

Posprzątaj po psie
strona 6

„Lalki” w barażach
strona 11

„Wspólny bilet”
słono kosztuje
strona 5

MAK+ w Bibliotece
strona 11



Moje Legionowo

nr 3/2013 r.

Miesięcznik z życia miasta

egzemplarz bezpłatny



**Rewolucja
Śmieciowa
w Legionowie?**

Otwarte drzwi szkół

W marcu każdy rodzic przyszłego pierwszoklasisty mógł poznać wybraną przez siebie legionowską placówkę oświatową podczas cyklu Dni Otwartych. Celem spotkań było zapoznanie przybyłych z ofertą dydaktyczną i warunkami pobytu w szkole. Obecni na spotkaniach rodzice mieli możliwość poznania historii, osiągnięć, oferty edukacyjnej oraz stanu przygotowania każdej placówki na przyjęcie dzieci 6 i 7-letnich, spotkania z dyrektorami szkół i nauczycielami, wysłuchania wykładów specjalistów na temat dojrzałości szkolnej i rozwoju dziecka oraz wzięcia udziału w zajęciach pokazowych z udziałem dzieci

W Szkole Podstawowej nr 7 Dni Otwarte trwały od 4 do 8 marca. Goście oglądali zajęcia w oddziałach przedszkolnych, klasach pierwszych oraz zajęcia z języka angielskiego przeprowadzone w klasach drugiej oraz trzeciej. Podczas Dni Otwartych w Zespole Szkolno-Przedszkolnym nr 2 psycholog oraz pedagog przedstawiły informacje na temat dojrzałości szkolnej i organizacji pomocy psychologiczno-pedagogicznej. W Zespole Szkół nr 3 rodzice uczestniczyli w prelekcji na temat różnic programowych między oddziałem przedszkolnym a pierwszą klasą szkoły podstawowej. Szkoła przygotowała również prezentację multimedialną, w której zostały przedstawione jej atuty i osiągnięcia. 14 marca rodzice wysłuchali informacji na temat organizacji pracy w klasach pierwszych w Zespole Szkolno-Przedszkolnym, zwiedzali sale lekcyjne, oglądali wystawę prac uczniów, prezentację multimedialną o rozwijaniu talentów oraz mieli okazję porozmawiać z nauczycielami klas II i III. Dzieci mogły w tym czasie pobawić się na sali zabaw lub wziąć udział w zajęciach przygotowanych przez nauczycieli świetlicy szkolnej. 19 marca był Dzień Otwarty w Zespole Szkół nr 1. W Szkole Podstawowej nr 8 odbyło się



Spotkanie w SP nr 4

spotkanie informacyjne, podczas którego rodzice uzyskali odpowiedzi na nurtujące ich pytania. Maluchy zwiedziły szkołę, bawiły się w świetlicy szkolnej. Spotkanie uprzyjemnił występ szkolnego zespołu muzycznego oraz pokaz tańca towarzyskiego.

Łukasz Konstantynowicz ■

Zdjęcie miesiąca

To nie prima aprilis, w tym roku Wielkanoc przypominała Boże Narodzenie.



Prześlij nam swoją fotkę z Legionowa

Legionowo
Moje Legionowo – Miesięcznik z życia miasta
 ISSN 2081-741X
 Wydawca: Urząd Miasta Legionowo
 Adres wydawcy i redakcji: Urząd Miasta Legionowo, ul. Piłsudskiego 41, 05-120 Legionowo,
 tel. 22 784 92 38, e-mail: rzecznik@um.legionowo.pl

Redakcja nie zwraca nie zamówionych tekstów i fotografii oraz zastrzega sobie prawo skracania i redagowania nadesłanych materiałów. Rozpowszechnianie redakcyjnych materiałów publicystycznych bez zgody wydawcy jest zabronione. Redakcja nie ponosi odpowiedzialności za treść zamieszczonych ogłoszeń i reklam.

Moje Legionowo nr 3/2013 r.

AKTUALNOŚCI	
Sonda uliczna.....	4
Kartka z kalendarza.....	4
Kałużyński o Kałużyńskim.....	4
Jeden placi, jadą wszyscy.....	5
MIASTO	
Posprzątaj! – ja w to wchodzę.....	6
Targi szkół.....	7
Komunikacja po zmianach.....	7
TEMAT NUMERU	
Revolucja śmieciowa w Legionowie?.....	8
KULTURA	
Wydarzenia w MOK.....	10
Prawie 50 tysięcy dla Muzeum.....	10
SPORT	
Siódemka walczy dalej.....	11
Co nowego w Bibliotece?.....	11
LEGIONOWO PORUSZA	
Forum.....	12
PORADY	
Wiosenne oczyszczanie organizmu.....	12
KRONIKA POLICYJNA	
Porada eksperta.....	13
PORADY	
Psie odchody – trudny temat.....	14
Jak dbać o siebie w ciąży i potogu.....	14
Czy każdy parabank jest piramidą finansową?.....	15
Paszporty – co nowego?.....	15

Redaktor Naczelny: Główny Specjalista ds. Kontaktów z Mediami
 Redakcja: Anna Szczepiek, Michał Kobrzyński, Michał Świątko, Łukasz Konstantynowicz, Kinga Bąk, Bożenna Czerwińska
 Stałe współpracownicy: Małgorzata Charzyńska-Wróbel, Teresa Panek, Julita Ksionek, Piotr Kawala, Wydździły i Referaty UM Legionowo, MOSiR, MOK,
 Miejska i Powiatowa Biblioteka Publiczna w Legionowie, Muzeum Historyczne w Legionowie.
 Skład i łamanie: Studio DTP Rubin
 Nakład: 6000 egzemplarzy

Drodzy Mieszkańcy,

Możemy odetchnąć z ulgą – wiosna o nas nie zapomniała i narzście możemy cieszyć się cieplejszą aurą. To dobry moment na generalne porządki – i o tym sporo piszemy w tym numerze.



Temat najbardziej rzucający się w oczy po stopnieniu śniegu to oczywiście zanieczyszczone zwierzęcymi odchodami ulice i trawniki. Czy naprawdę chcemy mieszkać w takim brudnym mieście? Wierzę głęboko, że jednak nie, pozwalam więc sobie na mały prywatny apel, nie do właścicieli psów, ale do wszystkich współmieszkańców – nie bądźmy obojętni na ten nieestetyczny i zagrażający zdrowiu problem, poprośmy grzecznie sąsiada, by posprzątał po psieku. Zawstydzimy go? To dobrze, może zreflektuje się i zacznie to robić regularnie.

Jak porządki – to od razu myślimy o śmieciach. Rewolucja w tym temacie czeka całą Polskę już od lipca. My od kilku lat cieszymy się efektami wprowadzonych zmian, byliśmy jednymi z pionierów nowego systemu. Dzięki temu dla nas rewolucji nie będzie. Czeka nas wprawdzie niewielka podwyżka (1,50 zł za osobę), ale zasady odbioru odpadów pozostaną niezmiennione. Przypominamy je w tym wydaniu.

Porządki warto zaplanować także pod kątem zdrowia i dobrego samopoczucia. Nasza dietetyczka proponuje wiosenne oczyszczanie organizmu, ale warto pomyśleć też o porcji zdrowego ruchu. Okazji będzie sporo. 20 kwietnia zacznie działać bezpłatna wypożyczalnia rowerów w Arenie, dzień później odbędzie się otwarcie sezonu rowerowego i pierwszy maraton – Merida Mazovia MTB Marathon. Kolejny – Lotto Poland Bike Marathon – zaplanowany jest na 26 maja. Wiosna to także czas na rozpoczęcie sezonu piknikowego. My rozpoczniemy go 3 maja piknikiem w ratuszu pod hasłem „Ruszamy na majówkę!”. Będzie tam sporo atrakcji dla całych rodzin, a przy okazji można będzie zrobić przegląd techniczny rowerów. Jeśli lubicie zabawy w plenerze, nie może Was tam zabraknąć. Do zobaczenia.

Anna Szczepiek
 po. Redaktora Naczelnego ■

Legionowsko-chorwacki biznes

Ambasador Nadzwyczajny i Pełnomocny Republiki Chorwacji Ivan del Vechio odwiedził 4 kwietnia Legionowo. Spotkanie z władzami miasta oraz przedstawicielami lokalnego biznesu służyło wymianie doświadczeń oraz nawiązaniu biznesowych kontaktów.



Ambasador na spotkaniu z Prezydentem

Chorwacja chce współpracować z Polską, z miastem Legionowo – taka deklaracja padła z ust chorwackiego dyplomaty. Prezydent zachęcił gościa do głębszego poznania Legionowa, wskazując na jego potencjał inwestycyjny, turystyczny i edukacyjny.

Podczas spotkania rozmawiano o problemach polskich gmin, o wykorzystaniu funduszy unijnych, możliwościach, jakie stwarzają oraz zadaniach, jakie stoją jeszcze przed jed-

nostkami samorządu terytorialnego. Oprócz siedziby Urzędu Miasta Legionowo, dyplomata odwiedził również Miejski Ośrodek Sportu i Rekreacji, siedzibę firmy Koperfam oraz Starostwo Powiatowe w Legionowie. Szczególnie zainteresowanie ambasadora wzbudziła Arena Legionowo, ponieważ chciałby wykorzystać doświadczenia Legionowa w budowie tego typu obiektów w swoim kraju.

Łukasz Konstantynowicz ■

Grand Prix dla „Pod Górę”

Legionowska grupa wokalo-instrumentalna „Pod Górę” na dwudziestym Ogólnopolskim Festiwalu Piosenki Harcerskiej „Śpiewograniec” wywalczyła nagrodę Grand Prix. Choć to nie pierwsze trofeum tego zespołu, śmiało można powiedzieć, że w dotychczasowej karierze młodych muzyków jest ono ich największym osiągnięciem.

Legionowscy harcerze w Tarnobrzegu nie mieli łatwego zadania, bowiem konkurowali aż z osiemnastoma zespołami z ca-

łego kraju. Jednak doskonale przygotowanie tej grupy pod okiem Barbary i Michała Jankowskich oraz Krzysztofa Bernarda, przyniosło efekty.

W skład „Pod Górę” wchodzi harcerze z ZHP, oraz członkowie Stowarzyszenia Harcerstwa Katolickiego Zawisza. Nagroda zdobyta podczas tarnobrzegskiego „Śpiewogranca” ma dla nich szczególną wagę, ponieważ festiwal ten organizowany jest corocznie w dniu najważniejszego harcerskiego święta – Dnia Myśli Braterskiej – tj. w rocznicę urodzin założyciela skautingu Roberta Badena-Powell.

Anna Szwarcewska ■

Zaproszenia (kwiecień-maj)

19 kwietnia – Gala PLMMA

Arena Legionowo, godz. 19⁰⁰
 Walka Wieczoru: Żelazowski vs Szuliński o pas federacji
 Bilety: www.mma-legionowo.pl

19 kwietnia – Pieśni hiszpańskie i argentyńskie

sala widowiskowa w ratuszu, godz. 19⁰⁰
 Bilety: 25 zł do nabycia w MOK ul. Norwida 10

19–21 kwietnia Harcerski Festiwal Piosenki „Wiosenne Czarowanie”

pod hasłem „Kocham Bieszczady!”
 program na www.wiosenneczarowanie.info

20 kwietnia – Teatr Nikt Mnie Nie Chce

Premiera spektaklu „Dusiciel z Jęczydołów”
 sala widowiskowa w ratuszu, godz. 19⁰⁰

20 kwietnia – Otwarcie sezonowej wypożyczalni rowerów

Arena Legionowo

20 kwietnia – Grand Prix w tenisie stołowym

Arena Legionowo
 start zawodów 9⁰⁰, zapisy 8³⁰, wpisowe open mężczyzn – 10 zł

21 kwietnia – Merida MTB Maraton – maraton rowerowy

Przy Arenie Legionowo ul. Chrobrego 50 B; godz. 11⁰⁰

21 kwietnia – Grand Prix Amatorów

w piłkę koszykową w godz. 15⁰⁰–18⁰⁰
 w piłkę siatkową w godz. 9⁰⁰–14⁰⁰
 Arena Legionowo
 szczegóły: www.mosir-legionowo.pl

27 kwietnia – Koncert Premierowy płyty „Korporoboty” zespołu Intercity

sala widowiskowa w ratuszu, godz. 18⁰⁰
 Wstęp wolny

28 kwietnia – Maraton Filmowy: Easy Rider, Hair, Znikający punkt

sala widowiskowa w ratuszu, godz. 18⁰⁰
 Wstęp wolny

3 maja – Obchody Święta Konstytucji

Piknik „Ruszamy na majówkę!”
 Kościół Garnizonowy ul. Piłsudskiego 5 Ratusz ul. Piłsudskiego 41

7 maja – spotkanie autorskie z poetą Leszkiem Żulińskim

Biblioteka Główna ul. Broniewskiego 7 godz. 19¹⁵

10–11 maja „Wiosna Bardów”

Bilety – 20 zł, dostępne w MOK Legionowo ul. Norwida 10 ■

Kałużyński o Kałużyńskim

Autorskie spotkanie z Wojciechem Kałużyńskim, autorem wydanej niedawno książki „Pół życia w ciemności. Biografia Zygmunta Kałużyńskiego”, odbyło się 15 marca w MOK-u w ramach Dyskusyjnego Klubu Książki „Ścieżki”.

ciekawej i wyrazistej postaci, wzbudzającej jednocześnie wiele kontrowersji.

Dopełnieniem spotkania była projekcja filmu dokumentalnego o Zymuncie Kałużyńskim „Pół życia w ciemnościach”, wyreżyserowanego przez Jana Sosińskiego, która odbyła się w ramach Klubu Filmowego Powietrza.

Dyskusyjny Klub Książki „Ścieżki” działa w legionowskim MOK-u od czerwca ubiegłego roku,

w ramach ogólnopolskiego programu Instytutu Książki. Tworzy go grupa osób, które spotykają się raz w miesiącu, aby porozmawiać o wybranej wcześniej książce. Uczestnicy mają możliwość nie tylko podzielenia się wrażeniami z przeczytanej lektury,

ale i zapoznania się z nowymi autorami oraz gatunkami literackimi i nowościami wydawniczymi. Klub działa pod patronatem Prezydenta Miasta, natomiast duchowym patronem przedsięwzięcia jest Józef Czapski, wybitny malarz i eseista emigracyjny, który publikował swoje teksty w paryskiej „Kulturze”, w rubryce „Ścieżki”. Więcej informacji o DKK „Ścieżki” na stronie internetowej MOK-u, tam również przekierowanie na stronę FB.

Renata Sowińska
Inicjator, organizator i moderator DKK „Ścieżki” ■



Związany z Legionowem autor biografii, podobnie jak jej bohater, jest krytykiem filmowym. I tak samo jak on, okazał się interesującym gawędziarzem. W sposób plastyczny i barwny, operując mnóstwem anegdot, opowiadał o Zymuncie Kałużyńskim, o swoim do niego stosunku oraz o pisaniu książki, która zebrała bardzo dobre recenzje. Wyjaśniał nie tylko zbieżność nazwisk, ale również dzielił się przypuszczeniami co do motywów postępowania tej

Sonda uliczna

W tym miesiącu, w związku z rozstrzygnięciem przetargu na odbiór odpadów komunalnych od lipca br. oraz uchwaleniem przez Radę Miasta nowych stawek za wywóz odpadów, zapytaliśmy mieszkańców Legionowa czy są zadowoleni z systemu gospodarki odpadami, działającego w naszym mieście od 2009 roku.



Bogdan Rybuczyk
Jestem bardzo zadowolony. Śmieci

wybierane są trzy razy w tygodniu. Zmniejsza się ilość niesegregowanych odpadów w altankach i lasach.



Stanisław Korpala
Tak, ponieważ odbierają każdą ilość śmieci i nie robią problemów.



Monika Jagiełło
Tak, bardzo. W mieszkańcach zmienia się sposób myślenia co do

segregowania odpadów.



Maria Gajek
Jestem bardzo zadowolona, ponieważ na osiedlu na którym

mieszkam pojawiło się więcej kontenerów. Zawsze uważałam, że śmieci powinno się segregować. ■

Kartka z kalendarza

Na początku 1919 r. w koszarach w Jabłonie na bazie oddziału majora Jerzego Trojanowskiego rozpoczęto formowanie trzech batalionów 2. Pułku Piechoty Wojska Polskiego. 12 IV 1919 r. I batalion pod dowództwem kapitana Emila Czapskiego wyruszył z Jabłony na Front Litewsko-Białoruski, gdzie przystąpił do działań przeciwko bolszewikom i po kilku dniach zdobył Lidę. W maju 1919 r. dołączył do niego przybyły z Jabłony II batalion pod dowództwem porucznika Jana Sendorka. Oba bataliony wzięły udział w walkach o linię Berezyny. III batalion dowodzony przez majora Witolda Grzybowskiego skierowano do Małopolski Wschodniej, gdzie walczył pod Rohatynem i Brodami. W okresie formowania w Jabłonie tych i innych oddziałów przez oficerów z dawnych Legionów Piłsudskiego zaczęto używać nazwy Jabłonna Legionowa, którą później przekształcono w Legionowo. ■

Jeden płaci, jada wszyscy

Nadal będziemy mogli korzystać ze wspólnego biletu – to dobra wiadomość dla mieszkańców Legionowa. Nie brak jednak i ciemniejszych stron operacji ZTM w sprawie współpracy z samorządami.

Przypomnijmy, że borykające się z kłopotami finansowymi ZTM (m.in. z powodu zmniejszenia im dotacji z budżetu Warszawy) postanowiło odbić sobie straty na podwarszawskich samorządach, którym zaproponowało podwyżkę opłat za wspólny bilet. W przypadku Legionowa było to prawie 300% zwwyżki. I to w sytuacji, gdy wzrosły dodatkowo ceny biletów. Nic dziwnego, że wywołało to spore oburzenie wśród mieszkańców.

Władze miasta próbowały szukać różnych rozwiązań, m.in. proponując ograniczenie obowiązywania wspólnego biletu, wykluczające stacje Legionowo Przystanek. Ta propozycja została odrzucona przez mieszkańców, którzy składali podpisy pod protestem w tej sprawie, zbierane przez radnych Martę Bogucką, Tadeusza Szulca i Piotra Topczewskiego.

Ostatecznie miasto podpisało porozumienie z ZTM. Koszty i tak wzrosły dwukrotnie,

jednak dzięki wydłużeniu linii S3 do stacji Piaski oraz likwidacji weekendowych kursów S9 udało się zaoszczędzić trochę grosza.

Faktem jest jednak, że ZTM wiedziało, iż większość samorządów podwarszawskich, w tym Legionowo, „musi” finansować wspólny bilet, g d y z

powstaną parkingi, z których korzystać będą mieszkańcy innych gmin, w tym zapewne Serocka, który nie dopłaca grosza do wspólne-



go biletu. Taką sytuację mamy już tuż za naszą Jabłonna zrezygnowała ze wspólnego biletu, pakując ludzi w autobus, by dojeżdżali do Legionowa.

Reasumując – mieszkańcy Legionowa zyskali na wspólnym bilecie, nie musząc kupować dwóch oddzielnych, ale będą na nim tracić. Niektóre gminy (bo nie wszystkie, np. Wieliszew finansuje komunikację kolejową) przeliczają koszty wspólnego biletu na Legionowo. My nie możemy na razie nic zrobić. A ZTM może się zgłosić za rok z kolejną podwyżką, którą będzie musiało zapłacić tylko Legionowo. Trzeba wspólnie zastanowić się nad funkcjonowaniem wspólnego biletu, gdyż obecne rozwiązania są mocno niedoskonałe. To są nasze wspólne pieniądze.

Mirosław Pachulski
Wiceprzewodniczący
Rady Miasta Legionowo ■



jest to w interesie ich mieszkańców. Stąd ten finansowy „szantaż”.

Rzeczywiście, w sytuacji, gdy niedługo powstanie Centrum Komunikacyjne, trudno nie inwestować w komunikację kolejową. Pojawia się jednak pytanie o interes mieszkańców Legionowa. Przy Centrum Komunikacyjnym

Liczby miesiąca

Legionowskie odpady komunalne w liczbach (dane za 2012 rok):

- ilość śmieci zebrana w ramach systemu gospodarki odpadami: **15 200** ton
- łączna ilość legionowskich śmieci: **16 400** ton
- selektywnie zebrane w ramach systemu: **3350** ton, w tym surowce wtórne **1200**, zielone **1500**, wielkogabarytowe **650**
- osiągnięty poziom odzysku surowców wtórnych **22%**.

kwiecień 1919

12

sobota

wymarsz I batalionu na front

Zenona, Saby, Andrzeja, Wiktora i Juliusza



Zapewnienie komfortowej komunikacji z Warszawą jest niezwykle ważne dla władz Legionowa.

Posprzątaj! – ja w to wchodzę

Po raz kolejny Urząd Miasta Legionowo przeprowadza akcję zachęcającą do sprzątnięcia po swoich psach. W tym roku odbywa się pod hasłem: „Posprzątaj! – ja w to wchodzę”. Partnerami akcji są: SMLW, Straż Miejska i Powiatowa Stacja Sanitarno-Epidemiologiczna w Legionowie. Jej celem jest oczyszczenie przestrzeni publicznej z psich nieczystości, budowanie świadomości, jak być odpowiedzialnym właścicielem psa, a także jak uniknąć zagrożenia związanego z samotnie spacerującym czworonogiem.

Akcja „Posprzątaj! – ja w to wchodzę” jest realizowana od kwietnia do września br. Obok materiałów reklamowych (bilbordy) przygotowane zostały tabliczki informacyjno-edukacyjne, wkrótce pojawią się także napisy na chodnikach oraz alejkach w parkach i osiedlach dotyczących sprzątnięcia po psach. Straż Miejska edukuje mieszkańców Legionowa nagradzając za sprzątnięcie psimi gadzetami i karze mandatami, wręczając jednocześnie torebki na psie odchody.

Dwa lata temu zaprosiliśmy wszystkich mieszkańców do udziału w tworzeniu „Kodeksu etycznego właściciela psa”, który nadal obowiązuje.

Bożenna Czerwińska

Opinie:

Ania z osiedla Jagiellońska, mama trójki dzieci

– Gdy sobie przypomnę jak w dzieciństwie z koleżankami rozkładałyśmy koce i bawiłyśmy się na trawie na podwórku jest mi żal, że omija to moje dzieci. Nie ma takiej możliwości, aby maluchy bawiły się na trawie, nadal zdarza mi się wjechać wózkami w psią kupę. Szczytem natomiast jest, gdy pies siusia do piaskownicy, a właściciel nie reaguje!

Okiem weterynarza

Nadeszła wiosna. Na miejskich skwerach pojawiła się nie tylko trawa, ale także psie kupy. Pamiętajmy, to nie tylko wspaniała ozdoba, ale także siedlisko bakterii i groźnych pasożytów, które mogą doprowadzić nawet do śmierci. Są one bardzo niebezpieczne nie tylko dla naszych pupili, ale także dla ludzi, zwłaszcza dla dzieci bawiących się na placach zabaw i podwórkach.

Sprzątajmy więc po naszych zwierzkach. Dzięki temu my i nasze czworonogi będziemy zdrowi.

Zredagował zespół gabinetu weterynaryjnego przy ulicy Jagiellońskiej 8 w Legionowie.

Strażnicy Miejscy w akcji

Z dniem 1 maja 2013 r. zostaje uruchomiony patrol rowerowy Straży Miejskiej, którego zadaniem będzie głównie kontrola spokoju i porządku publicznego, ze szczególnym zwróceniem uwagi na osoby, które nie sprzątnęły po psach wyprowadzanych na spacer. Do akcji „Posprzątaj! – ja w to wchodzę” ruszyły już patrole zmotoryzowane, które będą patrolować szczególnie tereny zielone oraz parki i place zabaw. Przypomina się, że zgodnie z Regulaminem utrzymania czystości i porządku w Gminie Legionowo właściciele lub opiekunowie czworonogów wyprowadzający psy na spacer mają obowiązek trzymać je na smyczy lub – gdy puszczają luzem – założyć im kaganiec oraz, w przypadku psa niezaczipowanego, informację o właścicielu. Niestosowanie się do Regulaminu będzie karane mandatem w wysokości do 500 zł.

Komentarz Powiatowej Stacji Sanitarno-Epidemiologicznej w Legionowie

Akcja „Posprzątaj! – ja w to wchodzę” jest akcją potrzebną i uzasadnioną w aspekcie sanitarno – higienicznym, gdyż pozostawione po ziemi oraz przybývające na bieżąco na skwerach, chodnikach i parkach zwierzęce odchody, w części na pewno są zakażone np. pasożytami. Kał jest przechwalnią dla bardzo wielu groźnych organizmów – a wiosną, podczas przesilenia i osłabienia organizmu po zimie łatwo o „złapanie”

wszelkich chorób, tych odzwierzęcych również. Cychają na nas więc pierwotniaki powodujące toksoplazmozę, szczególnie groźną dla kobiet w ciąży, pałeczki salmonelli, jaja tasiemca, które hodują w swoich zwierzętach lekceważący regularne odrobaczanie, paciorkowce i gronkowce.

Psie kupy mogą również narażać na toksokarozę spowodowaną inwazją pasożytów – nicieni z rodzaju *Toxocara*. Jaja – formy inwazyjne pasożyta w środowisku (w ziemi, piasku) zachowują żywotność przez 10 lat. Są to przyczyny stałego zagrożenia tą chorobą dla ludzi, w postaci:

- otrzewnej, z objawami klinicznymi związanymi z obecnością larw w płucach i wątrobie
- ocznej, z objawami upośledzenia widzenia (do całkowitej utraty wzroku)
- utajnionej, gdy podczas badania krwi stwierdza się podwyższone miano przeciwciał.

Wszystkie grupy wiekowe mogą ulec zarażeniu, jednak najgroźniejsze ze względu na konsekwencje jest ono dla dzieci. Nie powinniśmy narażać na zachorowanie dzieci, które świat poznają poprzez dotyk, a nie mają jeszcze wyrobionego nawyku mycia rąk.

Państwowy Powiatowy Inspektor Sanitarny w Legionowie
Maria Kloc ■

POSPRZĄTAJ!



Zgodnie z **REGULAMINEM UTRZYMANIA CZYSTOŚCI I PORZĄDKU NA TERENIE LEGIONOWA** właściciele psów mają obowiązek sprzątnięcia odchodów pozostawionych przez psy w obiektach i na terenach przeznaczonych do użytku publicznego

ZA NIESTOSOWANIE SIĘ DO REGULAMINU GROZI MANDAT KARNY W WYSOKOŚCI DO:

500 zł

Targi szkół

Arena Legionowo, 19 marca 2013 r.



Komunikacja po zmianach

Mieszkańcy podwarszawskich gmin zapewne przywykli już do częstych zmian rozkładów jazdy, szczególnie tych dotyczących komunikacji kolejowej. Od kwietnia w Legionowie zmieni się jeszcze więcej. Po drastycznych podwyżkach dofinansowania tzw. „wspólnego biletu”, konieczne okazały się zmiany w weekendowym rozkładzie jazdy pociągów.

Zasięg „wspólnego biletu” w Legionowie nadal obejmie stacje kolejowe PKP Legionowo oraz Legionowo Przystanek. Jednak w związku z podwyżką dofinansowania z 800 tys zł w 2011 roku do 2,2 mln w 2013 r., od maja zlikwidowane zostaną weekendowe i świąteczne kursy linii S9. Aby częściowo zrekompenzować zmiany pa-

sażerem z Piasków i III Parceli, linia SKM S3 została wydłużona do stacji Legionowo Piaski.

To jednak nie wszystkie zmiany – 14 kwietnia ZTM wprowadził nowy rozkład, który będzie obowiązywał na wszystkich liniach do 8 czerwca. Do 30 kwietnia w dni robocze nie będzie kursował pociąg S9, odjeżdżający po godz. 7⁰⁰ z Legionowa Piasków. Popołudniowy pociąg linii S3 zostanie wydłużony do Piasków od 6 maja. Ze względu na kilkuminutowe przesunięcia godzin odjazdów pociągów S9, poranny pociąg S3 (po godz. 7⁰⁰) będzie odjeżdżał z Legionowa dlatego, że kilka minut przed nim będzie jechał pociąg S9 z Wieliszewa. Dzięki temu pasażerowie z Piasków jadący w kierunku Dworca Centralnego, Służewca lub Lotniska, będą mogli dojechać pociągiem S9 do Legionowa, gdzie przesiądą się do S3 – informuje ZTM.

W 2013 r. Legionowo łącznie na komunikację ze stolicą wyda prawie 6 mln zł. Jest to jedna z najwyższych kwot, jakie na komunikację przeznaczają podwarszawskie gminy. Co i rusz w Legionowie pojawiają się głosy o konieczności włączenia miasta do I strefy biletowej, gdzie cena biletów dla mieszkańców jest znacznie niższa. Należy jednak pamiętać, że dofinansowanie do I strefy jest dwukrotnie większe niż obecnie, a pieniądze te musiałyby pochodzić z budżetu miasta, do którego wpływają podatki wszystkich, także niekorzystających z usług ZTM, mieszkańców. Poza tym Legionowo nie graniczy bezpośrednio z Warszawą, dlatego wprowadzenie I strefy musiałoby być poprzedzone taką samą decyzją gminy Jabłonna, co wydaje się mało prawdopodobne – po podniesieniu opłat za „wspólny bilet”, na jego utrzymanie nie zdecydowała się gmina Jabłonna, wybierając znacznie tańszy dowóz mieszkańców Chotomowa do stacji Legionowo Przystanek.

Tamara Mytkowska ■



Rewolucja śmieciowa w Legionowie?

Od kilku miesięcy polskie media żyją wielką rewolucją śmieciową, która już w lipcu wejdzie w życie w całym kraju. Gminy pospiesznie zmieniają lokalne prawo, organizują przetargi, wyliczają ceny odbioru odpadów. Jak to ma się do Legionowa, miasta które było prekursorem systemu gospodarki odpadami? Gmina już w 2009 roku zdecydowała się przejąć obowiązek od mieszkańców, którzy w referendum opowiedzieli się za tym rozwiązaniem. Co zmieni się od lipca? Ile będziemy płacić za odbiór śmieci?

1 stycznia 2012 r. weszła w życie ustawa z 1 lipca 2011 roku o zmianie ustawy o utrzymaniu czystości i porządku w gminach oraz niektórych innych ustaw. Od tego dnia każda gmina miała 18 miesięcy na wprowadzenie nowego systemu gospodarki odpadami komunalnymi. W ramach systemu wszystkie śmieci komunalne odbierane są za jedną stawkę – liczoną od osoby, od metrażu zajmowanego lokalu lub ilości zużywanej wody. Opłata będzie zawierała koszty zbierania, odbioru, transportu, odzysku i unieszkodliwiania. Ustawodawca przewidział zniżki dla osób segregujących odpady. Najważniejszą korzyścią jest jednak brak konieczności zawierania samodzielnie umów z firmą zajmującą się wywozem odpadów. To gmina w drodze przetargu wybierze przedsiębiorcę, który na jej terenie zajmie się wywozem odpadów. 1 lipca 2013 r. nowy system zacznie funkcjonować – uchwały rad gmin wejdą w życie, gminy zaczną pobierać opłaty od właścicieli nieruchomości i w zamian zapewnią świadczenie usług w zakresie odbierania odpadów komunalnych. Do tego czasu muszą zostać rozstrzygnięte przetargi na odbieranie odpadów od właścicieli nieruchomości i muszą być podpisane umowy między gminą a przedsiębiorcami.

Jak to robi Legionowo?

Legionowo, jako jedna z pierwszych gmin w Polsce, przejęło od mieszkańców obowiązki związane z pozbywaniem się odpadów z ich gospodarstw domowych. Legionowianie opowiedzieli się za takim rozwiązaniem w „referendum śmieciowym” w 2006 roku. System Gospodarki Odpadami ruszył 1 lipca 2009 roku. „W ramach zryczałtowanej opłaty gmina zdjęła z mieszkańców obowiązek zawierania indywidualnych umów z przedsiębiorcami zajmującymi się wywozem odpadów – system objął wszystkich mieszkańców i dotyczy odbierania wszystkich zmieszanych odpadów komunalnych powstających w gospodarstwach domowych, makulatury i tekstyliów, tworzyw sztucznych, metali, szkła, opakowań wielomateriałowych, odpadów wielkogabarytowych, zużytego sprzętu elektrycznego i elektronicznego oraz odpadów ulegających

Wykaz pojemników do selektywnej zbiórki odpadów

- os. Batory, Jagiellońska 4 bl. 9
- os. przy ul. B. Roi
- Stadion Miejski, ul. Parkowa
- Osiedle Jagiellońska 4. ul. Jagiellońska 15
- ul. Jagiellońska 21 bl. 26
- ul. Kazimierza Wielkiego 31 bl. 21
- ul. Kazimierza Wielkiego (przy szkole)
- pętla autobusowa przy ul. Sowińskiego
- ul. Sowińskiego (z tyłu dawnego „Anatu”)
- ul. Krasieńskiego 75 bl. 36
- al. 3 Maja (przy aptece)
- ul. Królowej Jadwigi przy bl. 25
- ul. Sowińskiego (z tyłu dawnego „Anatu”)
- przy Złobku Miejskim
- ul. Stowackiego róg ul. Mrugacza
- ul. Norwida 11 bl. 47
- ul. Marysieńki 3 bl. 17
- Osiedle Sobieskiego 18. ul. Husarska 9 bl. 107
- ul. Husarska 29 bl. 117
- ul. Hetmańska 5 bl. 310
- ul. Wilanowska 5 bl. 502
- ul. Leśna 10 bl. 408
- ul. Rycerska 1
- Osiedle Piaski 24. al. Sybiraków róg ul. Zegrzyńskiej
- przy bl. 35
- przy Zespole Szkół
- przy bl. 67
- przy bl. 23
- przy bl. 75
- ul. Piaskowa 5
- ul. Piaskowa (osiedle policyjne)

Osiedle Młodych

- ul. Suwalna H bl. 2
- ul. Suwalna D bl. 6
- pętla autobusowa

Nowe zestawy (2010 r.)

- plac Kościuszki
- ul. Świńskiego 9 bl. 46 (os. Sobieskiego)
- ul. Mickiewicza 35 bl. 9 (os. Jagiellońska)
- ul. Norwida róg ul. Wysockiego (os. Jagiellońska)

biodegradacji” – mówi Robert Wiczorek, Kierownik Referatu Ochrony Środowiska.

Od początku jako zasadę przyjęto selektywną zbiórkę odpadów. Dla zabudowy jednorodzinnej obowiązuje system workowy, gdzie obok odpadów zmieszanych zbierane są trzy rodzaje odpadów selekcyjnych (niebieskie worki na makulaturę i tekstylia, żółte na tworzywa sztuczne, metale, szkło i opakowania wielomateriałowe oraz zielone na odpady ulegające biodegradacji), w przypadku zabudowy wielorodzinnej obowiązuje system pojemnikowy, polegający na odbiorze odpadów poprzez dotychczas funkcjonujące duże pojemniki zbiorcze, w tym te do zbiórki selektywnej.

Ile to kosztuje?

Miasto, aby zachęcić mieszkańców do selektywnego zbierania odpadów, wprowadziło dwie stawki opłat – za odbiór śmieci selekcyjnych 8,50 zł miesięcznie za każdą osobę zamieszkałą daną nieruchomością, a w przypadku, gdy właściciel odmawia prowadzenia selektywnej zbiórki musi zapłacić 15 zł. Opła-



Radomiu (13,50 zł), Pruszkowie (12,50 zł), Grodzisku Maz. (12 zł), Pułtusk (11 zł), Nowym Dworze Maz. (10 zł)”. Kwota opłat jakie będą ponosić mieszkańcy planowo miała być wyższa, jednakże miasto zadeklarowało poniesienie dopłaty

w wysokości 50 gr od mieszkańca w stosunku do ceny przetargu oraz ok. 30 gr od osoby z dodatkowych kosztów jakie nałożyła na samorządową nową „ustawę śmieciową”.

Nowy odbiorca, stare zasady

1 lipca zmieni się także odbiorca legionowskich odpadów. Po Remondisie i warszawskim MPO, tym razem przetarg wygrała firma MPK Sp. z o.o. z Ostrołki, która zaproponowała najniższą cenę – 524 208,00 zł miesięcznie. Wybór najtańszej oferty narzuca ustawa o zamówieniach publicznych. Legionowo w warunkach przetargowych szczegółowo określiło wymogi jakie muszą spełnić oferenci, co spowodowało, że oferty mogły złożyć tylko firmy mające odpowiednią wiedzę i doświadczenie przy wykonywaniu tego usług. Oferenci musieli zapewnić osiągnięcie odpowiednich poziomów recyklingu, przygotowania do ponownego użycia i odzysku innymi metodami oraz ograniczenie masy odpadów komunalnych ulegających biodegradacji przekazywanych do składowania, zgodnie z obowiązującymi w tym zakresie przepisami. Umowa z przedsiębiorstwem MPK z Ostrołki będzie obowiązywać przez 2 lata.

Nieziemne pozostają zasady na jakich są odbierane śmieci. System dotyczy wywozu wszystkich odpadów komunalnych, powstających w gospodarstwach domowych, przedsiębiorcy nadal będą musieli zawierać indywidualne umowy. W zabudowie jednorodzinnej odpady zmieszane gromadzone są w pojemnikach należących do wykonawcy i odbierane 1 raz na 2 tygodnie, surowce wtórne gromadzone są w workach i odbierane raz na 4 tygodnie, odpady zielone raz na 8 tygodni. Dwa razy do roku odbierane są odpady wielkogabarytowe, duży zużyty sprzęt elek-

tryczny i elektroniczny i tegoroczna nowość: zużyte opony. Na osiedlach wielorodzinnych mieszkańcy korzystają z altanek śmietnikowych lub zyspów. Do selektywnej zbiórki służą zestawy pojemników (będzie ich więcej niż dotychczas), ustawione przy altankach śmietnikowych, także przy nich przygotowano boksy na odpady wielkogabarytowe i sprzęt elektroniczny. Uzupelnieniem systemu jest zbiórka przeterminowanych i zbędnych leków w 16 aptekach (rocznie zbieramy 2 Mg leków), w szkołach i przedszkolach oraz instytucjach stoją pojemniki na zużyte baterie (3 Mg rocznie), w instytucjach na terenie miasta znajdują się pojemniki na mały sprzęt elektryczny i elektroniczny. Planowane jest utworzenie punktu zbiórki odpadów budowlanych dla mieszkańców (a nie przedsiębiorców) z jednoczesną wzmoczoną kontrolą placów budowy i remontów, aby przypomnieć inwestorom, że muszą mieć zawarte oddzielne umowy na wywóz tego rodzaju opadów.

Co na to mieszkańcy?

Od początku większość mieszkańców pozytywnie zareagowała na wprowadzenie systemu. Wcześniej koszt wywozu śmieci z jednej nieruchomości wynosił 40–50 zł miesięcznie, liczba odpadów była ściśle określona, cena nie obejmowała gabarytów, odpadów zielonych, sprzętu elektronicznego. Protesty niewielkiej liczby mieszkańców spowodowane były tym, że przed wprowadzeniem systemu nie ponosili oni żadnych opłat z tego tytułu, spalając swoje odpady w piecach lub pozbywając się ich w inny sposób. Kontrole były niewystarczające, część zawieranych umów dotyczyła nieprawdopodobnie małych ilości odpadów.

Po czterech latach od wprowadzenia systemu można powiedzieć, że spełnia on swoją rolę – zauważalnie spadła liczba podrzucanych w altanach śmietnikowych odpadów, powietrze i lasy też są czystsze, za to ilość odpadów odbieranych od mieszkańców wzrosła o 20%. Także po ilości wywożonych odpadów segregowanych (z 7% do ponad 22%) widać, że legionowskie rodziny przekonały się do stylu eko. W roku 2008, przed wprowadzeniem systemu, zebrano na terenie gminy 13,9 tysięcy ton odpadów komunalnych, w 2012 r. było ich już 16,4 tysięcy tony, w tym samym czasie zbiórka surowców wtórnych wzrosła z 580 ton do 1200, a odpadów biodegradalnych ze 180 ton do aż 1500 w 2012 r.

Tamara Mytkowska

Komentarze:

– Wraz z wprowadzeniem systemu gospodarki odpadami w mieście Legionowo nastąpiły liczne korzystne zmiany. Radykalnie spadła ilość ujawnianych przypadków spalania śmie-

ci zarówno na działkach, jak i w przydomowych kotłowniach. Spadła ilość przypadków wyrzucania śmieci do okolicznych lasków – oceniamy, że jest to spadek o około 80%. Znacznie uległ poprawie porządek w mieście. Niestety, ze względu na to, że ościenne gminy nie mają jeszcze takiego systemu gospodarki odpadami jak Legionowo, to zaobserwowano częstsze przypadki podrzucania śmieci na teren Legionowa z terenów sąsiednich gmin.

Komendant Straży Miejskiej
Ryszard Gawkowski

– Nasza wspólnota mieszkaniowa powstała w 2009 roku, w okresie kiedy w Legionowie zaczął funkcjonować nowy system gospodarowania odpadami. Nie odczuliśmy więc nieudolności starego systemu. Pamiętam jednak dobrze, jakie problemy generował stary system gospodarki odpadami.

Dzięki rewolucji śmieciowej w Legionowie skończyło się podrzucanie śmieci do wspólnotowych śmietników oraz do małych śmietników przy ulicach. Okoliczne lasy też jakby przejaśniały, podczas spacerów coraz rzadziej można natknąć się na nielegalne wysypiska. Z niecierpliwością czekam na wprowadzenie nowego systemu także w tych gminach ościennych ponieważ ich mieszkańcy jeszcze odczuwają pokusy i próbują zaoszczędzić wyrzucając śmieci do lasów, z których korzystają także mieszkańcy Legionowa.

Adam Rozbicki

Członek Zarządu Wspólnoty Mieszkaniowej

– System odbioru odpadów komunalnych od mieszkańców przez gminę funkcjonuje w Legionowie od prawie czterech lat. W tym czasie dało się zauważyć zmiany w czystości terenów miejskich. Zmalała ilość odpadów gospodarczych podrzucanych do lasów i na wolne działki. Paradoksalnie jednak ilość odpadów zbieranych z terenów miejskich ciągle wzrasta. Pojawiły się nowe zjawiska. Odpady segregowane wynoszone są do lasu przez „zbieraczy” i po wyjęciu z worków części nadającej się do sprzedaży w skupie pozostałości są porzucane. W okresie zbiorów gabarytów wynoszone są w pasy drogowe odpady nie odbierane dotychczas w naszym systemie, takie jak odpady budowlane i niebezpieczne. Zauważalne jest także wystawianie gabarytów i odpadów zielonych poza okresami wyznaczonymi do ich odbioru. Apelujemy do mieszkańców o należyte korzystanie z systemu. Odbiór odpadów od mieszkańców i sprzątanie terenów miejskich mają różne źródła finansowania i mimo, że oba systemy organizuje gmina, to są wykonywane przez różne firmy.

Aleksander Rogala
Naczelnik Wydziału Gospodarki
Komunalnej



19 kwietnia, godz. 19.00 Pieśni hiszpańskie i argentyńskie

Magdalena Idzik - mezzosopran
Robert Morawski - fortepian
koncert prowadzi Andrzej Krusiewicz

bilety - 25 zł - dostępne w MOK Legionowo

W programie znajdują się utwory trzech kompozytorów.

Carlos Guastavino, jeden z najwybitniejszych twórców XX wieku. Jego kompozycje - w większości utwory na głos i fortepian - znajdowały się pod wyraźnym wpływem argentyńskiej muzyki folkowej.

Manuel de Falla, jeden z najwybitniejszych kompozytorów hiszpańskich. Przedstawiciel kierunku narodowego, impresjonizmu i neoklasycyzmu. Największej sławy przysporzyły mu dzieła łączące impresjonistyczną wrażliwość z iberyjską żywotnością.

Ferrau Obradors Jaumanmdreu, hiszpański kompozytor, dyrygent i wykładowca. Inspirację czerpał z klasycznej hiszpańskiej poezji. Największy rozgłos przyniósł mu cykl pieśni Canciones clásicas españolas.

Magdalena Idzik - mezzosopran.

Solistka Teatru Wielkiego - Opery Narodowej w Warszawie. Absolwentka Akademii Muzycznej im. F. Chopina - w klasie śpiewu solowego prof. Małgorzaty Marczewskiej. Studia kontynuowała w Mediolanie i w Londynie. Ze swoim bogatym repertuarem z powodzeniem koncertuje na estradach filharmonicznych w kraju i za granicą.



Halina Frąckowiak zaśpiewała w Legionowie

Halina Frąckowiak to jedna z najbardziej rozpoznawalnych polskich wokalistek. Na scenie muzycznej jest obecna od ponad czterdziestu lat. Artystka wystąpiła przed legionowską publicznością 9 marca w sali widowiskowej ratusza miejskiego. Podczas koncertu artystka wykonała swoje największe przeboje wzbogacając je anegdotami opisującymi okoliczności ich powstania. Koncertowi towarzyszyła prezentacja multimedialna archiwalnych fotografii piosenkarki.

Siódemka walczy dalej

Po zmianie trenera, „Lalki” zarówno na legionowskim parkiecie, jak i na meczach wyjazdowych pokazują grę, do jakiej przyzwyczały swoich wiernych kibiców. To dzięki zaciętej i konsekwentnej grze legionowianek, po siedmiu latach w ekstraklasie, do niższej klasy rozgrywek spadła drużyna z Białegostoku. Z nową trenerką „Siódemki Legionovia”, **Jolantą Stuzienną**, rozmawia Michał Kobrzyński.

– **Objęcie obowiązków I trenera beniaminka Orlen Ligi tuż przed decydującymi meczami fazy play-out to z pewnością duże wyzwanie i odpowiedzialność. Zwłaszcza, że w Legionowie chyba nikt nie przyjmuje do wiadomości możliwości porażki.**

– Siódemka Legionovia to klub z ogromnymi ambicjami, trudno sprostać oczekiwaniom działaczy i środowiska siatkarskiego w Legionowie. Nasz zespół, czyli zawodniczki i sztab trenerski, stara się, aby cel który został przed nami postawiony na początku rozgrywek został osiągnięty. Jakie będą rezultaty tych starań przekonamy się dopiero na początku maja. To jest sport i nie da się matematycznie wyliczyć wyniku. Mam nadzieję że na te najważniejsze mecze w Legionowie przyjdą całe tłumy kibiców i będą naszą siódmą zawodniczką na parkiecie i czternastą w zespole. Do tej pory zawsze



mogliśmy liczyć na fajny doping i zapraszamy wszystkich ludzi, którzy mają ochotę nam pomóc w osiągnięciu celu o przybycie do Areny Legionowo w dniach 27–28 kwietnia na nasze mecze.

– **Pierwszy krok zrobiony. Zespół AZS Białystok żegna się z ORLEN Ligą. Który zespół z pary Aleksandrów Łódzki – Police ze sportowego punktu widzenia będzie dla Siódemki Legionowo wygodniejszym rywalem?**

– Nie wiem jeszcze, bo za mało meczów tych dwóch drużyn widziałam. Na pewno poziom w I lidze w tym roku jest naprawdę wysoki i musimy się spodziewać twardej walki do końca rozgrywek.

– **Jak z perspektywy dwóch miesięcy układa się współpraca na linii trener – zawodniczki? Z większością z nich zna się Pani jeszcze z boiska.**

– Moje dziewczyny to doświadczone siatkarki. Mają umiejętności, podejście do treningów i meczów tak profesjonalne, że jestem praktycznie od tego, żeby wystawić skład na mecz i ewentualnie z boku podpowiedzieć im jakieś rozwiązania, których nie widać z boiska. Myślę, że taka współpraca się sprawdzi.

– **Założmy że postawiony cel zostanie osiągnięty i Orlen Liga pozostanie w Legionowie na przyszły sezon. Czy Jola Stuzienna pozostanie w zespole jako I trener?**

– To bardziej pytanie do wóldarza klubu niż do mnie. Na pewno fajnie jest uczestniczyć w takim projekcie, jaki powstał w Legionowie. Byłam zawodnikiem, uwielbiam siatkówkę i nie ukrywam, że chciałabym pracować w tym sporcie. Czy to jest już mój czas na takie wyzwania? Czy moje doświadczenie zawodnicze jest w stanie udźwignąć pracę trenerską? Nie wiem.

– **Dziękuję serdecznie za rozmowę i życząc powodzenia w decydujących meczach.**

Prawie 50 tysięcy dla Muzeum

W tym roku Muzeum Historyczne w Legionowie na swoją działalność pozyskało ze środków zewnętrznych już 45 tys. zł. Ministerstwo Kultury i Dziedzictwa Narodowego przyznało dotację 20 tys. zł z programu Wspieranie działań muzealnych na realizację zadania Sztuka konserwacji – kultura przeworska w Legionowie. Efektem prac będzie wykonanie konserwacji ponad 200 zabytków żelaznych i brązowych pochodzących z cmentarza kultury przeworskiej w Legionowie e CSP. Było ono badane przez pracowników Muzeum od września 2008 r. Wyniki konserwacji będą zaprezentowane na specjalnej wystawie pod koniec 2013 r.

Jednocześnie w ramach ministerialnego programu Patriotyzm Jutra Muzeum Historii Polski przyznało legionowskiemu Muzeum dotację w wysokości 15 tys. zł na zrealizowanie projektu Przemysł Legionowa jako czynnik miastotwórczy w okresie międzywojennym. W jego ramach powstanie wystawa czasowa prezentująca archiwalne zdjęcia związane z najważniejszymi zakładami przemysłowymi Legionowa: z hutą szkła, zakładami przemysłowymi „Podkowa”, Wytwórniami Balonów i Spadochronów, z fabryką guzików „Eternus” oraz z zakładami rzemieślniczymi, usługowymi i handlowymi. Poza tym zostanie zorganizowana wystawa internetowa oraz opracowane zostaną zeszyty edukacyjne dla dzieci i młodzieży. Młodzież z Legionowa weźmie udział w lekcjach muzealnych oraz w warsztatach fotograficznych. Projekt Muzeum Historycznego w Legionowie został wyłoniony w drodze konkursu, do którego złożono ponad 900 wniosków (dotacje otrzymało jedynie 136 projektów).

Ponadto Starostwo Powiatowe w Legionowie przyznało dotację w kwocie 10 tys. zł na projekt inwentaryzacji, dokumentacji oraz weryfikacji miejsc i obiektów historycznych na terenie powiatu na potrzeby przedsięwzięcia Turystyczny Szlak Patriotyczny „Polski Walczącej”.

Muzealny Dział Edukacji i Projektów wystąpił z kolejnymi projektami o dofinansowanie działalności, m.in. z programem upowszechniania nauki i z wnioskiem o dofinansowanie wykopalisk archeologicznych. Trzymajcie Państwo kciuki.

Jacek Szczepański

Dyrektor Muzeum Historycznego w Legionowie ■



Siedziba Muzeum Historycznego przy ul. Mickiewicza 23

Książki bliżej czytelnika, czyli nowy system w legionowskiej Bibliotece

W legionowskiej Bibliotece ruszył nowy system, umożliwiający zdalne zarządzanie swoim kontem czytelnika.

Od 2 kwietnia Wypożyczalnia, Czytelnia i Czytelnia Internetowa pracują w nowym systemie MAK+, który jest zintegrowanym elektronicznym systemem bibliotecznym rozwijanym przez Instytut Książki. Nowy system w szerokim zakresie ułatwia pracę bibliotekarzy np. przyspiesza proces katalogowania wpływających do Biblioteki zbiorów czy obsługę użytkowników. Osoby zapisane do Biblioteki w nowym systemie, otrzymują kartę biblioteczną, za pomocą której, dzięki aplikacji czytelnika, można kontrolować stan swojego konta bibliotecznego, sprawdzić termin zwrotu wypożyczonych tytułów, zamówić lub zarezerwować wybrane pozycje ze zbiorów Wypożyczalni.

Spotkanie z wróżką-pisarką

W ramach Rodzinnych Sobót w Bibliotece, cyklu imprez dla dzieci wraz z opiekunami, organizowanych przez legionowską Bibliotekę, 16 marca odbyło się spotkanie autorskie z Wiolettą Piasecką.

Pisarka z Elbląga, absolwentka filologii polskiej ze specjalizacją z literatury dla dzieci i młodzieży jest autorką ponad pięćdziesięciu bajek, dwóch biografii oraz czterech sztuk teatralnych. Na okładkach swoich książek, jak i podczas spotkań z małymi czytelnikami, występuje w stroju wróżki, czym wzbudza wielkie zainteresowanie i zachwyt dzieci.

W legionowskiej Bibliotece opowiadała swojej twórczości, prezentowała najnowsze książki, zachęcała dzieci do czytania, prowadziła zabawy z zagadkami literackimi. Zwiedzała z dziećmi Bibliotekę i bawiła się z nimi w Kąciku Malucha. Spotkanie zakończyła ulubiona przez dzieci zabawa z chustą Klanzy.

Danuta Masiak, Dyrektor Miejskiej i Powiatowej Biblioteki Publicznej w Legionowie



Biblioteka Główna przy ul. Broniewskiego 7 zaprasza:

- 26 kwietnia, godz. 19¹⁵ finał X edycji Legionowskiego Konkursu Literackiego o zasięgu ogólnopolskim
- 7 maja, godz. 19¹⁵ spotkanie autorskie z poetą Leszkiem Zulińskim
- 15 maja, godz. 19¹⁵ finał konkursu plastycznego o zasięgu powiatowym oraz otwarcie wystawy „Lokomotywa” organizowanych w ramach Roku Juliana Tuwima
- 16 maja, godz. 19⁰⁰ w sali widowiskowej w Ratuszu spotkanie autorskie z Mariolą Przywan, autorką książek biograficznych, w tym biografii Anny German ■

Legionowo. Porusza!

– forum mieszkańców

Ponieważ hasło marki Legionowa brzmi Legionowo. Porusza!, chcielibyśmy usłyszeć o tym, co Państwa poruszało. Zarówno pozytywnie, jak i negatywnie. Zachęcamy do przesyłania listów na adres rzecznik@um.legionowo.pl. Na wszystkie pytania postaramy się odpowiedzieć, najciekawsze listy opublikujemy na łamach „Mojego Legionowa”. W tym numerze korzystamy z licznej korespondencji kierowanej do Prezydenta Miasta Legionowo.

Witam, Panie Prezydencie czy jest możliwość wykonania ścieżki (chodnika) łączącej osiedle Piaski ze szkołą nr 4? Jest to ścieżka znajdująca się przy torach kolejowych. Od strony ul. Jana Pawła I jest chodnik z czerwonej kostki, ale kończy się na równi płata szkolnego a dalej do samego przejścia na przystanek SKM-ki w tym miejscu jest błoto, dzikie krzaki i sterty pustych butelek (Moim zdaniem nie powinna tak wyglądać Bezpieczna Droga do Szkoły żadnego dziecka). Od przystanku w stronę os. Piaski jest już ładny chodnik, czy nie można by połączyć tych dwóch chodników w jeden? Moja propozycja

cja jest następująca: w mieście układa się kostkę brukową a zdejmując płyty chodnikowe, można by je wykorzystać na chodnik, lub płyty betonowe takie jak często stosuje się do utwardzenia nawierzchni na budowach, może też być to ścieżka z drobnych kamyczków. Jednym słowem chodzi o to aby tam nie było tego błota. Brak jest też lampy oświetlającej to miejsce, wystarczyłoby by podłączenie do jednego ze słupów linii napięcia. Prosiła bym o rozpatrzenie mojej propozycji.

(Aga)

Uważam Pani prośbę za uzasadnioną – ułatwi życie mieszkańcom tego rejonu, w szczególności uczniom Szkoły. Ze względu na to, że teren pomiędzy chodnikiem od ul. Jana Pawła I do istniejącego przejścia przez tory należy do PKP, wystąpimy do PKP z propozycją uwzględnienia w planowanym remoncie peronu Legionowo Piaski budowy wnioskowanego chodnika.

Witam może zajął by się w końcu ktoś starymi „przystankami” po komunikacji lokalnej (stare mikrobusy jeżdżące po Legionowie kilkanaście lat temu) a przystanki po nich można spotkać do dziś m. in. przystanek przy PKP Legionowo na którym zatrzymuje się 736 a obok stary podrzewiały „przystanek” mikrobusów, może miasto usunęło by stare niepotrzebne znaki a druga sprawa jaki jest sens podziału linii L-9 na dwie linie?

(Jarek)



Panie Jarku, znaki drogowe D-15 przystanek autobusowy są wymieniane na nowe sukcesywnie. W br. zostanie dokończona ich wymiana. Odnosząc się do podziału linii L-9, prosimy zwrócić się o wyjaśnienia do Urzędu Gminy Wieliszew lub Zarządu Transportu Miejskiego, gdyż to Wieliszew zarządza i finansuje linię.

Panie Prezydencie. Byłam na dniu otwartym w SP 4, i dowiedziałam się, że nie ma szans, aby zerówki szkolne pracowały na jedną zmianę, lecz zajęcia w nowym roku szkolnym mogą się kończyć nawet o godzinie 18. Co z Pana obietnicami o jednozmianowym systemie pracy 6-latków w szkołach? Wyobraża sobie Pan 6-latkę uczącą się do godziny 17, czy 18??? Znowu Pana słowa to tylko puste deklaracje!!!

(Teresa)

Pani Tereso, zgodnie z zapowiedziami oddziały zerowe zostaną zorganizowane na jedną zmianę. ■

Porada dietetyka

Wiosenne oczyszczanie organizmu



Każdy z nas, w mniejszym lub większym stopniu, kumuluje w organizmie toksyny, które niestety powodują wiele chorób. Nieprawidłowy sposób odżywiania, kofeina, alkohol, nikotyna, leki, nadmierny stres oraz zanieczyszczone środowisko oraz wiele innych czynników wpływają niekorzystnie na nasz organizm.

W procesie oczyszczania należy pamiętać, by:

- żywność, którą spożywamy składała się z naturalnych produktów
- żywnościowych i przechowywana była w naturalnych biologicznych opakowaniach
- spożywać produkty miejscowego pochodzenia i zgodnie z porami roku, w jakich występują
- dieta była zróżnicowana i zbilansowana, poprzez uwzględnienie w niej każdej grupy produktów

żywnościowych tj.: produktów zbożowych (naturalne pieczywo pełnoziarniste, kasze, ryż, makaron, ziemniaki, płatki zbożowe), mlecznych bez sztucznych wśadów owocowych, warzyw i owoców (soki warzywne i owocowe własnego wyrobu, dzięki temu unikamy dodatkowego cukru i konserwantów), roślin strączkowych, mięs i przetworów mięsnych (najlepiej własnego wyrobu), ryb oraz tłuszczów roślinnych

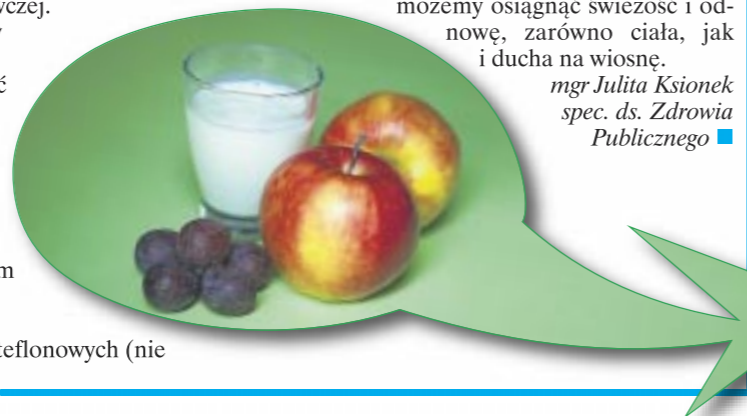
- sposób żywienia był dostosowany do indywidualnych potrzeb, uwzględniając upodobania żywieniowe, tryb życia oraz stan zdrowia
- sposób przygotowania potraw był jak najmniej przetworzony, co pozwoli na uzyskanie posiłku o jak największej wartości odżywczej. Zaleca się, aby potrawy przygotowywać poprzez gotowanie w wodzie oraz na parze, duszenie polegające na beztłuszczowym obsmażaniu półproduktów na patelniach teflonowych (nie

uszkodzonych) z dodatkiem niewielkiej ilości wody i pod przykryciem. Dozwolone jest również pieczenie w folii, na ruszcie lub rożnie, jednak w przypadku przygotowywanego w ten sposób mięsa, po upieczeniu należy wyłożyć je na pergamin lub papierowy ręcznik, w celu odsączenia zbędnego tłuszczu

- rzucić palenie, ponieważ dym tytoniowy jest rakotwórczy, a palacz ma zwiększone zapotrzebowanie na witaminę C; Alkohol natomiast nie jest wrogiem zdrowia, jednak należy z niego korzystać z rozsądkiem.

W drodze refleksji nad sobą, wsłuchując się w potrzeby własnego organizmu i kierując się modelem zdrowego stylu odżywiania możemy osiągnąć świeżość i odnowę, zarówno ciała, jak i ducha na wiosnę.

mgr Julita Ksionek
spec. ds. Zdrowia
Publicznego ■



Porada eksperta

Kradzieże kieszonkowe



Zbliżająca się wiosna to okazja do zakupów i wyjazdów. Przebywanie w zatłoczonych miejscach: centrach handlowych, targowiskach i środkach lokomocji zwiększa ryzyko stania się ofiarą złodzieja. Kieszonkowcy pracują zazwyczaj w grupie, często w duecie – kradzieży dokonuje jeden ze złodziei, pozostali odwracają uwagę, ubezpieczają, przechwytyją łup, stwarzają zamieszanie i tłok. Wykorzystują ścisk w przejściach, kolejkach, na korytarzach, a także tzw. gorączkę podrózną, zajmowanie miejsc, rozmieszczanie. Aranżują wtedy przypadkowe potrącenie lub otarcie się w wyniku potknięcia. Miejscem ich „pracy” są kolejki, imprezy sportowe, rozrywki, dworce. Kieszonkowcem może być każdy: kobieta, mężczyzna, emeryt, dziecko. Za upatrzoną ofiarą potrafią chodzić nawet kilka godzin, wybierając dogodną dla siebie sposobność. Skradzione portfele, saszetki są po natychmiastowym przekazaniu ich obstawie, opróżniane z zawartości i wyrzucane.

Sposoby działania kieszonkowców to:

- „sztuczny tłok” – usypiają czujność ofiary popychając ją i aranżując ścisk wokół niej
- „kosa” – kradzież dokonywana jest przez przecięcie kieszeni, torebki czy siatki
- „zza parawanu” – sprawca dla ukrycia swego działania posługuje się płaszczem przewieszonym przez rękę
- „uwaga, złodzieje” – taki okrzyk sprawia, że każdy odruchowo sięga do portfela, wskazując miejsce, gdzie go ukrył, obserwującym go złodziejom.

Jak skutecznie ustrzec się przed kieszonkowcem?

- Dobrze zabezpiecz noszone przy sobie dokumenty i pieniądze
- zwracaj szczególną uwagę na osoby znajdujące się tuż przy Tobie
- pamiętaj, że podróżując po spożyciu alkoholu łatwiej możesz stać się ofiarą złodziei
- nie noś przy sobie więcej gotówki, niż wynika to z potrzeby zakupów w danym dniu
- pieniądze trzymaj przy sobie w dwóch miejscach – pozwoli to zmniejszyć

- ryzyko utraty całej kwoty
 - nie noś razem kart płatniczych i kodów PIN
 - nie demonstruj zawartości portfela
 - obserwuj otoczenie oraz swój bagaż w zatłoczonym autobusie. Torby i pakunki trzymaj przed sobą
 - nie zasypiaj podróżując publicznymi środkami komunikacji
 - unikaj noszenia torebki na pasku z tyłu
 - torebkę należy odwracać zamkiem „do siebie”, a nie na zewnątrz
 - portfel chowaj na dnie torebki
 - podczas mierzenia garderoby, pakowania zakupów, płacenia w sklepie – nie odstawiaj torebki na podłogę lub ladę
 - klucze do mieszkania noś w innym miejscu niż dokumenty z adresem.
- W sytuacji zagrożenia – usiłowania kradzieży kieszonkowej – wszczynaj alarm! Głośny okrzyk zwracający uwagę innych osób potrafi skutecznie zniechęcić złodzieja! Niezależnie od tego, czy jesteś ofiarą czy świadkiem przestępstwa, jak najszybciej zawiadom Policję.

mgr asp. Emilia Kuligowska
oficer prasowy KPP Legionowo ■

Kronika kryminalna

Zakłócenie ruchu i rozbój

12 marca o godzinie 9:00 przy skrzyżowaniu ulic Jagiellońskiej i Warszawskiej młody mężczyzna dewastował budkę telefoniczną. Po nieudanej próbie oderwania słuchawki aparatu, wtargnął na jezdnię. Widząc nadjeżdżającą ciężarówkę, młody człowiek położył się na ulicy tuż przed zbliżające się auto. Kierowca ciężarówki zdążył wyhamować i tym samym uniknął przejechania po leżącym na jezdni człowieku. Całe zajście zostało odnotowane przez operatora kamery monitoringu, który niezwłocznie zgłosił je kolegom patrolującym miasto.

Mężczyzna po chwili został zatrzymany przez Straż Miejską. Za to wykroczenie skierowano do Sądu Rejonowego w Legionowie wniosek o ukaranie niechlebnego bohatera tego wydarzenia.

Wlamywacze „z Zakopiańskiej”

W czwartkowe popołudnie (14.03) ze sklepu spożywczego przy ulicy Zakopiańskiej trzech mężczyzn ukradło papierosy i alkohol. Patrolująca tę okolicę załoga Straży Miejskiej, po odebraniu zgłoszenia od dyżurnego, szybko podjęła interwencję. W lesie przy przedłużeniu Zakopiańskiej strażnicy zauważyli trzech podejrzanych mężczyzn. Wystarczył krótki pościg, by zatrzymać wszystkich sprawców kradzieży. Udało się odzyskać niemal cały skradziony towar. Złodzieje z Legionowa zostali przekazani Komendzie Powiatowej Policji.

„Zakaz wjazdu” na złom

28 marca około godz. 13⁰⁰ dwaj młodzi mieszkańcy Legionowa zdemontowali jeden ze znaków drogowych (B-2 zakaz wjazdu). Gdy swój łup, wraz z innymi metalowymi przedmiotami, przewozili na wózku ulicą Kościuszki, kierując się do pobliskiego skupu złomu, zostali zatrzymani przez patrol

Straży Miejskiej. Ujętych sprawców przekazano patrolowi policji. Obaj zatrzymani są dobrze znani tutejszym funkcjonariuszom.

Podsumowanie świątecznego weekendu

4 kolizje, 2 wypadki i 6 osób rannych to bilans zdarzeń drogowych, do których doszło w Wielkanoc na terenie Legionowa i ościennych gmin. Funkcjonariusze zatrzymali także 5 nietrzeźwych kierujących, 3 kierujących pojazdami i 2 rowerzystów. Niechlubny rekordzista, który kierował samochodem osobowym, miał w organizmie 2,8 promila alkoholu, rowerzysta natomiast 2,1 promila. Jak podkreślają policjanci ruchu drogowego, pracujący podczas tegorocznych świąt, zarówno kierowcy, jak i piesi wzięli sobie do serca apele, ostrzeżenia i prośby funkcjonariuszy. Z pewnością najważniejszą informacją jest fakt, że pomimo trudnych zimowych warunków panujących na drodze, nikt w tym roku nie zginął.

Źródła: <http://kpplegionowo.policja.waw.pl>, <http://www.legionowo.pl/strazmiejska>

zebrała Anna Szwarczewska ■

Przepis

kurczak w sosie jabłkowo morelowym

Składniki do przygotowania 4 porcji:

- 4 średnie filety z piersi kurczaka,
- 2 jabłka
- 5 suszonych moreli
- 1 cebula

- 1 ząbek czosnku
- 2 łyżki curry
- 1/2 szklanki jogurtu naturalnego

Sposób przygotowania: Jabłka obrać i zetrzeć na tarce na drobnych oczkach. Uduśić, aby odparować nadmiar soku. W czasie duszenia dodać do nich pokrojone w paski morele. Filety z kurczaka pokroić w paski (ok. 1,5 cm szerokości), posolić i popieprzyć. Obsmażyć na suchej patelni (można w trakcie smażenia podlać niewielką ilością wody).

Gdy się zarumienią zdjęć z patelni i trzymać pod przykryciem w ciepłe, żeby nie wystygły. Posiekaną cebulę i czosnek wrzucić na patelnię, na której smażone były filety z kurczaka i dusić do miękkości. Do cebuli i czosnku dodać zduśnięte jabłka z morelami, mięso kurczaka i curry do smaku. Wszystko dusić do miękkości pod przykryciem. Na końcu dodać jogurt i ewentualnie według uznania przyprawić do smaku. Podawać z ryżem (najlepiej brązowym). ■

Porada weterynarza

Psie odchody – trudny temat

Topnieje śnieg, widać zieloną trawę i niestety co roku od nowa szokujący widok czyli psie kupy. Odczuwanie obrzydzenia na widok odchodów to instynktowny odruch, który odziedziczyliśmy po przodkach, bo takie pojeście zabezpieczyło przed ewentualnym zatruciem, którego źródłem mogły być odchody.

Bardzo dziwi mnie, że tak trudno dotrzeć do właścicieli psów i kotów z prośbą, aby sprząkali odchody po własnych pupilach. Przecież po sobie spuszcza wodę, a gdyby zwierzę nam się załatwiło na środku mieszkanca, też byśmy posprząkali. Mieszkańcy domków zbierają z własnych ogródków po swoich zwierzątkach regularnie, bo przecież chcą z przyjemnością spacerować bosą po swojej trawie. Tylko te nieszczęsne „niczyje” trawniki okoblokowe

takie usiane. Napisałam „niczyje” w cudzysłowie, bo przecież prawda jest taka, że one są wspólne – czyli nasze. Teraz w Polsce, jak i w całej Europie na trawniki wolno wchodzić, tylko jak, skoro strach zrobić krok? Bardzo mnie to zasmuca, bo wystarczy odwiedzić bliskich naszych sąsiadów i pospacerować po Berlinie czy Wiedniu, aby przekonać się, że wszędzie na trawnikach siedzą ludzie i od wiosny do jesieni trwa tam piknik.

Niestety, taka ilość odchodów zwierząt jaką widzimy naokoło uniemożliwia urządzenie pikniku w środku miasta. Na dodatek dane epidemiologiczne są zatrważające, bo badania wykazały, że do 61 % próbek ziemi z polskich miast była zainfekowana jajami glisty psiej lub kociej! Nie ma co się temu dziwić, bo specyfika glist jest taka, że w świeżym kale są nieaktywne jaja i dopiero po 2–7 tygodniach dojrzewają w nich inwazyjne larwy. I dopiero one są zdolne do zakażenia zwierząt i ludzi, a co gorsza aktywne pozostają na tym trawniku przez wiele lat! Dla zbierającego kupę właściciela jest ona całkowicie bezpieczna, bo „spią” w niej nieaktywne jaja, ale po paru tygo-

dniach leżenia staje się wieloletnim źródłem zakażenia. O ile u psów i kotów ich glisty po prostu zamieszkują jelita, o tyle u ludzi atakują inne narządy, doprowadzając do bardzo poważnego schorzenia zwanego toksokarozą. Także inne robale mogą się pojawić na naszej zielonej trawce, np. jaja tasiemca bąblowca czy lamblie. Dlatego gorąco namawiam do tego, abyśmy z myślą o zdrowiu naszych podopiecznych, ale także nas samych, po pierwsze bardzo regularnie odrobaczali zwierzęta oraz sprząkali odchody. Jeśli wszyscy się do tego zastosują, może kolejnej wiosny spod śniegu wyjdzie tylko zielona trawa zachęcając do pikników!

lek. wet. Małgorzata
Charzyńska-Wróbel
z legionowskiego
gabinetu
weterynaryjnego ■



Porady aptekarza

Jak dbać o siebie w ciąży i porożu

Jako mama trójki wspaniałych dzieci wiem, że okres ciąży i karmienia to szczególny czas w życiu kobiety. Matki zastanawiają się, jak wspierać zdrowie i prawidłowy rozwój maleństwa, a odpowiedź jest prosta – należy dbać o swoje zdrowie, gdyż tylko zdrowy organizm będzie mógł odżywiać rozwijające się dziecko. Zróżnicowana i zbilansowana dieta, rezygnacja z wszelkich używek i odpowiednia ilość ruchu to najlepszy prezent dla malucha.

Kobieta w ciąży powinna przyjmować dodatkowo tylko te składniki, których brakuje lub są trudno osiągalne we współczesnej diecie. Są to DHA, kwas foliowy, witamina D, jod i żelazo – w czasie ciąży nawet o 50–100% zwiększa się zapotrzebowanie na nie.

Przyszła mama już w okresie planowania powinna przyjmować kwas foliowy, ponieważ między 22 a 28 dniem od poczęcia, kiedy większość kobiet nie jest świadoma, że rośnie w nich nowe życie, rozwijają się mózg i rdzeń kręgowy oraz zamyka się cewa nerwowa u dziecka. Badania wykazały, że kwas foliowy, witamina z grupy B, będąca istotnym elementem procesu podziału komórek i tworzenia się krwi, i odgrywa w tym rozwoju ogromną rolę. Konieczna jest regularna suplementacja kwasem foliowym aż do zakończenia karmienia piersią.

Ważna jest dieta bogata w nienasycone kwasy tłuszczowe Omega-3, z których najważniejszy jest kwas DHA. Wspomaga on rozwój siatkówki oka i mózgu płodu oraz niemowląt. Znakomitym źródłem kwasów typu DHA jest tłuszcz ryb morskich, w znikomym stopniu dostarczają ich siemię lniane, orzechy włoskie czy olej rzepakowy. Dodatkowa suplementacja DHA w okresie ciąży i karmienia wpływa na odporność i zdrowie dziecka także w późniejszym okresie jego życia.

Zaleca się uzupełnianie diety kobiet w ciąży i karmiących jodem, odpowiedzianym za procesy wzrostowe, rozwój układu nerwowego i płciowego.

Żelazo jest składnikiem niezbędnym do zapewnienia prawidłowego rozwoju i funkcjonowania układu krwiotwórczego. Prawidłowy poziom tego pierwiastka w organizmie mamy pozwala na wytworzenie wystarczającej liczby krwinek czerwonych, zaopatrujących łożysko i płód w tlen.

Wapń i witamina D wspomagają prawidłową budowę kości i zębów, a magnez z witaminą B6 wzmacnia układ nerwowy kobiety i zapobiega zmęczeniu.

Zapotrzebowanie na składniki odżywcze zmienia się wraz z rozwojem ciąży. W aptekach znajdziemy szeroką gamę bezpiecznych i przebadanych klinicznie preparatów, odpowiednich do stosowania diety oraz okresu ciąży. Są to np. Omegamed, Prenatal, Falvit, Femibion, Doppelherz, Elevit. Na choroby dróg moczowych i pęcherza w aptece poleca np. Prenatal UroCare, zaś przy przeziębieniach i stanach grypowych – np. Prenatal GripCare, Prenalen syrop.

W czasie ciąży i karmienia przyjmowanie leków, a nawet spożywanie ziół należy konsultować z lekarzem. Podstawowa zasada w tym okresie brzmi: im mniej tym lepiej, a w sytuacjach szczególnych to lekarz decyduje o zastosowaniu niezbędnego leczenia.

Teresa Panek
Kierownik legionowskiej apteki
Na Kopernika ■



Porady ekspertów

Bezpieczny portfel

Czy każdy parabank jest piramidą finansową?

Parabank to instytucja, która swoją działalnością przypomina tradycyjny bank, z tą różnicą, że nie posiada stosownych uprawnień i nie podlega kontroli Komisji Nadzoru Finansowego. Należy jednak wyraźnie zaznaczyć, że nie każdy parabank jest tzw. piramidą finansową, przez co nie każdy jest skazany na upadek.

Czym jest piramida finansowa? Działalność piramidy polega zazwyczaj na obiecywaniu zysków uczestnikom, przede wszystkim za zwerbowanie do udziału w tej strukturze nowych osób. Zyski wypłacane pierwszym uczestnikom są pokrywane z wpłat kolejnych jej członków. Piramidy finansowe są z góry skazane na upadek, gdyż na pewnym etapie brakuje już kolejnych klientów, aby pokrywać obiecywane zyski. Pierwsza piramida finansowa

została stworzona niespełna 100 lat temu w Stanach Zjednoczonych, przez Charlesa Ponziego, stąd też innym popularnym określeniem tejże struktury jest tzw. schemat Ponziego.

Nie każdy parabank przybiera jednak postać piramidy finansowej. Jak to możliwe? Jeżeli parabank ma bardzo wysokie oprocentowanie lokat (10–15% w skali roku), ale jednocześnie sprzedaje kredyty o jeszcze wyższym oprocentowaniu, może osiągać zysk i jest w stanie spłacać swoje zobowiązania wobec klientów. Inną sprawą jest skuteczność działalności takiej instytucji, należy bowiem pamiętać, że firmy takie nie podlegają żadnej kontroli, a powierzone przez nas środki nie są przez nikogo gwarantowane. Niemniej jednak przynajmniej teoretycznie, niektóre parabanki są w stanie osiągać zyski i wypłacać je swoim klientom. Działalność firm, obierających model piramidy finansowej jest zawsze skazana na porażkę i stratę pieniędzy.

Należy podkreślić tutaj jeszcze jedną ważną rzecz – parabankami nie są firmy pożyczkowe i spółdzielcze kasy oszczędnościowo-kredytowe (SKOK). Firmy pożyczkowe nie gromadzą depozytów i nie działają w oparciu o środki

uzyskane od klientów, lecz pracują w oparciu o własne fundusze (przykładem takiej firmy jest Provident). Jeszcze innym przykładem działalności są tzw. SKOK-i, czyli instytucje spółdzielcze zaliczane do grona instytucji finansowych. Nie są one bankami i funkcjonują na innych zasadach, lecz ich działalność jest nadzorowana przez KNF. SKOK-i, w odróżnieniu od firm parabankowych, działają w oparciu o stworzone dla nich regulacje prawne. Ich celem jest gromadzenie pieniędzy wyłącznie swoich członków, udzielanie im kredytów, czy pośredniczenie przy zawieraniu umów ubezpieczenia. SKOK-i jako spółdzielnie prowadzą działalność niezarobkową.

Decydując się na inwestycje należy pamiętać o zdrowym rozsądku. Jeśli ktoś gwarantuje nam wysokie zyski, bądź oferuje „wyjątkową ofertę” skierowaną specjalnie dla nas, powinniśmy być szczególnie czujni. Należy pamiętać, że wyższa stopa zwrotu zawsze wiąże się z większym ryzykiem.

Piotr Kawala ■



Paszporty – co nowego?

Wielkimi krokami zbliża się okres wakacyjny. Wielu z nas planuje wypoczynek za granicą. Warto się więc upewnić, czy mamy ważny paszport.

Od kilku lat Polska jest w strefie Schengen, w ramach której możemy podróżować na podstawie polskiego dowodu osobistego. Niestety, ta świadomość usypia naszą czujność, gdyż zapominamy, że, po pierwsze ułatwienie to nie dotyczy dzieci (od 26 czerwca 2012 r. muszą one posiadać własny dokument – wpisy w paszportach rodziców straciły ważność), a po drugie nie wszystkie najpopularniejsze destynacje znajdują się w tej strefie. Na dwa i pół miesiąca przed wakacjami warto więc zrobić paszportowy „rachunek sumienia” i sprawdzić, czy wszyscy członkowie naszej rodziny mają ten dokument i czy jest on jeszcze ważny. Oczekiwanie na wydanie paszportu wynosi 30 dni od daty złożenia wniosku, warto więc przeprowadzić odpowiednie formalności już teraz. W ten sposób unikniemy niepotrzebnego stresu i obaw, czy paszport uda się wyrobić na czas.

W powiecie legionowskim przyjmowaniem wniosków i wydawaniem dokumentów paszportowych zajmuje się, na zlecenie wojewody mazowieckiego, starosta legionowski. Jednak z uwagi na lokalizację starostwa na obrzeżach Legionowa, kilka lat temu starosta przeniósł biuro paszportowe do punktu w o wiele dogodniejszym dla klientów położeniu, w Urzędzie Miasta Legionowo przy ul. Piłsudskiego 41.

Od 17 stycznia 2013 r. wniosek paszportowy można złożyć w dowolnie wybranym punkcie paszportowym. Osoby pracujące w Warszawie mogą udać się do biura w stolicy (ich wykaz znajduje się na stronie Mazowieckiego Urzędu Wojewódzkiego (MUW) pod adresem <http://www.mazowieckie.pl/porta1/p1/115/113/war->

[szawa.html](http://www.mazowieckie.pl/porta1/p1/108/8746/paszporty.html)), a osoby mieszkające, ale niezameldowane w naszym powiecie mogą już składać wnioski w Legionowie (lub innym wybranym punkcie paszportowym).

Kolejną zmianą jest wydłużenie okresu ważności paszportów dla dzieci w wieku poniżej 5 lat. W sierpniu ub. r. czas ten został wydłużony do 5 lat, przy czym opłata paszportowa nie uległa zmianie i nadal wynosi 30 zł. Rodzice muszą również pamiętać, że dzieci, które ukończyły 5 lat, muszą być obecne przy składaniu wniosku, a dla wszystkich osób niepełnoletnich niezbędne jest, by do wniosku dołączyć zgodę obydwójga rodziców (opiekunów prawnych).

Wnioski są dostępne w biurach paszportowych. Na stronie MUW znaleźć można wzory, pokazujące, jak prawidłowo je wypełnić, jednak formularz składany w punkcie paszportowym nie może być wydrukowany z internetu.

Szczegółowe informacje, dotyczące ubiegania się o paszport znajdują się na stronie Mazowieckiego Urzędu Wojewódzkiego pod adresem <http://www.mazowieckie.pl/porta1/p1/108/8746/paszporty.html>. Pod numerem tel. 22 695 73 88 dostępna jest również infolinia: automatyczna jest czynna przez 7 dni w tygodniu 24 godziny na dobę, natomiast połączenie z konsultantem można uzyskać po wybraniu tonowo „0” w poniedziałki od 8⁰⁰–17³⁰, od wtorku do czwartku w godzinach 8⁰⁰–15³⁰ i w piątki od 8⁰⁰ do 14⁰⁰.

Joanna Kajdanowicz ■



Porady ekspertów



dystanse dla każdego

- Hobby: 6 km
- Fit: 32 km
- Mega: 55 km

MERIDA MAZOVIA

MTB MARATHON

CEZARY ZAMANA ZAPRASZA NA

OTWARCIE SEZONU

LEGIONOWO

21.04.2013 NIEDZIELA

zapisy: ul. B. Chrobrego 50 przy Arenie Legionowo

20.04 16:00-18:00

21.04 8:00-10:30

START 11:00



Maraton Rowerowy pod Patronatem Prezydenta Legionowa i Starosty Legionowskiego

TORUŃ	BYDGOSZCZ	PIASECZNO	KOZIENICE	OLSZTYN	NAŁĘCZÓW	PULAWY	SUPRAŚL
3.05 PIĄTEK	4.05 SOBOTA	19.06 NIEDZIELA	16.06 NIEDZIELA	30.06 NIEDZIELA	13.07 SOBOTA	14.07 NIEDZIELA	28.07 NIEDZIELA
GÓLDAP	ORZYSZ	ELK	SKARŻYSKO K.	RAWA MAZ.	NOWY DWÓR	PŁOCK	
15.08 CZWARTEK	17.08 SOBOTA	18.08 NIEDZIELA	1.09 NIEDZIELA	15.09 NIEDZIELA	22.09 NIEDZIELA	8.10 NIEDZIELA	

MazoviaMTB.pl

