczki. Korzystam z tych narzędzi, by nie tylko zwiększyć zaangażowanie uczniów, ale też pomóc im w przyswojeniu materiału. Kolejnym sposobem na zwiększenie zaangażowania dzieci, jest konstruktywne wykorzystanie współpracy. Prace grupowe, czy

nawet zwykłe zadania w parze, mogą znacząco wpłynąć na ich motywację. Współpraca uczy nie tylko konkretnej wiedzy, ale przede wszystkim takich umiejętności jak komunikacja czy rozwiązywanie problemów. Zawsze też zachęcam uczniów do wyrażania swoich opinii i pomysłów. Daję im szansę na aktywny udział w dyskusji – przy omawianiu lektur jest to fantastyczna metoda. Nie zapominam także o naturalnej potrzebie ruchu u dzieci.

#### Co chciałaby Pani przekazać nauczycielowi rozpoczynającemu pracę w szkole/przedszkolu?

„Zawsze traktuj swoich uczniów tak, jakbyś chciał/a, aby twoje dzieci były traktowane” – to ważne zdanie usłyszałam jeszcze na studiach od mojego wykładowcy psychologii. Stało się ono moim mottem w pracy nauczyciela. Zawiera w sobie piękne przypomnienie o empatii i szacunku wobec uczniów. Myślę, że każdy nauczyciel powinien postępować zgodnie z tą maksymą.

#### Jakie miejsce chciałaby Pani zwiedzić i dlaczego?

Chciałabym zwiedzić wszystkie miejsca, gdzie są góry. Turystyka górską to mój sposób na odpoczynek, na rozładowanie napięcia, na regenerację i zebranie nowych sił na kolejne, stawiane przede mną wyzwania.

#### Pani ulubiona książka z dzieciństwa?

Podaję, że znowu nie będę oryginalna, gdy powiem, iż moją ulubioną książką z dzieciństwa są „Dzieci z Bullerbyn” Astrid Lindgren. Mam tę ogromną przyjemność wracać do niej co trzy lata.

#### Gdyby trafiła Pani na bezludną wyspę to....

Gdybym trafiła na bezludną wyspę to szybko bym z niej uciekła.

## Poznajmy innowacyjnych nauczycieli!

Z okazji przypadającej w tym roku jubileuszowej X edycji konkursu „Innowacyjny Nauczyciel” i „Lider Twórczego Zarządzania” prezentujemy niżej cykl wywiadów z laureatami, którzy otrzymali ten zaszczytny tytuł w ciągu ostatnich lat. Tytuł „Innowacyjny Nauczyciel” to prestiżowe wyróżnienie Prezydenta Miasta Legionowo, które jest przyznawane w ramach konkursu przez kapitułę składającą się z ekspertów w dziedzinie edukacji z m.in. Ministerstwa Edukacji Narodowej, Kuratorium Oświaty, Uniwersytetu Warszawskiego oraz prasy oświatowej.

Przypominamy, że o przyznanie tytułu „Innowacyjny Nauczyciel” mogą ubiegać się nauczyciele, którzy:

- wdrażają autorskie programy i projekty edukacyjne,
- organizują sprawny i efektywny proces nauczania/uczenia się, stosują nowatorskie metody pracy,
- inicjują jakościowe zmiany w pracy,
- są liderami w wybranym aspekcie pracy placówki,
- zapewniają uczniom sukces edukacyjny odpowiedni do ich potrzeb i możliwości,
- badają własne nauczanie i umiejętności potrzebne do niego (poddają się ocenie innych nauczycieli),
- doskonali swój warsztat pracy oraz dzielą się doświadczeniem z innymi nauczycielami.

Wszystkie poprzednie edycje konkursu przebiegły pod patronatem czasopisma „Dyrektor Szkoły. Miesięcznik Kierowniczej Kadry Oświatowej”. Konkurs otrzymał w poszczególnych edycjach również patronaty honorowe Ministerstwa Edukacji Narodowej, Mazowieckiego Kuratora Oświaty a także Marszałka Województwa Mazowieckiego i Wojewody Mazowieckiego.

W pierwszym wywiadzie przedstawiamy Panią Monikę Annę Czarnecką z Zespołu Szkolno-Przedszkolnego im. Legionów Polskich 1914-1918 – nauczycielką edukacji wczesnoszkolnej oraz języka polskiego – Innowacyjnego Nauczyciela 2019 r. Zapraszamy do lektury!



„Czytanie książek to najlepsza zabawa, jaką sobie ludzie wymyślili” – napisała kiedyś Wisława Szymborska. Takiego samego zdania są nauczyciele. W ramach akcji biblioteki szkolnej "Czytanie ma moc" w poniedziałek 19 lutego Zastępca Prezydenta Miasta Legionowo Piotr Zadrożny wprowadził uczniów oddziałów 2c i 2d w świat przygody z lekturą.



W poniedziałek 12 lutego w bibliotece szkolnej odbyło się spotkanie czytelnicze z Prezydentem Miasta Legionowo Romanem Smogorzewskim pod hasłem "Czytanie ma moc". Czytanie jest dobre w każdym wieku! A może nawet im się jest mniej-szym, tym moc bywa silniejsza!



Zapusty w klasach 0a, 1d i 2b - czyli teatrzyk kukielkowy "Pączki i faworki u babci Honorki" w wykonaniu nauczycieli z Zespołu Szkolno-Przedszkolnego nr 2.



Pałac Królowej Śniegu to projekt uczniów klasy II d ze Szkoły Podstawowej nr 8. Warto przede wszystkim zwrócić uwagę na zgodną współpracę, która pomogła stworzyć takie piękne i okazałe budowle. Podczas ich wykonywania było bardzo dużo radości, zapału i zaangażowania.

# Rytmika w przedszkolach

Nie od dzisiaj wiemy, że zabawy i ćwiczenia muzyczno-ruchowe, które wspierają koordynację ruchową są bardzo istotne dla rozwoju dziecka. Miło nam poinformować, że w legionowskich przedszkolach w lutym ruszyły zajęcia, na które czekali z niecierpliwością wszyscy rodzice.

Zajęcia rytmiki dla dzieci są zazwyczaj dostosowane do wieku i umiejętności, a ich atmosfera jest przyjazna i zabawowa, aby stworzyć pozytywne doświadczenia muzyczno-ruchowe. Mimo prostej formuły są niezwykle istotne dla dziecka, bowiem wspierają rozwój motoryki, rozbudzają zainteresowanie muzyką, poprawiają sprawność fizyczną. Poprzez improwizację, najmłodszy mają szansę rozwijać swoją wyobraźnię i kreatywność, uczyć współpracy i integracji społecznej.



Rytmika jest wykorzystywana w przedszkolach, by w scenariusz zabawy wprowadzać ćwiczenia korekcyjne, ćwiczenia wzmacniające mięśnie, poprawiające postawę czy równowagę. Ruchy synchronizowane z muzyką mogą być atrakcyjne dla dzieci, co sprawi, że będą bardziej zaangażowane w wykonywanie ćwiczeń. Jest to konieczny zabieg, zwłaszcza w dzisiejszych czasach, gdy zdobycze technologii kuszą, by porzucić aktywność na rzecz gier komputerowych. Bardzo nam zależało na organizacji tego typu zajęć – mówi Dyrektor Przedszkola Miejskiego nr 10 Ewa Szmyd.

# Pocisk wiedzy



W czwartek 4 stycznia klasa 1b z II Liceum Ogólnokształcącego w Legionowie w ramach lekcji edukacji dla bezpieczeństwa wybrała się na warsztaty obsługi broni do Jadwisina.

Młodzież zwiedzała dworek, gdzie słuchała opowieści o daw-

nej broni palnej, oglądała stare dokumenty, książeczki medyczne, mundury oraz makiety fortów. Brała udział w wykładzie na temat powstania styczniowego oraz ewolucji broni na przestrzeni lat. W przyczepie ze strzelnicą lasową, uczniowie ćwiczyli postawę

przed oddaniem strzału z broni palnej, a także „wirtualne strzelanie”. Konkurencja była punktowana, co wywołało potrzebę współzawodnictwa. Młodzież spotkała się z medykiem wojskowym, który wyjaśniał zasady panujące na polu walki w razie ataku. Wycieczka zakończyła się ogniskiem z kiełbaskami.

Zapraszamy do obejrzenia fotorelacji i szerszego opisu samych uczniów o przygodach w Jadwisinie



# Stypendia 2024.

**Uczniu, studencie to informacja dla Ciebie!**

**Stypendia artystyczne.** 30 kwietnia upływa termin składania wniosków o przyznanie stypendiów artystycznych. Wnioski należy składać w Biurze Obsługi Klienta Urzę-

du Miasta Legionowo przy ul. Piłsudskiego 41, poniedziałek-piątek w godz. 8:00-16:00. Więcej informacji możesz uzyskać w Referacie Kultury i Współpracy. Kontakt tel. 22 766 40

77, e-mail: kultura@um.legionowo.pl  
**Stypendia dla studentów niepełnosprawnych.** Termin składania wniosków upływa 15 marca br. O stypendium mogą ubiegać się studenci będący mieszkańcami Legionowa z orzecznym umiarkowanym lub znacznym stopniem niepełnosprawności. Więcej informacji możesz uzyskać w Wydziale Edukacji. Kontakt tel. 22 766 40 93, e-mail: oswiata@um.legionowo.pl



# „Parki kieszonkowe” w Legionowie sławne na całą Polskę



Poniżej przedstawiamy przedruk artykułu z ogólnopolskiego miesięcznika „Zieleń miejska” pokazujący Legionowo jako dobry przykład tworzenia „parków kieszonkowych”. Został on zaprezentowany również na stronie PWK Legionowo.

Coraz większą popularność w Polsce zyskują parki kieszonkowe – niewielkie powierzchniowo zieleńce, pozwalające w niedługim czasie wybudować miejsca do odpoczynku i rekreacji, wpisując się w tkankę miejską. Skąd wziął się sam pomysł ich zakładania i dlaczego coraz więcej gmin decyduje się na ich realizację?

Co roku obserwujemy masowe zanikanie setek drzew i krzewów na terenach miejskich. Poszerzające się aglomeracje wymuszają zagarnianie coraz to większych połaci naturalnych ekosystemów, które dodatkowo w szybkim tempie są degradowane. Prowadzone

inwestycje mające na celu zwiększenie zieleni miejskiej w wielu przypadkach nie rekompensują ubytków wywołanych nieprzemyślanymi wycinkami. Zabudowa gęstnieje, drogi uginają się pod asfaltem, a skwery i place leżą odlego. W tej ciemnej wizji zanieczyszczonych, odpychających i nieprzyjemnych miast pojawia się nadzieja, którą są przyjazne finansowo i środowiskowo rozwiązania mogące wypełnić niszę potrzeb kontaktu człowieka z naturą. Jedne z inwestycji idealnie wpisujących się w „zielone potrzeby” aglomeracji miejskich to właśnie parki kieszonkowe.

Trend zakładania parków kieszonkowych obserwujemy w wielu miejscach w Polsce, głównie w dużych miastach, takich jak Warszawa, Poznań czy Katowice, jednak lokalne społeczności tworzące małe miasta wytrwale depczą po piętach wielkim aglomeracjom i w wielu przypadkach to właśnie one mogą poszczycić się doskonale przeprowadzo-

nymi inwestycjami mającymi na celu zakładanie parków kieszonkowych. Termin „park kieszonkowy” został okrzyknięty swojego rodzaju nowością, jednak w rzeczywistości jest to po prostu przekształcenie starych rozwiązań gospodarowania niewielkich powierzchni miast, takich jak skwery czy place, nieprzekraczających swą powierzchnią 1 tys. m<sup>2</sup>.

W Legionowie, mieście leżącym niedaleko Warszawy, w 2021 r. powstał park kieszonkowy stworzony z klombów obsadzonych roślinami odpornymi na suszę. Wśród użytych do nasadzeń gatunków znalazły się m.in. tawuła wczesna, rajskie drzewko, ligustr pospolity, pięciornik krzewiasty, krzewy róż, a także różne gatunki traw ozdobnych. Park kieszonkowy stworzony na terenie osiedla mieszkaniowego jest miejscem często uczęszczanym przez mieszkańców miasta. Starsze osoby przysiadają na postawianych wśród krzewów ławkach, a dzieci bawią się pośród zieleni na wybudowanym nieopodal zabaw.

„Od lat podróżując po wielkich miastach Europy, zauważam, że o ich uroku decyduje, w co najmniej równym do architektury stopniu, zieleń. Nagrzewający się, industrialny beton może szpecić swoją surowością lub stać się świetnym tłem dla roślin. Z jednej strony łatwość komunikacyjna, dostępność mediów i usług, a z drugiej nagrzewanie się latem, zanieczyszczenia, nadmiar bodźców (...)”. Na kształt tej inicjatywy z krajów zachodnich został stworzony park kieszonkowy w Legionowie.

„Po usunięciu pompowni PWK powstał pusty, mały teren w samym centrum rozbudowywanego się osiedla. Zgodnie z poczuciem misji i estetyki Grzegorz Gruczek, prezes PWK, zapro-

jektował tam wdzięczny, pełen uroku park. Alejki wśród krzewów, łąki kwietne, ławki i pozostawienie starych drzew. Jak wiadomo, przestrzeń w dużym stopniu kształtuje zachowania ludzi. Zabięgać o powstanie tego parku, wiedziałem, że osiedle Młodych go potrzebuje. Nie sądziłem jednak, że aż tak! Nie można obecnie wyobrazić sobie tego osiedla bez tego tętniącego życiem miejsca. Ze względu na swoje ograniczenia po-

wierzchniowe małe parki nie mogą stać się miejscem odosobnienia i wyciszenia jak las. Mają za to ogromny potencjał integracji sąsiadów. To miejsce relaksu, jednak przede wszystkim nawiązywanie relacji. Kompleks: park kieszonkowy, boisko, plac zabaw stał się sercem osiedla Młodych (...)”.

– przedruk z ogólnopolskiego miesięcznika „Zieleń miejska” nr 1(197).



Parki kieszonkowe, które w coraz większym stopniu zaczynają wpisywać się w krajobraz Legionowa przyczyniają się do poprawy jakości życia mieszkańców, zapewniając im dostęp do natury, zieleni i przestrzeni rekreacyjnej w pobliżu ich miejsc zamieszkania. Dla osób pracujących i mieszkających w miastach, takie oazy zielone są nieocenione dla relaksu i regeneracji. Budowa parków kieszonkowych zwiększa atrakcyjność obszaru miejskiego. Dzięki nim przestrzenie, które mogłyby być przeznaczone wyłącznie na budynki lub parkingi, stają się bardziej przyjazne dla mieszkańców Legionowa i odwiedzających. Parki kieszonkowe są często miejscem spotkań dla społeczności lokalnych. Ludzie mogą się tam spotykać, spędzać czas na świeżym powietrzu, organizować wydarzenia kulturalne czy pikniki. To sprzyja integracji społecznej i budowaniu więzi międzyludzkich.

Dostęp do zieleni w środowisku miejskim ma udowodnione korzyści dla zdrowia psychicznego i fizycznego. Parki kieszonkowe zachęcają do aktywności fizycznej, spacerów oraz odpoczynku na łonie natury, co może przyczynić się do zmniejszenia stresu i poprawy samopoczucia mieszkańców naszego miasta. Ponadto zielone obszary miejskie pomagają w absorpcji zanieczyszczeń powietrza oraz zapobiegają efektowi miejskiej wyspy ciepła, co ma korzystny wpływ na środowisko oraz zdrowie mieszkańców.

Budowa parków kieszonkowych stanowi istotny element planowania przestrzennego w miastach, mający na celu poprawę jakości życia mieszkańców oraz ochronę środowiska naturalnego. – mówi Zastępca Naczelnika Wydziału Inwestycji Przemysław Mazur.



## Przebudowa Pałacowej

Kierowcy korzystający z ulicy Pałacowej muszą liczyć się z utrudnieniami w ruchu. Powodem są prace związane z przebudową tej drogi gminnej. Oprócz odświeżonego wyglądu, ulica ta zyska nowe oświetlenie, chodniki, odwodnienie i oznakowanie. Na przebudowę ulicy Pałacowej ratusz pozyskał prawie 1,7 mln. Zł z rządowego programu. Inwestycja ta ma na celu poprawę komfortu i bezpieczeństwa użytkowników drogi oraz podniesienie standardu życia mieszkańców.

Umowa na realizację inwestycji została podpisana jeszcze ubiegłym roku, ale z uwagi na okres zimowy roboty faktycznie rozpoczęły się dopiero w lutym. Pierwszym etapem będzie

budowa nowej linii oświetleniowej, która ma poprawić bezpieczeństwo i estetykę ulicy. Termin zakończenia wszystkich prac przewidziano na początek maja 2024 roku.

Zakres robót budowlanych obejmuje nie tylko budowę nowej linii oświetleniowej, ale także roboty rozbiórkowe, korytowanie drogi, budowę ścieżki pieszo-rowerowej, przebudowę kolizji z sieciami podziemnymi i nadziemnymi, budowę zjazdów do posesji, budowę chodników z kostki betonowej, wykonanie odwodnienia, humusowanie i obsianie poboczy trawą oraz wykonanie oznakowania poziomego i pionowego. Na czas realizacji inwestycji została wprowadzona czasowa organizacja ruchu, prosimy o zachowanie ostrożności.

## Remont ulicy Kolejowej

Rozpoczęły się prace związane z przebudową nawierzchni ulicy Kolejowej na odcinku od ul. Morwowej do granic gminy. O początku lutego należy się liczyć z utrudnieniami. Prosimy o zachowanie ostrożności.

Prace w ramach inwestycji prowadzone są przez firmę Wegarten sp. z o.o., a koszt prac wyniesie ponad 1,4 mln zł. Na wykonanie wszystkich elementów projektu ma ona 80 dni kalendarzowych od dnia wprowadzenia na budowę.

Zakres inwestycji to przede

wszystkim wykonanie nowej nawierzchni jezdni z betonu asfaltowego. Dodatkowo prowadzone są roboty towarzyszące związane z dostosowaniem pozostałych elementów układu drogowego do przebudowywanej nawierzchni. W ramach prac wykonywane są między innymi: roboty rozbiórkowe, wykonanie częściowo warstwy podbudów pomocniczej i zasadniczej; nawierzchni jezdni z mieszanki mineralno-asfaltowej; wykonanie części poboczy oraz roboty wykończeniowe.

Dla tej inwestycji została wy-

znaczona tymczasowa organizacja ruchu drogowego.

W przypadku prac wymagających czasowego zamknięcia można korzystać z alternatywnej trasy. Objazd został wytyczony ulicami: Kolejową (nieutwardzoną) od strony Chotomowa, następnie Al. Legionów, Niklową i ponownie do Kolejowej. Natomiast jadąc od strony Legionowa można również skręcić wcześniej w ul. Złotą (utwardzoną) i kontynuować podróż Aleją Legionów. Za utrudnienia serdecznie przepraszamy. Jednocześnie zwracamy się do kierowców o zachowanie szczególnej uwagi w tym miejscu.

## Kwiatowa – wznowienie prac

3 października minionego roku podpisano umowę z firmą budowlaną na przebudowę ulicy Kwiatowej. Na ten remont okoliczni mieszkańcy czekali z niecierpliwością ze względu na stan nawierzchni drogi. Niestety z powodu dużych opadów deszczu prace zostały wstrzymane przez wykonawcę.

Uciążliwości spowodowane wstrzymaniem robót, zwrócili

uwagę radnego Janusza Klejmenty. W ostatnich dniach lutego złożył on pismo dotyczące dokończenia remontu ulicy Kwiatowej: – „Zwracam się z uprzejmą prośbą o natychmiastowe podjęcie działań w celu ukończenia inwestycji dotyczącej przebudowy ul. Kwiatowej na odcinku od ulicy Zakopiańskiej do granic miasta, z uwagi na jej katastrofalny stan, który bardzo utrudnia codzienne funkcjonowa-

nie osób mieszkających na tym terenie. Proszę o szybką interwencję w tej sprawie.”

Wspomniana inwestycja ma ponownie ruszyć lada chwila. Z uwagi na obecnie występujące warunki atmosferyczne (bardzo intensywne opady deszczu od dłuższego czasu) zmieniona zostanie technologia w zakresie wykonania warstw podbudów. Technologia ta daje możliwość zakończenia inwestycji w terminie wcześniejszym niż zakładany termin wiosenny.



26 lutego na Cmentarzu-Mauzoleum w Palmirach odbyła się uroczystość upamiętniająca pamięć 191 ofiar, mieszkańców Legionowa i okolic, zamordowanych przez hitlerowców w 1940 roku. W 84. rocznicę tamtych wydarzeń hołd zamordowanym w Palmirach oddali przedstawiciele Sejmu, władz samorządowych, stowarzyszeń, szkół, harcerzy i mieszkańców Legionowa. Na zakończenie uroczystości zainteresowane osoby zwiedziły muzeum.



W środę (14.02) przypadła 82. rocznica powstania Armii Krajowej. Z tej okazji przedstawiciele samorządu oraz lokalnych organizacji złożyli kwiaty pod pomnikiem Polskiej Walczącej zlokalizowanym na rondzie Armii Krajowej.

# M

## MUZEUM HISTORYCZNE W LEGIONOWIE ZAPRASZA NA WYKŁAD:

**DR. HAB. JACKA SZCZEPAŃSKIEGO**

### HISTORIA HUTY SZKLANEJ W LEGIONOWIE

SPOTKANIE ODBĘDZIE SIĘ  
**24 MARCA 2024 R. (NIEDZIELA)**  
O GODZ. 15.30 W PAWILONIE MUZEUM  
HISTORYCZNEGO W LEGIONOWIE  
PRZY UL. A. MICKIEWICZA 23

**SERDECZNIE ZAPRASZAMY!**

## Wybory samorządowe 2024 r.

**Wraz z nadchodzącymi wyborami samorządowymi rozpoczął się niezwykle pracowity okres dla samorządów, które realizują wiele zadań związanych z tym wydarzeniem. Jest to między innymi zapewnienie ich obsługi, techniczno-materialnych warunków pracy komisji wyborczych oraz wykonanie licznych zadań związanych z organizacją i przeprowadzeniem wyborów. Wybory samorządowe 2024 - wiemy, że odbędą się one 7 kwietnia. A o jakich jeszcze ważnych zagadnieniach powinniśmy wiedzieć?**

**Ile trwa kadencja jednostek samorządu terytorialnego?** Od 2018 roku radnych gminy, powiatu i sejmików wojewódzkich, a także wójtów, burmistrzów i prezydentów miast wybieramy co pięć lat. Do 2018 r. kadencja organów samorządowych była krótsza - trwała 4 lata.

Radni mogą ubiegać się o reelekcję w każdych kolejnych wyborach. Prezydenci (burmistrzowie i wójtowie miast) są od 2018 r. związani zasadą dwukadencyjności - mogą ubiegać się o reelekcję tylko raz. Przepisy te dotyczą kadencji, które rozpoczęły się w 2018 r., to znaczy, że kadencja 2018-2023 jest pierwszą, która liczy się do maksymalnie dwóch kadencji. **Dlatego osoby, które są wójtami, burmistrzami czy prezydentami od wielu kadencji mogą raz jeszcze ubiegać się o ten urząd.**

**Kogo wybieramy w wyborach samorządowych?** W czasie wyborów samorządowych mieszkańcy decydują o tym, kto zostanie ich przedstawicielem w organach jednostek samorządu terytorialnego. Oznacza to, że w kwietniowym głosowaniu osoby uprawnione zdecydują w Legionowie o składzie rady miasta (21 radnych), rady powiatu (23 radnych w całym organie, w czym 10 pochodzących z naszego miasta), rady sejmiku województwa (łącznie 51 osób, nasz okręg reprezentuje 11 radnych), a także wybiorą prezydenta miasta.

**Kto może zagłosować?** W wyborach samorządowych może oddać głos każdy obywatel, który ma

ukończone 18 lat najpóźniej w dniu głosowania, na stałe zamieszkuje na obszarze gminy, powiatu, województwa, gdzie działa wybierany organ i posiada czynne prawo wyborcze.

**Gdzie głosujemy?** Podczas wyborów samorządowych głosujemy w miejscu stałego zameldowania. Nie będzie można pobrać zaświadczenia o prawie do głosowania oraz złożyć wniosku o zmianę miejsca głosowania.

**Czy w wyborach samorządowych można głosować w miejscu, w którym się mieszka, ale nie jest się zameldowanym?** Tak, pod warunkiem, że zaktualizujemy swoje dane w Centralnym Rejestrze Wyborców. Można to zrobić, składając odpowiedni wniosek do urzędu gminy właściwego dla adresu stałego zamieszkania. Po pozytywnym rozpatrzeniu wniosku zostaniemy uwzględnieni w obwodzie do głosowania właściwym dla adresu stałego zamieszkania. We wniosku, poza danymi identyfikacyjnymi: nazwiskiem, imieniem (imionami), nr PESEL, trzeba złożyć oświadczenie co do adresu zamieszkania.

**Sprawdź swoje dane.** Jeśli chcesz sprawdzić jakie Twoje dane są gromadzone w CRW oraz jaki numer i adres ma obwodowa komisja wyborcza, w której będziesz głosował, skorzystaj z usługi dostępnej na stronie [www.gov.pl](http://www.gov.pl) lub aplikacji **mobywatel**



### ZMIANA MIEJSCA GŁOSOWANIA 7.04

Szanowni Państwo, informujemy, że ulega zmianie obwód głosowania dla całego obwodu nr 1 **GŁOSOWANIE ODBYWAĆ SIĘ BĘDZIE** w siedzibie Obwodowej Komisji Wyborczej Nr 1: Filia Miejskiego Ośrodka Kultury ul. Targowa 65, 05-120 Legionowo

Szanowni Państwo, informujemy, że ulega zmianie obwód głosowania dla adresu ul. Aleja 3 Maja 33 z obwodu 10 **na obwód 16. GŁOSOWANIE ODBYWAĆ SIĘ BĘDZIE** w siedzibie Obwodowej Komisji Wyborczej Nr 16: Szkoła Podstawowa Nr 7 im. VII Obwodu "Obroża" AK ul. Królowej Jadwigi 7, 05-120 Legionowo

Szanowni Państwo, informujemy, że ulega zmianie obwód głosowania dla adresu ul. Hubala 3 z obwodu 22 **na obwód 16. GŁOSOWANIE ODBYWAĆ SIĘ BĘDZIE** w siedzibie Obwodowej Komisji Wyborczej Nr 16: Szkoła Podstawowa Nr 7 im. VII Obwodu "Obroża" AK ul. Królowej Jadwigi 7, 05-120 Legionowo

Szanowni Państwo, informujemy, że ulega zmianie obwód głosowania dla adresu ul. Hubala 5 z obwodu 22 **na obwód 16. GŁOSOWANIE ODBYWAĆ SIĘ BĘDZIE** w siedzibie Obwodowej Komisji Wyborczej Nr 16: Szkoła Podstawowa Nr 7 im. VII Obwodu "Obroża" AK ul. Królowej Jadwigi 7, 05-120 Legionowo

Szanowni Państwo, informujemy, że ulega zmianie obwód głosowania dla adresu ul. gen. Józefa Sowińskiego 11 z obwodu 10 **na obwód 16. GŁOSOWANIE ODBYWAĆ SIĘ BĘDZIE** w siedzibie Obwodowej Komisji Wyborczej Nr 16: Szkoła Podstawowa Nr 7 im. VII Obwodu "Obroża" AK ul. Królowej Jadwigi 7, 05-120 Legionowo

Szanowni Państwo, informujemy, że ulega zmianie obwód głosowania dla adresu ul. Królowej Jadwigi 4 z obwodu 22 **na obwód 16. GŁOSOWANIE ODBYWAĆ SIĘ BĘDZIE** w siedzibie Obwodowej Komisji Wyborczej Nr 16: Szkoła Podstawowa Nr 7 im. VII Obwodu "Obroża" AK ul. Królowej Jadwigi 7, 05-120 Legionowo

Szanowni Państwo, informujemy, że ulega zmianie obwód głosowania dla adresu ul. Królowej Jadwigi 2 z obwodu 10 **na obwód 16. GŁOSOWANIE ODBYWAĆ SIĘ BĘDZIE** w siedzibie Obwodowej Komisji Wyborczej Nr 16: Szkoła Podstawowa Nr 7 im. VII Obwodu "Obroża" AK ul. Królowej Jadwigi 7, 05-120 Legionowo



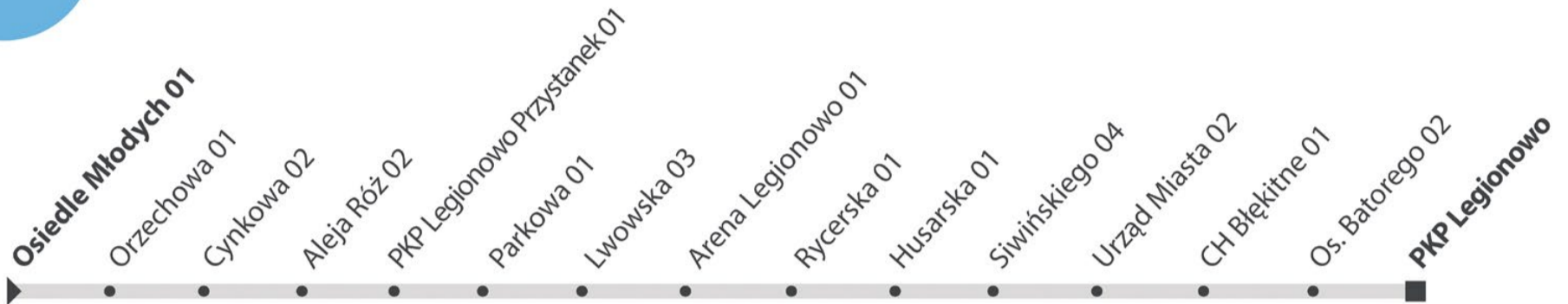
# Rozkłady jazdy



Linia:

D2

PKP Legionowo



Przystanek	Kursuje od poniedziałku do piątku w godzinach														
Osiedle Młodych 01	05:28	06:28	07:28	08:28	09:28	10:25	11:35	12:30	13:25	14:30	15:25	16:25	17:15	18:10	19:10
Orzechowa 01	05:29	06:29	07:29	08:29	09:29	10:26	11:36	12:31	13:26	14:31	15:26	16:26	17:16	18:11	19:11
Cynkowa 02	05:30	06:30	07:30	08:30	09:30	10:27	11:37	12:32	13:27	14:32	15:27	16:27	17:17	18:12	19:12
Aleja Róż 02	05:32	06:32	07:32	08:32	09:32	10:29	11:39	12:34	13:29	14:34	15:29	16:29	17:19	18:14	19:14
PKP Legionowo Przystanek 01	05:35	06:35	07:35	08:35	09:35	10:32	11:42	12:37	13:32	14:37	15:32	16:32	17:22	18:17	19:17
Parkowa 01	05:37	06:37	07:37	08:37	09:37	10:34	11:44	12:39	13:34	14:39	15:34	16:34	17:24	18:19	19:19
Lwowska 03	05:38	06:38	07:38	08:38	09:38	10:35	11:45	12:40	13:35	14:40	15:35	16:35	17:25	18:20	19:20
Arena Legionowo 01	05:40	06:40	07:40	08:40	09:40	10:37	11:47	12:42	13:37	14:42	15:37	16:37	17:27	18:22	19:22
Rycerska 01	05:42	06:42	07:42	08:42	09:42	10:39	11:49	12:44	13:39	14:44	15:39	16:39	17:29	18:24	19:24
Husarska 01	05:43	06:43	07:43	08:43	09:43	10:40	11:50	12:45	13:40	14:45	15:40	16:40	17:30	18:25	19:25
Siwińskiego 04	05:45	06:45	07:45	08:45	09:45	10:42	11:52	12:47	13:42	14:47	15:42	16:42	17:32	18:27	19:27
Urząd Miasta 02	05:47	06:47	07:47	08:47	09:47	10:44	11:54	12:49	13:44	14:49	15:44	16:44	17:34	18:29	19:29
CH Błękitne 01	05:48	06:48	07:48	08:48	09:48	10:45	11:55	12:50	13:45	14:50	15:45	16:45	17:35	18:30	19:30
Os. Batorego 02	05:49	06:49	07:49	08:49	09:49	10:46	11:56	12:51	13:46	14:51	15:46	16:46	17:36	18:31	19:31
PKP Legionowo	05:50	06:50	07:50	08:50	09:50	10:47	11:57	12:52	13:47	14:52	15:47	16:47	17:37	18:32	19:32

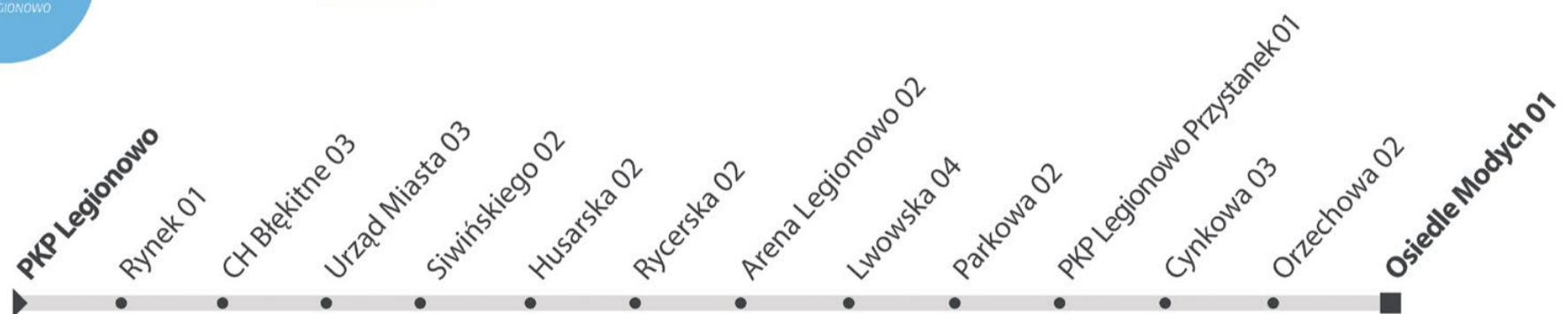
obowiązuje od 11 marca 2024 roku



Linia:

D2

Osiedle Młodych



Przystanek	Kursuje od poniedziałku do piątku w godzinach														
PKP Legionowo	05:55	06:55	07:55	08:55	09:55	10:50	12:00	12:55	14:03	14:55	15:50	16:50	17:40	18:35	19:35
Rynek 01	05:56	06:56	07:56	08:56	09:56	10:51	12:01	12:56	14:04	14:56	15:51	16:51	17:41	18:36	19:36
CH Błękitne 03	05:58	06:58	07:58	08:58	09:58	10:53	12:03	12:58	14:06	14:58	15:53	16:53	17:43	18:38	19:38
Urząd Miasta 03	05:59	06:59	07:59	08:59	09:59	10:54	12:04	12:59	14:07	14:59	15:54	16:54	17:44	18:39	19:39
Siwińskiego 02	06:01	07:01	08:01	09:01	10:01	10:56	12:06	13:01	14:09	15:01	15:56	16:56	17:46	18:41	19:41
Husarska 02	06:02	07:02	08:02	09:02	10:02	10:57	12:07	13:02	14:10	15:02	15:57	16:57	17:47	18:42	19:42
Rycerska 02	06:03	07:03	08:03	09:03	10:03	10:58	12:08	13:03	14:11	15:03	15:58	16:58	17:48	18:43	19:43
Arena Legionowo 02	06:04	07:04	08:04	09:04	10:04	10:59	12:09	13:04	14:12	15:04	15:59	16:59	17:49	18:44	19:44
Lwowska 04	06:06	07:06	08:06	09:06	10:06	11:01	12:11	13:06	14:14	15:06	16:01	17:01	17:51	18:46	19:46
Parkowa 02	06:07	07:07	08:07	09:07	10:07	11:02	12:12	13:07	14:15	15:07	16:02	17:02	17:52	18:47	19:47
PKP Legionowo Przystanek 01	06:09	07:09	08:09	09:09	10:09	11:04	12:14	13:09	14:17	15:09	16:04	17:04	17:54	18:49	19:49
Cynkowa 03	06:12	07:12	08:12	09:12	10:12	11:07	12:17	13:12	14:20	15:12	16:07	17:07	17:57	18:52	19:52
Orzechowa 02	06:13	07:13	08:13	09:13	10:13	11:08	12:18	13:13	14:21	15:13	16:08	17:08	17:58	18:53	19:53
Osiedle Młodych 01	06:15	07:15	08:15	09:15	10:15	11:10	12:20	13:15	14:23	15:15	16:10	17:10	18:00	18:55	19:55

obowiązuje od 11 marca 2024 roku





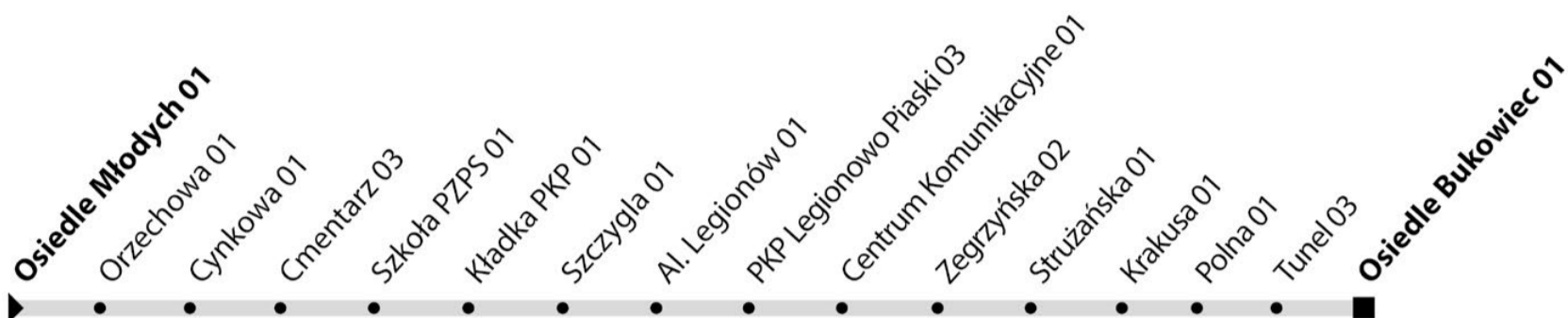
# Darmowej Komunikacji Miejskiej



Linia:

D3

➤ Bukowiec



Przystanek	Kursuje od poniedziałku do piątku w godzinach														
Osiedle Młodych 01	05:08	06:08	07:08	08:08	09:08	10:08	11:08	12:08	13:15	14:15	14:58	15:55	16:55	17:55	18:58
Orzechowa 01	05:09	06:09	07:09	08:09	09:09	10:09	11:09	12:09	13:16	14:16	14:59	15:56	16:56	17:56	18:59
Cynkowa 01	05:10	06:10	07:10	08:10	09:10	10:10	11:10	12:10	13:17	14:17	15:00	15:57	16:57	17:57	19:00
Cmentarz 03	05:11	06:11	07:11	08:11	09:11	10:11	11:11	12:11	13:18	14:18	15:01	15:58	16:58	17:58	19:01
Szkoła PZPS 01	05:13	06:13	07:13	08:13	09:13	10:13	11:13	12:13	13:20	14:20	15:03	16:00	17:00	18:00	19:03
Kładka PKP 01	05:14	06:14	07:14	08:14	09:14	10:14	11:14	12:14	13:21	14:21	15:04	16:01	17:01	18:01	19:04
Szczygła 01	05:15	06:15	07:15	08:15	09:15	10:15	11:15	12:15	13:22	14:22	15:05	16:02	17:02	18:02	19:05
Al. Legionów 01	05:16	06:16	07:16	08:16	09:16	10:16	11:16	12:16	13:23	14:23	15:06	16:03	17:03	18:03	19:06
PKP Legionowo Piaski 03	05:18	06:18	07:18	08:18	09:18	10:18	11:18	12:18	13:25	14:25	15:08	16:05	17:05	18:05	19:08
Centrum Komunikacyjne 01	05:20	06:20	07:20	08:20	09:20	10:20	11:20	12:20	13:27	14:27	15:10	16:07	17:07	18:07	19:10
Zegrzyńska 02	05:22	06:22	07:22	08:22	09:22	10:22	11:22	12:22	13:29	14:29	15:12	16:09	17:09	18:09	19:12
Strużańska 01	05:23	06:23	07:23	08:23	09:23	10:23	11:23	12:23	13:30	14:30	15:13	16:10	17:10	18:10	19:13
Krakusa 01	05:24	06:24	07:24	08:24	09:24	10:24	11:24	12:24	13:31	14:31	15:14	16:11	17:11	18:11	19:14
Polna 01	05:25	06:25	07:25	08:25	09:25	10:25	11:25	12:25	13:32	14:32	15:15	16:12	17:12	18:12	19:15
Tunel 03	05:26	06:26	07:26	08:26	09:26	10:26	11:26	12:26	13:33	14:33	15:16	16:13	17:13	18:13	19:16
Osiedle Bukowiec 01	05:27	06:27	07:27	08:27	09:27	10:27	11:27	12:27	13:34	14:34	15:17	16:14	17:14	18:14	19:17

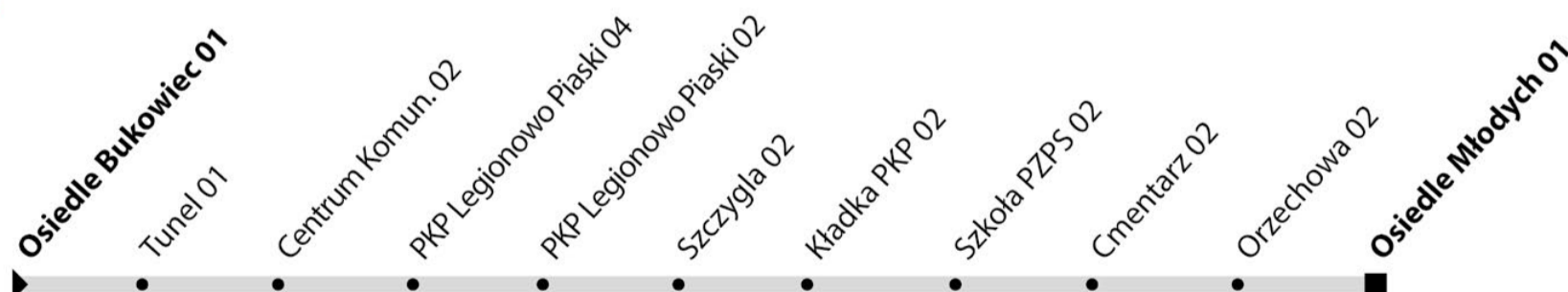
obowiązuje od 11 marca 2024 roku



Linia:

D3

➤ Osiedle Młodych



Przystanek	Kursuje od poniedziałku do piątku w godzinach														
Osiedle Bukowiec 01	05:33	06:47	07:38	08:47	09:47	10:43	11:50	12:40	13:35	14:35	15:35	16:35	17:30	18:27	19:27
Tunel 01	05:35	06:49	07:40	08:49	09:49	10:45	11:52	12:42	13:37	14:37	15:37	16:37	17:32	18:29	19:29
Centrum Komunikacyjne 02	05:36	06:50	07:41	08:50	09:50	10:46	11:53	12:43	13:38	14:38	15:38	16:38	17:33	18:30	19:30
PKP Legionowo Piaski 04	05:38	06:52	07:43	08:52	09:52	10:48	11:55	12:45	13:40	14:40	15:40	16:40	17:35	18:32	19:32
PKP Legionowo Piaski 02	05:40	06:54	07:45	08:54	09:54	10:50	11:57	12:47	13:42	14:42	15:42	16:42	17:37	18:34	19:34
Szczygła 02	05:42	06:56	07:47	08:56	09:56	10:52	11:59	12:49	13:44	14:44	15:44	16:44	17:39	18:36	19:36
Kładka PKP 02	05:43	06:57	07:48	08:57	09:57	10:53	12:00	12:50	13:45	14:45	15:45	16:45	17:40	18:37	19:37
Szkoła PZPS 02	05:44	06:58	07:49	08:58	09:58	10:54	12:01	12:51	13:46	14:46	15:46	16:46	17:41	18:38	19:38
Cmentarz 02	05:46	07:00	07:51	09:00	10:00	10:56	12:03	12:53	13:48	14:48	15:48	16:48	17:43	18:40	19:40
Orzechowa 02	05:48	07:02	07:53	09:02	10:02	10:58	12:05	12:55	13:50	14:50	15:50	16:50	17:45	18:42	19:42
Osiedle Młodych 01	05:50	07:04	07:55	09:04	10:04	11:00	12:07	12:57	13:52	14:52	15:52	16:52	17:47	18:44	19:44

obowiązuje od 11 marca 2024 roku



# Klub Senior +

Od nowego roku na członków Klubu Senior+ czekały nowe, bardzo ciekawe wyzwania. Zajęcia realizowane były wg harmonogramu w styczniu i do połowy lutego.

Zwykle o godzinie 9:00 przy kawie, herbacie lub wodzie dni rozpoczynają się od przeglądu prasy

i rozmów na bieżące tematy. Następnie na uczestników czekają zajęcia profilaktyczne chorób de-



mencyjnych. Uczestnicy stymulują pamięć, wzmacniają koncentrację, rozszerzają funkcje językowe i pobudzają inne procesy poznawcze. Zajęcia prowadzone są w formie lubianych gier i zabaw jak np. gry planszowe, zajęcia arteterapii

w szerokim zakresie znaczenia tego słowa, w tym bardzo lubiane zajęcia plastyczne.

Wszyscy klubowicze uczestniczą w zajęciach gimnastycznych jak joga na krześle, a niektórzy wy-

biorają się na bardziej wymagającą samodyscypliny gimnastykę rehabilitacyjną.

Południe to czas na posiłek, czasami przygotowujemy własnoręcznie podczas zajęć kulinarnych, podczas których przygotowuje się zdrowe i tradycyjne dania. Przed tłustym czwartkiem wszyscy pracowali nad faworkami :)

Po przerwie - powrót do zajęć edukacyjnych, takich jak na przykład ABC zdrowia - profilaktyka zdrowotna, hortiterapia czy spotkania w cyklu rekreacyjno-turystycznym. W lutym tematami zajęć były spotkania z kulturami Portugalii, Malty, Szwajcarii i Japonii.

Często się zdarza, że osoby starsze mają problem z obsługą telefonów komórkowych, tabletów, komputerów, a także aparatów fotograficznych, w tym poprawnym robieniem zdjęć. Skuteczną pomoc otrzymują uczestnicząc w zajęciach ze specjalistami, którzy w przystępny sposób przekazują wiedzę seniorom, by mogli korzystać z tych urządzeń.

## Barwny luty u seniorów

Zapraszamy do zapoznania się z fotorelacją z niektórych zajęć prowadzonych dla legionowskich seniorów i przez seniorów. Dołącz do nich!

W każdy czwartek w samo południe Legionowski Uniwersytet Trzeciego Wieku prowadzi dostępne dla wszystkich wykłady na różne tematy. 1 lutego odbyło się spotkanie pod tytułem „Od smartfona do drona” prowadzone przez Zbigniewa Oczkowicza i Piotra Żyłę fotoreporterów ze Stowarzyszenia Mediów Polskich. Wykład wzbudził duże zainteresowanie i na pewno spotkania będą kontynuowane. Warto przypomnieć, że dla osób chcących doskonalić swoje umiejętności w fotografii są prowadzone specjalne zajęcia na LUTW. Odbywają się one zwykle w środy o godzinie 12.00, ale często uczestnicy spotykają się w plenerze, więc wcześniej należy się skontaktować z prowadzącymi lub recepcją LUTW.

Cykliczne są również wykłady poświęcone historii jedzenia „Z całego świata na polski stół.” Marcowe spotkanie z panią Małgorzatą Buttittą będzie zatytułowane „W marcu jak w garncu. O smakach przedwiośnia, postach, głodzie i przebudzeniu świata.”

Niektóre wykłady dotyczą ważnych, ale bardziej przyziemnych spraw jak płacenie podatków, które 15 lutego prowadził pan z Urzędu Skarbowego w Legionowie. Dla seniorów ważne są również sprawy zdrowotne, więc i one są poruszane na czwartkowych wykładach.

W tym miejscu warto przypomnieć, że przy LUTW działa koło Diabetyków (spotkania w pierwszą środę miesiąca) oraz klub Amazonek (pierwszy wtorek miesiąca). Z kolei przy tematach związanych z bezpieczeństwem



seniorów LUTW współpracuje z Powiatową Komendą Policji. Dodatkowo, na LUTW od 1 marca będzie można bezpłatnie otrzymać porady prawne. Będą można z nich skorzystać w piątki godzinach 8.00-10.00 po wcześniejszym zapisaniu się w recepcji LUTW.

W LUTW pamiętamy o różnych rocznicach. 8 marca w dniu święta kobiet LUTW zaprasza słuchaczki uniwersytetu i sympatyczki o godzinie 13.00 do swojej siedziby.

W tym roku będziemy obchodzić 20-lecie wstąpienia do Unii Europejskiej, dlatego już 21 marca zostanie przypomniana historia Unii i objaśniony jej obecny sposób działania. Wykładowcą będzie dr Rafał Floczyk.

Historią, ale bardziej osobistą zajmują się również uczestnicy Legionowskiego Klubu Historyków Rodzin działającego przy LUTW.

W lutym odbył się wykład poświęcony badaniom DNA, a w marcu zaplanowano zajęcia o poszukiwaniu informacji o rodzinie w starych gazetach, książkach zgromadzonych w krajowych i zagranicznych bibliotekach cyfrowych.

Co miesiąc LUTW organizuje wycieczki do różnych ciekawych miejsc. W lutym odbyła się wycieczka do Centrum Nauki Kopernik. W związku z bardzo pozytywnym odbiorem styczniowej wycieczki na wystawę wirtualnych dzieł Van Gogha, w marcu odbędzie się wyjazd na wystawę Gustava Klimta. Jest to połączenie mistrzowskiej sztuki tego znanego artysty z najnowocześniejszą technologią, tworzące niezapomniane doświadczenie.

W poniedziałek 12 lutego odbył się ostatkowy bal karnawałowy. Tym razem słuchacze i sympatycy LUTW spotkali się na zabawie w Karczmie Gruba Kaśka.



bezpłatna

# Mammografia

W TECHNOLOGII CYFROWEJ

**zapraszamy**

na badania mammograficzne kobiety w wieku 45-74 lat, które w ciągu ostatnich 2 lat (24 miesięcy) nie wykonywały bezpłatnego badania

Najbliższe terminy badań w 2024 roku

**18 marca, ul. Piłsudskiego 41, przy Ratuszu Miejskim w godz. 09:00 – 12:00 MAMMO-MED tel. 58 325 76 02**

**21 marca, ul. Zegrzyńska 115, przy markecie Kaufland w godz. 10:00 – 16:45 LUX MED tel. 22 880 90 80 wew. 3**

do rejestracji telefonicznej należy przygotować nr PESEL i nr telefonu

## Dołącz do nas!

Legionowskie Centrum Wolontariatu Seniorów działające przy SPP „Nadzieja” jest inicjatywą prowadzoną przez legionowskich seniorów, szukających sposobu na niesienie pomocy innym. Wiemy, że dbanie o drugiego człowieka jest dobre i pozwala nam tworzyć prawdziwe przyjaźnie. Jeśli i Ty czujesz w sobie gorącą potrzebę do niesienia pomocy i chciałbyś zostać naszym wolontariuszem, albo jeśli chcesz nas wspomóc słowem lub czynkiem, skontaktuj się z nami!

Kontakt tel. 22 784 05 15, e-mail spp-nadzieja@wp.pl



## Podziękuj dziadkom!

**Badania społeczne wykazują, że prawie 75% osób dorosłych przyznaje, że wartości wpojone im przez dziadków w młodym wieku miały znaczący wpływ na kształtowanie ich osobowości. Jakie są 3 rzeczy, za które podziękujesz swoim dziadkom?**

### 1. Przekazują rodzinną historię

Dziadkowie są spoiwem rodziny i w naturalny, niewymuszony sposób przekazują rodzinne tradycje, pokazując, jak ważną rolę w życiu człowieka odgrywają zdrowe relacje rodzinne. Babcię i dziadkowie poprzez swoje wsparcie, bezwarunkową miłość demonstrują wnukom, że na najbliższych można zawsze polegać. Wspólnie spędzony czas cementuje relacje wnuków z dziadkami i pozwala przekazać młodemu pokoleniu przeżycia i opowieści starszej generacji, ale przede wszystkim budować ciągłość rodzinną. Bez wątplenia nikt lepiej od babci i dziadka nie zapozna wnuków z domową przeszłością i historią, w której - co najciekawsze - odnajdujemy cząsteczkę własnej tożsamości. Co więcej, życiowe doświadczenie dziadków może stanowić cenny wkład w wychowanie nowego pokolenia.

### 2. Nauczają nowych umiejętności

Pieczenie ciasta, sadzenie kwiatów, łowienie ryb... to tylko kilka rzeczy, które mogą nauczyć nasz dziadkowie. Wielu rodziców ze względu na aktywne życie zawodowe nie zawsze ma czas na tego rodzaju przyjemności ze swoimi pociechami. Natomiast babcia i dziadek najczęściej okres aktywnego życia zawodowego mają już za sobą. Dlatego też to ich zazwyczaj wspominamy, jako osoby, które nauczyły nas rękodzieła, wspólnego gotowania, czy też chodzili razem z nami do biblioteki lub do lasu. Pamiętajmy, że w tej relacji

korzyści są obustronne, spędzając czas z wnukami, dziadkowie, czują się potrzebni, kochani, a także za pośrednictwem wnuków oswiają się nowoczesnymi technologiami i trendami panującymi we współczesnym świecie.

### 3. Kochają bez granic

W byciu dziadkami nie chodzi o ogromne poświęcenia lub wielkie czyny. W stworzeniu dobrych, trwałych relacji między wnukami i dziadkami istotny jest częsty kontakt, również ten telefoniczny czy mailowy. Dziecko doceni obecność dziadków w ważnych dla niego momentach np. na występach w szkole. Pielęgnowany, autentyczny kontakt i drobne gesty stworzą silną więź, ale przede wszystkim pozytywnie odbiją się na psychice dziecka, które będzie odczuwać bliskość i opiekę dziadków oraz ich wsparcie w trudnych sytuacjach.

Poradnia Zdrowia Psychicznego  
PSYCHOKLINIKA  
ul. Tęczowa 5a, Chotomów  
ul. Fleminga 29, Warszawa Białołęka  
ul. Heroldów 19a, Warszawa Bielany  
tel. 22 355 2000  
www.psychoklinika.pl



## Złóż wniosek na 800 plus

**Rodzice i opiekunowie mogą składać wnioski o 800 plus na nowy okres świadczeniowy. Wnioski o świadczenie można składać tylko elektronicznie. Od 1 lutego do ZUS wpłynęło 1,1 mln wniosków.**

Świadczenie wychowawcze w wysokości 800 zł (to kwota obowiązująca od 1 stycznia br.) przyznawane jest na każde dziecko w wieku do ukończenia 18 lat, bez względu na dochód osiągany przez rodzinę. Od początku lutego ZUS rozpoczął przyjmowanie wniosków na nowy okres świadczeniowy, który potrwa od 1 czerwca 2024 r. do 31 maja 2025 r. Wnioski składane są elektronicznie, to pozwała wysłać je o dowolnej porze dnia i nocy, a także spoza miejsca zamieszkania - informuje Wojciech Ściwiarski, rzecznik prasowy ZUS w województwie mazowieckim.

### Jak złożyć wniosek o 800 plus do ZUS

Wnioski o świadczenie można składać tylko elektronicznie, za pomocą profilu na PUE ZUS, za pośrednictwem bankowości elektronicznej czy portalu Emp@tia, jak również poprzez aplikację mZUS, która jest dostępna na urządzenia mobilne (telefony komórkowe, tablety). Wpłata świadczenia odbywa się bezgotówkowo, na rachunek bankowy.

Aby korzystać z bezpłatnej aplikacji mZUS najpierw należy ją pobrać ze sklepów Google Play oraz App Store. Zawiera ona funkcje, które przyspieszają wypełnienie wniosku o 800 plus. Jeśli wniosek o to świadczenie złożono w poprzednim okresie świadczeniowym i ZUS je przyznał, to rodzic może utworzyć w aplikacji wniosek na nowy okres świadczeniowy. Taki wniosek zostanie automatycznie uzupełniony na podstawie wcześniejszych danych. W razie potrzeby, zawsze, może go edytować.

Podobnie jak w przypadku PUE, jeśli dzieci są zgłoszone do ubezpieczenia zdrowotnego w ZUS, to klient może w kreatorze wniosku pobrać ich dane (m.in. PESEL, datę urodzenia) automatycznie. Dzięki temu nie trzeba wpisywać ich ręcznie. - Funkcje aplikacji mZUS znacznie przyspieszają wypełnienie wniosku, który można wysłać szybko i wygodnie przez tablet lub telefon. Wniosek można również wypełnić na komputerze za pośrednictwem Platformy Usług Elektronicznych (PUE) ZUS, portalu Emp@tia oraz bankowości elektronicznej banków - wskazuje rzecznik.

### Korespondencja na PUE

Co istotne pisma, informacje i decyzje dotyczące świadczenia 800 plus są przekazywane w formie elektronicznej za pośrednictwem PUE ZUS, nawet jeśli wniosek był składany przez bankowość elektroniczną czy portal Emp@tia. Jeżeli rodzic złoży wniosek przez bank albo portal Emp@tia, a nie ma profilu na PUE ZUS, to Zakład Ubezpieczeń Społecznych założy mu taki profil automatycznie na podstawie danych podanych przez klienta we wniosku.

### Kiedy wypłata świadczenia

Wnioski w sprawie ustalenia prawa do świadczenia wychowawczego na okres od 1 czerwca 2024 r. do 31 maja 2025 r. można złożyć od 1 lutego 2024 r. Od daty złożenia wniosku z wymaganymi dokumentami zależy termin ustalenia prawa i wypłaty świadczenia. - Jeśli rodzic złoży prawidłowo wypełniony wniosek z wymaganymi dokumentami do 30 kwietnia 2024 r. ZUS wypłaci świadczenie do 30 czerwca 2024 r., co oznacza, że rodzic zachowa ciągłość wypłaty świadczenia 800 plus - wyjaśnia rzecznik.

## Turnusy w kriokomorze

Ośrodek Rehabilitacji Diennej w Legionowie zaprasza na turnusy w kriokomorze ogólnoustrojowej w ramach NFZ. Wymagane jest skierowanie na dział/pracownię fizjoterapii - 1310, które można otrzymać m.in. w poradni rehabilitacyjnej, neurologicznej, ortopedycznej. Pacjent w ciągu roku może skorzystać z 20 zabiegów w kriokomorze. Terapia zimnem w temperaturze w przedziale od -110 do -160 stopni stosowana jest w medycynie zarówno wobec chorych, jak i zdrowych osób. Zabieg w komorze kriogenicznej trwa max. 3 minuty. W tak krótkim czasie krioterapia korzystnie wpływa na fizyczny, a także psychiczny stan zdrowia chorego. Rejestracja tel. 22 381 25 25.



## Prezydent serdecznie zaprasza!

Wyjątkowe wydarzenie dla Kobiet, które chcą spędzić cudowny czas w gronie ciekawych osób, nauczyć się czegoś nowego, zainspirować, a także skorzystać z wielu przygotowanych atrakcji.  
*Wstęp bezpłatny!*

Wydarzenie poprowadzi Kinga Klejment trenerka i mentorka kobiet. Gwiazdą będzie Anna Kozłowska Finalistka "Szansy na sukces" - Opole 2024.

### Podczas spotkania doświadczysz:

- **kultury** - występ wokalny Finalistki "Szansy na Sukces" Opole 2024 Anny Kozłowskiej występ wokalny młodej artystki Mai Chmielewskiej.
- **rozrywki** - pokaz mody przygotowany przez sklep z odzieżą Arabesca (modelkami będą mieszkanki Legionowa).
- **edukacji** - inspirująco-motywuujące prelekcje: Darii Jurałowicz, Alicji Czajki, Anatolija Krugłowa, Adriana Sajdak i Prezydenta Legionowa Romana Smogorzewskiego.

## LEGIONOWSKI DZIEŃ KOBIECI

UWIERZ W SIEBIE!

10 marca 2024

Urząd Miasta Legionowo

GODZ. 14:00 - 19:00

WIĘCEJ BILETÓW! NOWE MIEJSCE!



KULTURA

ROZRYWKĄ

EDUKACJA



KINGA KLEJMENT  
trenerka i mentorka kobiet  
PROWADZĄCA

POKAZ MODY

FOTOBUDKA 360°

ZABAWA PREZENTOWA

DARMOWY BILET NA STRONIE

[www.kingaklejment.pl](http://www.kingaklejment.pl)

Dofinansowano ze środków Gminy Miejskiej Legionowo



# Dzik w mieście!

W ostatnim czasie mieszkańcy Legionowa są świadkami nietypowej sytuacji – dziki w samym sercu miasta. Niestety spotkanie z dzikiem w miejskich terenach może stać się coraz częstsze, zwłaszcza w okresach jesienno-zimowych. Jest to problem w wielu miastach.

Dlaczego dziki przychodzą do miasta? To zwierzęta wszystkożerne. W ich diecie są żołądźce, trawy, ziemia, owady i ich larwy, grzyby i owoce. Chętnie korzystają z pracy rolników i gdy wejdą w szkodę, straty są duże. Nie pogardzą ziemniakami, burakami czy kukurydzą. Obecnie coraz częściej pojawiają się w miastach. Kusi ich łatwe pożywienie, dostępne śmietniki z resztkami ludzkiego jedzenia. Są bardzo inteligentne i zapamiętują miejsca, gdzie mają pożywienie bez szukania i większego wysiłku.

Spotkania z dzikami nie są rzadkością i ludzie zaczynają się przyzwyczajać do ich widoku. Niestety dziki też przyzwyczajają się do ruchu ulicznego, do widoku ludzi. Kiedyś unikały kontaktu z ludźmi. Teraz lochy prowadzą swoje potomstwo do miasta, a nawet rodzą na terenach miejskich i w ten sposób problem się nasila.

Zdarza się, że ludzie ujęci widokiem małych dzików wynoszą im jedzenie i próbują oswoić. Dokarmianie ich to ogromny błąd. Przy zmieniającym się klimacie, braku dużych mrozów populacja dzików wciąż się powiększa. Jakże zagrożenia niosą ze sobą dziki



**Nie wyrzucaj jedzenia ani śmieci przez okno!  
Dla dzika to darmowa stołówka!**

Urząd Miasta w Legionowie apeluje:

- nie dokarmiaj dzików!
- zadbaj o porządek wokół kontenerów i śmietników
- zabezpiecz dostęp do kompostowników

Co zrobić, kiedy spotkasz dzika?

- odejdź spokojnie w innym kierunku
- nie hałasuj
- nie szczuj psem
- nie próbuj głaskać

zwierzęta? Dzikie niszczą miejską zielenie, dewastują ogrody, przyczyniają się do wypadków samochodowych i straszą mieszkańców miasta. Zawsze należy pamiętać, że dziki są groźne i mogą zaatakować.

Po pierwsze, **nie zbliżajmy się do dzika**. Choć te zwierzęta mogą wydawać się nieszkodliwe, są dzikimi ssakami i mogą zareagować agresywnie w przypadku poczucia zagrożenia. Zachowajmy bezpieczną odległość i nie próbujmy je karmić czy głaskać.

Po drugie, **pilnujmy naszych zwierząt domowych**. Psy, szczególnie te większe, mogą zaciekać dziką i prowokować go do agresywnych zachowań. Trzymajmy nasze zwierzęta na smyczy i nie dopuszczajmy do zbliżania się do dzika.

Warto również **informować Straż Miejską** o obecności dzika w mieście. Dzięki temu odpowiednie służby mogą podjąć odpowiednie środki ostrożności i monitorować sytuację.

Wreszcie,  **bądźmy świadomi otoczenia**. Dzik może pojawić się w różnych miejscach, takich jak parki, ogrody czy tereny zielone. Bądźmy czujni i zachowajmy ostrożność, szczególnie gdy wychodzimy na spacer z dziećmi.

Pamiętajmy, że dzik w mieście to rzadkość, ale warto być przygotowanym na ewentualne sytuacje. Zachowajmy spokój i unikajmy zbliżania się do dzikiego zwierzęcia. Dzięki odpowiedniej ostrożności możemy uniknąć konfliktów i zapewnić bezpieczeństwo sobie i innym mieszkańcom miasta.

## Uwaga wandalale!



W ostatnim miesiącu na terenie Legionowa Straż Miejska odnotowała kilka wydarzeń z udziałem wandal. Pomazane farbą ściany budynku, wybite szkło w wiacie autobusowej to tylko nieliczne z wybryków.

W sobotę 24 lutego operatorzy monitoringu „uchwycili” na kamerach monitoringu miejskiego wandal, którzy wymazali farbą w sprayu ściany na parkingu przy ulicy Szwajcarskiej. Zdeastrowana została jed-

na z klatek schodowych w Centrum Komunikacyjnym. Kamera zarejestrowała jednego z trzech sprawców. Operator zawiadomił dyżurnego Komendy Powiatowej Policji. Mężczyźni uciekli w kierunku Osiedla Piaski.

We wtorek 27 lutego nieznanymi sprawcy zdemastrowali autobusową wiatę przystankową przy ulicy 3 Maja na wysokości Powiatowej Instytucji Kultury w Legionowie. Straż Miejska zorganizowała sprzątnięcie z udziałem osób skazanych na wyko-

nywanie prac społecznie-użytecznych, by zapewnić bezpieczeństwo mieszkańcom korzystającym z tego obiektu.

- Zwracamy się do Was z gorącym apelem o informowanie odpowiednich służb w przypadku obserwacji aktów wandalizmu w naszym mieście. Niezwykle istotne jest, abyśmy wspólnie troszczyli się o bezpieczeństwo i estetykę naszej wspólnej przestrzeni. Akt wandalizmu może zagrażać bezpieczeństwu mieszkańców oraz powodować znaczne szkody materialne. Dlatego też, każde zgłoszenie, nawet najmniejsze, może przyczynić się do skutecznego działania służb porządkowych i zapobieżenia dalszym incydentom. - mówi Komendant Straży Miejskiej w Legionowie Adam Nadworski.

Z prośbą o zwiększenie ilości patroli Straży Miejskiej na terenie placów zabaw zwróciła się Prezes KZB Legionowo Sp. z o.o., która zwróciła uwagę, że młodzież, która tam przebywa korzysta z tych miejsc niezgodnie z przeznaczeniem.



- Nieletnia młodzież pali tytoń oraz w miejscach przeznaczonych dla małych dzieci spożywa alkohol i używa innych środków, w tym substancji zakazanych. Takie zachowania występują zarówno w godzinach porannych tj. około 7.00 jak i wieczornych. Po takich wizytach place zabaw pozostają zaśmiecanie potłuczonymi butelkami, petami oraz resztkami innych substancji stwarzając tym samym zagrożenie dla małych dzieci. - mówi Prezes KZB Irena Bogucka.

## Strażnicy miejscy w akcji

Interwencje podejmowane przez straż miejską często uykają większości z nas w związku z ich codziennością i naturalnym realizowaniem zadań. Jednak podkreślić należy, że w większości przypadków jesteśmy pierwsi na miejscu zdarzenia. Mieszkańcy bardzo często najpierw kontaktują się właśnie z nami, gdyż wiedzą, że otrzymają niezbędną pomoc, a my będziemy również w stanie powiadomić pozostałe służby. Realizujemy w ten sposób nasz podstawowy cel – bycie skuteczną, wsłuchującą się w mieszkańców jednostką, szerzej patrzącą i czuwającą nad wydarzeniami na terenie miasta – mówi Adam Nadworski, komendant Straży Miejskiej w Legionowie.



W styczniu Straż Miejska w Legionowie podjęła kilka interwencji, które odbyły się echem w lokalnych mediach. W przypadku pierwszej z nich chodziło o udaremnienie kradzieży oraz powstrzymanie bójki. W drugim przypadku działania monitoringu miejskiego skoordynowane z patrolem straży umożliwiły pomoc półprzymotnej nastolatce.

Do pierwszego ze zdarzeń doszło w centrum Legionowa. Akcja podjęta została w związku z bójką oraz szarpaliną przed jedną z drogerii, zauważoną w trakcie rutynowego patrolu. Ostatecznie okazało się jednak, że sprawa dotyczyła kradzieży. Na miejscu interweniowały również policja oraz pogotowie. Jedna osoba trafiła do szpitala.

Drugie zdarzenie miało miejsce w okolicach ronda Poniatowskiego oraz stacji Legionowo Przystanek. Dwóch młodych mężczyzn ciągnęło półprzymotną nastolatkę w kierunku peronów. Pozostawiając ją tam, oddalili się z miejsca zdarzenia. Sytuację zaobserwował, a następnie śledził operator monitoringu miejskiego, który nie wiedząc w jakim stanie jest dziewczyna oraz jakie były intencje prowadzących ją mężczyzn poinformował Straż Miejską, pogotowie i policję. Patrol natychmiast podjął interwencję. Po dotarciu na miejsce funkcjonariusze ustalili, że nastolatka nie może stać o własnych siłach i wymaga specjalistycznej opieki. Wezwany zespół ratownictwa medycznego przetransportował ją do szpitala.



Arena Legionowo

# Święto bluesa w Scenie po sąsiedzku.

Luty w Scenie po sąsiedzku - II filii MOK-u przy ul. Husarskiej w Legionowie obfitował w ciekawe wydarzenia.

Gościliśmy Chłopaków z Fejrajny z muzyką dwudziestolecia międzywojennego, teatr dla dzieci Pomarańczowy Cylinder, zorganizowaliśmy bal karnawałowy dla dzieci, walentynkowe speed dating. Były warsztaty plastyczne, prezentacja Jak zadbać o dzikie zapylacze wiosną, wieczór planszówkowy, warsztaty z komunikacji bez przemocy. Pod egidą Sceny zaczęła spotykać się amatorska grupa teatralna Teatrzyk Uśmiechu - w marcu będzie można obejrzeć ich premierowe przedstawienia Warzywa i Owoce.

Wyjątkowym wydarzeniem był koncert zespołu Bluestones, który zgromadził fanów muzyki rock'n'rollowej i bluesowej. Nieformalna Grupa Muzyczna Bluestones świętowała siedem lat istnienia. Pięćdziesięciolecie kariery artystycznej obchodził Andrzej Pisarzewski, wybitny gitarzysta, legionowianin, znany z tegorocznej edycji The Voice Senior. Jego wnuk, Łukasz Kojro, miał okazję wystąpić obok dziadka na scenie w przejmującym wykonaniu utworu „Daję Ci próg”. Wyjątkowym momentem koncertu był występ Krzysztofa Ścierańskiego, który zagrał znakomitą solówkę na basie w utworze „Gdybym był wichrem”. Gościem specjalnym był również Marek Doleciński, który zgrabnie wykonał partię wokalną w utworze „Kiedy byłem małym chłopcem”, a na gitarze zagrał Sebastian Jastrzębski. Jolanta Darowna, wykonując wszystkie partie wokalne Miry Kubasińskiej, doskonale wpasowała się w brzmienie zespołu. Kamil Wrona i jego sekcja dęta dopełnili całości, zasługując na uznanie za perfekcyjne wykonanie swoich partii. Organizacja i wspólne wraz z założycielem Blustones'ów,



Scena po sąsiedzku

Krzysztofem Johanem prowadzenie tego wydarzenia było dla mnie przyjemnością, zaś pokrojenie ogromnego tortu dla artystów i ponad setki zgromadzonych gości nie lada wyzwaniem. Atmosfera koncertu była ciepła i rodzinna, a występy artystów pełne pasji i talentu. Koncert był hołdem dla historii polskiego big-beatu, rock'n'rolla, a przede wszystkim dla wyjątkowego dorobku zespołu Breakout.

Zapraszam na marcowe wydarzenia w Scenie po Sąsiedzku - bezpłatne

warsztaty wielkanocne, spotkanie Bingo. Poza imprezami i warsztatami oferujemy różnorodne zajęcia stałe. Szczególnie zachęcam do wybrania się na koncert z okazji Dnia Kobiet Łukasza Jemioły, koncert wielkanocny Stachura Mirecki Trio oraz na przedstawienie lalkowe Trzy Świnki teatru Nemno. Najświeższe informacje na stronie FB: Scena po sąsiedzku.

Z sąsiedzkiymi pozdrowieniami  
Sylvia Krzyżanowska-Grabiec  
zastępca dyrektora MOK Legionowo

## Sportowy luty

Miniony miesiąc obfitował w mnóstwo sportowych atrakcji. Legionowscy sportowcy dostarczyli nam mnóstwo pozytywnych emocji.

Zawodnicy Zepter KPR Legionowo odnieśli swoje pierwsze zwycięstwa w Arenie Legionowo. Obydwa po niesamowicie pasjonujących końcówkach odpowiednio z Unią Tarnów 32:29 oraz z Azoty Puławy 41:39. Warto dodać, że najlepszym zawodnikiem obydwu meczów, jak i całej serii 19 i 21 Orlen Superligi został nasz zawodnik - Mateusz Chabior. Owocem znakomitej formy było powołanie naszego rozgrywającego na najbliższe zgrupowanie reprezentacji Polski!!!

Na wielkie brawa zasłużyły również Juniorki LTS Legionovia, które

w znakomitym stylu awansowały do Finału Mistrzostw Polski wygrywając wszystkie mecze Turnieju Półfinałowego.

Olimpijską formę zaprezentował Kamil Otowski zdobywając podczas Pucharu Świata w Melbourne złoty medal na 50m oraz brązowy medal na 100m stylem grzbietowym.

Serdecznie gratulujemy i już teraz serdecznie zapraszamy na wszelkie atrakcje sportowe jakie czekają nas w Legionowie w najbliższym czasie.

## Bezpłatne badania

Prezydent Miasta Legionowa wraz z Fundacją Partnerstwo dla Wschodu organizuje dni bezpłatnych badań 8-10 marca na obecność markerów nowotworowych układu pokarmowego.

w zależności od laboratorium może sięgać nawet tysiąca złotych, zatem nie jest to badanie tanie. Dzięki sponsorom i Fundacji Partnerstwo dla Wschodu, badanie markerów jest nieodpłatne.

**Czym są markery nowotworowe?** Markery i inaczej antygeny są związkami białka wydalany przez komórki naszego ciała. Jak wiemy każda komórka jest odżywiana poprzez krew i każda komórka musi wydalac określone związki. Białka wydalone przez komórki nowotworowe są specyficzne i są identyfikowane, a następnie zliczane przez wyspecjalizowany analizator. Komórki uszkodzone, w tym komórki nowotworowe wydają białka, które możemy nie tylko wyodrębnić ale i różnicować, dlatego w trakcie akcji będzie można zbadać markery nowotworowe całego układu pokarmowego począwszy od nowotworu przełyku a kończąc na nowotworze jelita grubego.

**Dlaczego akurat markery?** Jest to badanie małoinwazyjne. Wykonuje się z krwi w procesie immunochemicznym, a wynik uzyskuje się w ciągu kilku dni. Dla pacjenta jest to zwykłe pobranie niewielkiej ilości krwi żyłnej, co nie przysparza w zasadzie większej trudności czy niedogodności.

**Jakie markery badamy?** Wśród badanych markerów znajdą się markery oznaczone symbolami: AFP, CEA, Ca 19-9, Ca 50, Ca 72-4 zwane markerami pierwszego wyboru, ale również marker drugiego wyboru Ca 125.

**Pamiętajmy, że częste monitorowanie stanu naszego zdrowia daje nam możliwości szybszej reakcji, dlatego badajmy się "BY BYĆ RAZEM".**

W rozmowie uczestniczył Andrzej Wójcik, doktorant Uniwersytetu Medycznego w Lublinie, Prezes Fundacji Partnerstwo dla Wschodu oraz Prezes Laboratorium Medycznego Genomika - jednego z głównych sponsorów akcji. Zachęcamy do odwiedzenia strony [www.partnerstwowschodu.org](http://www.partnerstwowschodu.org) dla zapoznania się z innymi działaniami Fundacji oraz do wsparcia Fundacji celem organizowania takiej i innej działalności Fundacji.

**Jakie markery będą badane i ile ich będzie?** Badane będą markery nowotworów układu pokarmowego. Obejmować będą markery przełyku, żołądka, wątroby, trzustki, jelita grubego, ale również nowotwór jajników u kobiet.

**Dlaczego warto zbadać się teraz?** Zacząć należy od tego, że należy się badać regularnie. Wykrycie pewnych anomalii naszego organizmu pozwala na wczesne wykrycie i uleczenie, a w pewnych przypadkach nawet zapobieżenie chorobie. Dlaczego akurat teraz? Wartość takiego pakietu

### Wspólnie Przeciw Nowotworom

bezpłatne badania

nowotworów układu pokarmowego

Zapisy telefoniczne od 4 marca pod numerem 22 766 40 90

Badania w dniach 8-10 marca



Badania markerów : AFP, CEA, Ca 19-9, Ca - 50, Ca 72-4, Ca - 125



# Festiwal „Kiedy mnie już nie będzie”

## Osiecka Przybora Młynarski



22 marca, godz. 19.00

sala w ratuszu, Legionowo, ul. Piłsudskiego 41

## Był sobie ...

koncert pamięci **Piotra Bogdziewicza**



**Młodzieżowy Chór Progresja** oraz **Cegla Band**  
pod dyрекcją **Agnieszki Ceglińskiej**  
**Legionowski Chór Kameralny**  
pod dyрекcją **Doroty Bonisławskiej**  
**Angela Gerłowska**  
**Olena Jankowska**  
**Anna Durka-Kupisiak**  
**Zenon Durka**  
**Franciszek Durka**  
**Andrzej Pisarzewski**  
**Filip Güntzel**  
**Legionowska Szkoła Bluesa**

bilety - 30 zł

w MOK Legionowo, ul. Norwida 10, tel.: 22 784 44 99

23 marca  
godz. 18.00

sala w ratuszu, Legionowo  
ul. Piłsudskiego 41

## Poezja w dźwiękach

koncert

**Pracownia Śpiewu Estradowego „Angel's Voice”**  
oraz  
**Angela Gerłowska**  
**Maciej Dmoch**



PRACOWNIA ŚPIEWU ESTRADOWEGO

bilety - 30 zł

w MOK Legionowo, ul. Norwida 10, tel.: 22 784 44 99

## W CZASIE DESZCZU DZIECI SIĘ NUDZĄ



**PĄWEŁ A. NÓWAK** akordeon, "śpiew"  
**DOROTA LUKA** wokal  
**MACIEJ SĄDÓWSKI** kontrabas, "śpiew"

Program złożony z ulubionych, choć niekoniecznie powszechnie znanych dialogów, łączących popularne piosenki z Kabaretu Starszych Panów, wiazanka zgubnych uczuć opisanych słowem i pieśnią przez Jeremiego Przyborę oraz muzykę Jerzego Wasowskiego.

24 marca, godz. 18.00

sala widowiskowa w ratuszu  
Legionowo, ul. Piłsudskiego 41

bilety - 30 zł

w MOK Legionowo, ul. Norwida 10, tel.: 22 784 44 99

### POLECAJKI MIESIĄCA



#### Diuna: Część druga

W kinie Helios Legionowo grany od 29 lutego.

Kategoria wiekowa: od 13 lat

##### Opis filmu:

Nagradzany twórca Denis Villeneuve przedstawia dalszy ciąg sagi o Diunie w filmie Diuna: Część druga. Jest to następna odsłona serii na podstawie słynnej powieści Franka Herberta Diuna z poszerzoną obsadą gwiazd z całego świata. Film produkcji Warner Bros. Pictures i Legendary Pictures to wyczekiwana kontynuacja nagrodzonej sześcioma Oscarami Diuny z 2021 roku. Wielkoekranowa epopeja, będąca adaptacją uznanego bestsellera Franka Herberta pod tytułem Diuna, powraca z dotychczasowymi i nowymi gwiazdami, wśród których znaleźli się nominowany do Oscara Timothée Chalamet (Wonka, Tamte dni, tamte noce), Zendaya (Spider-Man: Bez drogi do domu, Malcolm i Marie, Euforia), Rebecca Ferguson (Mission: Impossible – Dead Reckoning), nominowany do Oscara Josh Brolin (Avengers: Koniec gry, Obywatel Milk), nominowany do Oscara Austin Butler (Elvis, Pewnego razu... w Hollywood), nominowana do Oscara Florence Pugh (Czarna Wdowa, Małe kobietki), Dave Bautista (filmy z cyklu Strażnicy galaktyki, Thor: Miłość i grom), nagrodzony Oscarem Christopher Walken (Łowca jeleni, Lakier do włosów), Stephen McKinley Henderson (Płoty, Lady Bird), Léa Seydoux (seria James Bond i Zbrodnie przeszłości) oraz Stellan Skarsgård (cykl Mamma Mia!, Avengers: Czas Ultrona), nominowana do Oscara Charlotte Rampling (45 lat, Assassin's Creed) i laureat Oscara Javier Bardem (To nie jest kraj dla starych ludzi, Luci i Desi).

Diuna: Część druga ukazuje imponującą podróż Paula Atrydy, który zawiera sojusz z Chani i Fremenami. Jednocześnie wkracza na wojenną ścieżkę, pałając żądzą zemsty na spiskowcach, którzy doprowadzili do upadku jego rodziny. Stając przed wyborem między miłością życia a losem znanego wszechświata, Paul pragnie zapobiec tragicznej przyszłości, którą tylko on potrafi przewidzieć. Villeneuve wyreżyserował film na podstawie scenariusza, który napisał we współpracy z Jonem Spaihtsem, opierając się na powieści Herberta.

#### Kung Fu Panda 4

W kinie Helios Legionowo grany od 8 marca

Kategoria wiekowa: od 6 lat

##### Opis filmu:

Po ostatnich niebezpiecznych przygodach, w których pokonał światowej klasy złoczyńców dzięki swojej niezrównanej odwadze i szalonym umiejętnościom sztuk walki, PO, Smoczy Wojownik zostaje wezwany przez przeznaczenie, aby... dać sobie już spokój. A dokładniej ma zostać duchowym przywódcą Doliny Spokoju. Wiąże się z tym kilka oczywistych problemów. Po pierwsze, PO wie tyle samo o duchowym przywództwie, co o diecie paleo, a po drugie, musi szybko znaleźć i wyszkolić nowego Smoczego Wojownika, zanim będzie mógł objąć swoje nowe stanowisko. Co gorsza, do gry wkracza czarodziejka - Kameleona, maleńka jaszczurka, która może zmieniać kształt w dowolne stworzenie, duże lub małe. PO będzie potrzebował pomocy. Znajdzie ją u bystrej lisicy Zhen, której umiejętności okażą się nieocenione. W dążeniu do ochrony Doliny Spokoju przed Kameleoną, ten komediowy duet będzie musiał współpracować. PO odkryje, że przyjaciół można znaleźć w najbardziej nieoczekiwanych miejscach.





# Masz pociąg do książek?

**Dołącz do nas!**

"Pogaduchy o książkach" to miejsce dla wszystkich miłośników czytania. Rozmawiamy, doradzamy, opowiadamy, dzielimy się. Włącz się i rozwijaj biblioteczny klub książki!

**Kolejne spotkanie odbędzie się 23.03.2024 (sobota), o godz. 16.00, na I piętrze w Pocztalni.**

Więcej informacji na naszym Facebooku oraz stronie internetowej [www.bibliotekalegionowo.pl](http://www.bibliotekalegionowo.pl)

**BIBLIOTEKALEGIONOWO**

## Dyrygent legionowskiej kultury

Z pewnością legionowski Miejski Ośrodek Kultury, a także szeroko pojęta kultura w naszym mieście nie funkcjonowałyby tak koncertowo, gdyby nie Zenon Durka. Postać znana chyba wszystkim, powołana na funkcję dyrektora pierwszy raz ponad 35 lat temu w 1989 r. W środę (28.02) w związku z odejściem na emeryturę otrzymał on podziękowania za wieloletnią pracę.



Wyjątkowy akcent od początku swojej działalności Zenon Durka położył na liczne wydarzenia cykliczne, których celem było budowanie rytmu w którym podążała legionowska wspólnota, ale również często ta powiatowa, a nawet ogólnopolska.

Od 1993 r. organizował koncerty w ramach klubu festiwalowego Festiwalu Jazz Jamboree, a w latach 2016-2018 powołał do życia nową markę promującą Mazowsze - Mazowiecki Jazz Jam. Od 2004 r. Miejski Ośrodek Kultury był współorganizatorem, a później organizatorem Legionowskiego Festiwalu Muzyki Kameralnej i Organowej - wydarzenia gromadzącego gwiazdy klasycznej kameralistyki i organistów.

Ponadto trzykrotnie zorganizował w Legionowie koncerty towarzyszące Międzynarodowemu Festiwalowi Muzyki Cerkiewnej „Hajnowka”. Był Inicjatorem Festiwalu Szaniawskiego Legionowo - hołdu dla dramaturga i prozaika, którego celem - w długoletniej perspektywie jest odbudowa dworku Szaniawskiego w Zegrzynku jako miejsca pracy twórczej w dziedzinie animacji kultury.

W trakcie swojej działalności wspierał aktywności amatorskich grup artystycznych, takich jak Teatr Ewangelizacyjny Adonai czy Studio

Tańca i Piosenki Szachraj. Współtworzył Harcerski Festiwal Wiosenne Czarowanie czy Dni Osób Niepełnosprawnych Powiatu Legionowskiego. Przez okres pełnienia funkcji dyrektora Miejskiego Ośrodka Kultury dbał o zrównoważony rozwój oferty kulturalnej na terenie miasta Legionowo, niejednokrotnie wychodząc z ofertą poza jego granice.

W 2019 roku został doceniony przez władze województwa mazowieckiego Nagrodą Marszałka Województwa Mazowieckiego.

### POLECAJKI MIESIĄCA



#### „Akuszerki” Sabina Jakubowska Dla dorosłych

Krew leje się strumieniami, a trup ściele się gęsto - czy to najnowszy skandynawski kryminał? Nie! To powieść o porodach w końcu XIX i na początku XX wieku. Książka opowiada o losach akuszerki Franciszki, jej rodziny, przyjaciół i całej społeczności małopolskich Jadownik, zmagających się z prozą życia i wielką historią, nie szczędząc przy tym naturalistycznych opisów wiejskich porodów. A że w książce jest ich naprawdę dużo, to i liczba bohaterów rośnie na tyle, że pod koniec powieści trzeba się wspierać jedną z czterech dołączonych tablic genealogicznych. Książka jest jednak niezwykle wciągająca, a autorka stworzyła prawdziwie fascynujący świat, który w dobie popularności „Chłopek”, może być ciekawy dla wielu czytelników, szukających beletrystycznego wejrzenia w życie codzienne naszych przodków.

#### „Jak pokonać wampiry?” Catherine Leblanc, Roland Garrigue

Książka z cyklu „Strachy na lachy” - serii pomagającej najmłodszym radzić sobie z lękiem przed bajkowymi potworami. Ten tomik oswaja wampiry, pokazując je w absurdalnie śmieszny sposób, dzięki czemu przestają być przerażające. Na kolejnych kartkach młodziutki czytelnik uczy się, jak rozpoznawać drapieżne stwory i jak się przed nimi chronić. Noś szalik osłaniający szyję, podaj wampirom do picia sok zamiast krwi, postrasz próchnicą i namów na ekstrakcję, chuchnij im w twarz czosnkowym oddechem... - to tylko niektóre z porad. Wszystkie, zawsze komiczne, odbierają koszmarom władzę nad dziecięcą wyobraźnią. Każdą wskazówkę ilustrują fenomenalne rysunki. Tak zabawne, że wampiry stałyby się mniej straszne i bez opisów literackich. Ta książeczka to prawdziwa terapia śmiechem. Rozbawi czytelników od lat pięciu do stu pięciu.



Świetna młodzieżówka, która spodoba się także dorosłym z mocnym przesłaniem. Odważnie porusza temat podwójnych standardów w ocenie seksualnej aktywności. Pokazuje, że można uczyć się na błędach. Bardzo dobra literacko. W bonusie fantastyczna bohaterka, która początkowo upokorzona i słaba, zaczyna walczyć o siebie, aby zmienić się w świadomą kobietę. Jo ma kilkanaście lat, niedawno straciła ojca - charyzmatycznego trenera drużyny zapaśniczej, który zaraził ją miłością do tego sportu. Nie ma ani dobrych relacji z matką, ani z koleżankami. Całym jej światem jest drużyna. Tam szuka miłości. Niestety, bez wzajemności. Jo dowiaduje się, że chłopcy mają ją tylko za przypadkowe ciało, za „dziewczynę do trenowania”. Musi wybrać, czy chce pozwolić światu tak ją definiować, czy udowodni sobie i innym, że jest kimś więcej. Obowiązkowa lektura dla dziewczyn i... chłopców. Jedna z niewielu książek, w których wyrażenie „girl power” ma taką moc!

#### „Practice girl” Estelle Laure Dla młodzieży i dorosłych

#### „Bethany i bestia” Jack Meggitt-Phillips Dla dzieci 9+

Nieco makabryczna i mroczna, ale jednocześnie zabawna opowieść z głębokim pozytywnym przesłaniem, a wszystko idealnie wyważone i na dodatek fenomenalnie zilustrowane. Ebenezer Tweezer, najgorszy narcyz na świecie, od 511 lat jest niezmiennie bogaty, piękny i młody. Tym darem obdarza go żyjąca na strychu wiecznie głodna bestia; w zamian za dostarczenie jej wyrafinowanych posiłków. Jednak apetyt potwora ciągle rośnie i pewnego dnia stworzenie żąda na kolację soczystego, pulchnego dziecka. W domu Ebenezera pojawia się więc Bethany, sierota z miejscowego przytułku. Najbardziej niegrzeczne dziecko na świecie. Z czasem Ebenezer zaczyna mieć wyrzuty sumienia, Bethany nieco łagodnieje. Rodzi się przyjaźń. Niestety bestia uparcie żąda swojego przysmaku... Świetna książka, w której pod płaszczykiem lekkiego horroru kryje się głęboka opowieść o empatii, dojrzwaniu i akceptacji.



Kolejna książka z gatunku comfort book, o których mówi się, że otulają czytelnika niczym ciepły koc. Księgarnia Hyunam-Dong to miejsce pełne książek, w którym już od wejścia unosi się zapach świeżo palonej kawy. Jest bezpieczną przystanią dla wszystkich, szukających dobrej literatury i miejsca do spędzenia czasu. Możesz tu robić na drutach, czytać (oby tylko nie zostawić po sobie nadmiernych śladów lektury), medytować, rozmawiać i ...zacząć wszystko od nowa, bo każda nowa książka, nowa fabuła to nowa szansa. Opowieść przynosi także wiele ciekawostek o społeczeństwie koreańskim, stopniach zależności od starszych członków rodziny, pogoni za sukcesem, tęsknotą za prawdziwymi relacjami. Nieco eseistyczny sposób prowadzenia narracji zmusza, by razem z bohaterami powieści zwolnić tempo i poczuć jakby się rzeczywiście było w przytulnym wnętrzu księgarni, pić smaczną kawę i słuchało opowieści.

#### „Witajcie w księgarni Hyunam-Dong” Hwang Bo-reum Dla dorosłych



## kalendaryz wydarzeń

### 8 MARCA

Zdrowy dzień kobiet  
nie tylko dla Pań  
Bezpłatne badania,  
godz. 9:00-15:00  
Ratusz,  
ul. marsz. J. Piłsudskiego 41

Warsztaty Soprano  
10:00-11:30  
LUTW, ul. Piłsudskiego 3  
Dzień kobiet w LUTW  
godz. 13.00  
LUTW, ul. Piłsudskiego 3

Koncert „Kobiety jak te kwiaty”  
Pracowni Śpiewu Estradowego  
Angel's Voice  
wstęp – wejściówki dostępne  
w MOK  
godz. 18:00  
sala widowiskowa w ratuszu

Dzień Otwarty w II LO  
godz. 18:00  
ul. Królowej Jadwigi 11

Kręgi dla Mężczyzn  
godz. 20.00  
Scena po sąsiedzku,  
ul. Husarska 12

### 9 MARCA

Akcja poboru krwi  
ratusz, godz. 8:00-12:00

Otwarty Trening Nordic Walking  
polana leśna, ul. Zakopiańska  
wstęp wolny, godz. 9:30

Koncert ŁUKASZA JEMIOŁY  
bezpłatne, wejściówki  
od 4 marca  
godz. 18:00  
Scena po sąsiedzku,  
ul. Husarska 12



Spektakl na zakończenie cyklu  
zajęć z dramy i teatru  
sala MOK Legionowo,  
ul. Norwida 10  
godz. 19:00

### 10 MARCA

Grand Prix w Tenisie Stołowym  
godz. 9:30  
Arena Legionowo,  
ul. Chrobrego 50B

Salon Artystyczny  
- Recital fortepianowy  
Wojciecha Kruczyka  
„Co po Chopinie?”  
godz. 12:00  
sala widowiskowa w ratuszu

Legionowski Dzień Kobiet  
- uwierz w siebie  
godz. 14:00  
ratusz, ul. Piłsudskiego 41

Przedstawienie dla dzieci  
TRZY ŚWINKI  
godz. 16.00, bezpłatne, wejściówki  
dostępne w Scenie od 4 marca  
Scena po sąsiedzku,  
ul. Husarska 12

Prelekcja Rafała Degiela  
„84. rocznica zbrodni palmirskiej”  
godz. 15.30, Muzeum Historyczne

w Legionowie  
ul. A. Mickiewicza 23, wstęp wolny.

### 12 MARCA

Spacerem po Legionowie  
godz. 20.00  
(spotkanie informacyjne)  
Scena po sąsiedzku,  
ul. Husarska 12

### 14 MARCA

Warsztaty rękodzieła  
godz. 10:30-12:30  
LUTW, ul. Piłsudskiego 3

Wykład otwarty z cyklu  
profilaktyki antystresowej  
Joanna Zielińska, godz. 12.00  
LUTW, ul. Piłsudskiego 3

Bingo, bezpłatne, wstęp wolny  
godz. 14.00  
Scena po sąsiedzku,  
ul. Husarska 12

### 15 MARCA

Warsztaty Soprano  
10:00-11:30  
LUTW, ul. Piłsudskiego 3

### 16 MARCA

Mecz piłki nożnej  
KS Legionovia Legionowo  
- MKS Piłica Białobrzegi  
godz. 15:00  
Stadion Miejski w Legionowie

Koncert zespołu Dwa Kolory  
„Głęboka studzienka”  
wstęp – wejściówki dostępne  
w MOK  
godz. 18:00  
sala widowiskowa w ratuszu

### 17 MARCA

Niedzielne Spotkania z Bajką  
spektakl „Ani me, ani be...”  
bilety - 20 zł - w MOK.  
ul. Norwida 10  
godz. 15:00  
sala widowiskowa w ratuszu

Oprowadzanie kuratorskie  
po wystawie „Umundurowanie  
1. Dywizji Kościuszkowskiej  
1943-2011”  
dr Adam Kaczyński, godz. 15.30  
wstęp wolny  
Filia MH „Piaski, Al. Sybiraków 23  
Koncert charytatywny  
GRAMY Z SERCA DLA LUCYNY  
wstęp - cegiełka 10 zł, godz. 17.00  
Scena po sąsiedzku,  
ul. Husarska 12

### 18 MARCA

Warsztaty pamięci  
godz. 13:30-15:30  
LUTW, ul. Piłsudskiego 3

### 21 MARCA

Wykład otwarty  
Przeddzień 20-lecia przyjęcia  
Polski do Unii Europejskiej  
dr Rafał Florczyk, godz. 12:00  
LUTW, ul. Piłsudskiego 3

XXI Powiatowa Giełda Szkół  
Ponadpodstawowych  
godz. 10:00-14:00  
LO im. Marii Konopnickiej  
w Legionowie  
ul. marsz. J. Piłsudskiego 26

Marsz kolorowej skarpetki  
sala widowiskowa w ratuszu  
godz. 9:45-10:40

Odstąpienie tablicy  
P. Pawłowskiego  
godz. 9:30

Uroczyste otwarcie XIII Dni Osób  
z Niepełnosprawnościami  
- wręczenie orderu "Przyjaciół  
Osób z Niepełnosprawnościami"  
godz. 11:00  
sala widowiskowa w ratuszu

### 22 MARCA

Warsztaty Soprano  
10:00-11:30  
LUTW, ul. Piłsudskiego 3

Wieczór z planszówkami  
bezpłatne, godz. 17.00  
- wstęp wolny  
Scena po sąsiedzku,  
ul. Husarska 12

Koncert "Był sobie ..." pamięci  
Piotra Bogdziewiczza  
bilety - 30 zł - dostępne w MOK,  
ul. Norwida 10  
godz. 19:00  
sala widowiskowa w ratuszu

### 23 MARCA

Akcja rejestracji potencjalnych  
dawców szpiku kostnego  
Ratusz, godz. 10:00-15:00

Przedstawienie dla dzieci  
„Warzywa i owoce”  
bezpłatne, wstęp wolny,  
godz. 15.00  
Scena po sąsiedzku,  
ul. Husarska 12



Koncert wielkanocny  
STACHURA MIRECKI TRIO  
bezpłatne, wejściówki dostępne  
od 18 marca  
godz. 18.00  
Scena po sąsiedzku,  
ul. Husarska 12

Koncert "Poezja w dźwiękach"  
Pracowni Śpiewu Estradowego  
Angel's Voice  
bilety - 30 zł - dostępne w MOK,  
ul. Norwida 10  
godz. 18:00  
sala widowiskowa w ratuszu

### 24 MARCA

Warsztaty „Komunikacja bez  
przemocy”  
bezpłatne, godz. 14.00, zapisy  
Scena po sąsiedzku,  
ul. Husarska 12

Warsztaty wielkanocne  
bezpłatne, zapisy, godz. 16.00,  
17.30  
Scena po sąsiedzku,  
ul. Husarska 12

Prelekcja  
dr. hab. Jacka Szczepańskiego  
„Historia Huty Szklanej  
w Legionowie”  
Muzeum Historyczne  
w Legionowie,  
ul. A. Mickiewicza 23, wstęp wolny,  
godz. 15.30.

Koncert „W czasie deszczu  
dzieci się nudzą”  
Piosenki Kabaretu Starszych  
Panów  
wystąpią Dorota Lułka,  
Paweł Nowak i Maciej Sadowski  
bilety - 30 zł - dostępne w MOK,  
ul. Norwida 10  
godz. 18:00  
sala widowiskowa w ratuszu

Koncert Legionowskiej Orkiestry  
Barokowej  
Pergolesi „Stabat mater”  
godz. 16:00  
Kościół Miłosierdzia Bożego,  
ul. Targowa 48  
Koncert Legionowskiej Orkiestry  
Barokowej  
Pergolesi „Stabat mater”  
godz. 19:00  
Kościół NCiKCh, Legionowo,  
ul. Piłsudskiego 47

Koncert  
zespołu wokalo - instrumentalnego  
**Dwa Kolory**  
„Głęboka studzienka”

16 marca 2024, godz. 18.00  
sala widowiskowa w ratuszu  
Legionowo, ul. Piłsudskiego 41  
wstęp - wejściówki dostępne w MOK Legionowo, ul. Norwida 10

zespół polsko-ukraiński

„Ani me, ani be...”  
17 marca, godz. 15.00

ratusz, sala widowiskowa, Legionowo, ul. Piłsudskiego 41

spektakl Teatru Gry i Ludzie

bilety - 20 zł  
w MOK Legionowo, ul. Norwida 10

Niedzielne Spotkania z Bajką