

Prosto z Gminy

Teresiński Miesięcznik Samorządowy

NUMER 01/2023 • ISSN 1509-9814 • www.teresin.pl • bip.teresin.pl



GMINA
TERESIN
Tutaj żyje
się spokojnie

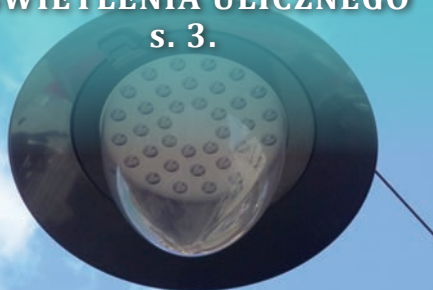
**W NOWY ROK
Z NOWYM BUDŻETEM**

s. 2



EGZEMPLARZ BEZPŁATNY

**RUSZYŁA MODERNIZACJA
OŚWIECZENIA ULICZNEGO**
s. 3.



**ORSZAK TRZECH KRÓLI
W SZYMANOWIE**
s. 10.-11.



**ŁUCZNICY ROZBILI
MEDALOWY BANK!**
s. 14.



Z PRAC RADY GMINY TERESIN

W NOWY ROK Z NOWYM BUDŻETEM

Sesja LXV /28.12.2022 r./

Radni uchwalili budżet na 2023 r.! Na ostatniej w tym roku sesji - 28 grudnia - przyjęto budżet oraz Wieloletnią Prognozę Finansową na lata 2023-2038.

- To jest budżet skrojony na trudne czasy, czasy nieobliczalnej inflacji, wzrostu cen, przede wszystkim energii i wszechobecnej drożyzny. Rosną wydatki bieżące - koszty opału, energii, odsetek od obligacji, a także materiałów i usług, co powoduje znaczny wzrost wydatków inwestycyjnych. Dlatego będziemy szukać oszczędności, co nie znaczy, że przestaniemy realizować inwestycje, bo to one rozpędzają lokalną gospodarkę. Na wiele z nich pozyskaliśmy olbrzymie zewnętrzne dofinansowania - informuje wójt Gminy Teresin Marek Olechowski.

W budżecie na 2023 r. zaplanowano dochody na łączną kwotę **85.873.094,00 zł**, na które składają się dochody bieżące w wysokości **74.408.094,00 zł** i dochody majątkowe w kwocie **9.465.000,00 zł**. Natomiast wydatki zaplanowano w łącznej kwocie **98.473.094,00 zł**, w tym na wydatki bieżące - **70.259.272,00 zł**. Na inwestycje zaplanowano kwotę **28.213.822,00 zł**. Na oświatę - zgodnie z deklaracją Ministra Finansów - otrzymamy tylko **16.677.291,00 zł**. Wydatki wyniosą tymczasem **31.743.691,00 zł** (**33,44 %** budżetu gminy). Dużą część dochodów gminy stanowią podatki. Zgodnie z szacunkami MF, z PIT-u oraz CIT-u mieszkańców uzyskamy **14.839.583,00 zł**. Są to wartości szacowane - wszystko będzie jednak uzależnione od aktualnej sytuacji gospodarczej gminy i całego państwa. Z tytułu podatków i opłat lokalnych planowane są wpływy do budżetu w wysokości **37.620.100,00 zł**.

W 2023 roku postanowiono przeznaczyć: na modernizację i budowę dróg **700.000,00 zł**, na budowę wodociągów i kanalizacji **6.005.000,00 zł**, na modernizację obiektów gminnych, w tym termomodernizację budynków użyteczności publicznej w Gminie Teresin (Szkoła Podstawowa w Szmanowie, budynek TOK) - **1.376.682,00 zł** oraz zwiększenie bezpieczeństwa i dostępności usług społecznych poprzez przebudowę i termomodernizację budynku Urzędu Gminy w Teresinie **5.635.000,00 zł**, utwardzenie placu manewrowego przy budynkach strażnic OSP Budki Piaseckie i OSP Teresin - **300.000,00 zł**, przebudowę oświetlenia ulicznego w Gminie Teresin - **5.761.140,00 zł**. Część środków radni wyasygnowali na współpracę z policją oraz strażą pożarną. Gmina przekaze **216.500,00 zł** na dofinansowanie dodatkowego etatu dzielnicowego w Posterunku Policji w Teresinie, a także **1.050.000,00 zł** na utrzymanie gotowości bojowej jednostek OSP, a **180.000,00 zł** zaplanowano na ekwiwalenty. Ponadto w budżecie zabezpieczono **8.000.000,00 zł** na wsparcie budowy tunelu drogowego w Teresinie. Szczegółowe informacje o budżecie dostępne są w Biuletynie Informacji Publicznej Gminy Teresin.

Na grudniowej sesji radni przyjęli ponadto trzy uchwały w sprawie przystąpienia do sporządzenia miejscowych planów zagospodarowania przestrzennego gminy Teresin obejmujące działki ew. nr 138/13, 138/14, 138/7 położone w Teresinie Gaju, część obrębu Paprotnia i Maszna oraz działki ew. nr 24, 25, 26/14, 30 położone w obrębie Zielonka. Podjęto także uchwałę w sprawie miejscowego planu zagospodarowania przestrzennego gminy Teresin obejmującego część obrębu Granice - obszar 2a.

Radni przyjęli również uchwałę w sprawie zmiany uchwały w sprawie Wieloletniej Prognozy Finansowej Gminy Teresin na lata 2022-2038 oraz uchwałę zmieniającą uchwałę budżetową Gminy Teresin na rok 2022. Ustalono także wykaz wydatków niewygasających z upływem roku budżetowego 2022 i stawkę jednostkowej dotacji przedmiotowej dla samorządowego zakładu budżetowego na 2023 rok. Radni postanowili udzielić pomocy finansowej Powiatowi Sochaczewskiemu w kwocie 27.500,00 zł z przeznaczeniem na „Przebudowę drogi powiatowej nr 3827W Dębówka-Zielonka” - Etap II.

Obrady LXV sesji Rady Gminy Teresin zakończyły informacje Przewodniczącego Rady i Wójta Gminy z ich działalności w okresie międzysesyjnym oraz wolne wnioski.



Sesja LXVI / 12 stycznia 2023 r./

Głównym powodem zwołania LXVI sesji Rady Gminy była konieczność dokonania korekt w budżecie.

Wzrósł plan dochodów i wydatków o kwotę 387.090,00 zł z przeznaczeniem na wypłatę dodatków dla gospodarstw domowych z tytułu wykorzystywania niektórych źródeł ciepła zgodnie z ustawą z dnia 15 września 2022 r. o szczególnych rozwiązaniach w zakresie niektórych źródeł ciepła w związku z sytuacją na rynku paliw.

Radni podjęli także decyzje dotyczące zmian w Wieloletniej Prognozie Finansowej Gminy Teresin na lata 2023-2038.

W kolejnym punkcie obrad Rada Gminy wprowadziła zmiany w uchwale dotyczącej podwyższenia kryterium dochodowego uprawniającego do korzystania z pomocy społecznej oraz odstąpienia od żądania zwrotu wydatków przez osoby objęte rządowym programem „Posiłek w szkole i w domu na lata 2019-2023”. Podwyższono do 200 %

kwoty kryterium dochodowe uprawniające do korzystania z pomocy w formie zasiłku celowego realizowanego jako świadczenie pieniężne na zakup posiłku lub żywności dla osób w ramach modułu I - dla dzieci i młodzieży oraz modułu II - dla osób dorosłych. Jednocześnie radni postanowili odstąpić od żądania zwrotu wydatków w zakresie dożywiania w formie posiłku albo świadczenia rzeczowego w postaci produktów żywnościowych dla osób i rodzin wymienionych w uchwale Nr 140 Rady Ministrów z dnia 15 października 2018 r. jeżeli dochód osoby samotnie gospodarującej, dochód osoby w rodzinie lub dochód rodziny nie przekracza wysokości 200 % kryterium dochodowego, o którym mowa w art. 8 ust.1 ustawy o pomocy społecznej.

Redakcja

Projekty uchwał zamieszczone są na stronie bip.teresin.pl w zakładce „Rada Gminy Teresin” - „Projekty uchwał”.

Nagranie obrad można obejrzeć na stronie bip.teresin.pl w zakładce „Rada Gminy Teresin” „Transmisje sesji” (archiwum nagrań).

160. ROCZNICA WYBUCHU POWSTANIA STYCZNIOWEGO



160 lat temu wybuchł największy zryw narodowowyzwoleńczy przeciwko zabójcy rosyjskiemu. W rozpoczętym 22 stycznia 1863 r. powstaniu styczniowym wzięło udział około 200 tysięcy powstańców. Stoczonych zostało około 1200 bitew i potyczek. Kilkadziesiąt tysięcy powstańców poległo w walkach, blisko tysiąc stracono, a ok. 38 tys. skazano na katorgę lub zesłanie na Syberię.

Walki powstańcze toczyły się również na naszych terenach. Jedną z większych bitew rozegrała się pod Kaskami w lipcu 1863 r., w której straciliśmy 24 ludzi, przy 40 zabitych carskich żołnierzach. Poniżej cytujemy kilka fragmentów „Kroniki Parafii Szymanów” o działaniach związanych z Powstaniem Styczniowym na tym terenie.

„[...]wobec powszechnego rozbrojenia kraju, siła zbrojna powstania, uzasadniła się na organizowaniu oddziałów partyzanckich pod osłoną lasów lub innych miejsc mniej dla wojsk regularnych przystępnych. Jednym z takich oddziałów, zawiązanych w pierwszej zaraz chwili wybuchu rewolucyjnym, był oddział zbierający się w bliskim sąsiedztwie od Dóbr Szymanowskich, w lasach obszernych należących do Bolimowa o 1 i 1/2 mili od Szymanowa. Dnia 28 stycznia przybyła po raz pierwszy partia par-

tyzantów już uzbrojonych do Szymanowa, dla werbowania ochotników i wzięła ze sobą na dwie furmanki młodzieży zgłaszającej się z różnych stron i klas ludności miejscowej”.

Na terenie Dóbr Szymanowskich miały miejsce zwykłe dla okresu wojennego rzeczy: zbieranie podatków na konspiracyjny Rząd Narodowy i cele powstańcze, przemarsze wojsk, przeszukania, nakładane kary i kontrybucje: „W listopadzie 1863 roku konwój egzekucyjny wojskowy rosyjski, złożony z 300 piechoty i 100 kozaków przybył do Szymanowa dla ściągnięcia zalegających podatków”.

Inny przykład: „W tydzień potem tj. dnia 5 Lutego przybył powtórnie oddział powstańczy z lasu bolimowskiego, do folwarku Szymanów za rekwizycją furazju; użyto wzięto 2 fornalki dworskie i naładowawszy je żywnością różnego rodzaju, konwojowano do obozu”.

Z pewnością można uznać, iż na terenie ówczesnych Dóbr Szymanów toczyły się zmagania wojenne – w pobliskich Kaskach jest odnotowana potyczka, a w samym Szymanowie miał miejsce także epizod powstańczy: „Oddział stojący w folwarku spostrzegł niebezpieczeństwo i stanąwszy pod broń, puścił się na obronę pojmanego. Na odgłos alarmu i na wieść, że jeden z powstańców ujęty, zapal, jakby iskrą elektryczną wzniecony, ogarnął całą ludność miejscową; w mgnieniu oka tłum kilkuset ludzi wpadł na dziedziniec, rozebrał broń na furze złożoną i stanął w gotowości do rozpaczliwej obrony”.

Warto pamiętać też o carskich represjach dla mieszkańców Szymanowa. Paweł Stagjenka za udział w powstaniu otrzymał wyrok trzech lat więzienia, a Tomasz Koppe, Jakub Paluch i Józef Piszczałski 15 lat ciężkich robót w syberyjskich kopalniach. Na Syberię zesłano również Antoniego Szmigielskiego i Łukasza Modzelewskiego. Za przetrzymywanie u siebie powstańców nałożono kontrybucję w wysokości 150 rubli (była to w owym czasie roczna pensja listonosza), na ks. Melchiora Gromulskiego - proboszcza parafii Szymanów.

W niedzielę 22 stycznia, z okazji 160. rocznicy wybuchu tego ważnego zrywu narodowego, przy Dębie Niepodległości „Powstanie Styczniowe” w Szymanowie spotkali się członkowie Stowarzyszenia „Teresin – nasze korzenie”. Skromna lokalna uroczystość rozpoczęła się od krótkiego wstępu historycznego Krzysztofa Habra, członka Stowarzyszenia. Następnie złożono kwiaty i zapalono znicze.

Stowarzyszenie
„Teresin – nasze korzenie”



MODERNIZACJA OŚWIETLENIA W GMINIE TERESIN

Do Gminy Teresin wkracza nowoczesne i inteligentne oświetlenie. W grudniu 2022 r. rozpoczęła się jego kompleksowa przebudowa. Wykonawcą, wybranym w publicznym przetargu, jest firma SPIE Elbud Gdańsk S.A. specjalizująca się w budowie stacji elektroenergetycznych wysokich i najwyższych napięć, linii kablowych i napowietrznych na wszystkich poziomach napięć oraz w ich modernizacji i remontach. Przebudowie podlegać będzie 2396 punktów oświetleniowych na terenie całej gminy. Prace modernizacyjne potrwać do sierpnia.



- Obecne oświetlenie uliczne w Gminie Teresin złożone jest w zdecydowanej większości z opraw sodowych i znikomej z opraw rtęciowych o różnych mocach. Jedynie 12 opraw to lampy typu LED. Nie jest zachowana równomierność oświetlenia. Istniejące sterowanie oświetleniem polega na stosowaniu zegarów astronomicznych, co nie pozwala na inteligentne sterowanie natężeniem oświetlenia, okresowym ściemnianiem i jego redukcją stosownie do pory nocy. Łączna moc zastosowanych źródeł oświetlenia to 185,94 kW, a roczne zużycie energii elektrycznej przed modernizacją wynosił 771 MWh/rok - informuje specjalista ds. zarządzania energią Urzędu Gminy Marian Czyżewski.

Zaplanowana przebudowa oświetlenia ulicznego w Gminie zakłada wymianę istniejących opraw oświetleniowych na oprawy w technologii LED na istniejących słupach. Ponadto, zgodnie z opracowanym przed modernizacją audytem efektywności energetycznej oświetlenia, zaplanowano dołożenie 405 sztuk opraw dodatkowych na już istniejących słupach. Nowym elementem, pozwalającym na uzyskanie dużych oszczędności energii, będzie wprowadzenie inteligentnego systemu sterowania oświetleniem. Z uwagi na bardzo dobry stan oświetlenia ulicznego w ulicy Kampinoskiej - oprawy nie będą tam wymieniane, a jedynie przystosowane do nowego systemu sterowania.

Planowana w ramach projektu modernizacja oświetlenia doprowadzi w efekcie do radykalnego obniżenia mocy zainstalowanych urządzeń oświetleniowych oraz energochłonności oświetlenia w przeliczeniu na jeden punkt świetlny, a co za tym idzie, do ograniczenia zużycia energii elektrycznej, a następnie emisji gazów do atmosfery. Łączna moc źródeł oświetlenia po modernizacji wyniesie 105,17 kW. Przewidywane jest roczne zużycie energii po modernizacji w wysokości 356 MWh/rok (spadek zużycia energii - 415 MWh/rok, spadek emisji CO₂ - 298,385 ton/rok).

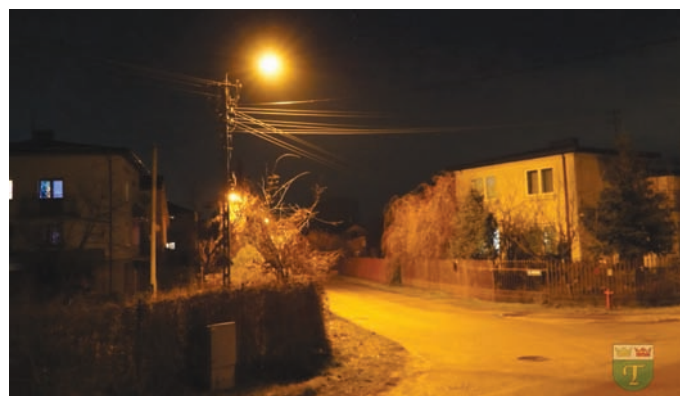
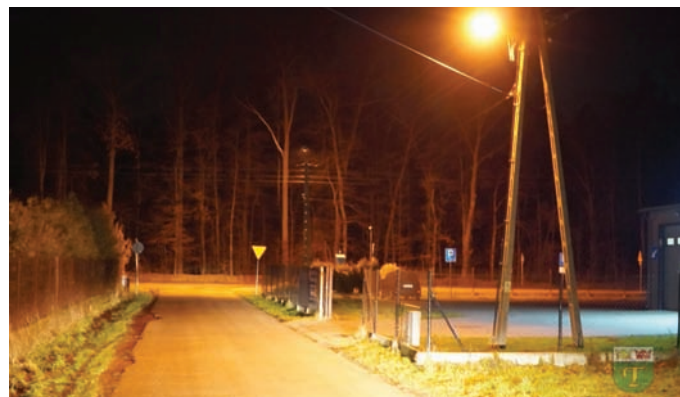
- Jeśli chodzi o korzyści ze stosowania nowoczesnych technologii oświetleniowych, szacuje się, że wybierając oświetlenie LED oraz dzięki zastosowaniu systemów zarządzania oświetleniem, które optymalizują pracę systemu oświetleniowego, osiągniemy oszczędności rzędu 60% w porównaniu do technologii konwencjonalnych. To jedna z największych inwestycji w tym zakresie w naszym regionie. Jej efektem będzie znaczne obniżenie energochłonności systemu przez wdrożenie energooszczędnego sprzętu oświetleniowego o najwyższych parametrach użytkowych. Kompleksowa modernizacja oświetlenia ulicznego będzie przeprowadzona nie tylko ze względu na oszczędności, ale także w trosce o bezpieczeństwo mieszkańców i środowisko naturalne - podkreśla wójt Marek Olechowski.

Prace modernizacyjne, zgodnie z umową, będą trwały do 18 sierpnia 2023 r. Łącznie wymiana oświetlenia na terenie całej gminy będzie

kosztować niemal 5.658.000,00 zł, a finansowanie inwestycji złożone będzie z 3 źródeł: środków dotacyjnych z Funduszu Inwestycji Lokalnych w kwocie 1.500.000 zł, niskooprocentowej, umarzalnej w 30% pożyczki z Wojewódzkiego Funduszu Ochrony Środowiska w kwocie 2.700.000 zł oraz środków własnych Gminy w kwocie 1.458.000 zł.

Z uwagi na bardzo rozległy zakres prac, próby rozruchowe, prace łączeniowe możliwe są krótkotrwałe przerwy w działaniu oświetlenia, jak również załączanie oświetlenia w trakcie dnia, za co Mieszkańców uprzejmie przepraszamy.

Redakcja



REMONT STRAŻNICY OSP W PAPROTNI



**Remont strażnicy wykonano
w ramach Zadania
„MAZOWIECKIE STRAŻNICE OSP-2022”**

Zadanie współfinansowane ze środków
Samorządu Województwa Mazowieckiego



W grudniu zakończył się remont klatki schodowej w strażnicy Ochotniczej Straży Pożarnej w Paprotni, który był możliwy dzięki finansowemu wsparciu Samorządu Województwa Mazowieckiego w ramach zadania Mazowieckie Strażnice OSP-2022.

Głównym celem programu jest wsparcie gmin w realizacji ich zadań własnych z zakresu ochrony przeciwpożarowej, mających za zadanie poprawę zabezpieczenia sprzętu ratowniczo-gaśniczego i polepszenia warunków pracy druhów strażaków.

Podczas remontu klatki schodowej w strażnicy OSP w Paprotni dokonano rozebrania obicia ścian drewnianych z desek, wykonano demontaż balustrady schodowej, rozbiórkę posadzki z terakoty na podestach i holu, aplikację betonu architektonicznego na ściany, wykonano balustradę

schodową z rur kwasoodpornych, pomalowano ściany, dokonano aplikacji systemu „kamienno dywan” na podestach, holu oraz schodach klatki schodowej.

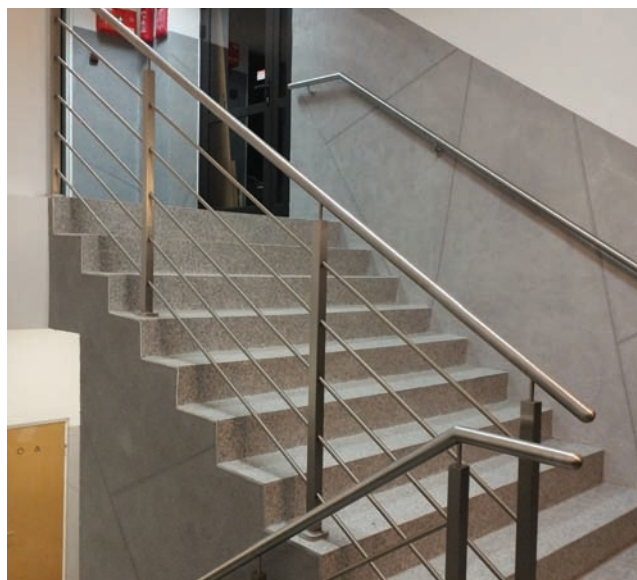
Całkowity koszt remontu wyniósł: **38 019,30 zł.**

30 000,00 zł - dotacja celowa ze Środków Samorządu Województwa Mazowieckiego

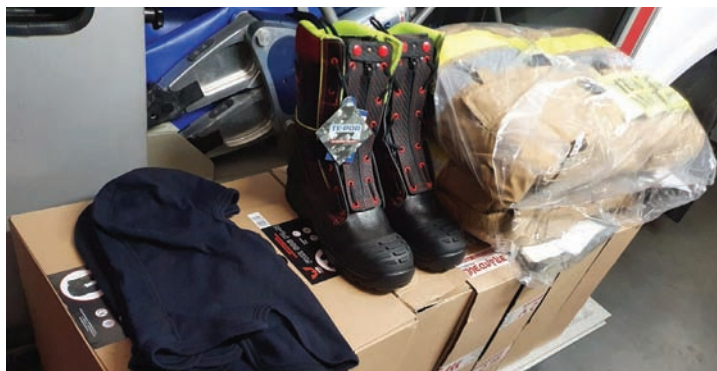
8 019,30 zł - środki własne OSP Paprotnia.

#programywsparcia
#solidarnośćmazowiecka

Redakcja



KOLEJNE WSPARCIE DLA MŁODZIEŻOWEJ DRUŻYNY POŻARNICZEJ OSP W BUDKACH PIASECKICH



Wojewódzki Fundusz Ochrony Środowiska i Gospodarki Wodnej w Warszawie przekazał 15 tys. zł na zakup niezbędnego sprzętu do szkoleń MDP.

Ochotnicza Straż Pożarna w Budkach Piaseckich pozyskała z Wojewódzkiego Funduszu Ochrony Środowiska i Gospodarki Wodnej w Warszawie dofinansowanie na zakup sprzętu na potrzeby aktywizacji Młodzieżowej Drużyny Pożarniczej działającej w jej szeregach. Sprzęt został zakupiony w ramach programu „Zapobieganie zagrożeniom środowiska i poważnym awariom poprzez aktywowanie i doposażanie Młodzieżowych Drużyn Pożarniczych”.

źródło: OSP Budki Piaseckie Fb

OSP BUDKI PIASECKIE Z DOTACJĄ FUNDACJI PKN ORLEN

PKN ORLEN przeznaczył 6 tys. złotych zł na wsparcie Ochotniczej Straży Pożarnej w Budkach Piaseckich.

Za otrzymaną dotacją zakupiono aparat powietrzny FENZY X-PRO, który służy do podłączenia drugiej maski lub kaptura ucieczkowego i umożliwia ewakuację poszkodowanej osoby ze strefy zadymionej lub skażonej. Sprzęt ten przyczyni się do zapewnienia lepszego zabezpieczenia strażaków podczas działań, podniesie również komfort ich pracy i będzie użytkowany podczas działań ratowniczych na terenie Gminy Teresin jak również na terenie powiatu sochaczewskiego.

źródło: OSP Budki Piaseckie Fb





UWAGA! WAŻNY KOMUNIKAT!

**Urząd Gminy informuje,
że wnioski o zakup węgla po cenach preferencyjnych
można składać tylko do 15 lutego 2023 r.**

**Do zakupu węgla uprawnione są osoby spełniające warunki
do otrzymania dodatku węglowego.**

Wydawanie węgla będzie realizowane przez lokalne składy opału.

**Formularze wniosków można otrzymać
w Biurze Obsługi Mieszkańców
lub pobrać ze strony bip.teresin.pl**

KOMUNIKAT

**Urząd Stanu Cywilnego w Teresinie
uprzejmie prosi wszystkie pary małżeńskie
zameldowane aktualnie na terenie naszej Gminy,
które zawarły związek małżeński 50 lat temu, tj. w 1973 roku,
o kontakt z Urzędem Stanu Cywilnego
w terminie do 26 lutego 2023 r.
Temat dotyczy uhonorowania Państwa
w związku z długoletnim pożyciem małżeńskim.
Telefon kontaktowy: 46 864 25 54**

**Kierownik USC
Agnieszka Adamczyk**

Edukacja Domowa

ZAPRASZAM DO KONTAKTU RODZINY W EDUKACJI DOMOWEJ

**W CELU UTWORZENIA LOKALNEJ GRUPY
(INTEGRACJA, ROZMOWA, WSPÓLNE AKTYWNOŚCI)**

**GRUPA NA Facebooku
Edukacja Domowa Teresin Sochaczew Błonie
lub mail
edukacjadowowa@marileo.pl**

HARMONOGRAM ODBIORU ODPADÓW KOMUNALNYCH I SEGREGOWANYCH DLA GMINY TERESIN

 Gmina Teresin ul. Zielona 20 96-515 Teresin		LUTY 2023	MARZEC 2023	KWIECIEŃ 2023	MAJ 2023	CZERWIEC 2023	LIPIEC 2023
Rejon VI: <i>Lisice, Ludwików, Seroki-Parcela, Seroki-Wieś</i>	zmieszane	16	16	13, 27	11, 25	10, 22	6, 20
	tworzywa sztuczne, metale, opakowania wielomateriałowe	2	2, 30	27	25	22	20
	papier	2	30		25		20
	bioodpady	16	16	13, 27	11, 25	10, 22	6, 20
	popiół	6	6	3	2	26	
Rejon VII: <i>Elżbietów, Gaj, Nowe Paski, Stare Paski, Teresin-Gaj, Topolowa</i>	szkło		13		8	26	
	zmieszane	10	10	7, 21	5, 19	2, 16, 30	14, 28
	tworzywa sztuczne, metale, opakowania wielomateriałowe	28	28	25	23	20	18
	papier		28		23		18
	bioodpady	10	10	7, 21	5, 19	2, 16, 30	14, 28
Rejon VIII: <i>Budki Piaseckie, Dębówka, Mikołajów, Nowa Piasecznica, Skotniki, Stara Piasecznica, Witoldów</i>	popiół	7	7	4	6	27	
	szkło		14		9	27	
	zmieszane	9	9	6, 20	4, 18	1, 15, 29	13, 27
	tworzywa sztuczne, metale, opakowania wielomateriałowe	7	7	4	2, 30	27	25
	papier	7		4	30		25
Rejon IX: <i>Kawęczyn, Mauryców, Pawłówek, Skrzewów, Strugi, Szymanów</i>	bioodpady	9	9	6, 20	4, 18	1, 15, 29	13, 27
	popiół	28	28	25		20	
	szkło		15		10	28	
	zmieszane	13	13	8, 24	8, 22	5, 19	3, 17, 31
	tworzywa sztuczne, metale, opakowania wielomateriałowe	9	9	6	4	1, 29	27
Zabudowa wielorodzinna	papier	9		6		1	27
	bioodpady	13	13	8, 24	8, 22	5, 19	3, 17, 31
	popiół	8	8	5	6	28	
	szkło		16		11	29	
	zmieszane	6, 20	6, 20	3, 11, 17, 24, 29	8, 15, 22, 29	5, 12, 19, 26	3, 10, 17, 24, 31
	tworzywa sztuczne, metale, opakowania wielomateriałowe	7, 14, 21, 28	7, 14, 21, 28	4, 11, 18, 25	2, 9, 16, 23, 30	6, 13, 20, 27	4, 11, 18, 25
	papier	14, 28	14, 28	11, 25	9, 23	6, 20	4, 18
	bioodpady	6, 20	6, 20	3, 11, 17, 24, 29	8, 15, 22, 29	5, 12, 19, 26	3, 10, 17, 24, 31
	popiół	2	2, 30	27		22	
	szkło	2, 16	2, 16, 30	13, 27	11, 25	9, 22	6, 20

UWAGA! Prosimy o wystawianie pojemników i worków z odpadami przed posesję do godz. 6:30 zgodnie z terminami określonymi w harmonogramie.
Nie wystawienie odpadów w wyznaczonym czasie skutkować będzie brakiem uznania reklamacji oraz ich odbiorem w kolejnym wyznaczonym terminie zgodnie z harmonogramem.

Reklamacje dotyczące odbioru odpadów należy zgłaszać do Urzędu Gminy Teresin pod nr tel. 46 864 25 57 lub na adres e-mail: ochronasrodowiska@teresin.pl oraz do firmy Partner pod nr tel. 22 451 41 24 lub na adres e-mail: bok@partner-apski.pl

HARMONOGRAM ODBIORU ODPADÓW KOMUNALNYCH I SEGREGOWANYCH DLA GMINY TERESIN

Gmina Teresin ul. Zielona 20 96-515 Teresin		LUTY 2023	MARZEC 2023	KWIECIEŃ 2023	MAJ 2023	CZERWIEC 2023	LIPIEC 2023
Rejon I: <i>Paprotnia</i>	zmieszane	14	14	11, 25	9, 23	6, 20	4, 18
	tworzywa sztuczne, metale, opakowania wielomateriałowe	27	27	24	22	19	17
	papier		27		22		17
	biodegradowalne	14	14	11, 25	9, 23	6, 20	4, 18
	popiół	1	1, 29	26		21	
Rejon II: <i>Granice</i>	szkło		6	29		19	
	zmieszane	15	15	12, 26	10, 24	7, 21	5, 19
	tworzywa sztuczne, metale, opakowania wielomateriałowe	6	6	3	2, 29	26	24
	papier	6		3	29		24
	biodegradowalne	15	15	12, 26	10, 24	7, 21	5, 19
Rejon III: <i>Teresin ulice: Al. XX-lecia, Dębowa, Druckiego-Lubeckiego, Graniczna, Guzowska, Krótka, Kwiatowa, Lipowa, Szymanowska, Świętokrzyska, Teresińska, Torowa, Warszawska, Teresin ulice: 1 Maja, 3 Maja, 15 Sierpnia, Akacja, Baśniowa, Br. Ch. Pawłowicza, Długa, Dziatkowa, Kaska, Kasztanowa, Pocztowa, Poprzeczna, Rynkowa, Szkołna, Wąska, Wiśniowa.</i>	popiół	27	27	24		19	
	szkło		7		2	20	
	zmieszane	7	7	4, 18	2, 16, 30	13, 27	11, 25
	tworzywa sztuczne, metale, opakowania wielomateriałowe	1	1, 29	26	24	21	19
	papier	1	29		24		19
Rejon IV: <i>Izbiska, Nowe Gnatowice, Maszyna, Pawłowice</i>	biodegradowalne	7	7	4, 18	2, 16, 30	13, 27	11, 25
	popiół	2	2, 30	27		22	
	szkło		8		6	21	
	zmieszane	8	8	5, 19	4, 17, 31	14, 28	12, 26
	tworzywa sztuczne, metale, opakowania wielomateriałowe	3	3, 31	28	26	23	21
Rejon V: <i>Izbiska, Nowe Gnatowice, Maszyna, Pawłowice</i>	papier	3	31		26		21
	biodegradowalne	8	8	5, 19	4, 17, 31	14, 28	12, 26
	popiół	3	3, 31	28		23	
	szkło		9		4	22	
	zmieszane	17	17	14, 28	12, 26	9, 23	7, 21
Rejon VI: <i>Izbiska, Nowe Gnatowice, Maszyna, Pawłowice</i>	tworzywa sztuczne, metale, opakowania wielomateriałowe	8	8	5	4, 31	28	26
	papier	8		5	31		26
	biodegradowalne	17	17	14, 28	12, 26	9, 23	7, 21
	popiół	9	9	6	5	29	
	szkło		10		5	23	

UWAGA! Prosimy o wystawianie pojemników i worków z odpadami przed posesję do godz. 6:30 zgodnie z terminami określonymi w harmonogramie.
Nie wystawienie odpadów w wyznaczonym czasie skutkować będzie brakiem uznania reklamacji oraz ich odbiorem w kolejnym wyznaczonym terminie zgodnie z harmonogramem.

Reklamacje dotyczące odbioru odpadów należy zgłaszać do Urzędu Gminy Teresin pod nr tel. 46 864 25 57 lub na adres e-mail: ochronarodowiska@teresin.pl oraz do firmy Partner pod nr tel. 22 451 41 24 lub na adres e-mail: bok@partner-apelski.pl



PARTNER
GOSPODARKA ODPADAMI

ŚWIĄTECZNY KIERMASZ CHARYTATYWNY NA RZECZ TOMASZA STANISŁAWSKIEGO

Teresinianie po raz kolejny udowodnili, jak bardzo otwarci są na drugiego człowieka, jak wielkie drzemią w nich pokłady życzliwości i serdeczności. Przy Skwerze Niepodległości, nieopodal Dworca TO.Kultura odbył się kiermasz świąteczny, z którego dochód w całości został przeznaczony na wsparcie Tomasza Stanisławskiego, zbierającego środki na rehabilitację po udarze krwotocznym.

Tego typu impreza miała miejsce w Teresinie po raz drugi. Premiera Kiermaszu miała miejsce w 2019 roku, a zebrane wówczas środki, zostały przekazane na leczenie Mai Kapłon.

18 grudnia na Skwerze Niepodległości (ul. Torowa, vis-à-vis dworca kolejowego) mogliśmy zakosztować niezwykle atmosfery świątecznego jarmarku. Wśród wystawców przeważały przede wszystkim sołectwa i kola gospodyń wiejskich naszej gminy, które specjalnie na tę okazję przygotowały wiele smakołyków i niespodzianek. Swoje stoisko zaprezentowało również Koło Łowieckie „Grunwald” przy Komendzie Głównej Policji, na którym serwowało przepyszną kielbasę myśliwską. Swoją obecność mocno zaakcentowali także Stowarzyszenie „Teresin - nasze korzenie”, Michał Odolczyk z premierową książką „Solanka” oraz Klub Seniora „Radosna Jesień”. W kiermaszowej ofercie znalazły się m.in. domowe, świąteczne wypieki, pierogi pod wieloma postaciami, aromatyczne wędliny, chleb, wyśmienite przetwory z owoców i wiele innych przysmaków, których nie sposób wyliczyć. Na miejscu można było skosztować świątecznego bigosu, pysznej grochówki oraz dań z grilla. Nie zabrakło aromatycznych grzańców i wielosmakowych na-

lewek. Do kupienia były też stroiki, ozdoby choinkowe, wyroby rękodzieła. Całości towarzyszyła świąteczna muzyka. Wydarzenie zwińczył koncert Mai Kapłon, która blisko trzy lata wcześniej, w podobny sposób doświadczyła ludzkiej serdeczności, a teraz spłaca dług wdzięczności. Mimo przenikliwego zimna, udało się rozgrzać serca lokalnej społeczności. Komitet koordynujący zbiórkę pieniędzy na rzecz Tomasza Stanisławskiego wraz z Teresińskim Ośrodkiem Kultury i druhami strażakami zadbał o perfekcyjną i bezpieczną organizację imprezy.

- Dziękujemy serdecznie wszystkim, którzy zaangażowali się w naszą akcję. Po raz kolejny udowodniliście, że można na Was liczyć. Zebrane 51 tysięcy złotych zostanie przeznaczone w całości na rehabilitację Tomka - podkreśla Beata Krukowska, koordynatorka wydarzenia.

Przypominamy, że pana Tomasza można nadal wspierać, dołączając do grupy na Facebooku „Pomagamy Tomkowi!”, na której trwają licytacje, odpisując 1% KRS 0000039541 (cel szczegółowy: 381. Tomasz Stanisławski), przekazując darowizny na konto Fundacji Skarbowości nr 83124011831111000012912865 (tytułem: Darowizna 381. Tomasz Stanisławski) albo wysyłając SMS-y na numer 72 601 o treści WSPIERAM.381.

Kiermasz odbył się pod patronatem wójta gminy Teresin Marka Olechowskiego, a w jego organizację włączyli się Teresiński Ośrodek Kultury, OSP Teresin oraz Stowarzyszenie Sochaczew Aktywni dla Powiatu.

Redakcja



NIECHAJ PROWADZI NAS GWIAZDA!

XI ORSZAK TRZECH KRÓLI W SZYMANOWIE

6 stycznia, zgodnie z tradycją, w święto Objawienia Pańskiego, w parafii p.w. Wniebowzięcia N.M.P. w Szymanowie odbył się Orszak Trzech Króli. To już XI edycja tego wydarzenia, podczas którego parafianie oraz goście i pielgrzymi przemaszerowali w barwnym korowodzie ulicami miejscowości, kolędując oraz uczestnicząc w ulicznych jasełkach.

Tegoroczna edycja Orszaku odbyła się pod hasłem „Niechaj prowadzi nas Gwiazda!”. - *Ma ono przypominać nam o Gwieździe Betlejemskiej, która była przewodniczką Mędrców wędrujących do Betlejem w poszukiwaniu Nowonarodzonego Króla* - informuje niepokalanica, s. Adriana Kotowicz, od jedenastu lat niestrudzenie czuwająca nad przebiegiem szymanowskiego Misterium.

Wydarzenie rozpoczęła Msza św., której przewodniczył ks. Robert Sierpniak, proboszcz tutejszej parafii, a homilię wygłosił o. Wiesław Koc, gminny kapelan strażaków. Scenariusz Orszaku Trzech Króli 2023 zwraca szczególną uwagę na ten znak, który przyprowadził pogańskich Królów do Chrystusa. Gwiazda, jest symbolem wiary, którą mamy umacniać i za którą mamy dziękować. Gwiazda prowadząca Mędrców jest również znakiem dla nas, że w drodze do Jezusa potrzebujemy przewodników, kierowników duchowych, którzy będą wskazywać nam właściwy kierunek – czytamy

w przewodniku tegorocznego Orszaku. Korowód, na czele którego wybijała się promienista wielobarwna gwiazda, a także dzieci z kolorowymi flagami, anioły, pasterze, młodzież, siostry zakonne, Maryja i Józef, król Herod oraz Trzej Królowie, a także kilkusetosobowy tłum wiernych, noszących na głowach kolorowe papierowe korony, przeszedł ulicami Szymanowa. Uczestnicy zatrzymywali się przy specjalnie zaaranżowanych przystankach, gdzie można było obejrzeć odsłony dotyczące Narodzenia Pana Jezusa. Ostatnie sceny i oddanie hołdu małemu Jezusowi odbyły się przy kaplicy Sanktuarium Matki Bożej Jazłowieckiej. W wydarzeniu uczestniczyli przedstawiciele lokalnych władz na czele z przewodniczącym Rady Gminy Teresin Bogdanem Linardem. Na zakończenie ks. proboszcz Robert Sierpniak i s. Adriana Kotowicz podziękowali wszystkim, którzy przyczynili się do zorganizowania tegorocznego Orszaku. - *Szczególne podziękowania należą się Policji czuwającej nad bezpieczeństwem, Teresińskiemu Ośrodkowi Kultury za pomoc w nagłośnieniu scen jasełkowych, wójtowi Gminy Teresin za zaspensponsorowanie pysznego bigosu i kielbasek, paniom które wydawały posiłek i dbały, aby każdy był najedzony, straży królewskiej, telewizji Niepokalanów, fotografowi Pawłowi Kalbarczykowi, ale nade wszystko dzieciom i młodzieży, które zasiły grono orszaku, dzielnie maszerując w barwnym korowodzie oraz aktorom i osobom bezpośrednio zaangażowanych w pomoc i przygotowanie scenografii. Dziękujemy wszystkim, którzy przyczynili się do podtrzymania i rozwijania tej jasełkowej tradycji* - podkreśla s. Adriana Kotowicz.

Redakcja





BOHATERON W NASZEJ SZKOLE I GMINIE. SPOTKANIE Z POWSTAŃCEM WARSZAWSKIM PANEM JERZYM BRZEZIŃSKIM

Święta Bożego Narodzenia to dla wielu osób czas pełen miłości, nadziei i radości. Wewnętrzna potrzebę pomagania można realizować na różne sposoby - w Szkole Podstawowej w Teresinie były organizowane coroczne akcje charytatywne.

Jednak w tym wyjątkowym czasie nie chcemy zapominać o ludziach, którzy bohaterami są przez cały rok, a nawet więcej - całe życie. W przedświąteczną środę (21 grudnia) delegacja ze Szkoły Podstawowej odwiedziła Pana Jerzego Brzezińskiego - Powstańca, który mając zaledwie 17 lat wstąpił do Armii Krajowej i w 1944 roku brał udział w powstaniu warszawskim. Uczennice klas 6 i 8: Marysia Popłońska, Zuzia Sawicka i Oliwia Matyska, pod opieką koordynatorów projektu BohaterON pani Beaty Pałuby i Klaudii Kantorskiej przekazały Panu Brzeziń-

skiemu świąteczne życzenia i prezenty od Wójta Marka Olechowskiego i Przewodniczącego Gminy Teresin Pana Bogdana Linarda oraz całej społeczności szkolnej. Spotkanie to dało też możliwość wysłuchania opowieści Pana Brzezińskiego o tym trudnym i ważnym dla Polaków wydarzeniu. Wspomnienia tych przejmujących sytuacji były tak barwnie opowiadane, jakby działy się wczoraj. W niektórych momentach opowieść była uzupełniana o szczegóły przez żonę Powstańca, Panią Brzezińską.

Spotkanie z Panem Jerzym było prawdziwą, żywą, lekcją historii, za którą serdecznie dziękujemy. Jesteśmy dumni, że mamy takich mieszkańców Teresina.

Klaudia Kantorska



POWIATOWY KONKURS LITERACKI „SZUFLADA”

4 grudnia poznaliśmy laureatów III Powiatowego Konkursu Literackiego „Szuflada”. W tym numerze prezentujemy pracę Filipa Kisiołka – laureata I nagrody oraz specjalnego wyróżnienia Teresińskiego Miesięcznika Samorządowego „Prosto z Gminy”.

Tekst Filipa Kisiołka wyróżnia tematyczna i stylistyczna dojrzałość. Śmiało można powiedzieć, że autor, kreując konkretną historię, przełamuje podziały na to, co liryczne i prozatorskie. Uwagę czytelnika przykuwają niezwykle powiązania myślowe oraz opisy, które z pieczołowitością przedstawiają głównego bohatera - tytułowego Mierniczego. Autor posiadał niecodzienną umiejętność budowania wysmakowanej metafory tylko z pozoru pospolitego obrazu otaczającej go rzeczywistości. Z lekkością operuje symbolem, który umiejętnie wplata w warstwę fabularną tekstu. Odnajdujemy w nim elementy paraboli, która w zakończeniu przyjmuje formę subtelnej, ironicznej puenty: *Dawno nikt nas nie mierzył...*

Tomasz Daczko /juror/

Filip Kisiołek
Mierniczy

Gdzieś w otchłani mojego umysłu, w nieustannie wirujących kłębuszkach wyobraźni ostał się widok czasów, gdy po szkole wracałem zwirowymi ulicami do domu. Pokonywałem dzikie i nieokresane rozstaje dróg i ścieżek niczym żyły ukrwające okoliczną ziemię. Rozpościerały się one, tworząc labirynty i konstelacje infrastrukturalne, w których nie sposób było się zgubić. Mnie, co prawda, to się nigdy nie zdarzyło, aczkolwiek odnosiłem wrażenie, że pewien mężczyzna ugrzązł w nich na dobre.

Ten dosyć niewielki i krępy człowieczek w charakterystycznej czerwonej czapce z daszkiem tak jak ja przemierzał sieć ulic i uliczek. Nie czynił tego jednak z chęci powrotu do domu, o nie! Zupełnie inna kwestia kazała mierniczemu, bo tak go nazywaliśmy, codziennie urządzać pozorną odyseję. Mierzenie.

Chodził więc mierniczy po przydrożnych ścieżkach i chodnikach, i nasyczał się wymiarami wszelkich przedmiotów, jakie napotykał. Latarnie i ogrodzenia, słupy i znaki drogowe – obok żadnej z tych rzeczy nie przechodził mierniczy obojętnie. Każda z nich, dokładnie zmierzona starą miarką, pozostawała w miejscu swego wiecznego spoczynku.

Nie zapisywał jednak mierniczy nigdy wyników swoich pomiarów. Nie miał żadnego zeszytu ani notatnika, a jego umysł nie był skłonny zapamiętywać wyników dokonywanych przez niego pomiarów słupów i ogrodzeń, dróg i drzew, które napotykał.

Nikt nie rozumiał mierniczego. Miejscowi nie utrzymywali z nim kontaktów i z niechęcią patrzyli,



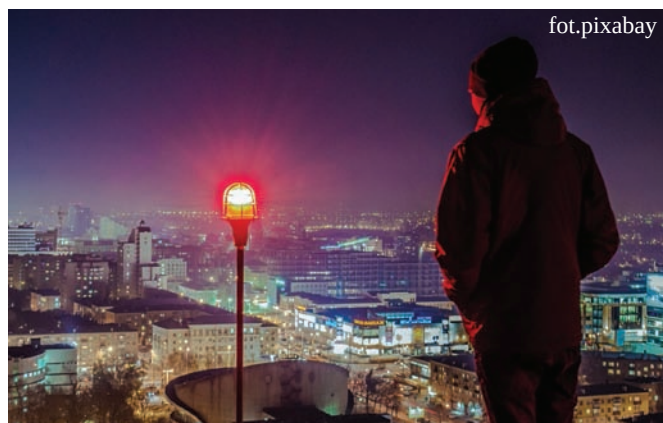
Prosto z Gminy

jak ogrodzenia ich posesji są nieustannie mierzone. Nie miał mierniczy przyjaciół. Raz tylko zaczął żebrać na nową miarkę, ponieważ starą mu wyrwano. Nie znałem nikogo z jego rodziny, prawdopodobnie ta dawno się go wyrzekła. Kamienie losu ciskały w niego niemilosierdzie, lecz ten łapał je i, oczywiście, mierzył. Bo cóż innego mógł uczynić?

Mimo tego był mierniczy szczęśliwy. Chodził po okolicy i nasycał się wymiarami przedmiotów, przy czym nie opuszczała go radość i beztroska. Jego twarz zawsze nosiła uśmiech, a on sam zawsze nosił miarkę, którą mierzył wszystko, co napotkał.

Wracałem wiele lat później zwirowymi ulicami do domu, pokonując labirynty ulic i ścieżek. Zastałem słupy i ogrodzenia, latarnie, znaki drogowe i roślinność w skrajnej rozpaczce, ocierającej się o agonię. Wśród nich szczególnie posmutniały był dorodny skrzyp polny. Postanowiłem zatem podejść do niego i zapytać, dlaczego cała okoliczna gromada jest w żałobie, na co skrzypisko odpowiedziało:

- Dawno nikt nas nie mierzył...



fol.pixabay

O KONSEKWENCJACH ODDYCHANIA PRZEZ USTA

Zdjęcia przedstawiają bliźniaczki. Ta po lewej oddychała przez nos, ta po prawej przez usta. Jakie to dało konsekwencje widać gołym okiem. Bliźniaczki to pacjentki brytyjskiego badacza dr Johna Mew.

Dlaczego taka różnica w wyglądzie?

Prawidłowe oddychanie w spoczynku (tzn., kiedy nie mówimy) to wdech nosem i wydech nosem. Jeśli rozejrzemy się wokół, możemy stwierdzić, że spora część dzieci (ale również dorosłych) wykonuje swoje codzienne czynności z otwartą buzią. Często nie zdają sobie z tego sprawy, ponieważ czynność ta u zdecydowanej większości jest zautomatyzowana i stała się już nawykiem. Na przestrzeni lat problem ten znacznie się pogłębił. Dzieci oddawane do żłobków, do przedszkoli, w tak dużych skupiskach są bardziej narażone na wszelkie infekcje. Jeśli dziecko przez kilka tygodni ma katar, to fizycznie nie ma możliwości oddychania nosem i wtedy oddycha ustami. Później często już nie wraca do prawidłowego toru oddychania nie dlatego, że nie może, ale dlatego, że wykształciło już nieprawidłowy nawyk.

Oddychanie przez usta niesie za sobą wiele negatywnych konsekwencji. W okresie wzrostu powoduje deformacje twarzoczaszki (twarz adenoidalna, pociągła), wady zgryzu oraz przyczynia się do częstszego zapadania na infekcje górnych dróg oddechowych. Gdy mamy otwarte usta, nasz język znajduje się gdzieś pośrodku w buzi albo leży na jej dnie. Siła ciężenia leżącego nisko języka powoduje, że kości żuchwy zamiast rozrastać się normalnie w płaszczyźnie na szerokość i doprzędnie, rozrastają się w kierunku pionowym, powodując charakterystyczny wygląd podłużnej twarzy (tzw. long face) z nieprawidłowym zgryzem. Jeśli szczęka nie jest odpowiednio rozwinięta, a łuki zębowe wąskie, język nie jest w stanie przyjąć w spoczynku prawidłowej pozycji w jamie ustnej, czyli na podniebieniu, bo po prostu się tam nie mieści. W rezultacie opada on na dno jamy ustnej i do tyłu, blokując w ten sposób drogi oddechowe i pojawia się chrapanie. Jeśli dojdą do tego bezdechy, to już jest to groźne dla życia.

Oddychanie ustami może mieć różne przyczyny, na które warto zwrócić uwagę:

Przerośnięte migdałki podniebienne, powiększony 3 migdałek (częsta przypadłość u dzieci) – w takim przypadku wskazana jest wizyta u laryngologa. Zwężona droga oddechowa powoduje, że aby ją udrożnić dzieci często niewłaściwie ustawiają głowę (odchylając ją do tyłu), co powoduje wady postawy oraz nadmierne napięcia w ciele. A napięte ciało to również napięte mięśnie narządów artykulacyjnych.

Niewłaściwa pozycja spoczynkowa języka (jego niskie ułożenie) i/lub krótkie

kie wędzidełko językowe – powoduje brak możliwości osiągnięcia pozycji wertykalno-horyzontalnej języka (na podniebieniu), mającej wpływ poprzez delikatny nacisk na podniebienie na prawidłowy wzrost szczęki i stworzenie warunków do kształtowania się szerokich łuków zębowych, takich, aby mogły pomieścić się wszystkie zęby stałe, łącznie z zębami mądrości. Skutkiem skróconego wędzidełka jest polykanie nienormatywne z językiem wypychanym między zęby. Biorąc pod uwagę fakt, iż w ciągu dnia tych połknięć jest około 2000, ogromne siły generowane na zęby powodują deformacje w układzie szczękowym. Pomocna w tej sytuacji będzie wizyta u ortodonta i logopedy/terapeuty miodfunkcjonalnego. Coraz częściej pa-

trzy się na pacjenta holistycznie i w takiej sytuacji niezbędna będzie wielospecjalistyczna współpraca (ortodonta- logopeda/terapeuta miodfunkcjonalny-fizjoterapeuta stomatologiczny/osteopata). Aparat ortodontyczny leczy skutek, którego przyczynę często musi najpierw zlikwidować logopeda.

Alergie – wykonanie testów alergicznych, zmiana diety, leczenie i stosowanie się do wskazań pod okiem alergologa.

Krzywa przegroda nosowa, przewlekłe stany zapalne jamy nosowo-gardłowej – tutaj kierujemy swoje kroki do laryngologa.

Wąskie łuki zębowe, krzywe zęby, wady zgryzu – często łączą się z wyżej wymienionymi problemami – wtedy wizyta u ortodonta i kompleksowe leczenie.

Warto poobserwować, jak oddycha dziecko w ciągu dnia i w czasie snu, bo oprócz otwartej buzi u takich dzieci można często zaobserwować inne objawy, takie jak: wydłużony dolny odcinek twarzy, zmęczony wyraz twarzy, zapadnięte policzki, podkrążone oczy, popękane i suche usta, próchnica zębów – z powodu suchości jamy ustnej skłonność do próchnicy i chorób dziąseł będzie większa, nieprawidłowa pozycja głowy, częste przeziębienia – kiedy oddychamy nosem, powietrze jest nawilżane, oczyszczane i ocieplane, a kiedy oddychamy buzią, wpada łącznie z patogenami bezpośrednio do dróg oddechowych, co sprzyja przeziębieniom i alergiom.

U dzieci przewlekłe oddychających przez usta są charakterystyczne rysy twarzy – twarz pociągła, często protrudująca, czyli wychylenie górnych siekaczy oraz brak swobodnego łączenia się warg. Dzieci te są blade, apatyczne, mają zaburzenia koncentracji i szybko się męczą. Eliminując przyczyny powodujące oddychanie przez usta i podejmując często wielopłaszczyznową terapię, możemy wpłynąć na wygląd twarzy, a także na poprawę jakości życia dziecka.

Neurologopeda, terapeuta miodfunkcjonalny

Hanna Gluchowska

Szkoła Podstawowa w Teresinie



<https://www.semanticscholar.org/paper/understanding-nasal-breathing-the-key-to-evaluating-Catalano-Md./87d05dea128833ff82e36f2a40edd7e859f0801b>

TERESIŃSCY ŁUCZNICY PO RAZ KOLEJNY ROZBILI „MEDALOWY” BANK!

Zawodnicy z całej Polski przez dwa dni walczyli o tytuły podczas Halowych Mistrzostw Polski Juniorów i Młodzieżowców w Łodzi (19.-20.11.). Zawodnicy LKS Mazowsze Teresin przywieźli z tej imprezy aż 10 medali!

Medal z najcenniejszego kruszcu i tytuł Mistrza Polski wywalczyła drużyna młodzieżowców w składzie: **Dominik Kozłowski, Michał Winnicki, Jakub Klata**. Medale srebrne zawisły na szyjach drużyny młodzieżówek (Natalia Skrok, Joanna Świerżewska, Marta Narloch), drużyny junierek (Julia Szwarczewska, Alicja Zygmunciak, Maria Małolepsza), mikstu młodzieżowców (Natalia Skrok, Dominik Ko-

złowski) oraz mikstu juniorów łuki bloczkowe (Magda Zygmunciak, Krystian Kryszkiewicz). Na najniższym stopniu podium stanęli mikst młodzieżowców (Joanna Świerżewska, Michał Winnicki), indywidualnie: Alicja Zygmunciak (juniorka), Dominik Kozłowski (młodzieżowiec), Magda Zygmunciak (juniorka, łuk bloczkowy), Krystian Kryszkiewicz (junior, łuk bloczkowy).

Gratulujemy wszystkim zawodnikom oraz ich trenerom Katarzynie Klacie i Ryszardowi Kowalskiemu.

źródło: LKS Mazowsze Teresin łucznictwo
fot. Roman Sputo



MIKOŁAJKOWY TURNIEJ ZAPAŚNICZY O PUCHAR BURMISTRZA WOŁOWA

10 grudnia odbył się XXIV Międzynarodowy Mikołajkowy Turniej Zapaśniczy w stylu wolnym o Puchar Burmistrza Gminy Wołów. W zawodach wystartowało 175 zawodników z 17 klubów oraz trzy kluby z Czech.

LKS Mazowsze Teresin reprezentowało ośmiu najmłodszych zawodników, którzy zajęli następujące miejsca: I miejsce Adam Karaś, II miejsce Oskar Izak, Szymon Tondera, Filip Kuśmirek, Piotr Karaś, Szymon Solksi, III miejsce Antoni Solksi. Tym razem poza podium znalazł się Dawid Góral-ski.

Jak widać rośnie następne pokolenie zapaśników Mazowsza Teresin. Serdecznie gratulujemy zawodnikom i ich trenerowi Ryszardowi Śliwińskiemu.

Redakcja

źródło: LKS Mazowsze Teresin zapasy



MISTRZOSTWA MAZOWSZA W ZAPASACH W STYLU WOLNYM

11 grudnia w Borkowicach odbyły się Mistrzostwa Mazowsza w zapasach w stylu wolnym. LKS Mazowsze Teresin reprezentowało na tych zawodach 6 zawodników.

Złote medale wywalczyli: Dawid Bielski, Aleksander Bielski, Kacper Selerski, Braian Kowalski oraz Adrian Kowalski. Srebrny medal zdo-

był Patryk Kutylowski. W klasyfikacji klubowej LKS Mazowsze Teresin stanęło na najwyższym stopniu podium.

Brawa dla zawodników i ich trenerów.

Redakcja

źródło: LKS Mazowsze Teresin zapasy



PUNKT
KONSULTACYJNY
DS. UZALEŻNIEŃ

DOM PARAFIALNY
w NIEPOKALANOWIE

STYCZEŃ - CZERWIEC

SIERPIEŃ - GRUDZIEŃ

WTOREK 16.00 - 18.00

URZĄD GMINY TERESIN
sala nr 6 /parter/

STYCZEŃ - LIPIEC

WRZESIEŃ - GRUDZIEŃ

ŚRODA 16.00 - 18.00

DIŻUR PSYCHOLOGA

HALA GOSiR,

Aleja XX-lecia 1A, I piętro

CZWARTEK 16.00 - 18.00

tel. 46 86 137 70 wew.105

KS TERESIN - ZIMOWE PRZYGOTOWANIA W JESIENNEJ AURZE

Świąteczno-noworoczna gorączka już za nami. Był Mikołaj z workiem prezentów, przywitaliśmy nowy - 2023 rok, a zaraz potem orszak Trzech Króli. Przed nami zimowy okres przygotowań do rundy wiosennej, a pierwszy trening w bieżącej przerwie, piłkarze pierwszego zespołu seniorów KS Teresin przeprowadzą 23 stycznia.

- Gdybyśmy dysponowali własnym, pełnowymiarowym boiskiem wyposażonym w sztuczną nawierzchnię, zapewne rozpoczęlibyśmy przygotowania nieco wcześniej - tłumaczy trener Sebastian Kęska. - Wprawdzie za oknami zamiast śniegu mamy typowo jesienną aurę, ale przy niemal stałych opadach deszczu korzystanie z naturalnej murawy naszego obiektu oznaczałoby jej całkowitą dewastację. Wynajem boisk wiąże się z kosztami, dlatego dostosowujemy się do realiów i przez najbliższe dwa tygodnie jeszcze odpoczywamy. Na przełomie stycznia i lutego ruszymy ostro z treningami, zgodnie z planem przygotowań, który zrealizujemy w całości. W kwestiach ewentualnych zmian kadrowych szkoleniowiec również nie udziela konkretnych informacji, argumentując, że pełną wiedzę będzie dysponował dopiero po pierwszym tygodniu treningów. - Jakiegokolwiek deklaracje ze strony piłkarzy o chęciach zmian klubowych barw, dotychczas do mnie nie dotarły - uspokaja Kęska. - Na pewno ponownie dołączy do nas kilku młodych kandydatów do gry w piątej lidze, którym będziemy się uważnie przyglądać. Czekamy z niecierpliwością na powrót dwóch Kamilów - Smolińskiego i Stencla, którzy są w trakcie rehabilitacji i powoli powracają do pełni sił. Inny nasz rekonwalescent - Michał Kowalski, dodatkowo negocjuje z bratem Konradem, dobrym bramkarzem, którego chętnie widzielibyśmy ponownie w naszym klubie. Czekamy również na decyzję Mateusza Struzika, zdolnego piłkarza, który niestety, jesienią częściej bywał w Warszawie niż w rodzinnym Sochaczewie. Cóż, taki urok życia amatorów, którzy muszą pogodzić uprawianie sportu z pracą zawodową - podsumowuje trener naszej jedynki.

Znane są już terminy zimowych meczów kontrolnych z udziałem zespołu KS. W sobotę 2 lutego, w sparingu rozgrywanym w Grodzisku Mazowieckim rywalem podopiecznych Kęski będzie drugi zespół Pogoni. W kolejną sobotę, 11 lutego, ale już na obiekcie bielańskiego Hutnika, czeka teresinian sprawdzian z ekipą RKS Okęcie. Również w sobotę, 18 lutego odbędzie się gra kontrolna w Babicach z miejscowym Naprzodem. W sobotę 25 lutego zespół KS pojawi się w Pruszkowie i podejmie rywa-

lizację z rezerwami Znicza. Kolejny kontrolny sprawdzian odbędzie się 4 marca w Warszawie, na bocznym boisku obiektu przy Konwiktorskiej. Rywalem ekipy KS będzie najstarszy rocznik CLJ klubu MKS Polonia. W ostatnim meczu zimowych przygotowań, zaplanowanym na dzień 11

marca, a rozgrywanym na obiektach stołecznej AWF, teresinianie zmierzą się z ekipą ligi okręgowej - Deltą Warszawa. W sumie sześć spotkań i co ważne, wszystkie rozegrane będą na sztucznych nawierzchniach.

Po trzynastu meczach rundy jesiennej rozgrywek B-klasy w grupie szóstej, podopieczni trenera Krzysztofa Bargieła zajmują piąte miejsce, mając zaledwie dwa punkty straty do wicelidera - ekipy UKS Ołtarzew. - Pod względem wyników, rundę jesenną oceniam pozytywnie - mówi szkoleniowiec drugiego zespołu seniorów KS Teresin. - Rywalizacja na poziomie B-klasy nie dla wszystkich zawodników może być powodem do dumy, zwłaszcza dla chłopców, którzy pretendują do gry na poziomie ligi piątej. Niemniej, młodzi ludzie muszą mieć świadomość, że podstawą uprawiania tej dyscypliny sportu jest udział w cotygodniowej, boiskowej rywalizacji, bo każdy mecz przynosi więcej korzyści niż trening. Kiedyś również grałem w piłkę

i pamiętam, że cieszyłem się za każdym razem, gdy mogłem brać udział w meczu, którego stawką były ligowe punkty, bez względu na jakim poziomie toczyła się rywalizacja - wspomina z nostalgią Bargieł.

Jesienią w drugim zespole, w rozgrywkach B-klasy, zagrało w sumie pięćdziesięciu piłkarzy. - To spora grupa, ale dzięki temu nikt nie może mi zarzucić, że nie otrzymał szansy zaprezentowania swoich umiejętności - podkreśla szkoleniowiec. - Grali wszyscy Ci, którzy zostali zgłoszeni do rozgrywek i systematycznie pojawiali się na treningach. O wyjściowym składzie zespołu decyduje przede wszystkim konkurencja, dlatego zawsze stawiam na najlepszych, bo w ligach seniorskich główny nacisk kładziony jest nie na rozwój, ale na wynik. Dodatkowo, gdy trener pierwszego zespołu decyduje, by jego rezerwowi grali w mojej drużynie, muszę zrobić miejsce w wyjściowym składzie dla chłopaków z pierwszego zespołu. I właśnie z tego powodu dwóch dobrych piłkarzy zrezygnowało z gry w drugim zespole KS Teresin. Nie zadawała ich rola zmienników i wielka szkoda, bo w klubie, w którym pierwszy zespół rywalizuje na poziomie piątej ligi, drugi zespół powinien walczyć na poziomie przynajmniej A-klasy. I do tego zmierzamy - tłumaczy szkoleniowiec.

Tekst i fot. PiWo



WYNIKI SPORTOWE LKS MAZOWSZE TERESIN W 2022 ROKU

SEKCJA ZAPASNICZA

Zdobyła 35 medali Mistrzostw Polski, w tym 10 złotych, 12 srebrnych, 13 brązowych. W klasyfikacji Polskiego Związku Zapasniczego w kategorii „Klubowy Mistrz Polski” Mazowsze Teresin zajęło I miejsce na 100 sklasyfikowanych klubów. W rankingu klubów PZZ we współzawodnictwie dzieci i młodzieży, wg punktacji Ministerstwa Sportu i Turystyki, Klub Mazowsze zajął I miejsce -164,83 pkt.



Uczestnicy i miejsca zawodników uczestniczących w Mistrzostwach Europy, Mistrzostwach Świata

Eduard Grigorev – brązowy medal Mistrzostwa Europy Seniorów Belgrad 2022

Kamil Rybicki ME Seniorów 16. miejsce, MŚ – 31. miejsce

Bartłomiej Nowakowski – Mistrzostwa Europy Kadetów 9. miejsce, Mistrzostwa Świata Kadetów 17. miejsce

Fabian Niedźwiedzki – Mistrzostwa Europy Juniorów 11. miejsce

Patryk Ciurzyński – Młodzieżowe Mistrzostwa Europy 7. miejsce

Karolina Zień – Mistrzostwa Europy Młodziczek 12. miejsce

Patryk Kutylowski – Mistrzostwa Europy Młodzików 12. miejsce

Medaliści Mistrzostw Polski w zapasach w 2022 roku

LXXV Mistrzostwa Polski Seniorów- Bydgoszcz

złoto: Eduard Grigorev

srebro: Adrian Wagner, Kamil Rybicki,

brąz: Wojciech Wysocki, Patryk Ciurzyński, Fabian Niedźwiedzki

Klasyfikacja klubowa: I miejsce

Młodzieżowe Mistrzostwa Polski U 23- Krasnystaw

srebro: Adrian Wagner

brąz: Bartosz Staniaszek

Klasyfikacja klubowa: III miejsce

Mistrzostwa Polski Juniorów U20 - Siedlce

złoto: Fabian Niedźwiedzki

srebro: Hubert Wiśniewski

Klasyfikacja klubowa: VII miejsce

XXVII Ogólnopolska Olimpiada Młodzieży U17- Suwałki

złoto: Bartłomiej Nowakowski

srebro: Karolina Zień

brąz: Dawid Bielski, Zuzanna Kłata

Mistrzostwa Polski Młodzików U15- Kielce

złoto: Patryk Kutylowski

srebro: Aleksander Bielski, Mateusz Zawadzki

brąz: Dawid Bielski

Klasyfikacja klubowa: IV miejsce

Mistrzostwa Polski Młodziczek U15- Kielce

brąz: Karolina Zień, Maja Nowakowska

Mistrzostwa Polski Młodziczek U14- Koszalin

srebro: Mateusz Zawadzki, Aleksander Bielski

brąz: Filip Nowakowski

Międzynarodowe Mistrzostwa Polski Szkół Podstawowych – Stargard

złoto: Mateusz Zawadzki, Aleksander Bielski, Adam Karaś, Oskar Izak, Hanna Nowakowska

srebro: Milena Chojnacka, Yevgeni Pawliuk, Filip Kuśmirek

brąz: Filip Nowakowski, Szymon Solski, Piotr Karaś

Klasyfikacja klubowa: II miejsce

SEKCJA ŁUCZNICZA

Szkolenie odbywało się w oparciu o plan szkoleniowy na rok 2022 z uwzględnieniem kalendarza zawodów organizowanych przez Polski Związek Łuczniczy i WMZŁ. Szkolenie obejmowało sześć grup wiekowych: dzieci, młodzik, junior, młodzieżowiec, senior. Zajęcia treningowe stacjonarne prowadziło 3 szkoleniowców, odbywały się 4-6 razy w tygodniu po 2 godziny.

Zorganizowano zgrupowanie szkoleniowe w okresie letnim w Białym Borze. Zawodnicy startowali w Międzynarodowych i Ogólnopolskich Turniejach, Pucharach Polski, Mistrzostwach Polski w w/w kategoriach wiekowych, Mistrzostwach Zrzeszenia LZS, Warszawskiej Olimpiadzie Młodzieży oraz Międzywojewódzkich Mistrzostwach Młodzików. 7 zawodników zostało powołanych do Kadry Narodowej Polskiego Związku Łuczniczego na rok 2023. Dorobek medalowy sekcji łuczniczej: medale Mistrzostw Polski w każdej kategorii wiekowej, łącznie 19 medali: 4 złote, 6 srebrnych, 9 brązowych.

Halowe Mistrzostwa Polski Seniorów - Legnica

srebrny medal w drużynie: M. Małolepsza, M. Maciągowska M, A. Maciągowska, N. Skrok

brązowy medal (mikst) łuki bloczkowe: R. Świątek, M. Zygmunciak

Halowe Mistrzostwa Polski Młodzieżowców - Łódź

złoty medal w drużynie: D. Kozłowski, M. Winnicki, J. Kłata

srebrny medal w drużynie: J. Świerżewska, N. Skrok, M. Narloch

brązowy medal indywidualnie: D. Kozłowski

srebrny medal (mikst): N. Skrok, D. Kozłowski

brązowy medal (mikst): J. Świerżewska, M. Winnicki

Halowe Mistrzostwa Polski Juniorów - Łódź

brązowy medal indywidualnie: A. Zygmunciak

srebrny medal drużynowo: M. Małolepsza, J. Szwarczewska, A. Zygmunciak

brązowy medal indywidualnie łuk bloczkowy: M. Zygmunciak

brązowy medal (mikst) łuk bloczkowy: A. Zygmunciak, K. Kryszkiewicz

Halowe Mistrzostwa Polski Młodzików Krośniewice

złoty medal indywidualnie: J. Lisiecki

Mistrzostwa Polski Młodzieżowców - Kraków

brązowy medal w drużynie kobiet: M. Narloch, N. Skrok, J. Świerżewska

Mistrzostwa Polski Juniorów - Łódź

srebrny medal drużynowo kobiety: M. Małolepsza, A. Rutkowska,

O. Dylik, A. Michałowska

złoty medal indywidualnie łuk bloczkowy: M. Zygmunciak

Mistrzostwa Polski Młodzików – Głucholazy

srebrny medal 2x 40: J. Lisiecki

brązowy medal 2x20: J. Lisiecki

srebrny medal indywidualnie: J. Lisiecki

złoty medal (mikst): A. Kabluchko, J. Lisiecki

Międzywojewódzkie Mistrzostwa Młodzików -Teresin

I miejsce indywidualnie: Jan Lisiecki

Mistrzostwa Polski Field - Mękarzewo

brązowy medal: R. Świątek



SEKCJA KOLARSKA

W 2022 roku sekcja kolarska prowadziła zajęcia szkoleniowe oraz brała udział w wielu zawodach okręgowych i ogólnokrajowych. Treningi odbywały się w grupie dzieci i młodzieży w wieku od 11 do 18 lat. W okresie jesiennym i zimowym treningi prowadzone były w hali GOSIR Teresin, natomiast treningi rowerowe w zależności od warunków pogodowych. W okresie wiosenno-letnim we wtorki i czwartki a także w soboty prowadzone były treningi rowerowe na terenie lasu w Teresinie, na terenie Puszczy Kampinoskiej oraz na drogach gminy Teresin. W 2022 nasza sekcja brała



udział w wielu zawodach w większości rangi okręgowej, w których odnieśliśmy sukcesy. Braliśmy głównie udział w wyścigach MTB, jak i szosowych w serii Maratonów MTB pod nazwą Legia MTB Maraton. W sumie dobyło się 16 edycji, a także zawody z serii Polandbike i Zama-na MTB. Nasi zawodnicy podczas każdej z tych imprez zajmowali miejsca na podium. Największym sukcesem odniesionym w sezonie 2022 było pierwsze miejsce Amelii Ciurzyńskiej na etapie Małego Wyścigu Pokoju pamięci Ryszarda Szurkowskiego. Zawodniczka ta na pozostałych etapach zajmowała również miejsca na podium i w klasyfikacji generalnej zajęła 2. miejsce. Dzięki powyższym sukcesom Amelia Ciurzyńska podjęła naukę w Szkole Mistrzostwa Sportowego w Żyrardowie. W zawodach szosowych w sezonie 2022 wyróżniał się również Bartek Makowiecki.

*Zestawienie przygotował
Ryszard Niedźwiedzki*

ZESTAWIENIE WYNIKÓW WSPÓŁZAWODNICTWA SPORTOWEGO DZIECI I MŁODZIEŻY ZA 2022 ROK DLA POWIATU SOCHACZEWSKIEGO

Wyniki opracowano na podstawie jednolitego dla wszystkich dyscyplin sportu regulaminu ogólnopolskiego współzawodnictwa sportowego dzieci i młodzieży. System prowadzony jest przez Zespół Sportu Młodzieżowego - Instytutu Sportu w Warszawie - <https://ssm.insp.waw.pl/> dla Ministerstwa Sportu.

System punktacji obejmuje osiągnięcia w następujących zawodach:

Młodzieżowe Mistrzostwa Polski

Mistrzostwa Polski Juniorów – Ogólnopolska Olimpiada Młodzieży

Mistrzostwa Polski Juniorów Młodszych

Międzywojewódzkie Mistrzostwa Młodzików

Dorobek klubów powiatu sochaczewskiego to 477,33 pkt. Powiat sochaczewski sklasyfikowany został na **77. miejscu na 373 powiaty w Polsce**.

W województwie mazowieckim powiat sochaczewski sklasyfikowany został na **8. miejscu na 40 powiatów**.

Pozycja i punktacja gmin z powiatu sochaczewskiego:

1. Warszawa

2. Poznań

3. Wrocław

102. Teresin (10. miejsce na Mazowszu)

146. Sochaczew (13. miejsce na Mazowszu)

Sklasyfikowano **983 gminy w Polsce**.

Pozycja i punktacja klubów z powiatu sochaczewskiego:

1. KS AZS AWF Warszawa

2. AZS AWF Katowice

3. OŚ AZS Poznań

114. LKS Mazowsze Teresin 222,83 pkt. (17. miejsce na Mazowszu)

213. RC Orkan Sochaczew 150 pkt

776. UKS Filipides Teresin 56 pkt

1586. KS Piast Feliksów 22 pkt.

2312. SKTS Sochaczew 10,5 pkt

2322. KM Aktywni Sochaczew 10 pkt.

2735 UKS Orkan Judo Sochaczew 6 pkt

Sklasyfikowano **4340 klubów w Polsce**.

LKS Mazowsze Teresin uzyskało w systemie współzawodnictwa sportowego 222,83 punktów.

Zapasy styl wolny 138,63 pkt – 1. miejsce w rankingu Polskiego Związku Zapasniczego

Łuczniactwo 55 pkt – 12. miejsce w rankingu Polskiego Związku Łuczniczego

Zapasy Kobiet – 26 pkt

Kolarstwo – 2 pkt

Lekkoatletyka – 1 pkt

*Zestawienie opracował
Ryszard Niedźwiedzki*



TRENING Z MISTRZYNIA

Uczniowie klasy 6b Szkoły Podstawowej im. św. Maksymiliana Kolbego w Teresinie wzięli udział w treningu z utytułowaną polską łuczniczką, brązową medalistką IO w Atlancie - Katarzyną Klatą. Sportsmenka spotkała się z dziećmi oraz ich nauczycielami w hali łuczniczej GOSiR w Teresinie. Przeprowadzając trening, pokazała klasyczne techniki łucznicze, opowiedziała też o swoim życiu sportowca i trenera. Towarzyszyli jej trener Robert Lisiecki oraz ich podopieczni - Jan Lisiecki i Michał Winnicki, którzy już podążają śladem mistrzyni.

Na początek uczniowie poznali Katarzynę Klatę, pochodzącą z Teresina łuczniczkę, która ma na swoim sportowym koncie brązowy medal olimpijski z Atlanty w drużynie (IO 1996), wicemistrzostwo Europy (1998) oraz dwukrotne mistrzostwo Polski (1996, 1999).

- *Wspomnienie IO w Atlancie to dla mnie zawsze sentymentalno-emocjonalna podróż. Kiedy dziś oglądam swój pojedynek o brąz z Turczynkami, emocje powracają. Tego nie da się opisać słowami. Upragniony olimpijski medal na mojej szyi był wtedy i jest do dziś kwintesencją sportowego szczęścia i spełnienia* - opowiada Katarzyna Kłata.

Za to wybitne osiągnięcie cała nasza drużyna otrzymała z rąk ówczesnego prezydenta Aleksandra Kwaśniewskiego Srebrny Krzyż Zasługi „za wybitne osiągnięcia sportowe”. Do dziś nie udało się wywalczyć następnego medalu olimpijskiego w tej dyscyplinie sportu, a minęło już od tego wydarzenia 27 lat!

Pani Katarzyna po zakończeniu kariery sportowej w 2002 roku nie rozstała się ze swoim ukochanym sportem. Z energią i kobiecym uporem

podjęła się trudu odbudowywania sekcji łuczniczej w jej rodzimym klubie LKS Mazowsze Teresin. Na efekty nie trzeba było długo czekać. Wyłożona praca z dziećmi i młodzieżą zaskutkowała wieloma sukcesami, które można by wliczać i wliczać. Jakby tego było mało, postanowiła również działać na niwie społecznikowskiej jako radna Gminy Teresin oraz sołtyska Teresina.

Trening z mistrzynią był ogromnym przeżyciem dla każdego z uczniów. Mogli się bowiem nauczyć podstaw łuczniczego rzemiosła. Podczas treningu pani Katarzyna dokładnie i precyzyjnie pokazywała każdy element techniki łuczniczej, a na koniec składała je w jedną, spójną całość, zrozumiałą dla każdego uczestnika. Wskazówki i rady przyjmowane były przez młodzież z należytą uwagą i skupieniem. Nic też dziwnego, że mistrzyni szybko zyskała sobie sympatię uczniów. Tym bardziej, że zajęcia były prowadzone w znakomitej i pełnej energii atmosferze. Dodatkowo pani Katarzyna sprawiła uczniom wielką przyjemność, przynosząc na zajęcia swój brązowy medal olimpijski. Zaprezentowała także strój sportowy, w którym reprezentowała Polskę na Igrzyskach Olimpijskich w Atlancie. Wszystko to razem wzięte, z pewnością wzbogaciło wyobraźnię, miejmy nadzieję adeptów łucznictwa, która w przyszłości może procentować dla dobra teresińskiego klubu i naszej gminy.

Spotkanie z panią Katarzyną Klatą było dla uczniów bardzo inspirujące i pomogło im choć na chwilę oderwać się od ekranu komputera czy smartfona. Jesteśmy pewni, że długo będą o nim pamiętać, a część z nich, być może, podąży drogą naszej mistrzyni.

Redakcja



PARTNERZY PROGRAMU „KARTA 3+”

LISTA FIRM, KTÓRE WSPIERAJĄ RODZINY 3+ NA TERENIE GMINY TERESIN

- Sklep ABRAKADABRA Robert Króliczak – ul. Szymanowska 7 w Teresinie, 5% zniżki na cały asortyment.
- Sklep odzieżowy HOKUS Agnieszka Króliczak – ul. Szymanowska 7 w Teresinie, 5% zniżki na cały asortyment.
- Sklep BIELIZNA Paweł Liberadzki – ul. Szymanowska 8 w Teresinie, 5% zniżki na cały asortyment.
- Sklep KACPER Kamil Króliczak – ul. Szymanowska 19 w Teresinie, 10% zniżki na obuwie z wyjątkiem skózanego, 5% zniżki na obuwie skórzane. Rabat nie dotyczy artykułów objętych promocją.
- Pizzeria PIERROT Renata Olechowska – ul. Lipowa w Teresinie, zniżka 10% oprócz wyrobów alkoholowych i tytoniowych.
- Nadzory i projekty budowlane Józef Górzyński – Elżbietów 15, zniżka 10%.
- Ośrodek Kształcenia Kierowców MAKO Leszek Ćwikliński (nauka jazdy, jazdy doszkalać, płyta poślizgowa) – ul. 1 Maja 27a, zniżka 5% na lekcje nauki jazdy + 2 godziny gratis.
- Sklep odzieżowo-obuwiczny Red-Star Cezary Szymaniak – ul. Szymanowska 1 w Teresinie, zniżka 8% na cały asortyment.
- Stomatologia, lekarz dentysta Mariusz Cierech – ul. Szymanowska w budynku TER-MED, 20% zniżki na usługi dentystyczne.
- Kwaciarnia ALICJA Alicja Rutkowska – ul. Cmentarna w Paprotni, 10% zniżki na wszystkie artykuły
- Nauka języka angielskiego Honorata Mrowińska – ul. Południowa 47, Granice, 30% zniżki na zajęcia indywidualne dla dorosłych
- Niepubliczne Przedszkole LEŚNA AKADEMIA Damian Tymorek – Aleja XX-lecia 3 w Teresinie, 15% zniżki na wpisowe
- Usługi fryzjerskie damsko-męskie Edyta Kosińska – ul. O. M. Kolbego 51A, 10% zniżki na strzyżenie włosów.
- Progress Szkoła języków obcych Karolina Sałyga – w GOSIR Teresin ul. Aleja XX-lecia 32, Bezpłatny podręcznik, 45 zł upustu na wybrany kurs przy zapisie na cały rok szkolny
- FERMA DROBIU Mateusiak Jarosław i Katarzyna – Czerwonka Parcel 93, 10% zniżki na jajka.
- F.H.U. De-Facto Sklep Wielobranżowy Anna Kalinowska - Teresin, ul. Lipowa 1A 5% zniżki na cały asortyment
- Sklep Fuks Kołodziejska Agnieszka – ul. Rynkowa 1 w Teresinie; 5% zniżki na wszystkie towary oprócz wyrobów alkoholowych i tytoniowych, kart telefonicznych, artykułów promocyjnych.
- AP SERVICE Sp. z o. o. Paweł Rudnicki – ul. Rynkowa 10B, 15 % zniżki na usługi księgowe.
- Przedszkole Niepubliczne Studio Dziecka Figiel Katarzyna Kłata – Granice ul. Zaciszna 1, 15% zniżki na czesne
- JETTA Zbigniew Podlasiński Sp.j. - Teresin, ul. Szymanowska 2, 5% zniżki cały asortyment .



- E i M Miller Firma Prawnicza Michał Miller ul. Świętokrzyska 14A ,00-050 Warszawa oddział Teresin ul. Szymanowska 2 lok. 2 - 20% zniżki na zlecenie i prowadzenie spraw, reprezentowanie przed instytucjami – Sąd, Prokuratura, Policja w sprawach wypadków drogowych, sprawach karnych, błędów medycznych, sprawach cywilnych.
- SP MEDIA Paweł Wróblewski Granice, ul. Spokojna 57 , 10% zniżki na materiały poligraficzne, banery reklamowe i gadzety reklamowe.

Partnerom programu dziękujemy za wspieranie rodzin wielodzietnych. Zachęcamy przedsiębiorców, punkty usługowe i sklepy działające na naszym terenie do przystąpienia do programu partnerskiego. Z naszej strony zapewniamy bezpłatną promocję na stronie internetowej oraz w naszym miesięczniku „Prosto z Gminy”. Szczegóły pod nr tel. 46 864 25 35.

PARTNERZY PROGRAMU „KARTA SENIORA”

LISTA FIRM, KTÓRE WSPIERAJĄ SENIORÓW NA TERENIE GMINY TERESIN:

- F.H.U. De-Facto Sklep Wielobranżowy Anna Kalinowska - Teresin, ul. Lipowa 1A 5% zniżki na cały asortyment
- Sklep ABRAKADABRA Robert Króliczak – ul. Szymanowska 7 w Teresinie, 5% zniżki na cały asortyment.
- Sklep odzieżowy HOKUS Agnieszka Króliczak – ul. Szymanowska 7 w Teresinie, 5% zniżki na cały asortyment.
- Sklep BIELIZNA Paweł Liberadzki – ul. Szymanowska 8 w Teresinie, 5% zniżki na cały asortyment.
- Sklep Fuks Kołodziejska Agnieszka – ul. Rynkowa 1 w Teresinie; 5% zniżki na wszystkie towary oprócz wyrobów alkoholowych i tytoniowych, kart telefonicznych, artykułów promocyjnych.
- AP SERVICE Paweł Rudnicki ul. Rynkowa 10B w Teresinie, 15% zniżki na usługi księgowe.



**GMINA TERESIN W RADIU
SOCHACZEW 94,9 FM**

Środa, 01 lutego 2023 roku o godzinie 9.30
rozmowa z panem Marianem Czyżewskim, specjalistą
ds. zarządzania energią UG w Teresinie



**GMINA TERESIN W RADIU
NIEPOKALANÓW 102,7 FM**

Piątek, 17 lutego 2023 roku o godzinie 13.10
rozmowa z panem Marianem Czyżewskim, specjalistą
ds. zarządzania energią UG w Teresinie

Prosto z Gminy

Wydawca: Urząd Gminy Teresin; **Redakcja:** Teresin, ul. Zielona 20, tel. 46 86 138 15 do 17;
Redaktor prowadzący: Tomasz Daczko, tel. 609 455 011, e-mail: prostozgminy@teresin.pl
Opracowanie graficzne i druk: Wydawnictwo Ojców Franciszkanów Niepokalanów,
ul. o. M. Kolbego 5, 96-515 Teresin, tel. 46 864 22 08, wydawnictwo@niepokalanow.pl
Liczba egzemplarzy: 1 900
Redakcja nie zwraca tekstów niezamówionych i zastrzega sobie prawo do ich skracania.
Redakcja ani wydawca miesięcznika nie ponoszą odpowiedzialności za treść tekstów
niezamówionych i osobiste poglądy ich autorów.