



#### SPOŁECZNOŚĆ

**Piękny jubileusz Ireny Śmiałowskiej**

s. 2



#### SPOŁECZNOŚĆ

**Mieli smaka na ślimaka**

s. 4



#### SPOŁECZNOŚĆ

**W związku z Aspergerem – konferencja**

s. 6

## Powiat buduje Centrum Wczesnego Wspomagania Rozwoju Dziecka

Powiat Legionowski kontynuuje prace związane z modernizacją i rozbudową Powiatowego Zespołu Szkół i Placówek Specjalnych w Legionowie. W drodze przetargu wyłoniono wykonawcę, który wybuduje nowe skrzydło placówki.

Początek szkolnictwa specjalnego w Legionowie przypada na lata sześćdziesiąte ubiegłego wieku, ale dopiero w 1993 roku Powiatowy Zespół Szkół i Placówek Specjalnych znalazł swoje miejsce w budynku przy Jagiellońskiej 69, który zaprojektowano z uwzględnieniem potrzeb niepełnosprawnych dzieci i młodzieży. Wcześniej szkoła, nie posiadając własnej siedziby, korzystała z sal dostępnych w innych placówkach. Uniemożliwiało to skuteczną realizację jej zadań z wielu powodów, z których podstawowym był niewystarczający metraż.

Obecnie w budynku PZSiPS działają przedszkole, szkoła podstawowa, gimnazjum oraz szkoła przysposabiająca do pracy.

Powiat Legionowski, który jest organem zarządzającym dla PZSiPS w Legionowie od 1 września 2002 roku, sukcesywnie odpowiada na pojawiające się potrzeby placówki. Nowe możliwości terapeutyczne wymagają nie tylko dodatkowej przestrzeni, ale także jej właściwej aranżacji. Stąd nieustanne podejmowanie działań poprawiających funkcjonalność obiektu, które zagwarantują komfort i bezpieczeństwo uczniów oraz przede wszystkim zapewnią efektywną realizację programów edukacyjnych i terapeutycznych.

### Inwestycja na lata

Kluczowe dla szkoły inwestycje zaczęto realizować od 2014 roku. Plan rozbudowy i modernizacji PZSiPS to ogromne przedsięwzięcie, które podzielono na trzy etapy. Pierwszy zakończono w 2016 roku.

W maju 2015 r. rozpoczęto prace w ramach pierwszego etapu. Ich zakres obejmował rozbudowę istniejącego budynku szkoły o łącznik korytarzowy, cztery pomieszczenia dydaktyczne (obecnie są to sale przedszkolne do prowadzenia specjalistycznych terapii), dwie wentylatornie, pomieszczenia administracyjne, gospodarcze i sanitariaty. Powierzchnia uzyskana dzięki tej rozbudowie to łącznie ok. 600 m<sup>2</sup>. Ponadto przeprowadzono również termomodernizację istniejącego budynku wraz z salą gimnastyczną i zapleczem sportowym. Wymieniona została stolarka okienna i słusarka drzwiowa, a zawory grzejnikowe zmieniono na termostaticzne. Wykonano docieplenie ścian wraz z elewacją z tynku silikatowego i płytek klinierowych oraz cokołu. Docieplono dach sali gimnastycznej i wykonano nowe obróbki blacharskie. Przebudowano zewnętrzne



Dzięki dalszej rozbudowie PZSiPS powstanie Centrum Poradnictwa i Wczesnego Wspomagania Rozwoju Dziecka – wyjątkowe miejsce, gdzie dzieci niepełnosprawne otrzymają kompleksową pomoc z zakresu diagnostyki, edukacji i terapii

schody ewakuacyjne, a od frontu pojawiły się windy na wózki. Obiekt został także dostosowany do aktualnie obowiązujących przepisów przeciwpożarowych. Dodatkowo powstały nowe miejsca parkingowe oraz plac zabaw przystosowany dla dzieci niepełnosprawnych.

Wartość prac zrealizowanych w pierwszym etapie to ok. 5 mln zł. Dodatkowo w lutym 2016 r. za kwotę 67 000 zł przeprowadzono remont sali gimnastycznej, zaplecza sportowego i szatni z likwidacją boksów szatniowych i montażem szafek ubraniowych dla dzieci.

### Kompleksowo i komfortowo

Powiat Legionowski jest w trakcie realizacji drugiego etapu prac w PZSiPS. W zakończonym właśnie postępowaniu przetargowym wyłoniono wykonawcę, który dobuduje do budynku szkoły dwupiętrowe skrzydło. Inwestycja pociągnie za sobą reorganizację lokalową w placówce. Na parter nowego obiektu przeniesie się przedszkole przeznaczone dla dzieci o różnym stopniu upośledzenia, a dobudowana dwa lata temu część z salami do zajęć twórczych i ćwiczeń posłuży uczniom szkoły. Pierwsze piętro zajmie

ośrodek wczesnego wspomagania rozwoju dzieci z salami do ćwiczeń i gabinetami terapeutycznymi, a na drugim poziomie nowe gabinety terapeutyczne oraz pokoje administracyjne zajmie Poradnia Psychologiczno-Pedagogiczna. Wszystkie sanitariaty i szatnie w planowanym obiekcie dostosowane zostaną do potrzeb osób niepełnosprawnych. W piwnicach znajdą się pomieszczenia techniczne. Do każdej części prowadzić będą niezależne wejścia, a wszystkie zespoły pomieszczeń połączą wewnętrzny układ komunikacyjny.



**Robert Wróbel**  
starosta legionowski

To projekt, który stanowi zwieńczenie naszych działań na rzecz dzieci o specjalnych potrzebach edukacyjnych i osób niepełnosprawnych. Od lat rozwijamy działalność naszych placówek, które są im dedykowane. Inwestujemy w rozwój kadry pedagogicznej i nowoczesne metody terapeutyczne. Rozbudowa szkoły specjalnej pozwoli zebrać te instytucje w jednym miejscu i stworzyć silny ośrodek, w którym dzieciom i ich rodzicom zaoferujemy kompleksową pomoc. Swoje miejsce znajdzie tam także Poradnia Psychologiczno-Pedagogiczna służąca wsparciem wszystkim mieszkańcom powiatu.

Na zewnątrz zaplanowano miejsca parkingowe. W dalszej perspektywie powstaną ogród sensoryczny oraz boisko, które zapewnią podopiecznym placówki bezpieczną i ciekawą aktywność na świeżym powietrzu.

Prace w ramach II etapu zostały rozłożone na 2 lata. Nowopowstały kompleks będzie tworzył Centrum Poradnictwa i Wczesnego Wspomagania Rozwoju Dziecka, w skład którego wejdą przedszkole, szkoła, ośrodek wczesnego wspomagania rozwoju dzieci oraz Poradnia Psychologiczno-Pedagogiczna. W tym roku na realizację zadania przeznaczono 2 800 000 zł, a blisko 3,5 mln zł zaplanowano w roku następnym.

Inwestycje od czterech lat realizowane w PZSiPS mają na celu nie tylko stworzenie miejsca, gdzie niepełnosprawne dzieci i młodzież będą mogły uczyć się w komfortowych warunkach oraz objęte zostaną nowoczesnymi formami terapii. Docelowo chodzi o skupienie pod jednym adresem podmiotów, których udział jest niezbędny w procesie diagnostyki, edukacji i terapii. To podopiecznym zapewni zintegrowaną i kompleksową opiekę na najwyższym poziomie.

AMZ/KALINA BABECKA



Powiat  
Legionowski



Akwarela Jolanty Drozd

Zdrowych, pogodnych Świąt Wielkanocnych,  
przepełnionych radością obcowania  
z rodziną i najbliższymi,  
miłością oraz refleksją związaną  
z tym pełnym nadziei i wiary czasem.

Wesołego Alleluja

Przewodniczący Rady  
Powiatu w Legionowie

Szymon Rosiak

Starosta Legionowski

Robert Wróbel

# Irena Śmiałowska skończyła 110 lat

**Pani Irena Śmiałowska, najstarsza mieszkanka powiatu legionowskiego, w marcu skończyła 110 lat. Uroczystość z tej okazji odbyła się w Domu Pomocy Społecznej „Kombatant”, gdzie jubilatka obecnie mieszka.**

**T**e wyjątkowe urodziny Pani Irena świętowała w otoczeniu rodziny, przyjaciół oraz pracowników i mieszkańców DPS „Kombatant”. Jubilatkę odwiedzili także starosta Robert Wróbel oraz członek zarządu Powiatu Michał Kobrzyński, którzy złożyli Pani Irenie najserdeczniejsze życzenia, a w prezencie, oprócz kwiatów, podarowali kosz z owocami. Prezent był nieprzypadkowy, gdyż Pani Irena owoce uwielbia i swojej radości nie kryła. Wśród gości znalazł się także aktor Daniel Olbrychski, siostrzeniec jubilatki.

Irena Śmiałowska (z domu Sołownik) urodziła się 27 marca 1908 roku w Warszawie, do której powróciła w 1976 roku. W między czasie mieszkała w Sannikach, gdzie przez 30 lat pracowała w Gminnej Bibliotece Publicznej. Książki to jej wielka pasja. Rodzina i najbliżsi nie mówią o niej inaczej, jak tylko w ciepłych słowach. Z nostalgią opisują Panią Irenę jako damę, która uwielbiała kucharzyć i w święta zawsze podejmowała całą

rodzinę. Dom pełen ludzi sprawiał jej zawsze radość. W dniu 110. urodzin również otoczył ją mały tłum. Tak, jak lubi.

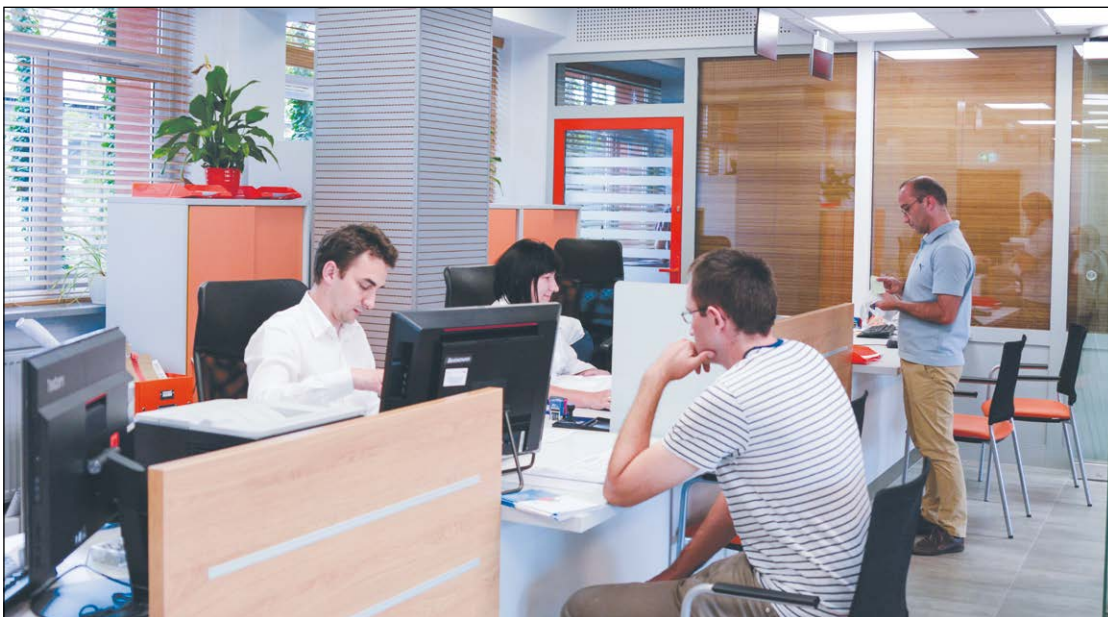
**KALINA BABECKA**



Odwiedziny starosty Roberta Wróbla sprawiły Jubilatce dużą przyjemność

## Ujęci na sobotnim uczynku!

**Od nowego roku pracownicy Starostwa Powiatowego w Legionowie obsługują mieszkańców także w soboty. Już wkrótce przypomną o tym plakaty wielkoformatowe z powiatowymi urzędnikami w roli głównej, rozwieszane na terenie powiatu.**



Już wkrótce billboardy na terenie całego powiatu przypomną, że Biuro Obsługi Mieszkańców jest czynne także w soboty

**B**iurowi Obsługi Mieszkańców w legionowskim starostwie, pracujące w soboty to ewenement w skali kraju, bo urzędów czynnych tego dnia jest w Polsce bardzo niewiele. Umożliwienie załatwienia najważniejszych spraw w sobotę jest kolejnym krokiem w kierunku zaspokajania potrzeb mieszkańców powiatu. Kilka lat temu przebudowany został wydział architektury. Kolejnym krokiem była przebudowa w wydziale komunikacji. W ubiegłym roku uruchomiono nowoczesne Biuro Obsługi Mieszkańców, które teraz czynne jest także w soboty w godzinach 8-12.

Jak pokazują statystyki była to trafiona i potrzebna inicjatywa. Od początku roku, tylko w soboty, starostwo odwiedziło blisko 700 osób. Najliczniejszą grupą (76,5%) okazali się klienci wydziału komunikacji, którzy rejestrowali pojazdy, odbierali dokumenty i prawa jazdy. Ponadto w soboty mieszkańcy

najchętniej załatwiają sprawy z zakresu architektury, geodezji oraz środowiska.

W najbliższym czasie ruszy kampania promocyjna, przypominająca o pracujących sobotach w starostwie oraz informująca, jakie konkretnie sprawy można tego dnia załatwić. Będzie to kampania wyjątkowa, gdyż pracownicy Wydziału Kultury i Promocji

zdecydowali nadać jej nieformalny charakter z dozą humoru oraz zaangażować w jej realizację urzędników starostwa. Efekty tych działań już wkrótce pojawią się na billboardach w całym powiecie. Zachęcamy do wypatrywania. I do zobaczenia.

**KB**

### Robert Wróbel starosta legionowski

W każdą sobotę Biuro Obsługi Mieszkańców odwiedza około 60 osób i dla nas to jest sześćdziesiąt dodatkowych powodów, dla których pracujemy w soboty. Zmieniamy się i dostosowujemy do potrzeb naszych mieszkańców. Aby przełamać panujące stereotypy dotyczące urzędów i urzędników, przygotowaliśmy kampanię promocyjną, która z jednej strony będzie pełnić funkcję informacyjną, a z drugiej pokaże, że urzędnicy starostwa to ludzie otwarci i z dużym poczuciem humoru. Mamy nadzieję, że plakaty spodobać się naszym mieszkańcom.

## Nowa eL-ka w powiecie

Od 19 marca br. na terenie powiatu uruchomiono nowy autobus komunikacji lokalnej. Linia L33 połączyła Legionowo i gminę Nieporęt z Markami.

**L**inia L33 kursuje na trasie Legionowo (ul. Mickiewicza) – ul. Sołwińskiego – ul. Piłsudskiego – ul. Jagiellońska – ul. Zegrzyńska – ul. Strużańska – ul. Polna – ul. Słoneczna – ul. Gen. Roi – DW 632 przez Józefów, Kąty Węgierskie, Rembelszczyznę, Puszcze Słupecką – Marki (ul. Legionowa – ul. Piłsudskiego – ul. Rejtana), zapewniając dojazd do zakładów przemysłowych, zlokalizowanych między gminą Nieporęt i Markami oraz w samych Markach. Uruchomienie połączenia to efekt współpracy władz gminy Nieporęt i miasta Marki, które podzieliły między siebie koszty utrzymania linii, zorganizowanej przez Zarząd Transportu Miejskiego.

Autobusy kursować będą w dni robocze z częstotliwością co ok. 2 godziny.

W związku z pojawieniem się L33 dotychczasowa linia L31 pojedzie nową trasą, wytyczoną na terenie gmin Nieporęt i Radzymiń. L31 wyruszy z pętli w Dąbkowiznie i pojedzie w kierunku Portu Pilawa, następnie przez Białobrzegi, Beniaminów aż do centrum Radzymiń (przystanek końcowy „Traugutta”). Nowością będzie również nowa kolorystyka autobusów kursujących na liniach L-8, L31 i L33. Zgodnie z wymogami ZTM, tabor pomalowany będzie na niebiesko oraz przystosowany do przewozu osób niepełnosprawnych.

**KB**



Uruchomienie nowej linii L33, łączącej Legionowo, gminę Nieporęt z Markami to odpowiedź na potrzeby komunikacyjne mieszkańców



### Stanisław Wichrowski Legionowo

Mogę powiedzieć, że czekałem na takie połączenie autobusowe. Nasz region jest coraz lepiej skomunikowany, widać zmiany na lepsze. Niedawno uruchomiono połączenie z Nowym Dworem Mazowieckim, a teraz z Markami. Na pewno wkrótce skorzystam z L33, bo w Markach mieszka moja rodzina. Znam też osoby, które jeżdżą w tamtym kierunku do pracy. Ucieszą się, że teraz mogą podróżować bez przesiadek i wygodnie.

# Dni Osób Niepełnosprawnych w twórczej odświeżeniu

Znamy już laureatów VII Przeglądu Twórczości Dni Osób Niepełnosprawnych. Uroczysta gala z tej okazji odbyła się 15 marca br.



„Wkręceni” z WTZ św. Rity w Legionowie zdobyli zasłużone I miejsce w przeglądzie małych form scenicznych za przedstawienie „Iwona, księżniczka Burgunda”. Radość aktorów była ogromna

oraz trzej solistów. Dodatkowo przyznano nagrody dla Osobowości Scenicznych. Na tegoroczny konkurs plastyczny pod ocenę jury przesłano 150 prac. Nagrodzono 23 najlepsze oraz dodatkowo przyznano dziesięć wyróżnień. Prace uczestników konkursu prezentowane są w Galerii Ratusz i można je podziwiać do końca marca.

Wydarzeniu towarzyszył kiermasz fundacji „Promień Słońca”. Do kupienia były m.in. wielkanocne ozdoby oraz sadzonki wiosennych kwiatów. Fundacja przeznaczy zebrane środki na akcesoria dla grup teatralnych i tanecznych, które ma pod swoją opieką.

Kolejne wydarzenia w ramach obchodów DON to: 18 maja – Paraolimpiada dla dzieci i młodzieży oraz 19 maja – Integracyjny plener malarski.

AMZ

Sala widowiskowa legionowskiego ratusza wypełniona była po brzegi, gromadząc w pierwszych rzędach przedstawicieli władz powiatu i miasta – wicestarostę Jerzego Zaborowskiego oraz zastępcę prezydenta Legionowa Piotra Zadroźnego, przedstawicieli rady miasta, wójtów, jury, organizatorów oraz przyjaciół wydarzenia. Najważniejsi tego dnia byli jednak młodzi artyści, niecierpliwie wyczekujący werdyktów jury, które do samego końca trzymane były w tajemnicy. Jako pierwsze rozdane zostały nagrody w konkursie literackim. Komisja wyróżniła pięć spośród dziewięciu omawianych prac. W konkursie małych form teatralnych nagrodzono dwie formacje teatralne, trzy zespoły taneczne



Zespół Ole z PZSiPS w Legionowie zajął I miejsce w kategorii grup tanecznych



**Jerzy Jastrzębski**  
Prezes Fundacji „Promień Słońca”,  
organizator Dni Osób Niepełnosprawnych

Konkursy są doskonałą okazją do zaprezentowania bogatej twórczości osób niepełnosprawnych. To posiadacze wielu talentów i chcą móc pochwalić się swoimi pracami, pokazać, że mają wiele do zaoferowania społeczeństwu, także na gruncie artystycznym. Naszą rolą jest wspierać osoby niepełnosprawne w tych dążeniach zapewniając im warunki do rozwoju oraz budować ich wiarę we własne możliwości. Dzięki temu przywracamy osoby niepełnosprawne społeczeństwu, a w zamian mamy dostęp do ich wyjątkowego świata.



**Krystyna Świniarska**  
nauczyciel PZSiPS w Legionowie,  
Fundacja „Promień Słońca”

Muszę powiedzieć, że z roku na rok poziom jest coraz wyższy. Młodzi ludzie są otwarci, chcą występować. Każdy ma jakiś talent, który chce pokazać. Jestem pełna podziwu dla naszych gwiazd. Także prace plastyczne są cudowne. Jeśli da się osobom niepełnosprawnym szansę, wsparcie i obdarzyć uczuciem, to będziemy mieć takie piękne efekty ich pracy, jakie mogliśmy tu dziś oglądać.



**Anna Pytel**  
mama Mileny, laureatki w konkursie małych form teatralnych oraz nagrody „Osobowość Sceniczna”

Jestem naprawdę szczęśliwa, że jury wyróżniło i zauważyło moje dziecko. Milena uważa się za artystkę, piosenkarkę, aktorkę i cały swój czas poświęca próbom. Zarówno w szkole, jak i w domu przygotowuje się do występów. Taka nagroda daje jej szczęście oraz wzmacnia poczucie wartości i pewność siebie.



Uczestnicy Przeglądu otrzymali nagrody ufundowane przez Powiat Legionowski

## Przyjaciele na medal

Organizatorzy Dni Osób Niepełnosprawnych Miasta Legionowo i Powiatu Legionowskiego już po raz piąty przyznali order „Przyjaciela Niepełnosprawnych”. W tym roku uhonorowano pięć osób.



Pierwszy order „Przyjaciela Niepełnosprawnych” wręczono 5 marca 2014 r. W tym roku wyróżniono nim pięć wspaniałych osób, które aktywnie działają na rzecz niepełnosprawnych i potrzebujących

To szczególne wyróżnienie wręczane jest za stałą pomoc osobom niepełnosprawnym i ich rodzinom w życiu codziennym oraz za budowanie przyjaznej, pełnej tolerancji atmosfery. Doceniane są także działania mające na celu aktywizację środowisk osób

niepełnosprawnych, promujące ich działalność, a tym samym włączające te osoby w nurt życia społecznego.


W tym roku order „Przyjaciela Niepełnosprawnych” otrzymali: ksiądz Tomasz Chciałowski za opiekę duchową i wsparcie dla osób niepełnosprawnych

i ich opiekunów oraz za utworzenie Warsztatu Terapii Zajęciowej św. Rity; Janusz Dłużniewski za opiekę artystyczną nad uczniami PZSiPS w Legionowie, organizację plenerowych warsztatów rzeźbiarskich oraz dzielenie się swoją poezją i pasją z osobami niepełnosprawnymi;

Mariusz Wronowski za działania zapobiegające wykluczeniu społecznemu osób niepełnosprawnych oraz kreowanie pozytywnego obrazu osób z niepełnosprawnościami. Kolejne laureatki oznaczenia to Joanna Rogala oraz Urszula Żychowicz. Obie panie są pedagogami


w Zespole Szkół Salezjańskich w Legionowie. Zajmują się szeroko pojętym wolontariatem, aktywnie działają na rzecz potrzebujących oraz promują wśród swoich uczniów idee bezinteresownej pracy na rzecz innych.

AMZ



**Urszula Żychowicz**  
nauczycielka Zespołu Szkół Salezjańskich  
w Legionowie

Wyróżnienie orderem „Przyjaciela Niepełnosprawnych” traktuję nie tylko jako osobiste wyróżnienie, ale pochwałę pracy naszej szkolnej społeczności. Bez ich wsparcia, zaangażowania nie mogłabym sama zrealizować wszystkich projektów. Jestem dumna z możliwości pracy z naszą szkolną młodzieżą, bo zawsze są chętni do pomocy, mają mnóstwo pomysłów i mimo wielu szkolnych obowiązków znajdują czas na aktywne działanie na rzecz człowieka w potrzebie.



**Joanna Rogala**  
nauczycielka Zespołu Szkół Salezjańskich  
w Legionowie

Wyróżnienie Orderem „Przyjaciela Niepełnosprawnych” jest czymś niezwykłym i niepowtarzalnym. Jednym z największych wyróżnień w moim życiu i ponad 10-letniej działalności społecznej. Dziękuję z całego serca Kapitulie za przyznanie mi tego wyjątkowego Orderu, a Stowarzyszeniu Wolontariat Legionowo za współpracę, nominację i pamięć. Jestem zaszczycona i wzruszona. Taka działalność daje mi ogromną satysfakcję oraz nieustannie rozwija moją misję niesienia pomocy osobom niepełnosprawnym i potrzebującym.

# Mieli smaka na ślimaka

W Serocku odbyły się, organizowane przez Powiatowe Centrum Integracji Społecznej w Legionowie, II Mistrzostwa Polski w Przyrządzaniu Ślimaków i Owoców Goji. Wydarzenie objęte zostało patronatem starosty legionowskiego Roberta Wróbla, Ambasady Republiki Mołdawii oraz Marszałka Województwa Mazowieckiego.



Rywalizacja była bardzo zacięta i wyrównana. Zwycięska drużyna pojeździe na szkolenie do restauracji z trzema gwiazdkami Michelin w hiszpańskim San Sebastian

Ślimaki, kiedyś bardzo u nas popularne, dziś kojarzone są bardziej z południem Europy. Konkurs miał na celu przypomnienie nie tylko o walorach smakowych tych

mięczaków, ale także o ich wartościach odżywczych. Drugim produktem, z którym zmierzali się kucharze były owoce goji, znane ze swoich właściwości leczniczych.

Konkursowe zmagania odbyły się w gościnnych progach Powiatowego Zespołu Szkół Ponadgimnazjalnych w Serocku. Szkoła udostępniła swoją pracownię gastronomiczną, którą w ubiegłym roku w nowoczesny sprzęt i akcesoria wyposażył Powiat Legionowski.

W szranki stanęło dziewięć profesjonalnych drużyn, wyłonionych spośród 42 zgłoszonych do wstępnych eliminacji. Zadaniem wybrańców było sporządzenie dania z wykorzystaniem produktów obowiązkowych - ślimaków oraz owoców goji.

Rozstrzygnięcie i wręczenie nagród nastąpiło podczas uroczystej gali. Najwięcej punktów i pierwsze miejsce przyznano Piotrowi Huszcz i Katarzynie Kaczmarczyk z restauracji Piano w Lublinie. Drugie miejsce zajęli Tomasz Sowiński i Marcin Kowalski z restauracji Paśja w Gorzowie Wielkopolskim. Ostatnie miejsce na podium zajęły ex aequo dwie drużyny: Radosław Gierałtowski i Przemek Zalewski z restauracji Szafarnia z Gdańska oraz Karol Gudajtyś i Mateusz Hawrus - Catering Dietetyczny Kredens Smaku z Suwałk. **AMZ**



**Dorota Wróbel-Górecka**

dyrektor PCIS

W Centrum Integracji Społecznej prowadzimy warsztat gastronomiczny, dlatego postanowiliśmy podjąć się tego ogromnie trudnego wyzwania i zorganizować II Mistrzostwa Polski w Przyrządzaniu Ślimaków i Owoców Goji. Temat wymagał kreatywności i przyciągnął ludzi z talentem oraz pasją, którzy tworzą kulinarne dzieła sztuki.



**Marcin Kaczmarek-Pielin**

juror

Mieliśmy kilka mocnych drużyn, które zostały wyselekcjonowane spośród wielu zgłoszeń z całej Polski. Nie ukrywam, że jestem mile zaskoczony. Poziom był bardzo wysoki, uczestnicy wzięli sobie do serca uwagi i sugestie jurorów. Nie było złych drużyn, po prostu trzy z nich były nieco lepsze od pozostałych.



**Piotr Huszcz**

**i Katarzyna Kaczmarczyk**

zdobycy I miejsca

Bardzo się cieszymy, że jury nas wyróżniło i wygraliśmy. Każda z ekip przygotowała wyśmienite dania, poziom był wyrównany, więc tym bardziej jesteśmy dumni, że to nasze smaki zachwyciły jurorów.

# Babski bieg w spódnicach

Kobiety z terenu powiatu pokazały, że chcą i umieją się dobrze oraz zdrowo bawić, biorąc udział w babskim biegu w spódnicach pod wdzięczną nazwą „Zadzieram kiecę i lecę”. Powiat Legionowski patronował temu wydarzeniu.



Uczestnicy pokazali, że bieganie to sama radość i źródło pozytywnej energii

Na starcie trzykilometrowej trasy ulicami Legionowa zjawilo się ponad 200 kobiet w obowiązkowych spódnicach. Jak na imprezę zorganizowaną spontanicznie, to naprawdę imponująca frekwencja. Obecne były Panie, dla których bieganie jest sposobem na życie oraz takie, które do tej pory nie biegały wcale i właśnie teraz postanowiły spróbować swoich sił. Jedne i drugie tak samo pełne entuzjazmu i szeroko uśmiechnięte. Atmosfera była naprawdę gorąca mimo, że termometry wskazywały kilka kreszek poniżej zera. Panowie najwyraźniej pozazdrościli paniom

**Anna Szlendak**

Organizatorka biegu, założycielka grupy „Wybiegaj Siebie”

Bieg to była spontaniczna inicjatywa, tym bardziej jestem zadowolona, że zgromadził tak dużo uczestniczek i...uczestników. Grupę Wybiegaj Siebie założyłam z myślą o kobietach. Nie chodzi tylko o samo bieganie, ale o pokonywanie własnych słabości, o odzyskanie wiary w siebie i swoje możliwości. Dziewczyny, kiedy dadzą radę przebiec 5, 10 czy 15 km, zaczynają inaczej podchodzić do swojego życia i problemów. Myślę: Dałam radę pobiec, to z innymi rzeczami też sobie poradzę. Biegamy w każdy piątek. Zawsze można do nas dołączyć i wybiegać swoje życie z nami.



Fot. Magdalena Zolińska

# Tulipany, goździki i życzenia

Dzień Kobiet jest okazją do podkreślenia wyjątkowej roli Pań oraz uhonorowania ich pracy i działalności. Spotkania z tej okazji odbyły się na terenie całego powiatu.



Dzień Kobiet to okazja do spotkań i wspólnego świętowania. W Woli Kiełpińskiej odbyło się jedno z wielu wydarzeń na terenie powiatu, podczas którego Panie grały pierwsze skrzypce

8 marca odbyło się integracyjne spotkanie środowisk kombatanckich i seniorów, które patronatem objął starosta legionowski. W imieniu Powiatu kwiaty i słodkie upominki wręczyli wicestarosta Jerzy Zaborowski oraz członek zarządu Powiatu Michał Kozłowski. Podczas uroczystości nadarzyła się również okazja by uczcić urodziny pani Marianny Kopki, która tego dnia skończyła 90 lat.

Od kilkunastu lat Stowarzyszenie Wspólnota Lokalna i Koła Gospodyń Wiejskich organizują Dzień Kobiet w Woli Kiełpińskiej. Spotkaniom patronuje starosta Robert Wróbel. Przedstawicielki kół gospodyń wiejskich z powiatu oraz sołtyski

spotkały się 11 marca br., by uczcić Święto Kobiet oraz przypadający tego dnia Dzień Sołtysa. Biesiadę umilały występy zespołów wokalnych. Życzenia w imieniu zarządu Powiatu Legionowskiego złożył Paniom wicestarosta Jerzy Zaborowski, a w imieniu władz Gminy i Miasta Serock przewodniczący rady Artur Borkowski. Była to również okazja, by podziękować zebranym za kształtowanie wspólnot lokalnych, które integrują mieszkańców oraz motywują do podejmowania inicjatyw i działań na rzecz rozwoju gmin. **AMZ**

**Anna Gajewska**  
Członek zarządu Powiatu

Na nasze spotkanie przyjeżdżają panie praktycznie z całego powiatu. Imprezy z okazji Dnia Kobiet organizujemy od 15 lat. Początkowo w domach, a kiedy wydarzenie rozrosło się i skupia blisko 150 osób, korzystamy z sali w Woli Kiełpińskiej. Co roku otrzymujemy upominki ufundowane m.in. przez Pana Starostę oraz sponsorów, no i oczywiście kwiaty. Członkinie kół gospodyń wiejskich oraz Wspólnoty Lokalnej Powiatu Legionowskiego współpracują ze sobą od lat, znają się. Jestem pełna podziwu dla Pań, które angażują się w przygotowywanie imprezy. To doskonała okazja do spotkania, wymiany doświadczeń i koleżeńskich rozmów. Jak jest impreza „na Woli”, to trzeba na niej być.



# Konkursy zdrowotne już rozstrzygnięte

Znamy już laureatów konkursów plastycznych o tematyce zdrowotnej, zorganizowanych przez Starostwo Powiatowe w Legionowie. Uroczyste wręczenie nagród miało miejsce w trakcie marcowej sesji Rady Powiatu.

**O**ba konkursy skierowane były do uczniów szkół z terenu powiatu legionowskiego. „Masz dar uzdrawiania” to tytuł konkursu, którego celem było propagowanie wiedzy o transplatacji, dawstwie krwi i szpiku oraz uwrażliwienie młodzieży na problemy etyczne dawców i biorców. Do organizatorów wpłynęło 26 prac, wśród nich rysunki, plakaty i rzeźby. Komisja

konkursowa zdecydowała o przyznaniu pierwszego miejsca Natalii Siudy, drugiego Wiktorii Wieczerek oraz trzeciego Aleksandrze Zielińskiej.

Tematyka drugiego konkursu pn. „Świadome życie bez ryzyka” dotyczyła problematyki HIV i AIDS. Uczestnicy mieli za zadanie stworzyć plakat przestrzegający przed podejmowaniem ryzykownych zachowań, mogących

skutkować zarażeniem wirusem HIV. Spośród 18 nadesłanych prac wybrano trzy najlepsze. Pierwsze miejsce przyznano Klaudii Wdowińskiej, drugie Karolinie Kurowskiej, a trzecie Ewelinie Skowrońskiej.

Nagrody laureatkom wręczyli starosta Robert Wróbel oraz przewodniczący Rady Powiatu w Legionowie Szymon Rysiak.

KALINA BABECKA



Laureatki konkursów nie tylko przygotowały piękne prace, ale jednocześnie wykazały się dużą wiedzą oraz wrażliwością



## Natalia Siudy

**I miejsce w konkursie „Masz dar uzdrawiania”**

Do wzięcia udziału w konkursie zainspirował mnie kolega, który choruje na białaczkę. Chciałam pokazać, że warto oddawać organy, krew lub szpik, bo to ratuje czyjeś życie. Nad rzeźbą konkursową pracowałam długo. Pomagał mi tata. Rozrabiał masę gipsową, z której powstał odlew moich dłoni.



## Wiktorii Wieczerek z mamą

**II miejsce w konkursie „Masz dar uzdrawiania”**

**Mama:** Jestem bardzo dumna z córki. Zawsze chętnie bierze udział w konkursach plastycznych, ale decydując się na podjęcie tak trudnej tematyki, wykazała się dużą dojrzałością i wrażliwością, mimo młodego wieku. **Wiktorii:** Pomysł na pracę wymyśliłyśmy razem z moją panią od plastyki. Bardzo się cieszę, że mój plakat spodobał się oceniającym.



Karolina Kurowska zdobyła II miejsce w konkursie promującym wiedzę o HIV/AIDS

## Gdzie po pomoc lekarską?

Chorować nikt nie chce i nie lubi. Czasem jednak nasze samopoczucie ulega pogorszeniu i wizyta u lekarza staje się koniecznością. O ile w ciągu dnia po prostu kontaktujemy się z przychodnią, w której przyjmuje nasz lekarz pierwszego kontaktu, to nocą i w święta sprawa robi się nieco bardziej skomplikowana. Gdzie wtedy udać się po szybką i skuteczną pomoc medyczną?

### Nocna i świąteczna pomoc lekarska (NPL)

Na terenie powiatu legionowskiego NPL działa w NZOZ „Legionowo” przy ul. Sowińskiego 4. Warto wiedzieć, że każdy ubezpieczony, bez względu na miejsce zamieszkania, może skorzystać z pomocy nocnej i świątecznej opieki zdrowotnej, tam gdzie ma najbliższą.

Nocna i świąteczna opieka zdrowotna to świadczenia w zakresie podstawowej opieki zdrowotnej udzielane od poniedziałku do piątku w godzinach od 18 do 8 dnia następnego oraz w soboty, niedziele i inne dni ustawowo wolne od pracy w godzinach od 8 do godziny 8 dnia następnego. Dyżurujący w przychodni lekarz udziela porad na miejscu, telefonicznie, a w przypadkach medycznie uzasadnionych – w domu pacjenta. W razie potrzeby lekarz dyżurny może skierować pacjenta do szpitala lub wezwać karetkę.

Z opieki lekarskiej i pielęgniarskiej udzielanej w punktach nocnej i świątecznej opieki zdrowotnej można skorzystać w przypadku nagłego zachorowania lub pogorszenia stanu zdrowia, gdy nie ma objawów sugerujących bezpośrednie zagrożenie życia lub groźących istotnym uszczerbkiem na zdrowiu, zastosowane środki

domowe lub leki dostępne bez recepty nie przyniosły spodziewanej poprawy i zachodzi obawa, że oczekiwanie na otwarcie przychodni może niekorzystnie wpłynąć na stan zdrowia. Przykładowe sytuacje uzasadniające skorzystanie z NPL: zaostrzenie dolegliwości znanej choroby przewlekłej (np. kolejny napad astmy oskrzelowej z umiarkowaną dusznością); infekcja dróg oddechowych z wysoką gorączką; bóle brzucha; bóle głowy, nieustępujące mimo stosowania leków przeciwbólowych; biegunka lub wymioty, szczególnie u dzieci lub osób w podeszłym wieku; nagłe bóle kręgosłupa, stawów, kończyn itp.

### Szpitalny Oddział Ratunkowy

Szpitalny Oddział Ratunkowy (SOR) nie jest „nocną przychodnią”, nie zastępuje również lekarza podstawowej opieki zdrowotnej! Przesłanką do skorzystania z pomocy w SOR jest bezpośrednie zagrożenie życia i zdrowia. Nie należy zgłaszać się tu z objawami przeziębienia, po receptę lub zwolnienie lekarskie, aby zdjąć szwy lub gips. SOR-y najczęściej funkcjonują w oparciu o zasadę TRIAGE, polegająca na przypisaniu pacjentowi jednego z trzech kodów w zależności od jego stanu zdrowia: czerwony (stan

zagrożenia życia – konieczne działania natychmiastowe), żółty (stan stabilny) lub zielony (pacjent nie znajduje się w stanie nagłego zagrożenia zdrowotnego). Pacjenci „zieloni” muszą liczyć się z koniecznością wielogodzinnego oczekiwania na pomoc lekarską. Znacznie szybciej zostaną przyjęci w NPL, bo tam właśnie powinni udać się ze swoimi dolegliwościami.

W SOR powinni znaleźć się pacjenci z następującymi objawami: utrata przytomności, zaburzenia świadomości, drgawki, nagły i ostry ból w klatce piersiowej, zaburzenia rytmu serca, nasiloną duszność, nagły i ostry ból brzucha, silne wymioty (z domieszką krwi), masywny krwotok z dolnego odcinka przewodu pokarmowego, masywny krwotok z dróg rodnych, ostre reakcje alergiczne, zatrucia (leki, gazami, środkami chemicznymi), rozległe oparzenia, udar cieplny, porażenie prądem, podtopienie, upadek z dużej wysokości, stan po wypadku komunikacyjnym, rozległa rana, urazy i złamania.

### Ambulatorium w Legionowie

Od marca br. w Legionowie przy ul. Sowińskiego 4 działa ambulatorium dla mieszkańców powiatu legionowskiego, które jest czynne



Fot. www.freeepik.com

w dni powszednie w godz. 19-24 oraz w weekendy i święta w godz. 8-24. Pacjenci otrzymają tu pomoc z zakresu chirurgii i ortopedii. Zakres realizowanych w ambulatorium świadczeń obejmuje szycie i opatrywanie ran, unieruchamianie złamań nie wymagających cięć chirurgicznych (wraz z diagnostyką obrazową), rozpoznawanie stanów zagrożenia życia, kierowanie do szpitala na ostry dyżur pełniony w ramach Szpitalnego Oddziału Ratunkowego oraz inne drobne zabiegi możliwe do

wykonania w warunkach ambulatorium z wykorzystaniem wiedzy medycznej dyżurującego lekarza (np. usuwanie ciała obcych z oczu, nosa czy jamy ustnej).

**Pamiętajmy! Po karetkę należy dzwonić tylko w sytuacjach nagłego i znacznego pogorszenia stanu zdrowia, kiedy w żaden inny sposób nie można dotrzeć do Szpitalnego Oddziału Ratunkowego lub stan zdrowia pacjenta na to nie pozwala.**

KB

# W związku z Aspergerem – konferencja

Organizatorzy VII Dni Osób Niepełnosprawnych Miasta Legionowo i Powiatu Legionowskiego zaprosili mieszkańców na konferencję pn. „Partnerstwo i relacje rodzinne osób z zespołem Aspergera i neurotypowych” z udziałem dr. Petera Schmidta z Niemiec. Konferencję zorganizowano w związku ze Światowym Miesiącem Wiedzy o Autyzmie, który przypada w kwietniu.



Opowiadając historię swojego związku z żoną oraz relacji z dziećmi, dr Peter Schmidt przybliżył zgromadzonym trudności, jakie pojawiają się w kontaktach z najbliższymi. Jego żona Martina mówiła o sposobach ich rozwiązywania, oraz o dobrych i złych stronach codzienności z aspergerowcem. Na zdjęciu (od lewej): Martina Schmidt, dr Peter Schmidt oraz wicestarosta Jerzy Zaborowski

## Po szkołę na giełdę

Uczniowie ostatniej klasy gimnazjum mają już coraz mniej czasu na wybór dalszej ścieżki edukacji. Z pomocą w podjęciu właściwej decyzji przychodzi XVIII Powiatowa Giełda Szkół Ponadgimnazjalnych, która odbędzie się 6 kwietnia w Powiatowym Zespole Szkół Ogólnokształcących w Legionowie. Zapraszamy.



Uczestnicy zeszłorocznej giełdy mogli przekonać się, że szkoły ponadgimnazjalne z terenu powiatu są nowoczesne, atrakcyjne oraz bezpieczne i z powodzeniem mogą konkurować z placówkami warszawskimi

Kandydaci i ich rodzice odwiedzając giełdę będą mieli okazję zapoznać się z ofertą edukacyjną sześciu szkół ponadgimnazjalnych z terenu powiatu legionowskiego. Przedstawiciele każdej z placówek będą starali się jak najlepiej zaprezentować swoją szkołę i zachęcić do nauki w niej. Wszystkie obecne na giełdzie placówki

mają kandydatom wiele do zaoferowania i w zależności od indywidualnych preferencji są w stanie zapewnić edukację ogólnokształcącą, techniczną lub branżową na najwyższym poziomie oraz udział w ciekawych projektach dodatkowych i kursach specjalistycznych.

Dodatkowe porady będzie można uzyskać od obecnych na miejscu pracowników

Poradni Psychologiczno - Pedagogicznej w Legionowie, Powiatowego Urzędu Pracy, Powiatowej Izby Gospodarczej i Powiatowego Cechu Rzemiosł Różnych i Małej Przedsiębiorczości.

Organizatorem giełdy jest Referat Edukacji Starostwa Powiatowego w Legionowie.

KALINA BABECKA

### dr Peter Schmidt prelegent



Przyjechałem na konferencję z wykładem, podczas którego wraz z żoną mówimy o naszych codziennych doświadczeniach i relacjach. Ja opowiadam, jak to wygląda z mojej strony, czyli osoby, u której zdiagnozowano zespół Aspergera. Natomiast Martina przedstawia naszą relację z jej punktu widzenia. Mówimy o sposobach, które wypracowaliśmy, aby nasz związek układał się. Chciałbym również podkreślić następującą rzecz: aby osoby z Zespołem Aspergera mogły funkcjonować w społeczeństwie, nie należy zmieniać ich na siłę i ograniczać, o ile oczywiście ich zachowanie nie zagraża innym osobom. Mój przykład dowodzi, że osoby z Aspergerem mają szansę na sukces i satysfakcjonujące życie. Należy jedynie je zaakceptować i włożyć trochę wysiłku w zrozumienie tego, jak postrzegają świat.

Dr Peter Schmidt, dotknięty zespołem Aspergera, gościł już w Legionowie rok temu. Jego wykład spotkał się wtedy z dużym zainteresowaniem, a tematyka nie została wyczerpana. Stąd decyzja o ponownym zaproszeniu go na konferencję. Tym razem prelegent przybył w towarzystwie swojej żony Martiny. Razem opowiadali zgromadzonym o problemach z identyfikacją seksualną osób z zespołem Aspergera, ich funkcjonowaniu w związkach partnerskich i trudnościach w relacjach

rodziny oraz sposobach ich pokonywania.

W konferencji z ramienia Powiatu Legionowskiego uczestniczył wicestarosta Jerzy Zaborowski.

Szacuje się, że w Europie 1 na 100 dzieci rodzi się z zaburzeniami ze spektrum autyzmu. Zaburzenia te ujawniają się w okresie pierwszych trzech lat życia. Jednym z nich jest zespół Aspergera, czyli zaburzenie o podłożu neurologicznym, które jest łagodniejszą formą autyzmu.

AMZ

## Przekaż swój 1%

Zbliża się termin składania zeznań podatkowych za 2017 rok. Tak, jak w latach ubiegłych podatnicy mogą zdecydować, komu przekażą 1% swojego podatku. Zachęcamy do wsparcia potrzebujących mieszkańców powiatu.

Aby zgłosić beneficjenta 1%, prosimy o kontakt z Wydziałem Spraw Społecznych Starostwa Powiatowego w Legionowie, ul. Sikorskiego 11 (pokój 504), pod numerem telefonu 22 7640 593 lub za pośrednictwem poczty elektronicznej: [spoleczne@powiat-legionowski.pl](mailto:spoleczne@powiat-legionowski.pl).



Proszę podaruj mi 1% na niezwykle drogie leczenie SMA1 w szpitalu w Belgii i powrót do zdrowia. Jestem pierwszym dorosłym pacjentem w UE chorym na rdzeniowy zanik mięśni SMA1, który rozpoczął iniekcje do rdzenia leku Nusinersen - ratujące go nie tylko zdrowie, ale i życie. Nigdy od urodzenia nie chodziłem, ale nawet na chwilę nie porzuciłem marzeń o tym, by normalnie żyć i rozwijać się. Obecnie jestem leczony genetycznie na SMA1, dzięki Waszej pomocy, lekiem Nusinersen i co 4 miesiące będę miał wyjazdy z Polski do szpitala na podanie leku, który ma powstrzymać postępy choroby. Lek ten nawet przywraca utracone funkcje. Liceum ukończyć mogłem tylko w pozycji leżącej, miałem dużą niewydolność oddechową, a teraz siedzieć mogę nawet kilka godzin. Mam nadzieję, że lek będzie w Polsce refundowany w zalecanej dawce, czyli co cztery miesiące i że będę sam oddychał bez respiratora. Szukam przyjaciół i proszę o wsparcie mnie w walce z chorobą. Chciałbym dzielić się z Wami swoją pozytywną energią. Dziękuję za Wasze dobre serca. Wierzę, że się uda i razem z Wami pokonam SMA!

Podaruj mi 1% podatku na leczenie za granicą w Belgii lekiem Nusinersen i moją rehabilitację – wpisując w PIT:  
Fundacja Dzieciom Zdążyć z Pomocą, KRS 000037904 z dopiskiem nr podopiecznego 13830 Kowalczyk Wojciech

Polskie Stowarzyszenie Diabetyków Oddział Powiatowy w Legionowie prowadzi działania obejmujące:

- edukację diabetologiczną (wykłady lekarzy diabetologów dietetyków)
- udostępnianie materiałów edukacyjnych o cukrzycy (ulotki, broszury)
- bezpłatne udostępnianie sprzętu medycznego do badań poziomu cukru we krwi (glukometry)
- integrację środowiska chorych na cukrzycę: spotkania, wycieczki, pikniki
- działania społeczne i charytatywne

Dane do przekazania 1% podatku:  
Polskie Stowarzyszenie Diabetyków Zarząd Województwa Mazowieckiego  
Warszawa KRS 0000183520 z dopiskiem „dla Koła w Legionowie”  
Razem pomóżmy diabetykom!

# Okrągły jubileusz zespołu ERIN

W tym roku legionowski zespół Erin obchodzi 10-lecie istnienia. Jubileuszowa gala odbyła się 21 marca br.



Zespół Erin na lokalnej scenie kulturalnej jest już od 10 lat i wszystko wskazuje na to, że jeszcze dużo ma do wyśpiewania. Na co najmniej kolejnych 10 lat...

Uroczystość zgromadziła przedstawicieli władz samorządowych z wicestarostą Jerzym Zaborowskim i prezydentem Legionowa Romanem Smogorzewskim na czele, instytucji kulturalnych i społecznych z terenu powiatu oraz rodziny i przyjaciół członków zespołu. Artyści przyjęli liczne gratulacje oraz życzenia dalszych sukcesów oraz wystąpił przed publicznością z autorskim programem wokalnopoetyckim „Piosenka jest dobra na wszystko”, wykonując utwory z repertuaru „Kabaretu

Starszych Panów”. Z rozśpiewanym prezydentem przyjechał do jubilatki z Płońska zaprzyjaźniony zespół „Wiecznie młodzi”, który zaprezentował pełne energii i kolorów widowisko na cygańską nutę.

Zespół Erin powstał z inicjatywy członków Związku Emerytów, Rencistów i Inwalidów, którzy postanowili dzielić się z szerszą publicznością tym, co im w duży gra. Jak pokazała ostatnia dekada, gra im naprawdę dużo, w dodatku pięknie. Erin wykonuje piosenki patriotyczne, religijne, rozrywkowe, także rockowe. Ma

w swoim dorobku pięć płyt oraz niezliczoną liczbę występów podczas wydarzeń kulturalnych i społecznych, nie tylko na terenie powiatu. Odnosił sukcesy w kolejnych edycjach Legionowskich Senioraliów i blisko współpracuje z Domem Pomocy Społecznej „Kombatant” w Legionowie, gdzie regularnie koncertuje.

Życzymy zespołowi kolejnych, rozśpiewanych lat na scenie.

KALINA BABECKA

## Progresywnie. Artystycznie. Rockowo

Marzec w Legionowie od kilku lat kojarzony jest z rockiem progresywnym. Muzyka, która swoje triumfy święciła w latach 70. ubiegłego wieku, wciąż jest popularna i od czterech lat gości na deskach sali widowiskowej w legionowskim ratuszu. ProgRockFest 2018 tradycyjnie wspierał Powiat Legionowski.



ProgRockFest to wydarzenie unikatowe w skali kraju, dlatego corocznie gości wykonawców i fanów rocka progresywnego z całej Polski

Fot. Dorota Milerowicz

Koncerty zagrało sześć zespołów, w tym gość specjalny z Wielkiej Brytanii – grupa Galahad. Festiwalowi towarzyszyły dwa wydarzenia – ProgRockGallery oraz ProgRockWeek. Podczas pierwszego dnia festiwalu odbył się wernisaż prac Doroty Trojańczyk pn.: „Demonidła”. Ekspozycję można oglądać do końca marca w Galerii Ratusz. Z kolei ProgRockWeek pozwolił

fanom rocka naładować baterie przed festiwalem. Podczas tygodnia poprzedzającego wydarzenie, w kilku miejscach na terenie Legionowa i Jabłonn serwowane były specjalne dania oraz usługi, nawiązujące swoją nazwą lub składnikami do rocka progresywnego.

Festiwal na stałe wpisał się w kalendarz kulturalny nie tylko powiatu

legionowskiego, ale całego kraju. Nie może go zabraknąć także w przyszłym roku. Jak zapewnia organizator, ProgRockFest 2019 jest już planowany, ale szczegóły na razie owiane są tajemnicą. Nie pozostaje nic innego jak cierpliwie czekać, w międzyczasie zaglądając na oficjalną stronę festiwalu: [www.progrockfest.pl](http://www.progrockfest.pl)

MM/KB

### Gośka Andrzejewska dyrektor artystyczny zespołu Erin



Z zespołem jestem związana od prawie 4 lat. W swojej pracy staram się przekazać seniorom wszystko, co wiem o scenie, estradzie, śpiewie, grze aktorskiej czy ruchu. Również sama uczę się od nich najważniejszej części życia – jego sensu. Wielokrotnie powtarzam, że senior to dorosły człowiek, taki sam jak każdy inny, a pewne granice (np. lęk przed sceną, przed publicznością) to tylko blokady w głowie. Z nimi każdy artysta musi walczyć i nie są one zależne od wieku. Oczywiście sprawność fizyczna czy motoryczność osób starszych nie będzie taka jak u dzieci, ale od tego są różne zabiegi z zakresu technik teatralnych, których również staram się ich nauczyć. Jeżeli chodzi o repertuar zespołu to nie zabieram się za błahostki. Ma być przyjemnie, ale z głową. Nadal będziemy kontynuować naszą działalność i przygotowywać nowe programy artystyczne, koncentrując się na repertuarze rozrywkowym. W dzisiejszych czasach, gdzie jest dużo smutku, trochę uśmiechu przyda się i członkom zespołu, i naszej publiczności.

### Z blaskiem i precyzją

Koncert pieśni Reinholda Gliera oraz utwory kilkunastu znakomitych kompozytorów znalazły się w programie marcowej odsłony „Pałacowych spotkań z muzyką”. Współorganizatorem cyklu jest Powiat Legionowski.

Wokalno-instrumentalne popołudnie rozpoczęło z przystępem, bowiem na początek muzyki wykonali energetyczny i dobrze znany „Taniec z szablami” Arama Chaczaturiana. Kolejne utwory także brzmiały znajomo, nawet dla słuchaczy dopiero zaczynających przygodę z muzyką klasyczną. W pałacowych wnętrzach zabrzmiały między innymi: „Claire de lune” Claude Debussyego, „Humoreska” Antonína Dwořáka oraz II Rapsodia węgierska

Franciszka Liszta. Wszystkie kompozycje zaprezentowane podczas koncertu wymagały nie tylko wysokiego kunsztu artystycznego, ale również niezwykłej biegłości i precyzji technicznej. Pianista Adam Sychowski, fletistka Ewelina Kliczkowska oraz sopranistka Grażyna Mądrosz bez wątplenia brawurowo podołali wyzwaniu. Potwierdzeniem na to były długie owacje na stojąco, którymi artystów nagrodziła licznie zgromadzona publiczność.

KB



Pałacowe spotkania z muzyką cieszą się niesłabnącą popularnością. Utwory największych kompozytorów wszechczasów w wykonaniu utalentowanych artystów są gwarancją tego sukcesu

### POWIAT LEGIONOWSKI – KULTURALNIE I NA SPORTOWO

03.03–06.04 – Wystawa prac Oliwii Hildebrandt, Galeria Sztuki na Prostej, Jabłonna, ul. Prosta 2

31.03 – Mecz PGNiG Superliga Mężczyzn: KPR Legionowo S.A. – Energa MKS Kalisz, Arena Legionowo

05.04 – Malarstwo i rzeźba Jerzego Kuźmińskiego, GCK w Łąjskach

06.04 – Wieczór z Kulturą Orientu, Poczta w Legionowie

06.04 – Koncert „Polskie współczesne kwintety fortepianowe”, Ratusz Legionowo

07.04 – 20.04 – Wystawa prac Małgorzaty Sępnik, Galeria Sztuki na Prostej, Jabłonna, ul. Prosta 2

07.04 – II Półmaraton Leśny „Na Żarcie”, Legionowo polana leśna przy ul. Zakopiańskiej

07.04 – III Festiwal Tańca Studia Clou, Hotel Riviera w Olszewnicy Nowej

8.04 – Mazovia MTB Marathon, Arena Legionowo

08.04 – Salon Artystyczny Recital fortepianowy Juliusza Goniarskiego, Fila MOK w Legionowie, ul. Targowa 65

08.04 – Wieliszewski Crossing, OSP Krubin, ul. Jeziorna 40

10.04 – Ogólnopolski Konkurs Recytatorski eliminacje rejonowe w Legionowie, MOK w Legionowie, ul. Norwida 10

13–15.04 – XVIII Mistrzostwa Polski w Tańcach Polskich – Mazur 2018, hala sportowa przy Szkole Podstawowej nr 2 im. Jana Pawła II w Wieliszewie, ul. Kościelna 27

14–15.04 – Wieliszew CUP 2018 – wyścigi psich zaprzęgów, Wieliszew

17.04 – Koncert dla dzieci „Piosenka jest dobra na wszystko”, MOK Legionowo

## Bieg Zająca po raz czwarty

Czwartą edycją organizowany przez Fundację Active Life i wspierany przez Powiat Legionowski charytatywny Bieg Zająca wpisnął się w kalendarz naszych najważniejszych wydarzeń sportowych i integracyjnych.



„Pomaganie przez bieganie” – takim mottem kieruje się Fundacja Active Life, główny organizator Biegu Zająca

Tym razem Bieg Zająca zawitał do gminy Nieporęt. W IV edycji imprezy wzięło udział niemal 300 osób – biegaczy chorych i niepełnosprawnych, zawodników oraz kibiców. Główny organizator – Fundacja Active Live – oraz współpracujący z nią Powiat Legionowski zapewnili uczestnikom moc atrakcji.

Każdy, kto wziął udział w wydarzeniu mógł czuć się wygrany – głównym celem była integracja osób niepełnosprawnych ze zdrowymi. Ci ostatni wystąpili w roli tzw. „zajęców”, czyli asystentów towarzyszących chorym podczas biegu na 2 km. W wyścigu na 5 km triumfował Tomasz Budniak (KB TKKF Promyk Ciecchanów), bezkonkurencyjną kobietą okazała się Kinga Reda (Wieliszew Heron Team). Bieg na 10 km jako pierwszy ukończył Michał Makowski (Mazovia ProActiv). Najszybsza na tym dystansie była Justyna Śliwiak.

MK

## Zaproszenie na „Barbarzyńskie lanie”

„Barbarzyńskie lanie” to trening biegowo-sprawnościowy, organizowany przez Stowarzyszenie Bravehearts Legionowo. Zapowiada się mokry śmigus-dyngus.



Udział w imprezie jest bezpłatny, ale obowiązują zapisy. Chętni proszeni są o zgłaszanie się na adres bhl.pablo@wp.pl i uwzględnienie, że liczba miejsc jest ograniczona.

Wydarzenie organizuje Stowarzyszenie Bravehearts Legionowo we współpracy z Misyjnym Klubem Sportowo-Rekreacyjnym „Centrum” Dziegiełków. „Barbarzyńskie lanie” objął patronatem starosta Robert Wróbel.

MK

Nie taki „barbarzyńca” straszny, jak go malują

Impreza odbędzie się w wielkanocny poniedziałek, 2 kwietnia, o godz. 12, w parku im. Jana Pawła i na przyległym boisku. Dla uczestników organizatorzy przygotowują tor przeszkód stworzony przy wykorzystaniu akcesoriów typu opony i liny. Ponadto dodatkową atrakcją będzie

woda lana obficie ze strażackich pomp na... „barbarzyńców”. Zapowiada się ekstremalna dawka adrenaliny. Po treningu zaplanowany jest słodki poczęstunek.



### Paweł Kozłowski prezes Bravehearts Legionowo

Jak co roku zapewniamy wspaniałą atmosferę. Cieszymy się, że sporo ludzi znajduje czas, aby odejść od świątecznego stołu i wziąć udział w naszym szalonym treningu. Jest nam niezmiernie miło, że nasze działanie jest dostrzegane nie tylko przez światek sportowy, ale również przez władze miasta i powiatu. Patronaty Starosty Legionowskiego i Prezydenta Miasta Legionowo są dla nas zaszczytem, ale również mobilizacją do jeszcze lepszej pracy społecznej na co dzień i do organizacji coraz lepszych imprez promujących sport i rekreację na świeżym powietrzu.

# Kurier

Kurier. Informator Powiatu Legionowskiego

Adres: 05-119 Legionowo, ul. gen. Wł. Sikorskiego 11, tel. 22 7640 505, e-mail: promocja@powiat-legionowski.pl  
Redaktor naczelna: Joanna Kajdanowicz. Redakcja: Kalina Babecka, Mariusz Kraszewski, Katarzyna Leszczyńska, Agnieszka Matusiak-Ziółkowska.  
Zastrzegamy sobie prawo skracania i redagowania tekstów.  
Nie zwracamy materiałów niezamówionych.  
Druk: AGORA S.A. Skład: Adam Dziewicki.  
Wydawca: Starostwo Powiatowe w Legionowie.



### Robert Wróbel starosta legionowski

Fundacja Active Life we współpracy z Powiatem Legionowskim tworzy solidną markę, która już wkrótce może być rozpoznawalna w całym regionie. Głównym atrybutem obok energii i entuzjazmu organizatorów jest, rosnący z edycji na edycję, profesjonalizm. Bieg Zająca przyciąga zarówno głównych beneficjentów, czyli osoby niepełnosprawne, jak i zawodników, którzy swoim startem wspierają szlachetny cel.

## Podsumowanie VI edycji ligi powiatowej

Zakończyła się VI edycja Piłkarskiej Ligi Powiatu Legionowskiego. W niedzielę, 18 marca nastąpiły rozstrzygnięcia w rocznikach 2008 i 2010.

zdominowała ją Wisła Jabłonna. Rocznik 2010 to najliczniejsza grupa. Zagrało 15 drużyn, w których trenuje ponad 180 zawodników. Czwarta edycja PLPL w tym roczniku zmieniła układ sił. Najwięcej punktów zgromadził Żbik Nasielsk.

Na kolejną VII edycję PLPL, która zostanie rozegrana na murawie, zapraszamy już w kwietniu br.

MK

W rozgrywkach VI PLPL rocznika 2008 wzięło udział 10 zespołów, o 3 więcej niż w poprzedniej edycji. Zagrało ponad 120 zawodników. Ta grupa nie przyniosła niespodzianek – ponownie



### Artur Borkowski sekretarz Powiatu Legionowskiego

Cieszy gremialny udział kilkuset zawodników z kilkudziesięciu drużyn, dla których jest to znakomita okazja do zaprezentowania coraz wyższych umiejętności w ramach prowadzonej fairplay rywalizacji z rówieśnikami. Cieszy też zaangażowanie gmin naszego powiatu, za które serdecznie dziękuję. Wspólnie tworzymy warunki do wychowywania aktywnych, ambitnych młodych ludzi, którzy, nawet jeśli nie osiągną sukcesów, spożytkują zdobyte doświadczenia w innych aspektach swojego życia.

# 2017



Wybierz z nami  
**SPORTOWCA  
ROKU**  
Powiatu Legionowskiego



Powiat  
Legionowski

# KUPON

.....  
imię i nazwisko sportowca

.....  
imię i nazwisko osoby głosującej

**Kupony przyjmowane są do 7 maja 2018 r.**

(decyduje data wpływu kuponu do Starostwa Powiatowego w Legionowie).  
Każdy, kto prawidłowo wypełni kupon ma szansę na zdobycie nagrody rzeczowej.

Oświadczam, że wyrażam zgodę na przetwarzanie danych osobowych na potrzeby Wydziału Spraw Społecznych Starostwa Powiatowego w Legionowie zgodnie z ustawą z dnia 29.08.1997 r. o ochronie danych osobowych (Dz.U.z.2016r.,poz.922).

Wyrażam zgodę na przetwarzanie moich danych osobowych na potrzeby plebiscytu "Najlepszy sportowiec powiatu legionowskiego" przez Starostwo Powiatowe w Legionowie, zgodnie z ustawą z dnia 29.08.1997 o ochronie danych osobowych (Dz.U. z 2016 r. poz. 922 z późn. zm.).

.....  
czytelny podpis