

Po sąsiedzku tragedie na drogach

– STR. 3

TYGODNIK LOKALNY



3,50 zł
W TYM 5% VAT

PUŁTUSK
GZY
OBRYTE
POKRZYWNICA
ŚWIERCZE
WINNICA
ZATORY

NR 52

INDEKS 342424
ISSN 1429-6837

28 GRUDNIA 2022

www.pultuszcak.pl

T Y G O D N I K

Pułtuski

C O T Y D Z I E Ń O D 4 G R U D N I A 1 9 9 7 R O K U



Podwyżka za śmieci - 35 zł od osoby

CZYTAJ NA STRONIE 3

Zaginął mieszkaniec Pogorzałca



– STR. 5

Nowo mianowany komendant Policji



– STR. 5

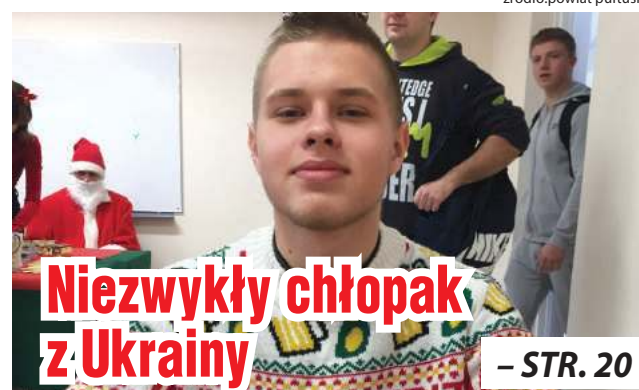
źródło: powiat pułtowski



Ja nie lubię, jak ktoś przekręca liczby i oszukuje

Wicepremier
HENRYK KOWALCZYK
na konferencji
prasowej

– STR. 3



Niezwykły chłopak z Ukrainy

– STR. 20



Piękne wspomnienia ze szkolnej kroniki

– STR. 20

REKLAMA



NOWE MIESZKANIA

- PUŁTUSK
- CIECHANÓW
- WYSZKÓW
- OSTROŁĘKA

Biuro sprzedaży:
Pułtusk ul. Białowiejska 17c
pon-pt 8:00-16:00

601 770 940
23 692 09 75
www.isbud.pl



Jest taka chwila, o której myślimy,
która na pewno nadejdzie,
ale zawsze nie w porę,
zawsze za wcześnie.

Składam serdeczne podziękowania Wszystkim,
którzy w tak bolesnych dla mnie chwilach
dzielili ze mną smutek i żal, okazali wsparcie i życzliwość
po śmierci mojej ukochanej Mamy

ŚP. KAROLINY PŁOCHOCKIEJ

Rodzinie, Przyjaciółom, Znajomym,
Sąsiadom oraz Wszystkim,
którzy uczestniczyli we Mszy św.
i uroczystościach pogrzebowych serdecznie
„Bóg zapłać”

Anna Płochocka

ATAK HAKERSKI na system Urzędu Marszałkowskiego

Starostwo Powiatowe ostrzega przed możliwym wyciekem danych mieszkańców naszego powiatu

Starostwo Powiatowe w Pułtusku, jako Partner w infrastrukturze Węzła Regionalnego, wykorzystujący system dostarczany przez Urząd Marszałkowski Województwa Mazowieckiego publikuje poniższy komunikat: Starostwo Powiatowe w Pułtusku, mając na względzie wymogi zawarte w art. 34 ust 1 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), informuje o naruszeniu ochrony danych osobowych, w związku z identyfikacją zdarzenia w Urzędzie Marszałkowskim Województwa Mazowieckiego, polegającego na ataku złośliwego oprogramowania szyfrującego pliki, znajdujące się w infrastrukturze Węzła Regionalnego.

Zdarzenie to doprowadziło do utraty dostępności danych osobowych, których administratorem jest Województwo Mazowieckie oraz partnerzy

projektów w tym również Starostwo Powiatowe w Pułtusku. Obecnie nie potwierdzono wycieku Państwa danych osobowych ani nie odnotowano ich ujawnienia przez osoby nieuprawnione.

Konsekwencje naruszenia

Zdarzenie skutkuje przede wszystkim brakiem możliwości korzystania z usług świadczonych przez Partnerów w tym również przez Starostwo Powiatowe w Pułtusku w infrastrukturze Węzła Regionalnego.

Chociaż dotychczasowe czynności nie potwierdziły, by Państwa dane zostały wykorzystane w sposób nieuprawniony, jesteśmy zobowiązani do poinformowania Państwa o możliwych konsekwencjach naruszenia ochrony danych osobowych, takich jak: próby uzyskania na Państwa szkodę pożyczek w instytucjach pozabankowych, bez konieczności okazywania dokumentu tożsamości; wykorzystanie Państwa danych osobowych do próby wyłudzenia ubezpieczenia; próby wyłudzenia od Pani/a dodatkowych danych osobowych poprzez podszywanie się pod inną osobę lub instytucję; wykorzystanie Państwa danych do uwierzytelnienia (weryfikacji tożsamości), wykorzystanie Państwa danych osobowych do skorzystania

z Państwa praw obywatelskich, np. do oddania głosu w głosowaniu nad środkami budżetu obywatelskiego; próby ukrycia swojej tożsamości.

Co mogą Państwo zrobić, żeby zminimalizować negatywne skutki naruszenia?

Zalecamy, aby zachowali Państwo ostrożność w sytuacji odbierania połączeń telefonicznych od nieznanego numeru telefonów; w usługach, gdzie nr PESEL jest hasłem dostępowym, rozważyli zastosowanie uwierzytelnienia dwuskładnikowego.

Mogą Państwo skorzystać z możliwości założenia konta w Biurze Informacji Kredytowej S.A. celem monitorowania prób zaciągnięcia zobowiązań finansowych z wykorzystaniem Państwa danych. Obecnie na rynku dostępne są również inne usługi umożliwiające podobny monitoring, należą do nich m.in. system Bezpieczny Pesel, Chroń Pesel. Jeżeli dowiedzą się Państwo o upublicznieniu lub wykorzystaniu Państwa danych przez osobę nieuprawnioną, prosimy o natychmiastowe zawiadomienie policji oraz o przekazanie tej informacji do inspektora ochrony danych w Starostwie Powiatowym w Pułtusku – Joanny Trusińskiej adres e-mail: iod@powiatpultuski.pl

Środki zastosowane/proponowane przez administratora w celu zaradzenia naruszeniu ochrony danych osobowych (w tym środki w celu zminimalizowania jego ewentualnych negatywnych skutków)

Urząd podjął działania mające na celu ochronę przed ewentualnymi negatywnymi konsekwencjami naruszenia tj.: zgłoszono incydent do Zespołu Reagowania na Incydenty Bezpieczeństwa Komputerowego CSIRT NASK, zgłoszono naruszenie ochrony danych osobowych do Prezesa Urzędu Ochrony Danych Osobowych. Aktualnie trwają prace zmierzające do przywrócenia prawidłowego funkcjonowania systemów w możliwie najkrótszym czasie.

Urząd Marszałkowski Województwa Mazowieckiego jako partnerowi projektu przekazał nam propozycję działań, mających na celu zapobiegnięcie eskalacji incydentu.

Informacje dostępne są również pod adresem Urzędu Marszałkowskiego Województwa Mazowieckiego: <https://mazovia.pl/pl/bip/komunikaty/publiczny-komunikat-o-mozliwym-naruszeniu-ochrony-danych-osobowych.html>

źródło: powiat pultuski

Pożar w wigilię

Ochotnicza Straż Pożarna w Drwałach miała pracować w wigilię. Trzeba było gasić pożar w domu jednorodzinnym w Pniewie. W akcji udział brały również jednostki OSP z Pniewa oraz strażacy z pułtuskiej jednostki ratowniczo-gaśniczej. Źródłem pożaru było zwarcie w zestawie komputerowym znajdującym się na parterze, od którego zajęła się boazeria. Na szczęście udało się zapobiec rozprzestrzenieniu pożaru na pozostałe pomieszczenia.

Przy tej okazji warto też wspomnieć, co wyczytaliśmy na fb OSP w Drwałach. Otóż, praca strażaków ochotników została doceniona przez mieszkańca Warszawy, pana Przemysława, który podarował miejscowej jednostce projektor Acer.

„Posłuży nam do doskonalenia umiejętności, wiedzy oraz do zebrania sprawozdawczych” - napisali mile zaskoczeni prezentem strażacy ochotnicy.

ED



źródło: OSP Drwały

MOBILNE USŁUGI KOSMETYCZNE

- MANICURE • PEDICURE
- HENNA BRWI I RZĘS
- ZABIEGI NA TWARZ I DŁONIE

792 328 214

TYGODNIK PUŁTUSKI



Redaktor naczelny: Ewa Dąbek tel. 512 405 978
Redakcja: tel. 23 692 86 45, redakcja@pultuszcak.pl
Kultura / Społeczeństwo: Grażyna Maria Dzierżanowska, tel. 661 923 317; graza@atessa.pl
Zdjęcia: Henryk Mazurek, tel. 793 233 433; hen.maz@wp.pl
Biuro reklam i ogłoszeń: Anna Płochocka 23 692 86 45, 512 405 972 aplochocka@pultuszcak.pl. Ogłoszenia i reklamy nie stanowią materiału pochodzącego od wydawcy
Adres: 06-100 Pułtusk, ul. Rynek 16,
www.facebook.com/pultuski
Czynne: poniedziałek – piątek 8.00 – 16.00

Prenumerata: realizowana przez RUCH SA, zamówienia składać na stronie www.prenumerata.ruch.com.pl, pytania na e-mail: prenumerata@ruch.com.pl lub telefonicznie pod numerem 801 800 803 lub 22 717 59 59, w godz. 7:00 – 18:00 (koszt połączenia wg. taryfy operatora). Redakcja nie zwraca tekstów nie zamówionych oraz zastrzega sobie prawo ich redagowania i skracania. Nie odpowiadamy za treść zamieszczonych reklam i ogłoszeń.

Druk: Polska Press Łódź.
Nakład: poniżej 15 000



Wydawca: Agencja TIO
e-mail: agencja@tio.com.pl
Legionowo, ul. Rynek 2

Stowarzyszenie
Gazet
Lokalnych



Wszystko tak szybko przemija
i nim się spostrzeżemy,
dobiłszy już do kresu życia...
Rupert Mayer

Na pożegnanie z matką
zawsze jest za wcześnie...

Naszej przyjaciółce **ANI PŁOCHOCKIEJ**,
z powodu śmierci ukochanej

MAMY KAROLINY

przekazujemy płynące z głębi serca słowa współczucia.

Aniu, zapamiętamy twoją Mamę jako pogodną, życzliwą ludziom osobę.
Niech spoczywa w pokoju po trudach doczesnego życia.
Przyjaciele



"Umarłych wieczność dotąd trwa,
dokąd pamięcią im się płaci"
Wisława Szymborska

22 grudnia 2022 roku zmarła

Ś.P. KAROLINA PŁOCHOCKA

ukochana Mama, Babcia i Siostra.

JEJ córce Annie

składamy najszczerze wyrazy współczucia
i przekazujemy słowa otuchy w tych trudnych chwilach.

Wydawca oraz koleżanki i koledzy z Tygodnika Pułtuskiego,
Mazowieckiego TO i OWO i Tygodnika Nowodworskiego.

DOM POGRZEBOWY
Kraszewski
Pułtusk ul. Kościuszki 78
www.kraszewski.info
501634440 236922000

23.11.2022 roku,
w wieku 60 lat zmarł
**Ś.P. ANDRZEJ
STAŃKOWSKI**

26.11.2022 roku,
w wieku 82 lat zmarł
ukochany Mąż, Tata,
Dziadek i Brat
**Ś.P. WITOLD
PODLASKI**

26.11.2022 roku,
w wieku 89 lat zmarła
ukochana Mama, Babcia
i Prababcia
**Ś.P. JADWIGA
SZTREJA**

27.11.2022 roku,
w wieku 73 lat zmarł
ukochany Mąż, Tata,
Dziadek i Brat
**Ś.P. JULIAN
MOŚCICKI**

DOM POGRZEBOWY
KESY
www.kesy.pl
23 692 2001 604 470 616
Pułtusk, ul. Traugutta 2a

26.11.2022 roku,
w wieku 22 lat zmarł
ukochany Syn i Wnuczek
**Ś.P. KRYSZTOF
GABRIEL
KOWNACKI**

04.12.2022 roku,
w wieku 89 lat zmarła
ukochana Mama, Babcia
i Prababcia
**Ś.P. GENOWEFA
KOPCIARA**

PODWYŻKA ZA ŚMIECI na 35 zł od osoby

Wśród projektów uchwał na sesję Rady Miejskiej, która odbędzie się już po ukazaniu się tego numeru Tygodnika, w środę 28 grudnia, znalazł się ten dotyczący podwyżki opłat za odbiór odpadów dla mieszkańców gminy Pułtusk

Proponowana miesięczna stawka opłaty za gospodarowanie odpadami komunalnymi od właścicieli nieruchomości, na których zamieszkują mieszkańcy, jeżeli odpady są zbierane w sposób selektywny, to 35 zł od osoby. Przypomnijmy że dotychczas obowiązującą stawką było 29 zł od osoby, czyli opłata wzrosłaby o 6 zł miesięcznie.

W uzasadnieniu do projektu uchwały czytamy między innymi, że konieczność zwiększenia stawek wynika z wyższych kosztów odbioru i unieszkodliwiania odpadów. Powyższe zmiany nie powodują konieczności składania nowej deklaracji przez właściciela nieruchomości. Zgodnie z art. 6r ust. 2 ustawa o utrzymaniu czystości i porządku w gminach, z pobranych opłat za gospodarowanie odpadami komunalnymi gmina pokrywa funkcjonowanie systemu gospodarowania odpadami. Są to koszty odbierania, transportu,

zbierania, odzysku i unieszkodliwiania odpadów komunalnych, tworzenia i utrzymania punktów selektywnego zbierania odpadów komunalnych, obsługi administracyjnej systemu, edukacji ekologicznej w zakresie prawidłowego postępowania z odpadami komunalnymi.

Ostatni głos w tej kwestii mają radni, którzy mogą przyjąć lub odrzucić proponowaną przez burmistrza podwyżkę, problem w tym, że gminny system gospodarki odpadami, zgodnie z obowiązującymi przepisami, musi się domykać finansowo. I znowu, przy okazji kolejnej podwyżki pojawia się pytanie, czy nie taniej dla mieszkańców byłoby, gdyby pułtusk samorząd skorzystał z propozycji wejścia na nasz rynek firmy z zewnątrz? W 2020 roku taką propozycję złożyła firma BŁYSK, obsługująca z powodzeniem ościenne gminy, za niższe kwoty niż płać mieszkańcy

gminy Pułtusk. Dla przykładu, w tym roku, w gminie Szelków miesięczna stawka za odbiór odpadów wynosiła 22 zł. Wcześniej pisaliśmy o ofercie makowskiej firmy Błysł, która zobowiązywała się do świadczenia usług wywozu odpadów z naszej gminy z gwarancją pozostawienia dotychczasowe ceny, zatrudnienia pracowników naszej spółki gminnej i zabierania odpadów na własną instalację firmy, co wyeliminowałoby koszty przekazywania ich do Ciechanowa. Błysł ma dobre opinie w ościennych gminach, które obsługuje. Dlaczego więc nie spróbować na rok czy pół roku zaufać tej firmie i przekonać się, czy składane deklaracje przełożą się na rzeczywistość? Swego czasu zapytaliśmy o to burmistrza Wojciecha Gregorczyka. Napisał wtedy, że *Samorząd Pułtusk posiada własną spółkę, która jest w stanie zapewnić dobrą jakość usług po cenach*

nie wyższych niż stosowane w porównywalnych usługach okolicznych miast i gmin. To zapewni przeprowadzenie zmian w gospodarce odpadami (obowiązek selektywnej zbiórki, ograniczenie ilości odpadów i odzysku surowców wtórnych) pod pełną kontrolą organów gminy. Dla obsługi systemu gospodarki odpadami Burmistrz rekomenduje więc korzystanie z usług naszego przedsiębiorstwa.

Burmistrz stoi na stanowisku, że skoro Rada Miejska podjęła uchwałę o utworzeniu spółki Pułtuskie Przedsiębiorstwo Usług Komunalnych i nie wycofała się z tego postanowienia, to jego obowiązkiem jest zapewnienie funkcjonowania, w tym korzystanie z usług spółki w zakresie obsługi systemu gospodarki odpadami. Uczyni jednak wszystko, by jakość wykonywanych usług była na jak najwyższym poziomie.

ED



Zdjęcie z wypadku w miejscowości Głuchy, ze strony Komendy Policji w Wyszkowie

Po sąsiedzku

Tragiczne święta na drogach

Jak donosi rzecznik wyszkowskiej policji mł. asp. Wioleta Szymanik, 26 grudnia, tuż po godzinie 20.35, dyżurny Komendy Powiatowej Policji w Wyszkowie został powiadomiony o zdarzeniu drogowym, do którego doszło na drodze krajowej S-8, w miejscowości Głuchy. Jak ustalili wstępnie wyszkowscy funkcjonariusze, kierujący pojazdem 24-letni mężczyzna, z nieustalonych przyczyn zjechał z drogi przecinając siatkę oddzielającą drogę ekspresową od serwisowej, a następnie uderzył w drzewo. W pojeździe, poza kierowcą, znajdowało się 3 pasażerów. Dwoje z nich, kobieta i mężczyzna, ponieśli śmierć na miejscu. Kierowca i trzeci pasażer zostali przetransportowani do szpitala. Niestety, obrażenia 24-latką okazały się na tyle poważne, że pomimo udzielonej mu pomocy medycznej, jego życia nie udało się uratować. Z kolej podkom. Monika Winnik z KPP w Makowie Mazowieckim poinformowała, że policjanci pod nadzorem prokuratora wyjaśniają przyczyny wypadku drogowego, do którego doszło 23 grudnia, około godz. 18.30, w miejscowości Zalesie. Według wstępnych ustaleń,

33-letni kierujący VW Passatem na łuku drogi, z nieustalonych przyczyn, zjechał z drogi i uderzył w drzewo. W wyniku zderzenia śmierć poniósł 26-letni pasażer. Kierujący oraz drugi 28-letni pasażer z ciężkimi obrażeniami ciała trafili do szpitala. Badanie trzeźwości kierującego wykazało w jego organizmie blisko promil alkoholu.

red.

TU STARAMY SIĘ BUDOWAĆ NASZĄ OJCZYZNĘ

Niedawno odbyło się spotkanie prasowe z ministrem rolnictwa i rozwoju wsi Henrykiem Kowalczykiem, któremu towarzyszył pełnomocnik okręgowy OKRĘGU 46 OSTROŁĘKA Marcin Grabowski. W skład okręgu wchodzi powiaty: makowski, ostrołęcki, pułtusk, wyszkowski, ostrowski oraz miasto Ostrołęka. Pierwszy z omawianych tematów dotyczył nowych zasad programu CZYSTE POWIETRZE

- Od 3 stycznia rusza nowa edycja programu CZYSTE POWIETRZE. Program był wdrożony w 2018 roku, w tej chwili jest bardzo intensywnie realizowany i co roku następują w nim pewne modyfikacje. Na następny rok również są przewidziane modyfikacje – rozpoczął swoją wypowiedź premier Henryk Kowalczyk, który zachęcał do tego, aby „przy tej zimie i przy tej cenie węgla szczególnie pomyśleć o tym, żeby dokonać termomodernizacji, odejść od węgla i przejść na znacznie tańsze źródło ciepła”.

Modernizacji/korekt w programie jest wiele. Dużo w nich liczb/kwot, dlatego zainteresowanych odsyłamy na strony internetowe Wojewódzkiego

Funduszu Ochrony Środowiska, gdzie podano szczegółowe informacje.

Pełnomocnik okręgowy Marcin Grabowski: - To ważny program dla rodzin, mieszkańców, dla nas Polaków. Panu premierowi i polskiemu rządowi dziękuję i gratuluję. Dziękuję państwu za tak dużą obecność, bo to ważne, że państwo jesteście i ten przekaz może pójść na cały region. Szczególnie na ten nasz region, na te kilka ważnych powiatów, gdzie żyjemy, gdzie mieszkamy, gdzie staramy się budować NASZĄ OJCZYZNĘ – powiedział M. Grabowski i oddał głos premierowi.

- Po konwencji POLSKIEJ WSI w Przysusze, kiedy to

był przedstawiony program rolny i zamierzenia, pojawiły się wiadomości na różnych forach internetowych, niestety, kłamliwe. Rozpowszechniało je Polskie Stronnictwo Ludowe, a ja nie lubię, jak ktoś przekręca liczby i oszukuje – zaczął premier Kowalczyk i przeszedł do szczegółowych informacji. A chodziło o „niższe dopłaty – spadek kwoty dopłat bezpośrednich do 118 euro”. A było inaczej, podał mówca, bowiem „w r. 2015 dopłaty do jednego ha wynosiły 241 euro, a w 2023 wyniosą 270 euro do ha”.

Drugi zarzut: „Polska za mało wydała, jeśli chodzi o program rozwoju obszarów wiejskich 2014 – 2020”. H.

Kowalczyk: - A do końca realizacji tego programu mamy jeszcze 3 lata, dużo czasu. 65% pieniędzy wypłacono z tego programu i mamy już umowy na 79% pieniędzy, będą jeszcze uruchomiane nabory i gwarantuję, że ani jedno euro nie zostanie zwrócone do Brukseli.

Trzeci zarzut: za rządów PiS zlikwidowano 130 tys. gospodarstw. – Nie wiem, skąd się ta liczba wzięła? – powiedział H. Kowalczyk i odniósł się do kolejnych tzw. ataków PSŁ, czyli do rekordowych cen nawozów; przywozu zboża z Ukrainy; sprzedaży cudzoziemcom w 2021 r. 1500 ha gruntów.

ZAPISAŁ

Kazimierz Dzierżanowski, też zdjęcie



KRONIKA POLICYJNA

20.12.2022, Pułtusk

Nieznany sprawca, za pośrednictwem popularnego portalu sprzedażowego, doprowadził do niekorzystnego rozporządzenia mieniem 59-letniego mieszkańca powiatu pułtuskiego w ten sposób, że pomimo wpłaconej zaliczki w kwocie 280 zł, za zakupiony silnik do ciągnika, towaru nie otrzymał.

20.12.2022, Pułtusk

Nieznany sprawca z wnętrza niezabezpieczonego pojazdu, dokonał kradzieży telefonu komórkowego o wartości 1200 zł, działając na szkodę 30-letniego mieszkańca Pułtusk.

21.12.2022, Pułtusk

37-letni mieszkaniec pow. płońskiego kierował samo-

chodem po drodze publicznej wbrew decyzji o cofnięciu uprawnień do kierowania pojazdami mechanicznymi.

22.12.2022, Pułtusk

52-letni mieszkaniec pow. pułtuskiego kierował samochodem po drodze publicznej wbrew decyzji o cofnięciu uprawnień do kierowania pojazdami mechanicznymi.

22.12.2022 Pułtusk

Nieznany sprawca, z zaparkowanego pojazdu na niestrzeżonym parkingu, dokonał kradzieży dwóch tablic rejestracyjnych o wartości 90 zł, działając na szkodę 42-letniej mieszkanki Pułtusk.

Liczba legitymowań: 995
Interwencji policyjnych: 22
Nietrzeźwych kierujących: 0
KPP w Pułtusk

REKLAMA

DWÓR NAD NARWIĄ

SYLWESTER

W "DWORZE NAD NARWIĄ"

Serdecznie zapraszamy na Bal Sylwestrowy

Zapewniamy:

- DOSKONAŁĄ KUCHNIĘ
- MUZYKĘ DLA KAŻDEGO
- ZABAWĘ DO BIAŁEGO RANA...

400 ZŁ PARA

531 552 239



MAZOWIECKA KRONIKA KRYMINALNA



PUŁTUSKI. Święty Mikołaj w Policji

Policjanci pomagają mieszkańcom nie tylko w ramach swoich obowiązków służbowych. Kierowani dobrocią serca, często robią coś więcej. Przykładem tego jest postawa dzielnicowych z pułtuskiej komendy, którzy w trakcie wykonywania codziennych zadań natrafili na rodziny potrzebujące wsparcia i... szybko zorganizowali pomoc



Mundurowi z okazji zbliżających się Świąt Bożego Narodzenia, wyszli z inicjatywą pomocy. Dzielnicowi dzięki swojemu rozpoznaniu rejonu służbowego, przeanalizowaniu potrzeb znanych im mieszkańców, wytypowali rodziny w trudnej sytuacji materialnej. Z własnych pieniędzy zakupili zabawki, słodycze oraz choinki dla dzieci. Wszystko po to, by oprócz niezbędnej pomocy sprawić również radość i wywołać uśmiech na twarzach najmłodszych. Jest to kolejny przykład na to, że w każdej sytuacji można liczyć na pułtuskie stróżów prawa. Każdego dnia pomagają oraz reagują w różnych sytuacjach, nawet z narażeniem własnego życia. Udział w akcjach, dzięki którym mogą pomóc potrzebującym jest dla nich największą satysfakcją. Bezcenny uśmiech, po



otrzymaniu prezentów, który zagościł na twarzach dzieci powoduje niezmierną radość z niesienia pomocy innym.

LEGIONOWO.

Znęcał się nad rodziną

Kara do 5 lat pozbawienia wolności grozi mężczyźnie zatrzymanemu przez legionowskich policjantów, a podejrzanemu o znęcanie się nad rodziną. Sprawca pod wpływem alkoholu znęcał się psychicznie nad swoją partnerką i dziećmi. Na podstawie zebranego przez policjantów materiału prokurator zastosował wobec niego m. in. dozór policyjny

Legionowscy policjanci po jednej z interwencji domowych zatrzymali 38-latkę. Policjanci ustalili, że mężczyzna znęcał się psychicznie nad swoją konkubinę i dziećmi. Jak wynika z ustaleń śledczych, sprawca będąc pod wpływem alkoholu, wszczynął awantury domowe w trakcie, których wyzywał i poniżał członków rodziny. Swojej partnerce groził pozbawieniem życia. Mężczyzna noc spędził w policyjnej celi. W momencie zatrzymania był nietrzeźwy, w organizmie miał blisko promil alkoholu. Po wytrzeźwieniu mieszkaniec powiatu legionowskiego usłyszał zarzut znęcania się nad rodziną. Na podstawie zebranego przez policjantów materiału prokurator zastosował wobec 38-latkę policyjny dozór. Dodatkowo mężczyzna ma zakaz zbliżania się do pokrzywdzonych oraz nakaz opuszczenia mieszkania, w którym przebywał razem z kobietą i dziećmi. Teraz za swoje czyny domowy agresor odpowie przed sądem. Grozi mu kara nawet do 5 lat pozbawienia wolności.

CZOSNÓW. Miał zakaz kierowania pojazdów

W niedzielę mundurowi z czosnowskiego komisariatu podjęli interwencję wobec kierowcy fiata. Okazało się, że mężczyzna w organizmie miał aż 2 promile alkoholu. Dodatkowo 48-latek posiadał dożywotni zakaz prowadzenia pojazdów mechanicznych. Grozi mu kara do 5 lat pozbawienia wolności

25 grudnia 2022 r. o 12:25, dzielnicowi z Komisariatu Policji w Czosnowie patrolowali rejon gminy. W pewnym momencie na zauważyli fiata, który wyjechał ze stacji paliw na drogę 579. Kierujący pojazdem na widok radiowozu, włączył kierunkowskaz i ponownie próbował wjechać na stację paliw. Wzbudziło to podejrzenia funkcjonariuszy, którzy zatrzymali auto do kontroli drogowej. Za kierownicą pojazdu siedział 48-latek. Już na początku interwencji mundurowi wyczuli od niego woń alkoholu. Badanie stanu trzeźwości tylko potwierdziło ich przypuszczenia. Alkosensor wykazał, że mieszkaniec czosnowskiej gminy w wydychanym powietrzu ma 2 promile alkoholu. Mężczyzna przyznał się mundurowym, że pił wcześniej alkohol. Policjanci ustalili również w policyjnym systemie, że 48-latek posiada dożywotni zakaz prowadzenia pojazdów mechanicznych, wydany przez Sąd Rejonowy w Nowym Dworze Mazowieckim. Zgodnie z kodeksem karnym, za niestosowanie się do sądowego zakazu oraz kierowanie pojazdem mechanicznym, znajdując się w stanie nietrzeźwości, grozi kara 5 lat pozbawienia wolności. Postępowanie w tej sprawie prowadzone jest pod nadzorem Prokuratury Rejonowej w Nowym Dworze Mazowieckim.

JABŁONNA.

Wychłodzony senior uratowany przez policję

Policjanci z jabłonowskiego komisariatu pomogli starszemu mężczyźnie, który samotnie zamieszkiwał w nieogrzewanym domu na terenie gminy. Zgłoszenie o seniorze, który może potrzebować pomocy, funkcjonariusze otrzymali od mieszkańca gminy. 75-latek wywieziony trafił do szpitala

W minionym tygodniu policjanci patrolujący gminę Jabłonna, od jednego z mieszkańców, otrzymali informacje o samotnie mieszkającym mężczyźnie, który nie był widziany od kilku dni i prawdopodobnie może potrzebować pomocy z uwagi na niskie temperatury. Funkcjonariusze pojechali pod wskazany adres. Przy pomocy kolegów z Państwowej Straży Pożarnej dostali się do domu. Tam zastali 75-letniego mężczyznę, który był wyraźnie wyziebiony. Na miejsce natychmiast wezwano zespół ratownictwa medycznego. Medycy po wstępnym przebadaniu seniora podjęli decyzję o jego hospitalizacji. Sytuacja, w jakiej znajdował się senior realnie zagrażała jego zdrowiu i życiu, jednak dzięki przekazanej informacji oraz szybkiej reakcji służb udało się zapobiec tragedii.

Apelujemy po raz kolejny o reakcję w takich przypadkach.

Zaglądamy do naszych samotnie mieszkających sąsiadów, interesujemy się osobami bezdomnymi. Czasem takie zgłoszenie, jeden telefon na numer alarmowy 112, mogą uratować czyjeś życie.

SEROCK. Kierował po spożyciu

Kilka dni temu mundurowi z legionowskiej drogówki podjęli interwencję wobec kierowcy fiata. Okazało się, że mężczyzna znajdował się w stanie po użyciu alkoholu. Dodatkowo, na koncie kierującego autem 36-latek figurował zakaz prowadzenia pojazdów mechanicznych. Niestosowanie się do sądowego zakazu to przestępstwo, zagrożone karą do 5 lat pozbawienia wolności

We wtorek przed południem na terenie gminy Serock, funkcjonariusze drogówki zatrzymali do kontroli drogowej osobowego fiata. Za kierownicą pojazdu siedział 36-latek. Już na początku interwencji mundurowi wyczuli od niego woń alkoholu. Badanie stanu trzeźwości tylko potwierdziło ich przypuszczenia. Mężczyzna znajdował się w stanie po użyciu alkoholu. Alkosensor wykazał, że w wydychanym powietrzu ma 0,3 promila alkoholu. Policjanci ustalili również w policyjnym systemie, że mężczyzna posiada aktywny zakaz prowadzenia pojazdów mechanicznych, wydany przez sąd, który obowiązuje do czerwca 2023 roku. Zgodnie

z kodeksem karnym, za niestosowanie się do sądowego zakazu, grozi do 5 lat pozbawienia wolności. Mężczyzna odpowie również za kierowanie pojazdem mechanicznym, po użyciu alkoholu. Postępowanie w tej sprawie prowadzone jest pod nadzorem Prokuratury Rejonowej w Legionowie.

PUŁTUSK. Grozi mu 5 lat za kradzież

W ręce policjantów z pułtuskiego wydziału kryminalnego po raz kolejny wpadł mężczyzna podejrzany o kradzież. Funkcjonariusze ustalili, że dokonał kradzieży markowych perfum w jednej z drogerii na terenie Pułtusk. 44-latek za kradzież odpowie teraz przed sądem. Grozi mu do 5 lat pozbawienia wolności

Skuteczne działania pułtuskich kryminalnych doprowadziły do ustalenia osoby podejrzanej o dokonanie kradzieży sklepowej. Policjanci do sprawy zatrzymali 44-letniego mieszkańca Pułtusk. Zgromadzony materiał pozwolił przedstawić zatrzymanemu mężczyźnie zarzuty kradzieży. Z ustaleń policjantów wynika, że jego łupem padły perfumy o wartości około 3400 zł. Przestępstwo kradzieży cudzego mienia zagrożone jest karą nawet 5 lat pozbawienia wolności.

KPP: Legionowo
/ Nowy Dwór Maz.
/ Pułtusk

WARUNKI

1. "VOUCHER NA PRZYSZŁOŚĆ" MOŻE BYĆ WYKORZYSTANY NA WSZYSTKIE USŁUGI OFEROWANE PRZEZ POLSKĄ AKADEMIE NUK DOM ZJAZDÓW I KONFERENCJI W JABŁONNIE - PAŁAC JABŁONNA.
2. VOUCHER NIE PODLEGA WYMIANIE NA GOTÓWKĘ.
3. WYKORZYSTANIE VOUCHERA WYMAGA POTWIERDZENIA TERMINU I GODZINY REZERWACJI W DZIK PAŁAC W JABŁONNIE.
5. DZIK PAŁAC W JABŁONNIE NIE PONOSI ODPOWIEDZIALNOŚCI ZA ZGUBIENIE LUB ZNISZCZENIE VOUCHERA
6. DZIK PAŁAC W JABŁONNIE REZERWUJE SOBIE PRAWO DO NIE PRZYJĘCIA ZNISZCZONEGO VOUCHERA.
7. VOUCHER MOŻNA WYKORZYSTAĆ DO 31.12.2023 R.

WWW.PALACJABLONNA.PAN.PL

PAŁAC W JABŁONNIE VOUCHER NA PRZYSZŁOŚĆ

150 ZŁ

Do wykorzystania na wszystkie usługi oferowane przez DZiK Pałac w Jabłonie do 31.12.2023 r.

Numer, pieczęć:



PAŁAC W JABŁONNIE
UL. MODLIŃSKA 105
05-110 JABŁONNA
MAIL: INFO@PALACJABLONNA.PAN.PL
WWW.PALACJABLONNA.PL
TEL.: +48 22 774-48-62
+48 22 782-44-33



PAŁAC W JABŁONNIE

VOUCHER NA PRZYSZŁOŚĆ

150 ZŁ

*WAŻNY DO XII 2023
NA WSZYSTKIE USŁUGI
ŚWIADCZONE PRZEZ
DZIK PAŁAC W JABŁONNIE



Podinsp. Paweł Antońkiewicz Komendantem Powiatowym Policji w Pułtusk

20 grudnia, w Sali Koncertowej Domu Polonii w Pułtusk, odbyła się uroczysta zbiórka z okazji powołania podinsp. Pawła Antońkiewicza na stanowisko Komendanta Powiatowego Policji w Pułtusk. Ceremonia odbyła się z udziałem Komendanta Wojewódzkiej Policji z Radomiu nadinsp. Waldemara Wołowca oraz zaproszonych gości

Komendant Wojewódzkiej Policji z Radomiu, nadinsp. Waldemar Wołowicz rozkazem personalnym, powierzył stanowisko Komendanta Powiatowego Policji w Pułtusk podinsp. Pawłowi Antońkiewiczowi, pogratulował awansu oraz życzył powodzenia w podejmowaniu samych dobrych decyzji na nowym stanowisku.

Podinsp. Paweł Antońkiewicz obejmując stanowisko Komendanta Powiatowego Policji w Pułtusk zapewnił, że dołoży wszelkich starań, aby wiedzę i zdobyte dotychczas doświadczenie jak najlepiej

wykorzystać w służbie na rzecz utrzymania wysokiego poziomu bezpieczeństwa mieszkańców powiatu pułtuskiego. Gratulacje i życzenia nowemu komendantowi złożyli również obecni na uroczystości

przedstawiciele policji, prokuratury i sądu rejonowego w pułtusk, straży pożarnej, samorządowcy, zastępca dyrektora Domu Polonii w Pułtusk Włodzimierz Żbikowski, a także policjanci i pracownicy

cywilni Komendy Powiatowej Policji w Pułtusk.

Tygodnik również gratuluje nowo powołanemu komendantowi, życząc satysfakcji z niełatwej pracy.

źródło: KPP w Pułtusk

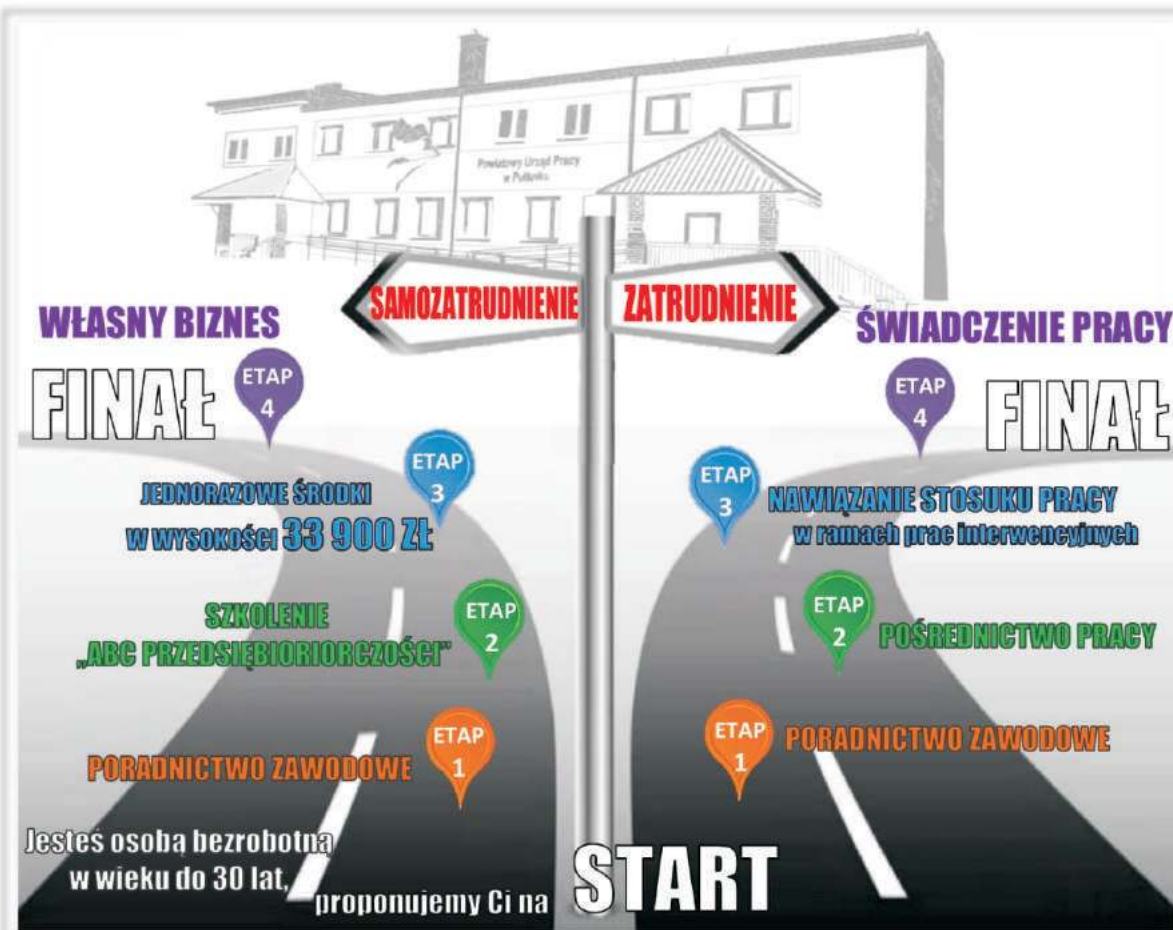
OGŁOSZENIE

Rzeczpospolita
PolskaUnia Europejska
Europejski Fundusz Społeczny

Dyrektor Powiatowego Urzędu Pracy w Pułtusk
informuje o realizowanym projekcie konkursowym pn.:

„POWER ku przedsiębiorczości”

2023 rok, to kontynuacja pionierskiego zadania, którego podjął się Powiatowy Urząd Pracy w Pułtusk w roku ubiegłym. Spośród 39 mazowieckich urzędów pracy, tylko 3 – w tym lokalny PUP, wdrożyły rozwiązania przyjęte dla Działania 1.2 Wsparcie osób młodych na regionalnym rynku pracy – projekty konkursowe, Poddziałania 1.2.1 Wsparcie udzielane z Europejskiego Funduszu Społecznego Programu Operacyjnego Wiedza Edukacja Rozwój.



Projekt współfinansowany przez Unię Europejską ze środków Europejskiego Funduszu Społecznego

**Szczegółowe informacje na temat Projektu
można uzyskać w siedzibie Powiatowego Urzędu Pracy w Pułtusk**



Dane kontaktowe: Powiatowy Urząd Pracy w Pułtusk
ul. Nowy Rynek 3, 06-100 Pułtusk
tel. 23 692 68 55, 23 692 09 88, 23 692 58 31
e-mail: sekretariat@pultusk.praca.gov.pl
strona internetowa: www.pultusk.praca.gov.pl
adres portalu: www.mapadotacji.gov.pl



Zaginął Łukasz Małachowski

W poniedziałek, w trakcie przygotowywania do druku tego numeru Tygodnika, pułtusk policja ogłosiła komunikat o zaginięciu mieszkańca gminy Pokrzywnica

30-letni Łukasz Małachowski, mieszkaniec miejscowości Pogorzelec w gminie Pokrzywnica, wyszedł z domu w niedzielę 25 grudnia, do chwili obecnej nie wrócił i nie nawiązał kontaktu z rodziną. Wszystkie osoby, które mają jakiegokolwiek informacje na temat zaginionego i jego aktualnego miejsca pobytu proszone są o kontakt z Policją.

Mężczyzna jest krępej budowy ciała, ma około 175 cm wzrostu, czarne włosy. W dniu zaginięcia ubrany był w bluzę z pomarańczowym pasem, niebieskie dżinsowe spodnie. Mężczyzna może poruszać się pojazdem marki Seat Ibiza o nr rej. WWY 49358, koloru białego. W działaniach poszukiwawczych zaangażowani są wszyscy będący w służbie policjanci. Osoby, które posiadają jakiegokolwiek informacje na temat zaginionego, proszone są o kontakt z funkcjonariuszami Komendy Powiatowej Policji w Pułtusk, tel. 47 70 34 200 lub 112.

sierż. Renata Soból



Za 30 lat stracimy świerkowe choinki

Za 3-4 dekady z Polski może zniknąć świerk pospolity – przewiduje prof. Przemysław Bąbalewski z Uniwersytetu Przyrodniczego we Wrocławiu. Podkreśla, że popularnemu drzewu, wybranemu często na bożonarodzeniową choinkę, zagraża rosnąca temperatura oraz brak wody



Prof. Przemysław Bąbalewski, dendrolog z Uniwersytetu Przyrodniczego, na przykładzie Wrocławia wskazuje, że w ciągu 20 lat średnia temperatura w mieście wzrosła z ponad 8 do prawie 10 stopni Celsjusza. „Odpowiada za to gwałtownie zmieniający się klimat” – stwierdza.

Jak tłumaczy, aby drzewo mogło odpowiednio funkcjonować, musi mieć dostęp do wody ze względu na proces fotosyntezy. „W tym procesie powstają cukry, z których drzewa budują swoje tkanki. W wodzie są rozpuszczone sole mineralne, czyli potrzebne do ich prawidłowego wzrostu makro i mikroelementy” – zauważa.

Według eksperta UPWr obecnie na skutek ograniczonego dostępu do wody drzewa są niedożywione. „Do tego należy dodać suche powietrze, które powoduje, że drzewa są bardzo osłabione, zasychają i w konsekwencji są bardziej podatne na działanie szkodników, takich jak np. kornik” – tłumaczy.

Wskazuje, że zjawisko to jest szczególnie widoczne w Sudetach, gdzie można dostrzec całe połacie wymierających lasów świerkowych. „Roczna średnia temperatura gwałtownie wzrasta i widać ewidentne objawy niedoboru wody, gdyż rośliny i gleba oddają wodę w procesie parowania. Opady, jeżeli już są, to dosyć nietypowe, bardzo intensywne. Większość wody trafia do rzek, nie wsiąka do gruntów i rośliny nie mogą z niej skorzystać” – mówi profesor.

Jak dodaje, w górach, które są naturalnym miejscem dla tego gatunku - i gdzie jest większa wilgotność, teoretycznie świerk powinien radzić sobie lepiej. „Jednak nawet tam, z powodu wspomnianych rosnących temperatur i braku odpowiedniej ilości wody obserwujemy, że świerków systematycznie ubywa” – zwraca uwagę.

Prof. Bąbalewski podkreśla, że przyroda będzie musiała się dostosować i będzie to trudny i nieprzewidywalny proces. Jego zdaniem, świerk pospolity, czy sosna pospolita, w przyszłości zmienią naturalne granice swoich zasięgów i przeniosą się na północ Polski, gdzie jest chłodniej i wilgotniej. „Czekają nas duże zmiany, obecne lasy, jakie znamy, raczej nie przetrwają. Będą zastępowane gatunkami drzew i krzewów o dużo niższym wzroście” – podsumowuje.

PAP - Nauka w Polsce, Agata Tomczyńska



Jemioła stanowi pokarm dla zimujących w naszej strefie jemiołuszek i jest schronieniem dla gatunków wcześniej rozpoczynających lęgi. Dlaczego jest jej na drzewach coraz więcej i jaką pełni rolę w ekosystemie i kulturze – wyjaśniają naukowcy z Uniwersytetu Przyrodniczego

Jak obserwują przyrodnicy, jemioła rozprzestrzenia się w ostatnich dekadach coraz szybciej. Zajmuje nowe gatunki drzew, staje się liczna w krajobrazie rolniczym i leśnym, wywołując tym zmartwienie leśników i ogrodników. Dawniej jednak była rośliną rzadką. Z czasem jemioła, zwana królewskim pasożytem, trafiła pod sufity domostw, stając się jednym z symboli Bożego Narodzenia.

O zależnościach, jakie łączą jemiołę z ptakami, mówi cytowany w materiale prasowym prof. Piotr Tryjanowski, ornitolog z Uniwersytetu Przyrodniczego w Poznaniu. „Dzięki



Jemiołuszki tym razem na jarzębinie ale lubią także kulki jemioły.

Jemioła - zimowy ptasi przysmak

atrakcyjności pokarmowej, jemioła szeroko się rozprzestrzenia. Nasiona kielkują bowiem po przejściu przez przewód pokarmowy, a kleista substancja pozwala im na szybkie przytwierdzenie się do drzew, gdy wraz z odchodami opuszczają ptasie ciało” – wyjaśnia.

ZWIĄZEK JEMIOŁUSZKI Z JEMIOŁĄ

Ornitolog zachęca do poznania zwyczajów jemiołuszek, pięknie ubarwionego gatunku ptaka przylatującego do nas na zimę.

„Choć jemiołuszka na terenach lęgowych w Fennoskandii i na dalekiej Syberii jada komary i meszki, to przylatując do nas na zimę radykalnie zmienia dietę na wegetariańską i najłatwiej stadka tych ptaków można spotkać na jarzębinie i właśnie na jemiołach” – wyjaśnia prof. Tryjanowski.

Zaznacza, że podglądanie jemiołuszek jest trudne. Jednak obserwując kulki jemioły, można dostrzec inne gatunki.



Srokosz jeden z najwcześniej rozpoczynających wiosną legi ptaków uwielbia kulki jemioły jako miejsce założenia gniazda.

Fot. Wikipedia - Marek_Szczepanek

Jednym z nich jest paszkot, którego naukowa nazwa łacińska *Turdus viscivorus* oznacza drożd jemiołod. Paszkoty w Polsce są coraz liczniejsze. Swoich terytoriów bronią wokół drzew z jemiołami, stanowiącymi ich podstawowe pożywienie w okresie zimowym.

LEP NA PTAKI

Łacińska nazwa jemioły *Viscum* oznacza tyle, co lep. Jak przypomina prof. Tryjanowski, w starożytnym Rzymie z kleistych owoców jemioły przyrządzano specjalny klej i smarowano nim gałązki, by w ten sposób chwytac małe ptaki. Zwyczaj ten stosowali kłusownicy także wiele wieków później. Dla przyrodników jednak jemioła jest atrakcyjniejsza niż przygotowany z niej klej.

„W sensie przenośnym jemioła nadal jest takim lepem na ptaki. Hiszpańskie badania pokazały, że jej owoce są zjadane nie tylko przez wymienianego wcześniej paszkota,

ale i inne gatunki drożdów: kosa, drożd śpiewaka, drożd dzika, drożd obrożnego, ale także przez rudziki, sikory, sójkę, a nawet raniuszkę” – wylicza naukowiec.

Dodaje, że jemioła to nie tylko ptasi pokarm, ale i miejsce schronienia. Roślina pozostaje zielona nawet w czasie zimy i wczesnej wiosny, kiedy to drzewa pozbawione są liści. „Wtedy jemioły są najbardziej widoczne, choćby na topolach, jednak ich wnętrza stanowią dogodne schronienie i maskują wszystko co w środku” – dopowiada prof. Tryjanowski.

Podkreśla, że takie schronienie ma kapitalne znaczenie dla ptaków wcześniej rozpoczynających lęgi, w tym dla srokosza. Gniazdo umieszczone w kuli jemioły jest naprawdę trudne do znalezienia, tak dla ornitologów, jak i dla drapieżników. Z takiej osłony korzystają również same ptaki drapieżne, co udokumentowano dla trzmiołodów gniazdujących w Białowieży.

PAP - Nauka w Polsce

Co tydzień zjadamy nawet 5 gramów mikroplastiku

Chociaż mikroplastik jest wszechobecny w żywności, a co tydzień zjadamy go nieświadomie nawet 5 g, to wciąż brak oszacowań, jaka dawka jest dla organizmu bezpieczna. Niestety na horyzoncie pojawia się jeszcze trudniejszy do pokonania i badania wróg: nanoplastik - mówi dr hab. Małgorzata Grembecka

„Najpierw my zanieczyszczamy środowisko tworzywami sztucznymi, a potem one zanieczyszczają nas. Dla własnego dobra powinniśmy więc ograniczyć zużycie plastiku” - komentuje bromatolog, czyli naukowczyni zajmująca się badaniem żywności - dr hab. Małgorzata Grembecka z Katedry i Zakładu Bromatologii Gdańskiego Uniwersytetu Medycznego.

„Mikroplastik jest w pożywieniu niemal wszechobecny. Spożywamy go nieświadomie w wodzie, herbacie, napojach gazowanych, winie, piwie, mięsie, rybach, owocach morza, nabiale, miodzie, soli, cukrze, owocach i warzywach” - wymienia. W swojej publikacji w „Critical Reviews in Food Science and Nutrition” badaczka wraz z zespołem przeanalizowała literaturę dotyczącą mikroplastików i sprawdzała, co o szkodliwości tych materiałów już wiadomo, a czego jeszcze nie.

Dr hab. Małgorzata Grembecka opowiada, że mikroplastik, czyli cząstki tworzyw sztucznych o rozmiarach 0,1-5000 mikrometrów - znajdowany jest na ludzkiej skórze,

włosach, w ślinie, w płucach, w próbkach kału, ale i we krwi. Materiał ten nie tylko dostaje się do naszego układu pokarmowego, ale i może przenikać barierę jelitową. Niepokojącą informacją jest również to, że mikroplastik znaleziono w smółce (pierwszych odchodach) noworodków. A to by mogło oznaczać, że mikroplastik jest w stanie przekroczyć nawet barierę krew-łożysko. „Nie tylko jesteśmy sami zanieczyszczeni mikroplastikami, ale i przekazujemy te zanieczyszczenia kolejnym pokoleniom” - mówi badaczka.

Szkodliwe działanie mikroplastiku na organizm może być dwojakie. Po pierwsze: ze względu na skład. I tak wiadomo, że niektóre monomery - a więc cegiełki polimerów tworzących plastik - mają na ludzki organizm działanie toksyczne. Tak jest choćby w przypadku jednostek tworzących polichlorek winylu, polistyren czy żywice epoksydowe. Kolejna kwestia to fakt, że w skład plastiku wchodzi też różne plastyfikatory i substancje, które są do niego dodawane w trakcie produkcji - np. związki endokrynnie czynne.

Innym niekorzystnym działaniem mikroplastiku jest to, że na jego powierzchni mogą się osadzać inne zanieczyszczenia. Materiał ten może więc przenosić do organizmu bakterie, grzyby i patogeny - w tym również i te lekooporne. Mikroplastik może też być nośnikiem dla substancji, które są dla nas zagrożeniem - np. polichlorowanych bifenili, bisfenolu, czy pestycydów.

„Jeśli chodzi o wpływ mikroplastiku na zdrowie, to wiele zależy od tego, gdzie w naszym organizmie się on znajdzie, jaką ma wielkość i jaki jest jego skład. Z tego co na

razie wiadomo możemy jednak mówić, że wywoływać on może: zaburzenia rozwoju, problemy z płodnością, może być też neurotoksyczny, immunotoksyczny, a także genotoksyczny. Wiadomo też, że obecność mikroplastiku zwiększa stres oksydacyjny” - wymienia dr hab. Grembecka.

Badania nad toksycznością mikroplastiku były już prowadzone na rybach, myszach czy owcach. „Jesteśmy jednak dopiero na początku drogi badań nad toksycznością mikroplastiku. Nie ma żadnego oszacowania, jaka dawka mikroplastiku jest bezpieczna. A tygodniowo spożywamy między 0,1 a 5 g tego typu cząstek” - informuje badaczka.

Ludzi czeka ewaluacja, która pozwoli oszacować faktyczną skalę problemu związaną z tym zanieczyszczeniem. „Badania na pewno będą szły w kierunku opracowania metod analizy zawartości mikroplastików w żywności, ale i metod oszacowania ryzyka zdrowotnego dla człowieka. A także ewaluacji toksyczności różnych mikrocząstek - ze względu na wielkość, kształt czy potencjał przechodzenia przez błony śluzowe jelit” - sugeruje bromatolog.

Zwraca też uwagę na kolejny problem, który ludzie zaczynają sobie uświadamiać. Chodzi o nanoplastiki - cząstki plastiku jeszcze mniejsze (mające rozmiar od 1 do 100 nm) niż mikroplastiki. One - ze względu na swoją wielkość i powierzchnię - charakteryzują się jeszcze większą toksycznością niż mikroplastiki, bo są w stanie przechodzić do tkanek. Ich obecność może skutkować wystąpieniem stanu zapalnego i stresu oksydacyjnego. Ponadto, mogą one niekorzystnie wpływać na

płodność i są bardziej neurotoksyczne. „Ze względu jednak na rozmiar tych cząstek badanie ich obecności - choćby w pożywieniu - jest jednak bardzo skomplikowane i ten proces dopiero się zaczyna” - zwraca uwagę badaczka.

Pytana, jakich produktów - ze względu na mikroplastik - powinniśmy w swoim menu unikać, odpowiada: „W tym problem, że jeszcze nie wiadomo”. O ile bowiem w przypadku np. metali ciężkich możemy przewidzieć w jakich produktach mogą się one znajdować ograniczyć ryzyko związane z ich spożyciem, o tyle w przypadku mikroplastików takich informacji brak. Mikroplastiki są bowiem nie tylko w jedzeniu wszechobecne, ale i jeszcze nie do końca wiadomo, jak oznaczać ich zawartość w pokarmie.

Na pytanie, czy ma jakieś rady dla osób, które chciałyby zmniejszyć konsumpcję mikroplastików - bromatolog odpowiada: „Staramy się unikać kupowania produktów zapakowanych w tworzywa sztuczne - zwłaszcza, jeśli chodzi o owoce i warzywa. A wędliny warto pakować w papier (nie zaś - w folię). Wiadomo, nie zawsze rezygnacja z plastiku jest możliwa. Ale wszędzie, gdzie możemy - próbujemy minimalizować ilość tworzyw sztucznych w życiu”.

Plastik bowiem najpierw zanieczyszcza środowisko - trafia do gleby, powietrza, przedostaje się do organizmów roślin i zwierząt - a z nich przechodzi do organizmu człowieka. „Zanieczyszczając środowisko - doprowadzamy w rezultacie do zanieczyszczenia samych siebie” - podsumowuje dr hab. Grembecka.

Nauka w Polsce, Ludwika Tomala



Królewski Ślub W Pałacu



SKONTAKTUJ SIĘ Z NAMI:
TEL. 531 093 982; 507 104 572
INFO@PALACJABLONNA.PAN.PL
WWW.PALACJABLONNA.PL



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
- rewidenta taboru
- manewrowego
- dyżurnego ruchu
- ustawiacza
- ...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.*





NASZE WILKOWYJE

Stół Odpuszczenia

Wigilia to taki dzień, gdy zwierzęta i politycy mówią ludzkim głosem. Nie wiadomo co bardziej szokujące. Miałem strachliwą ciotkę, co całą Wigilię z zatyckami na uszy chodziła. I nie chodziło jej o zwierzęta. U nas w Wilkowojach to pół rządu na Wigilię zjeżdża, jakby czapkę niewidkę zakładali. Nic spod tej czapki nie widać, ani kawałka polityka. Tylko troskliwa matka, sprawiedliwy ojciec, zabawny wujek. Ale ludziom nie do śmiechu. Bo trudno tak odzapać te obrazy telewizyjne, te szczucie na przeciwnika, te kąśliwe riposty, gdzie nie o sprawę chodzi, ale o dowlanie przeciwnikowi.

Pod pewnymi względami to jeszcze gorzej. Bo jak widzisz, że oni w to wszystko nie wierzą, że to dla mamony, władzy, chęci wywyższenia się nad innych, a potem rozjeżdżysz się dookoła, to widzisz, że oni tak na niby, ale emocje w ludziach prawdziwe – ludzie przez to za jednym stołem nie chcą siadać, no bo jak się przelamać oplatkiem ze zdrajcą?

Ksiądz Biskup już trzeci raz Stół Odpuszczenia stawia, bo mówi, że bez tego nijak potem do Wigilii zasiąść. W największej salce katechetycznej, długasny stół, a przy nim cała wieś. Nie cała na raz, tylko po kawalku. Losowanie na mszy w niedzielę jest i każdy godzinę losuje. I potem 23 grudnia każdy jeden z rodziną na określonej godzinie przychodzi i na wyznaczonym miejscu siada. Najpierw trzeba coś miłego o sąsiadach powiedzieć, a że miejsca losowane, to nigdy nie wiesz na kogo trafisz. Wróg to Twój może być zaciekle, a i tak coś miłego powiedzieć musisz. Potem sam musisz powiedzieć, czego w tym roku żałujesz. Ale nawet to nie jest najgorsze, bo potem każdy mówi jakim jest człowiekiem i co dla niego ważne, ino że nie wolno niczego i nikogo atakować. Po co żyjesz? – pyta każdego Ksiądz Biskup i to wyrafinowana tortura jest, bo trudno tak przy rodzinie i sąsiadach na głos kłamać. A prawda jest czasem taka, że człowiek tego sobie sam po cichu nie powie, a co dopiero przy wszystkich na głos. Na koniec każdy co po sąsiedzku siedzi ma powiedzieć jak bliźniemu w osiągnięciu celu pomóc może. I dopiero potem dostajesz karteczkę, co przepustką na Pasterkę jest.

Że to nie przelewki, to się w zeszłym roku okazało, jak Czerepach telewizyjną szopkę se zrobić chciał i na Pasterkę ekipy telewizyjne sprosił. Ale że karteczki nie miał, to go nie wpuszczono i tyle z tego miał, że telewizje pokazały jak się jego ochrona rządowa szarpie z księdzem Maciejem i Michałową. Czerepach, wiadomo, na żaden Stół Odpuszczenia nie przyjdzie, bo dla niego polityka bez kłamstwa i wzniecania nienawiści, to polityka wykastrowana, więc już do nas na Pasterkę nie przyjeżdża. Nawet Ksiądz Biskup nie żałuje, bo nie ma czego.

Ale Prezydent Koziół przychodzi. W tym roku szczerze powiedział, że żałuje, że Prezydentem został, bo to takiej gnidzie jak Czerepach pozwoliło zostać realnym szefem państwa. A gdyby tych wyborów prezydenckich nie wygrał, to Polska Partia Uczciwości bez władzy by zdechła i może by nam wszystkim było lepiej. Tu go Ksiądz Biskup, brat bliźniak rodzony napomniął, że skoro źle o Czerepachu mówi, to powinien teraz coś o nim dobrze powiedzieć. Zadumał się nasz Prezydent, z myślami widocznie walczył, przelamywać się musiał, wreszcie cisza zrobiła się nie do zniesienia, nie tylko wszyscy za stołem się w niego wpatrywali, ale i ci z następnej godziny – przez okna i z sieni. Nie było rady, trzeba było o Czerepachu coś powiedzieć.

Czerepach – powiada – jest jak drogowaskaz. Pokazuje, że jest droga, na której wszystko wolno, byle sukces odnieść. Gdzie ludzkie złe emocje władzę twoją umacniają, aż się półbogiem poczuć możesz. Ale że na tym drogowaskazie gęba cherepachowa jest, to w sumie może dobrze. Bo jak na nią wkroczysz, to powrót trudny, prawie niemożliwy. Więc dzięki Czerepachowi łatwiej zrozumieć, kim będziesz jak złemu zawierzysz.

Spojrżeli my wszyscy na Biskupa, bo to tak zwany trudny komplement był, ale Biskup tylko westchnął i mówi: co zrobisz jak gena nie wydłubiesz. Zgadza się z bratem-bliźniakiem moim, bo sam nic lepszego nie wymyślił.

Pietrek

Gips na złamaną rękę to przeżytek! Polscy inżynierowie szykują tanie ortezy z druku 3D

Inżynierzy z Politechniki Poznańskiej zautomatyzowali proces projektowania i produkcji ortez i protez kończyn. Dzięki temu - jak mają nadzieję - te spersonalizowane konstrukcje będzie można tanio, szybko i łatwo wytworzyć na drukarkach 3D. AutoMedPrint otrzymał tytuł Polskiego Produktu Przyszłości

Ażurowa orteza ręki, która jest lżejsza i wygodniejsza niż zwykły gips? Tania i łatwa w produkcji proteza, która umożliwi dziecku z wrodzonym brakiem ręki jazdę na hulajnodze albo malowanie



Proces skanowania 3D światłem strukturalnym na specjalnym stanowisku systemu AutoMedPrint (czeka na patent).

Źródło: Politechnika Poznańska

farbami? A dorosłemu po amputacji powrót do jazdy na rowerze? To opracowane przez inżynierów z Politechniki Poznańskiej rozwiązania, z których korzystają już pierwsi polscy użytkownicy.

Kierownik projektu dr hab. Filip Górski, profesor Politechniki Poznańskiej w rozmowie

z PAP tłumaczy, że dotąd ortezy i protezy produkowano przede wszystkim manualnie. Teraz zaś można będzie całe zadanie przerzucić na maszynę. Naukowcy z jego zespołu bowiem nie tylko przygotowali własne nowatorskie projekty ortez i protez, ale zautomatyzowali proces ich produkcji. Opracowali algorytm, który

na podstawie danych ze skanu ręki przygotowuje sam projekt ortezy, który od razu można wysłać do drukarki 3D. Jeśli wszystko przebiegnie bez problemu, konstrukcja może być gotowa nawet w ciągu kilku godzin.

Badacze pokazali więc, jak ominąć żmudny, pracochłonny i wymagający obecności specjalisty proces tworzenia modelu ortezy.

Mimo że w procesie produkcji używane są tanie i łatwo dostępne drukarki 3D, a ortezy powstają z tworzyw sztucznych, konstrukcje te są wytrzymałe i spełniają swoje funkcje - zapewniają twórcy projektu.

Prof. Filip Górski szacuje, że na razie koszt ortezy powinien się zamknąć w 100 zł, a protezy kończyn górnej - w kilkuset złotych. Konstrukcje te - jak ma nadzieję - byłyby tańsze o rząd czy nawet dwa rzędy wielkości od profesjonalnych odpowiedników dostępnych teraz na rynku.



Antosia i jej pierwsza rączka do jazdy na rowerze i hulajnodze (rozwiązanie czeka na patent).

Źródło: Politechnika Poznańska

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



9-letni Janek i jego orteza stabilizująca wydrukowana 2 dni przed wyjazdem wakacyjnym.

Źródło: Politechnika Poznańska

Badacz zwraca uwagę, że gips jest ciężki, nie oddycha, a skóra pod nim się maceruje. Inaczej jest z ortezami drukowanymi w 3D - ich konstrukcja jest ażurowa, a skóra pod nią oddycha. Dzięki temu uszkodzona kończyna nie jest dodatkowo obciążana przez usztywnienie. I tak np. orteza AutoMedPrint na nadgarstek dla dziecka waży około stu kilkudziesięciu gramów.

Naukowiec opowiada, że protezy były do tej pory dużym wydatkiem zwłaszcza dla rodziców dzieci z wrodzonym brakiem kończyny - dziecko szybko rośnie, a protezy - trzeba często wymieniać na większe. A trzeba pamiętać, że użytkownicy często korzystają z kilku protez równolegle - bo różne konstrukcje mają różne funkcje. Zastosowanie technologii 3D znacznie więc zmniejszyłoby koszty w takich rodzinach.

„Z naszych kontaktów z małymi pacjentami wynika, że bardzo pożądaną cechą protezy jest to, żeby można było ją błyskawicznie zdjąć” - opowiada prof. Górski i zaznacza, że dlatego jego zespół opracował taki sposób mocowania protezy, który daje użytkownikom taką swobodę.

Specjalna orteza nogi dla 13-letniego Miłosa przeznaczona do użytku w wodzie (Miłosz ma rozszczep kręgosłupa, nie chodzi bez ortezy). Źródło: Politechnika Poznańska

Na razie, aby uzyskać projekt ortezy AutoMedPrint, należy zeskanować kończynę za pomocą tzw. skanerów światła strukturalnego. Badacz nie wyklucza jednak, że za jakiś czas - kiedy precyzyjne techniki skanowania staną się bardziej dostępne - wystarczy nawet skan wykonany smartfonem czy tabletem.

Prof. Filip Górski uważa, że nie jest więc już całkiem odległą wizja, według której gość hotelu w resorcie narciarskim, kiedy skreśli na stoku nogę, rano otrzyma w recepcji spersonalizowaną ortezę. Albo pacjent szpitala ze złamaną ręką po kilku godzinach będzie mógł już używać „uszytej na miarę” konstrukcji usztywniającej.

Badacze kompletują jeszcze bazę przypadków, aby skuteczniej zautomatyzować proces produkcji protez i ortezy. Przymierzają się już jednak do

bań klinicznych i wdrożenia rozwiązania do produkcji. Projekt w 2018 r. otrzymał finansowanie w ramach projektu LIDER Narodowego Centrum

Badań i Rozwoju. W lipcu otrzymał tytuł Polskiego Produktu Przyszłości.

PAP - Nauka w Polsce



Niskokosztowe protezy kosmetyczne dla pacjentów dziecięcych w różnym wieku (1,5-roczny chłopiec, 3-letnia dziewczynka, 4-letnia dziewczynka). Źródło: Politechnika Poznańska

Niepodważalne badania wskazują, że long-Covid istnieje i daje się nam we znaki

Niepodważalne badania wskazują, że long-Covid istnieje i daje się nam we znaki – zaznaczyła w rozmowie z PAP wirusolog prof. Agnieszka Szuster-Ciesielska. Dodała, że nawet do dwóch lat od zakażenia u dzieci może utrzymywać się ryzyko zapalenia mózgu, a u dorosłych ryzyko zaburzeń nastroju

Ekspertka z Katedry Wirusologii i Immunologii UMCS w Lublinie podkreśliła, że wielu antyszczepionkowców lekceważy i podważa istnienie tzw. long-Covid twierdząc, że nie są to następstwa choroby, tylko urojone objawy będące efektem nocebo. Według wirusolog, są niepodważalne badania, które wskazują, że „long-Covid istnieje i daje się nam we znaki”.

„Co więcej, to następstwo Covid-19 obciąża nie tylko system opieki zdrowotnej, ma wymiar także ekonomiczny. Na przykład w Stanach Zjednoczonych long-Covid dotknął aż 23 mln obywateli. Według szacunków, może to kosztować amerykańską gospodarkę 3,7 biliona dolarów, mniej więcej tyle, ile kosztowała Wielka Recesja” – zwróciła uwagę prof. Szuster-Ciesielska.

Odnosząc się do badań naukowych poświęconych long-Covid przywołała niedawno opublikowaną pracę angielskich naukowców w eClinical Medicine, będącą częścią The Lancet Discovery Science, która stanowi systematyczny przegląd 194 badań z całego świata na temat długotrwałych objawów Covid-19. „W sumie obserwowanych było ponad 735 tys. osób. Wyniki są dosyć niepokojące, bo blisko połowa - 45 proc. osób doświadcza szeregu długoterminowych objawów po około 4 miesiącach” – wyjaśniła wirusolog.

Najczęstszymi objawami było zmęczenie, duszność, ból mięśni, zaburzenia snu, utrata czucia i zapachu. Pacjenci po hospitalizacji zgłaszali ponadto upośledzenie zwykłej aktywności. Stwierdzano również trwałe zmiany w strukturze i funkcji płuc.

Profesor poinformowała również, że z innego, amerykańskiego dużego badania obejmującego 154 tys. zakażonych osób i 5,8 mln niezainfekowanych wynika, że osoby po upływie roku od zakażenia SARS-CoV-2 były narażone na znacznie większe ryzyko wystąpienia dolegliwości neuropsychiatrycznych, w tym mgły mózgowej i depresji.

Ekspertka odniosła się także do badania z Oxfordu, w którym przez pół roku po zakażeniu COVID-19 obserwowano 1,3 mln osób. „Dość znaczące różnice stwierdzono między dziećmi i dorosłymi. Nawet do dwóch lat od zakażenia u dzieci może utrzymywać się ryzyko zapalenia mózgu, deficytów poznawczych, krwotoku śródczaszkowego i zapalenia nerwów obwodowych, a z kolei u dorosłych - ryzyko zaburzeń nastroju, zaburzeń lękowych, udaru niedokrwiennego” – wyjaśniła prof. Szuster-Ciesielska.(PAP)

PAP – Nauka w Polsce

SZPITAL W LEGIONOWIE WOJSKOWY INSTYTUT MEDYCZNY

**Z MYŚLĄ O WAS
DLA WAS
LECZYMY NOWOCZEŚNIE
I BEZPIECZNIE**



www.wim.mil.pl



Sylwester z przyjaciółmi – 5 pomysłów na szampańską zabawę!

Wielkimi krokami zbliża się koniec roku 2022. Restauracje i hotele oferują wykwintne i huczne bale. Kurorty narciarskie organizują powitanie Nowego Roku na stokach narciarskich. Biura podróży sprzedają na ten czas atrakcyjne wycieczki do ciepłych krajów. Wszystkie te opcje są jednak kosztowne. Sam bal sylwestrowy to wydatek rzędu nawet 1000 zł od osoby. Na szczęście udany Sylwester musi być wcale drogi. Tę wyjątkową noc można spędzić tak naprawdę w każdych okolicznościach, ważne jedynie by mieć w swoim otoczeniu najważniejsze dla nas osoby



Jeżeli chcesz miło spędzić sylwestra, ale nie przepadasz za hucznymi balami ani nie chcesz wydawać na zabawę dużych pieniędzy, zorganizuj go wspólnie z przyjaciółmi czy rodziną. Szampańska zabawa w otoczeniu najbliższych to już połowa sukcesu. Drugą będzie smaczne jedzenie, które jest podstawą każdej imprezy. A w noc sylwestrową królują głównie przekąski, które zwykle im lepiej wyglądają, tym lepiej smakują – proste w przygotowaniu zawiąsy pieczarkowo-serowe w boczku wędzonym polecają się w szczególności. Jak uczcić koniec roku? Oto 5 pomysłów jak tanio, smacznie i wesoło spędzić sylwestra z przyjaciółmi.

Klasyczna domówka

Domową imprezę sylwestrową można urozmaicić, proponując jej motyw przewodni. Mogą być to przebrania w ulubionych filmowych bohaterów, średniowieczne stylizacje lub bardzo ostatnio modny klimat z czasów PRL. Tematyka może być przeróżna, jednak z pewnością wzbudzi spory entuzjazm, jeśli będzie spójna z zainteresowaniami gości.

Motyw przewodni potrafi zupełnie zmienić przebieg każdej domówki. Impreza tematyczna nie musi dotyczyć jedynie stroju, ale też drinków i jedzenia. Deska dobrej jakości serów wzbogacona oliwkami oraz słodkimi owocami to kompozycja, która sprawdzi się idealnie w każdym wariacie. Ewa Polińska z MSM Mońki podpowiada – Sery żółte różnią się smakiem, dlatego warto postawić na różnorodność. Obok Edamskiego, który zachwyca łagodnym, stonowanym smakiem z lekko wyczuwalną orzechową nutą, może się pojawić śmietankowa i wyrazista Gouda czy też słodkawy Aldamer, doskonale komponujący się z delikatnym winem.

Maraton filmowy

Pomysł zaczerpnięty prosto z sal kinowych. Maratony filmowe są organizowane przez kina z powodu różnych okazji. Sylwester może być pretekstem do domowego seansu. Raz do roku można sobie pozwolić na spędzenie całej nocy przed telewizorem. Nawet w towarzystwie przekąsek. Przygotujcie pyszne domowe krakersy z Aldamerem i niech każdy z gości wcześniej zaproponuje film, który obejrzy. Następnie można zabawić się w recenzentów i ocenić po kolei obejrzone produkcje.

Przekąski z serem są idealne na spotkanie towarzyskie. Wybierając sery żółte, nie musimy obawiać się o zdrowie gości, którzy nie tolerują laktozy. – Sery żółte w ogóle nie posiadają laktozy, a to dzięki procesowi fermentacji mlekowej, który zachodzi podczas ich produkcji. – tłumaczy Ewa Polińska z MSM Mońki. – To niezaprzeczalny fakt, więc nie musimy szukać informacji o braku laktozy na opakowaniu. – zapewnia ekspertka.

Wspólne gotowanie

Jeżeli Ty i Twój przyjaciel lubicie jeść i eksperymentować w kuchni, to jest to idealny pomysł dla Was. Wspólne gotowanie ma wiele zalet. Można podpatrzeć czyjąś technikę i nauczyć się czegoś nowego. Poznać nowe przepisy i co najważniejsze – spróbować nowych dań. To także świetna okazja do popisania się własnymi umiejętnościami kulinarnymi.

Przygotujcie wspólnie np. zapiekankę z dynią i serem. Delikatny smak dyni, wzbogacony stopionym, pysznym i aromatycznym serem, czyni to proste danie jednocześnie wykwinnym. Dietetyk kliniczna Roksana Środa z MajAcademy zaleca dodawanie sera do posiłków nie tylko w wyjątkowe okazje. – Ser żółty

dostarcza cennego dla kości wapnia, cynku, który wzmacnia włosy i paznokcie, a zawarte w nim witaminy A i D wzmacniają odporność. – wylicza. – Ponadto Ser żółty może być świetnym zamiennikiem mięsa dla osób, które go unikają, dlatego warto wprowadzić go do codziennej diety. – dodaje.

Całonocny turniej gier planszowych

To propozycja dla wytrwałych graczy. Jest to także dobra okazja do wyjęcia z pudełek dawno nie używanych gier planszowych i przypomnienia sobie cudownych emocji, które towarzyszyły wspólnym rozgrywkom. Wiele gier pozwala na przeprowadzenie prawdziwych turniejów. Element rywalizacji sprawi, że będzie to niezapomniana noc. W przerwach między pojedynkami miłym akcentem będą wspólnie przygotowane i oczywiście skonsumowane posiłki. Sylwester z grami planszowymi to okazja do lepszego poznania siebie (każdy ma inną taktykę na zwycięstwo), do wspólnej integracji, a także do zrelaksowania się i odpoczynku w wersji „analogowej”.

Sylwestrowy wyjazd

Marzysz o spędzeniu ostatniego dnia roku w klimatycznym domku otoczonym górkami, pagórkami, z dostępem do sauny i bali z gorącą wodą? To kusząca opcja, która wcale nie musi być droga. Wynajmując domek wspólnie z większą paczką znajomych, możemy zminimalizować koszty. Kolejne oszczędności zyskamy, gdy samodzielnie przygotowujemy jedzenie, zamiast decydować się np. na catering. Warto wcześniej zaopatrzyć się we wszystko, co potrzebne, nie zapominając o dobrej jakości żółtym serze, z którego pomocą można wyczarować wiele pysznych sylwestrowych przekąsek.

Zapiekanka z dynią i serem

Składniki:

- brokuł
- bakłażan
- 30-40 g mięszo dyni
- 3-4 pomidory
- 200 g sera żółtego Gouda
- 2 łyżki oliwy z oliwek
- świeży tymianek
- sól i pieprz

Przygotowanie:

Bakłażana i dynię pokroić w kostkę. Na patelni rozgrzać 1 łyżkę oliwy i podsmażyć bakłażana. Gdy zmięknie, przełożyć na talerz. Oczyszczyć brokuł, podzielić na różyczki, opłukać i gotować 5 min., aż lekko zmięknie. Pomidory pokroić w grubsze plasterki. Przygotowane warzywa doprawić solą i pieprzem, wymieszać i przełożyć do wysmarowanego oliwą naczynia żaroodpornego. Całość posypać obficie startym serem żółtym. Rozgrzać piekarnik do 190°C i piec przez 10 min. aż ser się roztopi. Gotową zapiekankę pieprz do smaku i posypać świeżym tymiankiem.

Zawijasy pieczarkowo-serowe w boczku

Składniki:

- 12 świeżych dużych pieczarek
- 200 g sera żółtego Aldamer
- ½ pęczka natki pietruszki
- 2 ząbki czosnku
- 12 plasterków wędzonego boczku surowego
- grubo mielony pieprz do smaku

Przygotowanie:

Pieczarki oczyścić, lecz nie obierać. Wyciąć nożki i część miększo. Ser utrzeć na grubych oczkach, dodać posiekaną natkę pietruszki, rozdrobniony czosnek, pieprz, posiekane nożki pieczarek i całość wymieszać. Tak przygotowanym farszem nadziać

pieczarki. Każdą owinać plasterem boczku, spiąć wykałaczką i upiec w piekarniku w 200°C aż do ładnego zrumienienia boczku.

Domowe krakersy z Aldamerem

Składniki:

- szklanka mąki
- 50 g masła
- ½ łyżeczki soli
- 100 g sera żółtego Aldamer
- 4 łyżki kwaśnej śmietany 18%

Przygotowanie:

Do mąki dodać sól, zimne drobno pokrojone masło i utarty na grubych oczkach żółty ser. Wszystko wymieszać. Dodać śmietanę i zarobić ciasto. Posypać je mąką i cienko rozwałkować, a następnie wyciąć trójkąty. Przełożyć na blaszkę wyłożoną papierem do pieczenia i grubą słomką do napojów w każdym krakersie wyciąć parę dziurek. Tak przygotowane upiec w piekarniku rozgrzanym do 200°C, aż do ładnego zrumienienia, następnie wyciągnąć i wystudzić.





To już czas noworocznych postanowień! Jak wytrwać i rzucić palenie?

Do najtrudniejszych wyzwań noworocznych należy z pewnością rzucenie palenia, ale wielu osobom niestety nie udaje się porzucić zgubnego nałogu z dnia na dzień i po krótkim okresie tytoniowej abstynencji przekłada swoje „żelazne” postanowienie o kolejny rok.



Okazuje się, że dla palaczy, którzy za żadne skarby nie mogą skończyć z papierosami, istnieją inne rozwiązania, co więcej, według licznych badań naukowych, redukujące i ograniczające ryzyko zdrowotne związane z nałogiem. A ważną z psychologicznego punktu widzenia okolicznością może być po prostu oderwanie się od codziennych rytuałów. Dr Katarzyna Korpołowska, psycholog społeczna, wykładowczyni akademicka i autorka dwóch programów profilaktyki uzależnień dla młodzieży oraz programu rzucania palenia tłumaczy, dlaczego ta wiedza może być pomocna w rzuceniu palenia:

— *Rzucenie palenia to walka z nałogiem na trzech poziomach. Pierwszy związany jest z uzależnieniem od nikotyny. Na drugim trzeba poradzić sobie z typowymi nawykami i zachowaniami, np. papieros po jedzeniu, do kawy, przy długiej rozmowie telefonicznej. Tutaj należy też przyzwyczajanie trzymania papierosa w dłoni i sięgania nim do ust. Trzeci poziom to zachowania społeczne, czyli np. spotkania w palarni, wzajemne częstowanie się papierosami, poczucie wspólnoty z innymi palaczami. Zerwanie z nałogiem oznacza więc zmianę trybu życia* — komentuje ekspertka.

I dlatego właśnie nieoczekiwanym sprzymierzeńcem może okazać się na przykład rodzinny zimowy wyjazd na ferie lub po prostu oderwanie się od codziennych czynności, zmiana otoczenia i rytmu dnia. Dr Korpołowska zaznacza, że ważne jest również, aby zrozumieć, jak silny jest mechanizm wypracowanego przez lata palenia nawyku: — *Tu przydatne mogą być np. papierosy*

elektroniczne. Nadal po coś sięgam, trzymam między palcami, sięgam do ust, zaciągam się, ale zmniejszam dawkę nikotyny, nie wdycham substancji smolistych i nie truję otoczenia.

Warto wiedzieć, że według Public Health England, instytucji zdrowia publicznego w Wielkiej Brytanii oraz Royal College of Physicians (Królewskiego Kolegium Lekarskiego), alternatywne dla tradycyjnego palenia urządzenia, jak e-papierosy i podgrzewacze tytoniu, są potencjalnie mniej szkodliwe o ok. 95 proc. w porównaniu do tradycyjnych papierosów, a to ze względu na brak najbardziej toksycznych substancji smolistych zawartych w papierosowym dymie. Do najnowszych urządzeń tej drugiej kategorii, czyli podgrzewaczy dostępnych w Polsce należy np. glo new heating technology, ale oferta nikotynowych alternatyw dla zwykłych papierosów wciąż się poszerza. Wystarczy wspomnieć od niedawne dostępne na naszym rynku niezawierające tytoniu saszetki nikotynowe, przez niektórych naukowców wskazywane jako jeszcze mniej szkodliwe, niż te wyżej wspomniane. Każdy moment jest dobry, by rzucić palenie, więc nie zrażajmy się, jeśli noworoczne postanowienie uwolnienia się od nałogu nieco odwleka się w czasie. Grunt, żeby znaleźć narzędzia i okoliczności, które mogą nam skutecznie i definitywnie w tym pomóc.

¹ Woreczki nikotynowe – nowy rewelacyjny (jak się wydaje) produkt pomocny w redukcji szkód wywołanych paleniem tytoniu. - Profesor Andrzej Sobczak (asobczak.com.pl)



ZORGANIZUJ W 18-WIECZNYM
PAŁACU W JABŁONIE
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

piątek

30 grudnia

TVP 1	TVP 2	TVN	POLSAT	TVP Kultura	TV Puls	TVN 7	TV 4
04:50 Klan - telenowela 05:20 Przysięga - serial 06:05 Wspaniałe stulecie - serial kostiumowy 07:00 Transmisja Mszy Świętej z Sanktuarium Matki Bożej 07:30 Agape - magazyn 08:00 Wiadomości 08:10 Pogoda poranna 08:15 Kwadrans polityczny 08:35 Serial fabularny 09:35 Komisarz Alex - serial kryminalny 10:35 Ojciec Mateusz - serial kryminalny 11:25 Korona królów - taka historia... - telenowela 12:00 Wiadomości 12:10 Agrobiznes 12:30 Agropogoda - magazyn 12:35 To się opłaca - magazyn 12:55 Natura w Jedynce - Gniazda zamiast wojny - przyroda na terenach wojaskowych - film SERIAL KOSTIUMOWY 14:00 Wspaniałe stulecie - serial kostiumowy 15:00 Wiadomości 15:20 Alarm! - magazyn 15:35 Gra słów. Krzyżówka 16:05 Przysięga - serial 17:00 Teleexpress 17:15 Jaka to melodia? 17:55 Klan - telenowela 18:20 Korona królów - taka historia... - telenowela 19:00 Jeden z dziesięciu 19:30 Wiadomości 20:15 Alarm! - magazyn 20:35 Ojciec Mateusz - serial 21:30 Kulisy serialu Na sygnale - felieton 21:40 Na sygnale - serial 22:20 Zenek - film obyczajowy 00:25 M jak morderca - thriller 02:15 S. W. A. T. - Jednostka specjalna - serial	04:30 Hity wszech czasów - magazyn muzyczny 05:25 M jak miłość - serial 06:20 Anna Dymna - spotkajmy się 06:55 Rodzinka.pl - serial komediowy 07:30 Pytanie na śniadanie 10:35 Panorama 10:40 Pytanie na śniadanie 11:15 Rodzinka.pl - serial komediowy 11:50 Dla niesłyszanych - Barwy szczęścia - serial obyczajowy 12:30 Koło fortuny - teleturniej 13:15 Zranione ptaki - serial obyczajowy 14:05 Va Banque - teleturniej 14:35 Na sygnale - serial fabularny 15:10 Wydział kryminalny 15:55 Przepis dnia 16:00 Koło fortuny - teleturniej 16:35 Familiada - teleturniej SERIAL OBYCZAJOWY 17:15 Zakazany owoc - serial obyczajowy 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 Barwy szczęścia - serial obyczajowy 20:50 Tak to leciało! 21:55 Kabaret. Super Show Dwójki 23:05 Hity wszech czasów 00:10 Kino relaks - Męsko - damska rzecz - film fabularny 02:05 Brunet wieczorową porą - komedia 03:50 Step Up: All In - film muzyczny, prod. USA	05:50 Uwaga! - magazyn 06:10 Ukryta prawda - program obyczajowy 07:05 Kuchenne rewolucje - program kulinarno-rozrywkowy 08:00 Dzień Dobry TVN - magazyn 11:40 Doradca smaku 11:50 Ukryta prawda - program obyczajowy 12:50 Tajemnice miłości 13:50 Ukryta prawda - program obyczajowy 15:50 Ten moment 16:25 Święta z Gesslerami 17:00 Kuchenne rewolucje - program kulinarno-rozrywkowy 18:00 Ukryta prawda 19:00 Fakty 19:30 Sport 19:40 Pogoda 19:50 Uwaga! 16:35 Familiada - teleturniej FILM PRZYGODOWY 20:00 Tarzan: Legenda - film przygodowy, Kanada, Wielka Brytania, USA, 2016, reż. David Yates, wyk. Alexander Skarsgård, Samuel L. Jackson, Margot Robbie, Djimon Hounsou, Christoph Waltz, Jim Broadbent, Ben Chaplin 22:25 Apollo 13 - film przygodowy, USA, 1995, reż. Ron Howard, wyk. Tom Hanks, Bill Paxton, Kevin Bacon 01:05 Charlie i fabryka czekolady - film przygodowy, USA, Wielka Brytania, 2005, reż. Tim Burton, wyk. Johnny Depp, Freddie Highmore, David Kelly 03:25 MasterChef 04:45 Uwaga! - magazyn 05:00 Recepta na stary dom	06:00 Nowy dzień z Polsat News 08:40 Malanowski i Partnerzy 09:40 Sekrety rodziny 10:40 Dlaczego ja? 11:40 Gliniarze 12:50 Wydarzenia 13:20 Interwencja 13:40 Trudne sprawy 14:40 Dlaczego ja? 15:50 Wydarzenia 16:10 Pogoda 16:15 Interwencja 16:30 Na ratunek 112 17:00 Gliniarze 18:00 Pierwsza miłość 18:50 Wydarzenia 19:25 Gość wydarzeń 19:45 Sport 19:55 Pogoda 20:05 Zróbmy sobie wnuka Maniek i Gienia Koselowie to starsze małżeństwo prowadzące w samym centrum miasta ogromną plantację pomidorów. FILM S-F 21:55 Gwiezdne wojny: Część VIII - Ostatni Jedi Rey, po odnalezieniu Luke'a Skywalkera, na odciętej od świata wyspie, szkoli się pod jego okiem i okazuje się wyjątkowo pojętną uczennicą. Tymczasem Kylo Ren, syn księżniczki Lei i Hana Solo, dokłada starań, żeby unicestwić siły rebeliantów. 01:25 Zgon na pogrzebie Gdy w pewnej dysfunkcyjnej rodzinie umiera senior rodu, jego pogrzeb przetrząsa się w istny cyrk. Zaginione ciała, szantaż, publiczne obnażanie oraz zwłoki, które uparcie nie chcą pozostać w trumnie to tylko początek.	07:25 Informacje kulturalne - informator kulturalny 07:55 Co dalej? - program publicystyczny 08:30 Miasto z morza - film obyczajowy 10:30 Kogel - Mogel - komedia, reż. Roman Zaluski, wyk. Grażyna Błęcka-Kolska, Ewa Kasprzyk, Zdzisław Wardejn, Dariusz Siatkowski, Jerzy Turek, Katarzyna Łaniewska 12:30 Muzyka - Wojciech Kilar - reportaż 13:40 Informacje kulturalne - informator kulturalny 14:10 Wał w alejkach - film obyczajowy, prod. Niemcy, 2018, reż. Thomas Stuber, wyk. Franz Rogowski, Sandra Hüller, Peter Kurth 16:25 Sanditon - serial 17:30 Res Poloniae - O Polsce z oddali - Tomasz Venclova - rozmowa KOMEDIA 18:05 Był sobie pies 2 - komedia, prod. USA 20:00 Wieczór kinomana - Wstęp do filmu - Jackie 20:05 Wieczór kinomana - Jackie - film fabularny 21:55 Informacje kulturalne 22:20 Melville, ostatni samuraj - film dokumentalny 23:30 Gomorra - serial 00:25 Teraz animacje! - Sajgon nad Marną - film animowany 00:55 Czwartkowy klub filmowy - Wyrutki - dramat, prod. USA, 1983, reż. Francis Ford Coppola 03:00 Informacje kulturalne 03:30 Tanie Dranie - Moroz i Kłopotowski komentują świat - Tanie Dranie 04:15 Wiśniak - dokumentalny	06:00 Kobra - oddział specjalny 08:00 Lombard. Życie pod zastaw - serial obyczajowy 10:00 Prawdziwe motywy - serial kryminalny 11:00 Rodzinny interes - serial obyczajowy 13:00 Lombard. Życie pod zastaw - serial obyczajowy 14:00 Rodzinny interes - serial obyczajowy 15:00 Lombard. Życie pod zastaw - serial obyczajowy 16:00 Prawdziwe motywy - serial kryminalny Serial opowiada o relacjach między ludzkich i rodzinnych, przyjacielskich i partnerskich, w których targani emocjami bohaterowie dopuszczają się różnych przestępstw. SERIAL OBYCZAJOWY 18:00 Lombard. Życie pod zastaw - serial obyczajowy 20:00 Rocky 2 Rocky poślubia Adrian i na rzecz rodziny postanawia porzucić boks. Tymczasem jego przeciwnik, Apollo, pragnie rewanżu za poprzednią walkę. 22:20 Nikita 00:50 Dwunastu odważnych 03:20 Lombard. Życie pod zastaw - serial obyczajowy prod. Polska 04:20 Menu na miarę - program kulinarny 05:00 Dyżur - serial dokumentalny	04:50 Szkoła - obyczajowy 06:45 40 kontra 20 07:45 Ukryta prawda - program obyczajowy 10:50 Tajemnice miłości 11:50 Rozwód. Walka o wszystko 12:50 Szpital - program obyczajowy 13:55 SOS Ekipy w akcji 14:55 Opowieści małżeńskie 15:55 Ukryta prawda - program obyczajowy prod. Polska 16:55 Zagadki losu 17:55 Niebezpieczne związki 18:30 Młodość na zamówienie - program obyczajowy 19:00 Ukryta prawda - program obyczajowy 20:00 40 kontra 20 KOMEDIA 21:00 Sylwester w Nowym Jorku - film komedia, USA, 2011, reż. Garry Marshall, wyk. Michelle Pfeiffer, Zac Efron, Robert De Niro, Halle Berry, Jessica Biel, Seth Meyers, Katherine Heigl, Jon Bon Jovi, Ashton Kutcher 23:20 Mamma Mia: Here We Go Again! - film komedia, USA, Wielka Brytania, Japonia, 2018, reż. Ol Parker, wyk. Lily James, Amanda Seyfried, Meryl Streep, Alexa Davies 01:40 Na krawędzi - film sensacyjny, USA, 1993, reż. Renny Harlin, wyk. Sylvester Stallone 04:00 Druga strona medalu	06:00 Galileo 08:00 Nasz Nowy Dom 09:00 Pierwsza miłość 09:50 Kocham. Przepraszam. Dziękuję 10:50 Hardkorowy lombard 11:55 Sędzia Judy 13:55 Galileo 14:55 STOP Policjantki i Policjanci 17:00 Łowcy Skarbów. Kto da więcej 19:00 Policjantki i Policjanci 20:00 Gwiazdy Kabaretu 22:00 Sprawiedliwi - Wydział Kryminalny 00:00 Blok 99 - film USA, 2017, reż. Zahler S. Craig, wyk. Carpenter Jennifer, Johnson Don, Vaughn Vince Były bokser, Bradley, traci pracę, a w jego małżeństwie pojawia się kryzys. Żeby stanąć finansowo na nogi i zapewnić lepsze życie żonie, Bradley podejmuje się przemytu narkotyków. 02:55 SuperLudzie 03:25 Top 10 - Lista Przebojów 05:30 Telezakupy TV Okazje TV Trwam 11:25 Głos Polski 11:35 Z Dalekiego Wschodu do betlejemskiej szopki 12:00 Anioł Pański 12:03 Informacje dnia 12:20 Ziemia Obiecana 13:00 Blask szopki 13:30 Msza święta z Jasnej Góry 14:20 100 cudownych miejsc 14:30 Zrozumieć Antycypilizację 14:55 Słowo życia 15:00 Modlitwa w Godzinie Miłosierdzia 15:20 Mocni w Wierze 15:50 Ma się rozumieć 16:00 Informacje dnia 16:10 Siódmy Sakrament 16:40 Prosto o gospodarce 17:00 Oregdowniczka w codzienności 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 Brat Franciszek 20:00 Informacje dnia 20:20 Różaniec 20:50 Myśląc Ojczyzna 21:00 Apel Jasnogórski



maxi
CENTRUM HANDLOWE

**SERDECZNIE ZAPRASZAMY
NA ZAKUPY
OD PONIEDZIAŁKU
DO SOBOTY**

W GODZINACH 10.00 - 21.00

**UL. SIWIŃSKIEGO 2
LEGIONOWO**

M
WE

SZA
BY



sobota

31 grudnia

TVP 1	TVP 2	TVN	POLSAT	TVP Kultura	TV Puls	TVN 7	TV 4
05:10 Szatan z siódmej klasy 06:00 Magazyn Ekspresu Reporterów 06:55 Rodzina Rodzinnie w Ukrainie - felieton 07:00 Transmisja Mszy Świętej z Sanktuarium Matki Bożej na Jasnej Górze 07:40 Rok w ogrodzie 08:05 Rok w ogrodzie Extra 08:25 Pełnosprawni - magazyn dla niepełnosprawnych 09:10 Fascynujący świat - Fascynująca historia narciarstwa - film 10:20 Mikołajek - komedia, prod. Francja, 2009, reż. Laurent Tirard 12:05 Gwiazdy w południe - Zachodni szlak - western, prod. USA, 1967, reż. Andrew McLaggen, wyk. Kirk Douglas 14:10 Z pamięci - felieton 14:25 Okrasa łanie przepisy SERIAL KRYMINALNY  14:55 Komisarz Alex - serial kryminalny 15:55 Program rozrywkowy 17:00 Teleexpress 17:20 Pogoda 17:30 Jaka to melodia? - teleturniej muzyczny 18:30 Kulisy serialu Ojciec Mateusz - felieton 18:45 Ojciec Mateusz - serial 19:30 Wiadomości 20:20 Ślubne wojny - komedia 21:50 Hit na sobotę - Gold - film akcji, prod. USA 23:55 Program rozrywkowy 00:20 Sabrina - komedia romantyczna 02:35 Best of Benny Hill - komedia 04:15 Jaka to melodia? 05:05 Z pamięci - felieton 05:10 Zakończenie	05:50 Dla niesłyszanych - Barwy szczęścia - serial obyczajowy 06:55 Rodzina Rodzinnie w Ukrainie - felieton 07:00 Transmisja Mszy Świętej z Sanktuarium Matki Bożej na Jasnej Górze 07:40 Rok w ogrodzie 08:05 Rok w ogrodzie Extra 08:25 Pełnosprawni - magazyn dla niepełnosprawnych 09:10 Fascynujący świat - Fascynująca historia narciarstwa - film 10:20 Mikołajek - komedia, prod. Francja, 2009, reż. Laurent Tirard 12:05 Gwiazdy w południe - Zachodni szlak - western, prod. USA, 1967, reż. Andrew McLaggen, wyk. Kirk Douglas 14:10 Z pamięci - felieton 14:25 Okrasa łanie przepisy SERIAL OBYCZAJOWY  16:20 Na dobre i na złe - serial obyczajowy Akcja serialu rozgrywa się w szpitalu, w podwarszawskiej Leśnej Górze. Widzowie śledzą losy kolejnych ekip lekarzy, ich zawodowe dylematy, ale także wydarzenia, często dramatyczne, z prywatnego życia medyków z Leśnej Góry. 17:20 Sylwestrowe hity 17:50 Słowo na niedzielę 18:00 Panorama 18:25 Największe Przeboje Sylwestrowe - program rozrywkowy 20:00 Sylwestr Marzeń z Dwójką 2022 - widowisko 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 12:55 Apollo - film przygodowy, USA, 1995, reż. Ron Howard, wyk. Tom Hanks, Bill Paxton, Kevin Bacon, Gary Sinise, Ed Harris, Kathleen Quinlan 15:50 Grinch: Świąt nie będzie - film rodzinny, USA, 2000, reż. Ron Howard, wyk. Jim Carrey, Taylor Momsen, Jeffrey Tambor, Christine Baranski 18:00 Kuchenne rewolucje - program kulinarno-rozrywkowy 19:00 Fakty 19:45 Uwaga! - magazyn KOMEDIA  20:00 Miss agent - film komedia, USA, 2000, reż. Donald Petrie, wyk. Sandra Bullock 22:10 Miss agent II: Uzbrojona i uroczą - film komedia, USA, 2005, reż. John Pasquin, wyk. Sandra Bullock, Regina King, Enrique Murciano, William Shatner, Ernie Hudson 00:25 Gladiator - film przygodowy, Wielka Brytania, USA, 2000, reż. Ridley Scott, wyk. Russell Crowe, Joaquin Phoenix, Connie Nielsen, Oliver Reed, Richard Harris, Derek Jacobi, Djimon Hounsou 03:25 Grobowiec smoka - film 05:00 Jak to jest zrobione? - serial dokumentalny	06:00 Nowy dzień z Polsat News 08:15 Sam w domu - po raz trzeci Bezpieczeństwo całego świata jest zagrożone po tym jak grupa międzynarodowych szpiegów kradnie mikroprocesor zawierający dane rządu USA warty miliony dolarów. Mikroprocesor zostaje ukryty w zdalnie sterowanym samolocie, który przez przypadek trafia w ręce ośmioletniego Alexa. Przestępcy nie przypuszczali jednak, że odzyskanie procesora będzie, aż tak trudne. Niezwykłe pomysły chłopiec, odeprze ich ataki, wykazując się niezwykłym sprytem i fantazją.... 10:35 Nasz Nowy Dom PROGRAM ROZRYWKOWY  11:40 Bogaty Dom - Biedny Dom - program rozrywkowy 12:55 Górale 13:30 Drwale i inne opowieści Bieszczadów 14:35 Rolnicy. Podlasie 15:45 Węzienie 17:45 Chłopaki do wzięcia 18:50 Wydarzenia 19:15 Prezydenci i Premierzy 19:45 Sport 19:55 Pogoda 20:00 Sylwestrowa Moc Przebojów 2022 01:00 Jubileusz 25-lecia Ich Troje 02:35 Sylwester Disco Polo 04:40 Disco gramy 05:25 Telezakupy TV Okazje	07:10 Spotkanie z cieniem - Dawne bale - widowisko kameralne 08:10 Informacje kulturalne - informator kulturalny 08:40 Wydarzenie aktualne 09:05 Tamte lata, tamte dni - magazyn 09:40 Monolog trębacza - film TVP, reż. Andrzej Kondratiuk, wyk. Michał Żońtierkiewicz 10:15 Gene Kelly: życie i taniec - film dokumentalny, prod. Francja, 2016, reż. Bertrand Tessier 11:20 Serialowa nostalgia - Przypadki psa Cywila - serial 11:55 Przypadki psa Cywila - serial 12:30 Był sobie pies 2 - komedia 14:30 Divertimento op. 4 Sylwestrowe - widowisko, reż. Jeremi Przybora KOMEDIA  15:30 Retro kino - Upał - komedia, reż. Kazimierz Kutz, wyk. Jerzy Wasowski, Jeremi Przybora, Barbara Krafftówna 17:10 Bitwa tenorów na różę 2022 - koncert 18:15 Eureka biblioteka! - cykl reportaży 18:55 Scena muzyczna - Dizzy Boyzz Brass Band - koncert 20:00 Rozmowy kontrolowane - komedia 21:50 Brunet wieczorową porą - komedia kryminalna 23:35 Abba w Studiu 2 - koncert 00:40 Seksmisja - komedia 02:50 Wieczór kinomana - Jackie - film fabularny	06:00 Castle Poszukujący inspiracji pisarz otrzymuje pozwolenie na przyłączenie się do jednego zespołu z wydziału zabójstw nowojorskiej policji. 07:00 Taki jest świat - program informacyjny 08:00 Lombard. Życie pod zastaw - serial obyczajowy prod. Polska Bohaterami serialu są: właściciel lombardu Kazimierz (Zbigniew Buczkowski), jego rodzina, pracownicy oraz klienci, których poszczególne historie będą stanowić wątki kolejnych odcinków. Widzowie poznają losy ludzi, którzy pojawiają się w lombardzie z powodu różnych życiowych okoliczności. FILM SENSACYJNY  20:00 Sylwestrowe mocne sobotnie kino: Gliniarz z Beverly Hills Policjant Axel Foley rozpoczyna śledztwo na własną rękę, gdy zostaje zabity jego przyjaciel. 22:10 Gliniarz z Beverly Hills 2 Detektyw Axel Foley wyrusza do Beverly Hills, aby przeprowadzić śledztwo i schwycić złodziei kosztownej biżuterii. 00:20 Kariera Nikosia Dyzmy 02:30 Zięć mojego życia 04:50 Zobacz to! Blok powtórkowy: Taki jest świat - program informacyjny 05:35 Dyżur - serial	05:05 Szkoła - obyczajowy 06:05 Wiza na miłość 07:10 Tom i Jerry Show - animowany 07:40 Grinch - film komedia, USA, Francja, Japonia, Chiny, 2018, reż. Yarrow Cheney, Scott Mosier, wyk. Benedict Cumberbatch, Cameron Seely, Rashida Jones, Pharrell Williams, Angela Lansbury 09:20 Ukryta prawda - program obyczajowy 11:20 Powiernik królowej - film obyczajowy, Wielka Brytania, USA, 2017, reż. Stephen Frears, wyk. Judi Dench, Ali Fazal, Tim Pigott-Smith, Eddie Izzard, Michael Gambon, Olivia Williams 13:40 Podróż do wnętrza Ziemi - film przygodowy, USA, 2008, reż. Eric Brevig, wyk. Brendan Fraser FILM PRZYGODOWY  15:40 Ostatni smok 4: Bitwa o Ogień Smoczego Serca - film, USA, 2017, reż. Patrik Syversen 17:40 Rodzinne rewolucje - film komedia 20:00 Kochaj i tańcz - film komedia, Polska, 2009, reż. Bruce Paratore, wyk. Izabella Miko, Mateusz Damięcki, Rafał Królikowski, Katarzyna Figura, Krzysztof Globisz 22:35 Maverick - film western, USA, 1994, reż. Richard Donner, wyk. Mel Gibson, Jodie Foster, James Garner, Graham Greene, James Coburn, Alfred Molina, Danny Glover 01:00 Frantic - film sensacyjny, USA, Francja, 1988	06:00 Interwencja 06:20 Galileo 10:35 Annie 13:00 Agenci. Biuro Detektywistyczne 15:00 STOP Drogówka 17:00 Policjantki i Policjanci 20:00 Sprawiedliwi - Wydział Kryminalny 00:00 Blok 99 - film USA, 2017, reż. Zahler S. Craig, wyk. Carpenter Jennifer, Johnson Don, Vaughn Vince Były bokser, Bradley, traci pracę, a w jego małżeństwie pojawia się kryzys. Żeby stanąć finansowo na nogi i zapewnić lepsze życie żonie, Bradley podejmuje się przemytu narkotyków. Pewnego dnia wdaje się w strzelaninę i trafia do więzienia, gdzie będzie musiał podjąć kilka ważnych decyzji, od których zależeć będzie bezpieczeństwo rodziny. 02:55 SuperLudzie 03:25 Top 10 - Lista Przebojów 05:30 Telezakupy TV Okazje TV Trwam  12:00 Anioł Pański 12:03 Informacje dnia 12:20 Warto zauważyć... 12:50 Siódmy Sakrament 13:15 Święty na każdy dzień 13:20 Ocalić od zapomnienia 13:30 Msza święta z Jasnej Góry 14:20 100 cudownych miejsc na świecie 14:30 Przegląd Katolickiego Tygodnika „Niedziela” 14:35 Natura 03:00 Wytyczne 15:00 Regał 15:30 Wierzę w Boga 16:00 Informacje dnia 16:10 Historia 17:00 Niesporozumienia z Bazyliki Watykańskiej 18:00 Anioł Pański 18:05 Informacje dnia 18:15 Maryja z Nazaretu w Jej Zwiastowaniu 18:35 Tak blisko a tak daleko 19:00 Dobrze ześ się Jesu pod Giewontem narodził 19:40 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

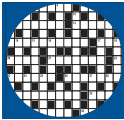
niedziela

1 stycznia

TVP 1	TVP 2	TVN	POLSAT	TVP Kultura	TV Puls	TVN 7	TV 4
05:20 Weź pieśnią na święta - film obyczajowy 06:55 Słowo na niedzielę 07:00 Transmisja Mszy Świętej z Sanktuarium Bożego Miłosierdzia w Łagiewnikach 08:00 Tydzień 08:30 Zakochaj się w Polsce 09:00 Paddington - film familijny, prod. USA, Wielka Brytania, Francja, 2014, reż. Paul King 10:40 Mienni - serial 11:55 Zmierzdź ziemią a niebem 12:00 Anioł Pański 12:15 Między ziemią a niebem 12:50 Misja Zambia - Wielu z nich potrzebuje pomocy 13:15 BBC w Jedynce - David Attenborough i głosy natury - film dokumentalny 14:15 Z pamięci - felieton 14:25 Program sportowy KOMEDIA  15:05 Co mi zrobisz jak mnie złapiesz - komedia 17:00 Teleexpress 17:20 Pogoda 17:30 Jaka to melodia? 18:40 Serial fabularny 19:30 Wiadomości 20:20 Dom pod Dwoma Orlami - serial 21:20 Sanatorium miłości - reality show 22:15 Sanatorium miłości. Kulisy programu 22:25 Zakochana Jedynka - Wielkie wesele - komedia 00:05 Gold - film akcji, prod. USA, 2016, reż. Stephen Gaghan 02:10 M jak morderca - thriller 04:00 Jaka to melodia? 04:45 Z pamięci - felieton 04:50 Zakończenie	05:50 Dla niesłyszanych - Barwy szczęścia - serial obyczajowy 07:00 Dla niesłyszanych - M jak miłość - serial 07:55 Pytanie na śniadanie 12:00 Noworoczny z Wiednia 2023 12:15 Koncert Noworoczny z Wiednia 2023 - koncert 14:00 Familia - teleturniej 14:35 Koło fortuny 15:15 Sylwester Marzeń z Dwójką - widowisko 16:15 Tak to leciało! - teleturniej muzyczny 17:15 Sylwester Marzeń z Dwójką - widowisko 18:00 Panorama 18:20 Sylwester Marzeń z Dwójką - widowisko 19:15 Był sobie chłopiec - film fabularny, prod. Wielka Brytania, USA, 2002, reż. Chris Weitz FILM SENSACYJNY  21:05 Człowiek w ogniu - film sensacyjny, prod. USA, Wielka Brytania, Szwajcaria, 2004, reż. Tony Scott, wyk. Denzel Washington, Dakota Fanning, Marc Anthony 23:40 Koncert Noworoczny z Wiednia 2023 - koncert 00:30 Bieg po szczęście - film fabularny, prod. Kanada, 2019, reż. Marita Grabiak, wyk. Kim Shaw, Tom Arnold, Kevin McGarry 02:00 Męsko - damska rzecz - film fabularny, prod. Kanada, Wielka Brytania, 2006, reż. Nick Hurran, wyk. Samaira Armstrong, Kevin Zegers, Sherry Miller 03:45 Na sygnale - serial fabularny	05:55 Uwaga! - magazyn 06:10 Ukryta prawda 07:00 Kuchenne rewolucje - program kulinarno-rozrywkowy 07:55 Fred Claus, brat świętego Mikołaja - film komedia, USA, 2007, reż. David Dobkin, wyk. Vince Vaughn, Paul Giamatti, John Michael Higgins, Miranda Richardson, Rachel Weisz, Kathy Bates, Kevin Spacey 10:15 Lemur zwany Rollo - film komedia, Wielka Brytania, USA, 1997, reż. Fred Schepisi, Robert Young, wyk. John Cleese 12:00 Na Tropie Dzikich Zwierząt 12:35 Święta z Gesslerami 13:30 Turniej Czerwch Skoczni, Garmisch - Partenkirchen 16:35 Na twoim miejscu FILM OBYCZAJOWY  17:10 Mój biegun - film obyczajowy, Polska, 2013, reż. Marcin Głowacki, wyk. Bartłomiej Topa, Magdalena Walach, Maciej Musiał, Anna Pacho 19:00 Muzyka 19:25 Sport 19:30 Kroniki Pucharu Świata w skokach narciarskich 19:35 Pogoda 19:45 Uwaga! - magazyn 20:00 Sherlock Holmes - film sensacyjny, USA, Wielka Brytania, Niemcy 22:35 Ostatni gwizdek - film obyczajowy, USA, 2014, reż. Ivan Reitman, wyk. Kevin Costner 00:55 MasterChef 02:20 Grzesznica - serial 03:20 Kwatery Hitlera	06:00 Nowy dzień z Polsat News 08:40 Kevin sam w domu - komedia Obecnie rodzice Kevina są w separacji i chłopak mieszka z matką. Bardzo przeżywa zbliżający się rozwód, a poza tym ma dość wciąż go strofującego starszego brata. Ojciec zaprasza Kevina i jego rodzeństwo na Święta Bożego Narodzenia do siebie, ale początkowo nie ma chętnych do skorzystania z oferty. Zdanie zmienia tylko Kevin i bez wiedzy matki bierze takśówkę i ucieka do wspaniałej rezydencji bogatej narzeczonej ojca Natalie. 10:25 Sekretne życie zwierząt 12:15 Auta 3 - film animowany FILM PRZYGODOWY  14:35 Asterix i Obelix: W służbie Jej Królewskiej Mości Cezar jest żądny kolejnych podbojów. Pod jego dowództwem niezwycięzone legiony mają zaatakować, leżącą na skraju świata, wyspę znaną jako Brytania. Po drodze odnoszą zwycięstwo za zwycięstwem. 16:50 Zrobmy sobie wnuka 18:50 Wydarzenia 19:30 Państwo w Państwie 20:00 Kevin sam w Nowym Jorku 22:30 Pretty Woman 01:10 Straż wiejska 2 03:30 Świat według Kiepskich 04:40 Disco gramy 05:25 Telezakupy TV Okazje	07:00 Musicale. Śpiewa Zdzisława Sośnicka - koncert 08:00 Liturgia prawosławna w Lublinie 09:05 Od ucha do ucha - Scena muzyczna - Kusy Janek 10:10 Angielskie śniadanie - Robin z Sherwood - serial 11:15 Koncert Noworoczny z Wiednia 2022 - koncert 12:05 Rozmowy kontrolowane - komedia, reż. Sylwester Chęciński, wyk. Stanisław Tym, Irena Kwiakowska, Alina Janowska, Krzysztof Kowalewski, Marian Opania, Jerzy Turek 13:50 Trzeci punkt widzenia - program publicystyczny 14:30 Skapieć - komedia 16:40 Zaginionie - odcinek 17:10 Bitwa tenorów na różę 2022 - koncert, reż. Małgorzata Kosturkiewicz KOMEDIA  18:15 Brunet wieczorową porą - komedia kryminalna, reż. Stanisław Bareja, wyk. Krzysztof Kowalewski, Bożena Dykiel, Mirosława Krajewska 20:00 Seksmisja - komedia, reż. Juliusz Machulski, wyk. Jerzy Stuh, Olgierd Łukaszewicz, Bożena Strzykówna, Bogusława Paweł, Hanna Stankówna, Beata Tyszkiewicz, Ryszarda Hanin, Wiesław Michnikowski 22:10 Scena muzyczna - Dizzy Boyzz Brass Band 23:15 Apokalypso - film fabularny, prod. USA, 2006 01:50 Rafał - książę sztuki - film dokumentalny 03:30 Teraz animacje!	06:00 Prawdziwe motywy - serial kryminalny 09:15 Agent Cody Banks 2: Cel Londyn Cody Banks (Frankie Muniz), z pozoru nieśmiały nastolatek, jest agentem CIA do zadań specjalnych. Podczas kolejnej misji ma odzyskać urządzenia umożliwiające kontrolę ludzkich umysłów. W tym celu jedzie do Londynu, gdzie udaje członka międzynarodowej orkiestry. 11:35 Całkowicie nowe przygody Aladyna Zakonnica w przebraniu 2 Deloris zyskała sławę, o której zawsze marzyła. Pewnego dnia odwiedzają ją jednak zaprzężone zakonnice ze zgrozdzoną świetą Katarzyną i proszą o pomoc. 13:35 FILM SENSACYJNY  15:45 Goście, goście - komedia Jest rok 1123, trwa wojna między Henrykiem I a Ludwikiem VI, królem Francji. Ludwik, zwany Grubym, w podzięce za uratowanie życia przed Anglikami, daje Godfrydowi 8 dni na znalezienie i poślubienie swojej ukochanej, księżniczki Frengundy de Pouille. 17:55 Dirty Dancing 20:00 Noworoczna supernie-dziela z gwiazdami: Zenek 22:20 Mechanik: Konfrontacja 00:20 Kuloodporny 02:30 Zobacz to! Blok powtórkowy: Dyżur	05:05 Szkoła - obyczajowy 06:05 Wiza na miłość 07:00 Tom i Jerry Show - animacja animowany 07:50 Gorące święta - film rodzinny, USA, 2012, reż. Gregory Poppen, wyk. Tom Arnold, C. Thomas Howell, Brooke Langton, Casey Graf 09:30 Ukryta prawda - program obyczajowy 11:30 Sylwester w Nowym Jorku - film komedia, USA, 2011, reż. Garry Marshall, wyk. Michelle Pfeiffer, Zac Efron, Robert De Niro, Halle Berry, Jessica Biel, Seth Meyers, Katherine Heigl, Jon Bon Jovi, Ashton Kutcher, Lea Michele, Sarah Jessica Parker, Abigail Breslin, Hilary Swank FILM PRZYGODOWY  13:50 Podróż na tajemniczą wyspę - film przygodowy 15:50 Ostatni smok - film przygodowy, USA, 1996 17:55 Siódmy syn - film przygodowy, Chiny, Kanada, USA, Wielka Brytania, 2014, reż. Sergej Bodrov, wyk. Jeff Bridges, Ben Barnes, Julianne Moore, Alicia Vikander, Olivia Williams, John DeSantis, Kit Harington, Djimon Hounsou, Gerard Plunkett 20:00 Incepcja - film przygodowy, USA, Wielka Brytania 23:00 Szczęki: Zemsta - film sensacyjny 01:05 Jesteśmy przyjaciółmi 02:00 Incepcja - film przygodowy, USA, Wielka Brytania 03:00 Zbrodnia w sąsiedztwie 04:00 Druga strona medalu	06:00 Zagadki Starego Testamentu 07:00 Pies wampir 08:55 Królewskie święta 10:50 Salon piękności 13:00 Sześć dni, siedem nocy 15:05 Mów mi Dave - USA, 2008, reż. Robbins Brian, wyk. Murphy Eddie, Banks Elizabeth, Union Gabrielle, Caan Scott Komedia sci-fi dla całej rodziny. Ogromna kula ognia uderza w nowojorski Central Park i na miejscu pojawia się zwyczajny mężczyzna. 17:00 Łowcy Skarbów. Kto da więcej 20:00 Pięta fala - USA, Wielka Brytania, 2016 Odkąd na Ziemi po raz pierwszy pojawili się obcy, każdy ich kolejny najazd przynosi coraz bardziej katastroficzne skutki. 22:15 Naznaczone - USA, Kanada, 2010, reż. Wan James, wyk. Byrne Rose 00:30 Nowe wierzenia i stare sekty TV Trwam  10:00 Uroczystość Świętej Bożej Rodzicielki Maryi 11:40 Kantata „Mędrzy świata” 12:00 Anioł Pański z Ojcem Świętym Franciszkiem 12:15 Papież Polak do Rodaków 12:55 Próba wiary 13:40 Bogumiła czyli opowieść o Warszawskiej Syrenie 14:00 Pierre Teilhard de Chardin 14:55 Święty na każdy dzień 15:00 Wiesz - to też Polska 16:00 Informacje dnia 16:10 Koncert życzeń 16:45 Tak blisko a tak daleko - polscy księża w Czechach 17:15 Kolędy i pastorałki 17:30 Sól Ziemi 17:55 Poczet Wielkich Polaków 18:00 Anioł Pański 18:05 Informacje dnia 18:15 Żywe Betlejem z gwiazdami. Kolebowanie w Głuszczy 19:45 Warkocz królewny Wisły 20:00 Informacje dnia 20:20 Różaniec 20:50 Myśląc Ojczyzna 21:00 Apel Jasnogórski 21:20 Informacje dnia

dodatek

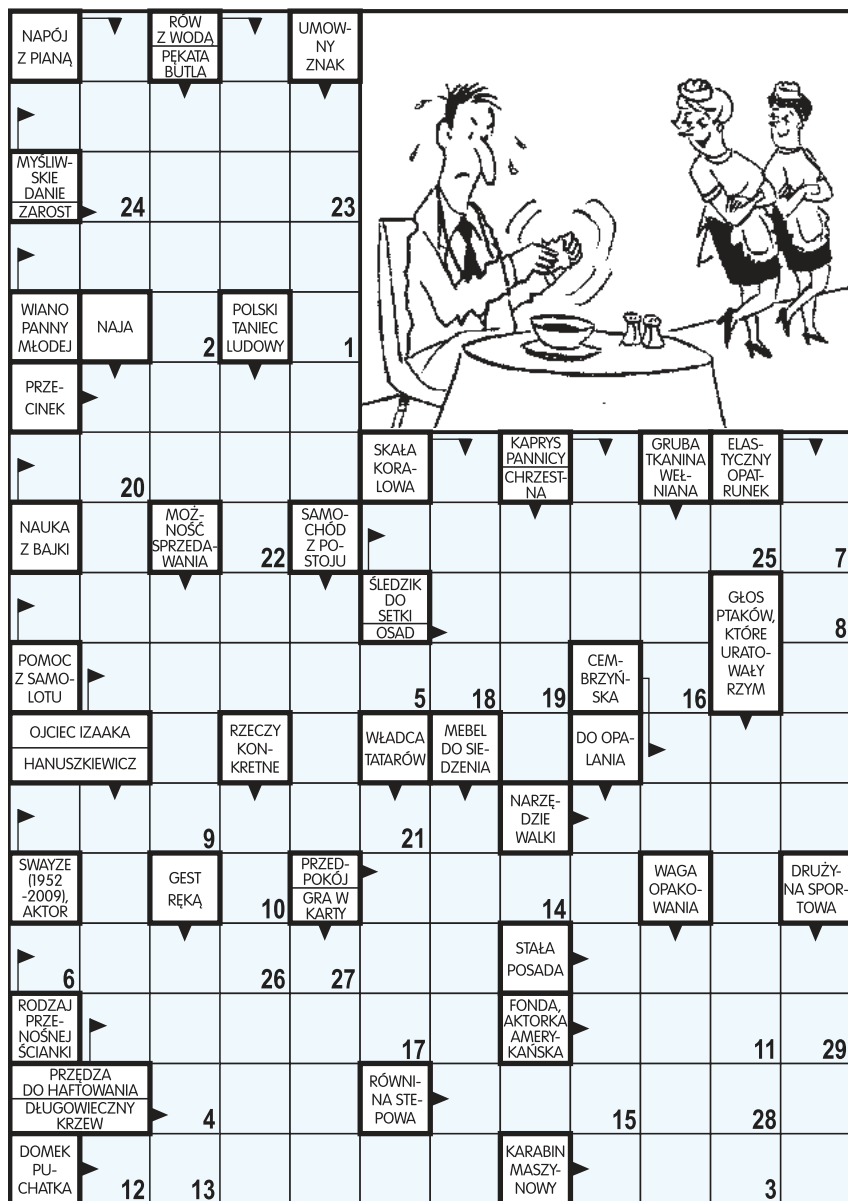
TELEWIZYJNY DO TWOJEJ GAZETY



ROZRYWKOWE TO I OWO nr 298

Redaguje:
Władysław Firlik

1. MIŁY PERSONEL

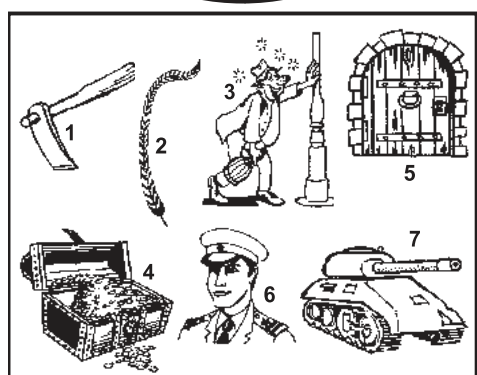
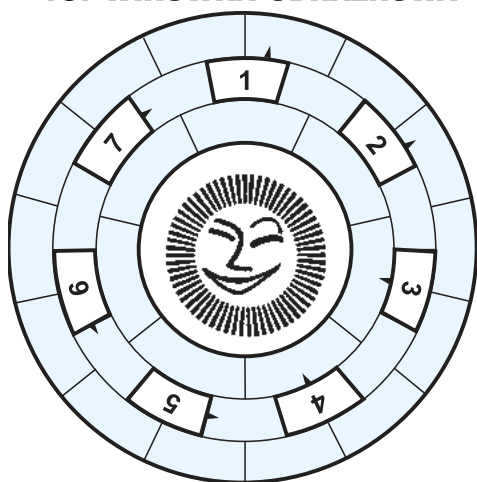


Litery z pól ponumerowanych od 1 do 29 utworzą wypowiedź kelnerki.

6. HOMONIM

_____ głosu
sobie zdarłem
____ / _____ psiocząc.
I na marne.

10. WIRÓWKA OBRAZKOWA



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

ROZRYWKOWE TO I OWO
KUPON - 298

7. SZARADA ANAGRAMOWA

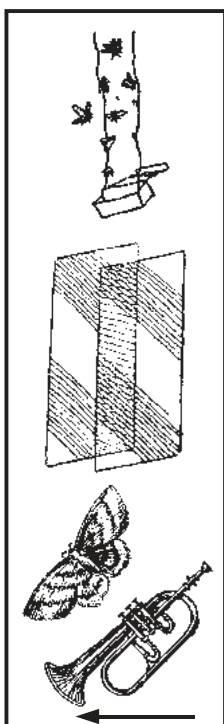
To jeszcze nie koniec ...

Jeszcze nie wszystko stracone,
choć zamknięte drzwi.
ZDANIE niedokończone
wciąż między nami tkwi.
W szafie twój płaszcz I garnitur
OD krawca zabrany dziś,
jeszcze **NA** stole kartka,
niedokończony list ...

Jeszcze ostatnia róża
samotnie w wazonie tkwi,
choć noc **ROBI** się coraz krótsza,
wciąż jeszcze wstaje świt.

O=8, N=7.

11. REBUS

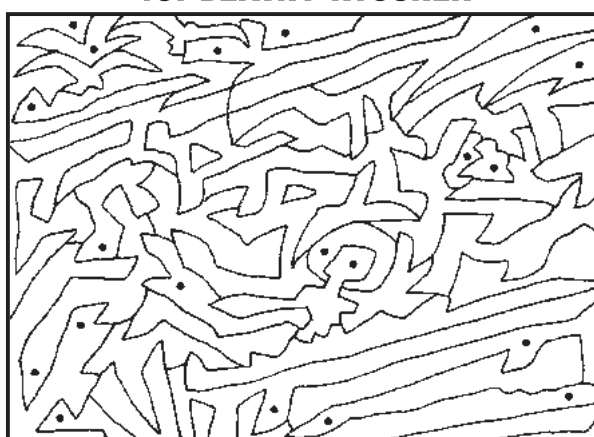


Początkowe litery:
L. B. M. T. R.



N = 5, O = 6, T = 11.

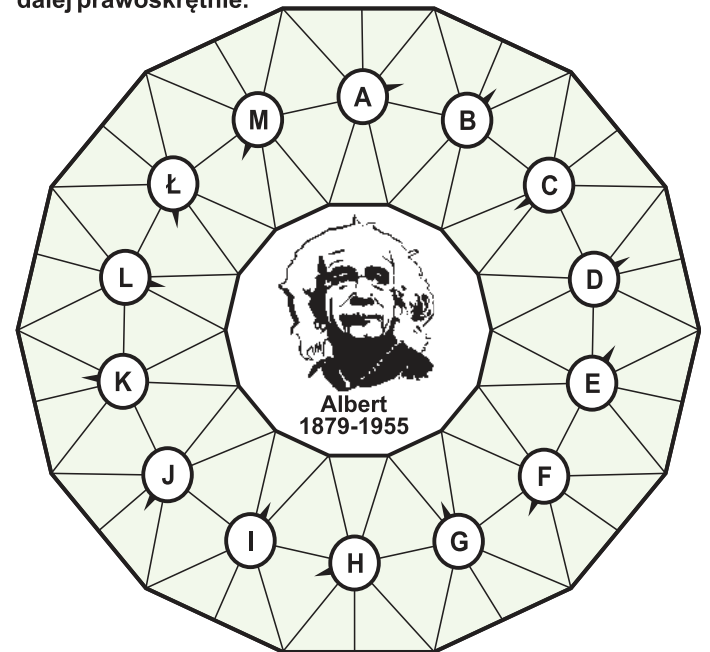
13. DZIWNY RYSUNEK



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

2. WIRÓWKA OD A DO M

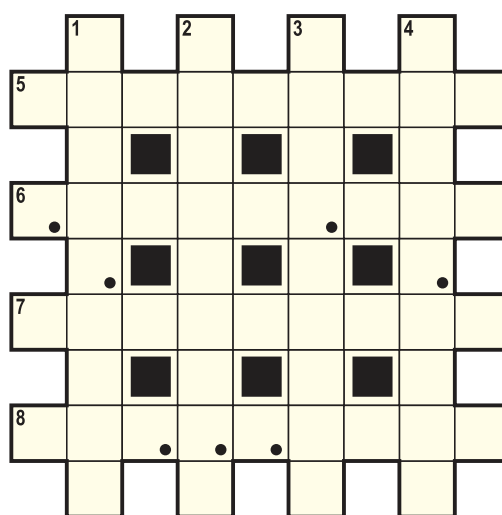
Wszystkie pierwsze litery są już ujawnione (w centrum), a dalej prawoskrętnie.



- A) wąż dusiciel,
- B) zaniedbuje pracę,
- C) tępak,
- D) kraj w Małych Antylach,
- E) RYSUNEK,
- F) krótki utwór publicystyczny,
- G) niewolnik przy wiosłach,
- H) samobójstwo samuraja,
- I) zabawa,
- J) grzyb z klasy workowców,
- K) pojemnik, zasobnik,
- L) plac z hangarami,
- Ł) Władysław I, król Polski od 1320 roku,
- M) taktomierz.

3. HOMONIM

____ / _____, także Zosi,
nikt do kina nie zaprosił.



4. KRZYŻÓWKA

Litery z pól zaznaczonych (rzędami) utworzą rozwiązanie.

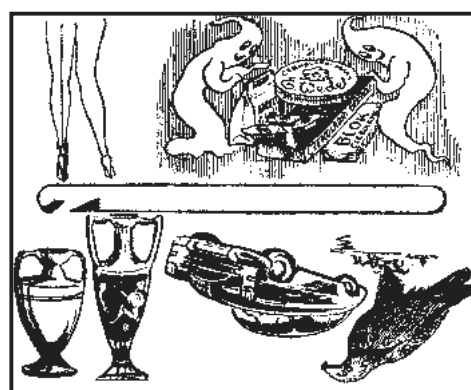
- 1) budowla sakralna, 2) ukrycie, 3) daje schronienie osobom podejrzanym, 4) wytwórnia chleba, 5) wprawka, etiuda, 6) prowizoryczne lotnisko, 7) rozproszony szyk bojowy, 8) lokal spod znaku Bachusa.

5. ANAGRAM

Odwiedziłem wszystkie _____,
by utrwalić smak wybrzeża.
W jednym tylko była _____,
lecz co nieco już nieświeża.

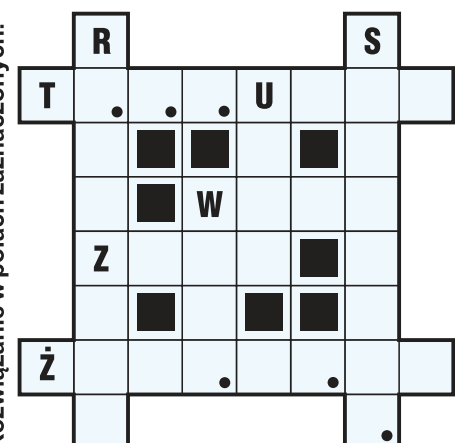


8. REBUS KOŁOWY



Początkowe litery: Z. W. M. K. Z.

9. ALFABETKA

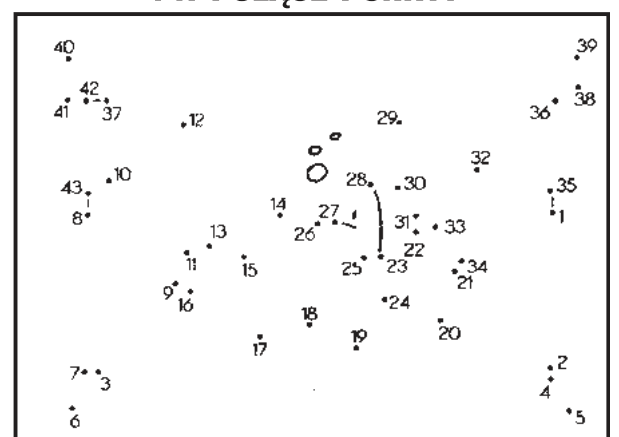


Rozwiązanie w polach zaznaczonych.

- Grażyna, mistrzyni Europy w biegach przez płotki 1974-76,
- tuja,
- opryszek,
- apopleksja,
- demoniczna kobieta,
- bębenek baskijski,
- im starsze, tym lepsze,
- luba.



14. POŁĄCZ PUNKTY



Połącz dokładnie liniami prostymi wszystkie punkty od 1 do 43, a ujrzysz jakiś obrazek. Jaki?

INFORMACJA

o wywieszeniu wykazu nr 9/2022 z dnia 19 grudnia 2022 r. nieruchomości przeznaczonych do dzierżawy oraz w najem.

Wójt Gminy Jabłonna stosownie do dyspozycji zawartych w art. 35 ust. 1 i 2 ustawy z dnia 21 sierpnia 1997 r. o gospodarce nieruchomościami, podaje do publicznej wiadomości, że na tablicy informacyjnej oraz na stronach internetowych Urzędu Gminy Jabłonna, na okres 21 dni, został zamieszczony wykaz nr 9/2022 nieruchomości przeznaczonych do dzierżawy oraz w najem.

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



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



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

PRACA**dam pracę**

- Stanisławów Pierwszy. Jedna zmiana. Montaż wiązek kablowych. Również osoby z niepełnosprawnością. 734 108 163
LEG 52793

szukam pracy

- Masz dużo sprzątania? Nie masz czasu? Nie lubisz lub masz dużo pracy i nadmiar obowiązków? Chętnie ci pomogę. Oferuję kompleksowe sprzątanie mieszkań domów budynków gospodarczych lub po remoncie. Mycie okien. 512552515
LEG 52765
- Mycie okien, Legionowo i okolice, tel. 515949526
LEG 52772
- Sprzątanie mieszkań, domów, mycie okien, mam wieloletnie doświadczenie, rozważę również inne propozycje 506757853
LEG 52746

AUTO-MOTO**sprzedam**

- Kupię KażdeAutoOsobowe Busy SkuteryMotory Najlepsze Ceny-NaRynku MożliwośćZwrotu0c MaszCośDzwoń NatychmiastowyOdbiór! Błyskawiczna Wycena Kupuję Calej rozbite BezOciPrze-gląduiDo Drobnych Napraw! ZadbaneAuta Zaświadczenia DoKasji 502964469
LEG 52584

usługi i akcesoria

AUTO-KASACJA
www.kasujemy.eu
788 202 333

- AAA Auto-Kasacja kasujemy.eu 788-202-333
NDM 52773

ZDROWIE**przychodnie**

ultramedica
CENTRUM ZDROWIA KOBIECY
KLINIKA
GINEKOLOGICZNO - POŁOŻNICZA
Legionowo, ul. Stenklewicz 10 i p. nad HEBE
tel. 22 732 24 86, 518 447 748

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

nadaj DROBNE na stronie
www.nadajdrobne.pl

TURYSTYKA**USŁUGI****remont i budowa**

- Dachy-wszelkie naprawy, okna dachowe, rynny 889415252
LEG 52780
- HYDRAULIKA c.o. wod.-kan. kotłownia montaż wymiana 601377517
LEG 52759
- Malowanie-tapetowanie-remonty osobiście-solidnie 694065757
LEG 52381
- Oferujemy pomoc w cięciu i rąbaniu drewna. Sprzątanie piwnic, strychów, budynków 511 385 640
PUL 52787
- Usł. dekarские, mycie i malowanie elewacji, murowanie i naprawa komi-nów, schody betonowe 511 385 640
PUL 52788
- Wycinka i pielęgnacja drzew, tui, krzewów. Przycinanie drzewek, naprawy ogrodzeń 511 385 640
PUL 52789

OBWIESZCZENIE

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”, sporządzanego na podstawie uchwały Rady Gminy Nieporęt Nr LXVI/126/2022 z dnia 14 grudnia 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 opatrzenia ich kwalifikowanym podpisem elektronicznym na adres: urzad@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

OBWIESZCZENIE

o przystąpieniu do sporządzenia „Miejscowego planu zagospodarowania przestrzennego dla części sołectwa Józefów – rejon ulicy Strużańskiej i ulicy Objazdowej, w gminie Nieporęt”

Na podstawie art. 17 pkt 1 ustawy z dnia 27 marca 2003 r. o planowaniu i zagospodarowaniu przestrzennym (Dz. U. z 2022 r. poz. 559, z późn.zm.) zawiadamiam o podjęciu przez Radę Gminy Nieporęt uchwały Nr LXVI/126/2022 z dnia 14 grudnia 2022 r. o przystąpieniu do sporządzenia „Miejscowego planu zagospodarowania przestrzennego dla części sołectwa Józefów – rejon ulicy Strużańskiej i ulicy Objazdowej, w gminie Nieporęt”.

Plan obejmuje część sołectwa Józefów. Granice obszaru objętego planem 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.

Zainteresowani mogą składać wnioski do wyżej wymienionego planu miejscowego. **Wnioski do planu należy składać** na piśmie do Wójta Gminy Nieporęt, na adres: Urząd Gminy Nieporęt, Pl. Wolności 1, 05-126 Nieporęt, **w terminie 21 dni od dnia ogłoszenia**. Jako wniesione na piśmie uznaje się również wnioski wniesione za pomocą elektronicznej skrzynki podawczej opatrzone kwalifikowanym podpisem elektronicznym, podpisem zaufanym albo podpisem osobistym. Wniosek powinien zawierać nazwisko i imię albo nazwę wraz z adresem zamieszkania albo siedziby oraz oznaczeniem nieruchomości, której wniosek dotyczy.

Klauzula informacyjna:

Informujemy, że przy podejmowaniu czynności związanych z:

- 1) rozpatrywaniem wniosków do projektu planu, zgodnie z art. 17 pkt 1 ustawy z dnia 27 marca 2003 r. o planowaniu i zagospodarowaniu przestrzennym;
- 2) wyłożeniem projektu planu do publicznego wglądu i organizowaniem dyskusji publicznej, zgodnie z art. 17 pkt 9 w/w ustawy;
- 3) wnoszeniem uwag do projektu planu, zgodnie z art. 17 pkt 11 w/w ustawy;
- 4) rozpatrywaniem uwag, zgodnie z art. 17 pkt 12 w/w ustawy;
- 5) przedstawianiem Radzie Gminy projektu planu wraz z listą nieuwzględnionych uwag, zgodnie z art. 17 pkt 14 w/w ustawy;
- zgodnie z art. 13 ust. 1 i 2 Rozporządzenia Parlamentu Europejskiego i Rady (UE) 2016/679 z dnia 27 kwietnia 2016 roku w sprawie ochrony osób fizycznych w związku z przetwarzaniem danych osobowych i w sprawie swobodnego przepływu takich danych oraz uchylenia dyrektywy 95/46/WE (dalej: RODO) obowiązują następujące zasady dotyczące przetwarzania danych osobowych:

1. Administratorem Pani/Pana danych osobowych przetwarzanych w Urzędzie Gminy Nieporęt jest Gmina Nieporęt reprezentowana przez Wójta Gminy Nieporęt z siedzibą przy ul. Plac Wolności 1, 05-126 Nieporęt (dalej: Administrator).
2. 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.
3. Pani/Pana dane będą przetwarzane zgodnie z art. 6 ust. 1 lit. 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.)
4. 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.
5. 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.
6. Na warunkach określonych w RODO posiada Pani/Pan prawo do:

- 1) żądania dostępu do swoich danych osobowych, ich sprostowania, usunięcia lub ograniczenia przetwarzania danych osobowych,
- 2) wniesienia sprzeciwu wobec takiego przetwarzania,
- 3) przenoszenia danych,
- 4) wniesienia skargi do organu nadzorczego,
- 5) cofnięcia zgody na przetwarzanie danych osobowych, jeżeli podstawą ich przetwarzania była zgoda.
7. Podanie danych osobowych jest obowiązkowe w sytuacji, gdy przesłankę stanowi przepis powszechnie obowiązującego prawa. Konsekwencją niepodania danych może być uniemożliwienie podjęcia czynności urzędowych.
8. Przekazane dane nie będą podlegać zautomatyzowanemu podejmowaniu decyzji, w tym profilowaniu, a także nie będą przekazywane do państw trzecich.
9. W przypadku zebrania danych nie od osoby, której dane dotyczą, przysługuje Pani/Panu prawo informacji o źródle danych, jeśli nie wpływa to na ochronę praw i wolności osoby, od której dane pozyskano.

Wójt Gminy Nieporęt
Sławomir Maciej Mazur



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

ogrodnicze



WYCINKA DRZEW METODĄ ALPINISTYCZNĄ
- SEKCYNNA WYCINKA DRZEW
- PRZycinanie, przesiewianie korony drzew
- USUWANIE DRZEW GAŁĘZI KONARÓW MARNYCH
- USŁUGI REBAKIERZ, ZRĘBKOWANIE GAŁĘZI I WYWOZ UROBKU
698 991 470
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
Wiestawa Nawrot
Kompleksowe ubezpieczenia: komunikacyjne, majątkowe, na życie, turystyczne. Ubezpieczenia Wiestawa 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



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

BIZNES

NIERUCHOMOŚCI

sprzedam mieszkanie

L-wo ul. Zegrzyńska, M3, parter z ogródkiem i balkonem 602222431
LEG 52785

sprzedam dom

Gąsolin, 50m2, działka 600m2, cena 200 tys. do negocjacji 602222431
LEG 52781

L-wo, 220m2, działka 850m2, dom dwudziestoletni, murowany, wszystkie media 602222431
LEG 52784

sprzedam działkę

Jabłonna - 1200m2, 1500m2, Chotomów - 1300m2; pod bliźniaki 602222431
LEG 52783

Janopol k. Nowego Miasta, pod domki rekreacyjne, 13 500m2, prąd, cena 302t/m2, tel. 602222431
LEG 52782



**Sprzedam działkę budowlaną w Chotomowie 4651 m2, dojazd od ul. Gdańskiej. Działka objęta jest planem zagospodarowania przestrzennego. Teren ten jest oznakowany MN - dopuszczona jest zabudowa mieszkaniowa jednorodzinna, domy wolnostojące i bliźniacze, dopuszczona jest również działalność usługowa, nie uciążliwa dla środowiska. Na działce są młode drzewka (samosiejki) i kilka starszych dębów i sosen. Można zbierać prawdziwki. Działka od strony wschodniej sąsiaduje z łąką. Położenie, drzewa i rozmiar terenu dają tu przyjemne poczucie bycia na uboczu, w przyrodzie; a jednocześnie stacja, usługi, czy inne domy mieszkalne są bardzo blisko. Do stacji kolejowej 10 min. piechotą lub 3 min. samochodem. Do Warszawy 35min. samochodem. Do Jeziora Zegrzyńskiego 20min samochodem. Cena 280 zł za m2
Tel 502055002
LEG 52775**

Wieliszew, 1409m2, cena do uzgodnienia 602222431
LEG 52786

kupię nieruchomość

Kupię za gotówkę mieszkanie do remontu w Nowym Dworze Mazowieckim do 45m2 tel. 605-325-056
NDM 52741

do wynajęcia

Legionowo, pokój, niedrogi tel. 665263180
LEG 52798

poszukuję do wynajęcia

23-latek poszukuje pokoju lub niedrogiemu mieszkaniu. Legionowo i okolice. 786 846 259
LEG 52799

inne



Sprzedajesz lub kupujesz mieszkanie? Zgłoś się do nas. Zapewniamy kompleksową obsługę. Pomagamy w uzyskaniu kredytu.

784-611-270, 605-325-056
NDM 52475

UROCZYSTOŚCI

organizacja imprez



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

MATRYMONIALNE

KOMUNIKATY

RÓŻNE

Kupię szklarnie do rozbiórki mrożarki, gotówka 515924866
LEG 52390

Sprzedam drewno opałowe, odbiór własny okolicie Wyszogrodu, pocięte 605280942
LEG 52771

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

KIEROWCA CYSTERNY (ADR<TDT,C+E)

Wymagania:

- prawo jazdy kat. C+E
- uprawnienia ADR (cysterny) - możliwość dofinansowania szkolenia przez firmę
- uprawnienia TDT do napełniania i opróżniania zbiorników transportowych
- doświadczenie w prowadzeniu pojazdów ciężarowych
- świadectwo kwalifikacji
- karta kierowcy
- niekaralność

Zakres obowiązków:

- Transport materiałów niebezpiecznych zgodnie z procedurą ADR
- Załadunek oraz rozładunek paliw
- Zgłaszanie usterek pojazdów
- Prowadzenie dokumentacji przewozowej

Oferujemy:

- zatrudnienie na umowę o pracę
- szkolenie wdrożeniowe
- niezbędne narzędzia do pracy
- możliwość skorzystania z oferty prywatnej opieki medycznej oraz ubezpieczenia grupowego

Kontakt:

Dariusz Kowalczyk
tel. 606 369 400, d.kowalczyk@poloil.pl

TRANSPORT SANITARNY

SZAGMA



tel.503 921 900

transportszagma@gmail.com



DORADZTWO I SZKOLENIA

- Szkolenia BHP
- Szkolenia z pierwszej pomocy
- Kursy obsługi wózków widłowych
- kursy obsługi suwnic, nożycówek, wciągników

tel. 604-984-167

biuro@sabix.pl

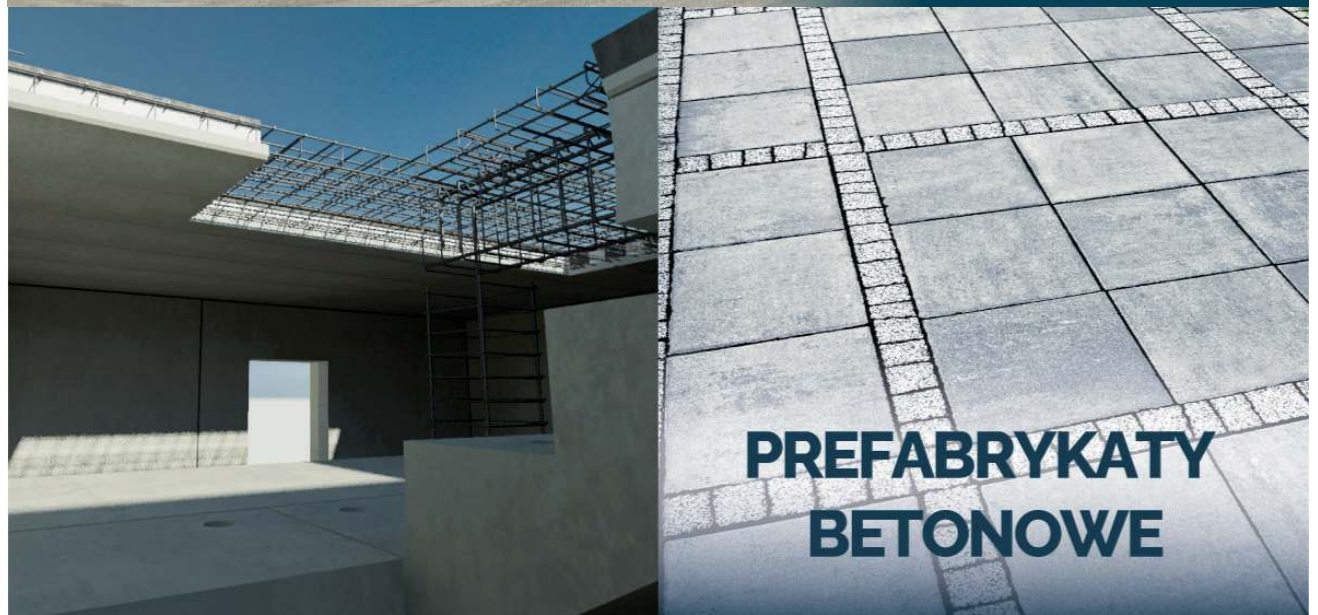
BETON TOWAROWY

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



Koncert Noworoczny



Brass Federacja- zespół dęty

Maurycy Idzikowski, Artur Jargiło, Kuba Łupiński - trąbki

Szymon Białorucki, Bartek Łupiński - puzony

Piotr Wróbel - suzafon

Maciek Wojcieszuk - perkusja

15.01.2023 r.

godz. 18.00

Wstęp wolny

Gminny Ośrodek Kultury
Nieporęt, ul. Dworcowa 9a



Świąteczna twórczość dzieci

Tak pięknych ozdób choinkowych w naszej gminie jeszcze nie było. Tradycyjnie już od wielu lat Gmina Nieporęt przygotowuje pamiątkowe bombki.

Zazwyczaj ozdoby są zamawiane u producentów bombek, jednak w tym roku Gmina postawiła na talent naszych najmłodszych mieszkańców i przekazała bombki do samodzielnego udekorowania w ręce wychowanków gminnych placówek oświatowych. Przedszkolaki i uczniowie naszych podstawówek oraz nadzorujący ich pracę nauczyciele, a także rodzice spisali się na szóstkę z plusem.

Twórcy wykazali się ogromną kreatywnością i oryginalnością. Do dekorowania bombek wykorzystano różnorodne techniki plastyczne oraz niezwykle oryginalne materiały takie jak: łupinki po pestkach dyni, koronkowe tasiemki lub zwykły sznurek. Efekt pracy małych artystów przeszedł nasze najśmielsze wyobrażenia. Wszystkie ozdoby były wyjątkowe i bardzo piękne. Jeszcze raz dziękujemy twórcom za ich zaangażowanie oraz gratulujemy talentu i kreatywności. Galeria zdjęć z bombkami wykonanymi przez dzieci znajduje się na stronie internetowej urzędu gminy Nieporęt.

Biblioteka już pod dachem

Duży postęp prac na placu budowy biblioteki Gminy Nieporęt. Od początku budowy udało się już zrealizować 95% stanu surowego zamkniętego budynku tj. wykonane zostały mury, zamontowano konstrukcję dachu wraz z pełnym pokryciem, stolarkę okienną otworową od strony zachodniej, a obecnie trwają prace montażowe przy wykonaniu fasady szklanej na elewacji wschodniej. Równolegle trwają roboty zewnętrzne, związane z ociepleniem budynku. Wewnątrz układana jest instalacja elektryczna oraz sanitarna. Do końca roku planowane jest jeszcze wykonanie podkładów pod posadzki (szlichty) oraz tynków wewnętrznych.





Odblaski dla przedszkolaków

334 dzieci uczęszczających do naszych przedszkoli otrzyma plakietki odblaskowe z nowym logo Gminy Nieporęt. Ten niewielki gadżet znacznie zwiększy bezpieczeństwo maluchów poruszających się po zmroku po chodnikach i ulicach naszej gminy. Jest to szczególnie ważne zimą, kiedy szybko robi się ciemno. Dzięki odblaskowym plakietkom kierowcy z daleka zobaczą poruszających się pieszych. Wójt Gminy Nieporęt wręczając odblaski zobowiązał przedszkolaków, by zawsze pamiętały o ich noszeniu, gdy poruszają się po zmroku poza domem.



W Kompleksie Rekreacyjno-Wypoczynkowym Nieporęt-Pilawa pojawiły się dwie stacje do ładowania pojazdów elektrycznych.

Gmina Nieporęt wspiera elektromobilność



Znajdują się ona na parkingu przy wjeździe na teren kompleksu. Na każdej ze stacji znajdują się dwa gniazda co oznacza, że jednocześnie ładować można cztery auta. Podczas listopadowej sesji radni Gminy Nieporęt jednogłośnie przyjęli uchwałę dotyczącą ceny za ładowanie pojazdu. Wynosi ona 2,2 zł/kWh, z zastrzeżeniem zwolnienia stanowiska stacji po naładowaniu pojazdu w ciągu 15 minut, po przekroczeniu tego limitu czasu obowiązuje opłata w wysokości 0,40 zł za każdą kolejną minutę zajmowania stanowiska stacji. Mieszkańcy będą mogli korzystać ze stacji od stycznia w godzinach 7.00-20.00.



Książka z książkomatu

Dobra wiadomość dla zapracowanych czytelników. Nie musicie już martwić się, że nie zdążycie oddać książki do biblioteki. W gminie Nieporęt pojawił się książkomat. Można z niego korzystać od 14 grudnia!

Książkomat znajduje się na przystanku autobusowym Urząd Gminy w Nieporęcie. Do książkomatu można zamawiać oraz zwracać zbiory (książki, audiobooki) z Biblioteki Publicznej Gminy Nieporęt, ul. Dworcowa 9a w Nieporęcie.

Książkomat to urządzenie samoobsługowe, które działa jak popularne paczkomaty. Wystarczy zamówić książkę, audiobook przez katalog biblioteczny online i wybrać opcję odbioru w książkomacie. Załadunek książkomatu odbywa się raz dziennie, od poniedziałku do piątku. Czytelnik otrzyma powiadomienie o czekającym na niego zamówieniu. Na odbiór ma do 3 dni roboczych. Dodatkowo w książkomacie można dokonać zwrotu wcześniej wypożyczonych pozycji.

Takie urządzenie to idealne rozwiązanie dla każdego zapracowanego lub nie mogącego odebrać swoich książkowych zamówień w godzinach otwarcia biblioteki.

Książkomat jest częścią projektu „Nowoczesna Biblioteka w Nieporęcie” i został sfinansowany w ramach Narodowego Programu Rozwoju Czytelnictwa 2.0, Priorytet 2, Kierunek interwencji 2.1. „Infrastruktura bibliotek 2021-2021”. Uzyskano dofinansowanie ze środków Ministra Kultury i Dziedzictwa Narodowego pochodzących z budżetu państwa w kwocie 608 400 zł.



Plac zabaw w Stanisławowie Pierwszym już po modernizacji

Dobre wieści dla najmłodszych mieszkańców. Gmina Nieporęt zakończyła już modernizację placu zabaw w Stanisławowie Pierwszym. Na miejscu pojawiły się nowe instalacje: dwie zjeżdżalnie ze ściankami wspinaczkowymi i linarium, huśtawki, karuzela oraz piaskownica. Na całym placu zabaw wyczyszczono i uzupełniono nawierzchnię z piasku. Prace realizowała firma NOVUM Sp. z o.o. Sp. K. z siedzibą w Szczytnie. Koszt inwestycji 98 932,31 zł. Obecnie trwa procedura odbioru inwestycji. MS



UCZNIOWIE NA TAPETY

CHCĘ OSIĄGNAĆ DUŻO W ŻYCIU. STARAM SIĘ

Poznałam go podczas kiermaszu charytatywnego – ILE WAŻY ŚWIĘTY MIKOŁAJ – w RUSZKOWSKIM. To Illia Stepanenko, uczeń ZSZ, rodem z Ukrainy. Dojrzały, poważny chłopak, który wie, co chce osiągnąć i jak dojść do sukcesu; przy tym rozmowny i miły

To on, za zgodą dyrekcji i wychowawczyń, szykuje się do udziału w międzynarodowym konkursie na najlepszego ucznia pochodzącego z zagranicy, a zarazem podejmującego najróżniejsze inicjatywy w swojej klasie. – Jestem w drugiej klasie LO w szkole Jana Ruszkowskiego – przedstawia się Illia. – Pełnię funkcję szkolnego tłumacza, mam osiągnięcia sportowe w boksie, trenuję w SEMIRAMIDZIE, w związku z czym otrzymałem stypendium sportowe. Wywalczyłem II miejsce w MISTRZOSTWACH MAZOWSZA MŁODZIEŻY. Brałem udział w konkursach przedmiotowych – w matematycznych, informatycznym; w olimpiadach. Staram się pokazywać z dobrej strony w każdym z przedmiotów.

Biorę też udział w akademiach z okazji różnych świąt szkolnych i narodowych, pomagając nauczycielom, no i w różnych projektach zespołowych.

Illia czuje się w swojej klasie jak przysłowiowa ryba w wodzie. Nie żałuje, że wybrał tę, a nie inną szkołę. Uważa ją za najlepszą w mieście. Koledzy dobrze go przyjęli, pomagali mu w adaptacji w nowym środowisku. On też ich wspierał, pomagał z matematyki, oni jemu z polskiego.

Trudności? – Najwięcej problemów sprawia mi w tej chwili mój akcent; poprawiam go codziennie, czytam polskie książki. Wcześniej miałem kłopoty z gramatyką – pomagali mi ją zrozumieć koledzy klasowi. I tak mam dobre oceny, trochę mi brakuje do stypendium naukowego, ale się postaram.

Stepanenko mieszka w Pułtusk od sierpnia 2021 roku. – Moja mama pracuje w szpitalu na Popławach, tata w Warszawie, brat uczy się w szkole nr 3 – dodaje. – A Pułtusk? Podobna mi się, wszędzie jest blisko, w zasięgu ręki, wcześniej mieszkalem w 300-tysięcznym mieście. A moja ojczyzna? Nie przypuszczaliśmy, że będzie wojna. Na jej początku nie wiedziałem, jak się odnaleźć, ale moi koledzy z Ukrainy nie załamują się, chcą żyć, nie chcą umierać, chcą się uczyć... Ja przez to czuję się silniejszy, jak oni są silni w wojennych warunkach, to ja też muszę... Ja mam wszystkie możliwości, żeby osiągnąć dużo w tym życiu. I staram się.

Grażyna M. Dzierżanowska



Z KRONIKI SZKOLNEJ SP 1 im. STEFANA STARZYŃSKIEGO

Kronika szkolna to nie tylko zdjęcia uczniów i nauczycieli. Kronika szkolna to zarazem historia szkoły i miasta równocześnie. Zdarzeń i ludzi...

ROK 1982 i 1983

26 listopada chór szkolny i koło recytatorskie dały koncert w miejscowej Jednostce Wojskowej z okazji Dnia Podchorążego.

„Tygodnik Ciechanowski” o pracy wychowawczej w szkole STARZYŃSKIEGO... W „Zielu na bagnie” wypowiada się pedagog szkolna Liliana Waleśkiewicz. Mówi o dzieciach zaniedbanych, niedożywionych, o niewiadomej przyszłości, bitych i wypędzanych z domów. „Są jak ziele na bagnie” – objaśnia pani Liliana. Szkoła stara się im pomagać – w placówce bowiem funkcjonuje ośrodek kuratorski, który skupia 36 osób. Dzieci otrzymują wyżywienie i mają zorganizowany czas wolny. „Ale coś z tego, kiedy wracają do swoich domów, a tam kolejna libacja i ordynarne burdy. Dzieci z rodzin pijackich źle się uczą, są opóźnione w rozwoju. My sami jako szkoła nie rozwiązaliśmy problemu. Nie zlikwidujemy alkoholizmu. Potrzebne jest stworzenie jednolitego frontu wychowawczego oraz ścisła współpraca szeregu instytucji m.in. rodziny, szkoły, placówek opiekuńczych, sądu, milicji, różnych poradni. Poza tym uważam, że system świadczeń społecznych jest aż nadto rozbudowany. Są rodziny, którym się po prostu nie opłaca pracować, gdyż otrzymują duże zasiłki, że z powodzeniem wystarcza im na życie, to jest na picie” – mówi pedagog.

Pod patronatem ZHP została przeprowadzona akcja dofinansowania budowy DARU MŁODZIEŻY, zagłowca szkolnego. Przebieg akcji był następujący: sprzedaż butelek – 8 672 zł; dyskoteka – 2 260 zł; loteria – 6 680 zł. Razem 17 512 zł. Potężna sumka.

W przededniu ŚWIĘTA KOBIET chór szkolny i koło recytatorskie dały uroczysty koncert dla zaproszonych przedstawicieli płci pięknej, związanych pośrednio i bezpośrednio ze SP 1 im. S. Starzyńskiego. Koncert przygotowali: p. Aleksandra Gadowska, p. Grażyna Dzierżanowska, p. Tadeusz Mroczkowski.

PAMIĘĆ SILNIEJSZA NIŻ ŚMIERĆ

18 kwietnia odbyła się uroczystość poświęcona pamięci bohaterów walczących z okupantem. Przedstawione zostały fragmenty książki „W szponach nadludzi” p. Ireny Kurowskiej. Montaż poetycko-słowny przygotowany został pod kierunkiem p. Grażyny Dzierżanowskiej, p. Haliny Zaleskiej i p. Tadeusza Mroczkowskiego. Po wystąpieniu uczniów odbyło się spotkanie z uczestniczką powstania warszawskiego, p. Jadwigą Mitkowską.

28 kwietnia miało miejsce spotkanie z redaktorem Michałem Sumińskim. Pan redaktor napisał w kronice szkolnej: „Na pamiątkę miłego spotkania TV ZWIERZYNIĘC”.

9 maja młodzież szkolna pod kierunkiem p. Haliny Zaleskiej i Jadwigi Bulkowskiej przeprowadziła konkurs wiedzy o Stefanie Starzyńskim. Najgłębszą znajomością biografii patrona szkoły wykazali się: A. Chrzanowska, A. Świstak, H. Żurawińska, U. Bejma, I. Narloch, G. Kargol. G. Wielgolewski.

Na zdjęciu klasa p. Lidii Romańskiej, żerówka. i p. Marii Jabłońskiej III b. Podała, za kroniką szkolną, Grażyna M. Dzierżanowska



Radio Wieliszew – rok temu przerwało ciszę

Rok temu 3 grudnia 2021 r. w wieliszewskim eterze przerwano ciszę. Tego dnia po internetowych falach popłynęły pierwsze dźwięki nadane przez Radio Wieliszew – internetowe radio, które jako jedyne w powiecie jest tworzone dla mieszkańców i przez nich współtworzone.

Wywiady z mieszkańcami gminy i nie tylko, rozmowy o filmie, cotygodniowe spotkania z wójtem Gminy Wieliszew Pawłem Kownackim, wiadomości lokalne, komentująca młodzież, audycje o książkach i dużo dobrej muzyki. W redakcji mieszczącej się przy ul. K. K. Baczyńskiego gościli sportowcy, społecznicy, ludzie kultury. Poruszano tematy, zarówno te globalne o zmieniającym się klimacie, ochronie środowiska, zdrowiu, jak i te lokalne pokazujące ciekawych ludzi – ich pasje, życie. Od 3 grudnia 2021 roku działa redakcja, stworzona przez młodzież biorącą udział w warsztatach radiowych i dziennikarskich w ramach projektu „Nowe



Forma Informacji – medium internetowe”.

W ciągu tego roku przeprowadzono między innymi transmisję z koncertu kolęd w wykonaniu Zespołu Tańca Promyki, chóru Belcanto oraz uczestników sekcji wokalne Ośrodka Kultury w Wieliszewie, nagrano rozmowy z ekspertami w ramach projektu Twój piec – nasze powietrze 2, organizowano konkursy dla słuchaczy, w których można było wygrać bilety do kina

Helios, czy książki od Piotra Marońskiego. Rozgłosnia stała się miejscem, w którym można było składać życzenia podczas finału Wielkiej Orkiestry Świątecznej Pomocy, a sam Jurek Owsiak nagrał specjalne pozdrowienia dla słuchaczy Radia Wieliszew. Radio Wieliszew miało też swoje mobilne studio podczas Święta Gminy Wieliszew, w którym influencer Pigout i jutuber Footool zachęcali mieszkańców do rozmów i organizowali konkursy.

W nowym roku radiowym wieliszewska redakcja będzie kontynuować rozmowy z mieszkańcami, wiadomości lokalne, młodzież będzie komentować, wójt odpowiadać na pytania mieszkańców. Pojawia się również nowe audycje, które na pewno przypadną do gustu niejednemu słuchaczowi. Redakcja zaangażowana w radio już myśli i pracuje nad tym, by po Nowym Roku dać mieszkańcom źródło informacji, inspiracji i pozytywnych wibracji nakręconych zarówno dobrą muzyką, jak i ciepłym, wartościowym słowem.



Po 3 latach mieszkańcy Gminy Wieliszew mogli w końcu spotkać się w większym gronie, by wspólnie cieszyć się świąteczną atmosferą, podzielić się opłatkiem i złożyć prawdziwe, a nie wirtualne życzenia. Na tydzień przed Świętami Bożego Narodzenia 18 grudnia hala sportowa w Wieliszewie zamieniła się w bajkową krainę, w której odbył się Jarmark Świąteczny oraz Wieczór Wigilijny.



Jak słuchać Radia Wieliszew?

1. Wpisujemy w przeglądarkę: www.radio.wieliszew.pl
2. Gdy pojawi się pytanie: czy chcesz zainstalować aplikację radio Wieliszew na swoim telefonie, wciskamy OK.
3. Instalujemy.
4. Na ekranie telefonu wyświetli się ikonka Radio Wieliszew.
5. Gdy tylko mamy ochotę włączamy aplikację i możemy słuchać lokalnej rozgłośni.

KONCERT KOLĘD NA TRZECH KRÓLI

6

stycznia
zapraszamy

na tradycyjne styczniowe spotkanie z kolędami, pastorałkami i utworami o tematyce bożonarodzeniowej w wykonaniu grup artystycznych działających w Gminie Wieliszew: chóru Belcanto z Wieliszewa, Zespołu Tańca Ludowego „Promyki” oraz uczestników sekcji wokalne Ośrodka Kultury w Wieliszewie.

Tradycja kolędowania „na Trzech Króli” w Gminie Wieliszew liczy już dwie dekady – przez ten czas odwiedzaliśmy kościoły w Wieliszewie, Skrzyszewie, Janówku, a także Salę Klenczona. Po rocznej przerwie powracamy z dobrą nowiną do wieliszewskiej świątyni.

Zapraszamy do kościoła parafialnego w Wieliszewie, po mszy wieczornej o godz. 17.

Sołtys odebrał nagrodę

W poniedziałek, 19 grudnia, burmistrz miasta Pułtusk Wojciech Gregorczyk wraz ze swoim zastępcą Mateuszem Miłoszewskim, z sekretarzem miasta Patrycją Kazimierczak i skarbnikiem Teresą Turek spotkali się na ostatnim w tym roku roboczym spotkaniu z sołtysami wszystkich gminnych miejscowości.

Było ono jednocześnie okazją do dwóch dodatkowo ważnych wydarzeń.

Po pierwsze, burmistrz przekazał sołtysowi Jerzemu Jerzemu Dobrzyńskiemu nagrodę o wartości **4.500,00 zł** przewidzianą dla sołectwa za zajęcie I miejsca, w związku z realizacją inwestycji pn. „Renowacja mogiły wraz z montażem oświetlenia w miejscowości Jeżewo”, w ramach Mazowieckiego Instrumentu Aktywizacji Sołectw MA-ZOWSZE 2022 – „Mazowsze dla sołectw 2022”, przyznanej przez samorząd województwa, w kategorii Mazowsze dla sołectw innowacyjnie – projekt o oryginalnym i nietypowym



podejściu. Pan Jerzy Dobrzyński nie mógł osobiście odebrać tego trofeum przed ponad miesiącem, a przekazano je

Gminie Pułtusk podczas uroczystej gali w Otrębusach.

Drugie ważne wydarzenie to oczywiście potrzeba

przełamania się opłatkiem oraz złożenia życzeń świąteczno-noworocznych.

źródło: pultusk.pl

Dzielnicowi w roli św. Mikołaja

Policjanci pomagają mieszkańcom nie tylko w ramach swoich obowiązków służbowych. Kierowani dobrocią serca, często robią coś więcej. Przykładem tego jest postawa dzielnicowych z pułtuskiej komendy, którzy w trakcie wykonywania codziennych zadań natrafili na rodziny potrzebujące wsparcia i... szybko zorganizowali pomoc

Mundurowi, z okazji zbliżających się Świąt Bożego Narodzenia, wyszli z inicjatywą pomocy. Dzielnicowi, dzięki swojemu rozpoznaniu rejonu służbowego, przeanalizowaniu potrzeb znanych im mieszkańców, wytypowali rodziny w trudnej sytuacji materialnej. Z własnych pieniędzy zakupili

zabawki, słodczyce oraz choinki dla dzieci. Wszystko po to, by oprócz niezbędnej pomocy sprawić również radość i wywołać uśmiech na twarzach najmłodszych.

Jest to kolejny przykład na to, że w każdej sytuacji można liczyć na pułtuskie stróżów prawa. Każdego dnia pomagają

oraz reagują w różnych sytuacjach, nawet z narażeniem

własnego życia. Udział w akcjach, dzięki którym mogą pomóc potrzebującym jest dla nich największą satysfakcją. Bezcenny uśmiech, po otrzymaniu prezentów, który zagościł na twarzach dzieci, powoduje niezmierną radość z niesienia pomocy innym.

Autor: sierż. Renata Sobół



WINNICA

Piękny gest przez świętami

Zakład mleczarski przekazał paczki potrzebującym

13 grudnia, prezes zarządu Zakładu Mleczarskiego w Winnicy przekazał ponad 220 paczek świątecznych z produktami mlecznymi dla rodzin i osób, które znajdują się w trudnej sytuacji socjalno-życiowej. Paczki były przekazane dla potrzebujących za pośrednictwem pracowników Gminnego Ośrodka Pomocy Społecznej w Winnicy. W imieniu osób obdarowanych, za przekazany dar dziękowali wójt gminy



Winnica Robert Wróblewski oraz kierownik Gminnego Ośrodka Pomocy Społecznej

w Winnicy Wioletta Zawadzka. Podziękowania przekazała podziękowania prezesowi

Wojciechowi Jamiołkowskiemu oraz zarządowi Zakładu Mleczarskiego.

red.

PO SĄSIEDZKU

Uszkodził auta i zaatakował nożem

Funkcjonariusze zatrzymali 19-letniego mieszkańca Wyszkowa, który najpierw swoją niebezpieczną jazdą w stanie nietrzeźwości uszkodził 5 zaparkowanych aut, a następnie, podczas wymiany słów z jednym z poszkodowanych, chwycił za nóż i ugodził 32-letniego mężczyznę w rękę. Decyzją sądu został zatrzymany i tymczasowo aresztowany na okres 3 miesięcy. Teraz grozi mu do 5 lat pozbawienia wolności

Jak ustalili wyszkowscy śledczy, 19-latek będąc po alkoholu i bez uprawnień do kierowania pojazdami, postanowił wsiąść za kierownicę seata. Swoją niebezpieczną jazdą uszkodził aż 5 aut zaparkowanych na dwóch wyszkowskich osiedlach. Podczas wymiany słów z jednym z pokrzywdzonych, któremu uszkodził pojazd, 19-latek był agresywny. Groził mężczyźnie i jego żonie. Kiedy postanowił uciec z miejsca zdarzenia, 32-latek wraz z żoną poszli za nim. Wtedy mężczyzna został zaatakowany i ugodzony nożem w ramię. Dzięki natychmiastowej reakcji policjantów, poszkodowany mężczyzna został przetransportowany do szpitala, a sprawca zatrzymany. Decyzją sądu mężczyzna został aresztowany na trzy miesiące. 19-latek usłyszał zarzut kierowania pojazdem w stanie nietrzeźwości, kierowania gróźb karalnych i uszkodzenia ciała. Teraz grozi mu do 5 lat pozbawienia wolności.

Autor: mł.asp. Wioleta Szymanik



Ekologicznie w strażnicy OSP Trzcinec

Dzięki dofinansowaniu zadania pn. „Zakup i montaż odnawialnych źródeł energii (instalacja fotowoltaiczna w OSP Trzcinec)”, uzyskanemu ze środków Wojewódzkiego Funduszu Ochrony Środowiska i Gospodarki Wodnej w Warszawie, 25 listopada tego roku zakończono w strażnicy Ochotniczej Straży Pożarnej w Trzcinie prace związane z montażem paneli fotowoltaicznych, jak wiadomo – odnawialnych źródeł energii. Przyczyni się to zapewne do ochrony środowiska – do zmniejszenia emisji zanieczyszczeń, a uzyskanie energii elektrycznej z promieniowania słonecznego będzie doskonałą alternatywą z punktu widzenia rosnącego zapotrzebowania energetycznego. Inwestycja pozwoli też na zmniejszenie kosztów utrzymania strażnicy OSP w Trzcinie.

Łączna wartość zadania to 32.000,00 złotych z czego 90% to środki zewnętrzne WFOŚiGW w kwocie 28.800,00 zł, a wkład własny Gminy Pułtusk to zaledwie 10% tj. 3.200,00 zł.

źródło: pultusk.pl



Licealiści dla bezdomniaków

Straż Miejska w Pułtusku serdecznie dziękuje uczniom Liceum Ogólnokształcącego im. Piotra Skargi w Pułtusku, którzy wraz ze swoją wychowawczynią przekazali dla bezdomnych psów, znajdujących się pod opieką strażników miejskich, 120 kilogramów karmy.

Jesteśmy Wam bardzo wdzięczni za troskę o naszych podopiecznych, tym bardziej w obecnie trudnych czasach. Podziwiamy Wasze wielkie serca i życzymy wszystkim WESOŁYCH ŚWIĄT – czytamy na stronie Urzędu Miejskiego.

źródło: pultusk.pl

MINISTER ROLNICTWA I ROZWOJU WSI INFORMUJE

Rząd zdecydował: emerytura rolnicza po 25 latach opłacania składek nie będzie niższa od najniższej emerytury wypłacanej przez ZUS. Gwarantuje to przyjęty przez Radę Ministrów Projekt ustawy o zmianie ustawy o ubezpieczeniu społecznym rolników. O kluczowych założeniach projektu mówili podczas wspólnej konferencji prasowej premier Mateusz Morawiecki oraz wicepremier, minister rolnictwa i rozwoju wsi Henryk Kowalczyk

Nowe przepisy wejdą w życie zasadniczo po 14 dniach od ich ogłoszenia w Dzienniku Ustaw. Rząd chce zwiększyć emeryturę rolniczą przez powiązanie emerytury podstawowej w KRUS z najniższą emeryturą z ZUS. Dzięki temu w 2023 r. emerytura podstawowa w KRUS wynosiłaby tyle co 90 proc. minimalnej emerytury z ZUS, czyli 1430 zł. Ponadto rolnicy będą mogli uzyskiwać dodatek do emerytur rolniczych.

- Polska wieś jest gwarantem bezpieczeństwa żywnościowego całego kraju, a my spłacamy dług wobec mieszkańców wsi – podkreślił prezes Rady Ministrów Mateusz Morawiecki, informując o przyjętych przez Radę Ministrów rozwiązaniach. Szef rządu zwrócił uwagę, że najniższa emerytura z KRUS, po 25 latach opłacania składek, nie będzie niższa od najniższej emerytury z ZUS. - Już od 15 czerwca obowiązuje rozwiązanie, które pozwala rolnikowi otrzymywać emeryturę bez konieczności wyżywiania się gospodarstwa – stwierdził wicepremier, minister rolnictwa i rozwoju wsi Henryk Kowalczyk. - Dziś uczyniliśmy kolejny krok do wyrównania praw rolników emerytów z prawami osób ubezpieczonych w powszechnym systemie, ważny krok do sprawiedliwości społecznej – podkreślił szef resortu rolnictwa i dodał, że liczy się to, aby czas opłacania składek wynosił co najmniej 25 lat i wówczas najniższa emerytura będzie taka sama w ZUS i KRUS.

Najważniejsze rozwiązania: obecnie wysokość

emerytury z KRUS jest ustalana w oparciu o tzw. emeryturę podstawową. Po zmianie ma ona być równa kwocie 90 proc. minimalnej emerytury wypłacanej z ZUS. Dziś kwoty emerytur z KRUS i ZUS są różne. Po marcowej waloryzacji w 2022 r. rolnicza emerytura podstawowa wynosi 1084,58 zł, a minimalna emerytura z ZUS – 1338,44 zł brutto.

Oznacza to różnicę 253,86 zł. Dzięki nowemu rozwiązaniu zmieni się sposób waloryzacji rolniczych świadczeń emerytalno-rentowych, przez powiązanie wysokości emerytury podstawowej w KRUS z wysokością najniższej emerytury z ZUS. W 2023 r. emerytura minimalna z ZUS miałaby wzrosnąć do 1588,44 zł. Dzięki temu emerytura podstawowa z KRUS wynosić będzie 1430 zł (90 proc. minimalnej emerytury wypłacanej z ZUS).

Przyjęte przepisy gwarantują, że emerytura rolnicza (po 25 latach opłacania składek) nie będzie niższa od najniższej emerytury wypłacanej z ZUS.

Ponadto możliwe będzie uzyskiwanie dodatku do emerytur rolniczych. Zapewniał to będzie mechanizm rekompensujący opłacanie podwójnej oraz dodatkowej składki na ubezpieczenie emerytalno-rentowe z tytułu: prowadzenia – oprócz działalności rolniczej – dodatkowo pozarolniczej działalności gospodarczej; prowadzenia działalności rolniczej w gospodarstwach rolnych o powierzchni powyżej 50 ha.



Spis stanu stada nie później niż do 31 grudnia br.

Agencja Restrukturyzacji i Modernizacji Rolnictwa przypomina, że rolnicy, którzy posiadają zwierzęta gospodarskie, zobowiązani są przynajmniej raz w roku przeprowadzić ich spis. Ci, którzy nie wywiązali się jeszcze z tego obowiązku, muszą to zrobić nie później niż do 31 grudnia br. Chodzi o następujące gatunki zwierząt: owce; kozy; świnię.

Osoby dokonujące zgłoszeń dotyczących zwierząt gospodarskich w formie papierowej wpisują ich liczbę w księdze rejestracji stada. Z tego obowiązku zwolnieni są posiadacze zwierząt dokonujący zgłoszeń poprzez Portal IRZplus – nie muszą oni prowadzić ksiąg w formie papierowej. Również posiadacze swiń muszą przekazać informacje o liczbie tych zwierząt kierownikowi biura powiatowego ARiMR w terminie 7 dni od dokonania spisu.

Spis stanu stada swiń można złożyć: poprzez Portal IRZplus; osobiście w Biurze Powiatowym; za pośrednictwem poczty.

Większy limit pomocy na inwestycje związane z „Modernizacją gospodarstw rolnych.”

Jak poinformowała Agencja Restrukturyzacji i Modernizacji Rolnictwa, 17 grudnia br. weszły w życie zmienione przepisy rozporządzenia Ministra Rolnictwa i Rozwoju Wsi z dnia 21 sierpnia 2015 r. w sprawie szczegółowych warunków i trybu przyznawania oraz wypłaty pomocy finansowej na operacje typu „Modernizacja gospodarstw rolnych” w ramach poddziałania „Wsparcie inwestycji w gospodarstwach rolnych” objętego Programem Rozwoju Obszarów Wiejskich na lata 2014–2020.

Zmienione regulacje umożliwiają zwiększenie wysokości limitu pomocy udzielonej jednemu beneficjentowi i na jedno gospodarstwo, w tym na realizację projektów zbiorowych, w ramach operacji typu „Modernizacja gospodarstw rolnych”, w okresie realizacji PROW 2014–2020.

Pomoc będzie mogła być przyznana do wysokości: 1 000 000 zł – w przypadku

operacji realizowanej w ramach obszaru A (rozwój produkcji psiat), 600 000 zł – w przypadku operacji realizowanej w ramach obszarów B – D (B – rozwój produkcji mleka krowiego, C – rozwój produkcji bydła mięsnego, D – racjonalizacja technologii produkcji, wprowadzenie innowacji, zmiana profilu produkcji, zwiększenie skali produkcji, poprawa jakości produkcji lub zwiększeniem wartości dodanej produktu), przy czym na inwestycje niezwiązane bezpośrednio z budową, modernizacją budynków inwentarskich lub adaptacją innych istniejących w gospodarstwie budynków na budynki inwentarskie, lub budową lub modernizacją magazynów paszowych w gospodarstwach, w których prowadzona jest produkcja zwierzęca, nie może przekroczyć 250 000 zł.

Z wyższych limitów wsparcia mogą skorzystać: rolnicy, którzy złożyli wnioski o przyznanie pomocy w naborze przeprowadzonym w 2022 r. i nie zostały one rozpatrzone (tj. nie doszło do zawarcia umowy o przyznaniu wsparcia) oraz beneficjenci, którzy przed dniem wejścia w życie przepisów zmienionego rozporządzenia wykonawczego zawarli umowy o przyznaniu pomocy i nie otrzymali płatności końcowej.

Co istotne, aby móc skorzystać z wyższego limitu pomocy beneficjent zobligowany jest złożyć wniosek o zmianę umowy: w terminie 2 miesięcy od dnia wejścia w życie rozporządzenia wykonawczego – w przypadku gdy złożył wniosek o płatność końcową przed dniem wejścia w życie tego rozporządzenia i nie otrzymali płatności końcowej; najpóźniej w dniu złożenia wniosku o płatność pośrednią albo wniosku o płatność końcową – w pozostałych przypadkach.

W sytuacji niezłożenia takiego wniosku, albo złożenia go w terminie innym niż wskazany powyżej Agencja rozpatrzy wniosek o płatność zgodnie z postanowieniami zawartej umowy.

W związku z tym, w przypadku zainteresowania

możliwością zwiększenia kwoty pomocy należy bez zbędnej zwłoki poinformować Agencję o planowanych zmianach. Należy pamiętać, iż zmieniane przepisy nie uprawniają Agencji do wstrzymania postępowania w przypadku już złożonych wniosków o płatność.

Świąteczne paczki od KOWR i MRiRW dla repatriantów z Kazachstanu i uchodźców z Ukrainy

Świąteczne paczki, przygotowane przez Krajowy Ośrodek Wsparcia Rolnictwa i Ministerstwo Rolnictwa i Rozwoju Wsi, trafiły do dzieci polskich repatriantów z Kazachstanu i dzieci uchodźców z ogarniętej wojną Ukrainy. W pułtuskim Domu Polonii wręczyli je wicepremier, minister rolnictwa i rozwoju wsi Henryk Kowalczyk i szef gabinetu politycznego Przemysław Bednarski.

Wicepremier przypomniał, że wprowadzał ustawę o repatriacji, dlatego też repatrianci z dawnego Związku Sowieckiego są mu szczególnie bliscy.

- Aby te Święta już w ojczystym kraju, w Polsce były dla was miłe, przyjemne, pozwoliliśmy sobie przygotować upominki – paczki świąteczne, żebyście mogli te Święta przeżyć w radości – powiedział wicepremier Henryk Kowalczyk.

Drugą grupą, która otrzymała świąteczne paczki były dzieci i młodzież z Kijowa, które w Pułtuskim znalazły schronienie po rosyjskiej agresji na Ukrainę. To członkowie polonijnego zespołu „Polanie znad Dniepru”.

- Patrząc na to, co dzieje się w tej chwili w Ukrainie, trwa wojna, tutaj jesteście bezpieczni – powiedział szef resortu rolnictwa. - Życzymy wam powrotu do bezpiecznego miejsca w Ukrainie, ale póki co chcemy, abyście tu bezpiecznie przebywali, a żeby Święta były miłe, słodkie, to przygotowaliśmy paczki, żebyście mogli oświadczyć sobie ten trudny czas.

red.



**FAJNE FOTO**

Dziś właściciel pułtuskiej PIEKARNI BIAŁCZAK, p. Sławomir Białczak, którego piekarnia (też sklep spożywczy) jest powszechnie znana pułtuszczanom. Oferuje pyszne, różnorodne pieczywo, też

słodkie. Asortyment, jak to się mówi, do koloru, do wyboru. A bułki francuskie nie mają sobie równych.

Sklep obsługują przemiłe panie, szybkie w obsłudze klientów, profesjonalne,

uśmiechnięte. A pan Sławek, co ważne, jest nie tylko doskonałym piekarzem, ale i dobrym człowiekiem; proszony o pomoc, nie odmawia jej.

GMD**WINSTON – KOT WIELOZADANIOWY**

Wiem, jak spędzę Nowy Rok, tak ogólnie, nie w szczegółach. Bo nie wiem, na przykład, czy mój pan – Tomek Sobiecki – spędzi go w Pułtusk czy poza nim. Powiedział, kiedy to wymiauczałem, żeby – na razie – siedział

cichutko jak mysz pod miotłą. I nie miauczał. Wiem tylko to, że mnie samego nie zostawi. Że przygotuje coś smacznego do jedzonka, że mnie okryje prawie po same uszka i złoży mi życzenia. Też mu złoży. Zamiauczę, że życzę mu

szczęścia osobistego, dobrych wieczorów z ciekawą książką i ze mną przy boku oraz zdecydowania w sprawie kandydowania na fotel burmistrza.

**Samozwańcza
Ciotka
Winstona**

NOWA FOTOBUDKA W NATARCIU

Lubisz się dobrze bawić? Lubisz, to musisz się zaprzyjaźnić z nową fotobudką. Do niedawna pod tym pojęciem kryła się budka ze zdjęciami, które były drukowane na dobrym papierze zaraz po zrobieniu fotki

A tu w natarciu mamy już nową budkę, zaawansowaną technologicznie; wieloczynnościową. Może z niej korzystać jedna lub wiele osób, robi zdjęcia i gify-ruchome obrazki, kręci filmy. TYGODNIKOWI opowiada o niej Edgar Santiago Dżawakian z firmy Santiago Evens, którego spotkałam podczas kiermaszu charytatywnego w RUSZKOWSKIM. – Moja fotobudka 360 to nowość, pomysł amerykański. Działamy od niedawna, dopiero kilka mie-

sięcy. Wchodzimy na rynek, jesteśmy w sieci – mówi Edgar, którego fotobudka może obsługiwać wszelkie imprezy okolicznościowe.

– Gdzie jest dobra impreza, tam jest fotobudka – śmieje się właściciel hitu imprezowego. – Działamy na terenie miasta i powiatu, ale nie ma przeszkód, byśmy zagościli na całym Mazowszu i w kraju. Czy fotobudka to pomysł na życie? Edgar Dżawakian: – No, może nie na życie, ale jako dodatek do życia, można powiedzieć.

Pan Edgar prowadzi fotobudkę wraz z Rafałem Malinowskim, obydwaj to absolwenci RUSZKÓWSKIEGO.

Dorota A. Sobocińska: – To bardzo otwarci młodzi ludzie. Poprosiłam ich o uroczniczenie naszej szkolnej imprezy charytatywnej, a oni bez chwili zastanowienia powiedzieli TAK. – To będzie dobra reklama dla szkoły – mówi Edgar. – Bo to, co robimy, to nie są zdjęcia, które może uchwycić każdy fotografujący, to jest video.

GMD**Maluchy u policjantów**

W minionym tygodniu Komendę Powiatową Policji w Pułtusk odwiedzi milusińscy ze Żłobka Miejskiego w Pułtusk

W mroźny grudniowy poranek, świątecznym zaprzęgiem z reniferami, pod czujnym okiem pani dyrektor Katarzyny Kalińskiej, do Komendy Powiatowej Policji w Pułtusk przybyli najmłodsi z Miejskiego Żłobka w Pułtusk. Maluchy przybyły ze świątecznymi życzeniami i po odbiór monet zebranych przez policjantów oraz pracowników cywilnych pułtuskiej komendy, w ramach



akcji charytatywnej „Ile waży Święty Mikołaj?” W podziękowaniu za przybycie Komendant Powiatowej Policji w Pułtusk, przekazał maluszkom drobne upominki w postaci słodczy.

Środki zebrane przez małe reniferki zostaną przekazane wychowankom Fundacji Szczęśliwe Dzieciństwo.

KPP w Pułtusk