



CYFROWY PULS



Rozkład jazdy D2 i D3

Czytaj
str. 8 i 9

puls Miasta

Bezpłatny miesięcznik Miasta Legionowo
16 stron

Nr 10 | listopad/grudzień 2023 | ISSN 2544-8633
Nakład: 9 tys. egzemplarzy

Wersja cyfrowa na legionowo.pl

Interwencja

W odpowiedzi na wnioski mieszkańców - list do kolejarzy.

Str. 3

Inwestycje

Remont Kwiatowej. Inwestycje dla ekologii i oszczędności. Utrudnienia na Kolejowej.

Str. 2 i 4

Puls Seniora

Grudniowe atrakcje dla seniorów. Jesień pełna radości czyli co działo się w Klubie Seniora Amicus? III miejsce w konkursie „Razem dla seniorów” pod honorowym patronatem Małżonki Prezydenta RP Agaty Kornhauser-Dudy i pięciolecie Klubu Seniora Amicus!

Str. 7, 10 i 13

Sport

Zapraszamy na łyżwy! Poznaj mistrzów z Legionowa!
Rowerem do szkoły - rozwiązanie konkursu.

Str. 6 i 12

Zdrowie

Mammografia dla pań w wieku 50-69 lat - zapisz się już dzisiaj.

Wszystko o grypie i bezpłatnych szczepieniach. Kiedy zarażamy? Poznaj objawy grypy. Szczepionki w ramach refundacji, dla kogo dostępne?

Str. 7 i 13

Ekologia

Specjalne kontenery już w Legionowie. Projekt Eko Cmentarz w ostatniej fazie realizacji - poznaj zasady segregacji odpadów na terenie legionowskiego cmentarza.

Grabić czy nie grabić liści?

Czyste powietrze - nowe przepisy zakazują korzystania z kotłów na paliwa stałe. O jakie dotacje możemy się ubiegać, by zmienić „kopciucha”? Termowizja - bezpłatne badania odbędą się w pierwszym kwartale 2024 roku. Gdzie zgłosić swój dom?

Str. 14

Kultura

Co nowego w bibliotece? Spotkanie z Muzeum Historycznym „Puszcza Kampinowska”.

Wigilia Miejska, Mikołajki Miejskie i Zimowy Kiermasz - grudniowe atrakcje dla mieszkańców.

MOK Legionowo zaprasza na koncert „Wielcy piosenki francuskiej” oraz operetkę „Miłosny Zawrót Głowy”.

Str. 15 i 16

Podatki i opłaty - w Legionowie bez podwyżek!

Duża inflacja spowodowała podwyżki opłat w wielu polskich miastach. Wystarczy zobaczyć stawki maksymalne ogłoszone w Obwieszczeniu Ministra Finansów z dnia 21 lipca 2023 r. w sprawie górnych granic stawek kwotowych podat-

ków i opłat lokalnych na 2024 rok. Wzrosły one o około 15 % w stosunku do stawek maksymalnych z roku 2023. Na listopadowej sesji Rady Miasta Legionowo radni przychyliłi się do prośby Prezydenta Miasta Legionowo i zgodnie uchwa-

lili, że podwyżek opłat dla mieszkańców nie będzie. W przedłożonym przez prezydenta projekcie uchwały w sprawie podatków i opłat lokalnych kwoty te utrzymano na poziomie z 2023 roku.

Opłaty za śmieci nie wzrosną!

We poniedziałek 27 listopada rozstrzygnięto przetarg na odbiór odpadów od mieszkańców Legionowa. Najkorzystniejszą ofertę złożyło konsorcjum firm: Partner Dariusz Apelski Sp. z o.o. i PARTNER Sp. z o.o. Sp. K. Kolejnym krokiem jest podpisanie umowy.

To co z pewnością najbardziej interesuje mieszkańców, to opłaty za odbiór śmieci. Co najważniejsze, jak było deklarowane, cena odbioru odpadów pozostanie na tym samym poziomie!

Do mieszkańców domków jednorodzinnych lada chwila trafią wydrukowane odświeżone harmonogramy odbioru odpadów na 2024 rok. Zapraszamy na stronę www.legionowo.pl



SYSTEM
GOSPODARKI
ODPADAMI
W LEGIONOWIE



- Często jak rozmawiam z mieszkańcami o problemach dnia codziennego, słyszę o tym jak wszystko drożeje, jak rosną koszty utrzymania mieszkań i domów, jak rosną ceny żywności. Miastu też nie jest łatwo. Koszty energii elektrycznej wzrosły od 1 stycznia tego roku

o ponad 300 %, a koszty inwestycji wzrosły prawie drugie tyle. Szukamy więc innych sposobów, by ulżyć mieszkańcom i jednocześnie zapewnić miastu sprawne funkcjonowanie. Duże oszczędności przyniosą inwestycje, które w tej chwili są realizowane na terenie miasta - wymiana starego oświetlenia na energooszczędne, ledowe oprawy, a także montaż paneli fotowoltaicznych na dachu ratusza. - mówi Prezydent Miasta Legionowo Roman Smogorzewski.

Czytaj str. 3



Zdrowych i spokojnych Świąt
Bożego Narodzenia!

Boże Narodzenie

to jedno z najpiękniejszych świąt chrześcijańskich. To czas wyjątkowy, przepiękny radością, miłością oraz dobrocią, czas pojednania, nadziei na lepsze jutro. Jest to również okres, który pozwala z optymizmem patrzeć w przyszłość, na pozytywne zmiany w nowym roku.

Życzymy Państwu zdrowych, pełnych spokoju oraz miłości Świąt Bożego Narodzenia. Niech ten wyjątkowy czas, daleki od trosk i zmartwień, przepiękną radość oraz szczęście. Cieszymy się z chwil spędzonych w rodzinnej atmosferze, w otoczeniu najbliższych.

Niech nowy rok upłynie bez trosk i zmartwień. Oby najskrytsze marzenia znalazły urzeczywistnienie, zaś każdy dzień przynosił tylko radość, a także uśmiech.

Przewodniczący
Rady Miasta Legionowo,

Ryszard Brański

Prezydent
Miasta Legionowo

Roman Smogorzewski



Szanowni Czytelnicy,

zbliża się czas najbardziej chyba przez wszystkich doceniany, czyli okres Świąt Bożego Narodzenia oraz Nowego Roku. To zazwyczaj moment, w którym wszyscy koncentrujemy się na rodzinie, spokoju ducha czy odpoczynku od codzienności. Jednakże miasto, jako jednostka przeżywa wyjątkowo pracowity okres. Staramy się o dopięcie wszystkich możliwych inwestycji zanim uniemożliwi to pogoda, a także przygotowujemy się do naszych zadań w 2024 r.

Z pewnością spora część mieszkańców oczekuje na ogłoszenie informacji dotyczących stawek podatków i opłat lokalnych. I choć wiem, że do większości mieszkańców dotarło już hasło – w Legionowie w tej kwestii bez podwyżek. To o szczegółach tej decyzji przeczytać mogą Państwo na stronie 3. Wiem, że równie ważne są dla Państwa remonty i inwestycje, które toczą się w mieście, dlatego o nich przeczytać można między innymi na stronie 4.

Jednocześnie pragnę zaprosić Państwa na Wigilię Miejską, która odbędzie się 17 grudnia jak co roku na terenie ratusza miejskiego. Trwać będzie w tym dniu również kiermasz świąteczny oraz szopka z żywymi zwierzętami. Oczywiście wydarzenie zwieńczymy życzeniami i dziełem się opłatkiem.

Prace prezydenta 25.10.2023 - 24.11.2023 r.

Podpisano umowy na:

- remont budynku przy ulicy Aleja 3 Maja 24 w Legionowie na potrzeby Lokalnego Centrum Integracyjnego,
- opracowanie dokumentacji projektowej przebudowy ul. Kaszubskiej na odcinku od ulicy Kościuszki do ulicy Gdańskiej,
- aktualizację dokumentacji projektowej przebudowy ulicy Sosnowej,
- opracowanie dokumentacji projektowo-kosztorysowej przebudowy pomieszczeń budynku przy Alei 3 Maja 28 na potrzeby osób niepełnosprawnych,
- opracowanie dokumentacji projektowo-kosztorysowej oświetlenia terenu projektowanego zagospodarowania działki przy ul. Wysockiego na cele rekreacyjne.

Przeprowadzono postępowania zamówienia publicznego zgodnie z Regulaminem udzielania zamówień publicznych o wartości poniżej kwoty 130 000 złotych netto na:

- usunięcie skutków zalania ścian za trybunami w budynku Arena Legionowo,
- opracowanie dokumentacji projektowo-kosztorysowej oświetlenia terenu projektowanego zagospodarowania działki przy ul. Wysockiego na cele rekreacyjne.

Zakończono:

- montaż mozaiki z okazji 90 rocznicy pierwszego polskiego zwycięstwa w zawodach o puchar Gordona Benetta na ścianie podporowej budynku Urzędu Miasta.
- zakup nowej nawierzchni (162 m²) w Arenie Legionowo (Inicjatywa Lokalna).

Inwestycje w trakcie realizacji:

- przebudowa budynku przedszkola wraz ze zmianą sposobu użytkowania na budynek oświatowy – centrum opiekuńczo – mieszkalne przy ul. Jasnej,
- montaż fotowoltaiki, remont dachu budynku Centrum Informacyjno – Administracyjnego,
- wymiana oświetlenia wewnętrznego na energooszczędne w budynku Centrum Informacyjno – Administracyjnego,
- doświetlenie przejść dla pieszych i przejazdów dla rowerów wraz ze znakami aktywnymi w ramach projektu: „Poprawa warunków do rozwoju przyjaznych środowisku form transportu poprzez budowę systemu dróg rowerowych na terenie Gminy Legionowo etap II,
- rozbudowa drogi gminnej ul. Wąskiej na odcinku od ul. Szwajcarskiej do ul. Wrzosowej oraz budowa drogi gminnej ul. Wąskiej na odcinku od ul. Wrzoso-

wej do ul. Słonecznej wraz z infrastrukturą techniczną,

- przebudowa ulicy Pałacowej,
- adaptacja części poddasza na potrzeby strzelnicy pneumatycznej w budynku Szkoły Podstawowej Nr 1,
- opracowanie dokumentacji projektowo-kosztorysowej przebudowy ul. Narutowicza (od ul. Targowej do ul. Wyszyńskiego) w zakresie przebudowy chodnika,
- opracowanie dokumentacji projektowo-kosztorysowej przebudowy ul. Wrzosowej (odc. od ul. Polnej do ul. gen. B. Roj) oraz odcinek ul. Zacisznej (od ul. Wrzosowej do ul. Słonecznej),
- opracowanie dokumentacji projektowo-kosztorysowej przebudowy monitoringu miejskiego.

Inne działania:

- Podpisano trzy umowy na wymianę słupów oświetleniowych uszkodzonych w wyniku kolizji drogowych na terenie Legionowa.
- Podpisano umowę na wymianę uszkodzonego kabla oświetlenia ulicznego na terenie Legionowa.
- Podpisano umowę na wykonanie robót budowlanych polegających na przebudowie nawierzchni jezdni drogi gminnej nr 180245W – ulicy Kolejowej w Legionowie.

Zastrzeż w ratuszu swój PESEL

W ramach akcji „Zastrzeż PESEL” mieszkańcy będą mieli możliwość zastrzeżenia swojego numeru PESEL, tak by nikt niepowołany nie mógł wziąć kredytu czy pożyczki. Z tej usługi można skorzystać w standardowych godzinach pracy urzędu w Wydziale Spraw Obywatelskich (okienka: 16-20) po pobraniu biletu z kolejkomatu.

Od 17 listopada 2023 roku weszły w życie przepisy przewidujące możliwość zastrzeżenia numeru PESEL. To usługa, która ma zapewnić zwiększenie ochrony obywateli przed nadużyciami wynikającymi z nielegalnego wykorzystania ich danych. Ograniczy zjawiska wyludzenia środków finansowych poprzez zaciąganie zobowiązań na cudzy rachunek, takich jak kredyty, pożyczki czy umowy sprzedaży nieruchomości. Zwiększy bezpieczeństwo naszych danych i sprawi, że w przypadku ich wycieku będziemy mieli możliwość szybkiej reakcji i działania prewencyjnego, aby nie dopuścić do ich wykorzystania na naszą niekorzyść.

Zastrzeżenia i cofnięcia zastrzeżenia numeru PESEL może dokonać każdy pełnoletni posiadacz numeru PESEL za pomocą:

- e-usługi
- aplikacji mObywatel (zastrzeżenia dokonywane za pomocą aplikacji mobilnej będą możliwe po ogłoszeniu przez ministra właściwego do spraw informatyzacji komunikatu określającego dzień wdrożenia rozwiązań technicznych umożliwiających stosowanie przepisu)
- w dowolnym urzędzie gminy.

W Urzędzie Miasta Legionowo wnioski o zastrzeżenie lub cofnięcie zastrzeżenia numeru PESEL są



przyjmowane w Wydziale Spraw Obywatelskich (okienka: 16-20) po pobraniu biletu z kolejkomatu w godzinach funkcjonowania urzędu. W przypadku chęci osobistego złożenia wniosku należy przedstawić pracownikowi dowód osobisty lub paszport, a cudzoziemiec okazuje dokument podróży lub inny dokument stwierdzający tożsamość i obywatelstwo.

Organ gminy bezpośrednio po złożeniu wniosku i pozytywnej weryfikacji tożsamości rejestruje zastrzeżenie

albo cofnięcie zastrzeżenia numeru PESEL w rejestrze zastrzeżeń numerów PESEL i wydaje wnioskodawcy potwierdzenie zastrzeżenia albo cofnięcia zastrzeżenia numeru PESEL.

W przypadku niemożności złożenia wniosku o zastrzeżenie numeru PESEL spowodowanej chorobą, niepełnosprawnością lub inną niedającą się pokonać przeszkodą, zastrzeżenia numeru PESEL można dokonać przez pełnomocnika. Pełnomocnik składa wówczas w Urzędzie pełnomocnictwo

szczegółne do dokonania tej czynności i potwierdza swoją tożsamość za pomocą dokumentu tożsamości.

W imieniu osoby nieposiadającej zdolności do czynności prawnych albo posiadającej ograniczoną zdolność do czynności prawnych wniosek o zastrzeżenie albo cofnięcie zastrzeżenia numeru PESEL może złożyć opiekun prawny albo kurator.

Należy pamiętać, że zastrzeżenia numeru PESEL dokonuje się również z urzędu w przypadku:

- unieważnienia dowodu osobistego na skutek zgłoszenia utraty dowodu osobistego lub zgłoszenia podejrzenia nieuprawnionego wykorzystania danych osobowych (cofnięcie zastrzeżenia będzie wówczas możliwe tylko na wniosek);
- rejestracji w rejestrze PESEL danych o zgonie.

Jak wynika z ustawy z dnia 7 lipca 2023 r. o zmianie niektórych ustaw w celu ograniczenia niektórych skutków kradzieży tożsamości (Dz. U. 2023, poz. 1394) od 1 czerwca 2024 roku instytucje zobowiązane ustawą (m.in. banki, spółdzielcze kasy oszczędnościowo-kredytowe, notariusze) będą musiały przed zawarciem umowy połączyć się z rejestrzem i sprawdzić czy numer PESEL nie został zastrzeżony. Jeśli po sprawdzeniu w rejestrze okaże się, że numer PESEL został zastrzeżony, umowa nie powinna być zawarta.

Jeśli klient, który zastrzegł swe dane, będzie jednak chciał wziąć kredyt lub pożyczkę, wówczas cofnie zastrzeżenie, składając odpowiedni wniosek w Urzędzie lub korzystając z e-usług.

Trzy nowe ronda

Podczas listopadowej sesji Rady Miasta legionowscy radni pochyliłi się nad wynikami konsultacji społecznych dotyczących trzech propozycji nazw rond i w wyniku ich głosowania trzy punkty na mapie mają już swoją nazwę.

"Rondo Piotra Pawłowskiego Twórcy Integracji" to rondo zlokalizowane w Legionowie w zbiegu ulic Aleja 3 Maja, Fryderyka Chopina, Henryka Siemiradzkiego i Mikołaja Kopernika. "Rondo Wiesława Huberta Klejmenta" znajduje się w zbiegu ulic Zygmunta Krasińskiego, gen. Józefa Sowińskiego i Artura Grottgera. Zaś napis "Rondo Wielkiej Orkiestry Świątecznej Pomocy" stanie w zbiegu ulic Jana III Sobieskiego i Parkowej.

Podatki i opłaty - w Legionowie bez podwyżek!

W środę 29 listopada legionowscy radni wyrazili zgodę na prośbę Prezydenta Miasta Legionowo Romana Smogorzewskiego, by mimo inflacji nie podnosić lokalnych podatków. To dobra informacja dla mieszkańców mając na uwadze fakt, że Ministerstwo Finansów właśnie ogłosiło nowe stawki maksymalne podatków i opłat lokalnych na 2024 rok, które przewidują podwyżki o 15 procent w porównaniu z rokiem 2023. Ta najwyższa od lat podwyżka podatków lokalnych, w tym podatku od nieruchomości, została spowodowana przez wyjątkowo wysoką inflację, która ostatnio szaleje w gospodarce.

- Biorąc pod uwagę trudną sytuację mieszkańców Legionowa, związaną z wzrastającymi kosztami codziennego życia, postanowiłem nie podwyższać podatków lokalnych w przyszłym roku. Nie jest to łatwe, bowiem koszty utrzymania całej tej rozbudowywanej co roku infrastruktury miejskiej są z roku na rok coraz wyższe - mówi prezydent Roman Smogorzewski. - Tę decyzję przedstawiłem Radzie Miasta Legionowo z nadzieją, że znajdzie ona większość w radzie i podatki dla wszystkich mieszkańców dotyczące mieszkań, działek i działalności gospodarczej zostaną na poziomie z roku ubiegłego. Oceniając wpływ inflacji to rezygnacja z wpływu do budżetu o około 3,5 miliona złotych.

Regularne wpływy z podatków to znacząca pozycja w każdej gminie. Niemniej władze miasta mają nadzieję na zdobycie większej ilości dotacji zewnętrznych, zwłaszcza po zmianie obecnych decydentów w rządzie. Prezydent ma nadzieję, że uda się zbudować budżet proinwestycyjny, by zapewnić dalszy rozwój miasta.

Podczas listopadowej sesji Rada Miasta Legionowo w drodze uchwały określiła wysokość stawek podatku od nieruchomości oraz podatku od środków transportowych. Wprowadziła też opłatę targową określając zasady jej ustalania i poboru oraz terminy płatności i wysokość stawek. Stawki maksymalne ogłoszone w Obwieszczeniu Ministra Finansów z dnia 21 lipca 2023 r. w sprawie górnych granic stawek kwotowych podatków i opłat lokalnych na 2024 rok wzrosły o około 15 % w stosunku do stawek maksymalnych z roku 2023. W przedłożonym przez Prezydenta Miasta Legionowo projekcie uchwały w sprawie podatków i opłat lokalnych stawki podatku od nieruchomości, podatku od środków transportowych oraz zasady ustalania i poboru, terminy płatności i wysokość stawek opłaty targowej na 2024 rok utrzymano na poziomie 2023 roku. Radni przychylił się do prośby prezydenta i zgodnie uchwalili, że podwyżek opłat dla mieszkańców nie będzie.



Legionowianin wyróżniony

W tym roku już po raz jedenasty Muzeum Powstania Warszawskiego przyznało Nagrody im. Jana Rodowicza „Anody. To prestiżowe wyróżnienie jest przyznawane osobom, które poprzez swoją postawę i działania udowadniają, że można czynić dobro na co dzień, że można żyć lepiej i być lepszym człowiekiem. To hołd dla tych, którzy nie pozostają obojętni na zło i zawsze gotowi są niesienie pomocy innym. Niezmiernie miło poinformować Państwa o tym, że jednym z nagrodzonych został legionowianin, pracownik Urzędu Miasta Legionowo, Wojciech Kowalczyk.

Nagroda im. Jana Rodowicza „Anody” przyznawana jest tym, którzy budują codzienną solidarność i kształtują lepszą Polskę, wzorując się na wartościach pokolenia Armii Krajowej. To świadectwo i praca tych ludzi mają stanowić inspirację dla innych, zachęcając do dzielenia się dobrem.

Podczas uroczystej gali XI edycji Nagrody im. Jana Rodowicza „Anody” uhonorowano wyjątkowe osoby, które reprezentują współczesnych „powstańców czasów pokoju”. Wyboru nominowanych i laureatów dokonała Kapituła, w której zasiadli: ks. Andrzej Augustyński, Ewa Błaszczuk, Jacek Dębicki, płk Piotr Gąstał, Anna Gołębiccka, dr Dariusz Karłowicz, Paweł Łukasiak, Olga Punczewicz, Jan Rodowicz, Jakub Wygnański.

W kategorii „Całokształt dokonań” tegorocznej edycji Nagrody im. Jana Rodowicza „Anody”, sercem i duszą społecznik Wojciech Kowalczyk otrzymał zaszczytne wyróżnienie. Jego niesamowita praca na stanowisku głównego specjalisty ds. osób z niepełnosprawnościami w Urzędzie Miasta Legionowo jest inspiracją i przykładem dla wielu.

„Niepełnosprawność nie jest barierą. Można z nią złożyć rodzinę; żyć; studiować; rozwijać się... Życie jest ogromną wartością; jest nieustanną nadzieją. A jeśli nie możemy z niepełnosprawnością pracować, to możemy kochać i być kochani - bo życie ma sens. Będę aktywny do ostatniego uśmiechu!” - mówi laureat konkursu, Pan Wojciech.

Wojciech Kowalczyk urodził się z rdzeniowym zanikiem mięśni (SMA) i obecnie jest całkowicie sparaliżowany. Niemniej jednak, nie zrezygnował z walki o lepsze warunki życia osób z niepełnosprawnościami. Jest inicjatorem wielu projektów, których celem jest poprawa komfortu życia i stworzenie warunków do pełnej aktywności obywatelskiej. Przykładem takiego projektu jest innowacyjny program „Asystent osób niepełnosprawnych” w Legionowie oraz inicjatywy związane z dostępnością architektoniczną miasta.

W roku 2018, dzięki wytrwałości i determinacji Wojciecha Kowalczyka, udało się wywalczyć refundację leku dla osób chorych na SMA. Dzięki jego staraniom terapia stała się dostępna w Polsce dla wszystkich dotkniętych tą rzadką chorobą.

Wojciech Kowalczyk to społecznik w pełnym tego słowa znaczeniu. Jego działania integrują ludzi wokół pozytywnych wartości, a walka o prawa osób z niepełnosprawnościami do godnego życia jest celem w jego życiu. Wcześniej już został laureatem konkursu „Człowiek bez barier” w 2019 roku, zdobywając zarówno nagrodę kapituły, jak i nagrodę publiczności. Jest również finalistą konkursu „Europa to my” w 2015 roku.

Wojciech Kowalczyk to niezwykle człowiek, który swoją postawą i działaniami udowadnia, że mimo przeciw-

ności losu, można czynić dobro i wpływać pozytywnie na życie innych. Jego praca jest inspiracją dla nas wszystkich. Gratulujemy zaszczytnego wyróżnienia!

Nagrodę im. Jana Rodowicza „Anody” ustanowiono w 2011 roku, aby wyróżnić osoby podobne do swojego patrona, Jana Rodowicza „Anody”, znanego jako Powstańca Warszawski, żołnierza Szarych Szeregów w Armii Krajowej. Rodowicz „Anoda” to postać, która zawsze dostrzegała potrzebujących i wierzyła, że każdy mały krok w kierunku dobra może zmienić świat. Patron nagrody zmarł tragicznie w 1949 roku po brutalnym śledztwie i aresztowaniu przez Urząd Bezpieczeństwa. Był znany ze swojej życzliwości, otwartości na innych i naturalnej gotowości do niesienia pomocy.

Nagroda im. Jana Rodowicza „Anody” przyznawana jest w trzech kategoriach: „Całokształt dokonań”, „Akcja społeczna” (dzieło lub inicjatywa), i „Wyjątkowy czyn”. Kapituła ocenia odwagę i mądrość działania tych wyjątkowych jednostek społeczeństwa.

Gratulujemy wszystkim laureatom i nominowanym! Ich poświęcenie i determinacja są prawdziwym źródłem inspiracji dla nas wszystkich. Niech duch Jana Rodowicza „Anody” ciągle kształtuje naszą postawę i daje wiary w to, że dobro zawsze zwycięża.

Interweniuje u kolejarzy

W związku z informacjami od mieszkańców o dużych utrudnieniach, przepełnionych pociągach i niekorzystnych dla podróżujących zmianach w rozkładzie pociągów, urząd zwrócił się o podjęcie pilnych działań w tej kwestii.

W piśmie do Zarządu Transportu Miejskiego w Warszawie czytamy: „Urząd Miasta Legionowo w związku z postulatami mieszkańców oraz własną obserwacją zwraca się z prośbą o przeanalizowanie możliwości zwiększenia składów pociągów w porannych godzinach szczytu. W chwili obecnej przejeżdżające pociągi na stację Legionowo Centrum są wypełnione pasażerami i niejednokrotnie wejście do składu jest niemożliwe lub bardzo utrudnione. Ponadto prosimy o szczególne zwracanie uwagi przy układaniu

rozkładów jazdy, żeby nie pomijać kursów pociągów do Warszawy w okolicach 7.00-7.30 dla linii SKM lub KM z przystankiem Warszawa Gdańska.”

Mając na względzie komfort dojazdu legionowian do pracy liczymy na zrozumienie ZTM i aktywne zaangażowanie się w poprawę jakości podróży naszych mieszkańców, tak by mogli oni punktualnie i szybko dojechać do Warszawy.

Czekamy na pozytywną zmianę wraz z nowym rozkładem (od 11 grudnia).

W trosce o bezpieczeństwo

Mając na względzie pieszych, a zwłaszcza dzieci, Straż Miejska w Legionowie zwróciła się do starostwa powiatowego o poprawę bezpieczeństwa na przejściu dla pieszych na ulicy Sobieskiego.

W niedzielę 12 listopada na przejściu dla pieszych miało miejsce wydarzenie, które zostało zgłoszone do legionowskiej straży. Rodzice dziecka przechodzącego na pasach na ulicy Sobieskiego 65 zwrócili uwagę na to, że by uniknąć potrącenia musiało ono zbiec z jedni. Podobne niebezpieczne sytuacje zgłaszali również inni mieszkańcy. Okazuje się, że na wspomnianym przejściu przez jezdnię dochodzi często do sytuacji niebezpiecznych z udziałem niechronionych uczestni-

ków ruchu drogowego.

Zastosowanie aktywnego przejścia dla pieszych może być jednym z połączonych rozwiązań, które wpłyną na poprawę bezpieczeństwa. Aktywne przejście dla pieszych to oznakowane przejście wyposażone w specjalne elementy ostrzegawcze, takie jak sygnalizatory świetlne lub sygnalizatory dźwiękowe, które zwiększają uwagę kierowców i zachęcają do zatrzymania się. Legionowo jest miastem bezpiecznym,

nie zanotowano tu w ostatnich latach żadnych wypadków śmiertelnych. Ulica Sobieskiego pozostająca pod zarządem starostwa jest jedną z głównych dróg, z których korzystają kierowcy. Poprawa widoczności pieszego byłaby więc wskazana.

Jak informuje Starostwo Powiatowe, w przyszłorocznym budżecie planowane jest uwzględnienie środków finansowych na wykonanie przebudowy wybranych przejść dla pieszych. Starosta Sokolnicki deklaruje

też rozważenie możliwości zastosowania rozwiązań komunikacyjnych

poprawiających bezpieczeństwo pieszych we wskazanej lokalizacji.

„Apel o poprawienie bezpieczeństwa na ulicy Sobieskiego to tylko jedno z wielu działań Straży Miejskiej. Prócz lekcji edukacyjnych, które przeprowadzamy w legionowskich szkołach, prowadzimy programy zachęcające uczniów do noszenia odblasków. O bezpiecznym poruszaniu się na drogach piszemy również w ulotkach, które kierujemy do pieszych oraz do rowerzystów. Jest to bardzo istotne, zwłaszcza w okresie jesienno-wiosennym, gdy mamy krótkie dni i na dworze szybko robi się ciemno. Trzeba być widocznym dla innych użytkowników drogi, by być bezpiecznym. Pamiętajmy! JESTEM WIDOCZNY JESTEM BEZPIECZNY - przypomina Komendant Straży Miejskiej Adam Nadworski.



Ekologiczny Ratusz

Według wstępnych szacunków urząd zaoszczędzi do 45% zużywanej w ratuszu energii. Wszystko to dzięki aktualnie prowadzonym, przyjaznym ekologii inwestycjom. Od sierpnia br. w ratuszu trwają prace przy remoncie dachu, montażu instalacji fotowoltaicznej oraz przy przebudowie oświetlenia i systemie przygotowania ciepłej wody. Całość zadań to koszt ponad 2 mln zł. Natomiast 610 tys. zł pochodzić będzie ze środków Regionalnego Programu Operacyjnego Województwa Mazowieckiego.

Fotowoltaika na nowym dachu

W ramach realizowanych prac na legionowskim ratuszu montowane są

dwie instalacje fotowoltaiczne o mocy do 50 kWp. Montaż ten poprzedzony został pracami remontowymi dachu,



które już niemal dobiegły końca. Po demontażu instalacji odgromowej usunięto pęcherze i naprężenia spod starego poszycia membrany PVC oraz zamocowano nowe pokrycie dachu. Ponownie zamontowano urządzenia klimatyzacyjne, balasty betonowe instalacji oraz inne elementy zainstalowane uprzednio na połaci dachu.

Modernizacja systemu oświetlenia

W ramach tego projektu wykonywana jest również modernizacja systemu oświetlenia zarówno wewnątrz, jak i na zewnątrz ratusza. Obejmuje oświetlenie podstawowe i awaryjne. Głównym celem tych działań jest zwiększenie efektywności energetycznej urzędu poprzez optymalizację zużycia energii elektrycznej, ale też ciepłej wody. Oprócz zainstalowania oświetlenia LED, wymienione zostaną również baterie umywalkowe na modele bezdotykowe z funkcją perlatora i możliwością regulacji temperatury.

Montaż paneli fotowoltaicznych na dachu i wymiana oświetlenia to inwestycja, która zwróci się w ciągu kilku lat, a po tym czasie zacznie przynosić zyski. Zadanie to realizowane jest przez firmy Sunway Sp. z o.o oraz Integracja B2B Sp. z o.o.



Trwa remont Kwiatowej

Trwa przebudowa ulicy Kwiatowej na odcinku drogi od ulicy Wiejskiej do ulicy Zakopiańskiej. Prosimy o ostrożność w rejonie prac budowlanych.

Obecnie realizowane jest zadanie w zakresie przebudowy ulicy Kwiatowej w Legionowie. Wykonawcą prac jest Przedsiębiorstwo Handlowo-Uslugowe „CEM-BUD” Andrzej Sebastian Łoma, z siedzibą przy ul. Piaskowej 7 w Józefowie. Koszt tej inwestycji to 2.355.281,37 zł.

Remont ulicy Kwiatowej ma trwać

trzy miesiące. Niektóre odcinki drogi są czasowo zamknięte dla ruchu drogowego. Przewidziano naprawę jezdni, przełożenie chodników i zjazdów oraz wymianę krawężników. W trosce o bezpieczeństwo pieszych w rejonie skrzyżowania z ulicą Gajową, w celu uspokojenia ruchu, zostanie wykonane wyniesione skrzyżowanie. Na przebudowywanym odcinku drogi przewidziano wymianę istniejących wpustów ulicznych.

Kierowców przepraszamy za utrudnienia i prosimy o zachowanie ostrożności.

Tunel naprawiony

22 i 23 listopada w obrębie tunelu na Bukowcu przeprowadzone zostały prace remontowe konieczne po uszkodzeniu konstrukcji przez pojazd wojskowy.

Od lipca bieżącego roku kierowcy korzystają z przejazdu poprowadzonego pod torami kolejowymi w ulicy Polnej. Dzięki tej inwestycji miesz-

kańcy nie stoją już przed szlabanem i nie czekają na przejazd pociągów. Tunel jest dostosowany do przejazdu pojazdów o wysokości do 3 metrów.

Niestety w wyniku niefrasobliwości kierowców bramownice i przęsła, czyli elementy konstrukcyjne zostały zdemastrowane.



- Naprawą uszkodzeń zajęła się firma Matex-Bud z Legionowa. Koszt remontu to prawie 21 tys. zł. Przedmiotem zamówienia było wykonanie i wdrożenie projektu czasowej organizacji ruchu, demontaż uszkodzonych elementów obudowy i montaż nowych elementów z blachy ocynkowanej – mówi Naczelnik Wydziału Inwestycji Elżbieta Głos.



Teraz czas na Kolejową

We wtorek (14.11) oficjalnie wprowadzono na budowę wykonawcę remontu ulicy Kolejowej (na odcinku od Morwowej do granicy z Chotomowem). Prace mają zakończyć się w ciągu 80 dni. Niestety przez ten okres czekają nas utrudnienia w ruchu na tym odcinku.

Docelowo remontowany odcinek ulicy Kolejowej zyska nową nawierzchnię z betonu asfaltowego, a istniejące w niej ubytki zostaną zlikwidowane. Przebudowa ma na celu wyłącznie poprawę stanu technicznego nawierzchni drogowej oraz poprawę systemu odwodnienia.



Mimo ograniczonego budżetu i wysokiej inflacji prowadzimy na bieżąco remonty legionowskich dróg. W pierwszej kolejności są to drogi, o które upominają się sami mieszkańcy, drogi ważne ze względu na dojazdy komunikacyjne i duże obciążenie ruchem samochodowym. I tak na przykład obecnie trwa remont ulicy Kwiatowej, a także ulicy Kolejowej. W najbliższym czasie planowana jest również zmiana nawierzchni drogi położonej wzdłuż ulicy Sobieskiego. Jest to wprawdzie droga wewnętrzna, a jednak bardzo ważna dla mieszkańców oraz przyjezdnych gości, którzy często parkują na niej w dniach targowych. Wymiana nawierzchni jest tu konieczna – mówi Zastępca Prezydenta Miasta Legionowo Piotr Zadrożny.





Festiwal Gęsiny w Legionowie

11 listopada 2023 roku w Legionowie odbył się X. Festiwal Gęsiny, organizowany przez władze miasta, zapewniający mieszkańcom niezapomniane przeżycia kulinarne i kulturalne w ramach obchodów Święta Niepodległości.

Święto rozpoczęło się o godzinie 12:00, zgromadzeni pod pomnikiem Józefa Piłsudskiego mieszkańcy odśpiewali hymn państwowy. Wielkie poruszenie wśród uczestników wywołał polonez, który odtęńczyli nie tylko prowadzący uroczystość, ale też każdy z gości. Po tym symbolicznym momencie nastąpił przemarsz w kierunku Areny Legionowo, gdzie odbywały się główne atrakcje wydarzenia.

O godzinie 13:00 został przeprowadzony pokaz kulinarny z wykorzystaniem największej w Polsce brytfanny plenerowej, podczas którego serwowano aromatyczny gulasz z gęsi. Wydarzenie cieszyło się dużym zainteresowaniem i entuzjazmem publiczności.

Dla najmłodszych o godzinie 14:00 przygotowano specjalny spektakl "Król Maciuś", który zapewnił dzieciom wyjątkową rozrywkę i radość.

Koncerty i występy artystyczne

O godzinie 15:30 odbył się Koncert Niepodległościowy, w którym wystąpił Krzysztof Gwiazda wraz z chórem SP nr 8. Ich występ wzbudził wiele pozytywnych emocji i podkreślił znaczenie patriotyzmu.

Na zakończenie wydarzenia, o godzinie 16:30, publiczność miała okazję podziwiać pokaz artystyczny "Mały Śląsk", który zachwycił zgromadzonych widzów.

Atrakcje dla wszystkich

Podczas festiwalu goście mieli szansę zwiedzić miasteczko dawnych rzemiosł oraz skorzystać z różnorodnych stoisk gastronomicznych oferujących tradycyjne potrawy regionalne. Nie zabrakło również licznych atrakcji dla dzieci, które z uśmiechem na twarzach korzystały z zabaw i gier.

Festiwal Gęsiny w Legionowie połączył smakowite doznania z emocjonującymi koncertami i atrakcjami kulturalnymi, tworząc wyjątkową atmosferę.



wywiad

Romantyczne Legionowo

Kinga Tatkowska, to polska pisarka, autorka powieści obyczajowych. Wychowała się w niewielkiej miejscowości u podnóża Gór Złotych. Obecnie mieszka w Legionowie. Jak czytamy na temat tej autorki, Pani Kinga słucha muzyki rockowej, a jej faworytem niezmiennie pozostaje Bon Jovi. Od kilkunastu lat jest wegetarianką, uwielbia gotować i poznawać nowe smaki. Lubi zaskakiwać swoich czytelników.

Tym razem autorka romansów i książek obyczajowych zaprasza do czytania swojej nowej książki, której akcja rozgrywa się właśnie w Legionowie.

Czy Legionowo to miasto romantyków?

K.T. Hmm... Z tego, co podane jest w Wikipedii, mieszka tutaj ponad pięćdziesiąt tysięcy ludzi. Czy są wśród nich romantyczne dusze? Założę się, że jest ich tutaj mnóstwo – sama jestem romantyczką. A ileż osób się do tego nie przyznaje – choć przecież nie ma się czego wstydzić!

Skąd bierze Pani inspiracje na swoje książki?

K.T. Z inspiracjami do książek jest tak, że one zazwyczaj przychodzą z nienacka. To nie tak, że siadam w fotelu i na siłę coś wymyślam. Wręcz przeciwnie. Przeważnie jest to jakaś zasłyszana piosenka, obejrany film, albo nawet jedno zdanie przeczytane w jakims artykule. To jest dla mnie taką bazą, którą później rozbudowuję, często dodając do historii coś od siebie ze swojego życia albo z życia osób, które znam. Może się to



wydawać niemożliwe, ale właśnie tak działałam. Nawet ostatnio jechałam

Uberem i ot tak przyszedł mi do głowy pewien pomysł, którego już wiem,

że się nie pozbędę, i gdy tylko napiszę książkę, nad którą teraz pracuję, to zabiorę się za tę historię.

Czy Legionowo mogłoby być inspiracją?

K.T. Myślę, że każde miasto i każde miejsce może być inspiracją. Należy je tylko odpowiednio dopasować do fabuły i będziemy mieć idealną książkę.

Czy w Pani książkach są jakieś nawiązania do naszego miasta lub jego mieszkańców?

K.T. W jednej z moich książek – „Przezroczyste skrzydła” – ślub drugoplanowych bohaterów odbył się właśnie w Legionowie. A w powieści, którą obecnie piszę – „Ostatni blef” – Legionowa będzie znacznie więcej.

Na razie nie chcę za wiele zdradzać, ale... w tym mieście będzie się działo! I będzie trochę niebezpiecznie...

Czy mogłaby Pani zachęcić mieszkańców do zapoznania się z Pani twórczością?

K.T. To zawsze jest takie trudne, żeby w kilku zdaniach przekazać, o czym są moje książki albo zachęcić kogoś do ich przeczytania, bo przecież na opowiadanie historii moich bohaterów potrzebuję zazwyczaj kilkaset stron. Ale jeśli chcesz się oderwać od codzienności, poznać losy ciekawych bohaterów z krwi i kości, dać się porwać walce o szczęśliwe zakończenie, zaśmiać się albo czasami wzruszyć, to po prostu weź książkę i czytaj! Prawdopodobnie nie odłożysz jej, dopóki nie przeczytasz ostatniego zdania.

Konkurs fotograficzny! FotoLegioLove

Od 4 grudnia rusza konkurs fotograficzny na naszym instagramie @legionowo_official.

W konkursie tym główną nagrodą będzie najnowsza książka Pani Kingi "Jak się pisze miłość", ze specjalną dedykacją od autorki dla zwycięzcy. Konkurs pod nazwą "FotoLegioLove", ma na celu zachęcenie artystów i mieszkańców do odkrywania piękna naszego miasta i dzielenia się nim z innymi. Po więcej informacji zapraszamy na naszego instagrama.



Rowerem do szkoły

11 listopada podczas Święta Gęsiny Prezydent Miasta Legionowa Roman Smogorzewski wręczył nagrodę zwycięzcy konkursu „Rowerem do szkoły”. Główną nagrodą okazał się... rower.

Uczestnikami konkursu mogli być uczniowie szkół podstawowych i średnich w Legionowie. Wśród zdjęć dokumentujących podróżowanie rowerem do szkoły wybór padł na zdjęcia autorstwa Anety Mizielińskiej, a główna

nagrada trafiła do rąk syna Pani Anety, Filipa Witkowskiego. Wyróżnienia i nagrody o charakterze sportowym otrzymali również:

- Aleksandra i Kacper Podgórski
- Ewa i Zuzanna Ćwiklicka
- Aleksandra i Grzegorz Wyszpolski
- Karolina, Paweł i Tomasz Stalmach
- Marlena i Bolesław Kobus.

Celem konkursu było promowanie zalet roweru jako środka transportu. Podróż do szkoły to jedna z najczęstszych podróży w ciągu dnia w ruchu

miejskim. Konkurs miał zachęcić dzieci i rodziców, ale także nauczycieli do wyboru roweru zamiast auta w tej podróży. Taki wybór jest nie tylko zdrowszy dla naszego organizmu i lepszy dla kondycji, ale także przyczynia się do wspierania naszej planety. Więcej jazdy rowerem to mniej spalin, a w ten sposób wszyscy będziemy oddychać czystym powietrzem. Wybór roweru to również zmniejszenie natężenia ruchu samochodowego, co w rezultacie poprawia poruszanie się po mieście.

Dla bezpieczeństwa

W tym miesiącu w Legionowie podpisano ważną umowę mającą na celu zwiększenie bezpieczeństwa mieszkańców.

Prezes Zarządu KZB Legionowo Sp. z o.o., Irena Bogucka, w imieniu Prezydenta Miasta, Roman Smogorzewskiego, podpisała długoletnie użyczenie terenu na Trzeciej Parceli dla działań OSP Jednostki Ratownictwa Specjalistycznego Legionowo. Ta jednostka specjalizuje się

w poszukiwaniach zaginionych osób, wykorzystując do tego wyszkolone psy. Nowa lokalizacja siedziby ma wspierać ich misję ratowania ludzkiego życia i intensyfikować działania edukacyjne, co jest ważne dla zaangażowanych druhin i druhen z OSP JRS Legionowo.



Nie daj się grypie!

Zachorowania na grypę występują najczęściej od października do maja, przy czym szczyt przypada na styczeń, luty, marzec. Pojedyncze przypadki odnotowuje się przez cały rok. Zapraszamy do skorzystania z bezpłatnych szczepień!

Jak się zakażamy?

Zakażamy się podczas kontaktu z osobą zakażoną wirusem grypy. Wirus jest przenoszony bezpośrednio drogą kropelkową, gdy osoba chora mówi, kicha lub kaszle – największe narażenie występuje wówczas, gdy przebywamy do 2 m od osoby zakażonej, a także pośrednio, przez kontakt ze skażoną powierzchnią.

Jakie objawy?

Grypa to nagłe wystąpienie choroby, której towarzyszy wysoka gorączka (powyżej 38 °C), złe samopoczucie, ból głowy, dreszcze, bóle mięśniowo-stawowe, suchy kaszel, ból gardła, duszności, rzadziej – nieżyt nosa. Podstawowym kryterium rozpoznania zakażenia jest dodatni wynik badania wirusologicznego. Same objawy i przebieg choroby nie pozwalają na wiarygodne rozpoznanie zakażenia wirusem grypy, gdyż wiele innych drobnoustrojów powoduje podobne objawy (tzw. choroba grypopodobna).

Jeśli chcesz mieć pewność, czy masz do czynienia z grypą, możesz samodzielnie wykonać tzw. test kasetkowy, wynik otrzymasz w ciągu 15 minut. Czulość i specyficzność takiego testu jest niższa w porównaniu z badaniami wirusologicznymi wykonywanymi w medycznym laboratorium diagnostycznym np. z pobranego wymazu z nosa, ale niejednokrotnie może on być pomocny.

Kiedy zarażamy?

Jeden chory zaraża średnio 4 osoby z bliskiego otoczenia. Osoba zakażona wirusem grypy może zarażać innych przez:

- 1-2 dni przed wystąpieniem objawów chorobowych
- dorośli: 3-5 dni od chwili pojawienia się objawów
- dziecko poniżej 12 r.ż.: do 10 dni
- chory z ciężkim niedoborem odporności zaraża przez wiele tygodni lub miesięcy.

Czy antybiotyki pomagają?

Jeśli nie ma wskazań lekarskich, przy infekcji grypowej unikaj antybiotyków. Antybiotyki przeznaczone są do zwalczania bakterii, a nie wirusów.

Profilaktyka

Aby zapobiec grypie, stosuj zasady bezpieczeństwa:

- zakrywaj nos i usta podczas kichania i kaszlu
- jeśli źle się czujesz, zostań w domu i unikaj kontaktu z innymi ludźmi
- regularnie i dokładnie myj/dezynfekuj ręce
- unikaj tłumów
- zachowaj dystans od innych osób
- często i dokładnie wietrz pomieszczenia
- ewentualnie stosuj maseczkę ochronną tzw. chirurgiczną
- rozważ zaszczepienie się przeciwko grypie sezonowej.

Szczepienia?

Szczepionka przeciwko grypie sezonowej to najskuteczniejszy sposób na zabezpieczenie się przede wszystkim przed bardzo groźnymi dla naszego zdrowia i życia powikłaniami, które może spowodować wirus grypy. Powikłania mogą wystąpić także u młodych i zdrowych osób. Najczęstszymi powikłaniami w przebiegu grypy są: zapalenie mięśnia sercowego i osierdzia, zapalenie płuc i oskrzeli. Szczególnie groźne są powikłania dla osób starszych, z chorobami towarzyszącymi, z obniżoną odpornością z powodu chorób czy przyjmowanych leków.

Czas, który wybieramy na szczepienie, powinien wyprzedzać szczyt zachorowań, a więc najlepiej zaszczepić się od września do grudnia. Odporność poszczepienna utrzymuje się zwykle do 6 miesięcy i zapewnia ochronę w sezonie epidemicznym, zaś skład szczepionki jest każdego roku weryfikowany z uwagi na dużą zmienność wirusa grypy. Jeśli nie możesz zaszczepić się odpowiednio wcześniej,

szczepienie możesz wykonać w dowolnym momencie przez cały sezon epidemiczny.

Eksperti zalecają szczepienia wszystkim osobom powyżej 6 miesiąca życia, w szczególności:

- dzieciom
- dorosłym chorującym na choroby przewlekłe, z obniżoną odpornością
- osobom po transplantacji narządów
- kobietom planującym zajście w ciążę
- kobietom w ciąży
- osobom powyżej 55. roku życia
- pracownikom ochrony zdrowia oraz placówek zapewniających opiekę osobom chorym i niepełnosprawnym
- pracownikom wykonującym zawody wymagające ciągłego kontaktu z ludźmi.

/Główny Inspektorat Sanitarny/



W aptekach pojawiły się pierwsze szczepionki przeciw grypie na sezon 2023/2024.

Szczepionki przeciw grypie dostępne w ramach refundacji:

	bezpłatnie osobom w wieku 65+
	bezpłatnie kobietom w ciąży
	bezpłatnie dzieciom powyżej 6 miesięcy życia do ukończenia 18 lat*
	z 50% refundacją dla dorosłych w wieku 18 lat - 64 lata

* dotyczy szczepień podawanych we wstrzyknięciu.

Ministerstwo
Zdrowia

NPZ

Logo of the National Health Program

Zadanie realizowane ze środków Narodowego Programu Zdrowia na lata 2021-2025, finansowane przez Ministerstwo Zdrowia.

Źródło: Oświadczenie Ministra Zdrowia z dnia 30 sierpnia 2023 r. w sprawie wykazu refundowanych szczepionek w ramach refundacji przewidzianej w ustawie z dnia 27 sierpnia 2004 r. o świadczeniach opieki zdrowotnej finansowanej ze środków publicznych, Dz. U. z 2023 r. poz. 1723.

bezpłatna

Mammografia

W TECHNOLOGII CYFROWEJ

zapraszamy

na badania mammograficzne kobiety
w wieku 50-69 lat, które w ciągu ostatnich 2 lat (24 miesięcy)
nie wykonywały bezpłatnego badania

**Najbliższe terminy badań
w 2023 roku:**

04 grudnia, ul. J. Piłsudskiego 41, przy Ratuszu Miejskim
w godz. 14:00 – 17:00 MAMMO-MED,
tel. 58 325 76 02

11 grudnia, ul. Zegrzyńska 115, przy markecie Kaufland
w godz. 11:00 – 17:30 LUX MED,
tel. 22 880 90 80

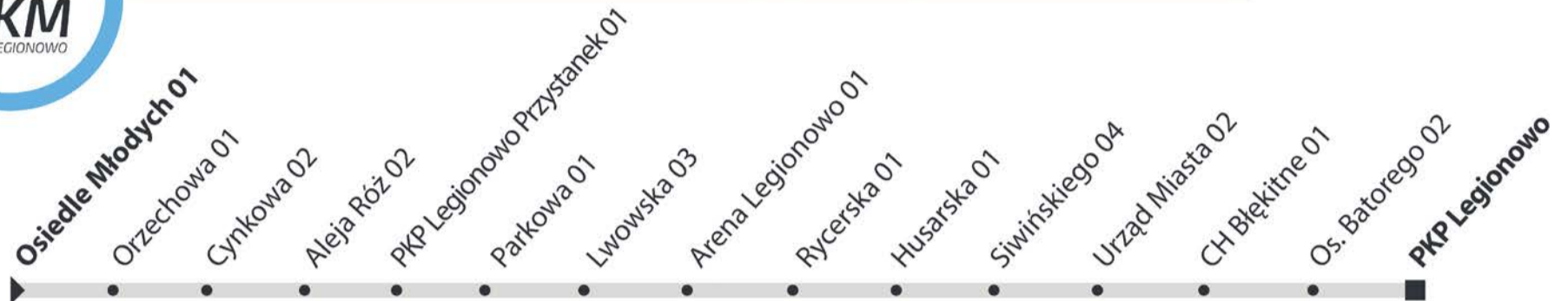
do rejestracji telefonicznej należy przygotować nr PESEL i nr telefonu

Akcję koordynuje Wydział Zdrowia Publicznego i Spraw Społecznych.

Szczepienia pomagają zapobiec zachorowaniom na grypę lub złagodzić jej objawy w przypadku zakażenia. Warto pamiętać też o tym, że w ten sposób chronimy osoby najbliższe, naszych ukochanych seniorów. Dbając o siebie, dbamy o nich i nie narażamy ich na zarażenie. Pamiętajmy, że szczepienia

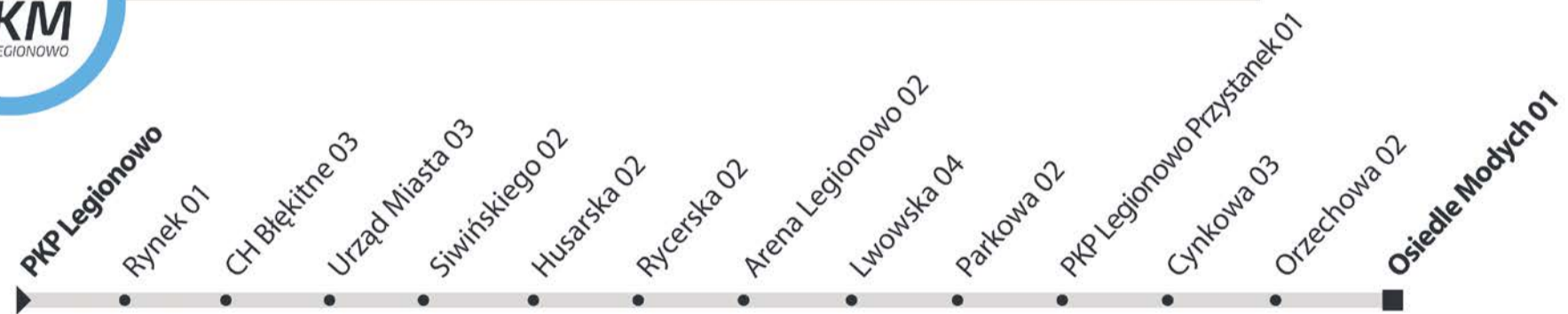
zmniejszają ryzyko poważnych komplikacji związanych z grypą, które mogą wymagać hospitalizacji – mówi Sekretarz Miasta Ida Parakiewicz-Czyżma.

Zmiana rozkładu jazdy

Linia: **D2**▶ **PKP Legionowo**

Przystanek	Kursuje od poniedziałku do piątku w godzinach														
Osiedle Młodych 01	05:28	06:30	07:28	08:30	09:28	10:30	11:30	12:30	13:25	14:25	15:20	16:20	17:15	18:10	19:10
Orzechowa 01	05:29	06:31	07:29	08:31	09:29	10:31	11:31	12:31	13:26	14:26	15:21	16:21	17:16	18:11	19:11
Cynkowa 02	05:30	06:32	07:30	08:32	09:30	10:32	11:32	12:32	13:27	14:27	15:22	16:22	17:17	18:12	19:12
Aleja Róż 02	05:32	06:34	07:32	08:34	09:32	10:34	11:34	12:34	13:29	14:29	15:24	16:24	17:19	18:14	19:14
PKP Legionowo Przystanek 01	05:35	06:37	07:35	08:37	09:35	10:37	11:37	12:37	13:32	14:32	15:27	16:27	17:22	18:17	19:17
Parkowa 01	05:37	06:39	07:37	08:39	09:37	10:39	11:39	12:39	13:34	14:34	15:29	16:29	17:24	18:19	19:19
Lwowska 03	05:38	06:40	07:38	08:40	09:38	10:40	11:40	12:40	13:35	14:35	15:30	16:30	17:25	18:20	19:20
Arena Legionowo 01	05:40	06:42	07:40	08:42	09:40	10:42	11:42	12:42	13:37	14:37	15:32	16:32	17:27	18:22	19:22
Rycerska 01	05:42	06:44	07:42	08:44	09:42	10:44	11:44	12:44	13:39	14:39	15:34	16:34	17:29	18:24	19:24
Husarska 01	05:43	06:45	07:43	08:45	09:43	10:45	11:45	12:45	13:40	14:40	15:35	16:35	17:30	18:25	19:25
Siwińskiego 04	05:45	06:47	07:45	08:47	09:45	10:47	11:47	12:47	13:42	14:42	15:37	16:37	17:32	18:27	19:27
Urząd Miasta 02	05:47	06:49	07:47	08:49	09:47	10:49	11:49	12:49	13:44	14:44	15:39	16:39	17:34	18:29	19:29
CH Błękitne 01	05:48	06:50	07:48	08:50	09:48	10:50	11:50	12:50	13:45	14:45	15:40	16:40	17:35	18:30	19:30
Os. Batorego 02	05:49	06:51	07:49	08:51	09:49	10:51	11:51	12:51	13:46	14:46	15:41	16:41	17:36	18:31	19:31
PKP Legionowo	05:50	06:52	07:50	08:52	09:50	10:52	11:52	12:52	13:47	14:47	15:42	16:42	17:37	18:32	19:32

obowiązuje od 11 grudnia 2023 roku

Linia: **D2**▶ **Osiedle Młodych**

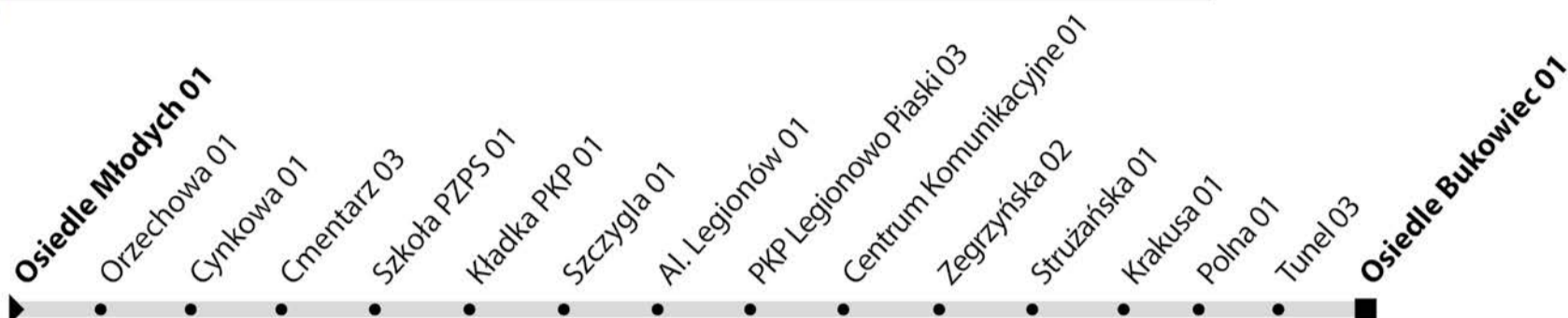
Przystanek	Kursuje od poniedziałku do piątku w godzinach														
PKP Legionowo	05:55	06:55	07:55	08:55	09:55	10:55	11:55	12:55	14:03	14:52	15:50	16:50	17:40	18:35	19:35
Rynek 01	05:56	06:56	07:56	08:56	09:56	10:56	11:56	12:56	14:04	14:53	15:51	16:51	17:41	18:36	19:36
CH Błękitne 03	05:58	06:58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

obowiązuje od 11 grudnia 2023 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	14:11	15:02	15:55	17:00	18:00	18:58
Orzechowa 01	05:09	06:09	07:09	08:09	09:09	10:09	11:09	12:09	13:16	14:12	15:03	15:56	17:01	18:01	18:59
Cynkowa 01	05:10	06:10	07:10	08:10	09:10	10:10	11:10	12:10	13:17	14:13	15:04	15:57	17:02	18:02	19:00
Cmentarz 03	05:11	06:11	07:11	08:11	09:11	10:11	11:11	12:11	13:18	14:14	15:05	15:58	17:03	18:03	19:01
Szkoła PZPS 01	05:13	06:13	07:13	08:13	09:13	10:13	11:13	12:13	13:20	14:16	15:07	16:00	17:05	18:05	19:03
Kładka PKP 01	05:14	06:14	07:14	08:14	09:14	10:14	11:14	12:14	13:21	14:17	15:08	16:01	17:06	18:06	19:04
Szczygła 01	05:15	06:15	07:15	08:15	09:15	10:15	11:15	12:15	13:22	14:18	15:09	16:02	17:07	18:07	19:05
Al. Legionów 01	05:16	06:16	07:16	08:16	09:16	10:16	11:16	12:16	13:23	14:19	15:10	16:03	17:08	18:08	19:06
PKP Legionowo Piaski 03	05:18	06:18	07:18	08:18	09:18	10:18	11:18	12:18	13:25	14:21	15:12	16:05	17:10	18:10	19:08
Centrum Komunikacyjne 01	05:20	06:20	07:20	08:20	09:20	10:20	11:20	12:20	13:27	14:23	15:14	16:07	17:12	18:12	19:10
Zegrzyńska 02	05:22	06:22	07:22	08:22	09:22	10:22	11:22	12:22	13:29	14:25	15:16	16:09	17:14	18:14	19:12
Strużańska 01	05:23	06:23	07:23	08:23	09:23	10:23	11:23	12:23	13:30	14:26	15:17	16:10	17:15	18:15	19:13
Krakusa 01	05:24	06:24	07:24	08:24	09:24	10:24	11:24	12:24	13:31	14:27	15:18	16:11	17:16	18:16	19:14
Polna 01	05:25	06:25	07:25	08:25	09:25	10:25	11:25	12:25	13:32	14:28	15:19	16:12	17:17	18:17	19:15
Tunel 03	05:26	06:26	07:26	08:26	09:26	10:26	11:26	12:26	13:33	14:29	15:20	16:13	17:18	18:18	19:16
Osiedle Bukowiec 01	05:27	06:27	07:27	08:27	09:27	10:27	11:27	12:27	13:34	14:30	15:21	16:14	17:19	18:19	19:17

obowiązuje od 11 grudnia 2023 roku

Linia: **D3**

► Os. Młodych



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

obowiązuje od 11 grudnia 2023 roku

Jesień pełna radości

Tegoroczna jesień, choć może nie rozpieszcza, przyniosła nam całe naręcza radości i ciepła. Ostatnimi czasy działo się u nas, w Klubie Seniora Amicus, tyle dobrego, że nie wiemy od czego by tu zacząć... Zatem po kolei.



20 października, z okazji Europejskiego Dnia Seniora, mieliśmy niezwykle miłych gości – otóż już po raz drugi odwiedziły nas dzieci ze Szkoły Podstawowej nr 8 w Legionowie. Aby okazać jak bardzo doceniają w swoim życiu obecność, troskę, miłość osób starszych uczniowie zorganizowali zbiórkę herbaty dla seniorów i wręczyli ją podczas wizyty. Akcja zyskała taką popularność, że naszym oczom ukazała się dosłownie góra najprzeróżniejszych herbat – zapas wystarczy nam na cały rok! W ramach podziękowań zaprosiliśmy naszych milusińskich na słodki poczęstunek, oprowadziliśmy po siedzibie Klubu. Był też czas na radosną zabawę. Odwiedziny młodych ludzi, pełnych werwy i radości był dla nas jak najjaśniejszy promień słońca. Z serca dziękujemy za tak cudowne chwile. Szczególne podziękowania kierujemy również do wychowawców i rodziców naszych przemilanych gości.

7 listopada w Pałacu Prezydenckim w Warszawie, podczas Gali finałowej II edycji konkursu „Razem dla seniorów” pod honorowym patronatem Małżonki Prezydenta RP Agaty Kornhauser-Dudy, Legionowskie Stowarzyszenie Amicus otrzymało nagrodę za zajęcie III miejsca w kategorii „Dla Seniora”. Cieszymy się bardzo, że ogrom pracy, poświęcenia i codzienny trud założycieli i pracowników Amicus, z księdzem prałatem Tomaszem Chciałowskim na czele, został zauważony i doceniony.

Aby nasza radość była pełna, 15 listopada obchodziliśmy również jubileusz pięciolecia Klubu Seniora Amicus. Z tej okazji gościliśmy:

prezydenta Legionowa - P. Romana Smogorzewskiego, sekretarz miasta - P. Idę Parakiewicz Czyżmę, prezesa Legionowskiego Stowarzyszenia Amicus - Ks. prałata Tomasza Chciałowskiego, koordynator Legionowskiego Stowarzyszenia Amicus - P. Ewę Stolec, p.o. kierownika Warsztatu Św. Rity - P. Jolanę Gąskę, oraz P. Andrzeja Bochacza i P. Aleksandrę Matejczyk Wójcik z pracowni EASYart.

Zebrawszy się przy wspólnym stole podsumowaliśmy działalność Klubu, jego genezę i rozkwit - bardzo nam w tym pomogła piękna prezentacja multimedialna przygotowana przez naszą kierowniczkę - P. Annę Piotrowską Janus. Trzeba przyznać, że rozwijamy się na całego. Nasza aktywność zatacza coraz większe kręgi - na początku było to po prostu miejsce spotkań, miłych pogawędek, byliśmy trochę nieśmiały, niepewni swoich możliwości... Dzisiaj stanowimy grupę przyjaciół, których łączy wspólna pasja i apetyt na życie.

Codziennie rytuały - poranna kawa, herbata, ploteczki, lektura, gimnastyka, śpiewanki, gry planszowe czy zajęcia w pracowni artystycznej spajają członków Klubu. Czasem, oglądając nasze prace - własnoręcznie malowane obrazy, dekupaż, ikony, ozdoby świąteczne nie możemy uwierzyć, że to my jesteśmy autorami. Okazuje się jednak, że mając chęci, odpowiednie zaplecze i wsparcie kadry jesteśmy w stanie wiele zdziałać. Udowadniałyśmy też samym sobie i całemu światu, że nawet w wieku senioralnym można się wiele nauczyć, można poczuć wiatr w skrzydłach.

W ciągu minionych pięciu lat

członkowie Klubu skorzystali z wielu form wsparcia, m.in.: porad specjalistów (kardiologa, ortopedy, pielęgniarki, psychologa, prawnika, pracowników opieki społecznej), teatropieki, pomocy materialnej w postaci bonów zakupowych. Oprócz tego podczas licznych wycieczek i pielgrzymek mieliśmy okazję zwiedzać najpiękniejsze zakątki naszego kraju. Jako klub wielokrotnie pokazywaliśmy swoje talenty, uczestnicząc w kiermaszach okolicznościowych. Dzięki zajęciom wokalnemu, prowadzonym przez P. Dorotę Bonisławską, daliśmy popis śpiewu podczas jubileuszu Legionowskiego Stowarzyszenia Amicus oraz w Domu Komba-



tanta w Legionowie. Nasi klubowicze udzielali się również charytatywnie, uczestnicząc w cyklicznych zbiorach żywności czy działając na rzecz schronisk dla zwierząt. Długo by opisywać wszystkie nasze działania...

Dziś, spoglądając wstecz jesteśmy szczęśliwi, że dzięki tytanicznej pracy, uporowi i ogromnemu sercu założycieli - z Ks. Tomaszem Chciałowskim na czele, dzięki kadry, licznym współpracownikom mamy cudowne miejsce, w którym czujemy się potrzebni, wartościowi i szczęśliwi. Amicus naszymi przyjaciółmi - ta nazwa chyba najlepiej oddaje ducha Klubu.

Agata Jarządko
"AMICUS"

Grudzień w Legionowskim Uniwersytecie Trzeciego Wieku

5 grudnia godz. 17.00

Wykład Legionowskiego Klubu Historyków Rodzin (genealogicznego), Akty metrykalne w archiwach

5 grudnia godz. 16.00

Spotkanie Koła Amazonek

6 grudnia godz. 12.00

Spotkanie Koła Diabetyków

7 grudnia godz. 12.00

Wykład otwarty z cyklu „Wielkie i małe społeczności blisko nas”, Magia i tajemnice świąt dworskich i wiejskich na Mazowszu, Małgorzata Buttitta - Italianistka i antropolożka kultury

8 grudnia godz. 12.00

Wykład otwarty z cyklu „Wielkie i małe społeczności blisko nas”, Kurpie Zielone, (Nie)znana część Mazowsza, Maria Weronika Knoch - historyczka i regionalistka, popularyzująca historię i kulturę regionu kurpiowskiego

13 grudnia godz. 13.00

Wigilia Legionowskiego Uniwersytetu Trzeciego Wieku

12 grudnia godz. 17.00

Warsztaty komputerowe do wykładu Legionowskiego Klubu Historyków Rodzin (genealogicznego)

14 grudnia godz. 12.00

Wykład otwarty z cyklu „Włoskie podróże. Kultura, historia, obyczaje, smaki”, Świąteczna podróż na Sycylię. Opowieść o nieznanym tradycjach, smakach i rodzinno-towarzyskich obyczajach, Małgorzata Buttitta - Italianistka i antropolożka kultury

15 grudnia godz. 12.00

Wykład otwarty z cyklu „Mazowieckie historie”, Wilanów. Pałac, dobra wilanowskie i ich oficjaliści.

16 grudnia godz. 12.45

Wycieczka do Wilanowa, zwiedzanie pałacu z przewodnikiem, Królewski Ogród Świątla

28 grudnia godz. 19.00

„Przedsylwester”

Język angielski dla początkujących: wtorek 11.30-13.00

Język angielski średniozaawansowany: czwartek 9.30-11.00

Gimnastyka rehabilitacyjna: wtorek 9.30-10.15, 10.20-11.05, 15.15-16.00;

środa 10.00-10.45, 10.50-11.35; czwartek 9.00-9.45, 9.50-10.35

Obsługa komputera i korzystanie z internetu

kurs podstawowy: czwartek 13.30-15.00

Kurs średniozaawansowany: czwartek 15.00-16.30

Warsztaty:

Trening pamięci: poniedziałek 13.30-15.00


Warsztaty fotograficzne: środa 12.00-14.00

Warsztaty rękodzielnicze: czwartek 10.30-12.00

Klub szachowy „Hetman”: czwartek i piątek 10.00-15.00

Zespół teatralno-muzyczny „SOPRANO”: piątek 10.00-12.00

Bieżące informacje o zajęciach na Legionowskim UTW znajdują się zwykle na stronach www.lutw.spp-nadzieja.pl oraz na Facebooku.



Naszym seniorom, pracownikom i wolontariuszom oraz sympatykom Legionowskiego Uniwersytetu Trzeciego Wieku życzę, aby Święta Bożego Narodzenia napełniły nasze domy i serca niegasnącą radością i wiarą w sens życia.

Niech w naszych sercach goszczą same słoneczne dni i abyśmy mogli oddawać się swoim pasjom oraz pielęgnować więzi z bliskimi nam ludźmi.

Dzielmy się życzliwością i miłością, niech nadchodzący Nowy Rok spełni marzenia ukryte na samym dnie serca.

dyrektor Legionowskiego Uniwersytetu Trzeciego Wieku

dr Roman Biskupski

LEGIONOWSKI UNIWERSYTET TRZECIEGO WIEKU **LUTW**



Legionowski Uniwersytet Trzeciego Wieku LUTW zaprasza na wykład otwarty **7 grudnia godz. 12:00**

Wielkie i małe społeczności blisko nas
MAZOWIECKIE HISTORIE Boże Narodzenie.
Magia i tajemnice świąt dworskich i wiejskich na Mazowszu.
Małgorzata Buttitta - Italianistka i antropolożka kultury

ul. Józefa Piłsudskiego 3
Wejście od Kopernika
05-120 Legionowo
tel. 722 707 227
kontakt@spp-nadzieja.pl
<https://lutw.spp-nadzieja.pl/>

MCPSP MAZOWIECKIE CENTRUM POLITYKI SPOŁECZNEJ **Mazowsze.** since Poland

Zadanie sfinansowane ze środków z budżetu Województwa Mazowieckiego



Narodowe Święto Niepodległości

W dniach 10-12 listopada 2023 roku miasto Legionowo wypełniło się duchem patriotyzmu i szacunku wobec bohaterów. Uczciliśmy niezwykle ważne dla historii Polski Narodowe Święto Niepodległości. Uroczystości zgromadziły mieszkańców, którzy oddawali hołd i wspólnie celebrowali wolność i suwerenność Ojczyzny.

Msza święta i przemarsz pod Pomnik Józefa Piłsudskiego

Wieczór 10 listopada rozpoczął się o godzinie 18:00 od uczestnictwa w Mszy świętej w intencji Ojczyzny w Parafii pw. Św. Józefa Oblubieńca NMP w Legionowie. To wzruszające wydarzenie zgromadziło wielu wiernych pragnących uczcić polską niepodległość w aspekcie duchowym. Po mszy nastąpił przemarsz pod pomnik Józefa Piłsudskiego, gdzie odbyły się oficjalne uroczystości.

Hymn, polonez i występy kulturalne

Świętowanie trwało również 11 listopada, gdzie zorganizowano wydarzenie pod hasłem "Niepodległa do Hymnu". Centralnym punktem było miejsce pod pomnikiem Józefa Piłsudskiego, gdzie mieszkańcy wspólnie wyśpiewali hymn państwowy. Nie zabrakło także tradycyjnego tańca poloneza, który symbolicznie zjednoczył uczestników w historii i kulturze. Zwińczeniem tego dnia był Festiwal Gęsi w Arenie Legionowo.

12 listopada był dniem refleksji i edukacji. Wykład dr. hab. Jacka Szczepańskiego "Legionowo - listopad 1918" w Muzeum Historycznym przy ul. Mickiewicza 23, przybliżył historię Legionowa w kontekście wydarzeń sprzed lat. Występ chóru Cegla Band dopełnił atmosferę tej szczególnej edukacyjno-historycznej chwili.

Wspólne świętowanie dla Niepodległej Polski

Władze miasta Legionowo serdecznie dziękują wszystkim za udział w uroczystościach oraz oddanie hołdu bohaterom. To wspólne świętowanie, uczczenie pamięci i dziedzictwa narodowego, ukazuje siłę wspólnoty i zobowiązanie do pielęgnowania wolności i niepodległości Polski.

Niepodległa Polska!



Niesamowity Kamil Otowski!



Podczas trwających w Szczecinie mistrzostw Polski w pływaniu nasz tegoroczny mistrz świata uzyskał w rywalizacji na dystansie 200 metrów stylem dowolnym (kat. S1) czas 4:39,31. To wynik lepszy od aktualnego rekordu świata.

Otwarte Mistrzostwa Polski w Pływaniu Osób Niepełnosprawnych oka-

zały się bardzo szczęśliwe dla legionowianina Kamila Otowskiego, który zdobył 3 razy złoty medal:

- 200 m stylem dowolnym (rekord świata) - nowy rekord świata na 200 metrów stylem dowolnym wynosi 4:39,31
- 100 m stylem grzbietowym
- 50 m stylem grzbietowym.

Jego osiągnięcia złożyły się

na tytuł najlepszego zawodnika całej imprezy.

Jak opowiada o sobie Kamil Otowski?

Największy autorytet: moja mama
Przed startem słucham... wsparcia od narzeczonej.

Jestem dumny z tego, że... radzę sobie na każdym pułapie życia.

Moje najważniejsze zalety to... upartość.

Człowiek, który miał największy wpływ na moje życie to... moja mama i babcia.

Kiedy nie trenuję, to... spełniam się naukowo.

Najbardziej lubię... jajecznicę mojej narzeczonej.

Nie cierpię... grejpfruta.

Moja ulubiona muza to... narzeczoną.

Najlepsze, co w życiu zrobiłem to... prawo jazdy

Jak trafiłeś do sportu? Rehabilitant zmusił mnie do przynoszenia biletów z basenu i wręczył telefon do mojego obecnego trenera. Po pierwszym treningu trener wyczuł potencjał i zaproponował mi dalszą współpracę, która przyniosła wiele owocnych chwil.



Dwa tytuły Mistrzów Świata

Tancerze z legionowskiego studia Born2Dance zdobyli dwa pierwsze miejsca na Mistrzostwach Świata sportowej federacji WDSF, które odbyły się w Belgii sobotę, 4 listopada br.

Skromna - bo zaledwie 14 osobowa ekipa zaprezentowała się w pokazach solowych, duetowych i mini Formacji na Mistrzostwach w Belgii. Fantastyczną formę zaprezentowali szczególnie Amelia Borkowska zdobywając tytuł Mistrzyni Świata w solo dorosłych, a także razem z Rafałem Klikiem zdobywając Mistrzostwo Świata w duetach dorosłych. Znakomici tancerze tym samym potwierdzili, że są nie tylko najlepsi w Europie (zdobyli ten tytuł na Mistrzostwach Europy w tym roku w Szwecji), ale także najlepsi na świecie.

Pozostałe wyniki też były bardzo dobre, i tak:

- **V miejsce** zajęła mini formacja Fame Dorośli
- **V miejsce** zajęła mini formacja Fame Juniorzy
- **VI miejsce** zajęł duet juniorski Hanny Urban i Zofii Morawskiej
- **VI miejsce** zajęł duet dorosłych Pauliny Szymkowskiej i Pawła Mikołajka

Grupy te prowadzone są przez trenerkę Małgorzatę Mikołajek.

Tancerze będziemy mieli możliwość podziwiać już 2 i 3 grudnia tego roku na zbliżających się zawodach tanecznych "Time for Dance" w Arenie Legionowo.

STARTUJEMY 6 GRUDNIA!

LODOWA ARENA

GODZINY OTWARCIA

poniedziałek-czwartek	piątek	sobota i niedziela
15:00-20:45	15:00-21:45	8:00-21:45

przerwy techniczne 14:00-15:00

- nie dotyczy okresu świąteczno-noworocznego i ferii •

WEJŚCIE OD UL. JANA III SOBIESKIEGO

Więcej szczegółów na i na stronie KZB-LEGIONOWO.PL

Miasto Legionowo KZB LEGIONOWO



! - Tancerze będziemy mieli możliwość podziwiać już 2 i 3 grudnia tego roku na zbliżających się zawodach tanecznych "Time for Dance". Zapraszamy serdecznie do Areny Legionowo - mówi Kierownik Areny Legionowo Michał Kobrzyński.



Acrobike - zakończenie sezonu

Wraz z nastaniem listopada kończy się zazwyczaj sezon rowerowy, dlatego też z ulic zniknęły już pojazdy firmy ACRO. Trwający od 1 kwietnia okres rowerowy cieszył się znaczącą popularnością wśród mieszkańców. Warto przypomnieć, że jest to system rowerowy bez stacji dokujących, co oznacza, że można je zostawić w każdym miejscu. Dla posiadaczy Karty Legionowianina przygotowane były specjalne zniżki.

Statystyki dotyczące systemu rowerów miejskich „Acrobike”:

- Łącznie podczas siedmiu miesięcy zarejestrowano: 837 aktywnych użytkowników,
 - Łączna liczba przejazdów: 10 109,
 - Średnia długość pojedynczego przejazdu: 19 min.,
 - Średnia liczba przejazdów dziennie: 47.
- Kolejna możliwość skorzystania z rowerów miejskich pojawi się ponownie w przyszłym roku wraz z rozpoczęciem sezonu.

Stowarzyszenie mali bracia Ubogich

Ten rok jest dla nas szczególny, bo obchodzimy jubileusz działalności Stowarzyszenia mali bracia Ubogich w Polsce. Nasza historia rozpoczęła się w 2002 roku i trwa niezmiennie do dziś, a Stowarzyszenie od lat skupia wokół swojej misji oddanych wolontariuszy, darczyńców i sojuszników. Pomagamy samotnym osobom starszym, wspieramy obecnością, dzielimy się sercem. I tak już od 20 lat.

Nasi wolontariusze to osoby w różnym wieku, o otwartych sercach, pełne ciepła i zrozumienia dla problemów podeszłego wieku. Każdego podopiecznego odwiedza stale ten sam wolontariusz – co najmniej raz w tygodniu na minimum dwie godziny. Wizyty wolontariusza są bezpłatne.

Spotkania mogą przetrwać się w długotrwałą znajomość opartą na przyjaźni i zaufaniu. Wolontariusz wspiera w trudnych chwilach, wspólnie z seniorem spędza czas na rozmowach lub spacerach.

Zapraszamy:

- jeśli masz trochę wolnego czasu i chęć podarowania go innym,
- czujesz potrzebę pomocy osamotnionym starszym ludziom,
- pragniesz więcej dowiedzieć się o sobie, rozwinąć swoje umiejętności, realizować swoje pomysły, poznać swoje możliwości,
- masz potrzebę podzielenia się z innymi tym, co Tobie dał los,
- pragniesz czuć się potrzebnym.

Samotni seniorzy z Legionowa czekają na obecność drugiego człowieka. Możesz pomóc!

Aplikuj tutaj: <https://crm.malibracia.org.pl>

[cia.org.pl/wolontariusz/legionowo](https://malibracia.org.pl/wolontariusz/legionowo)

Do zgłaszania się do nas zapraszamy również samotne osoby starsze, które chciałyby spędzić czas z życzliwą, serdeczną, chętną do rozmów osobą.

By dowiedzieć się więcej skontaktuj się:

Ewa Skrajnowska Koordynatorka Regionalna, tel.: +48 506 914 837, e-mail: legionowo@malibracia.org.pl



Razem przeciw depresji

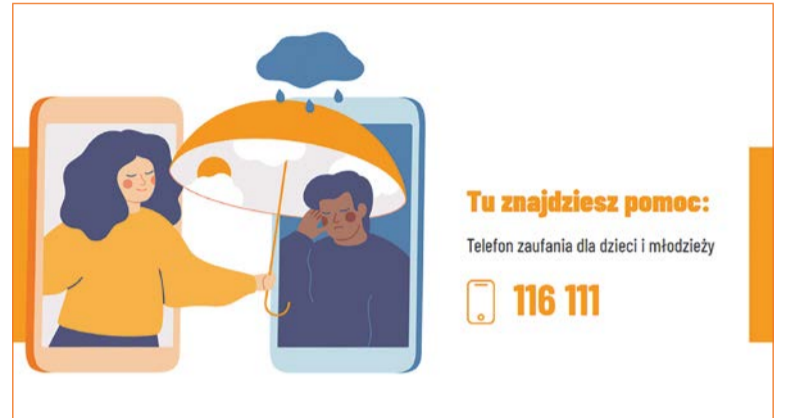
Troska o zdrowie psychiczne dzieci i młodzieży zajmuje coraz ważniejsze miejsce w społeczeństwie. Jednak problem depresji wśród najmłodszych nieustannie się pogłębia, stawiając przed rodzicami, opiekunami i nauczycielami coraz większe wyzwania. **ODNALEŹĆ SENS ŻYCIA - Walczymy z depresją dzieci i młodzieży to hasło akcji, która jest prowadzona na terenie całej Polski, a także tu lokalnie – w Legionowie.**

Depresja stanowi coraz większy problem zdrowotny i społeczny. Szacuje się, że w Polsce choruje na nią ok. 1,2 mln osób. Wielu z nas nadal nie chce przyjąć do wiadomości, że depresja dzieci i młodzieży staje się coraz bardziej powszechna. Cierpi na nią co piąty nastolatek. Stąd też pomysł na akcję edukacyjną.

Start akcji jest przewidziany na 11 grudnia, kiedy to psycholog i psychotraumatolog Maja Pisarek zaprosi Państwa na wykład i warsztaty dla młodzieży w II Liceum Ogólnokształcącym im. Króla Jana III Sobieskiego w Legionowie. Ambasadorami marki jest Kama, Kamila Ryciak z Radia Eska, a także Jankes, Krzysztof Jankowski oraz Rudy, Filip Antonowicz.

Jednym z głównych filarów tego programu jest film w formie interaktywnej przygody Alicji – bohaterki, która ma problemy z depresją. Dzięki wyborom jakie dokonują oglądający, można prześledzić jej dalsze losy. Od tego jaką drogę wybiorą, zależy przyszłość Alicji. Film ten w pełnej wersji będzie do dyspozycji uczniów w szkołach, a nauczyciele będą mogli z niego korzystać podczas zajęć.

Jednocześnie zapraszamy na stronę eska.pl, gdzie w osobnej zakładce znajdziemy szereg artykułów oraz wskazówki jak radzić sobie z depresją



czy obniżonym nastrojem, a także gdzie szukać pomocy. Znajdziemy tam również podcasty z legionowską psycholog i psychotraumatolog – Mają Pisarek „Zdrowa głowa”.

Zapraszamy na stronę eska.pl do lektury artykułów:

- Depresja wśród dzieci i młodzieży: Jak rozpoznawać i wspierać?
- Media społecznościowe – wróg czy przyjaciel?
- Młodzi w ruchu. Jak aktywność fizyczna wpływa na nasze samopoczucie? Kiedy rodzic cierpi na depresję, dziecko wysyła alarm: potrzebuję ratunku!

• Leczenie depresji u dzieci: Najnowsze podejścia i strategie.

• Jak poradzić sobie z przygnębieniem? Wskazówki dla młodzieży.

• Depresja młodzieńcza. Wszystko, co chcesz wiedzieć, ale boisz się zapytać.

• Opowiedz swoją historię: Jak młode dziecko może wyrazić swoje emocje?

• Jaka powinna być rola szkoły w zapobieganiu depresji u dzieci i młodzieży?

• Budowanie zdrowego umysłu: znajdź swoje sposoby na radzenie sobie.

Gratulacje dla laureatek!

Pani Magdalena Bładun, legionowska nauczycielka języka angielskiego w Zespole Szkolno-Przedszkolnym została laureatką konkursu Opiekun Stypendysty Roku 2022/2023 realizowanego w ramach projektu „Mazowiecki program stypendialny dla uczniów szczególnie uzdolnionych – najlepsza inwestycja w człowieka” w rejonie warszawskim organizowanym przez Urząd Marszałkowski Województwa Mazowieckiego.

Pani Magdalena była opiekunem stypendystki, która otrzymała stypendium pozwalające jej rozwijać zdolności językowe w zakresie języka angielskiego. Uczennica pod okiem pani Magdaleny podjęła się szeregu zadań, które umożliwiły jej otrzymanie stypendium. Przez cały rok brała udział w przedsięwzięciu językowym – projekt PenPal, czyli tworzenie

ni quizów językowych i prezentowania ich w klasie przed innymi uczniami oraz kursu językowego. Pani Magdalena pełniła funkcję mentora, udzielała porad i wskazówek, a także wsparcia emocjonalnego stypendystce w trudnych dla niej chwilach. Pani Magdalena na co dzień daje się poznać jako osoba, która ceni w swojej pracy innowacyjne metody nauczania, korzysta z nowoczesnych technik komputerowych, tworzy i realizuje innowacje pedagogiczne, z życzliwością traktuje wszystkich uczniów i udziela im wsparcia w nauce języka angielskiego. Serdecznie gratulujemy!

Edukator na podium!

Pani Dorota Hepner z Zespołu Szkolno-Przedszkolnego otrzymała wyróżnienie w VII edycji konkursu „Edukator na Mazowszu” w kategorii „Kreatywny nauczyciel szkoły podstawowej – szkoła na terenie gminy/miasta powyżej 20 tys. mieszkańców”.

Zadaniem nauczycieli oraz szkół było przedstawienie swoich dokonań za ubiegły rok szkolny. W przypadku nauczycieli liczyły się te działania, które ukazywały innowacyjność i pomysłowość w prowadzeniu lekcji i zajęć szkolnych oraz umiejętność inspirowania uczniów, ze szczególnym uwzględnieniem zagadnień kulturowych. Celem konkursu było promowanie sposobów nauczania, które kształtują kreatywne podejście do rozwiązywania problemów edukacyjnych i wychowawczych, budują umiejętność poszukiwania nowych rozwiązań oraz pobudzają wyobraźnię uczniów. W konkursie, spośród 101 wniosków, jury wyłoniło 19 laureatów. Gratulacje!



BEZPŁATNA WYPOŻYCZALNIA SPRZĘTU REHABILITACYJNEGO

w legionowskim ratuszu

- wózki spacerowe dla dzieci wymagających wsparcia
- podnośniki • schodolazy • koncentratory tlenu
- materace rehabilitacyjne • chodziki • łóżka rehabilitacyjne
- kule • balkoniki • krzesetka toaletowe

UMÓW SIĘ TELEFONICZNE

Wypożyczalnia czynna pn. - pt.
w godzinach 8:00 – 14:00

Szczegółowych informacji udziela Wydział Zdrowia Publicznego
i Spraw Społecznych

tel. 22 766 40 90 lub 22 766 40 91

„Czyste powietrze” w Legionowie

Od 1 stycznia 2023 wszedł w życie w województwie mazowieckim zakaz eksploatacji pozaklasowych kotłów na paliwa stałe (tzw. kopciuchy) oraz kominków i innych miejscowych ogrzewaczy pomieszczeń, niespełniających wymagań ekoprojektu. Przepisy te, to kolejny krok w kierunku poprawy jakości powietrza w naszym regionie.

Co mogą zrobić osoby, które wciąż używają nieekologicznych źródeł ciepła? Można skorzystać z trzech niezależnych źródeł dofinansowania. Są nimi:

- Miejskie dotacje do wymiany starych kotłów i pieców na kotły gazowe, olejowe lub pompy ciepła (do 16 tys. zł);
- Program „Czyste powietrze” w którym oprócz dotacji na modernizację ogrzewania można pozyskać niemałe środki do ocieplenia domu jednorodzinnego (do 135 tys. zł przy kompleksowej termomodernizacji);
- Ulga termomodernizacyjna – wydatki

poniesione na modernizację ogrzewania i ocieplenie budynku można odliczyć od podstawy opodatkowania podatkiem dochodowym (do 53 tys. zł).

Więcej informacji na temat programów wsparcia można uzyskać na stronie internetowej czyste-powietrze.gov.pl lub w Urzędzie Miasta Legionowo tel. 22 766 40 66.

Kontrole - Straż Miejska w Legionowie ma prawo kontrolowania nieruchomości w zakresie nielegalnego spalania odpadów lub ogrzewania

budynków niezgodnie z uchwałą anty-smogową. W przypadku stwierdzenia nieprawidłowości może skończyć się to pouczeniem, mandatem karnym do 500 zł lub skierowaniem sprawy do sądu. Każdego roku w Legionowie przeprowadzanych jest kilkaset różnych kontroli nieruchomości w zakresie przestrzegania przepisów porządkowych i ochrony środowiska.

Jakość powietrza - w Legionowie systematycznie się poprawia. W 2022 r., po raz pierwszy od wielu lat, nie były przekroczone w Legiono-



wie normy zanieczyszczenia pyłami zawieszonymi. Ogromne znaczenie tu ma fakt, iż **z prowadzonego od 2015 r. gminnego programu skorzystało już 716 osób**. Niestety w dalszym ciągu jednak był przekroczony dopuszczalny poziom zanieczyszczenia benzo(a)pirenem – rakotwórczym związkem powstającym przy spalaniu drewna lub węgla.

Termowizja - Planując termomodernizację budynku warto dowiedzieć się, jak ma się stan jego ocieplenia przed rozpoczęciem prac. Jak co roku, Urząd Miasta Legionowo zleca wykonanie bezpłatnych badań termowi-

zyjnych nieruchomości na terenie Legionowa. Dzięki zdjęciom wykonanym kamerą termowizyjną można zidentyfikować miejsca na elewacji budynku, które wymagają szczególnej uwagi. Mostki cieplne, zniszczone ocieplenie, wady konstrukcyjne lub wykonawcze, nieszczelne okna, drzwi, bramy garażowe itd. Wiedza ta pozwoli lepiej zaplanować przyszłe prace. Osoby zainteresowane wykonaniem badań w pierwszym kwartale 2024 r. prosimy o zgłaszanie się na adres mailowy termowizja@um.legionowo.pl lub osobiście do Referatu Ochrony Środowiska w Urzędzie Miasta Legionowo.

Eko Cmentarz

Projekt Budżetu Obywatelskiego pn. EKO CMENARZ wchodzi w ostateczną fazę realizacji. W ramach dbałości o porządek i zmniejszenie ilości wytwarzanych odpadów zachęcamy do segregacji śmieci, które powstają na terenie cmentarza miejskiego. Dzięki temu projektowi mieszkańcy mają do dyspozycji specjalne kontenery oraz 3 regały na wymianę zniczy.

Ten sprzyjający ochronie środowiska projekt rozpoczął się w 2022 roku, kiedy to w Legionowskim Budżecie Obywatelskim pojawił się projekt o nazwie EKO CMENARZ. O realizację konkurowało dziewięć projektów złożonych przez mieszkańców. Oddano 929 ważnych głosów, z czego 233 głosów właśnie na to zadanie, które okazało się cieszyć największym zainteresowaniem.

Projekt EKO CMENARZ W LEGIONOWIE obejmował zakup kontenerów do segregacji odpadów wg podziału na frakcje (papier, szkło, bio, zmieszane, metal), montaż tablic z instrukcją poprawnej segregacji i regałów umożliwiających

wymianę zniczy, tzw. "zniczodzielnię" oraz kampanię informacyjną (plakaty, ulotki). W ostatnich dniach na terenie cmentarza mieszkańcy rozpoczęli korzystanie z pojemników oraz regałów, stąd przypominamy w jaki sposób należy poprawnie segregować odpady.

Jak segregować?

Jeżeli znicze i wkłady są mocno zabrudzone, wyrzucamy je do pojemnika na odpady zmieszane. Plastikowe wkłady i szklane znicze z pozostałościami olejów nie powinny być wyrzucane do selektywnych pojemników, gdyż odpady te nie nadają się do powtórnego prze-

tworzenia i niestety nie podlegają zbiórce selektywnej.

Wiązankę również nie należy traktować jako plastik, gdyż do ich stabilizacji używa się betonu oraz metalowych drutów obłanych plastikiem. Kwiaty sztuczne i wiązanki wyrzucać do pojemnika na odpady zmieszane. Jednak wiele elementów z takich "bukietów" można wyodrębnić i wrzucić do pojemnika na odpady plastikowe.

Doniczki zalane betonem, gipsem, pianką wyrzucać do pojemników na odpady zmieszane. Żywe kwiaty się przekompostują. Wiązanka z szarfami już nie, warto

to oddzielić. Prawidłowa segregacja odpadów to najważniejszy etap recyklingu odpadów.

- Co roku z cmentarzy odbieranych jest kilkadziesiąt ton odpadów: zniczy, wiązanek, kwiatów itp. Paradoksalnie, w trosce o pamięć naszych zmarłych bliskich robimy niewyobrażalną krzywdę dla naszych przyszłych pokoleń, przyczyniając się do tworzenia hałd śmieci, których utylizacja zajmie setki lat. Na dobre zmiany potrzeba czasu i chęci, dlatego wspólnie możemy rozpocząć zmianę złych nawyków i zadbać o środowisko. Aby móc odpowiednio segregować śmieci potrzebne są pojemniki oraz instrukcja gdzie wyrzucić specyficzne odpady z grobów. - czytamy w opisie projektu.

Tradycja i chęć okazania bliskim zmarłym szacunku i pamięci jest zrozumiała, natomiast w gospodarowaniu śmieciami zapobieganie ich powstawaniu jest kluczowe. Warto przede wszystkim ograniczyć ilość odpadów wytworzonych na cmentarzach, dlatego pamiętaj by przestrzegać:

10 zasad

1. Segreguj śmieci na cmentarzu regularnie i skrupulatnie,
2. Ograniczaj ilość odpadów do minimum,
3. Korzystaj z wkładów i nie kupuj nowych zniczy,
4. Korzystaj z wkładów na baterie,
5. Nieuszkodzone znicze udostępnij innym do ponownego użytku,
6. Kupuj tylko te produkty, które wystarczą na dłużej lub które da się ponownie użyć,
7. Nie kupuj nowych ozdób – przetwarzaj, wymieniaj, czyść,
8. Kupuj naturalne kwiaty, które ulegną biodegradacji,
9. Świadomie wybieraj produkty, które sprzyjają ponownemu użyciu i recyklingowi,
10. Przekazuj wiedzę o segregacji odpadów innym, by pomóc w unikaniu błędów.



Jesień w parku i ogrodzie

W związku z okresem jesiennym apelujemy o ograniczenie zakresu wygrabiania liści. Należy zastanowić się nad celowością grabienia wszystkich liści w swoich ogrodach.

Szczególnie dotyczy to gruntu wokół drzew i krzewów oraz rabat kwiatowych. Dokładne wygrabianie liści zaleca się jedynie na starannie pielęgnowanych trawnikach poddawanych w sezonie systematycznym zabiegom pielęgnacyjnym: aeracji, wertykulacji, nawożeniu, koszeniu i podlewaniu. W innych przypadkach dokładne wygrabianie liści powoduje ubożenie trawników i jest szkodliwe dla środowiska. Opadłe liście tworzą naturalną ściółkę wokół drzew i krzewów, czy na rabatach kwiatowych, ograniczają parowanie wody z gleby, stanowią dodatkową zimową ochronę roślin przed mrozem, a rozkładając się tworzą próchnicę użyźniającą glebę.

W suchych liściach zimuje ogromna ilość drobnych bezkręgowców (w tym wiele pożytecznych owadów), bardzo ważnych dla ekosystemu terenów zieleni. W beśńiżne zimy skorzystają z tego również ptaki, znajdujące wśród liści larwy. Wśród suchych liści znajdują zimową kryjówkę jeże.



WspólNoty w bibliotece



Projekt „WspólNoty” to krótkoterminowe działanie, zachęcające do odkrywania na nowo otaczającej nas kultury – osób, grup, obiektów i historii, które budują wyjątkowość naszej lokalnej społeczności.

Inicjatywa ta organizowana jest przez Centrum Edukacji Obywatelskiej, a od niedawna bierze w niej udział Miejska Biblioteka Publiczna w Legionowie. Wraz z uczniami klas VI i VII ze Społecznej Szkoły Podstawowej z Oddziałami Dwujęzycznymi nr 35 im. Noblistów Polskich Społecznego Towarzystwa Oświatowego

w Legionowie pracują nad tematem lokalnego dziedzictwa kulturowego. Uczestnicy projektu mieli już okazję wziąć udział w warsztatach z Edytą Otdak, absolwentką Akademii Sztuk Pięknych w Warszawie, graficzką, ilustratorką, założycielką Stowarzyszenia „Z Siedzibą w Warszawie” oraz animatorką kultury, zajmującą się edukacją wizualną dzieci i dorosłych. Na spotkaniu, które odbyło się 27 października 2023 roku, poruszali temat diagnozy lokalnej i sposobów na jej przeprowadzenie. Młodzieży udało się też wybrać interesujący ich temat powiązany z lokalnym dziedzictwem – chcą dowiedzieć się jak rozwijała się idea sportu w Legionowie na przestrzeni ostatnich stu lat. Na ostatnim spotkaniu uczestnicy zaprojektowali też metody badawcze – podczas diagnozy i rozmów z mieszkańcami zapytają m.in. o to, jakie sporty kojarzą się z Legionowem a także czy badani znają legionowian związanych ze sportem lub sportowców pochodzących z naszego miasta. Zwieńczeniem projektu będzie zaś projekt artystyczno-społeczny i wydarzenie, które zostaną zainspirowane przez wyniki przeprowadzonej diagnozy, a zrealizowane w Poczycalni.

Maraton Pisania Listów

Już niebawem w Poczycalni odbędzie się kolejny Maraton Pisania Listów Amnesty International. Jak co roku, lokalną akcję przeprowadza legionowskie Niepubliczne Liceum Językowe Academy of The Future na czele z panią Beatą Narel, tym razem we współpracy z Liceum Ogólnokształcącym im. Marii Konopnickiej i panią Natalią Guzowską.

Od 4 do 8 grudnia będą odbywały się zajęcia o prawach człowieka dla klas szkolnych oraz warsztaty robienia zakładki do książek z tematem przewodnim związanym z akcją. Zainteresowani będą mogli podpisać gotowe już listy w obronie praw konkretnych osób lub grup bądź przepisać własnoręcznie pismo, które następnie zostanie wysłane do odpowiedniej organizacji. Podczas trwania akcji uczniowie będą sprzedawać słodkości, wlepki i zakładki – dochód zostanie przeznaczony właśnie na znaczki pocztowe. Miejska Biblioteka Publiczna w Legionowie wspomaga uczniów zapewniając przestrzeń i pomagając w promocji wydarzenia.

Maraton Pisania Listów to największa na świecie akcja na rzecz praw człowieka. Co roku w okolicach Międzynarodowego Dnia Praw Człowieka

AMNESTY INTERNATIONAL



(10 grudnia) miliony ludzi na całym świecie jednoczy siły, żeby upomnieć się o konkretne osoby, których prawa są łamane i odmienić ich los. Listy wysyłane są do decydentów, którzy mają realny wpływ na los bohaterów i bo-

haterek oraz do samych pokrzywdzonych – z wyrazami wsparcia dla nich i ich bliskich.



– W tym roku wesprzemy organizatorów kręcąc razem z nimi filmy promujące wydarzenie. Ceniemy młodzież za tego typu działania i chcemy pokazywać, że biblioteka jest idealnym miejscem na ich realizację

– mówi dyrektor MBP w Legionowie, Tomasz TalarSKI.



KALENDARIUM GRUDZIEŃ 2023

- **10 GRUDNIA** – Zimowy kiermasz na dworcu
Miejsce: ul. Tadeusza Kościuszki 8A
Godzina: 11.00 – 16.00
- Salon Artystyczny.
Koncert Legionowskiego Chóru Kameralnego.
Wystawa malarstwa Marcina Gąsiora.
Miejsce: filia MOK Legionowo,
ul. Targowa 65
Godzina: 12.00
- **15 GRUDNIA** – PLANSZÓWKI
Miejsce: Scena po sąsiedzku,
filia MOK,
ul. Husarska 12 Legionowo
Dla dzieci 7-10 lat – godzina: 17.00
Dla młodzieży i dorosłych – godzina: 19.00
wstęp wolny
- **16 GRUDNIA** – Rodzinne warsztaty z origami
Miejsce: Poczycalnia,
ul. Tadeusza Kościuszki 8A
Godzina: 15.00
Zapisy: zapisy@bibliotekalegionowo.pl
wstęp wolny
- **27 GRUDNIA** – Mecz Towarzyski
Polska – Argentyna
Miejsce: Arena Legionowo,
ul. B. Chrobrego 50B
Godzina: 20.15
Bilety: na EVENTIM.PL
- **29 GRUDNIA** – Mecz Towarzyski
Polska – Argentyna
Miejsce: Arena Legionowo,
ul. B. Chrobrego 50B
Godzina: 20.30
Bilety: na EVENTIM.PL

Zobacz więcej!

 @Legionowo Porusza

 @Miasto Legionowo

 @legionowo_official

Zapraszamy na stronę:
www.legionowo.pl



„PUSZCZA KAMPINOSKA”

SPOTKANIE Z SZYMONEM JASTRZĘBOWSKIM,
TOMASZEM ZWIĄZKIEM I JACKIEM MARKIEM

10 grudnia 2023 r. (niedziela) o godz. 15.00
Muzeum Historyczne w Legionowie
ul. A. Mickiewicza 23








**Zimowy
kiermasz
na dworcu**

10 grudnia
w godz. 11⁰⁰ - 16⁰⁰

Rękodzieło artystyczne
i wyroby regionalne

POCZYTALNIA
TADEUSZA KOŚCIUSZKI 8A
LEGIONOWO
(PARTER BUDYNKU DWORCA)

Wigilia Miejska
zapraszają władze Miasta Legionowo

17 grudnia
Ratusz, Legionowo, ul. Piłsudskiego 41

10.00 - 19.00
kiermasz świąteczny

15.30 - 18.30
szopka z żywymi zwierzętami

16.00
koncert kolęd w sali widowiskowej
- Legionowski Chór Kameralny
- Młodzieżowy Chór Progresja
- Chór Cegła Band
- Studio Tańca i Piosenki Szachraj
- Pracownia Śpiewu Estradowego
Angel`s Voice

17.30
spotkanie z władzami miasta
życzenia i dzielenie się opłatkiem

17.45
wigilijny poczęstunek

wstęp wolny

YAGA KOWALIK

**WIELCY
PIOSENKI FRANCUSKIEJ**

20 stycznia, godz. 19.00
sala w ratuszu, Legionowo
ul. Piłsudskiego 41

bilety - 30 zł
w MOK Legionowo, ul. Norwida 10

SOPRAN DOROTA RITZ TENOR PAWEŁ WISNAR MEZOSOPRAN ANNA PASTOR PIANO PIOTR ŻUKOWSKI

OPERETKA
Miłosny Zawrót Głowy

**Oneon
SHOW**

WYSTRZAŁOWE PRZEBOJE OPERETKI I MUSICALU
W ONEONOWEJ ODSŁONIE!
WWW.ONEONSHOW.PL

10 lutego, godz. 19.00
sala widowiskowa w ratuszu
Legionowo, ul. Piłsudskiego 41

bilety - 50 zł - dostępne w MOK Legionowo, ul. Norwida 10