



**Fartuchy i kremy do rąk trafiły do ratowników medycznych. Medycy dziękują za wsparcie!**

**czytaj s. 7**

**Jabłonna.** Przedsiębiorcy mogą składać wnioski o ulgi w podatkach

**czytaj s. 7**

**Serock.** Wywiad tygodnia: Kwarantanna z medalistką olimpijską

**czytaj s. 22-23**



www.gazetapowiatowa.pl

# GAZETA POWIATOWA

JABŁONNA LEGIONOWO NIEPORĘT SEROCK WIELISZEW

tygodnik społeczno-kulturalny  
www.gazetapowiatowa.pl

ISSN 1734-1299  
Index 32261X

nr 13 (773) wtorek,  
31 marca 2020

2,50 zł w tym 5% VAT  
9 771 734 12 980 01 13

Legionowo.

# Lekarz z przychodni Mediq z potwierdzonym koronawirusem



R E K L A M A

**USŁUGI REMONTOWE**  
tel. 570 100 348

Wykonujemy prace w zakresie wykończenia wnętrz, remontów mieszkań i domów, usług elektrycznych.

ZAPLANUJ Z NAMI PRACĘ W TWOIM DOMU!  
Szpachlowanie, malowanie, ścianki G/K, panele, glazura, terakota, biały montaż, wykonanie i modernizacja instalacji elektrycznej, przeróbki elektryczne, montaż urządzeń elektrycznych, oświetlenia tradycyjnego i LED.

**UKŁADANIE KOSTKI**

**MAKAR**  
Skład stworzony z myślą o Tobie ...

**BRUKARSTWO**

tel. 511 904 344

Doradzimy, wybierzesz, ułożymy. Przyjdź i zobacz!  
Wieliszew 05-135, ul. Modlińska 148 Otwarte od 7:00 do 18:00

**STREFA NISKICH CEN!**

www.skladmakar.pl

**Powiat.** Samorządy odnośnie wyborów w maju: - teraz są inne priorytety, będzie problem z komisjami

**czytaj s. 5**

**Nieporęt.** Radni zrzekli się diet. Pieniądze wspomogą służby w walce z koronawirusem

**czytaj s. 5**

**Wieliszew.** Zdążyli przed zaostreniem przepisów. Jakie decyzje podjął wieliszewski samorząd?

**czytaj s. 6**

**Powiat.** Jak rosną statystyki koronawirusa w powiecie legionowskim

**czytaj s. 3**

Sezon przerwany przez pandemię. DPD Legionovia na historycznym miejscu!

**czytaj s. 24**

REKLAMA

**ZBROCH**  
ZPUBL Usługi Transportowe - Dragony  
Producent wyrobów betonowych  
Kulawsko, ul. Mickiewicza 54, 05-124 Skrzyszów  
tel./fax 0 22 782 32 27, kom. 0 516 771 914

- BETON TOWAROWY
- OGRODZENIA BETONOWE
- STROPY TERIVA
- BŁOCZKI BETONOWE
- SZAMBA SZCZELNE
- KRĘGI
- PUSTAKI KOMINOWE I WENTYLACYJNE

TRANSPORT I ROZŁADUNEK  
zpuh@zbroch.pl  
www.zbroch.znm.pl

## NAJTAŃSZA HURTOWNIA BUDOWLANA w regionie

- GAZOBETON
- BŁOCZKI FUNDAMENTOWE
- CEMENT
- KLEJE
- TYNKI
- WEŁNA
- PŁYTA G-K
- PROFILE
- PŁYTA OSB
- KOMINY SYSTEMOWE

## STAL ŻEBROWANA - NAJTANIEJ!



**DESKI  
PIASEK  
ŻWIR**

ZIMOWA PROMOCJA SYSTEMÓW DOCIEPLEŃ  
ul. Chotomowska 29 Jabłonna, wjazd również od ul. Modlińskiej 268  
tel./fax: 22 766 12 25  
www.srubyjablonna.pl

Na sygnale. Nieporęt

## Samochód uderzył w słup energetyczny. Trzy osoby w szpitalu

W środę (25 marca) w Nieporęciu kierowca samochodu osobowego uderzył w słup energetyczny. Trzy osoby podróżujące autem zostały odwiezione do szpitala.



W środę (25 marca) po godz. 21 w Nieporęciu na ulicy Jana Kazimierza w pobliżu skrzyżowania z ulicą Soplicowo osobowy marki citroen zjechał z drogi, ściął słupki, znak drogowy i uderzył w słup energetyczny prawie go

powalając. Na miejsce skierowano 5 zastępów straży pożarnej z JRG Legionowo, OSP Nieporęt, OSP Kąty Węgierskie, 3 załogi pogotowia i policja.

Samochodem podróżowały 3 osoby, kierował 28-latek. Wszystkie odnio-

sły na tyle poważne obrażenia, że musiały zostać przewiezione do szpitala. Strażacy musieli zabezpieczyć słup energetyczny, który w skutek uderzenia niebezpiecznie się przechylił i groził upadkiem na pobliski dom. /kj/

Na sygnale. Skrzyszew

## Pożar domu w Skrzyszewie

W środę (25 marca) około godziny 11:30 przy ul. Spokojnej w Skrzyszewie zapalił się nowy dom.

Na miejscu zdarzenia z ogniem walczyło 8 zastępów straży pożarnej: 4 z JRG Legionowo, 2 z OSP Kałuszyn i 2 z OSP Skrzyszew. Przed przyjazdem strażaków ogień próbowali ugasić domownicy. Po przybyciu strażaków płonęło już poddasze. Pomimo szybkiej interwencji strażaków spaleni uległo poddasze i część dachu. Nadają się one już tylko do wymiany. Część mieszkalna budynku nie uległa spaleni, jednak została silnie zadymiona i częściowo zalana wodą podczas akcji gaśniczej. Na szczęście nikt nie odniósł obrażeń podczas pożaru. Na miejscu strażacy spędzili ponad 3 godziny.

Do zaproszenia ognia najprawdopodobniej doszło w wyniku zwarcia w instalacji elektrycznej. /kj/

Na sygnale. Łajski

## Pożar komórki z drewnem w Łajskach. Zagrożony był dom, z ogniem walczyło 5 zastępów strażaków

W nocy z czwartku na piątek (26-27 marca) w Łajskach na ulicy Kościelnej doszło do pożaru na jednej z posesji. Strażacy zostali poinformowani o pożarze dwóch komórek z drewnem.

Na miejsce zostało wysłanych 5 zastępów straży pożarnej z JRG Legionowo, OSP Wieliszew, OSP Skrzyszew i OSP Kałuszyn. Na miejscu okazało się, że ogniem są już objęte dwie komórki o wymiarach 6x4 metrów i 8x4 metrów. /kj/

Na sygnale. Krubin

## Pożar traw w Krubinie. Z ogniem walczyło 10 zastępów straży

We wtorek (24 marca) o godz. 11 strażacy z powiatu legionowskiego zostali poinformowani o pożarze traw w miejscowości Krubin w gminie Wieliszew. Silny wiatr utrudniał ratownikom walkę z ogniem, który szybko się rozprzestrzenił. Na szczęście wiatr zwiewał ogień w kierunku wału, z dala od zabudowań.



Łącznie na miejscu z pożarem walczyło 10 zastępów strażaków z JRG Legionowo, OSP Krubin, OSP Janówek, OSP Kałuszyn, OSP Skrzyszew i OSP Chotomów. Cała akcja trwała ponad 3 godziny. Na szczęście nikt nie odniósł obrażeń w czasie pożaru, jednak spłonęło 8 ha traw i nieużytków rolnych. /der/ fot. P.Mostowiec

Na sygnale

## Pożar garażu w Chotomowie

W środę (25 marca) w Chotomowie przy ulicy Kisielewskiego wybuchł pożar w garażu domu jednorodzinnego. Z ogniem walczyły 4 zastępy straży pożarnej z powiatu legionowskiego.

W środę (25 marca) po godz. 15 w Chotomowie w garażu domu jednorodzinnego przy ulicy Kisielewskiego wybuchł pożar. Po otrzymaniu zgłoszenia na miejsce zadysponowane zostały 4 zastępy straży pożarnej z JRG Legionowo, OSP Chotomów, OSP Legionowo i OSP Jabłonna.

Garaż stanowił integralną część domu jednorodzinnego, dlatego strażacy za wszelką cenę starali się nie dopuścić do rozprzestrzenienia się ognia na pozostałą część

budynku. Dzięki szybkiej interwencji udało zatrzymać się i ugasić pożar w samym garażu. W środku nie było zaparkowanych samochodów. Spaleni i zniszczeniu uległy przedmioty znajdujące się wewnątrz, między innymi narzędzia. Na szczęście w czasie akcji gaśniczej nikt nie ucierpiał. Strażacy spędzili na miejscu blisko godzinę. /kj/

Na sygnale

## Zjechał z drogi, by uniknąć czołówki? Rozbił się na drzewie

W środę (25 marca) w Ryni samochód osobowy zjechał z drogi i uderzył czołowo w drzewo. Na szczęście kierowca nie odniósł poważniejszych obrażeń. Zznał on, że zjechał na pobocze, żeby uniknąć zderzenia z innym pojazdem nadjeżdżającym z naprzeciwka.

W środę (25 marca) po godz. 15 w Chotomowie w garażu domu jednorodzinnego przy ulicy Kisielewskiego wybuchł pożar. Po otrzymaniu zgłoszenia na miejsce zadysponowane zostały 4 zastępy straży pożarnej z JRG Legionowo, OSP Chotomów, OSP Legionowo i OSP Jabłonna.

Garaż stanowił integralną część domu jednorodzinnego, dlatego strażacy za wszelką cenę starali się

nie dopuścić do rozprzestrzenienia się ognia na pozostałą część budynku. Dzięki szybkiej interwencji udało zatrzymać się i ugasić pożar w samym garażu. W środku nie było zaparkowanych samochodów. Spaleni i zniszczeniu uległy przedmioty znajdujące się wewnątrz, między innymi narzędzia. Na szczęście w czasie akcji gaśniczej nikt nie ucierpiał. Strażacy spędzili na miejscu blisko godzinę. /kj/



„Powiatowa Tygodnik społeczno-kulturalny”

Wydawca: GREY LINE Agencja Reklamowo-Wydawnicza  
Nakład poniżej 15000 egz.

Redakcja  
05-120 Legionowo  
ul. ks. płk Jana Mrugacza 1C  
tel./fax: 22 774 50 66  
redakcja@gazetapowiatowa.pl  
[www.gazetapowiatowa.pl](http://www.gazetapowiatowa.pl)

Redaktor naczelna:  
Magdalena  
Gabrysiak-Kędzińska  
naczelnyn@gazetapowiatowa.pl

Sekretarz redakcji:  
Sylwia Wrzosek  
redakcja@gazetapowiatowa.pl  
tel./fax: 22 774 50 66

Dział reklamy i sprzedaży:

Krzysztof Grodek:  
Zastępca redaktora  
naczelnego  
marketing@gazetapowiatowa.pl  
tel.: 605 949 167

Katarzyna Foszner:  
Dodatki tematyczne,  
dział poradników  
k.foszner@gazetapowiatowa.pl  
tel.: 783 949 167

Reportery, dziennikarze:

Magdalena Siebierska  
msiebierska@gazetapowiatowa.pl  
tel.: 695 267 770

Kamil Jagnieża  
kamil.jagnieza@gmail.com

Osoby współpracujące:  
Katarzyna i Marek Stor, Jerzy Jastrzębski, Piotr Mostowiec, Michał Machnacki, Piotr Zagajewski, Szymon Kotlarewski

Redakcja nie odpowiada za treść zamieszczanych reklam. Zastrzegamy sobie prawo skracania i redagowania nadsyłanych tekstów. Nie zwracamy materiałów nie zamówionych.

Legionowo.

# Lekarz z przychodni Mediq z potwierdzonym koronawirusem. Pracował też w Szpitalu Bródnowskim

**U jednego z lekarzy pracujących w przychodni Mediq w Legionowie potwierdzono koronawirusa. Lekarz pracował także w Szpitalu Bródnowskim. O pozytywnym teście lekarza dyrekcja przychodni dowiedziała się w niedzielę. 19 osób trafiło na kwarantannę.**

Lekarz poza Kliniką Mediq w Legionowie pracował też w Szpitalu Bródnowskim. Tam w ostatnich dniach wykryto kilkanaście zakażeń wirusem, zarówno wśród personelu jak i pacjentów. Z tego względu tamtejszą opiekę medyczną poddano testom. Badanie lekarza pracującego także w Legionowie dało wynik pozytywny. Chory sam poinformował dyrekcję przychodni Mediq o pozytywnym wyniku testu na obecność koronawirusa. Następnie w niedzielę (29 marca) dyrektor Mediq przekazał informację Państwowemu Powiatowemu Inspektorowi Sanitarnemu (PPIS) w Legionowie.

## Pacjenci objęci kwarantanną

Przekazano także listę osób, która mogła mieć bezpośredni kontakt z lekarzem. Zostali oni objęci kwarantanną domową. – Zabezpieczono listy pacjentów z dni, kiedy przyjmował doktor.



14 osób to pacjenci z powiatu legionowskiego, a 5 osób to osoby z innego terenu zamieszkania, ich dane zostały przekazane według właściwości innym inspektoratom sanitarnym – poinformowała nasza redakcję Joanna Narożniak, Rzecznik prasowy Mazowieckiego Państwowego Wojewódzkiego Inspektora Sanitarnego (MPWIS). Według jej relacji wszystkie te osoby zostały już telefonicznie

powiadomione o konieczności włączenia domowej kwarantanny. Izolacja ta ma dotyczyć także bliskich, z którymi przebywają dane osoby. – Za ustnymi informacjami pójść oczywiście decyzje pisemne o kwarantannie. Łącznie tych osób jest kilkadziesiąt – dodaje Joanna Narożniak.

## Mediq pracuje bez zmian

Jak wynika z relacji rzecz-

niczki MPWIS, lekarz przyjmował swoim pacjentów w ubraniu ochronnym, a zgodnie z oświadczeniem dyrektora Mediq gabinet był dezynfekowany między jednym a drugim pacjentem oraz na zakończenie dnia pracy. – Podczas trwającego dochodzenia epidemiologicznego stwierdzono na podstawie uzyskanych informacji, że nie ma podstaw do zamknię-

cia przychodni. Placówka jest czynna. Wdrożone są wszystkie procedury sanitarne. Wykluczono również kontakty z innym personelem medycznym tej przychodni – relacjonuje Joanna Narożniak

Lekarz nie jest mieszkańcem powiatu legionowskiego. Nie mamy też informacji o przebiegu jego choroby.

/der/

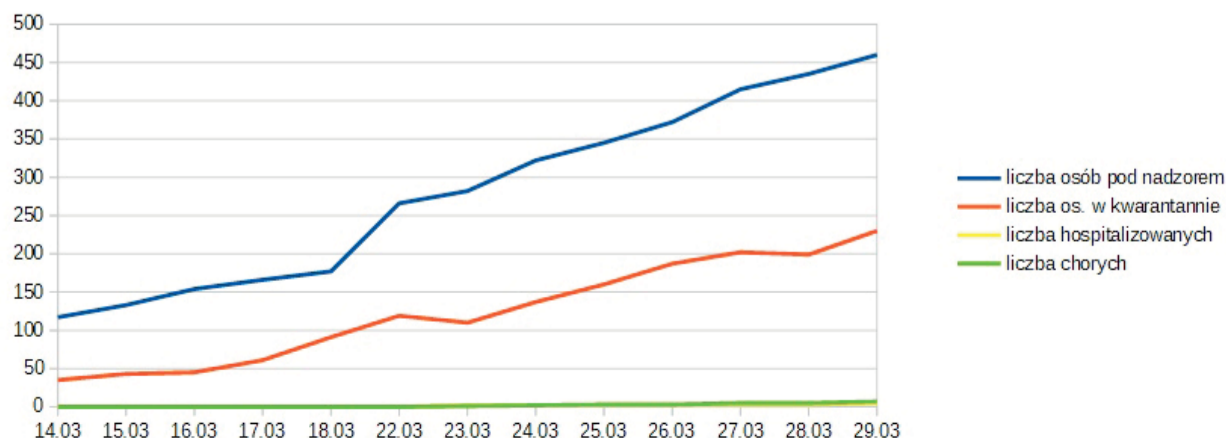
Koronawirus

# Jak rosną statystyki koronawirusa w powiecie legionowskim

**5 marca pierwsze 7 osób z powiatu legionowskiego objęto nadzorem epidemiologicznym z powodu ryzyka rozprzestrzeniania koronawirusa.**

Działanie to spowodowane było ich powrotem z ówczesnych regionów transmisji wirusa. 14 marca nadzorem objętych było już 117 osób, a 35 przebywało w kwarantannie. Pierwsze zachorowanie w powiecie legionowskim odnotowano 23 marca, tydzień później chorych było już 7 osób.

Poniżej wykres obrazujący liczbę osób objętych nadzorem epidemiologicznym i kwarantanną oraz liczbę zachorowań w powiecie legionowskim od 14 do 29 marca.



Samorząd

## Przedsiębiorcy mogą składać wnioski o ulgi w podatkach i opłatach

Urząd Gminy Jabłonna oferuje pomoc w postaci ulg dla przedsiębiorców, których biznes ucierpiał w wyniku epidemii.

W związku z restrykcjami wynikającymi z ogłoszonego stanu epidemii w Polsce wiele firm zaczyna mieć problemy finansowe, nie są w stanie płacić podatków i zatrudniać dalej pracowników. Rząd polski wprowadził specjalny pakiet zwany „Tarczą Antykryzysową”

Również lokalne samorządy zaczynają wychodzić na przeciw lokalnym przedsiębiorcom i małym firmom. Jednym z takich

samorządów jest gmina Jabłonna. Urząd poinformował, że opracowuje specjalny pakiet wsparcia dla lokalnych przedsiębiorców. Istnieje możliwość składania wniosków o ulgi w podatkach i opłatach. Na stronie internetowej Urzędu Gminy Jabłonna można znaleźć odpowiednie wnioski o przyznanie ulg i przyznanie pomocy de minimis (wsparcie przyznawane małym i średnim firmom).

Wnioski, które będą wpływały od przedsiębiorców pozwolą urzędnikom na oszacowanie skali problemów właścicieli firm i będą pomocne przy ustalaniu strategii działania na przyszłość.

Urząd Gminy Jabłonna dziękuje wszystkim przedsiębiorcom włączającym się w pomoc mieszkańcom gminy w tym trudnym czasie.

/der/

Nieporęt

## Gmina Nieporęt zachęca do noszenia maseczek. Można je odebrać w urzędzie

Gmina Nieporęt ruszyła z akcją „Cała gmina Nieporęt chodzi w maseczkach”. Urzędnicy zachęcają do szycia maseczek we własnym zakresie, ale także oferują po dwie sztuki na osobę do odebrania w urzędzie.

Każdy mieszkaniec gminy Nieporęt może odebrać w tamtejszym urzędzie dwie jednorazowe maseczki ochronne. Są one dostępne w wejściu od strony ul. Jana Kazimierza.

Jednocześnie urząd zachęca mieszkańców do szycia masek we własnym zakresie. – Uczniowie mogą to robić w ramach

zajęć z techniki, wspomagani przez nauczycieli i rodziców. Na pewno wiele jest jeszcze domów, w których jest maszyna do szycia i osoba, umiejąca szyc. – piszą na stronie internetowej urzędnicy.

– Używanie maseczek wspomaga przeciwdziałanie zakażeniu koronawirusem. Prosimy jednak pamiętać, że nie zabez-

pieczają one całkowicie przed wirusem. – argumentują urzędnicy.

Na stronie urzędu udostępniona została instrukcja jak poprawnie założyć maseczkę.

Na sygnale

## Duży pożar altany w Jabłonie. 6 zastępów straży pożarnej w akcji, zagrożone były okoliczne domy

W sobotę (28 marca) około godziny 17.00 w Jabłonie doszło do pożaru altany na posesji przy ulicy Wiślanej. Słup czarnego dymu widoczny był z Legionowa. Na miejscu z potężnym ogniem walczyło 31 strażaków z powiatu legionowskiego.

Na miejsce wysłano 6 zastępów straży pożarnej z JRG Legionowo, OSP Jabłonna, OSP Legionowo i OSP Chotomów. Gdy strażacy przybyli pod wskazany adres, altana na posesji była już cała objęta ogniem. Ze względu na gęstą w tym rejonie zabudowę bezpośrednio zagrożone pożarem były trzy domy jednorodzinne. W altanie składowanych było wiele łatwopalnych przedmiotów.

Dzięki zdecydowanej interwencji strażaków udało się obronić okoliczne zabu-



dowania przed pożarem, chociaż na jednym z domów ogień uszkodził elewację. Po ugaszeniu płomieni miejsce zostało dokładnie sprawdzone. Okazało się, że w środku składowanych było kilka butli z gazem, w tym 33 kilogramowa i butla z acetylenem. Strażacy schłodzili je, aby zapobiec eksplozji. Akcja gaśnicza była trudna i trwała ponad 2 godziny. Na miejscu z ogniem walczyło 31 strażaków.

R E K L A M A

## CENTRUM MEDYCZNE

• Lekarze POZ • ginekolodzy • radiolodzy • alergolog • neurolog • urolog

Zapraszamy do korzystania z usług wykwalifikowanej i doświadczonej kadry lekarskiej w ramach NFZ i prywatnie

- ⊕ badania ogólne dla dorosłych i dzieci ⊕ badania laboratoryjne
- ⊕ szczepienia ochronne dla dzieci i dorosłych ⊕ pełen zakres USG
- ⊕ echo serca, EKG, spirometria, testy diagnostyczne
- ⊕ certyfikowane centrum medycyny podróży
- ⊕ magnetostymulacja i ledoterapia
- ⊕ Holter EKG i Holter ciśnieniowy
- ⊕ szkoła rodzenia TaTiMami
- ⊕ lampy lecznicze UVB
- ⊕ transport osób chorych

rejestracja on-line

znajdź nas również na FB  
www.facebook.com/PrzyhodniaZdrowie

Legionowo, ul. Sowińskiego 15a, tel. (22) 774 20 25, www.zdrowie-legionowo.pl

Powiat. Wybory prezydenckie

# Samorządy odnośnie wyborów w maju - teraz są inne priorytety, będzie problem z komisjami

**Zaden z legionowskich samorządów nie zbojkotował majowych wyborów prezydenckich. W przeciwieństwie do m. in. miasta Ciechanowa, które odmówiło ich organizacji, władze z powiatu legionowskiego chcą wywiązać się ze swoich obowiązków, ale spodziewają się ogromnych problemów.**

## Nierealny termin?

Mimo rosnącej w liczby epidemii koronawirusa w Polsce, zaplanowane na 10 maja wybory prezydenckie mają się odbyć - takie jest stanowisko obozu rządzącego krajem. Jednak w samym PiS-ie pojawiają się pierwsze głosy podważające sens tej nieugiętości. - Nie mam żadnych wątpliwości niestety, że klótnie dotyczą czegoś, co w ogóle nie będzie miało miejsca - ocenił wiceminister nauki i szkolnictwa wyższego, profesor Wojciech Maksymowicz. Jak powiedział w poniedziałek rano (30 marca) na antenie TVN24, nie będzie możliwości, aby wybory prezydenckie odbyły się w maju.

## Bunt samorządów

- Dziś poinformowałem Państwową Komisję Wyborczą (PKW), że jako prezydent miasta nie przeprowadzę na terenie Ciechanowa procedury wyborów powszechnych Prezydenta Rzeczypospolitej Polskiej wyznaczonych na 10 maja - zakomunikował w poniedziałek (30 marca) na Facebooku prezydent Ciechanowa, Krzysztof Kosiński. Podobne deklaracje płyną z ust szefów innych krajowych samorządów i są konsekwencją weekendowej (28 marca) nowelizacji polskiego kodeksu wyborczego. Te budzące wiele kontrowersji zmiany w prawie wyborczym dotyczą m. in. rozszerzenia głosowania korespondencyjnego na wyborców objętych kwarantanną i tych w wieku powyżej 60 lat. Samorządy odmawiają organizacji wyborów prezydenckich z troski o zdro-

wie i życie swoich mieszkańców oraz sygnalizują problemy z rekrutacją członków obwodowych komisji wyborczych i organizacją ich szkoleń merytorycznych.

## Prezydent Smogorzewski boi się o bezpieczeństwo mieszkańców

Legionowskie samorządy sceptycznie odnoszą się do możliwości organizacji wyborów prezydenckich w pierwszej dekadzie maja i bardziej skupiają się na bieżącej walce z epidemią koronawirusa na swoim terenie. Poprosiliśmy ich o komentarz w tej sprawie. Jako pierwszy głos zabrał prezydent Roman Smogorzewski. - *Po nocnych zmianach w Kodeksie Wyborczym jednoznacznie widać, że Prawo i Sprawiedliwość (PiS) nawet po trupach będzie chciał przeprowadzić wybory 10 maja. W związku z tym, chciałbym uświadomić wszystkim rodzicom i politykom, że większość lokali wyborczych w Polsce znajduje się w placówkach oświatowych. Znaczący to tyle, że w niedzielę do naszych żłobków, przedszkoli i szkół wejdzie przynajmniej tysiąc osób. Część może być chorych i pozostawi tam wirusa. Od samego rana w poniedziałek nasze dzieci mają przebywać w tych samych pomieszczeniach, przez które przetoczyły się tłumy podczas wyborów prezydenckich. Pytam się, czy ktoś pomyślał o bezpieczeństwie naszych dzieci. Milionów dzieci, które po lekcjach wrócą do domów i z dużym prawdopodobieństwem przeniosą wirusa. Czy*

*organizujemy pomoc dla osób starszych, chorych, samotnych i pozostających na kwarantannie. Jako pierwsza gmina dystrybuujemy płyn dezynfekcyjny w ustawionych na terenie gminy punktach dezynfekcji rąk, udzielamy wsparcia psychologicznego poprzez specjalną linię telefoniczną, organizujemy video-spotkania podczas których na pytania mieszkańców odpowiada nasz doradca społeczny ds. wirusologii prof. Krzysztof Pyrc, tworzymy listę lokalnych przedsiębiorców z usług których można skorzystać bez wychodzenia z domu. W powszechnej opinii przeprowadzenie wyborów prezydenckich w ustalonym ustawowo terminie nie wydaje się być realne. Codziennie stajemy przed wyborami o znacznie większym znaczeniu i to one są dzisiaj najważniejsze. We wszystkich decyzjach kierujemy się i będziemy kierować troską i dbałością o zdrowie i bezpieczeństwo mieszkańców naszej gminy - ocenia wójt gminy Jabłonna, Jarosław Chodorski.*

W rozmowie telefonicznej potwierdził też, że miasto Legionowo może mieć ogromny problem z organizacją tych wyborów, głównie z uwagi na brak chętnych do pracy w obwodowych komisjach wyborczych. Prezydent Roman Smogorzewski ujawnił, że do tej pory tylko 20 osób zgłosiło swoją chęć pracy w miejskich komisjach wyborczych, a ich wnioski wpłynęły do magistratu jeszcze przed wybuchem epidemii koronawirusa w Polsce. - *Te osoby mogą się przecieżyć wycofać* - dodał. Głowa naszego miasta zapytana o gotowość do stanowczej odmowy organizacji tych wyborów w Legionowie, nie wykluczyła takich kroków. Poddawała jednak w wątpliwość ich skuteczność, głównie z uwagi na możliwość wprowadzenia przez rząd do miasta komisarzy.

## Opinie pozostałych samorządów

Do kwestii zaplanowanych na 10 maja wyborów prezydenckich odnieśli się też wójtowie gmin Jabłonna, Wieliszew i Nieporęt oraz burmistrz miasta Serock.

- *Nasze działania skupiają się na zapewnieniu ochrony zdrowia i życia mieszkańców gminy Jabłonna.*

*na. Organizujemy pomoc dla osób starszych, chorych, samotnych i pozostających na kwarantannie. Jako pierwsza gmina dystrybuujemy płyn dezynfekcyjny w ustawionych na terenie gminy punktach dezynfekcji rąk, udzielamy wsparcia psychologicznego poprzez specjalną linię telefoniczną, organizujemy video-spotkania podczas których na pytania mieszkańców odpowiada nasz doradca społeczny ds. wirusologii prof. Krzysztof Pyrc, tworzymy listę lokalnych przedsiębiorców z usług których można skorzystać bez wychodzenia z domu. W powszechnej opinii przeprowadzenie wyborów prezydenckich w ustalonym ustawowo terminie nie wydaje się być realne. Codziennie stajemy przed wyborami o znacznie większym znaczeniu i to one są dzisiaj najważniejsze. We wszystkich decyzjach kierujemy się i będziemy kierować troską i dbałością o zdrowie i bezpieczeństwo mieszkańców naszej gminy - ocenia wójt gminy Jabłonna, Jarosław Chodorski.*

- *Zgodnie z prawem, które muszę respektować, odpowiadam za organizację zarządzonych wyborów. Nie jest kompetencją wójta zgadzanie się na ich przeprowadzenie. Odpowiedzialność za zorganizowanie wyborów w trudnym momencie ponoszą inne osoby, które mam nadzieję podejmą jak najbardziej racjonalne decyzje. Drugą kwestią jest, czy wybory będą możliwe z pryncypalnym brakiem chętnych do*

*pracy w komisjach mieszkańców oraz urzędników gminnych - komentuje wójt gminy Wieliszew, Paweł Kownacki.*

- *Na chwilę obecną, Urząd Gminy Nieporęt jest przygotowany do przeprowadzenia wyborów w takim zakresie, na jaki ma i może mieć wpływ. Decyzja o zarządzeniu wyborów lub ich odwołaniu nie należy do kompetencji organów samorządowych. Wydaje się, że uprawnione organy powinny wziąć pod uwagę okoliczności - stanu epidemii, w których obecnie znalazł się nasz kraj - tłumaczy wójt gminy Nieporęt, Maciej Mazur.*

- *Przy rosnącej ciągle liczbie osób zakażonych koronawirusem, należy podjąć działania w celu ochrony mieszkańców przed zarażeniem. Wobec powyższego uważam, że należy przestrzegać wszelkich decyzji służb sanitarnych, które wyraźnie wskazują na konieczność zachowania szczególnej ostrożności. W tej sytuacji zwiększonego zagrożenia epidemicznego należy zapewnić realizację czynności niezbędnych dla mieszkańców. W mojej ocenie, podejmowanie tylko takich działań jest uzasadnione. W sytuacji utrzymania terminów wyborów prezydenckich, podjęte zostaną czynności wynikające z Kodeksu Wyborczego - tak do zaplanowanych na 10 maja wyborów prezydenckich odnosi się z kolei burmistrz Serocka, Artur Borkowski.*

/ms/

Nieporęt

# Radni rzekli się diet. Pieniądze wspomogą nieporęckie służby w walce z koronawirusem

**W maseczkach i w rękawiczkach - tak w poniedziałek (30 marca) obradowała Rada Gminy Nieporęt. Następna sesja przeprowadzona zostanie zdalnie, zaś radni swe diety przekażą na rzecz służb walczących z epidemią koronawirusa - takie deklaracje mogliśmy usłyszeć z ust nieporęckich samorządowców.**

Nieporęcki samorząd podjął kilka ważnych uchwał, niezbędnych do prawidłowego funkcjonowania gminy w najbliższej przyszłości. Wśród tych decyzji znalazły się przede wszystkim te finansowe, dotyczące zmian budżetowych, czy też wyodrębnienia z budżetu gminy funduszu sołeckiego. Posiedzenie rady zorganizowano z zachowaniem naj-

wyższych standardów higienicznych - radni pracowali w bezpiecznych odległościach, w rękawiczkach i w maseczkach ochronnych. Było to pierwsze tego typu spotkanie i zdaje się, że w czasach epidemii koronawirusa ostatnie. Kolejna sesja ma zostać przeprowadzona zdalnie. Samorządowcy zapowiedzieli też, że należne im za takie posie-

dzenie diety przekażą na walkę z epidemią koronawirusa w gminie Nieporęt. Ich pieniądze mają trafić do lokalnie działających medyków, strażników gminnych, strażaków, czy też do policjantów.

## Maseczki dla wszystkich mieszkańców

Oprócz przekazanych na walkę z epidemią koronawirusa diet radnych, nieporęcki samorząd uruchomił również rezerwę budżetową na tzw. zarządzanie przeciwniebezpieczne, zaś w tym wypadku przeciwepidemiczne. Za te pieniądze zakupiono m. in. sprzęt ochrony osobistej, płyny dezynfekujące oraz 10 laptopów



Sławomir Maciej Mazur, wójt gminy Nieporęt, podczas sesji Rady Gminy Nieporęt. Sesja w dniu 30 marca 2020.

do pracy zdalnej urzędników. - Podjąłem decyzję o wyposażeniu każdego mieszkańca gminy Nieporęt w maseczkę ochronną - oznajmił nieporęcki wójt Maciej Mazur. Obecnie urzędnicy rozdają mieszkańcom maseczki jednorazowe, zaś w ciągu kilku najbliż-

szych dni do ich dyspozycji przekazane zostaną maseczki wielokrotnego użytku. Takich darmowych, nadających się do prania i prasowania maseczek magistrat zakupił około 2 tysiąca sztuk.

/ms/

R E K L A M A

 NIEPUBLICZNA SZKOŁA MUZYCZNA  
 E.P. GUBAŁA

 ZAPISY NA  
 ROK SZKOLNY  
 2019/2020

 FORTEPIAN, SKRZYPCE,  
 WIOŁONCZELA  
 PERKUSJA,  
 FLET POPRZECZNY,  
 GITARA, ŚPIEW,  
 AKORDEON, TRĄBKA,  
 KLARNET, PUZON

 Legionowo  
 ul. Mazowiecka 22

tel.: 607 067 996

Wszyscy nauczyciele posiadają wyższe wykształcenie muzyczne oraz przygotowanie pedagogiczne. Zapisy od 4 roku życia. Kursy muzyczne przy szkole. Każdy poziom zaawansowania.

www.szkołamuzyczna.com.pl



**BRIX**  
 POZNAJ NOWĄ MARKĘ  
 WYROBÓW BETONOWYCH

FIRMY DROGI I MOSTY  
 JAN KACZMARCZYK

KOSTKA BRUKOWA  
 PRZEMYSŁOWA I OZDOBNA  
 PRAFABRYKATY BETONOWE

LEGIONOWO  
 ul. Suwalna 17G  
 tel. 665 090 960  
 kom. 515 186 964

NASIELSK  
 Kosewo 134  
 tel. (23) 333 50 10  
 biuro@brix.net.pl

WWW.BRIX.NET.PL

Samorząd

## Zdążyli przed zaostreniem przepisów. Jakie decyzje podjął wieliszewski samorząd?

Wieliszewski samorząd we wtorek wieczorem (24 marca) odbył nadzwyczajne posiedzenie. Nadzwyczajność sesji podyktowana była głównie pilącymi sprawami finansowymi związanymi z koniecznością rozstrzygnięcia niektórych przetargów oraz spodziewanym zaostreniem krajowych przepisów dotyczących zgromadzeń.

- Wszelkie znaki na niebie wskazują, że od jutra tj. od 25 marca zgromadzenia powyżej 2 osób będą zakazane. Oznacza to, że sesja nie mogłaby się odbyć. A gonią nas terminy - tak wójt Kownacki rozpoczął wczorajsze (24 marca) nadzwyczajne posiedzenie Rady Gminy Wieliszew. Sesję przeprowadzono bardzo sprawnie, nie trwała ona dłużej niż 30 minut. W spotkaniu uczestniczyło 12 radnych i kilku urzędników. Samorząd przyjął łącz-

nie 7 uchwał. Najważniejszymi z punktu widzenia najbliższej przyszłości gminy Wieliszew były te wprowadzające zmiany w tegorocznym budżecie. Zmiany finansowe podyktowane zaś były koniecznością rozstrzygnięcia kilku przetargów. Oprócz tego, wieliszewski samorząd uchwalił tegoroczny program opieki nad zwierzętami bezdomnymi, a także podjął uchwały w sprawach skierowania skargi w zakresie gospodarki

odpadami do sądu administracyjnego, przedłużenia funkcjonowania oddziału przygotowania wojskowego w liceum w Komornicy, czy też w sprawie budowy chodnika wzdłuż ulicy Nowodworskiej w Olszewnicy Nowej.

### Pracowali w rękawiczkach, a niektórzy w maseczkach

Na nadzwyczajnej sesji nie było 3 radnych: Edwina Zezonia, Bartłomieja Trza-

skomy i Jana Sołtysa. Pozostali radni i urzędnicy pracowali w rękawiczkach ochronnych, zaś niektórzy z nich założyli na swe twarze maseczki ochronne. Poza tym odległości między nimi zostały w tym trudnym czasie zwiększone.

/ms/

Koronawirus

## Przerwy technologiczne w Biedronkach. W jakich godzinach można robić zakupy?

Biedronka wprowadziła godzinne przerwy w pracy swoich sklepów w ciągu dnia. Przerwy technologiczne obowiązują w tych sklepach w godzinach między 13.30 a 14.30 i służą pracownikom tych marketów. W tym czasie następuje wymiana ekip obsługujących klientów.

Już od przeszło tygodnia wszystkie polskie Biedronki pracują krócej. Większość sklepów otwartych jest w godzinach między 8 a 20. W tym skróconym czasie pracują wszystkie Biedronki znajdujące się na terenie powiatu legionowskiego, poza sklepem mieszczącym się przy ulicy generała Józefa Sowińskiego 2 w Legionowie. Ten jeden market pracuje dłużej, bo w godzinach między 7 a 21.

to Biedronkę Serocku. Powodem zamknięcia sklepu nie jest jednak koronawirus, ale zaplanowany remont. Prace mają potrwać mniej więcej do połowy maja.

### Przerwy techniczne w Biedronkach

W tym tygodniu - głównie z uwagi na bezpieczeństwo pracowników Biedronek - w sklepach tej sieci wprowadzono dodatkowe obostrzenia. Tymi dodatkowymi zabezpieczeniami są godzinne przerwy technologiczne, podczas których

klienci nie mogą wejść do tych marketów. Przerwy te obowiązują w godzinach między 13.30 a 14.30. W tym czasie następuje bezpieczna wymiana ekip obsługujących.

### Dla bezpieczeństwa pracowników

- Biedronka przechodzi na pracę rotacyjną w sklepach. Pracownicy zostaną podzieleni na dwie grupy, które w cyklu tygodniowym będą na zmianę wykonywać pracę w sklepie albo pozostaną w domu. Takie rozwią-

zanie ma na celu zapewnienie większego bezpieczeństwa pracowników - informuje biuro prasowe tej sieci. W czasie przerw technologicznych będzie następowała zmiana porannej załogi pracowników z popołudniową, tak by odbywało się to bez ich wzajemnego kontaktu bezpośredniego. Pierwsza zmiana po zamknięciu sklepu dokonuje rozliczenia i opuszcza obiekt. Potem przychodzi kolejna zmiana, która otwiera ponownie sklep.

/ms/

## Ogrodzono Dziką Plażę. Pomimo zakazu przyjeżdżały tu tłumy spacerowiczów

Urząd Gminy Nieporęt poinformował o odgradzeniu i całkowitym zamknięciu Dzikiej Plaży w Nieporęcie. Pomimo wydanego wcześniej zakazu korzystania z plaży było to miejsce, gdzie tłumnie zjeżdżano na wypoczynek i spacer.

Wójt Maciej Mazur już 17 marca wydał komunikat, który zabraniał korzystania z gminnych placów zabaw, boisk piłkarskich i siłowni zewnętrznych. Został również zamknięty Kompleks Rekreacyjno-Wypoczynkowy Nieporęt-Pilawa przy ul. Wojska Polskiego w Nieporęcie i teren Dzikiej Plaży. Ponieważ zakaz był przez

wielu nieprzeznaczony, Urząd Gminy Nieporęt ogrodził teren Dzikiej Plaży w Nieporęcie.

- W zeszły weekend, a także w ciepłe dni masowo przyjeżdżali tutaj mieszkańcy Warszawy i okolicznych miejscowości, którzy nie stosowali się do poleceń strażników. Pomimo nagłośnienia i wydawanych komunikatów, próśb ze strony strażników o niegromadzenie się, nie spacerowanie w grupach, niestety nie spotkało się to ze zrozumieniem osób, które tam przebywały i dlatego stąd ta decyzja o odgradzeniu Plaży. Niektóre osoby podeszły w sposób nieodpowiedzialny przyjeżdżając tutaj i gromadząc się na Dzikiej

Plaży - poinformowała Komendant Straży Gminnej w Nieporęcie, Joanna Mizerska.

Zapytaliśmy Komendant Straży Gminnej, jak mieszkańcy podchodzą do tych obostrzeń i czy się do nich stosują?

- Od momentu wprowadzenia zakazu gromadzenia się powyżej dwóch osób, nie zbierają się grupy. Jeździmy po terenie całej gminy i obserwujemy pod tym kątem, w takich miejscach, gdzie zwykle grupy osób się zbierają, i nie obserwujemy takiej tendencji. Mieszkańcy gminy Nieporęt stosują się do tych zaleceń - przekazała Komendant Joanna Mizerska.

/kj/

Koronawirus

## Podziękowania legionowskich ratowników i apel dla dobra mieszkańców powiatu legionowskiego

**Drodzy Państwo, wobec stanu epidemii wirusem COVID-19 (koronawirus), chcielibyśmy serdecznie podziękować za wsparcie i pomoc materialną jakiej doświadczamy każdego dnia od mieszkańców powiatu legionowskiego.**

Nikt z nas nie potrafi przewidzieć czasu trwania aktualnego stanu epidemiologicznego, który wymusza na nas stosowanie wyspecjalizowanych środków ochrony indywidualnej. Na dzień dzisiejszy dysponent zespołów ratownictwa medycznego w Powiecie Legionowskim, jakim jest NZOZ Legionowo, wyposaża nas w wystarczającą ilość środków dezynfekcyjnych oraz pakietów ochrony osobistej. Mając na uwadze, pogłębiając się deficyt tych produktów na rynku polskim oraz co raz to większy problem z ich dostępnością, chcielibyśmy prosić o pomoc.

Zwracamy się z apelem „Podziel się jeśli możesz”

### Co jest nam potrzebne?

- -Maski FFP2 i FFP3
- -maski chirurgiczne trójwarstwowe

- -przyłbice
- -gogle/ okulary ochronne
- -fartuchy jednorazowe
- -termometry
- -płyny dezynfekcyjne ( wraz z charakterystyką produktu)
- -maseczki chirurgiczne bawełniane
- -kombinezony ochrony indywidualnej

W inicjatywę szycia maseczek, zaangażował się również Hufiec ZHP Legionowo. Osoby, które posiadają materiał, są chętne do transportu bądź posiadają umiejętności szycia, prosimy o kontakt z wyżej wymienioną organizacją. Pragniemy również podkreślić, iż w zakresie przekazywanych wyrobów medycznych, w tym w szczególności masek FFP2, FFP3 i chirurgicznych, jesteśmy zobligowani do stosowania tylko i wyłącznie wyrobów spełniających stosowne wymagania i posiadające atesty.

Mając to na uwadze, prosimy o wcześniejszy kontakt z sekretariatem NZOZ Legionowo ul. Sowińskiego 4.

Ponadto my ratownicy, bez obaw i strachu chcemy nieść pomoc dla pacjentów, dlatego prosimy o niezatajanie informacji wśród osób, które w okresie ostatnich 14 dni miały bliiski kontakt z osobą zakażoną lub z osobą z podejrzeniem zakażenia koronawirusem SARS-CoV-2.

Wierzymy również, że w czasie kryzysu jesteśmy w stanie zintegrować się i wspomóc najbardziej potrzebujące jednostki walczące o jak najszybszy powrót do normalności.

**Dziękujemy za okazane wsparcie Ratownicy Legionowskiego Pogotowia Ratunkowego**

## Fartuchy i kremy do rąk trafiły do ratowników medycznych. Medycy dziękują za wsparcie!

Jednorazowe fartuchy i kremy ochronne do rąk - to odpowiedź na apel legionowskich ratowników medycznych. Darczyńcami tych niezbędnych w czasach epidemii akcesoriów są lecznica weterynaryjna Leg-Wet i firma Bandi. Medycy dziękują za wsparcie i apelują do legionowian „Zostań w domu” i „Nie kłam medyka”.

Na zesłotygodniowy apel legionowskich ratowników medycznych zareagowało wiele osób i firm. Dzięki klinice weterynaryjnej „Leg-Wet” medycy otrzymali jednorazowe fartuchy ochronne, zaś firma kosmetyczna Bandi ofiarowała im kremy ochronne do rąk wysuszonych przez częstą dezynfekcję. Pośredniczką w tych dobrotczych



transakcjach była legionowska radna Anna Łaniewska. - Dzięki Anna Łaniewska za całodobowy kontakt - napisali ratownicy medyczni na Facebooku.

**„Zostań w domu” i „Nie kłam medyka” wciąż aktualne**  
Podziękowania z ich ust płyną także

do innych osób i firm, które włączyły się w tę pomoc. W dalszym ciągu na aktualności nie tracą też powtarzane przez nich hasła „Zostań w domu” i „Nie kłam medyka”. Apele te kierowane są do wszystkich mieszkańców powiatu legionowskiego.

/ms/

/ms/

Koronawirus

## Lecznicza weterynaryjna Leg-Wet podarowała straży i policji maski, fartuchy i rękawiczki

**500 maseczek, kilkaset fartuchów ochronnych i kilkadziesiąt opakowań rękawiczek nitrylowych - takie środki ochrony osobistej trafiły do strażaków ochotników i policjantów w gminie Nieporęt. Darczyńcą jest legionowska lecznica weterynaryjna Leg-Wet.**

W tym tygodniu legionowska klinika weterynaryjna Leg-Wet przekazała maseczki, fartuchy i rękawiczki ochronne dwóm nieporęckim służbom. Materiały trafiły do strażaków ochotników z Ochotniczej Straży Pożarnej (OSP) w Nieporęcie oraz do policjantów z miejscowego komisariatu. - Rozdaliśmy łącznie około 500 maseczek, kilkaset fartuchów i kilkadziesiąt opakowań rękawiczek nitrylowych. O brakach tych materiałów poinformowało nas stowarzyszenie Zielony Nieporęt, dlatego też postanowiliśmy pomóc - mówi Krzysztof Zdeb, lekarz weterynarz, właściciel Leg-Wet. Na pomoc tej lecznicy już wcześniej mogli liczyć klienci tej kliniki, a także inne lecznice weterynaryjne. Dary, które właśnie trafiły do nieporęckich służb, są nieocenione. Teraz, gdy rośnie liczba osób objętych kwarantanną i zaczynają obowiązywać zaostrzone przepisy dotyczące zgromadzeń, strażacy i policjanci będą mieli ręce pełne roboty.

### Niech wszyscy pomogą po trochu!

- Pomagamy nie tylko zwierzętom. W tych trudnych chwilach dzielimy się naszym całym zespołem tym, co mamy - wsparliśmy komisariat policji, a druga paczka z brakującymi produktami poszła do stowarzyszenia, które prowadzi dom dla bezdomnych „Ku Dobrej Nadziei” w Białymstoku. Nie damy rady pomóc wszystkim, ale jeśli wszyscy pomogą po trochu, to damy radę! - zaapelowała na Facebooku ekipa legionowskiej kliniki weterynaryjnej Leg-Wet

### Gmina Nieporęt także przekazała

Do naszej redakcji zgłosili się także urzędnicy z gminy Nieporęt, którzy poinformowali nas, że wszystkie jednostki organizacyjne gminy Nieporęt, Ochotnicze Straże Pożarne w Nieporęcie, Kątach Węgierskich i Wólce Radzymańskiej zostały wyposażone ze środków gminnych w maseczki, kombinezony, ochraniacze na buty, rękawiczki, gogle, czepki i płyn do dezynfekcji. Urząd deklaruje dostarczenie kolejnych środków w miarę zgłaszanych potrzeb.

R

E

K

L

A

M

A

**Restauracja Oaza**  
catering Śliwiński

Organizujemy:  
- wesela - komunie - chrzciny  
- urodziny - eventy - kinderbale  
i wiele innych!

**Catering na każdą okazję**  
ul. Jagiellońska 73, Legionowo  
tel. 782 220 020, 782 404 006, alwikcatering@wp.pl

**ZIELARNIA**  
legionowska

Eko Zdrowie

- ZIOŁA sypkie, ZIOŁA fix, zioła ajurwedyjskie, suplementy diety, leki ziołowe, olejki z CBD, specyfiki odkwaszające organizm; ZEOLITH; specyfiki m.in. następujących firm: Joalis, Nutergia Laboratoire, Energy, DuoLife, dr Enzmann, CaliVita, Swanson, NOW Foods; produkty wg receptur Św. Hildegardy; specyfiki franciszkańskie, kapucyńskie, o. Grzegorza, ekologiczne wina, nalewki.
- bakterie jogurtowe, orzechy, nasiona, oleje, miody polskie, miody MANUKA, soki, syropy, kawy, herbaty, przyprawy, żywność bezglutenowa, mąki, kasze
- KSIĄŻKI, kłapki do akupresury, woskowo-ziołowe konchy i świece, plastry oczyszczające z toksyn
- kosmetyki naturalne, kremy, maści, żele, ekologiczne środki czystości

ul. Reymonta 8 A, Legionowo  
pn.-pt.: 10:00-18:00 sob.: 9:00-14:00

**zarządzanie**  
nieruchomościami

**oferta dla**  
wspólnot  
mieszkaniowych

**Licencjonowany**  
zarządca  
nieruchomości

**603 266 770**  
www.wspolnoty.org.pl

Koronawirus

# Wraca handel na targowiskach? Co z targiem w Legionowie, Serocku i Nowym Dworze Mazowieckim?

**W środę (25 marca) minister rolnictwa i rozwoju wsi Jan Krzysztof Ardanowski zaapelował o niezamykanie targowisk i bazarów. Serock i Nowy Dwór Mazowiecki już przychyliły się do tego komunikatu i pod pewnymi warunkami zezwolono tam na handel.**



- W trosce o umożliwienie konsumentom dostępu do dobrej, polskiej żywności, zachowanie bytu rolników i sprzedawców apeluję do samorządów o niezamykanie targowisk i bazarów. Uważajmy na siebie i innych, ale też wspierajmy się - zaapelował ministra rolnictwa i rozwoju wsi Jan Krzysztof Ardanowski.

## Targowisko w Serocku

W związku z tym serocki urząd zezwolił na sprzedaż wyłącznie nieprzetworzonych artykułów pochodzenia rolniczego takich, jak warzywa, owoce, jajka itp. Obowiązuje przy tym zachowanie wszelkich środków ostrożności oraz przestrzeganie szczególnych zasad higieny zapobiegających rozprzestrzenianiu koronawirusa.

## Targowisko w Legionowie

Zarządca targowiska w Legionowie, KZB Legionowo, zezwolił na handel jedynie w pawilonach, które zapewniają odpowiednie warunki sanitarne, tj posiadają:

**bezpośredni i nieograniczony dostęp do toalety wyposażonej w wodę ciepłą oraz mydło**

**właściwy zapas środka dezynfekcyjnego do powierzchni i do rąk**

**możliwość obsługi klienta na odległość większą niż 1,5 m**

**możliwość oraz preferujac płatność kartą płatniczą**

- W przypadku otrzymania przez Spółkę decyzji z Powiatowej Stacji Sanitarnej-Epidemiologicznej o powrotnym otwarciu Targowiska Miejskiego w Legionowie

dla handlu obwoźnego zostanie Państwo o tym fakcie niezwłocznie powiadomieni. Na tę chwilę targowisko dla handlu obwoźnego pozostaje nieczynne do odwołania - poinformowało w czwartek (26 marca) KZB Legionowo.

O targowisko w Legionowie zapytaliśmy w Powiatowej Stacji Sanitarnej-Epidemiologicznej - Zakaz wynika nie z zakazu handlu tylko z zakazu niekontrolowanych zgromadzeń. PPIS w Legionowie informuje, że dotychczas nie otrzymał propozycji od administratora obiektu że jest gotowy zapewnić handel na targowisku z zachowaniem zasad zapewniających uniemożliwienie przenoszenia choroby zakaźnej. Przyjęte w tej sprawie rozwiązanie musi gwarantować bezpieczeństwo zdrowia publicznego mieszkańców powiatu oraz niezaprzeczenie działań podjętych dotychczas przez służby walczące z koronawirusem.

Jestem w kontakcie z administratorem KZB, wszyscy mamy na celu dobro mieszkańców powiatu. - poinformowała naszą redakcję Sylwia Patejuk z Państwowej Powiatowej Inspekcji Sanitarnej w Legionowie.

W piątek około południa KZB Legionowo sp z .o. wydało oświadczenie w tej sprawie:

**Po konsultacjach z Państwowym Powiatowym Inspektorem Sanitarnym w Legionowie oraz Wojewódzkim Centrum Zarządzania Kryzysowego w Warszawie, mając na uwadze zwiększającą się ilość potwierdzonych zachorowań na koronawirusa w powiecie legionowskim, w trosce o zdrowie i bezpieczeństwo naszych mieszkańców informujemy, że Targowisko Miejskie w Legionowie pozostaje zamknięte do odwołania dla handlu obwoźnego.**

**Główny Inspektor Sanitarny nałożył na zarządców**

**targowisk oraz na sprzedawców stosowanie w rygorystyczny sposób wymagań higienicznych**

**Decyzja ta jest ostateczna i obowiązuje do odwołania. Bardzo prosimy o jej uszanowanie.**

## Targowisko w Nowym Dworze Mazowieckim

Od dziś (27 marca) przywrócono możliwość handlu na targowisku w Nowym Dworze Mazowieckim. Sprzedawać można artykuły spożywcze i higieniczne na targowiskach miejskich nr 1 i nr 3.

## Jak należy się zachować?

- zachowanie odpowiedniej odległości (min. 1,5 m) pomiędzy osobami (dotyczy zarówno klientów jak i sprzedawców)

- nie gromadzić się powyżej 2 osób w trakcie dokonywania zakupów

## Co zaleca sanepid:

1. Dbać o higienę rąk: Osoby mające kontakt z żywnością, muszą często myć ręce:

- Przed rozpoczęciem pracy;
- Przed kontaktem z żywnością, która jest przeznaczona do bezpośredniego spożycia,
- Po obróbce lub kontakcie z żywnością surową, nieprzetworzoną;
- Po zajmowaniu się odpadami/śmieciami;
- Po zakończeniu procedur czyszczenia/dezynfekcji;
- Po skorzystaniu z toalety;
- Po kaszlu, kichaniu, wydmuchaniu nosa;
- Po jedzeniu, picciu, lub paleniu;
- Po kontakcie z pieniędzmi.

W przypadku straganów na bazarze/targowisku np.

z warzywami i owocami, gdzie dostęp do wody jest utrudniony - należy ręce dezynfekować przy użyciu płynów dezynfekujących lub chusteczek nasączonych takim płynem

2. Podczas kaszlu i kichania należy zakryć usta i nos zgiętym łokciem lub chusteczką - jak najszybciej wyrzucić chusteczkę do zamkniętego kosza i umyć ręce, używając mydła i wody lub dezynfekować je środkami na bazie alkoholu (min. 60%).

3. Sprzedawcy muszą szczególnie restrykcyjnie przestrzegać zasad bezpieczeństwa żywności oraz zintensyfikować procesy mycia i dezynfekcji podłóg, ład, używanego sprzętu sklepowych, koszyków sklepowych, kas, taśm przy kasach, poręczach, uchwytów, terminali płatniczych etc. Żywność nieopakowaną przeznaczoną do bezpośredniego spożycia tj. pieczywa, ciast należy odpowiednio zabezpieczyć np. przez przykrycie

folią, przestawienie tych produktów w miejsce oddalone od konsumenta, tak aby nie leżały obok miejsca podawania produktów.

Zaleca się ograniczanie możliwości samoobsługowego zakupu wyrobów piekarniczych, cukierniczych, cukierniczych, wskazane jest podawanie i pakowanie przez sprzedającego produkty tj. pieczywo, wyroby cukiernicze, bułki, tak aby ograniczyć kontakt klienta z żywnością;

Na straganach i stoiskach np. z owocami i warzywami należy podawać i pakować produkty przez sprzedającego, tak aby ograniczyć kontakt klienta z żywnością. Po każdym kontakcie z pieniędzmi sprzedawca musi dezynfekować ręce. Osoby, które mają objawy zakażenia dróg oddechowych nie mogą być dopuszczane do kontaktu z żywnością.

/der/, fot. GP/kg)

R E K L A M A



## GEOMETR NIERUCHOMOŚCI

**W OFERCIE SPRZEDAŻY:**

- DZIAŁKI BUDOWLANE
- DZIAŁKI INWESTYCYJNE
- DZIAŁKI USŁUGOWE



## GEOMETR GEODEZJA

- mapy do celów projektowych
- mapy do celów sądowych
- scalenia i podziały
- ustalanie i tyczenie granic, rozgraniczenia
- obsługa inwestycji budowlanych
- uzgodnienia projektu lokalizacji urządzeń podziemnych - ZUD

**tel.** 22 774 11 11

**adres** Jabłonna, ul. Zegrzyńska 15b

**www** [www.geometr.com.pl](http://www.geometr.com.pl)

**513 127 630**

R E K L A M A

[www.mas-kominki.pl](http://www.mas-kominki.pl)

- projektowanie
- montaż
- serwis
- sprzedaż wkładów



**MAS  
KOMINKI**

EKSPOZYCJA: Legionowo, ul. Jagiellońska 22

**513 127 630**







**„NA WNUCZKA”, „NA POLICJANTA”,  
OSZUSTWA NA POKAZACH - WSPÓŁCZESNE  
ZAGROŻENIA CZYHAJĄCE  
NA OSOBY STARSZE**

**CZYTAJ s. II**

# GŁOS SENIORA

nr 3 (52)/2020  
bezpłatny dodatek  
Gazety Powiatowej  
ISSN 1734-1299

## Tadeusz Kowalewski rezygnuje z funkcji prezesa OR PCK w Legionowie



**CZYTAJ S. V**



**Z WIZYTĄ W KLUBIE  
SENIORA W TŁUSZCZU**

**CZYTAJ S. IV**



**POKONAJ LĘK PRZED  
KORONAWIRUSEM**



**CZYTAJ S. V**

**KONSULTACJE  
PSYCHOLOGICZNE  
I BEZPŁATNE  
PORADY PRAWNE  
ON-LINE**

**CZYTAJ S. III**

**GAZETA POWIATOWA**  
JANOWKA LEGIONOWO NIEPOLEŃ BŁOCK WILCZEW

Wydawca: GREY LINE  
Agencja Reklamowo-Wyd.  
tel.: 22 774 50 66  
ul. ks. płk Jana Mrugacza 1C  
05-120 Legionowo  
[www.gazetapowiatowa.pl](http://www.gazetapowiatowa.pl)  
Redaguje zespół redakcyjny  
Gazety Powiatowej  
Dodatek powstaje we współ-  
pracy ze Starostem Powiatow-  
ym w Legionowie, Urzędem  
Miasta Legionowo, Legionow-  
skim Uniwersytetem Trzecie-  
go Wieku.

# „Na wnuczka”, „Na policjanta”, oszustwa na pokazach - współczesne zagrożenia czyhające na osoby starsze

Regularnie media obiegają informacje o osobach, najczęściej starszych, które zostały oszukane i wykorzystane na rozmaite sposoby. Pomysłowość przestępców budzi nieraz zdziwienie nawet doświadczonych przedstawicieli wymiaru sprawiedliwości. Często osoby starsze tracą w wyniku takich przestępstw oszczędności całego życia, których nigdy nie udaje się odzyskać. Jak się przed tym chronić?



Luiza Zaręba  
Prawnik Kancelarii REGENT LEGAL  
W razie pytań, kontakt  
z autorką do artykułu:  
tel. 669-134-666

## Czym charakteryzuje się tak zwane oszustwo „na wnuczka”?

Mechanizm działania sprawców jest w większości przypadków bardzo podobny. Do seniora dzwoni osoba, która podaje się za członka jego rodziny, czasem za wnuka, czasem syna, czasem dalszego krewnego, czasami mówi że jest np. kolegą bliskiego członka rodziny. Informuje go, że zdarzył się wypadek, że potrzebuje pieniędzy na pokrycie strat, informuje o konsekwencjach, co go czeka, jeśli tych pieniędzy nie zdobędzie. Najczęściej próbuje ustalić z seniorem, żeby ten przekazał pieniądze znajomemu, który po nie przyjdzie. Osoby starsze bardzo często oszczędności trzymają w domach. Ponadto wiadomo, że bardzo kochają swoje dzieci, wnuki, zawsze są gotowi im pomóc, dlatego są tak łatwą ofiarą dla oszustów. Po przekazaniu pieniędzy ślad po osobie, która telefonowała, jak również po tej, która odebrała pieniądze, ginie. Potem okazuje się, że członek rodziny nie miał żadnego wypadku, wszystko u niego w porządku, ludzie orientują się, że zostali oszukani.

Zadziwiające jest to, że choć tak wiele mówi się o metodach działania sprawców (piszą o tym gazety, informuje telewizja, a nawet w kościołach księża odczytują apele policji z prośbą o ostrożność), nadal do takich czynów dochodzi.

## A co kryje się pod określeniem oszustwo „na policjanta”?

To kolejny z przestępnych

sposobów działania sprawców. W dużej mierze jest tożsamy z oszustwem „na wnuczka”, bowiem również zakłada podstępne uzyskanie od osoby starszej korzyści majątkowej w postaci pieniędzy. Tu jednak sprawca nie podszywa się pod członka rodziny, a przedstawia jako policjant, czasem też pracownik innych instytucji państwowych. Informuje o konieczności przekazania pieniędzy w związku z prowadzonym postępowaniem, historie wymyślone przez sprawców są tu naprawdę bardzo różnorodne. Trzeba przyznać, że metoda ta jest wyjątkowo perfidna, szczególnie biorąc pod uwagę zaufanie społeczeństwa do organów ścigania, do policjantów. Często nie uwierzmy obcej osobie która do nas dzwoni, ale co innego jeśli do naszego mieszkania zapuka policjant. Tym bardziej jest to niebezpieczne.

## Jak można się przed tymi przestępstwami chronić?

Przede wszystkim ważne jest zwiększanie świadomości społecznej odnośnie tych czynów, szczególnie u osób starszych. Wszelkie działania, takie jak artykuły prasowe, materiały telewizyjne, wywieszanie plakatów, roznoszenie ulotek na ten temat, czy wcześniej już wspomniane „ogłoszenia z ambony” są tu bardzo pożądane. Po drugie, należy zawsze w sytuacji, kiedy mamy komuś powierzyć nasze pieniądze, stosować zasadę ograniczonego zaufania. Jeśli ktoś podaje się za członka naszej rodziny - powiedzmy, że do niego oddzwonimy, skontaktujemy się z tą osobą na posiadany przez nas numer telefonu do niej i upewnijmy się że to z nią rozmawialiśmy. Nie dawajmy nigdy pieniędzy osobom obcym, nie zgadzajmy się na zostawianie ich w wyznaczonych miejscach. Pamiętajmy, że policja nigdy, w żadnej sprawie nie będzie od nas oczekiwała pieniędzy, a tym bardziej ich wpłaty na wskazane konto. Kiedy odbierzemy podejrzaną telefon, lub odwiedzi nas osoba wzbudzająca nasz niepokój, natychmiast skontaktujemy się z najbliższą jednostką policji.

## O czym jeszcze warto pamiętać?

Należy mieć na uwadze, że organy ścigania prowadząc postępowanie zobowiązane są do zachowania tajemnicy, nigdy

policjant nie będzie nam zdradzał szczegółów prowadzonej akcji. Poza tym zawsze należy poprosić taką osobę o wylegitymowanie się, po czym warto zadzwonić na komisariat lub do innej instytucji, za pracownika której się podaje, i upewnić się, że taka osoba rzeczywiście tam pracuje.

## Czy sprawcy mają również inne sposoby na wyłudzenie pieniędzy?

Jak już wcześniej była mowa, katalog pomysłów sprawców jest bardzo szeroki. Zasadnicze metody działania (telefon do osoby starszej, namawianie na przekazanie pieniędzy), są zasadniczo te same. Sprawcy próbują podszywać się jednak pod różne osoby i wymyślają coraz to inne historie. A to potrzebują pieniędzy na inwestycję na giełdzie, inaczej grozi im utrata dużej gotówki, a to podszywają się pod osobę bliską starszego człowieka, i mówią że zostali porwani, potrzebny jest okup, a to są akurat w trakcie finalizowania bardzo atrakcyjnej transakcji, i pilnie potrzebują pieniędzy. Jak widać, niezależnie od opowiadanych historii, wszystko sprowadza się do wyłudzenia od osoby starszej pieniędzy.

Bardzo często do seniorów dzwonią przedstawiciele firm oferujący zaproszenia na bezpłatne pokazy, np. sprzętu medycznego, garnków. Często każdemu uczestnikowi obiecują atrakcyjne prezenty. Czy tu również kryje się jakieś zagrożenie.

Niestety często zdarza się że tak. Głównym celem takich firm, trudniących się sprzedażą bezpośrednią, dokonywaną podczas tzw. pokazów, jest zysk. Prowadzący te pokazy używają rozmaitych metod manipulacji i socjotechnik, aby skłonić konsumentów do zakupu. Często oferowane towary, sprzedawane nawet po kilka czy kilkanaście tysięcy złotych, tak naprawdę są warte dużo mniej. Zdarza się, że np. taki sam komplet pościeli z merynosów albo komplet garnków można kupić na aukcji internetowej dziesięć razy taniej. Jednak niebezpieczeństwo nie wynika tylko z faktu, że senior może znacznie przepłacić. Bardzo często, z uwagi na wysoką cenę, płatność jest rozkładana na raty. Osoba starsza bywa tak zmanipulowana zachętami prowadzących pokazy, że nawet nie ma

świadomości, że właśnie zawiera umowę kredytu, często bardzo wysoko oprocentowanego. Co więcej, gdy od takiej umowy chce odstąpić, firmy wyszukują różnorakie powody, aby to uniemożliwić.

## Czy w przypadku zakupów na pokazach można od takiej umowy odstąpić i odzyskać pieniądze?

Tak, ponieważ są to umowy zawarte poza lokalem przedsiębiorstwa, bowiem najczęściej pokazy odbywają się w wynajętych salach, hotelach, itp. W ciągu 14 dni od zawarcia umowy należy przesłać na adres firmy, pocztą lub mailowo oświadczenie o odstąpieniu od umowy, a następnie odesłać zakupione produkty. Sprzedawca ma 14 dni od dnia otrzymania ich na zwrot pieniędzy. Jeśli łącznie z umową sprzedaży zawarliśmy umowę kredytu, to w przypadku tzw. kredytu związanego również ta umowa ulegnie rozwiązaniu.

Jak widać, na osoby starsze czeka bardzo wiele niebezpieczeństw. W każdej sytuacji należy zachować zdrowy rozsądek, nie być łatwowiernym, wszystko dokładnie sprawdzać, czytać podpisywane dokumenty, a w przypadku podejrzenia popełnienia przestępstwa - zawiadamiać policję.

Dla osób, które chciałyby skorzystać z pomocy prawnej, informuję że BEZPŁATNE PORADY PRAWNE organizowane są w poniedziałki w godzinach 16:15-20:15 w siedzibie Kancelarii Radcy Prawnego - ul. Piłsudskiego 33 lok. 302 w Legionowie, II piętro (kontakt telefoniczny do fundacji: +48 724 543 692). Kancelaria jest Lokalnym Punktem Bezpłatnej Pomocy osobom pokrzywdzonym przestępstwem Ministerstwa Sprawiedliwości. Możliwe jest również uzyskanie wsparcia finansowego i psychologicznego.



## BEZPŁATNA POMOC PRAWNA PRZEZ INTERNET

W związku z przeciwdziałaniem zagrożeniom związanym z COVID-19 pomoc prawna będzie udzielana przez INTERNET.

Pomoc prawna dla osób **pokrzywdzonych przestępstwem**, oraz dla osób **zadłużonych** - świadczona będzie **od poniedziałku do piątku w godzinach 9:00-18:00**.

1. Telefonicznie pod numerem: **724-543-692**
2. Za pośrednictwem SKYPE: **belfegor11111**

W przypadku pomocy prawnej dla osób pokrzywdzonych przestępstwem - **projekty pism przygotowanych przez prawników będą wysyłane za pośrednictwem poczty elektronicznej. Możliwe jest wsparcie FINANSOWE.**

Pomoc prawna **inna, niż wymieniona powyżej, będzie świadczona telefonicznie pod numerem 669-134 666 w poniedziałki w godzinach 16:00 -20:00**

 KANCELARIA  
REGENT LEGAL

**KORONAWIRUS**

**W tym ciężkim dla nas wszystkich okresie dodatkowe wsparcie ze strony specjalistów jest niezmiernie cenne. Dlatego też uruchomiona została bezpłatna pomoc telefoniczna. Jest ona dostosowana do obecnych warunków i świadczona zarówno przez telefon, jak i online. Koszty tych usług zostały sfinansowane z budżetu Gminy Miejskiej Legionowo.**

**Jak można skorzystać z porad?**

1. Dla pełnoletnich - dzwoniąc na numer tel. 512 895 219 (obowiązują zapisy telefoniczne), uzyskacie Państwo wskazówki i informacje na temat konsultacji online i telefonicznie ze specjalistami:

- lekarzem psychiatrą,
- psychologiem

Specjaliści dostępni są od poniedziałku do piątku w godz. 14:00 - 22:00 oraz w soboty od 9:00 do 16:00.

2. Dla niepełnoletnich - prowadzenie konsultacji psychologicznych, w szczególności dla dzieci i młodzieży oraz ich opiekunów, będących mieszkańcami Gminy Miejskiej Legionowo z uzależnieniami, fobią społeczną, lękami, depresją, nadmierną agresją, złością, zachowaniami autodestrukcyjnymi, zaburzeniami odżywiania, trudnościami w relacjach interpersonalnych, problemach z koncentracją i innymi trudnościami natury egzystencjalnej. Forma realizacji zadania w związku z zagrożeniem epidemiologicznym realizowana jest obecnie On-line lub telefonicznie. Więcej informacji pod numerem tel. 512 895 219 (obowiązują zapisy telefoniczne).

- Bezpłatna pomoc prawna dla osób pokrzywdzonych przestępstwem oraz osób zadłużonych świadczona jest od poniedziałku do piątku w godzinach 9:00-18:00, telefonicznie pod numerem 724-543-692, za pośrednictwem SKYPE: belfegor11111. W przypadku pomocy prawnej dla osób pokrzywdzonych przestępstwem - projekty pism przygotowywanych przez prawników będą wysyłane za pośrednictwem poczty elektronicznej. Pomoc prawna inna, niż wymieniona powyżej, będzie świadczona telefonicznie pod numerem 669 134 666 w poniedziałki w godz. 16:00 - 20:00.

- Terapia, porady - osoby przebywające w kwarantannie, korzystające z terapii, osoby starsze i chore, służby medyczne, potrzebujący wsparcia psychologicznego w czasie pandemii koronawirusa - tel. 509-432-492.

*- Sytuacja, w której się znaleźliśmy jest niezwykle trudna dla nas wszystkich. Doświadczamy niepokoju oraz strachu o zdrowie swoje i swoich najbliższych. Niepokoi nas najbliższa przyszłość oraz niepewność sytuacji, na którą nie mamy wpływu. Dlatego zdecydowaliśmy się na utworzenie bezpłatnej pomocy psychologicznej dla mieszkańców Legionowa, która została dofinansowana z budżetu gminy. Jeśli ktoś potrzebuje po prostu rozmowy, specjalista podpowie jak radzić sobie z emocjami i lękami w tym trudnym czasie. - mówi Zastępca Prezydenta Miasta Legionowo Piotr Zadrozny.*

# Konsultacje psychologiczne i bezpłatne porady prawne on-line



**LEKARZ PSYCHIATRA  
PSYCHOLOG**  
DLA MIESZKAŃCÓW GMINY MIEJSKIEJ LEGIONOWO

**ZADZWOŃ!  
512 895 219**

**PON. - PT. 14:00 - 22:00  
SOB. 9:00 - 16:00**



## AKTUALNOŚCI

# Z wizytą w Klubie Seniora w Tłuszczu

Wymiana doświadczeń z podobnymi placówkami jest ze wszech miar pożyteczna. Potwierdziła to wizyta, którą złożyli seniorzy z Klubu Senior+ w Legionowie w podobnym klubie działającym w mieście Tłuszcz.



Placówka ta utworzona została podobnie jak Klub Senior+ w Legionowie w styczniu 2019 roku. Kieruje nią pani Ola Skonieczna, a wspiera kie-



rowniczka Ośrodka Pomocy Społecznej Katarzyna Rostek. Seniorzy, a właściwie w większości seniorki, spotykają się w klubie dwa razy w tygodniu ze względu na niedostatek pomieszczeń do tego typu działalności. Korzystają z tej samej sali do zajęć co Uniwersytet Trzeciego Wieku, a on ma w tym przypadku priorytet. Mimo tego seniorzy bardzo pożytecznie spędzają czas. Uczestniczą w wielu ciekawych zajęciach. W tym zwłaszcza warsztatach rękodzieła, podczas których uczą się robić i robią prawdziwe dzieła sztuki. Są to zdobione naczynia i wazony różnych kształtów i wielkości, figurki zwierząt, kolorowe, papierowe kwiaty i ozdoby choinkowe, pisanki i kraszanki, szmaciane lalki czy kilimy, abakany oraz przepiękne koronkowe serwetki.

Warsztaty to jednak nie wszystko, seniorzy biorą także udział w zajęciach ruchowych i rehabilitacyjnych, prowadzonych w pobliskiej siłowni, nauki tańca i aerobiku, a także w wielu imprezach kulturalnych przygotowywanych i prowadzonych przez instruktorów Miejskiego Ośrodka Kultury. 2019 rok obfitował w wiele ciekawych wydarzeń kulturalnych i praktycznie we wszystkich uczestniczyli seniorzy z klubu. Były to m.in. Dni Tłuszcza, Tłuszczański Festiwal Młodzieżowych Orkiestr Dętych, Dożynki Gminne, Tłuszczański Dzień Techniki Kolejowej oraz koncert piosenek Anny Jantar.

Dodać należy także liczny udział seniorów w organizowanych kilku

wycieczkach i spacerach edukacyjnych. Seniorzy byli na Litwie, gdzie zwiedzali Wilno oraz zamek w Trokach. Pojechali na wycieczkę do Kórnik, Rogalina oraz na targi książki w Warszawie. Odwiedzili Muzeum Ziemi Tłuszczańskiej, pasiekę pszczół „Miodzio

Wioska w Tłuszczu” i uczestniczyli w Spartakiadzie Senioralnej w Mrozach.

Podsumowując, można powiedzieć, że seniorzy działający w Klubie Seniora w Tłuszczu są bardzo aktywni i wspólnie ciekawie spędzają czas wolny. Wizyta legionowskich

seniorów była więc ze wszech miar udana i pożyteczna, gdyż mogli oni skorzystać z doświadczeń koleżanek i kolegów z nie tak przecież odległego klubu.

Tekst i foto: Andrzej Karski



## Fundacja Pasja Życia

W związku z trwającym stanem epidemicznym zapraszamy do  
**PUNKTU KONSULTACYJNEGO**  
on-line  
lub telefonicznie

- korzystających dotychczas z terapii w naszym punkcie
- osoby starsze i chore
- przebywających w kwarantannie
- służby medyczne
- oraz wszystkich potrzebujących wsparcia psychologicznego w czasie pandemii koronawirusa

Informacje i zapisy:

**509 - 432 - 492**



Akcja dofinansowana ze środków Gminy Miejskiej Legionowo i koordynowana przez Wydział Zdrowia Publicznego i Spraw Społecznych

WYDARZENIA

# Tadeusz Kowalewski rezygnuje z funkcji prezesa OR PCK w Legionowie

„Kto ratuje jedno życie, to tak jakby ratował cały świat” tymi słowami Prezydent Roman Smogorzewski podziękował Tadeuszowi Kowalewskiemu za wieloletnie pełnienie funkcji prezesa Oddziału Rejonowego Polskiego Czerwonego Krzyża w Legionowie oraz pracę na rzecz społeczności lokalnej. W swojej dotychczasowej pracy Tadeusz Kowalewski angażował się w organizację mobilnych akcji poboru krwi, promocję zdrowego stylu życia, edukację w szkołach, prowadzenie zajęć z pierwszej pomocy, organizację koncertów charytatywnych i innej pomocy materialnej dla najuboższych mieszkańców powiatu.



W ciągu ostatnich czterech dekad oddał blisko 140 litrów krwi. Jest założycielem Klubu Honorowych Dawców Krwi PCK przy Centrum Szkolenia Łączności i Informatyki w Zegrzu, jednego z najbardziej aktywnych klubów w Polsce. Tadeusz Kowalewski jest laureatem wielu odznaczeń, m. in. Krzyża Oficer-

skiego Orderu Odrodzenia Polski, Krzyża Kawalerskiego Orderu Odrodzenia Polski, Złotego Krzyża Zasługi, odznaki Honorowy Dawca Krwi - Zasłużony dla Zdrowia Narodu. Podczas rozmów w kularach radna Anna Łaniewska - zasłużony honorowy dawca krwi wyraziła swoją wdzięczność Prezesowi. - Jako

wielki orędownik i propagator idei krwiodawstwa, przyczynił się Pan do upowszechnienia w mieszkańcach Legionowa nie tylko nawyku dzielenia się tym najcenniejszym z darów. Dzięki Panu zrozumieliśmy, że oddawanie krwi jest jak dawanie cząstki siebie innym, a jego celem jest ratowanie czyjegoś

zdrowia i życia - mówiła Anna Łaniewska.

Jak zapewnia sam Prezes, rezygnacja z funkcji prezesa OR PCK w Legionowie nie oznacza, że zmierza całkowicie zrezygnować z działalności charytatywnej. - Decyzję o rezygnacji podjąłem już rok temu. Miałem czas, żeby się do niej przygoto-

wać i przygotować moich współpracowników. Nie odchodzę z Polskiego Czerwonego Krzyża, nadal będę wspierał jego działalność, zwłaszcza w zakresie krwiodawstwa. Natomiast jeśli ktoś zgłosi się po pomoc, jestem otwarty na współpracę. Uroczyste pożegnanie podczas sesji Rady Miasta jest mnie

dużym zaskoczeniem. Bardzo mi miło, że moja praca została dostrzeżona i doceniona - powiedział Tadeusz Kowalewski.

Ewa Milner-Kochańska  
Naczelnik Wydziału Zdrowia

PSYCHOLOGIA

## Pokonaj lęk przed koronawirusem

Ostatnie dni są dość trudne dla wielu osób, a to z powodu pandemii koronawirusa, która dotarła do Polski. Wielu z nas ogarnia lęk, panika i trudne emocje. Znaleźliśmy się w sytuacji, jakiej prawdopodobnie nikt z nas jeszcze nie doświadczał. Jednak przy zachowaniu odpowiednich procedur, zaleceń i rekomendacji WHO, GISu oraz instytucji rządowych oraz przede wszystkim - zdrowego rozsądku - wspólnie jesteśmy w stanie sobie poradzić.

**Nie panikuj**

Panika to zjawisko społeczne, które może przynieść wiele krzywdy społeczeństwu oraz poszczególnym jednostkom. Chodzi tu oczywiście o zagrożenie zdrowia psychicznego i fizycznego. Już nie raz sytuacje na świecie pokazały, że panika może skończyć się nawet śmiercią! Jak zatem sobie z nią radzić?

Panika sama w sobie jest „słowem”, którego często nadużywamy. Panika to tak naprawdę również zaburzenie, które powinno się leczyć.

Nie poddawaj się z zbiorowej panice biorącej się m.in. z mass mediów, o których przeczytasz niżej. Korzystaj ze sprawdzonych technik, np...

**...Praktykuj Mindfulness / medytację / treningi relaksacyjne**

Wszyscy psychoterapeuci polecają Ci w takich sytuacjach praktykowanie Mindfulness. Ponadto - medytuj! Na zdrowie wyjdą Ci również treningi relaksacyjne. Internet w obecnych czasach oferuje nam wiele możliwości i instrukcji wykonywania takich aktywności.

**Czerp informacje ze sprawdzonych źródeł**

W mediach istnieje wiele źródeł, które udostępniają nam mnóstwo informacji. Czy mamy jednak pewność, że owe dane są prawdziwe? Nie zapominajmy o tym, że obecnie wszelkie mass media walczą o czytelników i generują mnóstwo wiadomości. Warto skupić się na rzetelnych źródłach podają-

cych sprawdzone informacje. Będą to np. oficjalne strony rządowe.

Nauczmy się również czytać ze zrozumieniem. Wiadomości w mediach często są przekazywane z dodatkowym słowem o silnym zabarwieniu emocjonalnym. Ponadto kierują uwagę na liczby, co dodatkowo „wyolbrzymia” dany problem. Nie od dziś wiadomo, że stosowane manipulacje potrafią wzbudzić w odbiorcach różne emocje. Warto więc odchodzić do wiadomości „na chłodno”.

**Dobrze zorganizuj swój czas**

Poczucie organizacji daje nam większą pewność swoich działań i świadomość, że aktywność jest potrzebna do optymalnego funkcjonowania! W dobre zaleceń, by ograniczyć wyjścia z domu,

warto jest zastanowić się nad wykorzystaniem wolnego czasu. To, co najważniejsze, to ustalenie planu dnia i zachowanie swojego dotychczasowego rytmu dobowego. Nie pozwól sobie na „rozregulowanie” organizmu. To potrafi obniżyć odporność. Odpowiednia ilość snu to podstawa. Jeżeli pracujesz zdalnie, wyznacz sobie godziny, w których będziesz pełnił obowiązki. Najlepiej, aby były to Twoje stałe godziny pracy - oczywiście z przerwami. Po pracy przeznacz wolny czas na różne aktywności - oczywiście w domu

**Nie odbieraj sobie możliwości spotkania ze specjalistą**

Jeżeli uczęszczasz na terapię do psychoterapeuty lub odbywasz regularne wizyty u innego specjalisty - nie

odbieraj sobie tej możliwości przez niemożność wychodzenia z domu. Pamiętaj - świat idzie do przodu, a my z nim. Konsultacje ON-LINE to świetny sposób na to, by nie przerywać terapii. Szczególnie w przypadku pacjentów doświadczających lęków, depresji i podobnych zaburzeń zaleca się regularną terapię. Jej przerwanie może pogłębić objawy choroby, co mija się z celem spotkań ze specjalistą. Jeżeli masz szansę dotrzeć do Poradni - nie wahaj się! W Poradni Zdrowia Psychicznego Educatio dbamy o wszelkie zalecenia WHO i GIS.

Lęk nie musi rządzić Twoją codziennością. Staraj się podchodzić racjonalnie, ale i optymistycznie do zaistniałej sytuacji. Stosuj praktyczne rady i nie pozwól sobie na panikę!

Kto jest z nami?



mgr Barbara Wesołowska-Budka  
Psycholog -Psychoterapeuta-Seksuolog  
Poradnia Zdrowia Psychicznego EDUCATIO  
ul. Mała 11, 05-123 Chotomów  
www.educatio.pl



**JEŻELI CHCESZ SIĘ USTRZEC  
PRZED ZARAŻENIEM WIRUSEM,  
TO PRZESTRZEGAJ PONIŻSZYCH ZASAD:**



**NIE** podawaj ręki na powitanie



**NIE** całuj się na powitanie



**zachowaj dystans** przynajmniej **1,5 m** od drugiej osoby



**NIE** dotykaj klamek, poręczy



przy zakupach - **uchwyt** od koszyka w sklepie **dotykaj** przez **jednorazową chusteczkę**



przyciski w windzie **WCISKAJ KLUCZEM**



klamki i drzwi **OTWIERAJ ŁOKCIEM**



**NIE** dotykaj dłońmi twarzy, oczu, ust



**BARDZO CZĘSTO MYJ RĘCE** przez min. 30 sekund, używając mydła

**NAJWAŻNIEJSZA JEST IZOLACJA**

- jeżeli nie musisz, nie spotykaj się z innymi osobami



05-120 Legionowo, ul. Piłsudskiego 41 | tel. 22 766 40 90 | mrs@um.legionowo.pl

Legionowo, 26 marca 2020 r.

## Apel Miejskiej Rady Seniorów w Legionowie

### „Zostańmy w domu – ale bądźmy w kontakcie!”

Minęły pierwsze dni walki z zagrożeniem koronawirusem. Miejska Rada Seniorów w Legionowie z wiarą i nadzieją obserwuje mobilizację służby zdrowia i służb epidemiologicznych na naszym mieście, Mazowszu i w kraju. Z uznaniem też przyjmujemy wszelkie działania oraz inicjatywy prowadzone pod hasłem: **„Chrońmy naszych seniorów!”**.

Zagrożenia związane z koronawirusem dotyczą całego społeczeństwa, niezależnie od wieku. Rzeczywistość zmusza wiele osób starszych oraz ich rodziny do przeorganizowania codziennych zajęć i życia. Najtrudniejsza jest sytuacja osób 80+, samotnych, chorych oraz z różnych powodów zależnych od innych. Seniorów korzystających z Uniwersytetów, Domów Pomocy, Klubów Senior+, klubów seniora itp. Zamknięcie tych instytucji spowodowało, że kilka tysięcy osób na Legionowie z dnia na dzień pozbawione zostało nie tylko zajęć, ale często i posiłku. Nie opuszczajmy ich w potrzebie! Nie pozwólmy, by zdani byli wyłącznie na siebie. Nie możemy poprzestawać na wezwaniu – **„Seniorze, zostań w domu!”**.

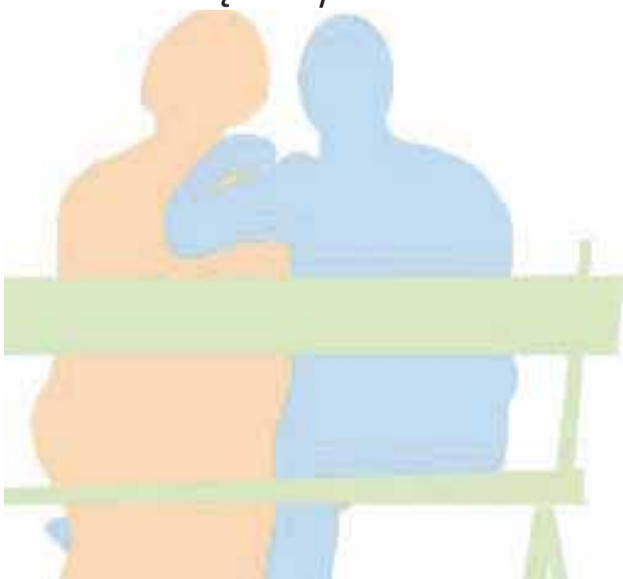
Miejska Rada Seniorów w Legionowie zwraca się z apelem do Ośrodka Pomocy Społecznej, Polskiego Czerwonego Krzyża, Caritasu, Wolontariatu Seniorów oraz innych jednostek świadczących instytucjonalną pomoc osobom starszym, a przede wszystkim do władz administracyjnych i samorządowych o szczególną mobilizację w poczuciu służby i solidarności społecznej. Liczymy na wsparcie ze strony młodzieży, harcerzy i wolontariuszy. Czekamy na sprawdzian wzajemnej wrażliwości. Izolacja, kwarantanna, nie może oznaczać całkowitego odcięcia się od tego, co dzieje się za naszymi drzwiami. **Bądźmy pomocni i wrażliwi!**

Zachęcamy do odwiedzania strony [www.lutw.net](http://www.lutw.net)

### W imieniu MRS w Legionowie

Nacz. Wydz. Zdrowia  
Ewa Milner-Kochańska

Przewodniczący  
Roman Biskupski



styczeń-maj 2020

Powiatowy  
PolitykiProgram  
Zdrowotnej

# Profilaktyka nowotworów gruczołu krokowego

**dla mieszkańców powiatu legionowskiego w wieku 55-69 lat****Badania przesiewowe:**

- oznaczenie markera PSA • konsultacja urologiczna

**Kryteria włączenia:**

- dodatni wywiad rodzinny w kierunku występowania raka gruczołu krokowego

**Kryteria wyłączenia:**

- pozostawanie pod opieką poradni urologicznej oraz korzystanie ze świadczeń finansowanych przez NFZ w związku ze zdiagnozowanym nowotworem gruczołu krokowego
- wykonywanie badania per rectum i PSA w okresie 1 roku przed zgłoszeniem do programu

# Profilaktyka nowotworów piersi

**dla mieszkank powiatu legionowskiego  
w wieku 40-49 lat****Kryteria włączenia:**

- dodatni wywiad rodzinny w kierunku występowania raka piersi.

**Kryteria wyłączenia:**

- wykonywane badanie mammografii w ciągu ostatnich 2 lat
- opieka poradni specjalistycznej w związku ze zmianami w obrębie piersi



fot. Designed by Freepik

# Bezpłatne badania

Liczba  
miejsc  
ograniczona

Informacje i zapisy

**22 774 26 40****NZOZ MEDIQ Legionowo  
ul. Piłsudskiego 20**

Szczegóły:

**[powiat-legionowski.pl](http://powiat-legionowski.pl)**

Program wczesnego wykrywania nowotworów jelita grubego wśród mieszkańców Powiatu Legionowskiego na lata 2018 - 2022

POWIAT LEGIONOWSKI  
Przystań w sercu Mazowsza



Powiat

# Zamknięte szkoły. Na jakie pensje mogą liczyć nauczyciele?

**Nauczyciele ze szkół w powiecie legionowskim za zdalną pracę w czasie zamknięcia placówek otrzymają pensje zgodnie z wytycznymi resortu edukacji narodowej, tj. oprócz pensji zasadniczych przysługują im dodatki m. in. motywacyjne, funkcyjne i stażowe.**

W związku z epidemią koronawirusa w Polsce, do 24 marca w legionowskich szkołach trwała zdalna powtórka dotychczas przerobionych materiałów i tematów, zaś od 25 marca rząd nałożył na nie obowiązki realizowania dalszej części podstawy programowej, połączonej z ocenianiem uczniów. Ministerstwo Edukacji Narodowej (MEN) wydało na ten na czas wytyczne co do zasad wynagradzania nauczycieli.

## Dla jednych gołe pensje, dla innych z dodatkami

Do 24 marca, nauczycielom za zdalne powtarzanie dotychczas przerobionych z uczniami materiałów, oprócz wynagrodzenia zasadniczego należały się również wypłacane przez samorządy dodatki, takie jak stażowe, funkcyjne (np. te za wychowawstwo) i moty-

wacyjne. W zasadzie pedagodzy zachowywali wszystkie swoje dotychczasowe świadczenia, za wyjątkiem dodatku za trudne warunki pracy i godziny ponadwymiarowe. Według MEN nauczycielom, którzy do 24 marca jedynie pozostawiali w gotowości do pracy, jednak nie wykonywali żadnych czynności służbowych z nią związanych, czyli na przykład nie wysyłali e-maili do uczniów przysługiwało jedynie wynagrodzenie zasadnicze. Najboleśniej dotknęło to nauczycieli świetlicowych.

## Bonusy za zdalne godziny ponadwymiarowe

Wraz z oficjalnym startem nauki zdalnej w szkołach tj. począwszy od ostatniej środy (25 marca) sytuacja zarobkowa wszystkich nauczycieli ulegnie poprawie – tak

przynajmniej wynika z nowych ministerialnych wytycznych. Pedagodzy, którzy będą pozostawać jedynie w gotowości do pracy, ale nie będą faktycznie jej wykonywać, oprócz pensji zasadniczych będą też mogli liczyć na wypłacane z kas samorządów dodatki funkcyjne np. te za kierownictwo świetlicy, czy też za wychowawstwo klasy. Z kolei nauczyciele tablicowi, którzy przez internet będą realizować podstawę programową, oprócz wynagrodzeń zasadniczych otrzymają finansowane przez samorządy dodatki stażowe, funkcyjne i motywacyjne. Z wytycznych MEN wynika również, że tym nauczycielom będą się również należały świadczenia za godziny ponadwymiarowe. Jedy- nym dodatkiem, z którego nie będą mogli oni skorzystać, będzie ten

należny za trudne warunki pracy.

## Samorządy dostosują się do wytycznych

Wszystkie legionowskie samorządy zapowiedziały dostosowanie się do zaleceń MEN i wypłatę pensji pedagogom według tych odgórnych wytycznych. – Dodatki motywacyjne będą wypłacane na dotychczasowych zasadach – w kwotach ustalonych przez dyrektorów szkół – potwierdza Michał Smoliński, rzecznik prasowy jabłonowskiego magistratu. – Wysokość dodatku motywacyjnego wpłaconego nauczycielom za okres zawieszenia zajęć będzie taka sama jak w okresach sprzed zawieszenia zajęć w szkołach – podziela tę opinię nieporęcki samorząd.

MS

Transport

## Kolej Mazowiecka wstrzymuje wydawanie Karty Mazowieckiej. Wnioski tylko elektroniczne

Kolej Mazowiecka informuje, że w związku ze stanem epidemicznym do odwołania wstrzymuje przyjmowanie wniosków o wydanie Karty Mazowieckiej w kasach biletowych oraz wydawanie przygotowanych kart.

Nadal można składać wnioski elektronicznie przez konto portalu karta.mazowieckie.com.pl. Karty dla tych wniosków zostaną przygotowane i dostarczone do punktów odbioru po zakończeniu stanu epidemicznego, z możliwością przekroczenia terminu wydania karty określonego w Ogólnych warunkach wydawania i użytkowania Karty Mazowieckiej. O terminie odbioru kart użytkownicy zostaną powiadomieni na adres poczty elektronicznej podany we wniosku.

## Karta Mazowiecka

Karta Mazowiecka to nowy rodzaj nośnika biletu Kolei Mazowieckich zapisanego w formie elektronicznej na karcie bezstykowej. System elektroniczny oparty jest o kartę mikroprocesorową, zgodną ze standardem ISO/IEC 14443 dla biletów Kolei Mazowieckich oraz emulacją MIFARE Classic.

Na Karcie Mazowieckiej można zapisać następujące bilety:

- 1) sieciowe imienne KM (dobowe, 3-dniowe, miesięczne, kwartalne, roczne);
- 2) odcinkowe imienne KM (tygodniowe, dwutygodniowe, miesięczne, kwartalne);
- 3) strefowe imienne KM (czasowe, miesięczne, kwartalne);
- 4) abonamentowe KM;
- 5) wydane wg ofert specjalnych obowiązujących w pociągach KM;
- 6) jednorazowe KM.

Oprócz biletów Spółki KM na Karcie Mazowieckiej jest możliwość kodowania jednocześnie biletów ZTM, zgodnie z obowiązującymi przepisami określonymi w Taryfie przewozowej m.st. Warszawy.

/der/

Legionowo.

# Zapisy przedszkolaków na dyżury wakacyjne. Harmonogram dyżurów

**17 kwietnia rozpoczną się zapisy na dyżury wakacyjne dla przedszkolaków z Legionowa. Zgłoszenia będą przyjmowane drogą elektroniczną.**

Dyżur wakacyjny organizowany jest dla dzieci w wieku przedszkolnym uczęszczających w roku szkolnym 2019/2020 do przedszkoli lub oddziałów przedszkolnych w szkołach podstawowych prowadzonych przez Gminę Legionowo.

Zapisy prowadzone będą drogą elektroniczną od 17 do 29 kwietnia. W tym celu w pierwszym dniu zapisów, o godz. 9:00 udostępniona zostanie strona legionowo-dyżury.pzo.edu.pl. We wniosku o przyjęcie dziecka na dyżur wakacyjny można wskazać maksymalnie 3 przedszkola dyżurujące w danym terminie. Osoby, które nie mają dostępu do komputera mogą pobrać wniosek w placówce, wypełnić go odręcznie, podpisać i złożyć w przedszkolu pierwszego wyboru. Następnie dyrektor lub pracownik przedszkola wprowadzi do systemu informacje zawarte we wniosku.

Ze względów organizacyjnych i rozliczeniowych zapisu na dyżur wakacyjny można dokonać jedynie na cały turnus 2 lub 3 tygodniowy. Brak jest możliwości wyboru dni w ramach turnusu.

## Kto ma pierwszeństwo?

Pierwszeństwo w przyjęciu na dyżur wakacyjny mają dzieci uczęszczające do dyżurującego przedszkola, a następnie dzieci z innych przedszkoli i oddziałów przedszkolnych w szkołach podstawowych. Kolejność przyjęć ustala dyrektor przedszkola. W przypadku grupy kandydatów spełniających te same kryteria, dyrektor bierze pod uwagę wnioski dotyczące rodzeństwa oraz miejsce przedszkola na liście preferencji.

## Informacja o zakwalifikowaniu

Informacja o zakwalifikowaniu dziecka na dyżur wakacyjny pojawi się 11 maja

w elektronicznym systemie zapisów oraz w przedszkolu, do którego dziecko zostanie zakwalifikowane. Od tego czasu do 25 maja rodzice dzieci zakwalifikowanych będą musieli potwierdzić, że dziecko będzie uczęszczało na dyżur. Potwierdzeniem korzystania z miejsca w przedszkolu będzie wydrukowanie i złożenie wniosku wraz z potwierdzeniem wniesienia opłaty za wyżywienie (opłata wniesiona na rachunek bankowy danego przedszkola, w treści przelewu należy wpisać „opłata za wyżywienie – dyżur wakacyjny 2020 imię i nazwisko dziecka). Brak złożenia wniosku wraz z potwierdzeniem wniesienia opłaty we wskazanym w harmonogramie terminie oznacza rezygnację z miejsca w dyżurującym przedszkolu.

## Informacja o przyjęciu i wolnych miejscach

29 maja o godzinie 13:00 podana zostanie informacja, które dzieci zostały przyjęte na dany dyżur. Tego samego dnia o godzinie 14:00 na stronie systemu zapisów pojawi się wykaz wolnych miejsc w poszczególnych placówkach. Rodzice/prawni opiekunowie dzieci, które nie

zostały przyjęte na dyżur do wybranych przedszkoli, mogą zgłaszać się do innej dyżurującej placówki, która dysponuje wolnymi miejscami.

Brak zgłoszenia nieobecności dziecka w pierwszym dniu dyżuru wakacyjnego będzie skutkowało skreśleniem dziecka z listy przyjętych na dyżur.

Przyjęcie dziecka na dyżur wakacyjny po upływie terminów określonych w harmonogramie jest uzależnione od decyzji dyrektora przedszkola, które dysponuje wolnymi miejscami.

## Harmonogram dyżurów wakacyjnych:

- 1 – 17 lipca: PM 2 (ul. Jagiellońska 67), PM 7 (ul. Husarska 19), PM 11 (ul. Zegrzyńska 9)
- 20 – 3 lipca: PM 3 (ul. Zegrzyńska 71), PM 5 (ul. Kwiatowa 80), PM 10 (ul. Broniewskiego 6)
- 3 – 14 sierpnia: PM 1 (ul. Olszankowa E), PM 12 (ul. Królowej Jadwigi 7)
- 17 – 31 sierpnia: PM 6 (ul. Broniewskiego 3), PM 9 (ul. Królowej Jadwigi 11), PM 14 (Jana Pawła I)

# HOROSKOP

## WODNIK (20 stycznia - 19 lutego)

Będziesz bardzo podobać się innym, a Mars doda ci sił. To dobry tydzień, aby uporać się z różnymi zaległymi sprawami, także urzędowymi. Możesz teraz więcej zyskać dzięki znajomościom i różnym towarzyskim układom. Gdzie nie wejdiesz, tam spotkasz życzliwego znajomego.

## RYBY (20 lutego - 19 marca)

Znajdziesz się w centrum zainteresowania, wpadniesz na zachwycający pomysł, zaskoczysz otoczenie nową fryzurą lub strojem. Nie czekają cię przykre niespodzianki. Kontroluj tylko wydatki, bo w każdym sklepie czekać będzie na ciebie nowa pokusa, której nie sposób będzie się oprzeć. W końcu przejmiesz się stanem swojego konta bankowego.

## BARAN (20 marca - 20 kwietnia)

Zajmiesz się prywatnymi sprawami, spotkasz z krewnymi i załatwisz sprawę, na której od dawna ci zależało. To wprawi cię w doskonały humor. W towarzystwie bądź jednak ostrożny. Planeta Saturn może postawić na twojej drodze kogoś, za kim wcale nie przepadasz.

## BYK (21 kwietnia - 20 maja)

Nadchodzi kolejny pracowity tydzień, ale zamiast się tym martwić, odważnie zabierz się za trudne sprawy. Możesz odkryć w sobie nowy talent, a nawet pasję. Pamiętaj tylko o własnych korzyściach i przestań się wstydzisz, kiedy szef zapyta cię o pieniądze. Im więcej powiesz, tym więcej dostaniesz. Pod koniec tygodnia dyskretnie pilnuj swoich współpracowników.

## BLIŹNIĘTA (21 maja - 20 czerwca)

Czeka cię udany tydzień, bez większych problemów czy kłótni. Uda ci się więcej niż zwykle czasu poświęcić na swoje hobby czy przyjemności. Nie przejmuj się tylko kłopotami pewnej leniwej osoby, bo inaczej spędzisz weekend w pracy. Nie odrzucaj zaproszeń na ciekawe imprezy, premiery czy wystawy. Nadarzy się okazja do zawarcia nowej przyjaźni.

## RAK (21 czerwca - 21 lipca)

Postanowisz trochę zwolnić tempa. Może być ci trudno skupić się na tym, co ważne i potrzebne. W pracy stawiaj sobie poprzeczki zbyt wysoko i pozwól, aby sprawy toczyły się własnym rytmem.

## LEW (22 lipca - 21 sierpnia)

Zapowiada się wiele towarzyskich atrakcji i może ci zabraknąć czasu na własne sprawy. Wciąż ktoś cię będzie rozpraszał i zawracał ci głowę swoimi sprawami. Wpływ planet sprzyja w tym tygodniu niezwykłym spotkaniom, a nawet ujawnianiu tajemnic. Nie omawiaj ich z osobami, które lubią plotkować za twoimi plecami.

## PANNA (22 sierpnia - 21 września)

Staniesz się podatny na różne prośby i wpływy. Będzie ci zależało, aby wszędzie panowała zgoda i miła atmosfera. Weźmiesz na siebie rolę pośrednika w sporach i negocjacjach. Zdobędziesz uznanie, a przy okazji dyskretnie załatwisz ważną dla siebie sprawę. Postępujaj najnowszymi plotkami, a zmienisz zdanie na temat pewnej osoby.

## WAGA (22 września - 22 października)

Planety ci sprzyjają i odsłonią przed tobą różne ukryte sprawy. Będziesz miał szansę wytropić pewną tajemnicę lub dowiesz się ile zarabia konkurencja. Możliwe są nagłe zmiany planów, które w efekcie okażą się dla ciebie korzystniejsze, niż przypuszczasz. Uświadomisz sobie, ile sam jesteś warty.

## SKORPION (23 października - 21 listopada)

Zachowaj więcej dystansu do otoczenia, bo możesz być uparty i zbyt pewna siebie. Mars namawia cię, abyś wszystkimi rządził i za wszystko odpowiadał. Jeśli zbyt wiele weźmiesz na swoje barki, możesz okuścić to przemęczeniem i złością na otoczenie. Dlatego zadbaj o siebie i nie przejmuj się tym, co w tym tygodniu wyprawiają lub opowiadają inne osoby.

## STRZELEC (22 listopada - 20 grudnia)

Będziesz w doskonałym humorze, ale cały tydzień spędzisz w biegu, zaferowany mnóstwem nowych spraw. Możliwe szybkie decyzje i niespodziewane zmiany sytuacji. W pracy wyjaśni się zagadka lub nieprzychylna ci osoba postanowi zmienić swoje zachowanie. W rodzinnych sprawach trochę zamieszania.

## KOZIOROŻEC (21 grudnia - 19 stycznia)

Będziesz bardzo przekonujący i pomysłowy. Jak na Koziorożca przystało, bez skrupułów wykorzystasz swoje atuty. Przekonasz kogoś do podjęcia decyzji, na której ci zależy. W pracy wywalczysz podwyżkę lub zaległą premię, być może ktoś odda ci stare długi. Przyptyw gotówki, jaki gwiazdy wróżą ci w tym tygodniu, wprawi cię w doskonały humor.

## Koronawirus

# Firma FJK z Legionowa gotowa do produkcji przyłbic ochronnych dla medyków

**- Właśnie przetestowaliśmy możliwość produkcji przyłbic do ochrony przed koronawirusem. Próba wyszła pozytywnie. Na zdjęciach nasz prototyp - poinformowała w piątek (27 marca) firma FJK z Legionowa. Szefowa firmy zapowiedziała, że za darmo wyposaży w taki sprzęt legionowskich ratowników medycznych.**

Przyłbica stanowi barierę ochronną dla personelu medycznego. Chroni nie tylko drogi oddechowe, ale także oczy przed wirusami mogącymi znajdować się

w aerozolu, który wydala pacjenci podczas kaszlu i kichania. Dzięki temu stanowi uzupełnienie innych środków ochronnych takich jak maseczki.

## Gotowi do produkcji, czekają na zlecenia

- Mamy odpowiedni sprzęt i przeszkolonych pracowników, czekamy na zapotrzebowanie lokalnych jednostek handlowych, przychodni lekarskich i inne zainteresowane przedsiębiorstwa. Nie mamy jeszcze materiału w odpowiedniej ilości, ale w przyszłym tygodniu będzie i możemy ruszać z produkcją. Hełm pasuje na każdą głowę, konstrukcja opiera się na gumkach - recepturkach. Nic nie uwiera, wszystko dobrze widać i słychać. Maski chroni twarz i oczy, jest wielokrotnego

użytku - informuje Małgorzata Kubicka, szefowa FJK.

## Dla ratowników medycznych gratis

Cena jednej takiej przyłbicy to 10 zł brutto. Przy zakupie minimum 10 sztuk koszt jednej przyłbicy to 8 zł. - Legionowskich RATOWNIKÓW MEDYCZNYCH chcemy wyposażyć w takie przyłbice gratis - zapowiada Małgorzata Kubicka. Kontakt do firmy: kubicki@kubicki.com.pl, tel. 22 774 44 04 lub osobiście w siedzibie FJK przy ul. Piłsudskiego 33, I p. nad Empikiem.

/der/



Powiat Legionowski



## KORONAWIRUS PODSTAWOWE INFORMACJE Powiatu Legionowskiego

**KORONAWIRUS** powoduje gorączkę, kaszel, duszności, bóle mięśni i zmęczenie.

Przenosi się drogą kropelkową, a więc podczas kaszlu, kichania, czy mówienia.

### Jak zapobiegać zakażeniu?



**Często myj ręce**, używając mydła i wody.



Kiedy kaszlesz lub kichasz, **zakrywaj usta i nos**.



**Zachowaj co najmniej 1 metr odległości** od osób, które kaszlą i kichają.



**Jeśli wracasz z regionu**, gdzie występuje koronawirus i masz objawy choroby lub miałeś kontakt z osobą zakażoną, **UMÓW TELEFONICZNIE wizytę u lekarza** pierwszego kontaktu lub zgłoś się do oddziału obserwacyjno-zakaźnego, a następnie **poinformuj o tym TELEFONICZNIE** Powiatową Stację Sanitarno-Epidemiologiczną w Legionowie.

Infolinia NFZ

**800 190 590**

telefon ALARMOWY **24h**  
Powiatowej Inspekcji Sanitarnej

**609 729 134**

telefon w godz. 8-15  
Powiatowej Inspekcji Sanitarnej

**22 774 15 76**

[www.gov.pl/koronawirus](http://www.gov.pl/koronawirus)

# OGŁOSZENIA DROBNE

## AUTOMOTO

### SPRZEDAM

### KUPIĘ

- Kupię każdy samochód, może być uszkodzony tel. 508 210 318

## BUDOWLANE USŁUGI

Docieplania budynków.  
Szybko, tanio i solidnie.  
Tel. 502-053-214

Wykonam tynki maszynowe wewnętrzne,  
Doświadczenie,  
konkurencyjne ceny,  
możliwość obejrzenia prac,  
tel. 501-179-548

## NAUKA

## RÓŻNE

- Sprzedam zegary niemieckie: ściennie i stojące podłogowe, przedwojenne po gruntownej konserwacji i renowacji. Atrakcyjne ceny, Pułtusk. Tel. 502-715-566**
- Wolontariusz z Legionowa Wasilewski Zdzisław zawiezie i przywiezie riksą osobę niepełnosprawną na terenie miasta. Zapraszam do kontaktu, tel. 22/ 784-86-25**

## ROLNICZE

## USŁUGI

**FRYZJER damsko-męski T. Dąbrowskiej w Legionowie przy ul. Piaskowej 5. Serdecznie zapraszamy. Tel. 601-230-789**

- Ogrody – projekt i wykonanie. Tel. 514-082-577

**Pogotowie komputerowe 24h. Szybka naprawa komputera, laptopa, telefonu na miejscu. Dojazd gratis. Tel. 510-088-873**

Rolety, Rolety wolnowiszące, Rolety Dzień-Noc, Plisy, Moskitiery, Markizy, Żaluzje, Vertikale, Folie naszybowe  
www.sasin-rolety.pl,  
tel. 509-818-571

**USŁUGI FINANSOWE**  
• Inwestycje  
• Kredyty i leasing  
• Ubezpieczenia  
• Nieruchomości  
• Telekomunikacja  
Kontakt: 600 839 759

## UROCZYŚCIOŚCI

## PRACA

### DAM PRACĘ

Automatyk ds. chłodniczych.  
Tel. 664-473-560

Elektryk, atrakcyjne wynagrodzenie.  
Tel. 664-473-560

Hydraulik. Atrakcyjne wynagrodzenie.  
Tel. 664-473-560

Magazynier, atrakcyjne wynagrodzenie.  
Tel. 664-473-560

Młodego mężczyznę do przyuczenia. Atrakcyjne wynagrodzenie.  
Tel. 664-473-560

**Zatrudnię elektronika lub elektro-mechanika lub mechanika do warsztatu samochodowego płaca zależna od umiejętności. AUTO NAPRAWA PAWEŁ RUCIŃSKI Sokołówek 10, 05-254 Dąbrówka, tel.694 941 869 lub sylwia.rucinska78@wp.pl**

### SZUKAM PRACY

- Emeryt z uprawnieniami ogólnobudowlanymi podejmie pracę. Tel. 507-872-807
- Rencista złota rączka, podejmie pracę dodatkową. Tel. 512-054-426

**Sprzątanie ogrodów, Legionowo i okolice. Tel. 509-853-117**

- Zaopiekuję się starszą panią lub panem. Tel. 502 564 154

### OFERTY URZĘDU PRACU W LEGIONOWIE

**Stan na dzień Stan na dzień Stan na dzień 26 03. 2019r.**  
**Osoby zainteresowane prosimy o zgłaszanie się do Powiatowego Urzędu Pracy w Legionowie**  
**Telefon kontaktowy: (22) 764 03 31 email: oferty@puplegionowo.pl**

- "Maxdekor" Kłycińska Zofia, Kłyciński Zbigniew, Kłyciński Paweł, Michałów Reginów, pomocnik sprzedawcy, 1 stanowisko. Wymagania: wykształcenie podstawowe, zdolności manualne, mile widziane doświadczenie w branży tkanin i firan. Obowiązki: praca przy tkaninach i firanach. Mierzenie, cięcie, układanie tkanin i firan. Prace porządkowe w firmie.
- FIRMA HANDLOWO-USŁUGOWA "IMPERIUM" Jan Wrona, Łacha, sprzedawca, 2 stanowiska. Wymagania: obsługa kasy fiskalnej. Obowiązki: obsługa klienta, dokładanie towaru, porządkowanie na stanowisku pracy i placu sklepu.
- "MARKET - ZAKŁAD HANDLOWO GASTRONOMICZNY" Ireneusz Strzeszewski, Zegrze Południowe, sprzedawca, 1 stanowisko. Wymagania: brak. Obowiązki: sprzedaż na kasach, dokładanie towarów, utrzymanie czystości.
- ZAKŁAD PIEŁĘGNACYJNO - OPIEKUŃCZY ŻŁOTA JESIEŃ Czech Longina, Jabłonna, pomoc kuchenna, 1 stanowisko. Wymagania: wykształcenie średnie, książeczka do celów

sanitaro-epidemiologicznych, znajomość przepisów BHP i PPOŻ, dobra i szybka organizacja pracy, dbanie o higienę osobistą, zachowywanie czystości w miejscu pracy, obsługa maszyn (krajalnica, zmywarka, obierak do ziemniaków), gastronomiczny rozbiór mięsa, kurs HACAP, co najmniej rok doświadczenia w DPS. Obowiązki: pomoc w przygotowywaniu posiłków, obsługa zmywarki, sprzątanie kuchni i zaplecza kuchennego.

- ERBI.PL SPÓŁKA Z OGRANICZONĄ ODPOWIEDZIALNOŚCIĄ, Legionowo, pomocnik monter, monter bram garażowych, napędów, drzwi, 2 stanowiska. Wymagania: wykształcenie zasadnicze zawodowe techniczne, Umiejętność posługiwania się elektronarzędziami. Wymagane doświadczenie w zawodzie. Obowiązki: montaż bram garażowych, napędów do bram wjazdowych, drzwi. Stabilne zatrudnienie, szkolenia. Praca na terenie Warszawy i okolic.
- Termil Sp. z o.o. Sp.k. Komornica, pomocnik monter izolacji, 3 stanowiska. Wymagania: chęć do pracy. Obowiązki: przygotowywanie maszyn i komponentów, pomoc podczas wykonywania izolacji u klienta, prace porządkowe.
- Krystyna Winnikowska SALON FRYZJERSKO-KOSMETYCZNY KRYSTYNA, Legionowo, Fryzjer, 2 stanowiska. Wymagania: wykształcenie zasadnicze zawodowe, umiejętności wykonania: strzyżenie, modelowanie, farbowanie itp. Mile widziane ukończone kursy. Obowiązki: mycie włosów klientów, wykonywanie masażu głowy

i stosowanie środków pielęgnacyjnych, doradzanie w wyborze odpowiedniej fryzury / uczesania, pielęgnacji strzyżenie i modelowanie włosów, koloryzacja włosów, rozjaśnianie, balejaż, dekoloryzacja, tworzenie fryzur okolicznościowych, przeprowadzanie zabiegów regeneracyjnych, dbałość o czystość w miejscu pracy.

- Turbo Żółw Auto Serwis Piotr Biernacki, Legionowo, mechanik samochodów osobowych, 1 stanowisko. Wymagania: doświadczenie w zawodzie 5-7lat.



- Obowiązki: samodzielne naprawy samochodów.
- Turbo Żółw Auto Serwis Piotr Biernacki, Legionowo,



## KIEROWNIK DS. PRODUKCJI W ZAKŁADZIE PREFABRYKACJI I PRODUKCJI BETONU

miejsce pracy Nasielsk

### Wymagania:

- Wieloletnie doświadczenie zawodowe w zarządzaniu produkcją
- Preferowana znajomość technologii produkcji prefabrykatów w branżach: drogowy, mostowy, kolejowy, mieszkaniowy, przemysłowy
- Wykształcenie minimum średnie techniczne
- Znajomość zagadnień procesów produkcyjnych i linii produkcyjnych
- Umiejętność analitycznego myślenia
- Umiejętność czytania i rozumienia dokumentacji technicznej

### Opis stanowiska:

- Całościowe zarządzanie obszarem produkcyjnym
- Nadzór oraz zapewnienie terminowej realizacji planu produkcyjnego
- Nadzór nad prawidłowym procesem produkcyjnym
- Współtworzenie i realizacja strategii rozwoju
- Nadzór i kierowanie pracą podległych zespołów
- Kontrola warunków pracy pod względem przepisów BHP
- Wdrażanie zmian organizacyjnych dotyczących procesów produkcji i technologii

### Oferujemy Tobie:

- Stabilne zatrudnienie w rodzinnej firmie na podstawie umowy o pracę lub innej dla Ciebie dogodnej formie umowy
- Atrakcyjne wynagrodzenie adekwatne do kwalifikacji;
- Możliwość rozwoju zawodowego, szkolenia w celu uzyskania dodatkowych uprawnień;
- Przyjazną atmosferę pracy.

## EKIPA/BRYGADA/ZESPÓŁ DO UKŁADANIA MAS BITUMICZNYCH

miejsce pracy Pułtusk, Nasielsk, Płońsk, Ciechanów, Wyszaków, Maków Mazowiecki, Nasielsk, Ostrołęka, Przasnysz, Legionowo, Nieporęt

### Poszukiwany zespół do układania mas bitumicznych pod kierownictwem doświadczanego brygadzysty w tym:

- Operatorzy rozścielacza
- Operatorzy walca
- Pracownicy do obsługi w ekipie

### Wymagania:

- Doświadczenie
- Odpowiedzialność, dyspozycyjność i wysoka motywacja do pracy
- Zaangażowanie
- Umiejętność działania pod presją

### Oferujemy Tobie

- Stabilne zatrudnienie w rodzinnej firmie na podstawie umowy o pracę lub innej dla Ciebie dogodnej formie umowy
- Atrakcyjne wynagrodzenie adekwatne do kwalifikacji;
- Jesteśmy otwarci na dofinansowanie do zakwaterowania ekipy.

**PROFSAT**  
INSTALACJE TELETECHNICZNE I ELEKTRYCZNE

**534 10 20 10**  
[WWW.PROFSAT.PL](http://WWW.PROFSAT.PL)

• MONTAŻ • SERWIS • MODERNIZACJA

**JAGUAR DO WYNAJĘCIA**

tel. 665-805-600

**BUDOWA DOMÓW**  
**USŁUGI BUDOWLANE**

Piotr Mostowiec  
tel: 698 873 597  
[www.budowa-domow.info](http://www.budowa-domow.info)

**Tel. 502 146 898**  
**e-mail: skopec@drogiimosty.com.pl**

**POMÓŻ ANI PRZEKAZUJĄC 1%**

Ania to 7 letnia mieszkanka Legionowa. Jest podopieczną Fundacji Dzieciom „Zdążyć z pomocą” Od urodzenia boryka się z wieloma chorobami m. in. padaczką, czterokończynowym niedowładem i mózgowym porażeniem dziecięcym. Ani potrzebna jest intensywna rehabilitacja, która pozwala ograniczyć ból towarzyszący jej na co dzień. Liczy się każda pomoc.

Aby przekażać 1% podatku, wystarczy w rozliczeniu rocznym wpisać dane zgodnie ze wzorem wskazanym w tabeli:

J. WNIOSEK O PRZEKAZANIE 1% PODATKU NALEŻNEGO NA RZECZ ORGANIZACJI POZYTYWU PUBLICZNEGO (OPP)	
100. Numer OPP	0000037904
K. INFORMACJE UZUPEŁNIAJĄCE	
108. Cel osiągnięty 1%	20095 RÓWNIKA ANNA

Ani można również pomóc przekazując darowiznę na konto:  
**FUNDACJA DZIECIOM „ZDĄŻYĆ Z POMOCĄ” ul. Lomiańska 5, 01-685 Warszawa**  
**Alior Bank SA 42 2490 0005 0000 4600 7549 3994**  
 Z dopiskiem: 20095 RÓWNIKA ANNA – darowizna na pomoc i ochronę zdrowia

pomocnik mechanika, 1 stanowisko. Wymagania: doświadczenie w zawodzie. Obowiązki: pomoc w naprawie samochodów osobowych.

- V&L Katarzyna Gałąż, Legionowo, pomoc na krojowni, 1 stanowisko. Wymagania: wykształcenie zasadniczo zawodowe. Obowiązki: pomoc na krojowni, układanie na materiale form, odrysowywanie form, krojenie materiału, wycinanie wzorów z dzianiny, utrzymanie porządku na krojowni.
- Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Jabłonie, Jabłonna, pracownik socjalny, 1 stanowisko. Wymagania: dyplom ukończenia kolegium pracowników służb społecznych lub dyplom ukończenia studiów wyższych na kierunku praca socjalna lub dyplom ukończenia do dnia 31 grudnia 2013r. studiów wyższych o specjalności przygotowującej do zawodu pracownika socjalnego na jednym z kierunków: pedagogika, pedagogika specjalna, politologia, polityka społeczna, psychologia, socjologia, nauki o rodzinie. Obowiązki: wykonywanie zadań związanych z pracą na

stanowisku pracownika socjalnego. Szczegółowe informacje u Doradcy klienta.

- SZKOŁA PODSTAWOWA IM. STANISŁAWA MONIUSZKI, Łąjski, Sprzątaczk/Sprzątac, 1 stanowisko. Wymagania: wykształcenie zasadnicze zawodowe, organizacja czasu pracy, praca w zespole, kontakt z dziećmi, obywatelstwo polskie, doświadczenie na podobnym stanowisku. Obowiązki: utrzymywanie w bieżącej czystości przy szkolnego rejonu, sprzątnięcie, realizowanie innych zadań zleconych przez dyrektora.
- SZKOŁA PODSTAWOWA Z ODDZIAŁAMI INTEGRACYJNYMI NR 154 IM. EDMUNDA STRZELECKIEGO W WARSZAWIE, Warszawa, Kucharz/Kucharka, 1 stanowisko. Wymagania: wykształcenie zasadnicze zawodowe, książeczka do celów sanitarno-epidemiologicznych, doświadczenie zawodowe min. 3 miesiące, umiejętność pracy w zespole. Obowiązki: pobieranie surowców i półproduktów do produkcji kulinarnych, obróbka wstępna surowców (ręczna, mechaniczna, termiczna), obsługa urządzeń gastronomicznych przy

przygotowywaniu potraw i napojów oraz bieżąca konserwacja tych urządzeń, przygotowywanie i wydawanie posiłków, utrzymywanie na bieżąco czystości na stanowisku pracy.

- EMICO Sp. z o.o., Warszawa, Tokarz w metalu, 1 stanowisko. Wymagania: wykształcenie zasadnicze zawodowe, doświadczenie zawodowe min. 5 lat. Obowiązki: wykonywanie prac tokarskich, monterskich, naprawa wózków inwalidzkich.

## NIERUCHOMOŚCI

### SPRZEDAM

**BARDZO DOBRA LOKALIZACJA, WŚRÓD NOWEJ ZABUDOWY JEDNORODZINNEJ. MOŻLIWOŚĆ DOPROWADZENIA GAZU ZIEMNEGO, WODY, PRĄDU, KANALIZACJI WSZYSTKO JEST W DRODZE PRZY DZIAŁCE. OKOLICA INTENSYWNIE SIĘ ROZWIJA.**  
**TEL. 530-487-921**

**Sprzedam bezpośrednio działkę budowlaną o pow. 26 716m<sup>2</sup> zlokalizowaną w Warszawie-Białoleka, nr 45, obręb 4-16-09. Teren idealny pod dużą inwestycję. Zapraszamy do kontaktu telefonicznego.**  
**TEL. 602-262-202**

- Sprzedam działkę budowlaną w Płocochowie 5400 m<sup>2</sup>. Tel. 510 621
- Sprzedam mieszkanie 47,5 m<sup>2</sup> w Pułtusk, 2 pokoje z kuchnią, łazienka + toaleta, parter, balkon, 2 ogródki z obydwu stron, piwnica. Tel. 668-365-932, 664-054-120.

### KUPIĘ

- Kupię mieszkanie w Pułtusk, najlepiej w centrum, blisko rynku do 60tys. Płatność gotówką. Tel.533 200 202

### WYNAJMĘ

- Mieszkanie w pełni wyposażone w centrum Legionowa – 2450 zł. W

# SPRZEDAM MIEJSCA GARAŻOWE W CENTRUM LEGIONOWA

## UNORMOWANY STAN PRAWNY, KSIĘGA WIECZYSTA

**tel. 601 382651,  
603 266 770**

bardzo dobrym stanie, składa się z: salonu z kuchnią, toaleta + łazienka, sypialnia, mały pokój. Parking w garażu podziemnym. Tel. 600-248-975

- Oferuję mieszkanie w dobrze wyposażonym domu w zamian za opiekę nad starszą, częściowo niesprawną osobą. Okolica Nieporętu. Dobra komunikacja z Warszawą. Tel. 608 020 002

**KAWALERKA  
W ŚCISŁYM CENTRUM LEGIONOWA.  
BLISKO SZKOŁA, SKLEPY,  
KOMUNIKACJA.  
TEL. 501 668 501**



**DYŻUR  
REPORTERA  
695 267 770**

**DODAJ  
OGŁOSZENIE**

**POWIATOWA**  
GAZETA JABŁONNA LEGIONOWO NIEPORĘT SEROCK WIBLISZEW

**LEGIONOWO  
22 774 50 66  
REDAKCJA@GAZETAPOWIATOWA.PL**

**PULTUSKA**  
gazeta powiatowa

**PULŃTUSK  
23 692 86 46  
REKLAMA.PGP@PULTUSK24.PL**

**OGŁOSZENIA SMS**

• ŁATWO • TANIO • SZYBKO

Wyślij SMS z treścią ogłoszenia na numer 79567 (koszt 11,07 zł). Pamiętaj o poprzedzeniu ogłoszenia prefiksem, który przyporządkuje je do odpowiedniej kategorii.

**Przykłady:**

Aby sprzedać auto należy wysłać SMS o treści:  
gp.ms.audi a3 bardzo dobry stan 1999 r . tel. xxx xxx xxx  
Aby zamieścić ogłoszenie w dziale Usługi Budowlane należy wysłać SMS o treści: gp.ub.odnawianie mieszkań, tapety tel. xxx xxx xxx

W treści ogłoszenia powinien znaleźć się numer telefonu lub inne dane kontaktowe. Prosimy nie używać polskich znaków – biuro ogłoszeń poprawi treści. Pełny regulamin usługi dostępny w siedzibie Gazety Powiatowej.

Auto Moto	
Kupię	gp.mk.
Sprzedam	gp.ms.
Nieruchomości	
Kupię	gp.nk.
Sprzedam	gp.ns.
Wynajmę	gp.nw.
Szukam do wynajęcia	gp.nsw.
Zamienię	gp.nz.
Usługi budowlane	gp.ub.
Matrymonialne	gp.mt.
Nauka	gp.na.
Różne	gp.rz.
Rolnicze	gp.rol.
Zwierzęta	gp.zw.
Usługi	gp.us.
Uroczystości	gp.ur.
Zdrowie	gp.zd.
Praca	
Dam pracę	gp.dp.
Szukam pracy	gp.sp.



# Kwarantanna z medalistką olimpijską

**W Ludwinowie Zegrzyńskim pod Serockiem przymusową kwarantannę po powrocie ze zgrupowania w Portugalii odbywa Agnieszka Kobus-Zawojska, brązowa medalistka olimpijska z Rio de Janeiro i multimedalistka mistrzostw świata i Europy w wioślarstwie. Co łączy ją z gminą Serock, dlaczego trenuje w Ludwinowie Zegrzyńskim, jak wygląda tutaj jej trening - rozmawiał Krzysztof Grodek.**

**Skąd pochodzisz, jak zaczęła się Twoja przygoda ze sportem i dlaczego było to wioślarstwo?**

Urodziłam się w Warszawie i stamtąd jestem. Moi rodzice trenowali wioślarstwo, ale to w sumie nie oni mnie wysłali do klubu wioślarskiego. Byłam aktywnym dzieckiem. Od małego mi wpajano, że sport to bardzo ważna sprawa. Nigdy nie opuszczałam z własnej chęci lekcji wuefu. Co więcej byłam w reprezentacji szkoły praktycznie we wszystkich sportach. Po prostu to lubiłam. Startowałam w dzielnicowych zawodach biegowych i tam mnie zauważył trener ze szkoły, gdzie były klasy o profilu sportowym. W piątej klasie podstawówki podjęliśmy wspólnie z rodzicami decyzję o zmianie szkoły. Miałam do wyboru klasę wioślarską lub żeglarską. Już za namową rodziców i w imię rodzinnej tradycji wybrałam wioślarską.)

**Jak wspominasz pierwsze lata treningu, co jest najważniejsze dla młodego zawodnika? Samozaparcie, pasja, jak szukałaś motywacji?**

To były wspaniałe lata. Znajomości do teraz. Obecnego męża poznałam też w swoim macierzystym klubie. Pierwsze lata treningu to przede wszystkim znajo-

mości i dobra zabawa, bo od tego trzeba zacząć. Wioślarstwa nie można zacząć trenować zbyt wcześnie, dlatego na początku dla mnie to była głównie zabawa i trening ogólnorozwojowy. Nie zmienia to faktu, że od małego miałam charakter sportowca. Pamiętam, jak mówiłam swojemu pierwszemu trenerowi: „ja chce już wygrywać, zdobywać medale itd, inni już byli na zawodach międzynarodowych ja nie, róbmy więcej”. On wtedy mi powiedział jedną rzecz, którą wspominam do dzisiaj: „Aga ty masz być dobra w seniorach, a nie teraz”. Za to mu dziękuję, podszedł do mnie jak do człowieka rozsądnie i dbał o mój rozwój, a nie traktował jak „maszynkę do robienia medali do klubu”. Miał rację. Krok po kroku z dużą cierpliwością mam to, co było moim marzeniem z dziecięcych lat - MEDAL OLIMPIJSKI. Ja miałam i mam bardzo dużą motywację wewnętrzną, chciałam i chcę być lepsza, mocniejsza i to według mnie jest najważniejsze. Aby motywacji szukać w sobie.

**Możesz coś więcej opowiedzieć o wioślarstwie? Czy Polska ma bogate tradycje w tej dyscyplinie?**

Niestety w Polsce to wciąż niszowa dyscyplina, a szkoda. Na zachodzie ma



duże tradycje, dużo osób trenuje. Regaty Oxford-Cambridge czy Henley to wielka tradycja w Wielkiej Brytanii. Dużo Polaków też kojarzy te wyścigi, to naprawdę prestiżowe regaty.

W Niemczech w niektórych miastach jest podobna liczba klubów wioślarskich jak w całej Polsce. Według mnie to

świadczy o dużym potencjale tego sportu. Trzeba jednak pokazać ludziom, że to nie jest tylko sport dla profesjonalistów, a również dla amatorów. W Warszawie jest już 5 amatorskich klubów i cieszą się one sporym zainteresowaniem. Jednak to wciąż mało. Staram się za każdym razem pokazywać i mówić ludziom, że każdy może spróbować. Przecież to świetnie trenuje całe ciało i mamy kontakt z naturą. Jeśli jakiś amator lubi rywalizację, to nawet są Mistrzostwa Świata Masters. To pokazuje potencjał i możliwości tego sportu. Wiadomo, aby była większa popularność dyscypliny musi się to zacząć od sportu amatorskiego. Tak jest w lekkiej atletyce dużo osób biega i dlatego oglądają lekką i jest ona bardziej popularna. O to samo powinniśmy dbać w wioślarstwie.

Jeśli chodzi o wioślarstwo profesjonalne. Ma ogromne tradycje i piękną historię. Wioślarstwo to dyscyplina, która na Igrzyskach Olimpijskich nie zawodzi i to jest wspaniałe!

**Czy wzorowałeś się na jakimś zawodniku/zawodniczce? Ktoś był twoim idolem?**

Nie mam ideałów, bo uważam, że w życiu nie ma ideałów. Jednak jako młoda zawodniczka jak jeździłam na zgrupowania ze starszymi dziewczynami to starałam się brać za przykład. Pamiętam jak przed komputerem, śledziłam Julię Michalską, a potem z nią trenowałam. To naprawdę fajne uczucie. Zawsze podziwiałam Natalię Madaj-Smolińską, złotą medalistkę z Rio w duecie z Magdą Fularczyk-Kozłowską. Uważam, że to zawodniczka, która miała wspaniałe czucie wody i była fenomenalną szlachką. To jeśli chodzi o wioślarstwo. Jeśli chodzi o sport, bardzo lubię Joannę





Jędrzejczyk za jej pozytywną energię i autentyczność w mediach społecznościowych. I za to, że pokazuje, że porażka nie oznacza końca.

**Startujesz w czwórce? Całą swoją karierę jeździsz w drużynie? Czy celujesz w starty indywidualne i czy w ogóle można to połączyć?**

W Reprezentacji startuje w czwórce. Aby dostać się do Reprezentacji, musimy startować na kwalifikacjach na jedynekach. Jednak reszta to decyzja trenera. Nie jest powiedziane, że cztery pierwsze jedynekarki stworzą szybką czwórkę. Obecnie czwórka jest priorytetem w Reprezentacji. W juniorach startowałam na zawodach międzynarodowych na deblu, obecnie „siedzę” w czwórce. Na Mistrzostwach Polski startuję na wszystkim: jedynekach, dwójkach, czwórkach. Głównie dlatego, bo chcę się odwdziżyć klubowi.

Na Mistrzostwach Świata nie ma opcji, aby startować kilka konkurencji. Wyścigi są zbyt wymagające i zgranie jest bardzo decydujące. Każda łódź ma inną prędkość, inne jest czucie. Ciężko by było to połączyć.

**W osadzie jedziesz jako pierwsza. Dlaczego trener zdecydował, że zajmiesz to miejsce?**

W osadzie siedzę jako czwarta, ale pierwsza „wpadam na metę”. To decyzja trenera oraz specyfika zawodnika, no i również zależy to od pozostałych osób i specyfiki osady. W Rio de Janeiro na przykład siedziałam jako druga. Niby są jakieś kanony każdej pozycji. Jednak moim zdaniem to musi być po prostu „flow” i podczas wyścigu trzeba się rozumieć bez słów. Każda musi być mocna i każda musi dawać z siebie sto procent, jednak musi też współpracować.

**Co jest najtrudniejsze w czwórce**

**podwójnej? Zgranie, równy poziom wszystkich zawodniczek, wysoka technika całej osady?**

Ciężko powiedzieć. Każda trudność wymaga wytrenowania:) Dlatego uważam, że najtrudniejsza jest ciężka praca, która wymaga poświęcenia. Najważniejsza w wioślarstwie jest współpraca. Nie możemy udowodniać na wodzie, która jest lepsza, bo to nic nie da. Musimy być razem silne, a nie każda z osobna.

**Poza brązowym medalem na igrzyskach olimpijskich w Rio de Janeiro jesteś multimedalistką mistrzostw świata i mistrzostw Europy. Które z tych sukcesów, i dlaczego, cenisz najbardziej?**

Medal Igrzysk to wisienka na torcie dla każdego sportowca. Żaden medal Mistrzostw Świata nie równa się temu z Igrzysk. Jednak dobre wspomnienia mam ze złotem medalem Mistrzostw Europy w 2018 roku. To pierwszy Mazu-

rek Dąbrowskiego, czyli jeden z ważniejszych momentów w karierze.

**Jak trafiłaś do Ludwinowa Dębskiego?**

Moi rodzice tu się przeprowadzili. To już było ponad 10 lat temu. Kiedyś często tu przyjeżdżałam grałam w piłkę z całą wsią. Pamiętam jak w 2007 roku miałam jechać na swoje pierwsze regaty międzynarodowe. Biegałam po wsi, tata jechał za mną na rowerze i kazał robić sprinty od latarni do latarni. Przywiozłam złoto - opłacało się :)

**Jak na co dzień, poza zgrupowaniami, wygląda twój trening? Czy bardzo się różni od tego, co robisz tutaj?**

Teraz właśnie odbyłam przymusową kwarantannę w Ludwinowie. Po prostu są tu lepsze warunki do trenowania niż w mieszkaniu w Warszawie. Przywiozłam kette, gumy oporowe, trener do roweru. Rodzice mają ergometr wioślarski do wiosłowania na sucho. Robię, co mogę, aby podtrzymać formę. Jest to taki trochę „trening zimowy”. Na ergometrze dużo jeździmy w zimę, to taka nasza maszyna tortur naprawdę da się zmęczyć i zrobić porządną trening, więc organizm ma bodziec. Wykonuje trening rozpisany przez swojego trenera kadrowego, tylko zamiast na wodzie, robię to na ergometrze czy rowerze. Organizm mocno pracuje, tylko brakuje czucia wody i techniki, którą ćwiczymy na lodzi.

**Epidemia koronawirusa doprowadziła nie tylko do tego, że trenujesz u nas na wsi, ale też okazało się, że igrzyska Tokio 2020 zostaną przełożone na przyszły rok. Co to zmienia dla ciebie? Z jakimi konsekwencjami to się wiąże.**

Nic, cel jest ten sam tylko droga dłuższa. Chcę przywieźć lepszy medal niż w 2016 roku.

**Jakie plany na najbliższe tygodnie? Wracasz do treningów w Warszawie?**

Tak na pewno pojedę do Warszawy, bo mam w Klubie jedynek i chciałabym zejść na wodę po dwóch tygodniach przerwy. Zobaczyć, czy jeszcze to pamiętam. Na wodzie nie będzie skupisk ludzi, więc trening mogę wykonać.

**Jesteś bardzo aktywna w internecie, gdzie możemy śledzić twoje przygotowania?**

Posiadam konta na facebooku, instagramie oraz twitterze. Na instagramie poza sportem pokazuje, co lubię robić prywatnie. Serdecznie zapraszam!

**Bardzo dziękuję za rozmowę.**





## Sezon przerwany przez pandemię. DPD Legionovia na historycznym miejscu!

**Władze Polskiej Ligi Siatkówki podjęły jedyną możliwą decyzję: w związku z sytuacją epidemiologiczną w Polsce rozgrywki nie zostaną wznowione, a tabela zakończona przed kilkoma tygodniami fazy zasadniczej zostanie przyjęta jako końcowa. Tym samym ekipa DPD Legionovii Legionowo kończy sezon na najwyższym w swojej historii czwartym miejscu. W klubie panuje radość, ale również wielki niedosyt - do upragnionego medalu zabrakło zaledwie jednego ligowego punktu.**



Przed sezonem 2019/2020 nowym prezesem legionowskiej ekipy został Konrad Ciejka. Już w pierwszych wywiadach zadeklarował on duże zmiany w klubie i - jak się miało okazać - nie były to puste obietnice.

W zespole DPD Legionovii doszło do dużego wietrzeńca szat-

ni. W ekipie na nowy sezon pozostały zaledwie trzy siatkarki: przyjmująca Magdalena Damaske, środkowa Alicja Wójcik i libero Agnieszka Adamek. Sztab szkoleniowy zyskał nowego przywódcę, jakim ogłoszono trenera Alessandro Chiappiniego. Utytułowany Włoch związał się z ekipą trzylet-

nim kontraktem. Wraz z nim do zespołu dołączył jego rodak, statystyk Fabio Gabban.

Rozpoczęła się szeroko zakrojona akcja budowy drużyny na miarę ambicji legionowskiego klubu. Nie zabrakło w niej naprawdę głośnych nazwisk! Do DPD Legionovii trafiła grecka

gwiazda Olga Strantzali, reprezentantki Francji: Juliette Fidon-Lebleu i Julie Oliveira Souza, a także wyróżniające się na krajowym podwórku: Izabela Lemańczyk, Maja Tokarska, Justyna Łukasik i powracająca po zaledwie rocznym rozbracie z klubem Alicja Grabka. Skład uzupełniły perspektywiczne: Marta Matejko, Zana Zdovc Sporer, Magdalena Karpińska i juniorka Agata Plaga. Krótki epizod w klubie zanotowała atakująca Kamila Dydula.

Już pierwsze mecze sezonu 2019/2020 to zupełnie nowa jakość. Punkty urwane gigantom z Polic i Rzeszowa nieśmiało rozbudziły optymizm, który wręcz eksplodował po rozgromieniu na własnym parkiecie Mistrza Polski ŁKS Commercecon Łódź 3:0. Zachwyty kibiców wzbudziła również fantastyczna seria zwycięstw: od 23 listopada 2019 do 25 stycznia 2020 zespół był niepokonany, pierwszą rundę kończąc na wysokim trzecim miejscu. Ekipa wywalczyła sobie również pierwszy w historii klubu start w turnieju finałowym Pucharu Polski.

W rundzie rewanżowej młody zespół trenera Chiappiniego nie ustrzegł się potknięć, jakimi były porażki z drużynami z Piły i Radomia. Jak miało się okazać - przyniosły one wiele znaczące skutki. Po zakończeniu fazy zasadniczej legionowianki plasowały się na czwartym miejscu z zaledwie jednym oczkiem straty do trzeciego

- optymistycznie rokowało to przed fazą play-off. Ta jednak została odwołana w związku z pandemią. Pierwszy w historii klubu medal wymknął się z rąk na ostatniej prostej.

Niemniej, zakończony właśnie sezon 2019/2020 należy interpretować w wykonaniu legionowskiego klubu jednoznacznie pozytywnie! W klubowych strukturach doszło do pewnego przełomu i z chłopca do bicia klub z naszego miasta przerodził się w siłę liczącą się na krajowym podwórku. Czy przed rozpoczęciem rozgrywek ktokolwiek zastanawiałby się przed „wzięciem w ciemno” miejsca w czołowej czwórce zarówno Ligi Siatkówki Kobiet, jak i Pucharu Polski?

Już dzień po oficjalnym zakończeniu rozgrywek klubowi działacze poinformowali, że trwają prace nad budową zespołu na sezon 2020/21 - rozegrany już nie w LSK, a w TAURON Lidze, jak teraz będzie się nazywać najwyższa polska klasa rozgrywkowa. W niezmiennym składzie pozostaje sztab szkoleniowy, nowy dwuletni kontrakt podpisała również jedna z gwiazd zespołu Alicja Grabka. W nadchodzących tygodniach klub zapowiada kilka ciekawych ruchów na rynku transferowym, który będziemy w tym roku obserwować z wyjątkowym zainteresowaniem!

/ad/