

Odzyskaliśmy SKUBIANKĘ

– STR. 2

Rosjanie „spiskowali” W JABŁONNIE

– STR. 2

TYGODNIK LOKALNY



3,50 zł
w tym 5% VAT



NR 45 (1695)
8 LISTOPADA 2022

JABŁONNA
LEGIONOWO
NIEPORĘT
SEROCK
WIELISZEW

INDEKS 378461
ISSN 1426-6504

to i owo

M A Z O W I E C K I E

C O T Y D Z I E Ń O D 5 M A J A 1 9 9 0 R O K U

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

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



EKSHUMACJA radzieckich żołnierzy

Podczas modernizacji DK61 na odcinku Legionowo-Zegrze odkryto ludzkie szczątki. Jak się okazało, w masowych mogiłach znajdowały się szczątki 114 sowieckich żołnierzy poległych w walkach z niemiecką dywizją SS Wiking w 1944 r.

CZYTAJ NA STRONIE 3

KRÓTKO I NA TEMAT...

Informacja
- jak psia zupa

– STR. 2

LEGIONOWO
9.11 Otwarcie
Maxim-a

– STR. 2

KRONIKA KRYMINALNA
– STR. 4

LEGIONOWO
Dwa nowe osiedla
szeregowców

– STR. 5

Ul. Pileckiego
do pilnego remontu

– STR. 5

HISTORIA
104. lata temu
Piłsudski przejął
władzę

– STR. 8-9

DOBRA STRONA
WIELISZEWA – 19

- Nowa Szkoła
w Olszewnicy Starej

STANOWISKO
„Robią ludziom
wodę z mózgu”

– STR. 22

SPORT – STR. 23, 24

Zmusili Smogorzewskiego do remontu drogi

– STR. 3

REKLAMA

Kolejny etap inwestycji w Wieliszewie

Villa Park Wieliszew 3

Biuro sprzedaży
692-705-913

PHU
BUDOMUR
www.budomur.pl

MIESZKANIA I DOMY

CZUJESZ SIĘ SAMOTNY? BOLI CIĘ KRĘGOSŁUP? **SANITAS**
JESTEŚ PO POBYCIE W SZPITALU? POTRZEBUJESZ POMOCY?

DZIENNY DOM OPIEKI MEDYCZNEJ

zaprasza na zabiegi rehabilitacyjne oraz dzienne pobyty z pełnym wyżywieniem, opieką lekarską, pielęgniarską oraz psychologiczną.

Zainteresowanych zapraszamy do
NZOZ Sanitas
w Michałowie-Reginowie
ul. Akacyjowa 2,
tel. 22 772 82 15

Istnieje możliwość transportu
na terenie powiatu legionowskiego

Konkurencyjne ceny. Zapraszamy





KRÓTKO I NA TEMAT...

Informacja - jak psu micha

W dziennikarskim fachu codziennością jest zdobywanie informacji, a więc między innymi „użeranie” się z wszelkiego rodzaju instytucjami, urzędami i ich rzecznikami. Bo informacja czytelnikom, obywatelom, mieszkańcom tego kraju, należy się, jak przysłowiowa „psu micha”.

Trzeba zaznaczyć przy tym, że nie jest to jakaś nasza fanaberia: zadawanie pytań, dociekanie i żądanie szybkiej odpowiedzi. Ale jest to jedno z konstytucyjnych praw - prawo do informacji, które przysługuje wszystkim obywatelom i jest realizowane dzięki prasie. A więc urzędnicy nikomu nie powinni robić łaski z tego, że udzielają odpowiedzi.

Tymczasem rzeczywistość jest zgoła odmienna. Dziennikarzy traktuje się często jak natrętów. Odpowiedzi są często maksymalnie opóźniane i wymijające. Natomiast rzecznicy albo nie odbierają telefonów, albo są na szkoleniu, urlopie, czy gdzieś tam indziej... Bywa też, że nie wiedzą, gdzie akurat jest zeszyt, do którego wpisywane są wszelkie zdarzenia i interwencje. Czasami także „zapominają” poinformować o sprawie, o którą pytamy ich codziennie od kilku tygodni, a zamiast tego przekazują, oczekiwaną przez nas informację, innej redakcji.

Być może mają oni takie polecenia, aby mącić, mataczyć i unikać udzielania rzetelnych informacji. Ale to świadczyłoby o głupocie ich samych albo zatrudniającej ich instytucji. Wbrew pozorom, na dłuższą metę, w ten sposób budują negatywny wizerunek własnej organizacji. Poza tym, o czym może nie wiedzą, łamią prawo. Bo informacja należy się, jak psu micha, a jej udzielani, dla niektórych, to „psi obowiązek”.

Paweł Szyling

JABŁONNA. Pałac w centrum uwagi

Rosyjscy opozycjoniści „spiskują” w Jabłonce

W Pałacu w Jabłonce w dniach 4-7 listopada br. odbywał się zjazd byłych rosyjskich parlamentarzystów. Ich celem jest przecie władzy po upadku Władimira Putina

Zjazd zorganizował m.in. Ilja Ponomariow, rosyjski polityk, były deputowany państwowej Dumy, posiadający dzisiaj ukraiński paszport. W 2014 r. jako jedyny zagłosował on przeciw aneksji Krymu. Niedługo potem opuścił Rosję i od kilku lat przebywa w Kijowie. W konferencji swój udział zapowiedzieli również Mark Fejgin, Giennadij Gudkow oraz Arkadij Jankowski.

Przeciwnicy Putina

Jak podawał Bielsat.eu, w spotkaniu brało udział 22 polityków, którzy nie reprezentują jednak całego

spektrum rosyjskiej opozycji. Według dziennika „Rzeczpospolita”, miało to być spotkanie byłych rosyjskich parlamentarzystów, którzy chcą przejąć władzę po upadku Putina. W pałacu pojawili się byli deputowani Dumy, którzy zasiadali w parlamencie przed aneksją ukraińskiego Krymu w 2014 r. Dołączyć mieli również aktywiści działacze społeczni, którzy potępiają reżim Putina i opowiadają się przeciwko wojnie z Ukrainą i aneksji ukraińskich regionów.

Revolucja sposobem na pokój?

Zdaniem jednego z uczestników, Wiczesława Malcew odsunięcie rosyjskiego dyktatora może być możliwe jedynie poprzez rewolucję.

Według niego przeciwnicy Putina prowadzą w Rosji „walkę partyzancką” mającą na celu doprowadzenie do pokoju w Ukrainie. Niezależne media zwróciły uwagę, że nie udało im się potwierdzić istnienia wspomnianego ruchu partyzanckiego w Rosji.

Jak pisała „Rzeczpospolita”, uczestnicy zjazdu najpierw



chcą ustalić najważniejsze cele. Następnie, mieli przyjąć „deklarację zasad konstytucyjnych wolnej Rosji”. W przyszłości byłaby ona fundamentem nowej ustawy zasadniczej. Mają ustalić kluczowe decyzje, które w pierwszej kolejności zostaną podjęte przez rząd „postputińskiej Rosji” oraz opracować plan i zasady „oporu narodowego” przeciwko reżimowi w kraju i za granicą.

Budzą wątpliwości

Zorganizowany w Jabłonce „Zjazd wolnej Rosji” budzi wiele wątpliwości. Jak przekazała w rozmowie z PAP ekspertka Polskiego Instytutu

Spraw Międzynarodowych Agnieszka Legucka, warto zachować ostrożność.

- Cały kongres jest zbiorem osób przeciwnych Putinowi. Niektóre mają ciekawą biografię i trudno im coś zarzucić. Ponomariow się podpiera tym i kilkoma innymi nazwiskami, które mają jakiś swój autorytet, ale ja bym nie zalecała jakiemuś polskiemu politykowi, by się z nim spotkał. Zachowałabym ostrożność - wskazała, dodając, że „jest dużo ciekawszych środowisk rosyjskich, które warto byłoby wesprzeć, niż impreza, w której uczestniczy Ilja Ponomariow” - podsumowała. **WD**

SKUBIANKA. Lasy Państwowe interweniowały w Skubiance kroki

Przejęli siłą rosyjski ośrodek

W środę (2 listopada) po blisko 7 miesiącach Lasy Państwowe weszły na teren rosyjskiego Ośrodka Wypoczynkowego w Skubiance. Aktualnie trwa inwentaryzacja. Strona rosyjska zapowiedziała złożenie protestu do Polskiego MSZ-u

Ośrodek w Skubiance ma około sześciu hektarów, na jego terenie znajdują się dwa hotele, dwie wille i osiem domków letniskowych. Rosjanie dzierżawili go od lat 80. Po napaści zbrojnej Rosji na Ukrainę, w połowie kwietnia br. dyrektor Generalny Lasów Państwowych nakazał rozwiązanie w trybie natychmiastowym umowy

dzierżawy ośrodka wczasowego w Skubiance z Ambasadą Rosyjską. Rosjanie ośrodka nie chcieli oddać przez wiele miesięcy i sprawa skończyła się w sądzie.

W środę (2 listopada) na teren ośrodka weszli funkcjonariusze Lasów Państwowych.

- Straż Leśna wkroczyła dziś na teren ośrodka w Skubiance nad Zegrzem, dzierżawionym

od Lasów Państwowych przez Rosyjską Ambasadę. Po wybuchu wojny wypowiedzieliśmy im umowę. Ośrodek jest całkowicie zdewastowany. Rosjanie zniszczyli wszystko, powyrwane są nawet kable ze ścian. - poinformował na Twitterze Michał Gzowski, rzecznik prasowy Lasów Państwowych.

Obecnie budynki są pilnowane przez służbę leśną.



Wszystkie budynki znajdujące się są zamknięte i zabezpieczone. Ze względu na

ich fatalny stan techniczny i prowadzoną inwentaryzację nie ma możliwości wejścia do

nich - mówił Nadleśniczy Paweł Szymański w TVN24. **Paulina Nowicka**



MAXIM w nowej odsłonie - otwarcie w środę

Już 9 listopada nastąpi otwarcie największego nowoczesnego centrum handlowego w Legionowie - Centrum Maxim

Na ponad 10 tys. mkw. znajdzie się ok. 35 sklepów znanych marek sieciowych i lokalnych, tworząc urozmaiconą ofertę modową, gastronomiczną oraz usługową. Klienci centrum będą mogli zrobić zakupy w sklepach takich sieci jak m.in.: Biedronka, Sinsay, House, Cropp, Pepco, CCC, Rossmann, RTV euro AGD, TEDi, Dealz, Big

Star, salon franczyzowy 4F, salon jubilerski Yes, jak również skorzystać z oferty fitness klubu Zdrofit. Do dyspozycji klientów dostępne będzie ok. 250 miejsc parkingowych.

Otwarcie tak ważnego obiektu handlowego na mapie miasta, to również inwestycja i wzrost zatrudnienia, bowiem na terenie Centrum Maxim pracować będzie kilkaset osób.

Otwarcie zaplanowane w dniu 9 listopada będzie atrakcyjnym wydarzeniem dla klientów, którzy będą mogli skorzystać w tym dniu z wielu atrakcji. Już od godziny 10.00 czekać będą foodtrunki z poczęstunkiem dla klientów, animacje i konkursy z nagrodami dla dzieci, jak również wata cukrowa i popcorn.

Więcej str. 12-13.

Centrum Handlowe MAXIM będzie czynne w godzinach:

Pon.- Sob: 10.00- 21.00

Biedronka: Pon.-Sob: 6.00-

23.00

Zdrofit: Pon.-Sob: 6.00-

23.00

Salon Gier: 11.00-5.00

red.



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

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

Prenumerata realizowana przez RUCH S.A.: zamówienia na prenumeratę w wersji papierowej i na e-wydania można składać na stronie www.prenumerata.ruch.com.pl. Pytania prosimy kierować na adres e-mail: prenumerata@ruch.com.pl lub kontaktując się z infolinią pod numerem 22 693 70 00, w dni robocze w godzinach 7:00 - 17:00, koszt połączenia wg taryfy operatora.

Druk: Polska Press Łódź.

Wydawca: Agencja TIO Paweł Kozera, e-mail: agencja@toiowo.pl. Nakład poniżej 15.000 egz.



LEGIONOWO. Prezydentowi wyznaczili termin

ZMUSILI WŁADZĘ do remontu ul. Kwiatowej

Powiatowy Inspektor Nadzoru Budowlanego nakazał prezydentowi miasta Legionowo przeprowadzenie remontu ul. Kwiatowej od ul. Zakopiańskiej do granicy miasta z gminą Jabłonna. Obecny stan drogi może zagrażać życiu lub zdrowiu ludzi, a także bezpieczeństwu mienia

Stan techniczny ulicy Kwiatowej w Legionowie na odcinku pomiędzy ul. Zakopiańską, a granicą miasta jest dramatyczny. Wiedzą o tym dobrze mieszkańcy tej części miasta. Jednak władze, pomimo wielu prób i apeli nic z tym nie robiły.

Obietnice bez pokrycia

Od czasu do czasu, najczęściej przed wyborami, mieszkańcom składane były obietnice remontu, ale kończyło się tylko na obietnicach. Dwa lata temu odbyło się nawet spotkanie z mieszkańcami, na którym wiceprezydent Pawlak, w obecności radnych, obiecywał, że wykona w końcu ten remont. - Chodziło o to, żeby wykonał swój obowiązek, wynikający z przepisów prawa budowlanego, utrzymywania obiektu budowlanego, jakim jest droga, w należytych stanie technicznym - relacjonuje jeden z mieszkańców Bukowca. Ale i ta obietnica nie znalazła pokrycia w rzeczywistości.

Inspektor zmuszony do działania

Niedawno do redakcji dotarła nieoczekiwana decyzja Powiatowego Inspektora Nadzoru Budowlanego (PINB), w której PINB nakazuje Prezydentowi Miasta Legionowo wykonanie,



do 30 kwietnia 2023 r., całkowitego remontu nawierzchni ul. Kwiatowej. Powodem jest bardzo zły stan nawierzchni ulicy, który może zagrażać życiu lub zdrowiu ludzi, a także bezpieczeństwu mienia. Jak do tego doszło? Jak ustaliliśmy, w sprawę zaangażował się mieszkaniec w pobliżu mecenasa Artura Piętkowski. Najpierw próbował on zachęcić do działania władze miasta, potem nadzór budowlany, a wreszcie skierował sprawę do sądu. W efekcie Wojewódzki Sąd Administracyjny (WSA) wydał wyrok, w którym nakazał podjęcie działań inspektorowi nadzoru budowlanego. Ten, nie mając innego wyjścia, nakazał wykonanie remontu władzom miasta.

Jak wyremontują Kwiatową

Remont odcinka pomiędzy ulicami Zakopiańską a Gajową ma polegać na całkowitym remoncie nawierzchni jezdni wraz z wymianą krawężników. Natomiast odcinek ul. od Gajowej do ul. Wiejskiej ma polegać na wykonaniu nowej nawierzchni asfaltowej. Szkoda, że remont ten nie został przeprowadzony dwa lata temu, po spotkaniu z mieszkańcami. Wtedy ceny materiałów budowlanych były o wiele niższe. - Szkoda, że wydaje się obecnie ponad 3 mln zł na nieistotne, nawet w ocenie ratusza, przeróbki tunelu na Bukowcu. A nie było wcześniej dużo mniejszych

pieniędzy na remont Kwiatowej, która do tego tunelu prowadzi - mówi jedna z mieszkanki.

Co, jeśli nie wykonają nakazu?

Jak się dowiadujemy, jeżeli prezydent nie wykona teraz decyzji nadzoru budowlanego dobrowolnie, remont ten zostanie zorganizowany przymusowo, jako tzw. wykonanie zastępcze, czyli w trybie egzekucji. Natomiast jego koszt, niezależnie od wysokości, poniesie i tak budżet miasta. A więc za zaniedbania rządzących, zapłacimy my wszyscy, z naszych podatków.

Wojciech Dobrowolski

WIELISZEW. Masowa mogiła czerwonoarmistów

Ekshumacja szczątków 114 żołnierzy przy DK61

W niedzielę (6 listopada) zakończyła się ekshumacja szczątków ludzkich znalezionych w trakcie rozbudowy Drogi Krajowej 61 na odcinku Legionowo-Zegrze. Teraz szczątki 114 żołnierzy Armii Czerwonej zostaną złożone na cmentarzu w Białobrzegach

Kilka dni temu otrzymaliśmy informację o odnalezieniu ludzkich szczątków na terenie budowy wiaduktu kolejowego nad Droga Krajowej 61 w pobliżu ronda w Zegrzu. Miały to być szczątki żołnierzy carskiej armii, którzy spoczywają także na położonym nieopodal cmentarzu „na Kwietniówce”. Cmentarz ten służył bowiem rosyjskiemu garnizonowi, który do I wojny światowej stacjonował w Zegrzu. Taką informację przekazał nam jeden z mieszkańców gminy Wieliszew.

Wójt i wicewójt nic nie wiedzieli

Na miejscu, przy samej drodze, nieopodal wiaduktu kolejowego, można było zaobserwować kilku mężczyzn z łopatami w płytkim wykopie. Nieco w oddali postawiono



czarny namiot i drewniane skrzynie przypominające małe trumny. Skontaktowaliśmy się w tej sprawie z Wójtem Gminy Wieliszew Pawłem Kownackim, który poinformował nas, że nic nie wie o żadnych szczątkach. Natomiast wicewójt Magdalena Radzikowska odesłała nas do Generalnej Dyrekcji Dróg Krajowych i Autostrad.

Szczątki znalezione w lipcu

Jak udało nam się dowiedzieć od Małgorzaty Tarnowskiej z GDDiK, w połowie lipca br. podczas wykonywania prac ziemnych w rejonie

wiaduktu kolejowego, budowanego w ramach rozbudowy DK61 Legionowo - Zegrze odnaleziono szczątki ludzkie. Nadzór archeologiczny wygrodził teren. Następnie powiadomiona została Policja i Prokurator, którzy przeprowadzili swoje działania. Otrzymaliśmy również informację, że obecnie na budowie są przedstawiciele IPN.

Z informacji, do których dotarła redakcja wynika, że po potwierdzeniu, że szczątki pochodzą z okresu II Wojny Światowej, Prokuratura Rejonowa w Legionowie odstąpiła od śledztwa przekazując je Instytutowi Pamięci Narodowej.

Ekshumacja w weekend

W minioną sobotę i niedzielę (5-6 listopada) na budowie pojawili się przedstawiciele Biura Upamiętniania Walk i Męczeństwa Instytutu Pamięci Narodowej, którzy wydobyli z ziemi 114 szczątków ludzkich, znajdujących się w 11 zbiorowych mogiłach, należących do żołnierzy Armii Czerwonej poległych w 1944 r.

Jak relacjonował rzecznik IPN dr Rafał Leśkiewicz, szczątki zostały zabezpieczone i zostaną złożone na terenie Cmentarza Wojennego Żołnierzy Sowieckich w Białobrzegach.

QK

NA SYGNALE

LEGIONOWO

SARNA UTKNĘŁA NA JEDNEJ Z POSESJI. PO OSWOBODZENIU - UCIEKŁA

W piątek (4 listopada) ok. godz. 7.00 nieopodal skrzyżowania ul. Grudzie i Wspólnej w Legionowie na jednej z posesji utknęła sarna

Jak relacjonowali świadkowie jeszcze przed przybyciem wezwanych służb zwierzę zostało oswobodzone. Działania wezwanych na miejsce strażaków i policji polegały na zaopiekowaniu się zwierzęciem do przybycia weterynarza. W pewnej chwili zwierzę jednak zerwało się i uciekło. Działania służb trwały blisko 30 minut.

SEROCK

KOLIZJA DWÓCH AUT

W czwartek (3 listopada) ok. godz. 19.00 w Borowej Górze doszło do zderzenia dwóch pojazdów

Jak podawała policja, kierujący samochodem marki Jeep, 71-letni mężczyzna nie zachował bezpiecznej odległości i najechał na tył osobowej Skody, którą kierowała 43-letnia kobieta. 71-latek został ukarany mandatem karnym.

LEGIONOWO

NAJECHAŁ NA STUDZIENKĘ

W środę (2 listopada) ok. godz. 11.00 przy ul. Bałtyckiej doszło do uszkodzenia jednego z pojazdów poprzez najechanie na studzienkę kanalizacyjną

Z relacji strażaków wynikało, że po przebyciu na miejsce okazało się, że w pobliżu skrzyżowania ul. Bałtyckiej i Zakopiańskiej na jedną ze studzienek kanalizacyjnych najechał kierowca Toyoty. W wyniku najechania urwał w pojeździe miskę olejową. Nikomu nic się nie stało. Działania strażaków polegały na zabezpieczeniu oraz zneutralizowaniu płynów z pojazdu.

JABŁONNA

UGASIŁ AUTO PRZED PRZYJAZDEM STRAŻAKÓW

We wtorek (1 listopada) ok. godz. 16.00 w Skierdach (gm. Jabłonna) doszło do pożaru osobowego Citroena

Z relacji zawiadamiającego wynikało, że z zaparkowanego przy ul. Nadwiślańskiej samochodu osobowego wydobywał się gęsty dym. Na miejsce zadysponowano trzy zastępy strażaków. Po przybyciu na miejsce okazało się, że dym wydobywał się spod maski auta. Pojazdem jechały dwie osoby, które zatrzymały auto i przystąpiły do gaszenia pożaru przy użyciu gaśnicy. Działania strażaków polegały na sprawdzeniu skrzynki z bezpiecznikami pojazdu oraz obejrzeniu auta kamerą termowizyjną. Dzięki reakcji kierowcy oraz służb udało się uratować auto przed spaleniem.

red

POWIAT. Podsumowanie długiego weekendu

8 pijanych kierowców - 13 kolizji

Według policji, tegoroczne Święto Zmarłych, w powiecie legionowskim, było dość spokojne. Zanotowano: 1 wypadek, 13 kolizji i 8 pijanych kierowców

Trwający od 28 października do 2 listopada długi weekend związany z obchodami Święta Wszystkich Świętych to co roku czas wzmożonych kontroli policji na terenie całego kraju.

W tym roku podobnie jak w latach poprzednich policjanci sprawdzali kierowców oraz ich pojazdy. W tym roku pomimo obaw długi weekend przebiegał spokojnie. Jak podawała podkom. Justyna Stopińska z Komendy Powiatowej Policji w Legionowie w trakcie weekendu doszło do 1 wypadku, który miał miejsce w piątek 28 października br. w Serocku. W trakcie weekendu doszło do 13 kolizji. Wystawiono 143 mandaty. Zatrzymano 8 nietrzeźwych kierowców (w tym 5 rowerzystów). Zatrzymano 9 dokumentów prawa jazdy za przekroczenie prędkości o 50 km, oraz 18 dowodów rejestracyjnych. W trakcie długiego weekendu dokonano 434 kontroli.

QK



MAZOWIECKA KRONIKA KRYMINALNA

LEGIONOWO. 14-latek z narkotykami

Policjanci patrolując teren gminy Jabłonna zatrzymali 14-latkę, który posiadał przy sobie substancję psychotropową. Nastolatek trafił pod opiekę matki, a za popełniony czyn karalny odpowie przed sądem dla nieletnich. Funkcjonariusze apelują do rodziców o szczególną czujność i baczne obserwowanie swoich pociech.

Policjanci w Jabłonie kontrolowali miejsca na terenie gminy, w których spotyka się młodzież. Ich uwagę zwróciło dwóch nastolatków, którzy wyraźnie chcieli uniknąć spotkania z mundurowymi zmieniając kierunek podróży.

Funkcjonariusze wylegitymowali młode osoby. W trakcie czynności ujawnili przy jednym z chłopców torebkę foliową z suszem roślinnym. Wstępne badanie wskazało na marihuanę.

W związku z podejrzeniem posiadania narkotyków 14-latek został zatrzymany i trafił do jabłonowskiego komisariatu Policji, skąd odebrała go matka.

Materiały dotyczące czynu, którego dopuścił się nieletni zostaną przekazane do Wydziału Rodzinnego i Nieletnich Sądu Rejonowego w Legionowie.

NOWY DWÓR MAZ.

Zatrzymali poszukiwanego listem gończym



W poniedziałek (7 listopada) kryminalni z Komendy Powiatowej Policji w Nowym Dworze Mazowieckim od rana prowadzili działania, w sposób szczególny ukierunkowane na zatrzymanie 40-latkę, uchylającego się od odpowiedzialności karnej.

Funkcjonariusze przeprowadzili operacyjne sprawdzenia i ustalenia, pozyskali

informacje i na ich podstawie dotarli do miejsca, gdzie ukrywał się poszukiwany. Przed godz. 6:00 rano zauważyli wychodzącego z klatki schodowej mężczyznę. Natychmiast udali się w jego kierunku i dokonali legitymowania. Okazało się, że to poszukiwany 40-latek. Za mieszkańcem Warszawy, Sąd Rejonowy dla Warszawy Żoliborza, wydał list gończy. Dodatkowo był też poszukiwany trzema nakazami doprowadzenia oraz w celu ustalenia miejsca pobytu. Do odbycia mężczyzna ma karę 4 lat i 6 miesięcy pozbawienia wolności.

PUŁTUSK.

Wszczął awanturę, miał ze sobą narkotyki

Pułtuscy policjanci zatrzymali wczorajszej nocy 20-latkę, który posiadał marihuanę. Mężczyzna wpadł po tym, jak matka zgłosiła, że jej syn awanturuje się w miejscu zamieszkania. Teraz mieszkaniec Pułtuskę odpowie przed sądem za posiadanie narkotyków.

Na numer alarmowy zadzwoniła kobieta, która powiedziała, że syn pod wpływem alkoholu niepokoi ją i wyzywa. Na miejsce udali się pułtuscy policjanci. Ustaliли, że 20-latek mieszkający razem z matką w jednym z pułtuskich bloków, mając 2 promile alkoholu w organizmie wszczął z nią awanturę.

W czasie rozmowy policjanci zauważyli, że mężczyzna unika kontaktu wzrokowego i jest silnie pobudzony. Postanowili sprawdzić co ma w kieszeni. „Policyjny nos” nie zawiodł ich. Okazało się, że 20-latek w foliowym woreczku w kieszeni ma schowaną marihuanę.

LEGIONOWO.

Stalkował i groził byłej

Na 2 miesiące do aresztu trafił mężczyzna zatrzymany przez legionowskich policjantów. Podejrzany uporczywie nękał swoją byłą partnerkę oraz groził uszkodzeniem ciała i pozbawieniem życia. Mieszkaniec powiatu wołomińskiego przestępstw tych dopuścił się w warunkach recydywy.

Do zatrzymania doszło w trakcie interwencji, kiedy to mężczyzna przyszedł do mieszkania kobiety i zaczął jej grozić wymachując nożem kuchennym. W momencie zatrzymania 35-latek był nietrzeźwy i w organizmie miał ponad 2 promile alkoholu. Mężczyzna trafił do policyjnego aresztu. Jak ustalili śledczy 35-latek od roku nachodził kobietę zarówno w miejscu zamieszkania, jak

i w pracy. Wszczywał awantury, ubliżał i groził pozbawieniem życia.

Po wytrzeźwieniu mężczyzna został przewieziony do prokuratury rejonowej w Legionowie. Tam prokurator przedstawił mu zarzuty stalkingu i gróźb karalnych w warunkach recydywy. Grozi mu kara nawet do 12 lat więzienia.

LEGIONOWO.

Znęcał się nad żoną

Legionowscy policjanci wydali zakaz zbliżania się do mieszkania i jego bezpośredniego otoczenia dla 41-letniego mieszkańca miasta. Z ustaleń mundurowych wynika, że mężczyzna od pewnego czasu miał znęcać się nad żoną.

Mundurowi zostali wezwani na interwencję do jednego z mieszkań na terenie Legionowa. Po przybyciu na miejsce okazało się, że 41-latek swoim zachowaniem stwarza zagrożenie dla swojej żony. Aby zapewnić jej bezpieczeństwo, policjanci zatrzymali mężczyznę. Mundurowi sprawdzili stan jego trzeźwości. Okazało się, że 41-latek miał promil alkoholu w organizmie.

Szczegółowe rozpoznanie sytuacji rodziny przez dzielnicowego, wykazało zasadność wydania wobec mężczyzny zakazu zbliżania się do mieszkania i jego bezpośredniego otoczenia przez najbliższe 14 dni. Zgodnie z obowiązującymi procedurami, 41-latek został poinformowany o miejscach, w których może uzyskać tymczasowe schronienie. Mężczyzna zabrał z mieszkania przedmioty osobistego użytku i niezbędne do wykonywania przez niego pracy.

PUŁTUSK.

Aresztowali nożownika, odpowiedzialnego za zabójstwo

Na trzy miesiące sąd tymczasowo aresztował 53-latkę, podejrzanego o zabójstwo 40-letniego mieszkańca Pułtuskę.

W poniedziałek (31.10) wieczorem 53-latek, trzymając w ręku nóż, podszedł do dwóch mężczyzn przebywających przed jednym z bloków przy ul. Widok w Pułtusku. Jednego z nich zaatakował zadając cios nożem, drugiego gonił, grożąc pozbawieniem życia. Niestety pomimo próby reanimacji, 40-letni mieszkaniec Pułtuskę zmarł. Drugi z mężczyzn, uciekając, natychmiast zaalarmował Policję. Kryminalni Komendy Powiatowej Policji w Pułtusku dokonali zatrzymania podejrzanego.

o dokonanie tej okrutnej zbrodni, zabezpieczając jednocześnie nóż stanowiący narzędzie przestępstwa. Mundurowi pod nadzorem pułtuskiej prokuratury natychmiast przystąpili do ustalania świadków tego zdarzenia i okoliczności, w jakich do niego doszło. Nad sprawą intensywnie pracowali funkcjonariusze z kilku wydziałów pułtuskiej jednostki. Policjanci zabezpieczali ślady, przesłuchiwali świadków oraz analizowali zebrany materiał dowodowy. Ciężka praca dochodzeniowa i operacyjna przyniosła oczekiwane rezultaty. Mężczyzna w prokuraturze usłyszał zarzut zabójstwa i gróźb karalnych. Na wniosek policji i prokuratury, Sąd zastosował wobec podejrzanego areszt na okres 3 miesięcy. Za popełnione przestępstwa 53-latkowi grozi kara nawet dożywotniego pozbawienia wolności.

LEGIONOWO. Senior

ukradł elektronarzędzia

Dzielnicy z Legionowa zatrzymali mężczyznę podejrzanego o kradzież. 73-latek z półek sklepowych zabrał elektronarzędzia. Straty zostały oszacowane na łączną kwotę prawie 3 800 złotych. Jak się później okazało mężczyzna popełnił jeszcze inne przestępstwo.

Dzielnicy z legionowskiej komendy udali się do jednego z marketów, gdzie doszło do kradzieży sklepowej. Po przybyciu na miejsce ustalili szczegóły zdarzenia. Okazało się, że podejrzanym o kradzież jest 73-letni mężczyzna. Jego łupem padły wiertarki, szlifierki oraz wiertła. Mężczyzna został zauważony przez pracownika ochrony kiedy z wózkiem pełnym elektronarzędzi przekroczył linie kas nie płacąc za sprzęt. Natychmiast został ujęty i o tym fakcie powiadomiono Policję. 73-latek został zatrzymany i przewieziony do komendy. W trakcie przeszukania policjanci ujawnili przy nim dokument tożsamości należący do innej osoby. Mężczyzna nie umiał wytłumaczyć jak wszedł w jego posiadania. Po zebraniu materiału dowodowego śledczy przedstawili mężczyźnie zarzuty. 73-latek przed sądem odpowie za kradzież oraz za posiadanie dokumentu, którym nie miał prawa rozporządzać.

GZY.

Potrącił byłą partnerkę

Do 3 lat pozbawienia wolności grozi mieszkańcowi gminy Gzy, zatrzymanemu przez policjantów. Miejscowy Sąd na wniosek Policji i Prokuratury zastosował wobec niego 3-miesięczny areszt. Mężczyzna jest podejrzanym o kierowanie gróźb karalnych oraz narażenie na utratę zdrowia i życia byłą partnerkę.

W poniedziałek (1 listopada) kierując pojazdem osobowym, mając ponad promil alkoholu w organizmie, działając w sposób umyślny, potrącił idącą drogą byłą partnerkę. Kobieta doznała złamania ręki. Mężczyzna został zatrzymany i przewieziony do jednostki policji. Na podstawie zebranych dowodów policjanci zwrócili się do Prokuratury z wnioskiem o zastosowanie wobec 30-latkę tymczasowego aresztowania. Sąd przychylił się do wniosku i zadecydował o 3 miesięcznym areszcie.

PUŁTUSK. Okradli HEBE

Kryminalni poszukują sprawców kradzieży, do której doszło 10 października tego roku w pułtuskim oddziale drogerii Hebe przy ul. Nowy Rynek. Policja publikuje zdjęcie z kamer monitoringu.

Policjanci z Komendy Powiatowej Policji w Pułtusku prowadzą dochodzenie w sprawie kradzieży artykułów drogerijnych, do której doszło 10 października br. W zuchwały sposób skradzione zostały kosmetyki o łącznej wartości ponad tysiąc złotych. Mężczyźni, których wizerunki zarejestrowane zostały za pośrednictwem kamer monitoringu, weszli na teren sklepu Hebe przy ul. Nowy Rynek, zabrali z półek 4 sztuki perfum, po czym wykorzystując nieuwagę pracowników, schowali towar i bez uiszczenia opłaty opuścili obiekt. Policjanci publikują zdjęcie i proszą osoby, które posiadają informację mogącą pomóc w ustaleniu tożsamości mężczyzn o kontakt pod numerami telefonów: 47 70 34 200, 47 70 34 265 lub 997.

KPP: Legionowo /Nowy Dwór Maz./ Pułtusk



ZORGANIZUJ W 18-WIECZNYM
PAŁACU W JABŁONNIE
KRÓLEWSKIE PRZYJĘCIE Z OKAZJI:

CHRRZCIN I KOMUNII
ŚLUBU LUB WESELA
URODZIN CZY JUBILEUSZU

Rezerwacje:

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



Fot. GUNB



Fot. GUNB

LEGIONOWO. Nowe osiedla na Ludwisinie i Bukowcu?

OFENSywa DEWELOPERÓW! W planach dwa nowe osiedla szeregowców

Do starostwa wpłynęły wnioski o wydanie pozwolenia na budowę 8 budynków 2-lokalowych, w zabudowie szeregowej, u zbiegu ulic Gdynskiej i Spokojnej na Bukowcu. Natomiast na Ludwisinie przy ul. Lisa Kuli, inwestor wystąpił o pozwolenie na budowę 3 budynków 2-lokalowych oraz jednego mieszkalnego, w zabudowie szeregowej

W ostatnich dniach października Starostwo Powiatowe w Legionowie wszczęło procedurę, która może zakończyć się wydaniem pozwolenia na budowę w sumie dla 23 lokali mieszkalnych w dwóch częściach Legionowa.

Osiedle na Bukowcu

Pierwszy wniosek trafił do urzędników z legionowskiego starostwa 20 października 2022 r. Jego autorzy wnioskują o wydanie pozwolenia na budowę dla inwestycji pt. budowa ośmiu budynków

mieszkalnych jednorodzinnych dwulokalowych w zabudowie szeregowej. Osiedle ma powstać na dwóch działkach o pow. 1,7 tys. m², które położone są na rogu ulic Gdynskiej i Spokojnej na legionowskim Bukowcu.

Decyzja może zapaść w ciągu najbliższych tygodni.

Szeregowce na Ludwisinie

Drugi z wniosków wpłynął do Starostwa 21 października 2022 r. Jego autorzy wnioskują o pozwolenia na budowę dla inwestycji pt. budowa trzech budynków jednorodzinnych dwulokalowych oraz budowa budynku mieszkalnego jednorodzinnego w zabudowie szeregowej. Szeregowce mają powstać przy ul. Lisa Kuli na Ludwisinie w Legionowie, niedaleko skrzyżowania z ul. Parkową. Zaplanowane na pow. 1,2 tys. m². Realizacja inwestycji może wiązać się z wycinką wielu drzew. Decyzja ma zapaść w ciągu najbliższych tygodni.

Paulina Nowicka

LEGIONOWO. Niebezpieczeństwo dla mieszkańców

Ulica Pileckiego do pilnego remontu

Radny Mirosław Grabowski skierował pilną interpelację w sprawie remontu ul. Pileckiego. Zdaniem radnego, tymczasowa przeprawa pozwalająca przedostać się z Bukowca na drugą stronę miasta wymaga pilnego remontu. Droga jest zniszczona i niebezpieczna dla pieszych



W połowie lutego br. ratusz oddał do użytku biegnącą równoległe do torów kolejowych ul. Pileckiego. Ulica ta będąca przedłużeniem ulicy Wrzosowej przez wiele lat znajdowała się tylko na mapach miasta, na niezagospodarowanym terenie, gdzie w przeszłości planowano powstanie Galerii Bukowiec. W związku z budową tunelu drogę utwardzono, jednak jej stan faktyczny w tej chwili pozostawia wiele do życzenia.

Niebezpiecznie i ciemno

Do redakcji TiO ws. tej drogi docierało już wiele sygnałów od mieszkańców. Kierowcy skarżyli się na kałuże i wyrwy, a piesi na niebezpieczne ciemności i groźbę potrącenia przez samochody. Na odcinku tym, otoczonym przez krzaki i zarośla, nie przewidziano bowiem żadnego oświetlenia, a przechodzą tamtędy setki mieszkańców

Bukowca. Nie wytyczono także pasa przeznaczonego dla ruchu pieszych. Dlatego muszą oni przeskakiwać przez kałuże, albo uciekać przed samochodami.

Interwencje radnego

Jak zauważa radny Mirosław Grabowski, kierowcy i piesi mieli korzystać z tej ulicy do momentu zakończenia budowy tunelu, którego pierwotny termin oddania do użytku został wyznaczony na IV kwartał 2022 r. Niestety w związku z opóźnieniami ul. Pileckiego będzie użytkowana jeszcze przez kilka miesięcy, a jej stan wymaga pilnego remontu, co unaocznia okres jesienno-zimowy. Zdaniem radnego, niedoświetlona droga oraz dziury w nawierzchni mogą stanowić duże niebezpieczeństwo, szczególnie dla pieszych. Podobnego zdania są mieszkańcy, o których wspominaliśmy wyżej.

Tymczasowe oświetlenie i remont

W związku z tym radny Grabowski wystosował interpelację do Prezydenta i Przewodniczącego Rady Miasta w sprawie ponownego remontu oraz wyrównania nawierzchni ul. Pileckiego, utworzenia dodatkowego utwardzonego pasa wzdłuż ul. Pileckiego tylko dla pieszych. Domagał się również montażu tymczasowego oświetlenia. Zaznaczył także, że jeżeli z przyczyn niezależnych od Urzędu, którekolwiek z ww. proponowanych rozwiązań nie byłoby możliwe do realizacji, to jest inne rozwiązanie. Zaproponował przystosowanie ul. Wąskiej, na odcinku od ul. Wrzosowej do ul. Szwajcarskiej, dla ruchu pieszego. A także umożliwienie pieszym korzystania z chodnika ulicy Szwajcarskiej, na odcinku od ulicy Wąskiej do ulicy serwisowej drogi krajowej DK 61.

„Droga przez mękę”

Radny o swojej interpelacji poinformował na Facebooku, co zaowocowało dyskusją między mieszkańcami, a m. in.: przewodniczącym Rady Miasta Ryszardem Brańskim. Z dyskusji można wyczytać np.: że niewiele osób zdawało sobie sprawę o istnieniu ul. Pileckiego. Jak zauważył radny Brański, jest to połączenie techniczne uzgodnione na prośbę Przewodniczącego z Prezydentem. Dodał również, że obecne utrudnienia są przejściowe. Przewodniczący zauważył również, że doświetlenie ulicy będzie problematyczne. W dyskusji padły również propozycje o zmianę nazwy ulicy ponieważ „to hańba żeby jakieś wertepy nazywać imieniem bohatera”. Zaś całą dyskusję można było podsumować jednym stwierdzeniem, które napisał jeden z mieszkańców: „Droga przez mękę”.

QK

NA SYGNALE

NIEPORĘT

POŻAR W PORCIE, ZAPALIŁ SIĘ CIĄGNIK

W sobotę (5 listopada) ok. godz. 15.00 doszło do pożaru na terenie Portu Pilawa. Na miejsce zadysponowano pięć zastępów strażaków. Po przybyciu okazało się, że płonnie zaparkowany w hangarze ciągnik rolniczy. Działania strażaków polegały na ugaszeniu pożaru zanim rozprzestrzenił się na resztę pomieszczenia. Nikomu nic się nie stało.

LEGIONOWO

ZDERZENIE DWÓCH POJAZDÓW

W nocy z piątku na sobotę (4-5 listopada) ok. północy na skrzyżowaniu ul. Warszawskiej i Sowińskiego doszło do kolizji dwóch pojazdów. Po przybyciu na miejsce okazało się, że kierujący obu pojazdów opuścili uszkodzone pojazdy przed przybyciem służb. Działania strażaków polegały na zepchnięciu uszkodzonych pojazdów na pobocze oraz usunięciu z jezdni rozlanych płynów eksploatacyjnych.

red

SEROCK. Nowa inwestycja w gminie

Nowe bloki przy Forcie w Zegrzu

Właściciel centrum ogrodniczego znajdującego się przy ul. Płochocińskiej w Warszawie (Firma Hortorus Bartosiewicz SKA) planuje przy ul. Warszawskiej w Zegrzu w gminie Serock zbudować budynki usługowe i bloki

Inwestycja ma być zrealizowana działce o pow. 4,8 ha, położonej w sąsiedztwie Fortu Zegrze. Inwestorem jest firma Hortorus Bartosiewicz SKA z Warszawy. Decyzja Starostwa ma zapaść w ciągu najbliższych tygodni.

Paulina Nowicka

WIELISZEW. Będzie jaśniej i bezpieczniej

Nowe latarnie w gminie Wieliszew

Do końca tego roku w latarniach przy ulicach Niepodległości w Wieliszewie, Nowodworskiej w Michałowie-Reginowie i Adama Mickiewicza w Kałuszyńce na terenie gminy Wieliszew zostanie wymienione oświetlenie na ledowe

Władze Gminy Wieliszew planują wymianę 62 gminnych latarni na oświetlenie bardziej ekologiczne i ekonomiczne, czyli ledowe. Obecnie trwa przetarg, po jego zakończeniu zwycięska firma będzie mieć 56 dni na realizację inwestycji. Jak informują urzędnicy, 47 latarni stojących przy ul. Niepodległości w Wieliszewie, 11 przy ul. Nowodworskiej w Michałowie-Reginowie na odcinku pomiędzy granicą ze wsią Łąski i przejazdem kolejowym oraz 4 latarnie przy ul. Mickiewicza w Kałuszyńce zyskają ledowe oświetlenie.

Paulina Nowicka

POWIAT. Warunki geologiczne pokrzyżowały plany kolejarzy

Kolej z Wieliszewa do Zegrza Południowego opóźniona do marca 2023

Odmienne warunki geologiczne nasypu i podłoża spowodowały opóźnienie rewitalizacji kolei z Wieliszewa do Zegrza Południowego

Przedstawiciele PKP PLK S.A. informują, że w trakcie realizacji projektu badania nasypu i podłoża wykazały odmienne warunki geologiczne. Po wypracowaniu metody wzmocnienia nasypu wykonawca opracował dokumentację projektową i przystąpił do realizacji prac. Do wykonania górnej warstwy nasypu przewidziano geotkaniny o podwyższonych parametrach, które są dostępne na indywidualne zamówienie. Materiał, zgodnie z deklaracjami wykonawcy, powinien zostać dostarczony na budowę w listopadzie 2022 r. Od terminu dostawy tych materiałów uzależnione jest zakończenie wszystkich prac na linii. Z uwagi na konieczność wykonania dodatkowych prac związanych ze wzmocnieniem nasypu, przywrócenie ruchu pociągów planowane jest do marca przyszłego roku. Wykonawca będzie stał się przyspieszyć prace. Kolejarze informują również, że obecnie kontynuowane są prace przy budowie nowych peronów, torów, sieci trakcyjnej i urządzeń sterowania ruchem kolejowym. Wykonawca usuwa kolizje z sieciami.

Paulina Nowicka



Pierwsza platforma edukacji zdrowia – co można zyskać?

Rośnie świadomość Polaków na temat zdrowego stylu życia. Coraz chętniej sięgamy po pełnowartościowe produkty spożywcze, rezygnujemy z potraw powszechnie uznawanych za niezdrowe, więcej przebywamy na świeżym powietrzu i wybieramy aktywne formy spędzania wolnego czasu. Niestety wiele osób narzuca sobie zbyt wysokie wymagania i znaczne restrykcje, a przez to szybko wraca do starych nawyków. Co zrobić, aby zdrowe odżywianie i aktywność fizyczna nie były wyłącznie zająwką, a stałym elementem naszego życia? Rozwiązaniem jest pomoc specjalistów! MajAcademy startuje z nową platformą dietetyczno-treningową przeznaczoną dla wszystkich osób, które chcą zmienić swoje nawyki na lepsze. Co znajdziemy na stronie?

Pierwsza platforma w Polsce o holistycznej edukacji zdrowia

Platforma MajAcademy zapewnia holistyczne podejście do kwestii zdrowego stylu życia. Klienci w ramach subskrypcji otrzymują pełny dostęp do wszystkich materiałów znajdujących się na stronie, tj. gotowe programy dietetyczne, merytoryczne artykuły, edukacyjne materiały wideo, różnego rodzaju poradniki, sprawdzone przepisy na wyśmienite, zdrowe dania i wiele innych. Ponadto mogą brać udział w ciekawych wyzwaniach dietetycznych i motywacyjnych, a także, dzięki akcji comiesięcznego call center MajAcademy, mogą skorzystać z konsultacji z wykwalifikowanym dietetykiem klinicznym.

Ciekawą opcją jest możliwość kontaktu z psychodietetykiem. Psychodietetyka to specjalizacja ukierunkowana na pomoc osobom borykającym się z otyłością czy zaburzeniami odżywiania, takimi jak bulimia czy anoreksja. Wsparcie takiego eksperta doceniają również osoby, które potrzebują dodatkowej motywacji do zmiany złych nawyków żywieniowych.



Tym, co wyróżnia MajAcademy, jest gwarancja niezmiennego ceny. Platforma działa w modelu subskrypcji – klienci płacą konkretną, niezmienną kwotę tak długo, jak korzystają z subskrypcji. Jeśli z niej zrezygnują, obowiązuje ich nowa cena. Wybór subskrypcji jest zatem dobrą inwestycją w zdrowie!

Zdrowa dieta + treningi = najlepsze efekty

Światowa Organizacja Zdrowia zaleca minimum 150 minut umiarkowanej aktywności fizycznej w tygodniu. Według ekspertów regularny trening wpływa na organizm na wielu płaszczyznach. Nie tylko poprawia kondycję i wytrzymałość, wzmacnia mięśnie i ułatwia proces budowania smukłej sylwetki, ale także pozytywnie wpływa na zdrowie, odświeża umysł, dodaje energii do działania i poprawia samopoczucie.

Specjaliści z MajAcademy, biorąc pod uwagę wszystkie korzyści wynikające z regularnych ćwiczeń, postanowili wzbogacić swoją platformę o treningi online dostępne tylko dla

subskrybentek. – *Zdajemy sobie sprawę z tego, jak ważna jest systematyczna aktywność fizyczna. Wiemy również, że każdy ma inne tempo ćwiczeń, inne potrzeby i wymagania. Dlatego stawiamy na indywidualne podejście! Treningi dopasowujemy do potrzeb subskrybentek. Dla nas liczą się najlepsze efekty i pełne bezpieczeństwo* – komentuje **Roksana Środa**, dietetyk kliniczna i założycielka platformy edukacyjnej MajAcademy.

Nieoceniona pomoc ekspertów

Zmiana nawyków żywieniowych na lepsze i wprowadzenie regularnej aktywności fizycznej do swojego życia to niełatwe zadanie. Wymaga wiedzy, samodyscypliny i cierpliwości. Wsparcie ekspertów jest nieocenione w tym zakresie! Specjaliści ustalają realne, mierzalne cele, a także potrafią skutecznie zmotywować do działania w gorszych momentach. Wyjaśniają wszystko to, co niezrozumiałe dla podopiecznych i dają praktyczne wskazówki na wiele tematów związanych ze zdrowiem.

Dietetycy tak komponują diety, by nie doprowadzić do niedoborów składników odżywczych

– nie tylko witamin i minerałów, ale także makroelementów, a szczególnie białka, które jest niezbędne do prawidłowego funkcjonowania organizmu. Ponadto unikają monotonii w kuchni, która często prowadzi do porzucenia zdrowych założeń. Diety tworzone przez dietetyków są smaczne i zróżnicowane, dzięki czemu podbijają kubki smakowe nawet najbardziej wymagających osób.

Na nowej platformie edukacji zdrowia każdy znajdzie coś dla siebie. MajAcademy to eksperckie materiały z różnych dziedzin dietetyki i zdrowia, diety dopasowane do potrzeb – od klasycznej, przez low foodmap, aż do wegańskiej, rzeczowe artykuły o problemach zdrowotnych, odżywianiu dzieci i zdrowej ciąży, treningi dla osób początkujących, zaawansowanych i osób borykających się z różnymi schorzeniami, w tym problemami jelitowymi. Co więcej, klienci w ramach subskrypcji otrzymują dostęp do zamkniętej grupy wsparcia, gdzie mogą wymieniać się doświadczeniami dietetycznymi z innymi osobami, będącymi na tej samej drodze. MajAcademy to platforma stworzona przez ekspertów z myślą o wszystkich razem i każdym z osobna!

MajAcademy to rozwiązanie dla każdej osoby, która potrzebuje wsparcia, dodatkowego bodźca czy motywacji do zmian. To przepis na dobry początek na drodze do zdrowego stylu życia i nowe doświadczenie dla każdego, kto jest na niej już od jakiegoś czasu. To inwestycja w zdrowie, świetną kondycję i lepsze samopoczucie – mówi Roksana Środa. – Dajemy pełny dostęp do materiałów edukacyjnych, organizujemy wyzwania dietetyczno-motywacyjne, wzajemnie się wspieramy, dajemy szansę na to, by skonsultować swoje wątpliwości z ekspertami i motywujemy do ćwiczeń – platforma MajAcademy zawiera wszystko, czego potrzeba do zmiany nawyków na lepsze.

MajAcademy rozwija się po to, aby pomagać wszystkim bez wyjątku! Poprawa zdrowia? Lepsze relacje z jedzeniem? Efektywne odchudzanie? Na odnowionej platformie każdy znajdzie to, czego potrzebuje.

KAMPANIA INFORMACYJNA

DLACZEGO NOWOTWORY

LUBIĄ

PALACZY?

Palenie to jedna z najczęstszych przyczyn zapadania na choroby nowotworowe, szczególnie na raka płuca. Nikotyna osłabia płuca, nerki i inne organy wewnętrzne. Dotyczy to także papierosów elektronicznych, które zawierają nikotynę. Rzucenie palenia nie tylko zmniejsza ryzyko zachorowania na nowotwór, ale i poprawia jakość życia. Pomoże w tym poradnia dla palaczy jakrzucicpalenie.pl.

PALENIE TO WCIĄŻ PROBLEM

Mimo powszechnej wiedzy o szkodliwości nikotyny w Polsce nadal pali 26 proc. dorosłych (ponad 30 proc. mężczyzn i prawie 22 proc. kobiet). To więcej niż na świecie, gdzie tytoniu używa ponad 22 proc. dorosłych, czyli ponad 1,3 mld ludzi. Najwięcej palących mieszka na południu Europy: w Bułgarii, Grecji i Serbii.

Przekonał się o tym Aleksander (37 l.) ze Zgorzelca, który jeździł TIR-em do Grecji.

– *W oczekiwaniu na załadunek sporo czasu spędzałem z pracownikami ateńskiego centrum logistycznego. Zaprzyjaźniłem się z rówieśnikiem, Aleksandrosiem: lubiliśmy porozmawiać przy papierosach i kawie, na które Grecy zawsze znajdą czas. Moi przodkowie pochodzili z Grecji, więc pamiętałem parę greckich wyrażań. Aleksandros uczył mnie greckiego, a lekcjom towarzyszyły obłoki dymu. W Grecji wypalałem dwie paczki dziennie, które w Polsce wystarczały na miesiąc. Podczas pandemii nie jeździłem na południe, a po powrocie do Aten nie spotkałem mojego imiennika. Dowiedziałem się, że zmarł na raka płuca i że zostawił żonę i dwoje dzieci.*

Wtedy odstawiłem papierosy na dobre. Poczułem się lepiej psychicznie i fizycznie: dało się oddychać, a po 2-3 dniach wróciło poczucie wężu i smaku. Za parę tygodni koledzy namówili mnie na grę w koszykówkę i już nie dostawałem zadyszki. Od lekarza usłyszałem, że rok po rzuceniu papierosów zmniejsza się ryzyko choroby niedokrwiennej serca, za pięć lat – ryzyko udaru, a po 10 latach raczej nie pojawi się rak płuca.

PALENIE TYTONIU ZABIJA

Palenie tytoniu powoduje co czwartą śmierć na raka w skali globu. Szczególne zagrożenie stanowi rak płuca: palacze chorują na raka płuca 22 razy częściej niż niepalący. Tytoń powoduje dwa z trzech przypadków śmiertelnych tej choroby.

Według Światowej Organizacji Zdrowia (WHO) połowa palaczy traci zdrowie lub zapada na przewlekłe choroby. Rocznie od dymu tytoniowego umiera ponad 8 mln ludzi, z czego 7 mln to aktywni użytkownicy, a 1,2 mln ofiar jedynie styka się z dymem tytoniowym.

Tytoń wywołuje ponad 20 typów raka, w tym raka jamy ustnej, gardła, krtani i przełyku. Palacze są bardziej zagrożeni rakiem zatok, nerek, wątroby, żołądka, macicy i dolnych dróg moczowych (w tym pęcherza). Badania wskazują związek między paleniem a rakiem piersi, zwłaszcza wśród kobiet, które wpadły w nałóg przed pierwszą ciążą.

NIE TYLKO RAK

Statystycznie co piąty palacz powinien się spodziewać przewlekłej obturacyjnej choroby płuc (POCHp), czyli zwężenia dróg oddechowych, co utrudnia przepływ powietrza przez płuca. Ta przypadłość zagraża osobom, które zaczęły palić w młodości, bo dym tytoniowy hamuje rozwój płuc i układu oddechowego.

Tytoń wywołuje również gruźlicę i cukrzycę typu 2. Palenie powoduje demencję, w tym chorobę Alzheimera. Co siódmy przypadek tej choroby lekarze uznają za efekt palenia.

Palaczkę częściej doświadczają bolesnych miesiączek i gorzej znoszą menopauzę, która jest u nich o 1-4 lata wcześniejsza niż u kobiet niepalących.

Używanie tytoniu w każdej postaci jest równie szkodliwe, jak palenie papierosów. Dotyczy to fajek, fajek wodnych, zażywania tabaki, zucia tytoniu i papierosów elektronicznych. Nikotyna w popularnych e-papierosach łatwiej się przyswaja, czyli sprzyja uzależnieniu, a przy tym może wywoływać raka ust, utratę zębów, ich żółknięcie i choroby dziąseł.



JAK RZUCIĆ PALENIE?

Przy rzucaniu palenia trudno się tłumaczyć niewiedzą o szkodliwości tytoniu albo brakiem odpowiedniej pomocy medycznej i psychologicznej. Warto skorzystać z praktycznych porad dla wychodzących z nałogu, dotyczących zachowania wśród palaczy, unikania miejsc, gdzie można ich spotkać, stosowania zdrowych alternatyw dla papierosów, które pomagają przezwyciężyć głód nikotynowy (np. warzywno i owocowe przekąski). Więcej informacji na stronie jakrzucicpalenie.pl albo w Telefonicznej Poradni Pomocy Palącym **801 108 108**.

Chcesz wiedzieć więcej, szukasz informacji na temat bezpłatnych badań, wejdź na www.planujedlugiezycie.pl lub zadzwoń na bezpłatną infolinię 800 190 590.

Infolinia jest czynna 24 godziny na dobę, 7 dni w tygodniu.



Ministerstwo
Zdrowia

PLANUJĘ DŁUGIE ŻYCIE

Kampania społeczna „Planuj długie życie” realizowana w ramach Narodowej Strategii Onkologicznej na lata 2020–2030, finansowana ze środków Ministra Zdrowia.





Polskie dzieci tyją najszybciej w Europie, w znacznym stopniu odpowiedzialni są za to rodzice

Polskie dzieci tyją najszybciej w Europie, a w znacznym stopniu odpowiedzialni są za to ich rodzice – alarmują eksperci. W całym kraju 22,3 proc. dzieci ma nadwagę - mówi prof. Lucyna Ostrowska z Uniwersytetu Medycznego w Białymstoku

Specjaliści mówili o tym podczas konferencji dla dziennikarzy „Choroba otyłościowa 2022”. Prof. Lucyna Ostrowska z Zakładu Dietetyki i Żywienia Klinicznego Wydziału Nauk o Zdrowiu Uniwersytetu Medycznego w Białymstoku przedstawiła dane, z których wynika, że średnio prawie co czwarte dziecko (do 18. roku życia) ma nadwagę.

„W całym kraju 22,3 proc. naszych dzieci ma już nadwagę” – zaznaczyła specjalistka, która jest prezesem elektatem Polskiego Towarzystwa Leczenia Otyłości. Najwięcej dzieci z nadwagą jest w woj. mazowieckim – aż 32 proc., czyli prawie co trzeci uczeń. W woj. łódzkim nadwagę ma prawie 30 proc. dzieci.

Wiele dzieci z nadwagą może być otyłych jeszcze w okresie dzieciństwa lub zaraz po dorostaniu. „Mamy stale narastającą otyłość u dzieci. Jesteśmy jednym z czołowych krajów, w których otyłość narasta” – zaznaczyła prof. Lucyna Ostrowska.

Agata Ziemnicka zajmująca się psychologią odżywiania, pełniąc funkcję prezesa Fundacji Kobiety bez Diety, powiedziała, że coraz częściej trafiają do niej nastolatki chore na otyłość. Niektóre z nich wykazują już związane z tym powikłania i z tego powodu trafiają nawet do szpitala. Jej zdaniem za otyłość u dzieci odpowiedzialni są przede wszystkim ich rodzice.

„Rodzice są za to odpowiedzialni, bo to oni generują atmosferę wokół jedzenia, powodują zaburzenia łaknienia i utrwalają złe nawyki. Ale musimy zaznaczyć, że ich nikt też nie nauczył zasad dobrego żywienia. I to się powiela” – tłumaczyła.

Z danych przedstawionych podczas konferencji wynika, że w 2016 r. nadwagę w naszym kraju miało 68 proc. mężczyzn i 53 proc. kobiet, a 25 proc. Polaków było otyłych oraz 23 proc. Polek. Prognozuje się, że za kilka lat, bo już w 2025 r., otyłych będzie u nas co najmniej 30 proc. mężczyzn i 26 proc. kobiet.

Agata Ziemnicka tłumaczyła, że jest kilka mechanizmów psychologicznych, które mogą prowadzić do choroby otyłościowej u dzieci. Zaznacza, że chodzi właśnie o chorobę i takiego określenia należy używać, a nie tylko o to, że dziecko tyje.

Jeden z tych mechanizmów to kompulsywne jedzenie, gdy odczuwamy

przymus i zaczynamy odruchowo sięgać po różne produkty spożywcze. Najchętniej po te, które są słodkie i tłuste, bo takie nasz organizm lubi najbardziej. A kiedy dziecko zaczyna kompulsywnie jeść?

„Na przykład wtedy, gdy rodzice kontrolują wszystko, i dziecko jest przez nich w pełni kontrolowane także jeśli chodzi o jedzenie. Aby się w tym odnaleźć, w szkole lub wieczorem w domu, chętnie zje ono zakazanego batona, wtedy gdy na cokolwiek ma wpływ. Gdy dziecko odczuwa zbyt duże napięcie nerwowe, również je więcej. Zaczyna od batonika, a potem sięga po dwa batoniki i zjada ich coraz więcej. Czasami przechodzi na palenie papierosów lub picie, ale może pozostać przy jedzeniu” – wyjaśnia psycholożka.

Do otyłości dziecka może doprowadzić to, że jeden z rodziców nadużywa alkoholu. Bo co robi wtedy dziecko? Chce być najlepsze, uczy się, sprząta dom. Musi jednak odreagować, na przykład przy pomocy jedzenia, by pozbyć się napięcia. Chętnie wtedy coś żuje, choćby orzeszki – zwraca uwagę Agata Ziemnicka.



Szkody wyrządza także powszechna u nas obsesja na punkcie szczupłości. Owładnięta nią nastolatka ciągle się odchudza, bo uważa, że jest gruba i źle wygląda. Ciągłe mówienie o swoim wyglądzie, a jej ciało to wróg, z którym musi walczyć. „W takiej sytuacji również może się rozwinąć kompulsywne jedzenie” – dodaje.

Przyznała, że obsesja szczupłości, jaka zapanowała w naszym społeczeństwie, prowadzi do pandemii otyłości. „Dziewczynki o masie ciała zaledwie 20 kg nie powinny być modelkami” – przekonywała. Wiele osób próbuje się odchudzić, ma w tym nawet sukcesy, ale potem powraca poprzedniej wagi

albo ma jeszcze większą masę ciała. „Bo często jest też tak, że im bardziej chcemy być szczupli, tym bardziej tyjemy” – powiedziała prezes Fundacji Kobiety bez Diety.

Z kłopotami zmagają się rodziny dotknięte chorobą otyłościową, które próbują z tym walczyć. Zdarza się, że rodzina z otyłością skupia się na dziewczynce, żeby przynajmniej ona nie utyla. Ale skutkiem tego jest przedmiotowe traktowanie dziecka. A wymuszone odchudzanie jedynie prowadzi do tego, że zaczyna ono jeść więcej. „Dzieci, które zaczynają chudnąć, znowu jedzą i tyją” – dodała psycholożka.

Specjaliści zapewniają, że są skuteczne sposoby na leczenie choroby otyłościowej. Chorzy na otyłość wymagają jednak kompleksowego leczenia, z użyciem farmakoterapii, a czasami operacji bariatrycznej (zmniejszającej pojemność żołądka).

Eksperti zwracają jednak uwagę, że trzeba mieć poczucie sprawczości, inaczej trudno leczyć chorobę otyłościową. W przypadku dzieci ważne jest, by podjąć leczenie odpowiednio wcześniej.

„Jeśli do 13. roku życia nie wyleczymy dziecka z otyłości, to jest mała szansa, że to się uda w okresie dorosłości” – ostrzega Agata Ziemnicka.

Również badanie wykonane przez Instytut Matki i Dziecka w grupie 2 tys. dzieci w wieku 8 lat wykazało narastającą częstość nadwagi i otyłości w tej grupie dzieci. Jedną piątą polskich ośmiolatków cierpi na otyłość – powiedziała prof. Anna Fijałkowska z Instytutu, prezentując wyniki raportu z badań dotyczących zdrowia dzieci w czasie pandemii. (PAP)

Nauka w Polsce
Zbigniew Wojtasiński



NASZE WILKOWYJE

Ręce które leczą

Strasnie mnie sieklo po szyi. Nie, ze dalem w szyje, tylko mnie sieklo. Jola mowi, ze zawialo. Bardziej chyba przygialo, bo sie wyprostnac nie moge. Przyskurczony taki chodze. Doktor Wezol mowi, ze to nawet nie na Radzyni, tylko na miasto wojewodzkie przykurcz jest i ze skoro on nic nie moze, to medycyna tradycyjna tez nic nie poradzi. Cudotworca potrzebny, a ci jak wiadomo po wielkich miastach siedza, bo tam na cud zapotrzebowanie jest regularne i dobrze platne. Ale gdzie ja cudotworcy w wojewodztwie bede szukal? Do Babki bym poszedl, ale na wakacje poleciala na Cejlon, musi jakis zlot tam maja, bo sama z siebie, by tak daleko nie poleciala. Przeciwbolowe se bierz, to mniej boli, ale skurcza skurczybka to nie leczy. A koncert z Jola mam. To jak ja bede po scenie skakal z przyskurczem? Solejuk sie smiej, ze kostiuma mi tylko trzeba i za garbusa moge robic jak w takim francuskim miuzikalu. Ale garbus na scenie malo seksi jest, a bez seksi nie ma dobrej muzyki, przynajmniej tej naszej, bo we Francji to nic nie wiadomo. Slimaki, zaby to i moze garbusy.

Siedzimy tak na laweczce i o perspektywach artystycznych mego przyskurcza gadamy, tylko Hadziuk ponury, jakby to jego przyskurczylo a nie mnie. W koncu mowi: dobra Pietrek idz do sklepu kluczyk do magazynka wziac. Zaden ale, tylko idz, czaruj i bierz. Akurat Jola byla, to bez czarowania sie obeszo, powiedzialem po prostu, ze jej zapasy przyniosę, co by nie dzwigala.

Poszli my do tego magazynka na zapleczu, Hadziuk na skrzynce mnie posadzil. Tu naciśnł, tam pociągnął, jeszcze gdzie indziej palucha w miesiąc wbil i szast prast – przyskurcza nie ma. Był a nie ma. Jak dobrobyt, co go rząd obiecał. Tylko ty nikomu nie mów – kazał mi przysiąć Hadziuk. To przysięgłem. Ale nie na wiele się zdało, bo jak żem bez przyskurcza wrócił, to różnica widoczna była i trzeba się było przed Japyczem i Solejukiem wytłumaczyć.

Wil się Hadziuk jako piskorz na patelni, ale w końcu mowi, że od dziecka tak ma, że jak kogoś boli, to on wie gdzie co i jak. No nie wie skąd, ale umi. Talent taki ma. Patrzyli my na chłopa, jakby my go pierwszy raz widzieli, bo do tej pory jedyny talent jaki wykazywał, to do Mamrota. A Celinka wie? – zapytał Solejuk. Zwirowała? – oburzył się Hadziuk. Przecież ona by mi natychmiast jakieś certyfikaty kazała robić, firmę otwierać, karierę robić. A przy takiej karierze, to na wszystko masz czas, tylko nie na życie. To on już woli, że Celina myśli, że dwie lewe ręce ma. Trochę zawsze popyszczy, że łamaga jej się trafil, ale to sens ma, bo od razu sama lepiej się czuje, zadowolona ze swego sukcesu, bo co to za sukces, jak kontrastu ni ma. A kontrast domowy, to najbardziej na widoku jest i też najbardziej humor poprawia. Trochę na niego pyszczy po wsi, że bezużytek jej się trafil, co do ochrony ledwo ledwo i nic poza tym, ale mnie to nie szkodzi, bo was przyjaciele mam i swoje wiem.

Hadziuk – zapytał poważnie Japycz – a jak twojej Celinie coś jest, to cię serce nie boli? A nie! – mowi Hadziuk. Bo ja ją wtedy do łóżka biorę i w czasie seksu zawsze se naciśnę co trzeba, tak że ona myśli, że to gra wstępna jest. Korzyści z tego same, bo Celinka uważa, że seks prozdrowotne wartości ma i regularnie pilnuje, że się tak wyrażę, by płomień nie zgasł. A i ja się nieraz muszę mocno postarać, by do czakry odpowiednie dojście mieć, to seks u nas urozmaicony i że tak powiem - w gimnastykowany.

Hmm, no tak. O tym to się gadać przy Japyczu nie godzi, bo w jego wieku z gimnastyki, to już głównie sznurowanie butów na raty, ale se zapamiętałem, co by zapytać potem na uboczu, co to te czakry są i u Joli poszukać. Następnie Solejuk jeszcze do składzika koniecznie chciał, na końcu Japycz, żeby sprawiedliwie było. A potem siedzieli my na tej naszej laweczce rozluźnieni tak, jakby skrzynkę piwa obalili i nagle mnie walnęło: Hadziuk to prawdziwym mężczyzną jest. Przyczem nie o to się rozchodzi, że zmagistrował dziecko Solejukowaj za jednym zamachem, tylko że umi ukrywać swój talent. Dla siebie ma, a światu nic do tego..

Pietrek

CENTRUM MEDYCZNE
GABINTER

ul. Krasińskiego 64, 05-120 Legionowo

GODZINY OTWARCIA:
Poniedziałek – Piątek 9-20
Sobota 10-15

Gabinter.pl

LEKARZE SPECJALIŚCI

- Interna i Medycyna Pracy
- Ortopedia i Traumatologia
- Ortopedia Dziecięca (badania preluksacyjne)
- Kardiologia
- Chirurgia
- Dermatologia
- Chirurgia Plastyczna
- Neurochirurgia
- Radiologia
- Rehabilitacja
- Pobrania Krwi
- Szczepienia na COVID-19 (4 dawka już dla osób 60 plus)

REJESTRACJA

tel: 22 774 09 66 tel: 737 144 444



Członkowie Rady Regencyjnej - od lewej: hrabia Józef Ostrowski, arcybiskup Aleksander Kakowski i książę Stanisław Lubomirski. 10.1917.

Fot. PAP/CAF/Reprodukcja

104 lata temu Rada Regencyjna przekazała Józefowi Piłsudskiemu władzę wojskową

104 lata temu, 11 listopada 1918 r., Rada Regencyjna przekazała Józefowi Piłsudskiemu władzę wojskową i naczelne dowództwo podległych jej wojsk polskich. Tego samego dnia Niemcy podpisały zawieszenie broni kończące I wojnę światową. Po ponad 120 latach Polska odzyskiwała niepodległość.

Na przełomie października i listopada 1918 r. wobec rozpadu monarchii austro-węgierskiej i zapowiedzi bliskiej klęski Niemiec Polacy coraz wyraźniej odczuwali, że odbudowa niepodległego państwa polskiego jest bliska.

Sytuacja międzynarodowa była dla Polski wyjątkowo korzystna. Cztery lata wcześniej w chwili wybuchu I wojny światowej Polacy mogli jedynie pomarzyć o tym, że w momencie jej zakończenia wszystkie trzy państwa zaborcze będą właściwie bezsilne.

Szansy danej przez historię Polacy nie zmarnowali i aktywnie przystąpili do przejmowania władzy na ziemiach polskich okupowanych przez państwa centralne. W Cieszyźnie już od 19 października 1918 r. działała i sprawowała funkcje rządowe Rada Narodowa Księstwa Cieszyńskiego pod przewodnictwem księdza Józefa Londzina. 28 października 1918 r. w Krakowie posłowie polscy do parlamentu austriackiego powołali Polską Komisję Likwidacyjną, która dwa dni później przejęła władzę w Galicji. Na jej czele stanął Wincenty Witos, przywódca PSL „Piast”.

31 października rozpoczęto przejmowanie władzy w okupowanej przez Austro-Węgry części Królestwa. W nocy z 6 na 7 listopada w zajętych kilka dni wcześniej Lublinie powołano Tymczasowy Rząd Ludowy Republiki Polskiej, którego premierem został Ignacy Daszyński, przywódca galicyjskich socjalistów.

W Warszawie od września 1917 r. działała powołana przez Niemcy i Austro-Węgry Rada Regencyjna. Jej członkami byli książę Zdzisław Lubomirski, arcybiskup Aleksander Kakowski i hrabia Józef Ostrowski. W grudniu 1917 r. Rada Regencyjna utworzyła gabinet ministrów, na czele którego stanął Jan Kucharzewski.

Prof. Andrzej Garlicki oceniając jej działania, stwierdzał: „Rada Regencyjna, szczególnie pod koniec swego istnienia, miała bardzo złą opinię w społeczeństwie polskim. Krytykowano ją za zbyt uległość wobec zaborców, za konserwatyzm poglądów i były to opinie słuszne. Należy jednak

docenić i to, że przejmowanie z rąk okupantów kolejnych dziedzin życia społecznego stanowiło znakomitą szkołę dla przyszłych funkcjonariuszy państwa polskiego. Zilustrować to można dziesiątkami przykładów, ale posłużmy się tylko jednym - pierwsze prace nad konstytucją niepodległej Polski zostały podjęte za czasów Rady Regencyjnej i wiele z ówczesnych ustaleń znalazło się następnie w ustawie zasadniczej. Niechętny stosunek większości społeczeństwa do rady i tworzonej przez nią instytucji wynikał również z gwałtownie pogarszającej się sytuacji ekonomicznej ludności”. (A. Garlicki „Historia 1815-1939. Polska i świat”).

Na początku listopada 1918 r. regenci zdawali sobie sprawę, że ich polityczna rola dobiega końca i starali się powołać rząd, który miałby szerokie poparcie społeczne i któremu mogliby oddać władzę z przekonaniem, że w możliwie krótkim czasie przeprowadzi on wybory do Sejmu.

Sytuację polityczną w Warszawie zmieniło w sposób zasadniczy przybycie 10 listopada 1918 r. specjalnym pociągiem z Berlina uwolnionego z twierdzy magdeburskiej Józefa Piłsudskiego. Na Dworcu Głównym powitał go m.in. reprezentujący Radę Regencyjną książę Zdzisław Lubomirski.

Prof. Tomasz Schramm oceniając ówczesną pozycję Piłsudskiego pisał: „W jego osobie zjawiał się poważny czynnik polityczny: przywódca, za którym stała siła POW, opromieniony wspomnieniem długoletniej działalności, zsyłki, więzienia carskiego, wreszcie aktywności lat 1914-1917 i szesnastomiesięcznego więzienia w Magdeburgu, człowiek przez lewicę uznawany za swojego, przez prawicę - acz niechętnie - za „kłapę bezpieczeństwa” chroniącą przed rewolucją; jego ofiarny patriotyzm mało kto mógł wtedy kwestionować” (T. Schramm „Wygrać Polskę 1914-1918”).

Tuż po przybyciu do Warszawy Piłsudski odbył rozmowy z członkami Rady Regencyjnej. W ich wyniku zrezygnował z planowanego wyjazdu do Lublina, gdzie od trzech dni na wyzwolonych terenach działał Tymczasowy Rząd Republiki Polskiej z Ignacym Daszyńskim na czele. Rząd ten zresztą na wiadomość o jego powrocie z Magdeburga oddał mu się do dyspozycji.

Na decyzję Piłsudskiego o pozostaniu w stolicy bez wątpienia miał wpływ fakt, iż w dniu jego przybycia do Warszawy niemiecka okupacja była już w stanie rozkładu i perspektywa utworzenia Rządu Narodowego w stolicy wydawała się bardzo bliska.

Generalny Gubernator gen. Hans von Beseler potajemnie opuścił miasto, a POW razem z żołnierzami Polskiej Siły Zbrojnej, będącej pod rozkazami Rady Regencyjnej, przystąpiły



Sztab Józefa Piłsudskiego w Kielcach

(ze zbiorów Narodowego Archiwum Cyfrowego, sygn. 1-H-159-5)



do rozbrajania stacjonujących w Warszawie oddziałów niemieckich. Na ogół akcja rozbrajania przebiegała bez walki, choć zdarzały się również ostre starcia. Do zaciętych walk doszło m.in. przy opanowywaniu Ratusza i Cytaeli.

Żołnierzy niemieckich wraz z urzędnikami w Warszawie było ok. 30 tys., natomiast w całym Królestwie 80 tys. Jeśli dodać do tego wojska niemieckie stacjonujące na froncie wschodnim, których liczebność wynosiła ok. 600 tys., to widać wyraźnie, iż gdyby jednostki niemieckie zamierzały stawiać opór, to wówczas powstające państwo polskie znalazłoby się bez wątpienia w sytuacji krytycznej. Na szczęście większość niemieckich żołnierzy myślała wówczas przede wszystkim o tym, jak najszybciej powrócić do domów.

Problemem ewakuacji niemieckiej armii Piłsudski zajął się zaraz po przybyciu do stolicy. Jeszcze 10 listopada doszło do jego spotkania z niemiecką Centralną Radą Żołnierską. W wyniku zawartych porozumień do 19 listopada ewakuowano jednostki niemieckie z Królestwa.

Przyjazd Piłsudskiego do Warszawy wywołał powszechny entuzjazm jej mieszkańców i tylko o jeden dzień wyprzedził wiadomość o tym, że w okolicach Compiègne delegacja rządu niemieckiego podpisała zawieszenie broni, które kończyło działania bojowe I wojny światowej.

W tych dniach Polacy uświadomili sobie, że po latach niewoli odzyskali niepodległość. Atmosferę tej wyjątkowej chwili tak opisywał Jędrzej Moraczewski: „Niepodobna oddać tego upojenia, tego szaleństwa radości, jaki ludność polską w tym momencie ogarnął. Po 120 latach prysły kordony. Nie ma +ich+. Wolność! Niepodległość! Zjednoczenie! Własne państwo! Na zawsze! Chaos? To nic. Będzie dobrze. Wszystko będzie, bo jesteśmy wolni od pijawek, złodziei, rabusiów, od czapki z bączkiem, będziemy sami sobą rządzili. (...) Kto tych krótkich dni nie przeżył, kto nie szalał z radości w tym czasie wraz z całym narodem, ten nie dozna w swym życiu najwyższej radości” (J. Moraczewski „Przewrót w Polsce”).

11 listopada 1918 r. Rada Regencyjna „wobec grożącego niebezpieczeństwa zewnętrznego i wewnętrznego, dla ujednolicenia wszelkich zarządzeń wojskowych i utrzymania porządku w kraju” przekazała władzę wojskową i naczelne dowództwo wojsk polskich, jej podległych, brygadierowi Józefowi Piłsudskiemu.

Trzy dni później Rada Regencyjna rozwiązała się, oświadczając jednocześnie, iż „od tej chwili obowiązki nasze i odpowiedzialność względem narodu polskiego w Twoje ręce, Panie Naczelnny Dowódco, składamy do przekazania Rządowi Narodowemu”.

Piłsudski mając powszechne poparcie społeczne, zdecydował się przejąć władzę od regentów, podkreślając w ten sposób jej ciągłość i legalny charakter. Nie wszyscy byli zadowoleni z tej procedury, wskazując na to, iż Piłsudski

nie powinien być sukcesorem instytucji powołanej do życia przez okupantów. Bez względu na te komentarze Piłsudski stał się rzeczywistym przywódcą tworzącego się państwa polskiego. Rząd lubelski rozwiązał się, Rada Regencyjna ustąpiła, a Polska Komisja Likwidacyjna zaakceptowała istniejącą sytuację.

13 listopada właśnie szefowi rozwiązanego rządu lubelskiego Ignacemu Daszyńskiemu Piłsudski powierzył misję tworzenia nowego

gabinetu. Zakończyła się ona jednak niepowodzeniem, przede wszystkim z powodu sprzeciwu stronnictw prawicowych, zwłaszcza Narodowej Demokracji.

Ostatecznie 18 listopada pierwszy oficjalny rząd niepodległej Polski utworzył inny socjalista Jędrzej Moraczewski, który nie wzbudzał tak wielkich obaw prawicy, jak Daszyński.

Cztery dni później 22 listopada 1918 r. nowy rząd

opracował, a Piłsudski za twierdził „Dekret o najwyższej władzy reprezentacyjnej Republiki Polskiej”. Na mocy tego dekretu, który był swego rodzaju ustawą zasadniczą, Piłsudski obejmował, jako Tymczasowy Naczelnik Państwa „Najwyższą Władzę Republiki Polskiej” i miał ją sprawować do czasu zebrania się Sejmu Ustawodawczego.

Dekretem z 28 listopada 1918 r. wybory do Sejmu zarządzane zostały na 26 stycznia 1919 r.

Listopad 1918 r. był dopiero początkiem budowy niepodległej Polski i początkiem walki o jej granice. 29 listopada 1918 r. Piłsudski zwracając się w Belwederze do grona najbliższych współpracowników tak mówił o odzyskanej niepodległości: „Jest to największa, najdonioślejsza przemiana, jaka w życiu narodu może nastąpić. Przemiana, w której konsekwencji powinno się zapomnieć o przeszłości; powinno się przekreślić wielkim krzyżem stare porachunki (...) A czas przed nami jest krótki

i tylko wspólnym wysiłkiem możemy zadecydować, na jakiej przestrzeni, w jakich granicach naszą wolność obwarujemy i jak silnie stanemy na nogach, zanim dojdą z powrotem do siły i pełnego głosu sąsiedzi ze wschodu i z zachodu”

(B. Miedziński „Wspomnienia”, „Zeszyty Historyczne”, z. 37, Paryż 1976). (PAP)

[https://dzieje.pl/\(arch.\) mjs/ ls/ skp /](https://dzieje.pl/(arch.) mjs/ ls/ skp /)

ZAPROSZENIE



KONCERT

GRZECH PIOTROWSKI THE BEST OF

20.11. niedziela 18:00

KUP BILET:

NA MIEJSCU W GODZ. 10-18

ON-LINE: WWW.BILETYNA.PL

SALA BALOWA

NORMALNY: 120 ZŁ

ULGOWY: 80 ZŁ

REZERWACJE:

INFO@PALACJABLONNA.PAN.PL

+48 535 585 661



PALAC W JABŁONIE, UL. MODLIŃSKA 105



Zdrowa dieta dziecka to dieta urozmaicona, która zapewni podaż niezbędnej ilości składników odżywczych. Ważna jest regularność – zwłaszcza ilość i pory posiłków. Cennych porad udziela ekspert ds. żywienia współpracujący z marką Barbora – internetowym sklepem spożywczym

Jesienna dieta dziecka



Ciepłe śniadanie

Bez niego dzieci nie powinny wychodzić z domu. W okresie jesienno-zimowym świetnie sprawdzą się wszelkiego typu owsianki, nie tylko z płatków owsianych, ale też jęczmieniowych, orkiszowych, czy jaglanki, z dodatkiem sezonowych owoców. Jesienią to np. jabłka, gruszkę, cytrusy, banany, mango, kaki. Dzieci chętnie też sięgną po różne placki, naleśniki, racuchy, czy gofry, które nie muszą być tylko na słodko.

– Jako dietetyk i mama, uczenicy i przedszkolaka, szczególnie polecam jesienią placki z cukinii, dyni, pancakes z banana, racuchy z jabłkami, czy gofry z batata. Takie placuszki lub gofry można też wsadzić dziecku do lunchboxa. Do zabrania do szkoły sprawdzą się także kanapki, ale koniecznie w towarzystwie dużej ilości warzyw, zwłaszcza takich, które dobrze zniosą transport w lunchboxie, np. słupki papryki, małe pomidorki koktajlowe, marchewki, słupki kalarepki, a także oliwki. Warto pamiętać, że im więcej warzyw i owoców w diecie naszego dziecka tym lepiej dla jego zdrowia, a także odporności, co w okresie jesiennym ma nie małe znaczenie. W posiłkach uzupełniających takich jak drugie śniadanie czy podwieczorek zaserwujemy dziecku przetwory mleczne oraz dodatki warzywne i/lub owocowe. Z produktów mlecznych polecam te fermentowane – jogurty, kefir, maślanki, najlepiej w wersji naturalnej. Produkty te będą wsparciem dla układu odpornościowego. Dobrym dodatkiem są też wszelkie orzechy i pestki. – mówi Magdalena Jarzyńska-Jendrzewska, dietetyk, specjalista ds. żywienia.

Obiad – właściwe proporcje na talerzu

Bardzo istotne jest zapewnienie dziecku obiadu w ciągu dnia. Nie zawsze mamy na to wpływ, gdyż dzieci ten posiłek jedzą zwykle w przedszkolu lub na stołówce w szkole. Jeśli dziecko je obiad w szkole lub przedszkolu warto dopytać co zjemy, aby mądrze rozplanować pozostałe posiłki w ciągu dnia. Dzieci nie powinny jeść dwóch obiadów w ciągu dnia, więc nie serwujemy im kolejnego obfitego posiłku jeśli zjadają go w placówce. To łatwa droga do przekarmienia, a w konsekwencji nadwagi i otyłości.

Idealny „zdrowy talerz” obiadowy powinien być w połowie wypełniony warzywami, w dowolnej postaci – surówki, sałatki, gotowane, pieczone. Jesienią wybieramy potrawy z marchewki, kapusty, papryki, dyni, cukinii, kalafiora, czy brokuła. Szeroki wybór świeżych warzyw znajduje się w ofercie Barbora, a zakupy dostarczane są nawet tego samego dnia. Można także dla urozmaicenia sięgać po mrożonki warzywne. Drugą połowę talerza powinny stanowić dwie ćwiartki – jedna wypełniona zdrowym źródłem białka – chude mięso nie, ryby, nabiał np. kotlety jajeczne, czy warzywa strączkowe (wegańskie alternatywy źródeł białka). Kolejną ćwiartkę talerza należy uzupełnić dodatkami skrobiowymi, czyli węglowodanami złożonymi – bataty, różne rodzaje ryżu np. basmati, brązowy oraz wszelkie kasze, z gryczaną na czele, paloną i białą, ale także jęczmienną, jaglaną czy bulgur oraz pełnoziarniste makarony.

Niezbędna kolacja

Najlepiej zjadać ostatni posiłek 3-4 godziny przed snem, a minimum to 2 godziny. Zapewni to lepszy komfort snu dziecka oraz uczy dobrych nawyków i nieprzejadania się. Na kolację możemy dziecku zaproponować kanapki, oczywiście z dużą ilością warzyw, ale jesienią świetnie sprawdzą się także zupy – od tradycyjnych typu pomidorówka po zupy krem np. z dyni.

A co z przekąskami?

Unikajmy przyzwyczajania dziecka do dojadania między posiłkami, zwłaszcza słodczych oraz przekąsek typu chipsy, chrupki, itp. Zamiast słodczych dzieci powinny jeść więcej owoców i warzyw. Ograniczone ilości słodczych można podawać po posiłku, nie powinny być one jednak nagrodą za zjedzenie pożywnej porcji. Uczenie dziecka kategoryzacji żywności na dobre i złe prowadzi do wykształcenia złych nawyków. Małuch zapamiętuje wówczas warzywo czy owoc jako produkty, które należy jeść „za karę” lub żeby zasłużyć na nagrodę. Cierpliwe tłumaczenie, szukanie alternatyw, dawanie dobrego przykładu oraz wspólna zabawa są sprawdzonymi sposobami na przekonanie dziecka do jedzenia nowych produktów oraz wypracowania prawidłowych nawyków żywieniowych.



Materiał powstał we współpracy marki Barbora z dietetykiem i specjalistą ds. żywienia człowieka – Magdaleną Jarzyńską-Jendrzewską, www.dietosfera.pl

Więcej informacji: www.barbora.pl



Królewski Ślub W Pałacu



SKONTAKTUJ SIĘ Z NAMI:

TEL. 531 093 982; 507 104 572

INFO@PALACJABLONNA.PAN.PL

WWW.PALACJABLONNA.PL



PKPCARGO Service

Zdobądź nowy zawód w branży kolejowej
- brak ograniczeń wiekowych

PKP Cargo Service to spółka nr 1 na rynku obsługi bocznic kolejowych. Dołącz do naszego zespołu wybierając ścieżkę kariery w jednym z wielu zawodów kolejowych:

- maszynisty
- dyżurnego ruchu
- rewidenta taboru
- ustawiacza
- manewrowego
- ...i wielu innych.

Nasza spółka prowadzi działalność operacyjną w 8 województwach. Przede wszystkim na Śląsku, ale także na Mazowszu i w innych częściach kraju.

Oferujemy pracę w dynamicznym zespole, pewne i atrakcyjne wynagrodzenia (pensja, dodatki i premie miesięczne), możliwość awansu i szkolenia. Dofinansowujemy studia i kursy, prywatną opiekę zdrowotną oraz pakiety Multisport. Fundujemy zniżki na zakup biletów kolejowych dla pracowników i członków ich rodzin, dofinansowujemy wypoczynek, a z okazji Święta Kolejarza pracownikom przysługuje dodatkowy dzień wolny od pracy.

Aktualne ogłoszenia o naborach publikujemy na stronie www.pkpcargoservice.com

Kolej na przyszłość!

*U nas możesz
zdobyć nowy zawód.
Jesteśmy certyfikowanym
ośrodkiem szkoleniowym
i egzaminacyjnym
z autoryzacją
Urzędu Transportu Kolejowego.*



piątek

11 listopada

TVP 1	TVP 2	TVN	POLSAT	TVP Kultura	TV Puls	TVN 7	TV 4
05:25 Podróż za jeden uśmiech - komedia 07:00 Transmisja Mszy Świętej z Sanktuarium Matki Bożej na Jasnej Górze 08:10 Miłość i Miłosierdzie - film fabularny 10:00 Msza Święta 11:10 Niepospolita - film krótkometrażowy 11:40 Święto Niepodległości 2022 13:40 Potop Redivivus - film fabularny, reż. Jerzy Hoffman, wyk. Daniel Olbichski, Małgorzata Braunek, Tadeusz Łomnicki, Kazimierz Wichniarz 17:00 Teleexpress 17:20 Pogoda 17:30 Jaka to melodia? 18:30 Rolnik szuka żony 19:30 Wiadomości 20:20 Wojenne dziewczyny - serial	06:05 Mój brat ściga dinozaury - dramat 07:55 Pytanie na śniadanie 12:00 Był sobie pies - film obyczajowy 13:45 Przepis dnia 14:00 Familiada - teleturniej 14:35 Koło fortuny - teleturniej 15:15 Szansa na sukces. Opole 2021 16:15 Tak to leciało! 17:10 Paderewski. Człowiek czynu, sukcesu i sławy 18:00 Panorama 18:20 Va Banque - teleturniej 18:45 Zranione ptaki - serial obyczajowy 19:30 Barwy szczęścia - serial obyczajowy 20:00 Przepis dnia 20:10 Zawsze jest czas na miłość - komedia obyczajowa 22:00 80. Koncert jubileuszowy Leszka Długosza - koncert	05:50 Uwaga! - magazyn prod. Polska 06:10 Ukryta prawda - program obyczajowy prod. Polska 07:05 Kuchenne rewolucje - program kulinarno-rozrywkowy 08:00 Dzień Dobry TVN - magazyn 11:40 Doradca smaku 11:50 Kung Fu Panda: Święta, święta i Po - film komedia, USA, 2010, reż. Tim Johnson, wyk. Jack Black, Dustin Hoffman, Angelina Jolie 12:20 Na ratunek wielorybom - film przygodowy, USA, Wielka Brytania, 2012, reż. Ken Kwapis, wyk. Drew Barrymore, John Krasinski, Kristen Bell, Dermot Mulroney, Ted Danson	06:00 Nowy dzień z Polsat News 08:35 Sam w domu - po raz trzeci 10:50 Jumanji 13:15 Mitchellowie kontra maszyny - film komedia, USA, 2010, reż. Tim Johnson, wyk. Jack Black, Dustin Hoffman, Angelina Jolie 15:40 Forrest Gump - film przygodowy 18:50 Wydarzenia 19:25 Gość wydarzeń	07:00 Muzyczne poranki 07:10 Informacje kulturalne - informator kulturalny 07:40 Co dalej? - program publicystyczny 08:10 Kronos - magazyn kulturalno-społeczny 09:00 Cud nad Wisłą - dokument fabularyzowany, reż. Ryszard Bolesławski, wyk. Jadwiga Smosarska, Anna Belina, Władysław Gadowski, Edmund Gasiński, Leonard Bończa-Stępiński, Stefan Jaracz, Wincenty Rapacki, Jerzy Leszczyński, Kazimierz Junosza-Stępiński, Henryk Małkowski 10:05 Please find - Henryk Mikołaj Górecki - film dokumentalny 11:20 Arsene Lupin - serial 12:30 Pan Wołodźkowski - film historyczny, reż. Jerzy Hoffman, wyk. Tadeusz Łomnicki	06:00 Kobra - oddział specjalny - serial obyczajowy 07:20 Zębowa wróżka 08:55 Dzika przygoda 10:50 Krzysiu, gdzie jesteś? - serial obyczajowy 13:00 Niania i wielkie bum	05:15 Szkola 06:15 Papiery na szczęście - serial 06:45 Hotel Paradise 07:45 Ukryta prawda - program obyczajowy 08:45 Kit Kittredge: Amerykańska dziewczyna - film obyczajowy, USA, Kanada, 2008, reż. Patricia Rozema, wyk. Abigail Breslin, Julia Ormond, Chris O'Donnell, Jane Krakowski, Wallace Shawn 10:55 Ja cię kocham, a ty z nim - film komedia, USA, 2007, reż. Peter Hedges, wyk. Steve Carell, Juliette Binoche, Dane Cook, Alison Pill, Brittany Robertson, Dianne Wiest, John Mahoney 13:05 Mickey Niebieskie Oko - film komedia, Wielka Brytania, USA, 1999	06:00 Benny Hill 06:40 Powrót do przyszłości, cz. 2 - USA, 1989 08:55 Hobbit: Pustkowie Smauga - USA, Nowa Zelandia, 2013 12:50 Warcraft: Początek - Chiny, USA, Kanada, Japonia, 2016 15:30 Niepamięć - USA, 2013 18:00 Lowcy Skarbów. Kto da więcej 19:00 Policjanci i Policjanci 20:00 Szybcy i wściekli 8 - Chiny, USA, Japonia 22:55 The Hurt Locker - W pułapce wojny - USA, 2008, reż. Bigelow Kathryn, wyk. MacKie Anthony, Renner Jeremy. Akcja filmu dzieje się w Iraku i opowiada o dokonaniach elitarniej jednostki saperów. James obejmuje dowództwo nad oddziałem wykwalifikowanych specjalistów w czasie trwania poważnego konfliktu 01:35 Anatomia głupoty 02:35 SuperLudzie
REALITY SHOW	DRAMAT	KOMEDIA	FILM HISTORYCZNY	FILM FABULARNY	FILM PRZYGODOWY	FILM OBYCZAJOWY	TV Trwam
21:15 Rolnik szuka żony - reality show 22:15 Legiony - dramat historyczny, reż. Dariusz Gajewski, wyk. Sebastian Fabijański, Mirosław Baka, Bartosz Gelner 00:40 Lotna brygada - film kryminalny, prod. Wielka Brytania, 2012, reż. Nick Love, wyk. Damian Lewis, Ben Drew, Ray Winstone 02:40 Wrota Europy - dramat historyczny, reż. Jerzy Wójcik, wyk. Alicja Bachleda-Curuś, Kinga Preis, Agnieszka Sitek, Agata Buzek, Piotr Swędzes 04:10 Jaka to melodia? - teleturniej muzyczny 04:50 Zakończenie dnia	22:35 Głowa rodziny - dramat, prod. USA, Kanada, 2016, reż. Mark Williams, wyk. Gretchen Mol, Gerard Butler, Willem Dafoe, Alison Brie, Alfred Molina 00:35 Wyścig z czasem - film kryminalny, prod. USA, 2003, reż. Carl Franklin, wyk. Denzel Washington, Eva Mendes, Tom Hillmann 02:35 Wróg numer jeden - thriller, prod. USA, 2012 Dwa lata po zamachach z 11 września młoda agentka CIA, Maya, dołącza do zespołu, który tropi Osamę bin Laden. 05:10 Zakończenie dnia	14:50 Nie kłam, kochanie - film komedia, Polska, 2008, reż. Piotr Weresniak, wyk. Piotr Adamczyk 17:15 Dom - film komedia, USA, 2015, reż. Tim Johnson, wyk. Jim Parsons, Rihanna, Steve Martin, Jennifer Lopez, Matt Jones 19:00 Fakty 19:30 Sport 19:40 Pogoda 19:50 Uwaga! - magazyn 20:00 Listy do M. IV - film komedia, Polska, 2020, reż. Patrick Yoka, wyk. Tomasz Karolak, Agnieszka Dygant, Piotr Adamczyk 22:25 Kult - film horror 00:35 Kuba Wojewódzki 01:45 Na granicy światów - serial	20:00 Dywizjon 303. Historia prawdziwa - film historyczny, reż. Andrzej Proch, wyk. Tomasz Karolak, Agnieszka Dygant, Piotr Adamczyk 22:10 Terminator: Mroczne przeznaczenie 01:00 Przeznaczenie zaginionej jarki 03:30 Świat według Kiepskich 04:20 Kabaretowa Ekstraklasa	15:30 Szaleńcy - film fabularny, reż. Leonard Buczkowski, wyk. Jerzy Kobusz, Aleksander Starża, Irena Gawęcka, Marek Ożóg 17:55 Res Poloniae - O Polsce z oddali - Dalia Grimalauskaite - rozmowa, reż. Piotr Poraj Poleski 18:30 Niepospolita - film krótkometrażowy 19:05 Dla Ciebie, Polsko - film fabularny 20:00 Niepodległość - film 21:40 Jack Strong - film 23:55 Virtuoso - musical 01:00 Walka o głos - film dokumentalny 01:50 Gomorra - serial 02:50 Pomiedzy - film animowany	15:30 Pamiętnik księżniczki 2 - film przygodowy 17:45 Piękna i bestia 20:00 Szeregowiec Ryan 23:25 Łzy słońca 01:50 Menu na miarę - program kulinarny 02:25 Z archiwum policji - serial dokumentalny 03:00 Lombard. Życie pod zastaw - serial obyczajowy 04:00 Menu na miarę - program kulinarny 04:35 Z archiwum policji - serial dokumentalny 05:00 Dyżur - serial dokumentalny	15:20 Charlie St. Cloud - film obyczajowy, USA, 2010, reż. Burr Steers, wyk. Kim Basinger, Zac Efron, Charlie Tahan, Amanda Crew, Ray Liotta 17:30 Tylko mnie kochaj - film komedia 19:30 Perfect Picture 20:35 Hotel Paradise 21:35 To skomplikowane - film komedia 23:55 Battleship: Bitwa o Ziemię - film przygodowy, USA, 2012, reż. Peter Berg, wyk. Taylor Kitsch, Alexander Skarsgård, Rihanna, Brooklyn Decker 02:40 Trzy noce z duchami 03:40 Druga strona medalu - talk show	11:25 Głos Polski 11:35 Jestem mamą 11:50 Muzyczne chwile 12:00 Obchody Święta Niepodległości 13:00 Ziemia Obiecana 13:45 Mocni w Wierze 14:15 Ma się rozumieć 14:30 Zrozumieć Antycypilację 14:55 Słowo życia 15:00 Marsz Niepodległości 2021 16:00 Informacje dnia 16:10 Sódmy Sakrament 16:40 Prosto o gospodarce 17:00 Muzyczne chwile 17:15 Młodzi z Pasją 17:30 Geopolityka 17:55 Poczet Wielkich Polaków 18:00 Anioł Pański 18:05 Informacje dnia 18:15 Westerplatte Młodych 19:00 Warto zauważyć... 19:30 Król Chwały 19:45 Modlitwa z telewizyjnym udziałem dzieci 20:00 Informacje dnia 20:20 Różaniec 20:50 Mysiąc 21:00 Apel Jasno-górski 21:20 Informacje dnia 21:40 Polski Punkt Widzenia



maxim
CENTRUM HANDLOWE

9.11
WIELKIE
OTWARCIE

UL. SIWIŃSKIEGO 2, LEGIONOWO





sobota

TVP 1	TVP 2	TVN	POLSAT	TVP Kultura	TV Puls	TVN 7	TV 4
05:05 Mister Twister - serial fabularyzowany 06:00 Magazyn Ekspresu Reporterów 07:00 Transmisja Mszy Świętej z Sanktuarium Matki Bożej na Jasnej Górze 07:40 Rok w ogrodzie 08:05 Rok w ogrodzie Extra - magazyn 08:20 Wojsko - polskie.pl - reportaż 08:45 Pełnosprawni - magazyn dla niepełnosprawnych 09:20 Fascynujący świat - Świat w sieci - Zwycięzca bierze wszystko - serial dokumentalny, prod. Wielka Brytania, 2020, reż. Adrian Pennink 10:20 Sprawa dla reportera 11:25 Noce i dnie - serial 12:35 Gwiazdy w południe - Próba miłości - western 14:10 Z pamięci - felieton MAGAZYN KULINARNY  14:25 Okrasa łamie przepisy - magazyn kulinarny 15:00 Uroczystości pogrzebowe Prezydentów RP na Uchodźstwie w Świątyni Opatrzności Bożej z udziałem najwyższych władz Rzeczypospolitej Polskiej 17:00 Teleexpress 17:30 Jaka to melodia? 18:30 Rolnik szuka żony 19:30 Wiadomości 20:15 Alarm! 20:35 Komisarz Alex - serial kryminalny 21:35 Hit na sobotę - John Rambo - film fabularny 23:15 Ponad wszelką wątpliwość - film kryminalny 01:10 Mclmperium - film obyczajowy, prod. USA	05:20 Dla niesłyszących - Barwy szczęścia - serial obyczajowy 07:00 Dla niesłyszących - M jak miłość - serial 07:55 Pytanie na śniadanie 12:15 Rodzinny ekspres - magazyn 12:55 Tak to leciało! - teleturniej muzyczny 14:00 Familiada - teleturniej 14:35 Koło fortuny - teleturniej 15:15 Szansa na sukces. Opole 2023 - widowisko muzyczne 16:20 Na dobre i na złe - serial 17:20 Smaki świata - magazyn 17:50 Słowo na niedzielę 18:00 Panorama 18:20 Va Banque - teleturniej 18:45 Postaw na milion 19:35 Lajk! WIDOWISKO  20:00 The Voice of Poland - widowisko muzyczne 23:00 Film fabularny 01:15 Kabaret. Super Show Dwójki - program kabaretowy 02:20 Zawsze jest czas na miłość - komedia obyczajowa, prod. Belgia, 2017, reż. Joel Hopkins, wyk. Diane Keaton, James Norton 04:10 Rodzinka.pl - serial komediowy prod. Polska 05:15 Zakończenie	05:55 Uwaga! - magazyn 06:10 Ukryta prawda - program obyczajowy 07:05 Kuchenne rewolucje - program kulinarno-rozrywkowy 08:00 Dzień Dobry TVN - magazyn 11:30 Na Wspólnej - serial 13:30 MasterChef 15:15 Top Model - program rozrywkowy 16:50 Ślub od pierwszego wejścia 17:55 Kuchenne rewolucje 19:00 Fakty 19:25 Sport 19:35 Pogoda 19:45 Uwaga! - magazyn 20:00 Mam talent 22:15 Wpadka - film komedia, USA, 2007, reż. Judd Apatow, wyk. Katherine Heigl FILM SENSACYJNY  00:55 Pierwsza noc oczyszczenia - film sensacyjny, USA, Francja, 2018, reż. Gerard Mc Murray, wyk. Y'lan Noel, Lex Scott Davis, Joivan Wade, Mugga, Marisa Tomei Amerykański rząd wprowadza eksperymentalną formę walki z przestępczością. Raz do roku przez 12 godzin każde naruszenie prawa, również morderstwo, jest całkowicie legalne. 03:05 Szpital - program obyczajowy 04:05 Uwaga! - magazyn 04:25 Zamieszkać na plaży	06:00 Nowy dzień z Polsat News 08:00 Potwory kontra Obcy 10:10 Ewa gotuje 10:40 Nasz Nowy Dom 11:40 Bogaty Dom - Biedny Dom 12:50 Górale 13:30 Drwale i inne opowieści Bieszczadu 14:40 Rolnicy. Podlasie 15:50 Wieżenie 17:50 Chłopaki do wzięcia 18:50 Wydarzenia 19:15 Przydenci i Premierzy 19:45 Sport 19:55 Pogoda 20:05 Coco Dwunastoletni Miguel uwielbia muzykę, która od pokoleń jest w jego rodzinie zakazana. Chłopak marzy jednak, by osiągnąć sukces na miarę swojego wielkiego idola - Ernesta de la Cruz. W pogoni za swoją pasją trafia do pełnej kolorów Krainy Umarłych, gdzie ze wszystkich sił stara się odkryć historię swoich przodków. Z pomocą przychodzi mu przeuroczy oszust o imieniu Hektor. 00:15 Terminator: Mroczne przeznaczenie 03:05 Świat według Kiepskich 04:40 Disco Gramy FILM SENSACYJNY  22:30 Opancerzony Głównym bohaterem jest młody strażnik, transportujący pieniądze w opancerzonej furgonetce bankowej, który zostaje zmuszony przez swoich współpracowników - weteranów do udziału w zuchwałej kradzieży milionów dolarów. Dotąd ci funkcjonariusze firmy ochroniarzy ryzykowali życie dla banku, teraz stawiają wszystko na jedną kartę i postanawiają okraść swojego... pracodawcę. 00:15 Terminator: Mroczne przeznaczenie 03:05 Świat według Kiepskich 04:40 Disco Gramy	07:00 Pierwsza pięćdziesiątka Aliny Janowskiej - widowisko 07:50 Wydarzenie aktualne 08:55 Tamte lata, tamte dni 09:35 Mali bohaterowie - film 11:05 Serialowa nostalgia - Barbara i Jan - serial 11:45 Barbara i Jan - serial 12:30 Miś - komedia, reż. Stanisław Bareja, wyk. Stanisław Tym, Barbara Burska, Christine Paul, Krzysztof Kowalewski, Bronisław Pawlik, Zenon Wiktorczyk, Janusz Za-krzeński, Wojciech Pokora 14:35 Henryk Mikołaj Górecki - koncert 15:50 Retro kino - Playtime - komedia, prod. Francja, Włochy, 1967, reż. Jacques Tati, wyk. Jacques Tati 18:05 Do dzieła - magazyn 18:30 Legends Rocka 19:30 Informacje kulturalne DRAMAT  20:00 Bilet do kina - 1917 - dramat wojenny, prod. USA, 2019, reż. Sam Mendes, wyk. George Mackay, Dean - Charles Chapman, Mark Strong, Andrew Scott, Benedict Cumberbatch, Colin Firth 22:05 Kabaret Jeszcze Starszych Panów. Wieczór drugi wspomnień - Tajemniczy mecenas - widowisko, reż. Jeremi Przybora, Jerzy Wasowski, wyk. Kalina Jędrusik, Wiesław Michnikowski, Jeremi Przybora 23:20 Virtuoso - musical 00:25 Seans kultowy - Głęboka czerwień - film 02:40 Jack Strong - film sensacyjny	06:00 Napisala: Morderstwo Jessica Fletcher, była nauczycielka angielskiego i pisarka kryminałów, jest wdową mieszkającą w starym wiktoriańskim domu we wsi Cabot Cove. Prowadzi spokojne życie jako nie odkryta pisarka wielu kryminałów. 07:00 Taki jest świat - serial obyczajowy 08:00 Lombard. Życie pod zastaw 20:00 Mocne sobotnie kino: G.I. Joe: Odwet Podczas rutynowej misji oddział Joe zostaje zdradzony i prawie całkowicie wymordowany. Ocalali członkowie ekipy postanawiają dowiedzieć się, kto stoi za atakiem oraz wymierzyć sprawiedliwość. FILM SENSACYJNY  22:15 Red Emerytowani agenci specjalni CIA zostają wrobieni w zamach. By się ratować, muszą reaktywować stary zespół. 00:25 Szanghajska robota Aby odbudować swoją reputację, agent bezpieczeństwa, Danny Stratton, godzi się na misję wywiezienia cennego artefaktu z Szanghaju. Podczas wykonywania zlecenia wpada w pułapkę. 02:20 Na jedwabnym szlaku 03:35 Taki jest świat - program informacyjny 04:20 Menu na miarę - program kulinarny	05:05 Szkoła 06:05 Przystanek Bieszczady 07:00 Tom i Jerry Show - animacja animowany 07:35 Babe: Swinka z klasą - film rodzinny, Australia, USA, 1995, reż. Chris Noonan, wyk. James Cromwell, Magda Szubanski, Zoe Burton, Wade Hayward, Christine Cavanaugh, Miriam Margolyes, Danny Mann, Hugo Weaving 09:35 Ukryta prawda - program obyczajowy 12:40 Zagadki losu 13:40 Opowieści małżeńskie 14:40 Król Artur: Legenda miecza - film przygodowy, USA, Wielka Brytania, 2017, reż. Guy Ritchie, wyk. Charlie Hunnam, Astrid Berges-Frisbey, Jude Law FILM PRZYGODOWY  17:20 Battleship: Bitwa o Ziemie - film przygodowy, USA, 2012, reż. Peter Berg, wyk. Taylor Kitsch 20:00 Mumia - film przygodowy, USA, 1999, reż. Stephen Sommers, wyk. Brendan Fraser, Rachel Weisz, John Hannah 22:45 Testosteron - film komedia, Polska, 2007, reż. Andrzej Saramonowicz, Tomasz Konecki, wyk. Piotr Adamczyk, Borys Szy, Maciej Stuhr 01:10 Sztuka zrywania - film komedia, USA, 2006, reż. Peyton Reed, wyk. Jennifer Aniston, Vince Vaughn 03:25 Trzy noce z duchami 04:20 Druga strona medalu	06:00 Galileo 10:05 Legenda Zorro - USA, Meksyk, 2005, reż. Campbell Martin, wyk. Banderas Antonio, Sewell Rufus, Zeta Jones Catherine Kontynuacja wielkiego przeboju kinowego. Przygodowy. Minęło dziesięć lat, odkąd rozstaliśmy się z Zorro. Jest rok 1851 - trwają przygotowania do wejścia Kalifornii w skład USA jako 31. stanu. 12:55 Agenci. Biuro Detektywistyczne 14:55 STOP Drogówka 17:00 Policjantki i Policjanci 20:00 Sprawiedliwi - Wydział Kryminalny 00:00 Mama - Kanada, Hiszpania, Meksyk, 2013, reż. Muschietti Andy, wyk. Chastain Jessica, Coster-Waldau Nikolaj 02:15 Ucho Prezesa 02:25 Śmierć na 1000 sposobów 02:55 SuperLudzie 03:25 Top 10 - Lista Przebojów TV Trwam 11:00 Kropelka radości 12:00 Anioł Pański 12:03 Informacje dnia 12:20 Warto zauważyć... 12:50 Sódmy Sakrament 13:00 Ocalić od zapomnienia 13:30 Msza święta z Jasnej Góry 14:20 100 cudownych miejsc na świecie 14:35 Natura Obiektywnie 14:55 Regał 15:30 Wierzę w Boga 16:00 Informacje dnia 16:10 Zbrodnie UPA w Dyłagowej 17:00 Z Parlamentu Europejskiego 17:25 Święty na każdy dzień 17:30 Nowa Ewangelizacja 17:55 Poczet Wielkich Polaków 18:00 Anioł Pański 18:05 Informacje dnia 18:15 Rozmowy niedokończone 19:25 Święty na każdy dzień 19:30 Manna z Nieba 19:45 Modlitwa z telefonicznym udziałem dzieci 20:00 Informacje dnia 20:20 Różaniec 20:50 Myśląc Ojczyzna 21:00 Apel Jasnogórski

dodatek TELEWIZYJNY DO TWOJEJ GAZETY

niedziela

TVP 1	TVP 2	TVN	POLSAT	TVP Kultura	TV Puls	TVN 7	TV 4
05:05 Sprawa dla reportera 06:00 Słownik polski@polski 06:25 Wojsko - polskie.pl 06:55 Słowo na niedzielę 07:00 Transmisja Mszy Świętej z Sanktuarium Bożego Miłosierdzia 08:00 Tydzień 08:30 Zakochaj się w Polsce 09:05 Czas w las - magazyn 09:35 Okrasa łamie przepisy 10:10 Klasztorne smaki według Remigiusza Rączki 10:45 Zmiennicy - serial 11:55 Między ziemią a niebem 12:00 Anioł Pański 12:15 Między ziemią a niebem 12:50 Misja Zambia 13:10 BBC w Jedyne 13:50 Podstępni intruzi. Inwazja obcych gatunków - reportaż 14:15 Z pamięci - felieton DRAMAT HISTORYCZNY  14:25 Legiony - dramat historyczny 17:00 Teleexpress 17:15 Gala Jubileuszowa - 70 lat Telewizji Polskiej 19:30 Wiadomości 20:20 Wojenne dziewczyny 21:15 Rolnik szuka żony - reality show, reż. Konrad Smuga, Grzegorz Krawiec 22:20 Zakochana Jedynka - Moja wielka grecka wycieczka - komedia 00:05 John Rambo - film fabularny 01:45 Czysty jak łza - dramat 03:30 Noc na Milwaukee Avenue - film dokumentalny 04:35 Z pamięci - felieton 04:40 Zakończenie	05:50 Dla niesłyszących - Barwy szczęścia - serial obyczajowy prod. Polska 07:00 Dla niesłyszących - M jak miłość - serial 07:55 Pytanie na śniadanie 11:15 The Voice of Poland - widowisko muzyczne prod. Polska 14:00 Familiada - teleturniej 14:35 Koło fortuny - teleturniej 15:15 Szansa na sukces. Opole 2023 - widowisko muzyczne 16:15 Tak to leciało! - teleturniej muzyczny 17:10 Lajk! 17:30 Zaczynaj od zdrowia - magazyn 18:00 Panorama 18:20 Va Banque - teleturniej SERIAL FABULARYZOWANY  18:55 Na sygnale - serial fabularyzowany 20:00 Gala Jubileuszowa - 70 lat Telewizji Polskiej - koncert 22:30 Wróg numer jeden 01:20 Kino bez granic 01:20 Maudie - film obyczajowy, prod. Kanada, 2016, reż. Aisling Walsh, wyk. Sally Hawkins, Ethan Hawke, Kari Matchett, Billy MacLellan 03:25 Prosta historia o morderstwie - dramat, reż. Arkadiusz Jakubik, wyk. Filip Plawiak, Andrzej Chyra, Kinga Preis, Anna Smołowik 05:05 Ja to mam szczęście! - ulubione skecze 05:20 Zakończenie	05:30 Uwaga! - magazyn 05:45 Ukryta prawda - program obyczajowy 06:35 Kuchenne rewolucje - program kulinarno-rozrywkowy 07:30 Kung Fu Panda: Święta, święta i Po - film komedia, USA, 2010, reż. Tim Johnson, wyk. Jack Black, Dustin Hoffman, Angelina Jolie 08:00 Dzień Dobry TVN - magazyn 11:30 Co za tydzień - magazyn 12:20 Mam talent 14:45 Listy do M 5 - kulisy produkcji - program 15:25 Listy do M. IV - film komedia, Polska, 2020, reż. Patrick Yoka, wyk. Tomasz Karolak, Agnieszka Dymant, Piotr Adamczyk, Magdalena Rózczyka, Borys Szy, Magdalena Boczarzka MAGAZYN  17:55 Totalne remonty Szelągowskiej 19:00 Fakty 19:45 Uwaga! - magazyn 20:00 MasterChef 21:35 Incepcja - film przygodowy, USA, Wielka Brytania, 2010, reż. Christopher Nolan, wyk. Leonardo Di Caprio, Joseph Gordon-Levitt, Ellen Page, Tom Hardy, Ken Watanabe, Cillian Murphy, Tom Berenger, Marion Cotillard, Pete Postlethwaite, Michael Caine, Lukas Haas 00:40 Tożsamość Bourne'a - film sensacyjny 03:05 Zabójcza broń - serial 04:05 Uwaga! - magazyn 04:25 Zamieszkać na plaży 04:55 Recepta na stary dom	06:00 Nowy dzień z Polsat News 09:05 Potwory kontra Obcy: Noc żywych marchwi 09:25 Król i ja 11:20 Pupałka czasu 13:40 Coco Dwunastoletni Miguel uwielbia muzykę, która od pokoleń jest w jego rodzinie zakazana. Chłopak marzy jednak, by osiągnąć sukces na miarę swojego wielkiego idola - Ernesta de la Cruz. W pogoni za swoją pasją trafia do pełnej kolorów Krainy Umarłych, gdzie ze wszystkich sił stara się odkryć historię swoich przodków. Z pomocą przychodzi mu przeuroczy oszust o imieniu Hektor. 15:55 Sami Swoi 17:40 Nasz Nowy Dom 18:50 Wydarzenia MAGAZYN  19:30 Państwo w Państwie - magazyn 20:00 Kabaret na żywo. Młodzi i Moralni 22:05 Indiana Jones i Świątynia Zagłady Szanghaj, rok 1935. Indiana Jones przeprowadza transakcję z Lao Che, chińskim gangsterem. Przestępca nie ma jednak zamiaru oddać Amerykaninowi obiecanego diamentu. Zamiast tego dosypuje mu trucizny do kieliszka. Z pomocą dzielnemu poszukiwaczowi przygód przychodzi piosenkarka Willie. 00:50 Gra o wszystko - magazyn 03:45 Świat według Kiepskich 04:40 Disco Gramy	07:00 Pierwsza pięćdziesiątka Aliny Janowskiej - widowisko 08:00 Nabożeństwo ewangelickie w Golasowicach 09:05 Od ucha do ucha - Teatr dla Dzieci - Dzieci z Bullerbyn - spektakl 10:00 Angielskie śniadanie - Robin z Sherwood - serial 11:05 Trzeci punkt widzenia - program publicystyczny 11:50 Zapomniany impresjonista. John Russell - film dokumentalny 13:00 Ostatnia akcja - komedia sensacyjna 14:40 Wędrowiec Polski - Górny Śląsk - cykl reportaży, reż. Agnieszka Żmijewska 15:20 Koncert dla Niepodległej. "Kulka. Paderewski. Kulka" - koncert 16:45 Zaginione - odnalezione 17:15 Niedziela z...rolami Aliny Janowskiej KOMEDIA SENSACYJNA  18:10 Niedziela z...rolami Aliny Janowskiej - Ostatnia akcja - komedia sensacyjna 19:50 Informacje kulturalne - informator kulturalny 20:10 Do zakochania jeden krok - film obyczajowy 22:15 Scena muzyczna - Książek Piano Duo 23:05 Trzeci punkt widzenia - program publicystyczny 23:45 Virtuoso - musical 01:00 Życie jest cudem - dramat 03:40 Teraz animacje! - Pomiedzy - film animowany 03:50 Teraz animacje! - Oko za oko - film animowany 04:15 Informacje kulturalne 04:45 Legends Rocka 05:50 Jeszcze więcej kultury	05:40 Prawdziwe motywy - serial kryminalny 09:35 Krzysiu, gdzie jesteś? - film przygodowy 11:45 Piękna i bestia Bella gotowa jest zamieścić w zamku potwora, aby ratować ojca. Z czasem między dziewczyną a bestią zaczyna rodzić się uczucie. Jednocześnie o rękę Belli zabiega przystojny myśliwy Gaston. 14:00 Pamiętnik księżniczki 2 - film przygodowy 16:10 Śnieżne psy Seniony dyntysta dowiaduje się, że otrzymał w spadku zaprzęg ośmiu psów. Zwierzaki sprawiają nowemu panu wiele kłopotów. FILM AKCJI  18:20 Taxi Taksówkarz lubiący szybkość i pechowy funkcjonariusz łączą siły, by złapać niemiecki gang złodziei. Bandyci zuchwale rabują koleje banki, ośmieszając przy tym miejscową policję. 20:00 Niedziela z gwiazdami: Red 2 Emerytowani agenci CIA próbują odnaleźć broń masowego rażenia. 22:10 Nieuchronna sprawiedliwość - film akcji 00:10 13 minut 02:20 Zobacz to! Blok powtórkowy: Dyżur - serial dokumentalny 03:00 Taki jest świat	05:05 Szkoła 06:05 Przystanek Bieszczady 07:00 Tom i Jerry Show - animacja animowany 07:35 Kochany urwis - film komedia, USA, 1990, reż. Dennis Dugan, wyk. John Ritter, Jack Warden, Michael Oliver, Gilbert Gottfried, Amy Yasbeck, Michael Richards 09:10 Ukryta prawda - program obyczajowy 12:10 Zagadki losu 13:10 Opowieści małżeńskie 14:10 Perfect Picture 15:10 Gliniarz w przedszkolu - film komedia, USA, 1990, reż. Ivan Reitman, wyk. Arnold Schwarzenegger, Penelope Ann Miller, Pamela Reed, Linda Hunt, Richard Tyson, Carroll Baker FILM PRZYGODOWY  17:30 Mumia - film przygodowy, USA, 1999 20:00 Kler - film obyczajowy, Polska, 2018, reż. Wojciech Smarzowski, wyk. Arkadiusz Jakubik 22:55 Apartament śmierci - film, USA, 2013, reż. George Gallo, wyk. Selma Blair, Amy Smart, Jason Lee, Giovanni Ribisi 00:35 Billy Elliot - film obyczajowy, Wielka Brytania/Francja, 2000, reż. Stephen Daldry, wyk. Jamie Bell, Julie Walters, Gary Lewis, Jamie Draven 03:00 Trzy noce z duchami 2 04:00 Tam, gdzie czają się duchy	06:00 Interwencja 06:20 Galileo 07:25 Wielkie tajemnice historii 08:10 Galileo 10:15 Powrót do przyszłości 12:40 Myśl jak facet 15:20 Szybcy i wściekli 8 18:00 Lowcy Skarbów. Kto da więcej 20:00 Hobbit: Pustkowie Smauga - USA, Nowa Zelandia, 2013, reż. Jackson Peter, wyk. Armitage Richard, Bloom Orlando, Freeman Martin, Lilly Evangeline, McKellen Ian Druga część słynnej filmowej trylogii opartej na bestsellerowym arcydziele Tolkiena, a w niej ciąg dalszy przygód Bilbo Baggins. 23:55 Niepamięć - USA, 2013, reż. Kosinski Joseph, wyk. Cruise Tom 02:30 Ucho Prezesa 03:25 Top 10 - Lista Przebojów - program rozrywkowy 05:30 Telezakup TV Okazje TV Trwam 12:00 Anioł Pański z Ojcem Świętym Franciszkiem 12:15 Papież Polak do Rodaków 12:50 Warkocz królowej Wisły 13:00 Spotkania w żałobie 13:40 "Krzyżu Święty, nade wszystkim!" Historia krzyża św. Jana Pawła II 14:30 Muzyczne chwile 14:40 Drzwi do lasu 15:00 Wies - to też Polska 16:00 Informacje dnia 16:10 Koncert zyczeń 16:45 Św. Józef - patron na trzecie tysiąclecie 17:00 Zostań Żołnierzem RP 17:15 Muzyczne chwile

PRACA

dam pracę

- PRACOWNIK OBSŁUGI KLIENTA NA STACJI PALIW ORLEN PRZY UL. ZĘGRZYŃSKIEJ 7A W JABŁONNIE 502999736 SPORLEN705@GMAIL.COM PS_INNA 52733
- Zatrudnię kasjerkę/kasjera do sklepu spożywczego w Modlinie Twierdzy, pełen etat, umowa o pracę tel. 698 192 495 NDM 52751
- Zatrudnię kasjerkę/kasjera do sklepu spożywczego w Modlinie Twierdzy tel. 698 192 495 NDM 52740

szukam pracy

- Sprzątanie mieszkań, domów, mycie okien, mam wieloletnie doświadczenie, rozważę również inne propozycje 506757853 LEG 52746
- Szukam pracy jako pomoc na budowie, okolice L-wa, Nieporęt, Michałowa-Reginowa, Wieliszewa 793319650 LEG 52747

AUTO-MOTO

sprzedam

- Kupię KażdeAutoOsobowe Busy SkuteryMotory Najlepsze Ceny-NaRynku Możliwość ZwrotuOcz MaszCośDzwoni NatychmiastowyOdbiór Błyskawiczna Wycena Kupuję Calei rozbite BezOciPrze-gląduiDo Drobnych Naprawi ZadbaneAuta Zaświadczenia DoKasji 502964469 LEG 52584
- Toyota Yaris Verso 2001r. cena do uzgodnienia tel. 509587377 LEG 52745

EDUKACJA

korepetycje

- Doświadczony nauczyciel matematyki - szkoła podstawowa, ponadpodstawowa - skutecznie 506710424 LEG 52707

INTERCARS

Filia Legionowo
ul. Zegrzyńska 4
tel.: 22 767 53 80
tel.: 22 767 53 89

INTERCARS.COM.PL

nadaj DROBNE na stronie
www.nadajdrobne.pl

ZDROWIE

przychodnie

ultramedica
CENTRUM ZDROWIA KOBIETY
KLINIKA
GINEKOLOGICZNO - POŁOŻNICZA

Legionowo, ul. Sienkiewicza 10 I p. nad HEBE
tel. 22 732 24 86, 518 447 748

- ZDROWIA KOBIETY
- ginekologia kompleksowo, prowadzenie ciąży USG 3D/4D
- ortopedia dziecięca i dla dorosłych
- proktolog, również zabiegi
- dietetyk kliniczny, ul.Sienkiewicza 10, tel. 518 447 748
www.umedica.pl
LEG 52366

inne

- Sprzedam fajną matę masującą z funkcją masażu wibracyjnego... Proszę o kontakt telefoniczny Legionowo 0-603253531 603253531 jarekzlegionowa@gmail.com LEG 52721

SPORT i URODA

TURYSTYKA

USŁUGI

remont i budowa

- Cyklina bezpyłowa, układanie 602 523 096 LEG 52660
- GLAZURNIK. Adaptacje, remonty. 600949651 NDM 52732
- Malowanie-tapetowanie-remonty osobiście-solidnie 694065757 LEG 52381
- Pielęgnacja i wycinka drzew, krzewów + rębak. Sprzątanie strychów + wywóz 511 385 640 PUL 52696
- Remonty mieszkań. Tanio i solidnie. Tadeusz. 508-074-201 NDM 52286

Usł. ogólnobudowlane 507567910
PUL 52673

Wycinka drzew, wynajem podnośnika kosz., usł. rębakiem 507567910
PUL 52674



ZŁOTA RĄCZKA - usługi budowlane, hydrauliczne, elektryka, mniejsze i większe remonty. Szybko, tanio i solidnie. Referencje. 735953829
LEG 52638

ogrodnicze

WYCINKA DRZEW METODĄ ALPINISTYCZNĄ
SEKCYJNA WYCINKA DRZEW
- PRZYCINANIE PRZEŚWIETLANIE KORONY DRZEW
- USUWANIE DRZEW GAŁĘZI KONARÓW MARTWYCH
- USŁUGI RĘBAKIEM, ZRĘBKOWANIE GAŁĘZI ORAZ WYWÓZ UROBKU
698 991 470
Z PODNOŚNIKA • MIEJSCA TRUDNO DOSTĘPNE • PROFESJONALNIE

- Wycinka drzew metodą alpinistyczną, sekcyjna wycinka drzew, przycinanie, prześwietlanie koron drzew, usuwanie martwych drzew, gałęzi, konarów, usługi rębakiem, zrębkowanie gałęzi oraz wywóz urobku Z PODNOŚNIKA, MIEJSCA TRUDNO DOSTĘPNE, PROFESJONALNIE 698-991-470 LEG 52579

finanse i prawo

- BIURO RACHUNKOWE Anna Świecka Prowadzenie Ksiąg Rachunkowych, Ksiąg Podatkowych, VAT, ZUS, Reprezentacja w US i ZUS, Wyprowadzenie zaległości podatkowych. tel:227743594, kom:605859559, e-mail: a.swiecka@wp.pl LEG 52365

UBEZPIECZENIA
Wiesława Nawrot

- Kompleksowe ubezpieczenia: komunikacyjne, majątkowe, na życie, turystyczne. Ubezpieczenia Wiesława Nawrot, NDMaz., ul. Przejazd 5, tel. 664416376, 227754333, ubezpieczenia@vip-nawrot.pl, www.vip-nawrot.pl NDM 52404

inne

- Anteny, usługi RTV, domofony, wideofony, alarmy. 608630582 LEG 52403
- Elektryk - złota ręczka 515010373 LEG 52739
- HURTOWA SPRZEDAŻ OLEJU NAPEŁNIAJĄCEGO I OPAŁOWEGO 728-008-002 NDM 52712

ROBERT
WYNAJEM I USŁUGI PODNOŚNIKIEM KOSZOWYM
602 86 57 86
www.robert-media.pl

Wynajem i usługi podnośnikiem koszowym. Tel. 602 86 57 86, www.robert-media.pl
LEG 52596

OGŁOSZENIE

o przystąpieniu do opracowania prognozy oddziaływania na środowisko do „Miejscowego planu zagospodarowania przestrzennego dla części sołectwa Józefów – rejon ulicy Strużańskiej i ulicy Objazdowej, w gminie Nieporęt”

Na podstawie art. 39 ust. 1 ustawy z dnia 3 października 2008r. o udostępnianiu informacji o środowisku i jego ochronie, udziale społeczeństwa w ochronie środowiska oraz o ocenach oddziaływania na środowisko (Dz. U. z 2022 r. poz. 1029, z późn.zm.) zawiadamia się o przystąpieniu, w ramach strategicznej oceny oddziaływania na środowisko, do opracowania prognozy oddziaływania na środowisko do „Miejscowego planu zagospodarowania przestrzennego dla części sołectwa Józefów – rejon ulicy Strużańskiej i ulicy Objazdowej, w gminie Nieporęt”, sporządzonego na podstawie uchwały Rady Gminy Nieporęt Nr LXII/91/2022 z dnia 1 września 2022 r.

Prognoza obejmuje część sołectwa Józefów. Granice obszaru objętego prognozą przebiegają:

- od północy - wzdłuż Kanału Bródnowskiego;

- od wschodu - wzdłuż zachodniej granicy działki ewid. nr 184;

- od południa - wzdłuż osi ul. Strużańskiej;

- od zachodu - wzdłuż wschodniej granicy działek ewid. nr 111, 107 i 106/2, wzdłuż północnej granicy działki ewid. nr 57 - ulicy Orzechowej, i dalej wzdłuż wschodniej granicy działki ewid. nr 44.

Informuje się o możliwości zapoznania się z niezbędną dokumentacją sprawy w Urzędzie Gminy Nieporęt. Zainteresowani mogą zgłaszać wnioski do wyżej wymienionej prognozy oddziaływania na środowisko w formie pisemnej, ustnie do protokołu lub za pomocą środków komunikacji elektronicznej bez konieczności opatrywania ich kwalifikowanym podpisem elektronicznym na adres: urząd@nieporet.pl - w terminie 21 dni od dnia ogłoszenia.

Wniosek powinien zawierać nazwisko, imię, nazwę, adres wnioskodawcy, przedmiot wniosku oraz oznaczenie nieruchomości, której dotyczy.

Przedłożone wnioski podlegają rozpatrzeniu przez Wójta Gminy Nieporęt.

Klauzula informacyjna przetwarzania danych osobowych przez Gminę Nieporęt

Stosownie do przepisów art. 13 i 14 Rozporządzenia Parlamentu Europejskiego i Rady (UE) 2016/679 z dnia 27 kwietnia 2016 r. w sprawie ochrony osób fizycznych w związku z przetwarzaniem danych osobowych i w sprawie swobodnego przepływu takich danych oraz uchylenia dyrektywy 95/46/WE - ogólne rozporządzenie o ochronie danych (dalej „RODO”), informujemy, że:

1. Administratorem Pani/Pana danych osobowych przetwarzanych w Urzędzie Gminy Nieporęt jest Gmina Nieporęt reprezentowana przez Wójta Gminy z siedzibą przy ul. Plac Wolności 1, 05-126 Nieporęt (dalej: Administrator).

2. Pani/Pana dane osobowe będą przetwarzane na podstawie obowiązujących przepisów prawa, w celu realizacji czynności związanych ze sporządzeniem prognozy oddziaływania na środowisko do „Miejscowego planu zagospodarowania przestrzennego dla części sołectwa Józefów – rejon ulicy Strużańskiej i ulicy Objazdowej, w gminie Nieporęt” na podstawie ustawy z dnia 3 października 2008 r. o udostępnianiu informacji o środowisku i jego ochronie, udziale społeczeństwa w ochronie środowiska oraz o ocenach oddziaływania na środowisko, w zw. z ustawą z dnia 27 marca 2003 r. o planowaniu i zagospodarowaniu przestrzennym.

3. We wszystkich sprawach związanych z przetwarzaniem Pani/Pana danych osobowych oraz przysługujących Pani/Panu praw można się skontaktować z Inspektorem Ochrony Danych, za pośrednictwem poczty elektronicznej, wysyłając mail-a na adres: iod@nieporet.pl lub wysyłając korespondencję na adres Urzędu Gminy Nieporęt.

4. Pani/Pana dane będą przetwarzane zgodnie z art. 6 ust. 1 lit. b i c RODO w celu realizacji czynności związanych ze sporządzeniem projektu miejscowego planu zagospodarowania przestrzennego na podstawie ustawy z dnia 27 marca 2003 r. o planowaniu i zagospodarowaniu przestrzennym (Dz. U. z 2022 r. poz. 559, z późn.zm.)

5. Odbiorcami Pani/Pana danych mogą być upoważnieni pracownicy Urzędu Gminy Nieporęt, podmioty świadczące usługi na rzecz Administratora na podstawie stosownej umowy oraz podmioty uprawnione z mocy prawa do przetwarzania danych osobowych.

6. Pani/Pana dane osobowe będą przetwarzane przez okres niezbędny dla realizacji celu, w jakim zostały pozyskane, a po tym okresie będą przechowywane zgodnie z rzeczowym wykazem akt i przepisami o archiwizacji.

7. Na warunkach określonych w RODO posiada Pani/Pan prawo do dostępu do swoich danych osobowych, ich sprostowania lub ograniczenia przetwarzania danych osobowych oraz wniesienia skargi do organu nadzorczego (PUODO) w sytuacji, w której przetwarzanie Pani /Pana danych osobowych byłoby niezgodne z prawem.

8. Podanie danych osobowych jest dobrowolne, jednak niezbędne dla zwarcia i realizacji umowy oraz obowiązkowe w sytuacji, gdy przesłankę stanowi przepis powszechnie obowiązującego prawa.

9. Przekazane dane nie będą podlegać zautomatyzowanemu podejmowaniu decyzji, w tym profilowaniu, a także nie będą przekazywane do państw trzecich.

10. Pani/Pana dane osobowe pochodzą z baz danych dostępnych Administratorowi lub zostaną pozyskane w ramach realizacji prognozy.

11. Szczegółowe Klauzule informacyjne przetwarzania danych osobowych oraz prawa osób których dane są przetwarzane przez Administratora, dostępne są na stronie internetowej Urzędu Gminy Nieporęt (www.nieporet.pl) w zakładce „OCHRONA DANYCH OSOBOWYCH”.

Wójt Gminy Nieporęt

Sławomir Maciej Mazur

DMK
NIERUCHOMOŚCI

Sprzedajesz lub kupujesz mieszkanie?

ZGŁOŚ SIĘ DO NAS

Zapewniamy kompleksową obsługę
Pomagamy w uzyskaniu kredytu

784 611 270, 605 325 056

WYCINKA DRZEW METODĄ ALPINISTYCZNĄ
- SEKCYJNA WYCINKA DRZEW
- PRZYCINANIE PRZEŚWIETLANIE KORONY DRZEW
- USUWANIE DRZEW GAŁĘZI KONARÓW MARTWYCH
- USŁUGI RĘBAKIEM, ZRĘBKOWANIE GAŁĘZI ORAZ WYWÓZ UROBKU
698 991 470
Z PODNOŚNIKA • MIEJSCA TRUDNO DOSTĘPNE • PROFESJONALNIE



OGŁOSZENIA DROBNE

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



Platyna to kotka znaleziona na terenie gminy Wieliszew. W pierwszym kontakcie jest ostrożna, ale szybko przełamuje swoje lęki i pokazuje swoją przyjacielską naturę. Kicia uwielbia pieszczoty, za które mruczy z wdzięczności. Kto zgubił Platynę? Tel: 795 845 242 fundacjapom.pl
NDM 52748

UROCZYSTOŚCI

organizacja imprez



RESTAURACJA LEGIONOWSKA;
chrzciny, komunie, stypy,
urodziny, uroczyste obiady,
romantyczne kolacje, catering.
Tel. 505-360-809,
www.legionowska.pl
LEG 52607

SPRZĘT IT

MATRYMONIALNE

KOMUNIKATY

RÓŻNE

Kupię szklarnie do rozbiórki
mnożarki, gotówka 515924866
LEG 52390

Sprzedam drewno opałowe,
odbior własny okolice Wyszogrodu
605280942
LEG 52731



Sprzedam duże drewniane rzeźby,
kapliczki 601913597
LEG 52606

OGŁOSZENIA DROBNE

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

OGŁOSZENIA - REKLAMY



Słodkie Marzenia

Pracownia tortów artystycznych

Sylvia Szajter-Ziółek
ul. Polna 37A
05-124 Skrzyszew

tel. 515 135 884

Więcej zdjęć na

www.slodkiemarzenia.com

Torty malowane, przestrzenne
z ręcznie robionymi figurkami.

Ciasto tylko z najlepszej jakości składników!



III miejsce w Mistrzostwach Europy w Dekoracji Tortów!

OGŁOSZENIA DROBNE

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



Filia Legionowo
ul. Zegrzyńska 4
tel.: 22 767 53 80
tel.: 22 767 53 89

INTERCARS.COM.PL

PRZYCHODNIA DLA ZWIERZĄT

lek. wet. MIROSŁAW KADO
specjalista
chorób psów i kotów

ŁAJSKI ul. Nowodworska 93
tel. (cały czas) 22 782 22 82
602 237 021

RENTGEN CYFROWY, USG, EKG
LASER, ANALIZY KRWI,
CHIRURGIA, KRIOTERAPIA,
ULTRADZWIĘKOWE USUWANIE KAMIENIA
WYDAWANIE PASZPORTÓW, CHIPY

FOTO -TANIO- VIDEO

www.foto-legionowo.pl

BETON TOWAROWY

SPRZEDAŻ
601 779 779

beton towarowy
wszystkich klas
beton mrozoodporny
beton wodoszczelny

Wytwórnia betonu
i asfaltobetonu
Kacice 76, 06-100 Pułtusk
drogiimosty@drogiimosty.com.pl
drogiimosty.com.pl

PREFABRYKATY BETONOWE

BUDOWNICTWO PREFABRYKOWANE

elementy ścienne i stropowe,
budownictwo jednorodzinne, wielorodzinne,
obiekty użyteczności publicznej i biurowe,
szybki czas realizacji inwestycji,
wysoka jakość i trwałość elementów

Szeroki wybór prefabrykatów betonowych w tym:

błocki betonowe
elementy ogrodzeniowe
kostka brukowa



Producent prefabrykatów betonowych
Kosowo 134, 05-190 Nasielsk
tel. 22 333 50 10
brixnet.pl

AUTO NAPRAWA

• MECHANIKA • GEOMETRIA • CZĘŚCI
• WYWAŻANIE KÓŁ • KLIMATYZACJA

Adam Szczypkowski ☎ 605 94 91 91
05-110 JABŁONNA ul. WYGONOWA 1
pn. - pt. 8:00 - 17:00 022 782 49 10

MOTOKLINIKA

mgr inż. Zbigniew Książek

MECHANIKA I ELEKTRYKA SAMOCHODOWA
WSZYSTKICH MAREK

Legionowo, Ul. Wrzosowa 11a
tel. 22 784 44 50, 504 688 558 www.motoklinika.auto.pl

Rolety, Verticale, Moskitiery

tel. 608 682 772

Pomiar i wycena Gratis!

Wójt Gminy Wieliszew Paweł Kownacki zaprasza

Obchody Narodowego Święta Niepodległości

W GMINIE WIELISZEW 2022

10 listopada | Wieliszew | (stara) hala sportowa przy ul. Modlińskiej 65, godz. 17.30-20.30

XXII FESTIWAL KULTURY LUDOWEJ:

ZPiT POWIŚLE z Puław, ZTL PROMYKI z Wieliszewa, warsztaty i stoiska z rękodziełem ludowym oraz produktami lokalnymi

Transmisja na żywo na www.youtube.com – kanał OK Wieliszew

współorganizatorzy Festiwalu: Samorząd Województwa Mazowieckiego, Powiat Legionowski, LGD Zalew Zegrzyński i Fundusz Patriotyczny

11 listopada | Janówek Pierwszy | godz. 11.00-13.00

UROCZYSTOŚCI PATRIOTYCZNE

godz. 11.00, kościół parafialny

MSZA ŚWIĘTA ZA OJCZYZNĘ

godz. 12.00, Skwer Ks. Jana Trzaskomy

UROCZYSTOŚCI z udziałem 32. Wieliszewskiego dr OP im. gen. dyw. Konstantego Orlicz-Dreszera i złożenie wiązanek pod Pomnikiem Ofiar Wojen

11 listopada | Wieliszew | Pomnik Ojców Niepodległości przy Al. Solidarności, godz. 13.30

104. URODZINY POLSKI:

złożenie wspólnej wiązanki, otwarcie wystawy plenerowej „Ojcowie Niepodległości”,

wspólne tańczenie Poloneza i śpiewanie pieśni patriotycznych, słodki poczęstunek: rogałe świętomarcińskie



Gmina
Wieliszew



Powiat
Legionowski



MAZOWSZE.
województwo



LOKALNA
GRUPA
DZIAŁANIA
ZALEW
ZEGRZYŃSKI



Ministerstwo Kultury
i Dziedzictwa Narodowego



FUNDUSZ
PATRIOTYCZNY



INSTYTUT DZIEDZICTWA
KULTURY
i Dziedzictwa Narodowego





Nowa Szkoła w Olszewnicy Starej – ruszyła budowa

21 października nastąpiło pierwsze, symboliczne „wbicie łopaty” i wmurowanie aktu erekcyjnego pod budowę nowej szkoły w Olszewnicy Starej. Już we wrześniu 2024 dzieci z Olszewnicy Starej będą się uczyć w nowo wybudowanym budynku, na który gmina otrzymała pozwolenie na budowę.

Uroczystość wmurowania aktu erekcyjnego połączona z pasowaniem na pierwszoklasistów rozpoczęła rozbudowę Szkoły Podstawowej w Olszewnicy Starej. Wzięła w niej udział społeczność szkoły, rodzice oraz mieszkańcy Olszewnicy Starej, a także władze samorządowe.

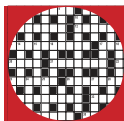
W nowo wybudowanym obiekcie dzieci uczyć się będą od września 2024 roku. Dwukondygnacyjny budynek zostanie połączony z odremontowaną istniejącą częścią szkoły. Inwestycję realizuje firma Arcus Technologie z Celestynowa, a jej wartość wyniesie blisko 16,5 miliona złotych i w całości zostanie sfinansowana ze środków budżetu gminy Wieliszew.

Pierwszy etap prac obejmie rozbudowę szkoły o skrzydło południowe. Na parterze znajdzie się 6 oddziałów przedszkolnych oraz stołówka. Piętro przeznaczone będzie dla dzieci ze szkoły podstawowej, w której będzie zlokalizowanych 7 sal lekcyjnych oraz zaplecze socjalne.

Jak podkreślił Wójt Gminy Wieliszew, szkoła powstanie w 100% ze środków gminnych, jednak aby to było możliwe gmina pozyskuje środki z funduszy zewnętrznych, w tym z Samorządu Województwa Mazowieckiego, z których realizowane są inne ważne zadania.

Od kilku lat priorytetem gminy Wieliszew wśród zadań inwestycyjnych jest rozwój infrastruktury edukacyjnej. Od 2020 roku powstało kilka placówek: nowe przedszkole w Skrzyszewie, a rok później w Janówku Pierwszym. W niedawno rozpoczętym roku szkolnym, z nowej infrastruktury korzystają również dzieci ze Szkoły Podstawowej w Janówku Pierwszym. Rozpoczęcie budowy przedszkola i szkoły w Olszewnicy Starej inauguruje nowy etap intensywnych prac nad rozwojem infrastruktury edukacyjnej w gminie. Obecnie projektowane jest przedszkole w Michałowie-Reginowie, a Zespół Inwestycji gminy Wieliszew już pracuje nad stworzeniem nowej bazy przedszkolnej w Wieliszewie.

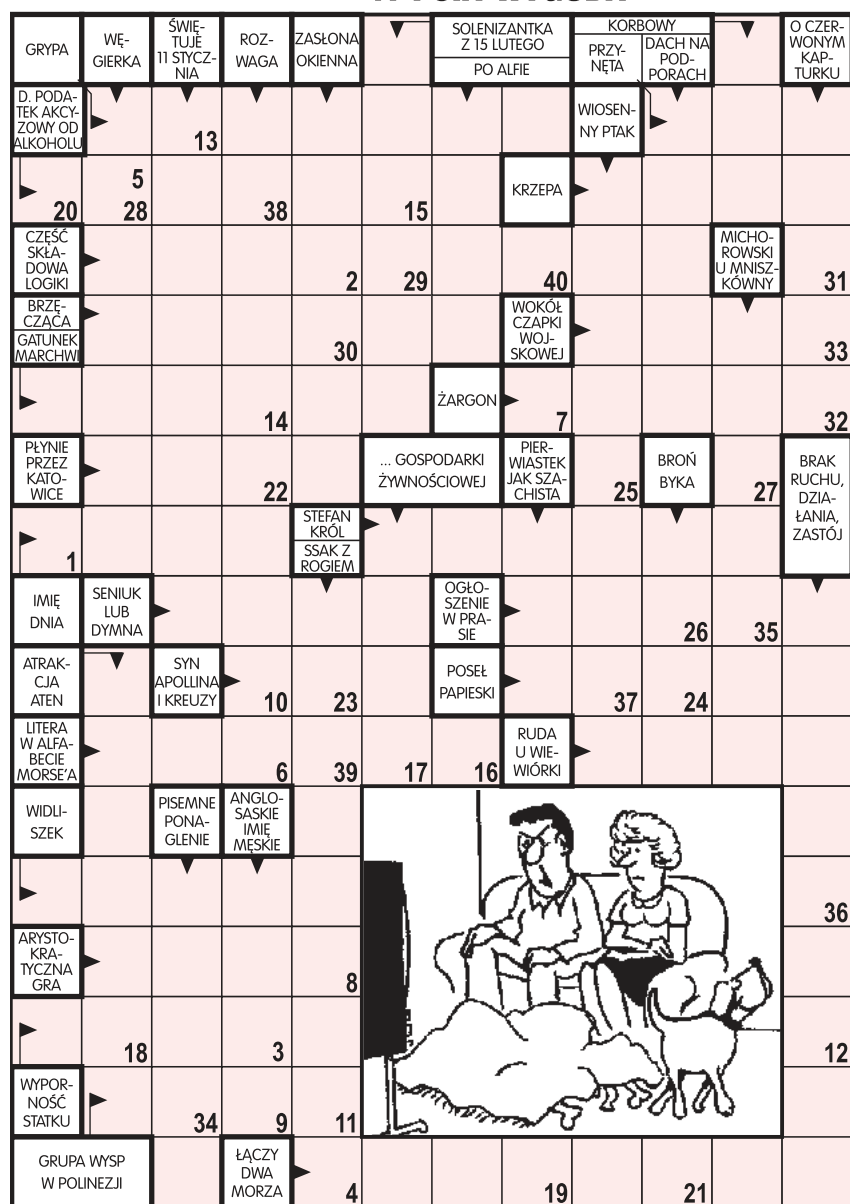




ROZRYWKOWE TO i OWO nr 291

Redaguje:
Władysław Firlik

1. PSIA WYGODA

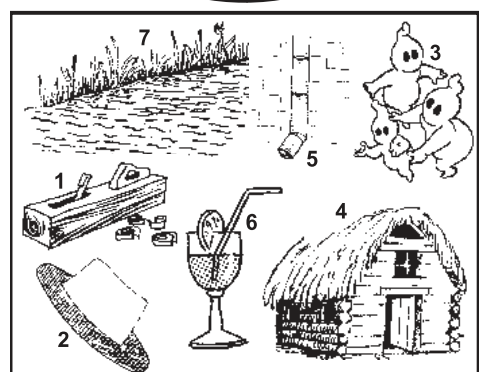
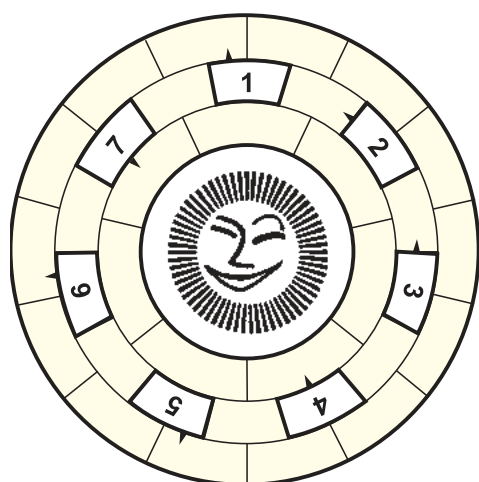


Litery z pól ponumerowanych od 1 do 40 utworzą pytanie małżonka.

6. ANAGRAM

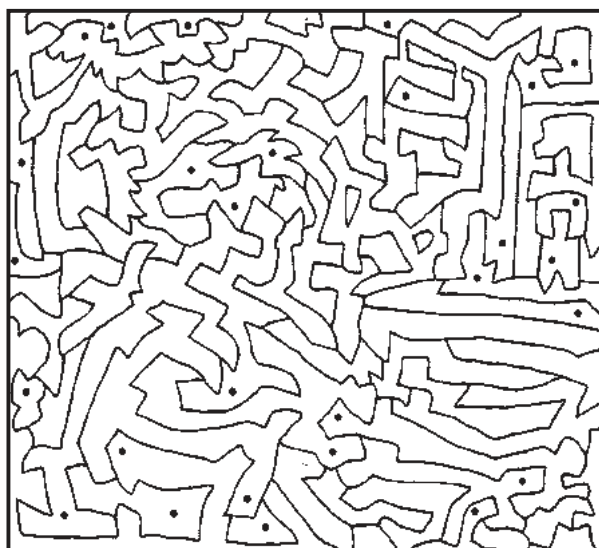
Choć natarłem jej _____ /,
_____ butna dalej,
ciągle pełna _____
i nie boi się wcale.

9. WIRÓWKA OBRAZKOWA



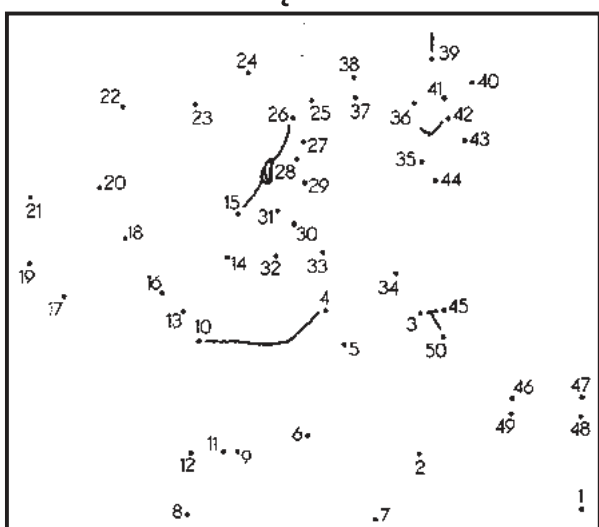
Wpisz do diagramu prawoskrętnie wszystkie nazwy rysunków tak, aby bezbłędnie powstało rozwiązanie tego zadania.

7. DZIWNY RYSUNEK



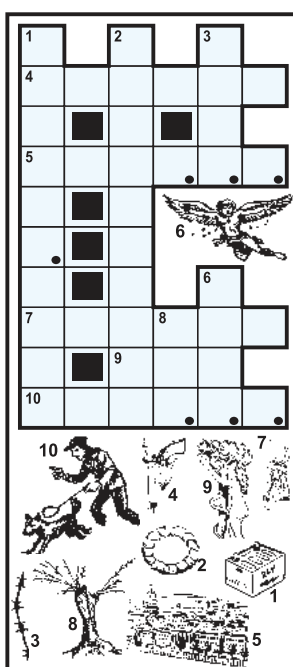
Aby dowiedzieć się co ukrywa ten tajemniczy rysunek, należy zamalować wszystkie pola z kropkami.

10. POŁĄCZ PUNKTY



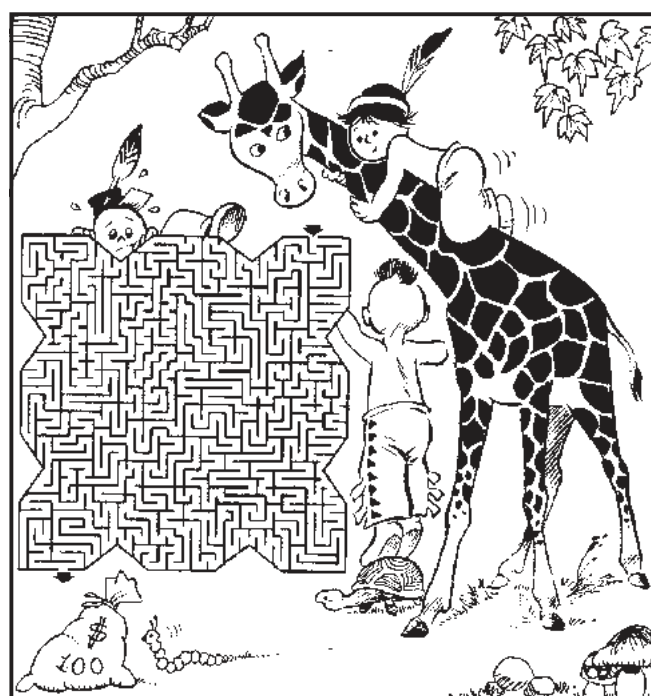
Połącz dokładnie liniami prostymi wszystkie punkty od 1 do 50 i napisz, co tobie się ukazało.

2. KRZYŻÓWKA



Litery z pól zaznaczonych (rzędami) utworzą rozwiązanie.

3. LABIRYNT



Wskaż małemu Indianinowi bezkolizyjną drogę do worka z pieniędzmi, aby jak najszybciej mógł je odnaleźć.

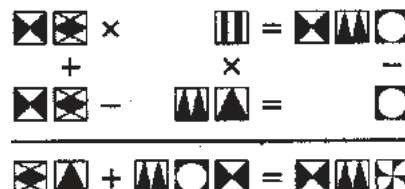
4. CO BRAKUJE ?



Na rysunkach 2, 3, 4 brakuje po 4 drobne szczegóły, które znajdują się na oryginale (rys. 1). Znajdź te brakujące rzeczy.

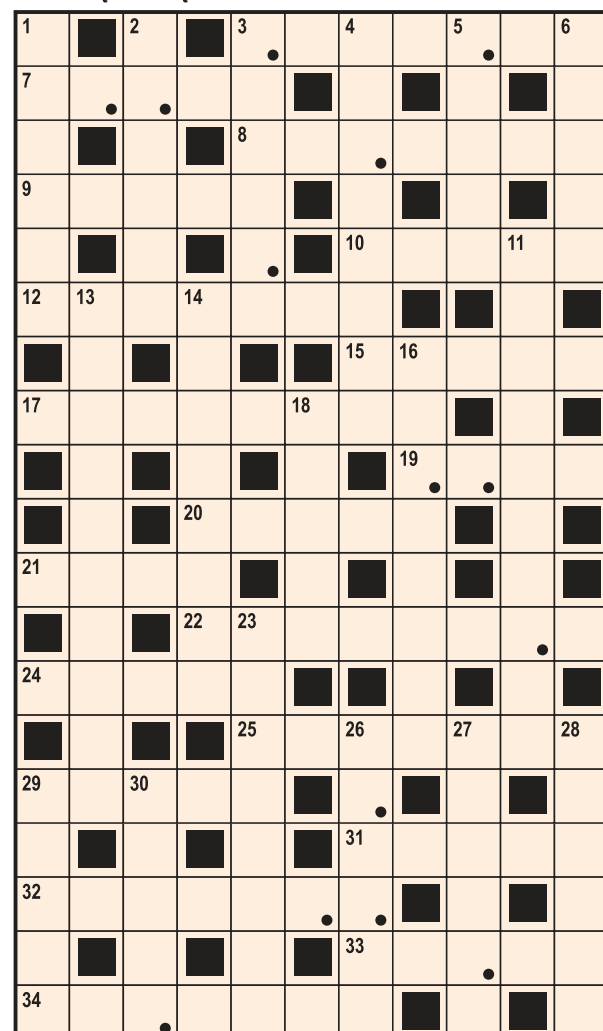
5. ALGEBRAF

Wiedząc, że jednakowym symbolom odpowiadają jednakowe cyfry, a różnym symbolom - różne cyfry, należy odtworzyć działania matematyczne. W zadaniu nie występują cyfry: 3, 5, 7. W rozwiązaniu wystarczy podać dolne dodawanie.



8. KRZYŻÓWKA

Litery z pól zaznaczonych czytane kolejno rzędami, utworzą rozwiązanie.



POZIOMO: 3) żywa forsa, **7)** środek transportu Tarzana, **8)** kształty kobiety, **9)** gapi się na malowane wrota, **10)** wataha wilków, **12)** sylwetka, **15)** zagrzewa do boju ulubioną drużynę, **17)** przychodzi na stadion, aby rozrabiać, **19)** inka, **20)** spiszek, **21)** karzeł, **22)** gloryfikacja, **24)** ze współczuciem o Burku, **25)** co ma piernik do niego, **29)** fruwa z kwiatka na kwiatek, **31)** słowicze pienia, **32)** potocznie: dostęp do osoby wpływowej, **33)** skóra cieleca używana na wierzchy obuwia, **34)** baza turystyczna przy szlaku wodnym.

PIONOWO: 1) w nim serce, 2) naczynie dla ufoludka, 3) opowieść harcerska, 4) gruczoł trawienny wydzielający insulinę, 5) niszka, 6) zawiadomienie o nadejściu przesyłki, 11) szła do laseczka, 13) przystulek dla bezpańskich psów, 14) amulet, 16) zebrał opłaty za prąd, 18) kiść, 23) Michał, aktor, 26) satelitarna na dachu, 27) „Pocałunek” Auguste’a Rodina, 28) rodzaj gry w karty, 29) mógł wszystko przemienić w złoto, 30) las syberyjski.

W NASTĘPNYM NUMERZE M. IN. „WSPÓLNE ELEMENTY”

SPROSTOWANIE

Anny Lewandowskiej Dyrektora II Liceum Ogólnokształcącego im. Króla Jana III Sobieskiego w Legionowie do artykułu pt. „Złe się dzieje w LICEUM im. Jana III Sobieskiego?” - TiO Nr 42/2022

Jako Dyrektor II Liceum Ogólnokształcącego im. Króla Jana III Sobieskiego w Legionowie, w związku z ukazaniem się w dniu 20 października 2022 roku o godzinie 4:07 na stronie internetowej pisma „Mazowieckie To i Owo” artykułu pod tytułem „LEGIONOWO. Złe się dzieje w LICEUM im. Jana III Sobieskiego?” autorstwa Pana Wojciecha Dobrowolskiego, (link do artykułu: <http://toiowo.eu/legionowo-zle-sie-dzieje-w-liceum-im-jana-iii-sobieskiego/>), dokonuję niniejszym sprostowania pewnych nieprawdziwych i krzywdzących twierdzeń zawartych w powyższym artykule prasowym.

Po pierwsze, nie kwestionuję, iż zdarza się, że niektóre lekcje są odwoływane, ale przyczyną powyższego nie jest, jakby to można wnioskować z treści artykułu, odchodzenie nauczycieli z pracy, ale zwolnienia lekarskie lub konieczność udziału w szkoleniach zewnętrznych, na których terminarz organizacji podlegała mi placówka oświatowa nie ma wpływu.

W przypadku, gdy absencja nauczyciela przypada na pierwszą lub ostatnią lekcję danego oddziału (klasy), wówczas regułą jest odwoływanie lekcji, jeśli natomiast absencja ta ma miejsce podczas lekcji poza ostatnią a pierwszą, wówczas organizowane są zastępstwa, w miarę możliwości prowadzone przez nauczyciela tego samego przedmiotu.

Po drugie, rotacja kadry pedagogicznej jest procesem naturalnym. Nauczyciele jako przyczynę powyższego podają przyczyny osobiste, a jako dyrektor nie mam uprawnień, aby indagować, co konkretnie rozumieją pod tym pojęciem.

Po trzecie, nie jest prawdą, jakoby rodzice, czy to działający w formalnych strukturach rad rodziców (oddziałowych bądź szkolnych), czy też nie, byli w jakikolwiek sposób przez władze szkolne (w tym mnie osobiście) zbywani. Przeciwnie, zawsze reaguję na skargi i wystąpienia rodziców. Nierzadko proponuję spotkania dla omówienia i wyjaśnienia sygnalizowanych mi problemów. Regułą jest nadto, że każdorazowo, gdy w szkole odbywają się zebrania rodziców, wcześniej organizuję spotkania z przedstawicielami oddziałowych rad rodziców, czy to w celu omówienia problemów wcześniej mi sygnalizowanych, czy to w celu wysłuchania ewentualnych nowych spraw. Za kuriozalne uważam przywołane w treści artykułu informacje o rzekomych kąśliwych uwagach wobec dzieci rodziców, którzy zgłaszali określone problemy, o rzekomym obniżaniu im z tego powodu ocen ze sprawowania lub przedmiotów szkolnych.

Po czwarte wreszcie, nie ma mowy o mobbingu, czy też niedozwolonym nacisku, ze strony dyrekcji w stosunku do nauczycieli. Nie odniosłam też wrażenia, aby w szkole panowała inkryminowana w treści artykułu „fatalna atmosfera”, nierówne traktowanie nauczycieli. Podniesione zarzuty, będące fragmentem listu do redakcji, są na tyle ogólnikowej natury, że naprawdę nie sposób się doń w sposób rzeczowy odnieść.

Na koniec pragnę zapewnić, iż zarówno dla dyrekcji szkoły, jak i dla mnie osobiście zapewnienie właściwego poziomu nauczania, jak i prawidłowe funkcjonowanie całej społeczności szkolnej, stanowią najwyższy priorytet.

Anna Lewandowska
Dyrektor II Liceum Ogólnokształcącego
im. Króla Jana III Sobieskiego w Legionowie

WIELISZEW. Odpowiedź radnego Edwina Zezonia ws. rozbudowy DK61

Trzy tygodnie temu opublikowaliśmy rozmowę z wieliszewskim radnym Edwinem Zezoniem, dotyczącą rozbudowy Drogi Krajowej 61. W odpowiedzi na zarzuty radnego odezwała się do nas Generalna Dyrekcja Dróg Krajowych i Autostrad. Teraz radny po raz kolejny obnaża błędy i kontruje argumenty spółki

Bardzo się cieszę, że GDDKiA tak szybko udzieliła odpowiedzi na wywiad ze mną opublikowany w 42 numerze To i Owo. Tak szybka odpowiedź jest całkowitym nowum, ale rozumiem, że siła czwartej władzy jaką są media ma swoją wymowę.

Dzięki publicznej wymianie argumentów czytelnicy mogą teraz sami ocenić to jak traktuje się nas i nasze uwagi do projektowanej modernizacji DK61. W odpowiedziach mieszkańcy zawsze słyszeli, że wszystko jest zgodnie z prawem, a za rozwiązania drogowe GDDKiA nie odpowiada, bo jest związana takimi a nie innymi przepisami prawa i decyzjami środowiskowymi.

Decyzje nie spadają z nieba

Moim zdaniem to robienie ludziom przysłowiowej „wody z mózgu”, przeciwieństwo decyzji nie spadają z nieba, tylko są wydawane na wniosek GDDKiA lub jej podwykonawców – i tylko w zakresie o jaki oni wnioskuje. Jeśli wnioski dotyczą skrzyżowania, zjazdów z DK 61, wysokości jezdnii pod wiaduktem kolejowym czy kładki lub przejścia dla pieszych to w takim zakresie stosowne instytucje je opiniują i wydają decyzje. Jeśli takich wniosków o konkretne rozwiązania drogowo nie ma to organy decyzyjne nie są w stanie je opiniować. GDDKiA dobrze o tym wie, a mimo to tłumaczy się niemocą uwzględniania postulatów mieszkańców, których nawet nie wprowadza do swoich projektów i zamierzeń. Przypomnieć też należy, że od przepisów prawa na które powołuje się GDDKiA istnieją też „odstępstwa”, ale trzeba o nie wystąpić do ministra infrastruktury. Jak GDDKiA chce uzyskać takie „odstępstwo” dla swojego pomysłu to nie ma z tym żadnego problemu, ale jak chcą tego mieszkańcy – a tu już problem nie do przeskokowania.

„Mamy obowiązek, ale nie musimy”

GDDKiA powołuje się na obowiązujące prawo w zakresie rozporządzenia drogowego i argumentuje że



Robią ludziom „wodę z mózgu”

jej działania i projektowana droga opiera się o to właśnie rozporządzenie. Należy jednak zauważyć że GDDKiA jest organem administracji publicznej i obowiązuje ją Kodeks Postępowania Administracyjnego, z kolei ten nie ogranicza zakresu stosowanego prawa do rozporządzenia dot. budowy dróg, ale wymaga stosowania przez GDDKiA całego obowiązującego w Polsce prawa, w tym poszanowania praw osób trzecich – nas mieszkańców, co wynika min z prawa budowlanego i kodeksu cywilnego. Jako wyjaśnienie postawy GDDKiA zacytuje wypowiedź jednego z jej pracowników, który powiedział mi tak „panie Edwine my mamy obowiązek przeprowadzenia konsultacji społecznych, ale nie mamy obowiązku zrealizowania wniosków z tych konsultacji płynących” – ot i cała postawa GDDKiA wyjaśniona.

Jako przykład takiej postawy niech posłuży np. skrzyżowanie w rejonie ulicy Szyszkowej, która jest główną drogą dojazdu do stale rozbudowanego osiedla Nowopol. GDDKiA zasłania się wydanymi wcześniej decyzjami, tymczasem o skrzyżowaniu mówiliśmy od lat. Przed 2012 w planach rozbudowy DK61 skrzyżowanie to pojawiło się, jednak po kilku latach zniknęło. Pierwotnie argumentem odmowy budowy skrzyżowania była stosunkowo nieduża odległość od zaprojektowanego skrzyżowania przy Silikatach i ewentualne tamowanie ruchu który na drodze klasy GP powinien być jak najmniej, dlatego w to miejsce zaplanowano kładkę dla pieszych. Potem uznano że kładka dla pieszych jest za droga, postanowiono więc po raz kolejny przeprojektować drogę w tym miejscu i zamiast kładki usytuować przejście dla pieszych ze światłami – co będzie spowalniać ruch

podobnie jak skrzyżowanie. Tak więc, przejście ze światłami zamiast kładki „tak” – bo chce tego GDDKiA, a skrzyżowanie nie bo chcą tego mieszkańcy. Jak nazwać takie działania odpowiedź sobie Państwo sami.

Dowiadujemy się tyle ile chcą nam powiedzieć

Innym przykładem ignorancji mieszkańców jest wspomniany na wstępie sposób komunikacji z mieszkańcami. GDDKiA nie informuje nas o zmianach w swoich planach inwestycyjnych, ciężko jest nawet uzyskać projekt do szczegółowej analizy. Na spotkaniu z mieszkańcami kierownik projektu zapowiedział że nie będzie ten projekt udostępniany do szczegółowej analizy do czasu aż zapadną decyzje. Na spotkaniach z GDDKiA dowiadujemy się więc, tyle ile GDDKiA chce nam przekazać. Ostatnio zupełnie przez przypadek okazało się że droga zbiorcza – tzw. droga serwisowa, będzie miała węższą jezdnię niż nam pierwotnie przedstawiono – miała mieć 7m, dla 2 pasów ruchu, ostatecznie okazuje się że będzie miała jedynie 5,5 m lub 6 m w zależności od odcinka drogi. Nie muszę mówić że 5,5 szerokości jezdni dla drogi zbiorczej (serwisowej) to bardzo mało, tym bardziej, że tymi drogami odbywać się będzie ruch samochodów ciężarowych. Braku zjazdów z DK 61 na „wąskie serwisówki” przy dużych odległościach po między skrzyżowaniami ruch tych aut utrudni w sposób niesłychany a wjeżdżanie na chodniki podczas mijania stanie się niebezpieczną i kosztowną normą. Nikt z nami tych zmian nie konsultuje, o wszystkim dowiadujemy się z dużym opóźnieniem i to najczęściej przypadkowo.

Mniej za więcej

Należy też zwrócić uwagę jak te „przepychanki



Radny Edwin Zezoń

z mieszkańcami” wpływają na finansowanie projektu. Sprawy utknęły w urzędach, mamy sporą inflację, a budowa nadal w lesie. Wykonawca ma już rok opóźnienia w uzyskaniu ZRIDu z powodu napływających zastrzeżeń od mieszkańców i nadal finału sprawy nadal nie wiadać. Mieszkańcy składają zastrzeżenia do Wojewody, który nie wyda ZRIDu puki uzasadnione obiekty nie zostaną wyjaśnione. Skoro Wojewoda ma wątpliwości tzn. że coś nie jest tak jak być powinno, a zatem GDDKiA lub wykonawca coś zawalili. Skoro tak, to dlaczego teraz z „własnych opóźnień i niekompetencji” zostaje nagrodzony podwyższeniem wartości kontraktu o np. 10% – czyli jakieś 16 mln zł naszych publicznych pieniędzy. W dodatku inwestycja staje się coraz skromniejsza min. rezygnacja z kładki, rezygnacja ze skrzyżowania, węższe drogi zbiorcze, jezdnie pod wiaduktem kolejowy zaniżona. Wszystko wskazuje na to, że dostaniemy znacznie mniej, mimo że zapłacimy po „podwyżce” dużo więcej, a wszystko to w imię uparcie bronionej swojej koncepcji i braku współpracy z mieszkańcami i przedsiębiorcami. Moim zdaniem w tej inwestycji marnotrawione są naprawdę spore kwoty, dlatego będziemy tą sprawę wyjaśniać i wnioskować stosownych organów o przeprowadzenie kontroli.

Edwin Zezoń

RADNY SEJMIKU
WOJEWÓDZTWA MAZOWIECKIEGO

STEFAN TRACZYK

zapraszam na swoje dyżury

- w sprawie umówienia terminu i miejsca spotkania proszę o kontakt telefonicznie lub mailowo

stefan.traczyk@mazovia.pl
tel. 692 216 532

AUTO NAPRAWA

• MECHANIKA • GEOMETRIA • CZĘŚCI
• WYWAŻANIE KÓŁ • KLIMATYZACJA

Adam Szczypkowski ☎ 605 94 91 91
05-110 JABŁONNA UL. WYGONOWA 1
pn.-pt.: 8.00 - 17.00 022 782 49 10



PIŁKA NOŻNA. Legionovia – Mławianka 1-2(0-0)

Mizéria byłego lidera

W piętnastej kolejce rozgrywek III ligi (gr.1) Legionovia uległa w sobotę Mławiance Mława 1-2(0-0). Była to druga porażka naszego zespołu w tym sezonie, druga na własnym boisku. Byłego już legionowskiego lidera „załatwili” w końcówce meczu bramkami mławscy bracia, Michał i Mateusz Stryjewscy

Spotkanie pierwszej i trzeciej drużyny rozgrywek, reklamowane jak mecz na szczycie tabeli rozczarowało. Zwłaszcza lokalnych sympatyków piłki kopanej. Nasz zespół zaprezentował się w tym meczu „cieniutko”. Raził nieporadnością w grze ofensywnej, niezliczoną ilością niecelnych podań, brakiem umiejętności wygrywania pojedynków jeden na jeden... Im dłużej trwa sezon, tym mizéria w grze naszego zespołu coraz bardziej rzuca się w oczy.

O pierwszej połowie spotkania nie ma co wspominać. Dwa niezłe ataki Mławianki na początku i dwie okazje Bartosz Rymka na otwarcie wyniku meczu. Przy pierwszej (14') nie udało mu się z najbliższej odległości skierować piłki do bramki, przy drugiej (44'), po ładnym strzale z dystansu, trafił w porzeczkę bramki rywali. I to w zasadzie wszystko.

W drugiej odsłonie gra się początkowo trochę ożywiła. Najpierw przed szansą stanęli goście, ale Jan Krzywański zdołał wybić piłkę z linii bramkowej. W 52. minucie w roli głównej wystąpił vis a vis naszego bramkarza, czyli golkipier drużyny przyjezdnej - Piotr Piotrowski. Najpierw sfaulował Dawida Papazjana i sędzia wskazał „na wapno”. Bramkarz gości zrehabilitował się za przewinienie, broniąc karnego wykonywanego przez Patryka Koziares. Dobitka B. Mrocza z ostrego kąta minęła światło bramki. Po tym „nadmiarze” emocji, obraz gry wrócił do normy, czyli mówić inaczej, obowiązywała zasada - ja do ciebie ty do mnie. Trenerzy Michał Pioros i Piotr Rzepka próbowali ratować zmianami takie sobie widowisko, ale w meczu „na szczycie” godny uwagi było, wliczając czas doliczony, tylko ostatni kwadrans gry.

Pierwsi (82') w geście radości ręce górę wyrzucili goście. Starszy z braci Stryjewskich - Michał (27 lat) otrzymał piłkę na wprost legionowskiej bramki, przełożył sobie jeszcze, próbującego interweniować B. Rymka i z kilkunastu metrów huknął tak, że J. Krzywański musiał wyciągać futbolówkę z siatki. Nasi rzucili się do odrabiania strat i w 87,

TAK GRAŁA III LIGA ,GR.1)

Wyniki 15. kolejki: Legionovia – Mławianka 1-2, Pogoń – Broń 4-0, Unia – Legia II 1-0, Jagiellonia II – Świt 4-1, Lechia – Sokół 1-1, Pelikan – Ursus 3-1, Concordia – Pilica 1-3, Olimpia – Błonianka 0-3, ŁKS II – Warta 2-2.

1. Mławianka Mława	28(8-4-3)	38-29
2. Pogoń Grodzisk Mazowiecki	28(8-4-3)	28-20
3. Legionovia Legionowo	27(7-6-2)	34-21
4. Świt Nowy Dwór Mazowiecki	27(8-3-4)	28-20
5. Unia Skierniewice	26(7-5-3)	16-9
6. Lechia Tomaszów Mazowiecki	24(6-6-3)	21-15
7. Legia II Warszawa	23(6-5-4)	29-25
8. Pelikan Łowicz	23(6-5-4)	24-21
9. ŁKS II Łódź	22(6-4-5)	30-22
10. Jagiellonia II Białystok	21(6-3-6)	30-24
11. Sokół Ostroda	21(6-3-6)	26-27
12. Pilica Białobrzegi	20(5-5-5)	22-25
13. Broń Radom	19(5-4-6)	27-27
14. Olimpia Zambrów	17(4-5-6)	19-28
15. Błonianka Błonie	11(3-2-10)	16-33
16. Ursus Warszawa	10(1-7-7)	18-29
17. Warta Sieradz	10(1-7-7)	13-27
18. Concordia Elbląg	7(1-4-10)	16-33

W następnej kolejce (13 bm.) grają: Legia II – Legionovia, Świt – Pogoń, Mławianka – Jagiellonia II, Ursus – Lechia, Warta – Unia, Błonianka – Sokół, Broń – Pelikan, Pilica – ŁKS II, Olimpia – Concordia. (jb)



Mateusz Stryjewski (n/z w pojedynku z Sebastianem Gołębem) dał w doliczonym czasie gry zwycięstwo gościom i powrót swojej drużynie na pozycję lidera

Fot. fotoMiD

minucie przeprowadzili swoją bodaj najlepszą akcję meczu. Marcin Bawolik powalczył o piłkę przy bocznej linii boiska, podał do Kamila Kumocha, ten do Artura Balickiego, który zdążył ją jeszcze przekazać w lewo i Szymon Wiejak z ostrego kąta doprowadził do wyrównania. Czyżby więc remis? Nic bardziej mylnego...

Zanim jednak stało się najgorsze i legionowska czara goryczy w tym spotkaniu się

przełała, trener M. Pioros za zbyt impulsywną reakcję na decyzję sędziego liniowego i „dyskusję” z głównym, ujrzał czerwony kartonik i musiał się przenieść na trybunę. Ciśnienia ostatniej akcji meczu w doliczonym, podobnie jak w niedawnym spotkaniu z Bronią Radom, nie wytrzymali natomiast podopieczni legionowskiego szkoleniowca. Przebitki i piłkarski ping-pong na lewej stronie boiska, wreszcie dośrodkowanie na środek legionowskiego pola karnego. Stąd piłkę na prawo zdołał skierować angolański napastnik Mławianki - Odilon i młodszy z rodzeństwa Stryjewskich - Mateusz (lat 25) pozadrościł bratu. Też zdobył gola. Po tej akcji trzy punkty odjechały do Mławy. Goście rzecz jasna byli happy, były lider widać nie zasłużył choćby na punkcik

Oto skład Legionovii z tego meczu: Krzywański – Waszkiewicz, Zaklika, Choroś, Gołąb (77' Bawolik), Koziares, Kumoch, Rymek, Sonnenberg, Mroczek (67' Wiejak), Papazjan (81' Balicki). (jb)



Angolański napastnik beniaminka z Mławy, Joao Odilon był wyróżniającą postacią tego spotkania, asystował przy zwycięskiej bramce meczu

Fot. fotoMiD



Szymon Wiejak zdobywa gola, który w tym momencie daje Legionovii remis

Fot. fotoMiD



Faul bramkarza na Dawidzie Papazjanie, po którym Legionovia miała rzut karny. Niestety – niewykorzystany

Fot. fotoMiD



Michał Stryjewski zdobył pierwszego gola dla Mławianki

Fot. fotoMiD



Trener gości Piotr Rzepka i jego podopieczni mieli po spotkaniu zadowolone miny

Fot. fotoMiD

PIŁKA RĘCZNA. Warmia Energia Olsztyn – KPR Legionowo 21-41 (10-23)

Wynik robi wrażenie!

W siódmej kolejce Ligi Centralnej, podopieczni trenera Michała Prątnickiego odnieśli siódme zwycięstwo. Pokonali w Biskupcu (tam swoje mecze rozgrywa w tym sezonie Warmia Energia Olsztyn) rywali 41-21(23-10). Wynik robi wrażenie, to w zasadzie deklasacja przeciwnika, w rozgrywkach na bezpośrednim zapleczu krajowej superligi

Trener gospodarzy, **Dariusz Molski** doceniając sportową klasę legionowskiego lidera, nie ukrywał irytacji postawą swojej drużyny w sobotnim spotkaniu: - *Bardzo mnie boli ten wynik. To duży wstyd dla nas. Trudno jednak o lepszy wynik, jeśli z dnia na dzień zapominamy jak się gra w piłkę, nie realizujemy tego co sobie ustaliliśmy. I nie chodzi tylko o to, że 13 zawodników jakich mamy do dyspozycji tylko sześciu próbuje podjąć walkę. Odbijaliśmy się od rywali jak od ściany, bo byli silniejsi fizycznie. Gorzej, że nie mieliśmy sposobu, aby podjąć z nimi walkę...* - powiedział m.in. dla lokalnej telewizji.

W zgoła odmiennym nastroju był po meczu legionowski szkoleniowiec **Michał Prątnicki**: - *Wynik robi wrażenie to prawda. Jest to jednak efekt bardzo ciężkiej pracy jaką ta drużyna wykonała w trakcie meczu. W zasadzie ta praca jest wykonywana od dłuższego czasu, a mecz pokazał w jakiej formie obecnie jesteśmy. Cieszy fakt, że zespół wykonywał wzorowo założenia. Każdy zawodnik występujący w tym spotkaniu dał jakości. Nie będę oceniał gry naszego*

TAK GRAŁA LIGA CENTRALNA

Wyniki 7. kolejki: Warmia Olsztyn – KPR Legionowo 21-41, Stal Gorzów – Olimpia 27-22, AZS AWF – Orlen Upstream 35-26, Zagłębie – Śląsk 27-27 (karne:5-4), Anilana – Padwa 20-31, Żukowo – Stal Mielec 27-30, Wieluń – Nielba 31-26.

1. KPR Legionowo	20(7-0)	224-164
2. AZS AWF Biała Podlaska	17(6-1)	227-194
3. Stal Mielec	17(6-1)	205-185
4. MKS Wieluń	15(5-2)	200-191
5. Olimpia Piekary Śląskie	13(4-3)	211-194
6. Śląsk Wrocław	13(4-3)	217-209
7. Stal Gorzów Wielkopolski	12(4-3)	186-170
8. Zagłębie Sosnowiec	8(3-4)	196-210
9. Orlen Upstream Przemyśl	7(2-5)	204-225
10. Autoinvest Żukowo	6(2-5)	199-214
11. Warmia Energia Olsztyn	6(2-5)	192-209
12. Nielba Wągrowiec	6(2-5)	175-211
13. Anilana Łódź	4(1-6)	180-212
14. Padwa Zamość	3(1-6)	162-190

W następnej kolejce (19bm.) grają: KPR Legionowo – MKS Wieluń, Stal Mielec – Warmia, Stal Gorzów – AZS AWF, Nielba – Zagłębie, Olimpia – Śląsk, Anilana – Żukowo, Przemyśl – Padwa. (jb)

wczorajszego przeciwnika, dla mnie liczy się tylko mój zespół. A on zagrał jeden z najlepszych meczów w ostatnim czasie. W zasadzie nie pamiętam, abyśmy wygrali z kimkolwiek tak przekonująco. Ważne jest to, że koncentracja była na

wysokim poziomie praktycznie przez całe spotkanie i za to należy się zespołowi szacunek. W ten sposób buduje się mentalność na pozostałe mecze, a one nie będą łatwe. My z kolei będziemy pracować jeszcze ciężiej niż dotychczas. Liga jest

SIATKA. ŁKS Commercecon Łódź – IŁ Capital Legionovia 3:0

Blisko seta

Drugi mecz, druga porażka legionowskich siatkarek w rozgrywkach Tauron Ligi sezonu 2022/2023. Po domowej porażce 0:3 z mistrzem kraju z Polic, w ostatni czwartek podopieczne trenera Pawła Kowala nie sprostały w Łodzi trzeciej drużynie ostatniego sezonu, przegrywając z ŁKS także 0:3

Rywalki z najwyższej, krajowej półki nie dały naszej, nowej drużynie ugrać choćby seta w tych dwóch, pierwszych meczach. Pierwsze koty za płoty, czy jednak spodziewany falstart naszego, diametralnie zmienionego zespołu przed sezonem? Na pierwsze wnioski jeszcze rzeczą jasną za wcześniej, ale te pierwsze starcia pokazują, że...

W Łodzi Legionovia ponownie musiała zagrać, bez swoich trzech awizowanych wcześniej, nowych nabytków. Czyżby transfery Czerwińskiej, oraz Mazenko i Ortiz wymagały aż tak wielu papierkowych formalności, czy może nie w papierach są braki? Trochę doświadczenia w zespole by się z pewnością przydało, a takim zarówno polska przyjmująca jak i środkowe, reprezentantki Ukrainy i Portoryko – dysponują.

W łódzkim wieczornym meczu, opóźnionym o pół godziny (telewizja płaci klubom, ale i dyktuje warunki) Legionovia próbowała podjąć walkę z faworyzowanymi rywalkami, prowadzonym przez byłego szkoleniowca naszego klubu, A.Chappiniego. Po drugiej stronie siatki była też „nasza” była środkowa Aleksandra Gryka, oraz jeszcze dwie inne siatkarki, reprezentujące kiedyś legionowskie barwy (Klaudia Alagierska – Szczepaniak i Zuzanna Górecka). No więc nasze siatkarki starały się postawić przeciwnikom i... Pierwszy set do stanu 12:12 wyglądał obiecująco. Potem jednak zagraniczne gwiazdy łodzianek, Włoszka Valentina Diouf i brazylijska rozgrywająca Roberta Ratzke i ich polskie koleżanki przejęły inicjatywę. Wygrały pierwszego seta,

jeszcze potem pewniej drugiego. Wygrały, mimo ambitnej postawy naszej drużyny, z kapitan i najlepiej punktującą zawodniczką po naszej stronie siatki, przyjmującą, Aleksandrą Dudek na czele.

Kto oglądał późną, bezpośrednią transmisję w Polsacie Sport, ten wie, że zespół trenera P. Kowala nie zwiesił głów w trzecim secie łódzkiego meczu. Legionovia starała się grać swą radosną, otwartą siatkówkę na jaką ją obecnie stać. Nie brakowało w niej oczywiście błędów własnych, ale przecież i rywalki jej popełniały. W efekcie nasza drużyna była bliska wygrania pierwszego seta w tych rozgrywkach. W końcówce trzeciej partii, m.in. po udanych atakach Mai Szymańskiej było nawet 23:21 dla naszej drużyny. Łódzkiej „Wiewióry” po udanej akcji Diouf i asie Alagierskiej szybko jednak wyrównały. Blok Oli Jedut na włoskiej atakującej sprawił, że końcówkę trzeciego seta trzeba było rozgrywać na przewagi. Wspomniane wcześniej doświadczenie sprawiło, że trzy ostatnie piłki tego meczu padły niestety łupem łodzianek.

Może w najbliższych meczach, śródownym, pucharowym z Volleyem Wrocław i tym późniejszym o ligowe punkty z Budowlanymi Łódź nasz zespół skutecznie powalczy o wygranie, choćby jednego, pierwszego seta w tym sezonie...



Tradycyjne, siódme już foto po zwycięstwie. Tym razem w szatni, w Biskupcu

Fot.fbkprlegionowo

długa i ciężka, a to dopiero początek – nie popada w hurra optymizm – M.Prątnicki i dodaje: - *W meczowym protokole zabrakło wracającego do pełni zdrowia Sławka Lewandowskiego, który od poniedziałku wraca do normalnego treningu. Kuba Brzeziński także wraca do pełni sprawności, zaś Adam Laskowski we wtorek będzie miał zabieg kolana.*

Warmia Energia Olsztyn – KPR Legionowo: Zacharski, Szałkucki – Klapka (3), Kasprzak (5), Fałara (7), Wołowicz (4), Chabior (4), Kostro (5), Ciok (2) Jędrzejewski (4), Mehdizadeh (3), Brinovec (1), Brzozowski.

(jb)

ŁKS Commercecon Łódź – IŁ Capital Legionovia 3:0 (25:21, 25:16, 26:24). Legionovia: Dąbrowska, Jedut (8), Stefanik (5), Duda (3), Dudek (17), Dębowska (4) Kulig (libero) oraz Mras, Szymańska (6), Kubas (1).

Dla łodzianek najwięcej punktów zdobyły: 15 - Valentina Diouf (MVP meczu). 10 - Julita Piasecka, 9 - Lana Scuka, po 8 - Klaudia Alagierska-Szczepaniak i Aleksandra Gryka.

(jb)



Trener bramkarzy, Adam Bekisz choć kontuzjowany (ręka na temblaku) może być zadowolony z formy swoich podopiecznych w Biskupcu. Rozgrywającego Adama Laskowskiego (n/z o kulach) czeka zabieg w lewym kolanie

Fot. foto MiD



Podopieczne trenera Pawła Kowala w dwóch pierwszych kolejkach Tauron Ligi 2022/23 trafiły na zbyt renomowane rywalki

Fot. fotoMiD