



Styczeń 2021 (210)

ISSN 1897-7448

głos

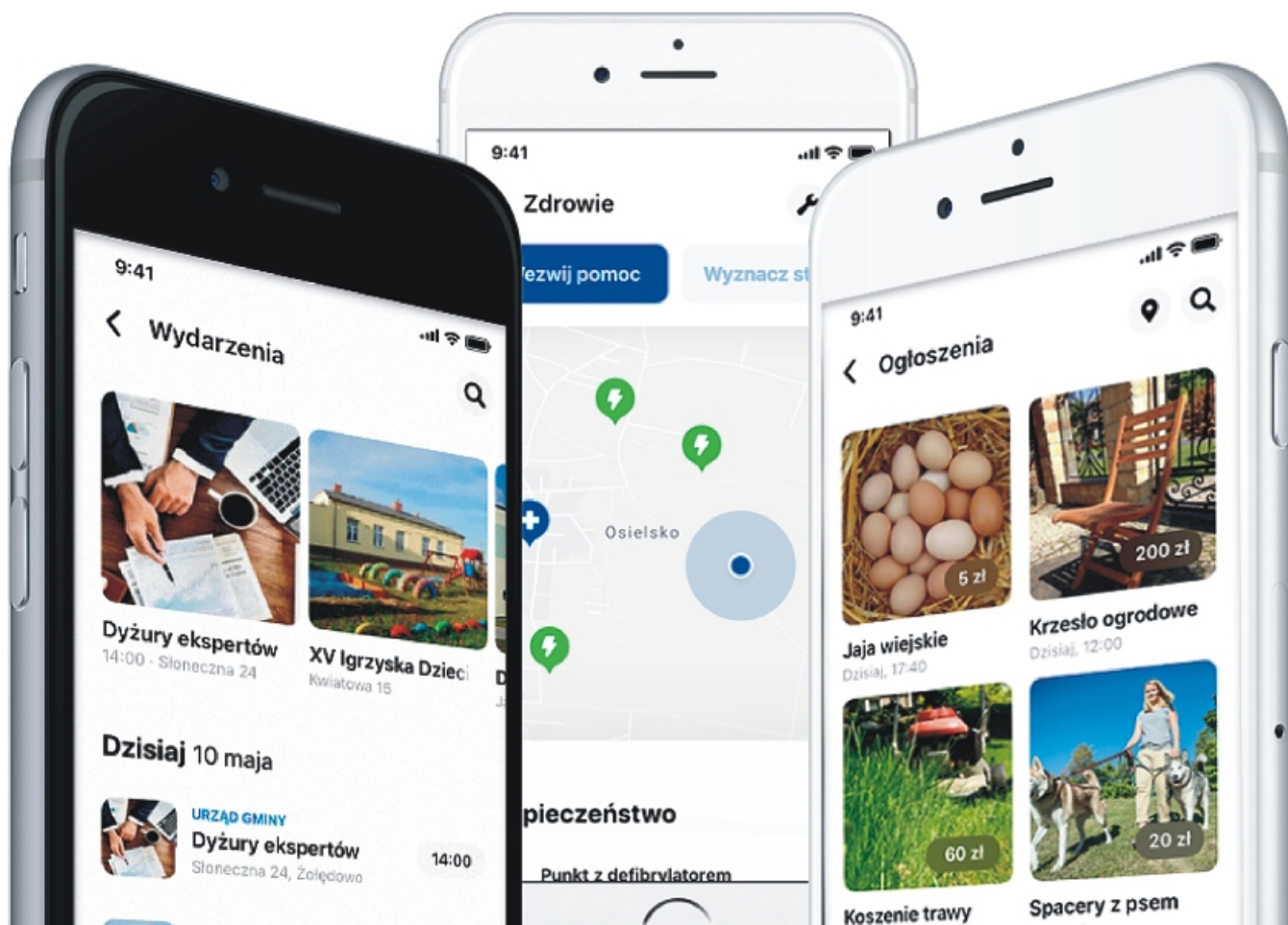
bezpłatny biuletyn informacyjny gminy mińsk mazowiecki

Ziemi Mińskiej

aplikacja mobilna

MOJA OKOLICA

jest już dostępna dla mieszkańców gminy



Szczepienie przeciwko COVID-19 – str. 4

Pomoc dla seniora



Seniorze! Masz więcej niż 70 lat i potrzebujesz wsparcia? Zadzwoń pod numer **22 505 11 11**. Po wykonaniu telefonu Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Mińsku Mazowieckim otrzyma informację o Twoim zgłoszeniu.

Zaczekaj na telefon!

Pracownik GOPS-u skontaktuje się z Tobą. Jesteś bezpieczny! Pracownik GOPS-u będzie miał przy sobie legitymację służbową. Wcześniej zostaniesz poinformowany o danych osobowych pracownika socjalnego i godzinie jego przyjazdu. Pracownik GOPS-u zrobi dla Ciebie zakupy. Wystarczy, że przekażesz listę produktów oraz fundusze pokrywające jedynie koszty produktów. Pracownik GOPS-u załatwi także za Ciebie ważne sprawy urzędowe.

Sprawdź jak to działa na stronie:
www.wspierajseniora.pl

Twój PIT - Twoja Gmina



Szanowni Państwo, jeżeli chcecie, aby nasza gmina szybciej budowała w Waszej miejscowości drogi, kanalizację, oświetlenie czy też miejsca do sportu i rekreacji prosimy Was o proste działania zwiększające gminny budżet. Składając coroczną deklarację podatkową PIT do mińskiego Urzędu Skarbowego wystarczy wpisać w rubryce nr. 17 gminę wiejską - Mińsk Mazowiecki, jako deklarowane miejsce zamieszkania.

Z pobranego według deklaracji PIT podatku od Państwa Ministerstwo Finansów przeleje część środków na konto wskazanej gminy. I będą one wykorzystane najlepiej jak to możliwe dla naszego wspólnego dobra, dobra wszystkich mieszkańców Gminy Mińsk Mazowiecki. Jeżeli z jakiegoś powodu nie jesteście jeszcze Państwo zameldowani w naszej gminie, ale tu mieszkacie, nie jest to żadną przeszkodą we wskazaniu w deklaracji aktualnego miejsca zamieszkania w Gminie Mińsk Mazowiecki.

Pomoc prawna dla każdego



Informujemy, że w związku z aktualną sytuacją epidemiologiczną na terenie powiatu mińskiego do odwołania zawieszono jest udzielanie nieodpłatnej pomocy prawnej i świadczenie nieodpłatnego poradnictwa obywatelskiego w kontakcie bezpośrednim. Porady udzielane są za pośrednictwem środków komunikacji na odległość (np. telefon, e-mail) w dniach i godzinach dyżurów prawników oraz doradców, zgodnie z harmonogramem pracy punktów. Najczęstszym środkiem komunikacji na odległość wybranym przez osoby korzystające z pomocy jest telefon. Numer telefonu do prawników - 25 756-40-77. Przed rozmową z prawnikiem lub doradcą o umówionej godzinie warto przygotować dokumenty dotyczące sprawy, o której chcemy rozmawiać, a także kartkę i długopis, aby zapisać informacje przekazywane przez prawnika. Jeżeli zachodzi potrzeba sporządzenia projektu pisma, może on być przesłany przez prawnika na adres e-mail osoby korzystającej z porady.

Obowiązek zgłoszenia azbestu



Zgodnie z obowiązującymi przepisami prawa wyroby zawierające azbest wykorzystuje się w sposób nie stwarzający zagrożenia dla środowiska i zdrowia ludzi w terminie do 31.12.2032 r. Właściciel, użytkownik nieruchomości na których znajdują się wyroby zawierające azbest, ma obowiązek corocznie je inwentaryzować, poprzez sporządzenie spisu z natury. Wynik tej inwentaryzacji ujmuje się w „Informacji o wyrobach zawierających azbest” „Informację” należy sporządzić się w dwóch egzemplarzach, z których jeden składa się w terminie do dnia 31 stycznia każdego roku:

Do wójta gminy -
Osoby fizyczne, niebędące przedsiębiorcą

Do marszałka województwa mazowieckiego –
podmioty gospodarcze

Usuwanie azbestu - dofinansowanie



Wójt Gminy Mińsk Mazowiecki informuje, iż realizacja zadania pod nazwą „Usuwanie azbestu i wyrobów zawierających azbest z terenu Gminy Mińsk Mazowiecki - w roku 2020” została dofinansowana przez Wojewódzki Fundusz Ochrony Środowiska i Gospodarki Wodnej w Warszawie www.wfosigw.pl. Zgodnie z zawartą dnia 06.07.2020 roku umową na realizację przedmiotowego zadania przeznaczona została dotacja w kwocie 27 742,70 zł. W ramach zadania wykonywane są prace związane z usunięciem i unieszkodliwieniem azbestu tj. demontaż płyt azbestowych, odebranie i transport azbestu do miejsca unieszkodliwienia oraz samo unieszkodliwienie.

Program 500+ w nowym roku



Od nowego roku okres świadczeniowy będzie naliczany od 1 czerwca br. do 31 maja następnego roku. Stąd konieczność złożenia nowego wniosku. Jeżeli tego nie zrobimy, pieniądze z programu mogą nie trafić na nasze konto.

Wnioski będzie można składać od: 1 lutego 2021 r. drogą elektroniczną 1 kwietnia 2021 r. drogą tradycyjną. Wniosek drogą elektroniczną będzie można złożyć za pomocą bankowości elektronicznej, portalu emp@tia oraz portalu PUE ZUS. Można także osobiście dostarczyć odpowiednie dokumenty drogą tradycyjną do Gminnego Ośrodka Pomocy Społecznej, ul. J. Chełmońskiego 55, 05-300 Mińsk Mazowiecki.

**Zauważyłeś zwierzaka, który potrzebuje pomocy?
zadzwoń - 25 756 25 40**

Szanowni Państwo,

Serdecznie wszystkich zapraszam do włączenia się w realizację Narodowego Programu Szczepień przeciwko COVID-19. Od wybuchu epidemii na COVID-19 zmarło już ponad 2 mln ludzi na całym świecie. Każda zaszczepiona osoba to potencjalnie od kilku do kilkunastu osób uchronionych przed zarażeniem.



Szczepionka to ogromna szansa na wyzwolenie się z epidemii, nadzieja na lepsze jutro i szybszy powrót do normalności. Ufajmy tylko rzetelnym i wiarygodnym informacjom na temat szczepień i podejmijmy świadomą decyzję o podaniu się szczepieniu przeciwko COVID-19. Tylko w taki sposób możemy przyczynić się do podniesienia poziomu wszechpialności w skali gminy, powiatu, województwa i całego kraju, a tym samym zwiększyć bezpieczeństwo epidemiologiczne naszego kraju.

Wynalezienie szczepionek stanowiło jedno z kluczowych momentów w historii medycyny i ratunek na wielu milionów istnień ludzkich. Szczepionki są najbardziej skuteczną metodą chroniącą przed zarażeniem różnymi chorobami. Ludzkość z powodzeniem korzysta z tej zdobyczy cywilizacji od lat. Dzięki szczepionkom udało się wyeliminować albo istotnie zmniejszyć niebezpieczeństwo związane z takimi groźnymi chorobami zakaźnymi, jak: ospa prawdziwa, gruźlica, błonica, krztusiec, tężec, dur wysypkowy, żółta gorączka, grypa, odra, świnka, różyczka, ospa wietrzna, wirusowe zapalenie wątroby typu A i B. Jednak wytworzenie i utrzymanie odporności zbiorowej wymaga zaszczepienia jak największej liczby osób.

W dobie panującej na całym świecie pandemii COVID-19 ogromnym dobrodziejstwem dla ludzkości jest szczepionka, która jest dobrowolna, darmowa i bezpieczna. Jednak aby efekty były jak najlepsze wszyscy musimy wykazać się odpowiedzialnością i solidarnością. Każda osoba, która podda się szczepieniu, ma szansę przerwać łańcuch zakażeń. Nasze zaszczepienie to nie tylko ochrona dla nas. Szczepiąc się przeciwko COVID-19 będziemy chronić naszych najbliższych – dziadków, rodziców, dzieci i przyjaciół. Poprzez szczepienie będziemy również chronić naszą gospodarkę. Bo im więcej osób się zaszczepi, tym szybciej będzie można otworzyć restauracje, hotele oraz bezpiecznie wyjechać na urlop i wakacje.

Wójt Gminy Mińsk Mazowiecki

Antoni Janusz Piechoski

Szkoła Podstawowa im. Rodziny Sażyńskich w Starej Niedziałce



Foto: Jacek Maria Jelinski

Poznaj swoją gminę

Styczeń 2021 (210)

głos



Ziemi Mińskiej

ISSN 1897-7448

W numerze

Aktualności	2
Szczepimy się	4
Podejrzyj prehistorię	5
Aplikacja - Moja okolica	5
Inwentaryzacja źródeł ciepła	6
Palenie w piecu	6
Dotacja na usunięcie azbestu	7
Ekologia w gminie - segregacja śmieci	7
Reklamy	8 - 9
Gminne inwestycje	10 - 11
Ekologia w gminie	12
Informacje dla osób uzależnionych	13
Biblioteczne nowości	14
Konkurs - biblioteka	14
Konkurs - logo gminy	15
AKWARELKA	15
Reklamy	16

NASZA OKŁADKA:

Czynna jest już aplikacja mobilna z naszej gminy

Redakcja zapewnia czytelników GZM, iż każdy numer biuletynu jest wydrukowany w najlepszej drukarni z zachowaniem restrykcyjnych przepisów gwarantujących całkowitą sterylność gazety. Papier, który ma higroskopijną strukturę, jest bardzo zły środowiskiem dla wszystkich drobnoustrojów, w tym wirusów, które mogą żyć na nim najwyżej kilka godzin.

WYDAWCA: Wójt Gminy Mińsk Mazowiecki
i Gminna Komisja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych

ZESPÓŁ REDAKCYJNY: Antoni Janusz Piechoski, Radosław Legat, Jolanta Damasiewicz, Edyta Rek, Kinga Sadowska, Albert Woźnica, Andrzej Błaszczak

ADRES REDAKCJI:
Urząd Gminy Mińsk Mazowiecki, ul. Chełmońskiego 14,
tel. 25 756 25 00
e-mail: gmina@minskmazowiecki.pl

Redakcja nie zwraca materiałów nie zamówionych
i zastrzega sobie prawo do skracania artykułów

PROJEKT GRAFICZNY I SKŁAD ORAZ REKLAMY I OGŁOSZENIA:
ARW Modelex, ul. Kościuszki 13/24
tel. 660 97 36 98, 604 44 22 45, e-mail: jacek@modelex.pl

SZCZEPIMY SIĘ!

Co znajduje się w szczepionce Pfizera?

Aktywnym składnikiem szczepionki jest informacyjne RNA (mRNA), czyli niewielki fragment materiału genetycznego wirusa, zawierający instrukcje dla komórki, jak ma zbudować białko. Skrót mRNA to inaczej matrycowe RNA - kwas rybonukleinowy, który zawiera informację o tym, jak syntetyzować białko S kolca koronawirusa. To nie jest szczepionka z wirusem, ale z genetyczną informacją o antygenie, czyli obcym białku. Te właśnie białko S odpowiada za proces zakażenia przez koronawirusa, służy mu bowiem jako „klucz” do wnętrza komórki. Zatem w momencie infekcji unieszkodliwienie białka S jest najważniejsze dla naszego układu immunologicznego. Szczepionka ma za zadanie „wytrenować” układ odpornościowy, przygotować go do tej walki i uzbroić w narzędzia. Zastrzyk zawierający mRNA powoduje, że w komórkach mięśniowych syntetyzowana jest niewielka ilość białka kolca, zauważana przez nasz układ immunologiczny. Ten wysyła do walki przeciwciała i komórki odpornościowe oraz jednocześnie zaczyna budować coś, co określane jest pamięcią immunologiczną: po kilkunastu dniach pojawiają się komórki, które potrafią przechowywać pamięć o antygenie...Krażą potem w raz z krwią po naszym organizmie i reagują, jeśli ponownie napotkają patogen.

Tak powstaje odporność indukowana przez szczepionkę.



Masz problem z dotarciem do punktu szczepień ?

Zadzwoń na infolinię 25 756 25 79

Infolinia jest uruchomiona z myślą o osobach posiadających aktualne orzeczenie o niepełnosprawnościach w stopniu znacznym o kodzie R lub N lub odpowiednio I grupę z w/w schorzeniami i osobach w takiej sytuacji życiowej, która utrudnia dotarcie do punktu szczepień. Pomożemy.

Jak możesz się zarejestrować na szczepienie?

Zadzwoń na całodobową i bezpłatną infolinię – 989 lub zarejestruj się elektronicznie poprzez e-Rejestrację dostępną na pacjent.gov.pl.

Na konkretny termin szczepienia mogą zarejestrować się:

- od 15 stycznia osoby, które skończyły 80 lat
- od 22 stycznia osoby, które skończyły 70 lat

Szczepienia dla tych osób rozpoczną się 25 stycznia

NAJBLIŻSZE PUNKTY SZCZEPIEŃ

Jeżeli chcesz zaszczepić się w konkretnym punkcie szczepień - skontaktuj się z nim.

Nazwa podmiotu (RPWDL)	Nazwa punktu szczepień	Adres	Numer telefonu
Samodzielny Publiczny Zespół Opieki Zdrowotnej w Mińsk Mazowieckim	Punkt szczepień	ul. Kościuszki 9 05-300 Mińsk Mazowiecki	609 103 464 609 169 464
Specjalistyczna Przychodnia Lekarska MILMED	Gabinet lekarza POZ	ul. Kresowa 65 05-300 Mińsk Mazowiecki	690 310 513
Centrum Medyczne COMPLEX - MED Sp. z o.o.	Centrum Medyczne COMPLEX - MED Sp. z o.o.	Pl. Kilińskiego 4/1 Budynek „U pułkownika” 05-300 Mińsk Mazowiecki	25 740 20 60
Centrum Medyczne-Diagnostyczne Sp. z o.o.	Przychodnia Zdrowia Centrum Dąbrówki	ul. Dąbrówki 52 05-300 Mińsk Mazowiecki	516 052 490

Wszystkie aktualne informacje o szczepieniach przeciwko COVID-19 znajdują się na gminnej stronie internetowej w zakładce: > "Mieszkaniec" > "Szczepienia przeciwko COVID-19"



Historia gminy Mińsk Mazowiecki nierozłącznie związana jest z dziejami miasta o tej samej nazwie. Obszar położony wzdłuż rozlewiska rzeki Mieni związany jest z osadnictwem wzdłuż tej rzeki i jej dopływami, w tym rzeki Srebrnej. Z okresu prehistorii ziem polskich pochodzą stanowiska archeologiczne na tym obszarze świadczące o tym, że był on miejscem najpierw czasowego, a później stałego, osiedlenia się ludności. Na przestrzeni dziesiątków tysięcy lat następowała ewolucja gospodarki prowadzonej przez człowieka

od łowieckiej do gospodarki rolniczo-hodowlanej. Świadczą o tym m.in. znaleziska zabytków z epoki kamiennej, paleolitu schyłkowego (ok. 12000 lat temu), takich jak kamienny topór z okolic Mińska Mazowieckiego i inne, grotów i wiór z Podrudzia oraz zbrojników strzał, skrobaków z okresu mezolitu (przed 5500 lat przed Chrystusem – p.Chr.) z Jędrzejnika i Kobiernego (gm. Dęba Wielkie), tj. wykopaliska z okresu międzywojennego czy też z lat 80. XX w. zebrane w ramach planu „Archeologiczne Zdjęcie Polski” lub najnowsze. Wymienić należy te z 2009 r. kiedy to odnaleziono ślady osadnicze z epoki kamiennej i wczesnego średniowiecza w Choszczówce Dębskiej oraz osady społeczności kultury łużyckiej z epoki brązu ok. 1200 p.Chr. i wczesnej epoki żelaza. W wyniku interwencji archeologicznej w 2000 r. w Józefowie (gm. Mińsk Maz.) odkryto ślady osady (paleniska) i cmentarzyska społeczności kultury łużyckiej. Do ciekawych znalezisk ze starszej epoki kamiennej (paleolit schyłkowy ok. 15000-10 000 p.Chr.) należą równe materiały krzemienne ze stanowiska archeologicznego Marianka (groty strzał, ryłce oraz drapaki), a także krzemienne siekierki kultury ceramiki sznurowej (ludność pasterska) z Kędzieraku (ok. 3800 lat temu). W epoce brązu dzisiejsze okolice Mińska były zamieszkałe przez społeczność kultury łużyckiej (1200 p.Chr.) o czym świadczy znaleziony pięcioboczny kamienny topór i liczne fragmenty ceramiczne. Wymienione przykłady potwierdzają fakt istnienia osad ludzkich na interesującym nas obszarze, w odległych epokach, tj. pradziejach Polsk.



j e d n a a p l i k a c j a - w i e l e k o r z y s c i

MOJA OKOLICA

Szanowni Państwo, sytuacja w jakiej się teraz znajdujemy ukazuje jak ważne jest budowanie silnych więzi społecznych, wzajemne wsparcie sąsiedzkie i dostęp do rzetelnych informacji. Dlatego wdrażamy dedykowaną aplikację, która będzie w stanie zapewnić wspomniane wyżej funkcje, a do tego stanie się narzędziem ułatwiającym wszystkim funkcjonowanie w naszej gminie. Aplikacja Moja Okolica została zbudowana z myślą o pogłębianiu relacji pomiędzy samorządem terytorialnym a społecznością lokalną, a także w celu wsparcia lokalnych działań biznesowych i komunikacyjnych. Dysponując nią, zawsze będziecie Państwo na bieżąco z najważniejszymi informacjami pochodzącymi z jednostek gminnych takich jak: szkoły, przedszkola, ośrodki pomocy społecznej, urząd gminy, itp. Dodatkowo będziecie mogli zamieścić informacje o prowadzonej działalności i oferowanych produktach, a w zaistniałej trudnej sytuacji oferować i otrzymywać pomoc od społeczności lokalnej. Aplikacja pozwoli także na stworzenie strefy bezpieczeństwa dla naszych najbliższych, których opieka wymaga pełniejszego nadzoru.

Zapraszamy do zapoznania się z pełnymi funkcjonalnościami aplikacji i jej instalacji. Moja Okolica jest już aktywna w naszej gminie

To bezpłatna aplikacja, ukierunkowana na budowanie i pogłębianie relacji lokalnych społeczności. Przede wszystkim wspiera informacyjnie mieszkańców i usprawnia komunikację w najbliższym sąsiedztwie. Wskaż swoją lokalizację i poznaj następujące moduły:



USŁUGI

Funkcjonalność ukierunkowana głównie na lokalnych przedsiębiorców, którzy mogą wykorzystywać platformę do promocji swoich usług wśród klientów, a mieszkańcom ułatwi szybkie znalezienie poszukiwanych produktów i usług w najbliższym sąsiedztwie.

KOMUNIKACJA

Wybieraj nadawców lokalnych wiadomości poprzez subskrypcje wizytówki. Poznaj nadawców krajowych. Otrzymuj ważne i potwierdzone informacje względem Twojej lokalizacji. Już wkrótce komunikacja dwukierunkowa z Twoją Gminą, co pozwoli ograniczyć potrzebny czas i pieniądze, które tracisz jeżdżąc do urzędu.

BEZPIECZEŃSTWO

Nawiguj do najbliższych placówek pomocy medycznej oraz otwartych aptek. Znajdź najbliższy defibrylator. Wszystkie informacje są prezentowane względem Twojej lokalizacji. Określaj strefy bezpiecznego poruszania się Twoich podopiecznych. Określ obszar. Każde wejście/wyjście wygeneruje dla Ciebie powiadomienie.

KALENDARZ WYDARZEŃ

Sprawdź dostępne wydarzenia w Twojej okolicy i ustawiaj przypomnienia w swoim kalendarzu. Od teraz nie przeoczysz już żadnego wydarzenia organizowanego na terenie gminy.

RYNEK

Publikuj ogłoszenia i zachęcaj do swoich produktów lub usług. Przeszukaj bazę ogłoszeń z Twojej okolicy i nie trać czasu ani pieniędzy na przesyłki.

MOI SĄSIEDZI (moduł wkrótce dostępny)

Twórz lokalne i zaufane grupy sąsiedzkie dzięki funkcji zaufanego chatu. Daj się poznać swoim najbliższym sąsiadom i komunikuj się z nimi w razie jakiegokolwiek potrzeby.

„Inwentaryzacja źródeł ciepła na terenie Gminy Mińsk Mazowiecki”
realizowana jest przy pomocy środków
z budżetu Województwa Mazowieckiego w ramach
„Mazowieckiego Instrumentu Wsparcia Ochrony Powietrza MAZOWSZE 2020”



Szanowni Mieszkańcy.

Na terenie naszej gminy rozpoczęła się inwentaryzacja źródeł ciepła. Jest ona realizowana w związku z koniecznością działań na rzecz poprawy jakości powietrza jakie prowadzone są na obszarze całego województwa mazowieckiego. Podstawowym celem inwentaryzacji jest zlokalizowanie wszystkich źródeł niskiej emisji (lokalnych kotłowni węglowych i pieców grzewczych). „Inwentaryzacja źródeł ciepła na terenie Gminy Mińsk Mazowiecki” realizowana jest przy pomocy środków z budżetu Województwa Mazowieckiego w ramach „Mazowieckiego Instrumentu Wsparcia Ochrony Powietrza MAZOWSZE 2020”.

Informujemy, iż na zlecenie Gminy Mińsk Mazowiecki „Inwentaryzację Źródeł ciepła na terenie Gminy Mińsk Mazowiecki” realizuje firma Grupa BST sp. z o.o. z siedzibą w Katowicach.

Ankiety dotyczącą inwentaryzacji źródeł ciepła dla Państwa wygody i bezpieczeństwa można wypełnić również w formie online: <https://minskmazowiecki.pl>, w zakładce Inwentaryzacja źródeł ciepła.

Zachęcamy do korzystania z tej formy spisu. Ponadto informujemy, że dla każdego budynku, w którym znajduje się źródło ciepła należy wypełnić osobne ankiety. Prosimy o Państwa wsparcie w realizacji tego zadania oraz współpracę z Wykonawcą realizującym Inwentaryzację źródeł ciepła. Prosimy o podawanie rzetelnych i zgodnych z prawdą odpowiedzi.

P A L E N I E W P I E C U

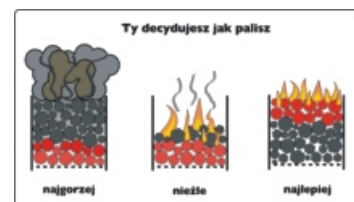


Realizując obowiązek edukacyjny z zakresu ochrony środowiska Wójt Gminy przypomina, że od dnia 1.07.2018 roku na terenie naszej Gminy, jak i całego Mazowsza zgodnie z obowiązującą uchwałą antysmogową w piecach nie wolno spalać: mułów i flotokonzentratów węglowych oraz mieszanek produkowanych z ich wykorzystaniem, węgla brunatnego oraz paliw stałych produkowanych z wykorzystaniem tego węgla, węgla kamiennego w postaci sypkiej o uziarnieniu 0-3 mm, paliw zawierających biomasę o wilgotności w stanie roboczym powyżej 20 proc. (np. mokrego drewna)

Ponadto nie można palić w piecu: plastikowymi torbami i butelkami, ubraniami, opadami z gumy, bateriami, płynami wiórowymi.

Jeżeli Państwa domy ogrzewane są za pomocą kotła na paliwo stałe zaleca się palenie w nim: węglem kamiennym gruboziarnistym, ekogroszkiem, peletem, brykietem, biomasą drzewną, drewnem sezonowanym

Kupując opał należy domagać się od sprzedawcy dowodów sprzedaży oraz dokumentów potwierdzających parametry zakupionego paliwa (np. certyfikatu).



Terminy wymiany kotłów, pieców, kominków w województwie mazowieckim:

- do 1 stycznia 2023 mieszkańcy województwa mazowieckiego muszą się pozbyć kotłów nie spełniających wymogów emisyjnych żadnej z klas normy PN-EN 303-5:2012 oraz pieców i kominków nie spełniających kryteriów emisji ekoprojektu.
- od 1 stycznia 2028 nie będzie można użytkować kotłów spełniających wymogi emisyjne klas 3 i 4 ww. normy.
- kotły 5 klasy wg ww. normy można używać do końca ich żywotności.
- do końca 2022 kominki muszą zostać wymienione, na takie, które spełniają wymogi ekoprojektu lub należy je wyposażać w odpowiednie urządzenia ograniczające emisję pyłu.

DOTACJE na usunięcie azbestu

Gmina Mińsk Mazowiecki planuje ubiegać się o przyznanie środków w formie dotacji na dofinansowanie demontażu, transportu i unieszkodliwiania wyrobów zawierających azbest z Wojewódzkiego Funduszu Ochrony Środowiska i Gospodarki Wodnej. Dlatego też informujemy o możliwości składania wniosków o dofinansowanie ww. Zadań. Środki Wojewódzkiego Funduszu Ochrony Środowiska i Gospodarki Wodnej nie mogą być przeznaczone na wykonanie nowych pokryć dachowych, natomiast dofinansowanie obejmuje koszty: demontażu płyt azbestowych, przewiezienia azbestu z miejsca demontażu do miejsca unieszkodliwienia oraz samego unieszkodliwienia.

Prace prowadzone będą przez firmę wskazaną przez Gminę. Osoby fizyczne (nie prowadzące działalności gospodarczej) zainteresowane udziałem w zadaniu, proszone są o złożenie stosownych wniosków wraz z kompletem wymaganych załączników. Druki wniosków można pobrać ze strony internetowej www.bip.minsk mazowiecki.pl.

Wypełnione wnioski wraz z załącznikami należy składać w nieprzekraczalnym terminie do 12 lutego osobiście do Urzędu Gminy. W trosce o bezpieczeństwo termin osobistej wizyty w urzędzie należy uzgodnić telefonicznie z pracownikiem merytorycznym (tel. 25 756 25 30). Dokumenty i załączniki wnoszone w formie e-dokumentu powinny być podpisane podpisem elektronicznym, albo za pomocą profilu zaufanego.

Do dofinansowania zakwalifikowane zostaną tylko kompletne wnioski, wypełnione prawidłowo - według kolejności złożenia. W ramach powyższego zostanie opracowana lista wniosków zakwalifikowanych do realizacji. W przypadku dużej liczby zgłoszeń zostanie stworzona lista rezerwowa. Demontaż wyrobów zawierających azbest oraz odbiór płyt azbestowych nastąpi w terminie uzgodnionym pomiędzy właścicielem, zarządcą lub użytkownikiem budynku a firmą wykonującą usługę. Prawdopodobne jest, że w ramach dotacji wnioskodawcy zobligowani będą do uiszczenia podatku dochodowego od osób fizycznych – w wysokości wynikającej z obowiązujących w tym zakresie przepisów prawa. Informujemy, iż demontaż pokryć azbestowych związany jest z obowiązkowym zgłoszeniem przez wnioskodawcę do Starostwa Powiatowego w Mińsku Mazowieckim Wydział Architektury i Budownictwa zamiaru rozpoczęcia robót budowlanych.



Zasady segregacji odpadów komunalnych na terenie Gminy Mińsk Mazowiecki w 2021

• WOREK NIEBIESKI

Papier, tektura

Wrzucamy: Książki, zeszyty, gazety, tektura, torby i kartony, papierowe. Opakowania kartonowe należy poskładać i powiązać, układać obok worków.

Nie wrzucamy: tłustego i zabrudzonego papieru (np. papierowe opakowania po maśle, margarynie, twarogu); kalki; papieru termicznego i faksowego; tapet; odpadów higienicznych (np. wacików, pieluch itp.); opakowań z jakkolwiek zawartością, odpadów budowlanych.

• WOREK ŻÓŁTY

Tworzywa sztuczne

Wrzucamy: różnego rodzaju puste opakowania plastikowe po napojach i innych płynach. Folia biała i kolorowa. Foliowe reklamówki. Kubki i butelki plastikowe po śmietanie, kefirze i inne plastiki, opakowania wielomateriałowe. Folię o dużych wymiarach należy złożyć, powiązać i ustawić obok worków.

Nie wrzucamy: m.in. pełnych opakowań z jakkolwiek zawartością, styropianu budowlanego, opakowań po olejach silnikowych, smarach, puszek po farbach, baterii, sprzętu AGD, odpadów budowlanych itp.

Metale

Wrzucamy: drobne przedmioty metalowe, puszki, drut, itp. Duże blachy, gruby złom metalowy i żeliwny można ustawiać obok worków.

Opakowania wielomateriałowe

Wrzucamy: puste opakowania po sokach, mleku, przyprawach, itp.

• WOREK ZIELONY

Szkło

Wrzucamy: Wszelkiego rodzaju puste opakowania szklane, butelki po napojach, winie, piwie, alkoholu, słoiki i naczynia szklane.

Nie wrzucamy: m.in. porcelany, ceramiki, szyb samochodowych, doniczek, żarówek, lamp neonowych, fluorescencyjnych i rtęciowych, reflektorów, ekranów i lamp telewizyjnych, luster.

• WOREK BRĄZOWY

Odpady kuchenne ulegające biodegradacji

Wrzucamy: obierki, resztki jedzenia, warzywa, owoce, zabrudzony papier, tekstylia z materiałów naturalnych, fusy z kawy, herbaty.

Nie wrzucamy: m.in. odpadów trawy, gałęzi i liści, owoce opadłe z drzew i krzewów (te odpady dostarczamy do PSZOK)

• WOREK CZARNY

Niesegregowane (zmieszane) odpady komunalne

Wrzucamy: pozostałe odpady komunalne, których nie można poddać dalszej segregacji tj.: brudne tekstylia, zużyte obuwie, porcelanę, fajans itp. zabrudzone opakowania plastikowe, opakowania po dezodorantach, artykuły higieniczne (pampersy, patyczki higieniczne, wata, itp.).

Nie wrzucamy: m.in. odpadów niebezpiecznych, opakowań po lekach, leków przeterminowanych, farb, olejów i ich opakowań, opakowań po środkach ochrony roślin, zużytego sprzętu elektrycznego i elektronicznego (m.in.: żarówek, lamp, kineskopów, świetlówek, baterii i akumulatorów), sprzętu AGD i RTV, komputerów, odpadów wielkogabarytowych (m.in.: mebli, wykładzin, dywanów, materacy, wózków, suszark na pranie), materiałów zawierających azbest, papy, styropianu budowlanego, odpadów budowlanych.

W tegorocznym sezonie grzewczym popiół z palenisk domowych należy wystawiać, zgodnie z harmonogramem odbioru odpadów, w osobnych workach, które musi zapewnić właściciel we własnym zakresie.



ARGO

ŁAZIENKI

ul. Piłsudskiego 41/43
Mińsk Mazowiecki
tel. 602 292 006
www.argoag.pl

**KOLEKCJA
VAKER**

Perły
Ceramiki UE
2018
The Pearls
of Ceramics EU



MEBLE Z DREWNA

OFERUJEMY:
łóżka, materace, szafy, komody
biurka, witryny, stoły, krzesła

www.meblesosnowe.eu
meble@meblesosnowe.eu

Mińsk Maz., ul. Piłsudskiego 39
tel./fax 25 759 02 59

Warszawa, ul. Płowiecka 25 (róg Świeckiej)
tel./fax 22 815 35 98

indywidualne projekty - każdy wymiar

DOM POGRZEBOWY

 **Białkowski**

Dzięki Państwa zaufaniu służymy pomocą
w trudnych chwilach żałoby
w Mińsku Mazowieckim i całym powiecie od 20 lat



ul. Kościelna 6, 05-300 Mińsk Mazowiecki
www.pogrzebybialkowski.pl

tel. 25 759 05 05, kom. 503 823 712

PRACOWNIA DENTYSTYCZNA express



Jerzy Trąbiński

NAPRAWA
PROTEZ ZĘBOWYCH
MOSTY KORONY
PROTEZY SZKIELETOWE
I ELASTYCZNE
PORCELANA

Mińsk Mazowiecki
ul. Warszawska 130
jerzy.trabinski@gmail.com

czynna:
od pon.- pt. 10-18, sobota 10-12
inne terminy telefonicznie

tel. (dom po godz. 18)
25 757 92 55, kom. 601 29 08 75



BRATEK

zdrowa żywność, art. przem., drogerijne, nasiona
Mińsk Mazowiecki, ul. Warszawska 188
pon. - pt. 9 - 17, w soboty 9 - 14
tel. 25 758 11 58

 <https://www.facebook.com/brateksklepielarski>

- zioła
- produkty dla diabetyków
- produkty wegetariańskie
- wody mineralne lecznicze
- syropy lecznicze bez konserwantów
- miody, ziołomiody i inne specyfiki
- a także:
- nasiona - cebulki kwiatowe
- krzewy ozdobne - nasiona ziół

UBEZPIECZENIA

RCU[®]

DOBRE
AC

OC
TANIE

Pierwsza prawdziwa
multiagencja w Mińsku

30 TOWARZYSTW

Mińsk Maz. ul. Piłsudskiego 32

tel.784 810 310
minsk.mazowiecki@rcu.pl




Jak szybko sprzedać dom, mieszkanie, działkę?

Pokazując swoją ofertę na zdjęciu lotniczym!

Teraz jeden wylot

150 zł!

604 44 22 45 jacek@modelex.pl

Promocja na wykonanie zdjęć dla inwestorów indywidualnych oraz Biur Sprzedaży Nieruchomości

SKUP ZŁOMU
METALI KOLOROWYCH
i BUTELEK



M.M. ul. Spółdzielcza 29
(przy rampie kolejowej)

tel. 606 614 190

czynne:
pon. - pt. 8 - 16, sobota 8 - 13

KAŁUSZYN ul. 1 Maja 74

WĘGIEL

RATY • TRANSPORT

szeroki asortyment!

KOSTKA - 25MJ	MIAŁ KL. 24	EKO 26-28MJ
KOSTKA - 29MJ	EKO MIAŁ KL. 26	EKO 24MJ
ORZECH - 24KJ		EKO CZESKIE
ORZECH - 29MJ		

PELLET

Transport gratis do 20km przy zakupie min.1tony

KONTAKT 785 39 30 99

SKŁAD OPALU J. DROZDZ - TARGÓWKA, ul. Mazowiecka 55, tel. 25 759 24 24, 25 759 24 23

wizytówki - ulotki - foldery - pieczątki

Mińsk Maz. Kościuszki 13/24 e-mail: hanka@modelex.pl

Ogrodzenie boiska - SP Stojadła

Inwestycja obejmowała budowę ogrodzenia panelowego terenu boiska, montaż piłkochwytywów o wysokości 8 m i długości 247 m oraz dwóch bramek 2,44 x 7,32 m przy Szkole Podstawowej w Stojadłach. Ponieważ na szkolnym boisku jest wyznaczone oficjalne certyfikowane lądowisko dla śmigłowców Lotniczego Pogotowia Ratunkowego w ogrodzeniu zabudowano dwie automatycznie otwierane bramy i dwie furty. Bramy może otworzyć załoga każdego uprzywilejowanego pojazdu, takiego jak wozu bojowego Straży Pożarnej, karetki Pogotowia lub Policji.

Ogrodzenie panelowe - długość 385 mb
Brama A - szerokość 3 mb
Brama B - szerokość 6 mb

Zadanie dofinansowane
W ramach „MIWIS MAZOWSZE 2020” - 100.000zł

Całkowita wartość prac - 226.562 zł



Zadanie pn:

„Ogrodzenie terenu boiska oraz montaż piłkochwytywów i bramek przy Szkole Podstawowej w Stojadłach” zostało zrealizowane przy pomocy środków pochodzących z budżetu Województwa Mazowieckiego w ramach „Mazowieckiego Instrumentu Wsparcia Infrastruktury Sportowej MAZOWSZE 2020”

Mazowsze.
serce Polski



Podłączenie do kanalizacji sanitarnej

Gmina Mińsk Mazowiecki uprzejmie informuje, iż prace związane z budową kanalizacji sanitarnej w 2020 roku zostały zakończone. Nieruchomości mogą być przyłączane do wybudowanego systemu kanalizacji sanitarnej. Właściciele nieruchomości znajdujących się w rejonach objętych tym projektem mają obowiązek podłączyć swoje budynki do sieci kanalizacyjnej w terminie:

**ul. Leśna w Kolonii Janów
do 30 czerwca 2021**

**Targówka ul. Kolejowa i ul. Wąska
do 31 maja 2021**

**Nowe Osiny i Osiny - część południowa
do 15 lipca 2021**

Aby spełnić formalności związane z wykonaniem przyłącza należy:

- Pobrać wyciąg z projektu budowlanego – Urząd Gminy, pok. nr 21, tel. 25 756 25 23 lub e-mail: inwestycje@minskmazowiecki.pl
- Zgłosić w formie pisemnej do GZGK zamiar budowy przyłącza kanalizacyjnego co najmniej na 3 dni robocze przed jego rozpoczęciem. Więcej informacji pod nr telefonu: 25 756 25 28, 25 756 25 27 lub e-mail: sekretariat@gzgek.pl
- Wykonać przyłącze kanalizacyjne przez osobę uprawnioną, zgodnie z opracowanym przez Gminę projektem technicznym, a przed jego zasypaniem ustalić odbiór techniczny ze strony GZGK.
- Po dokonaniu odbioru wykonanego przyłącza przez przedstawiciela GZGK Mińsk Mazowiecki, należy podpisać umowę na odprowadzenie ścieków – pok. 27, tel. kontaktowy: 25 756 25 28 lub 25 756 25 27

więcej informacji można uzyskać w Urzędzie Gminy Mińsk Mazowiecki ul. Chełmońskiego 14, Mińsk Mazowiecki pokój nr 21, tel. 25 756 25 23 lub e-mail: inwestycje@minskmazowiecki.pl

rozpoczęte prace nad zadaniami inwestycyjnymi 2021

W dniu 15 grudnia 2020 roku Gmina Mińsk Mazowiecki reprezentowana przez Wójta Gminy Antoniego Janusza Piechoskiego podpisała umowy na realizację zadań inwestycyjnych zaplanowanych na 2021 rok w zakresie prac projektowych kanalizacji sanitarnej na terenie gminy.

Przedmiotem zamówienia jest wykonanie kompletnych dokumentacji projektowych kanalizacji sanitarnej na terenie gminy Mińsk Mazowiecki. Zadanie obejmuje opracowanie wielobranżowych dokumentacji w podziale na pięć odrębnych części (A, B, C, D, E) we wskazanych miejscowościach gminy Mińsk Mazowiecki: Brzoże, Stare Zakole, Zakole Wiktorowo, Budy Barczątkie, Barcząca, Gliniak, Cielechowizna, Huta Mińska, Marianka, Podrudzie, Zamienie, Maliszew, Budy Janowskie, Dziękowizna i Janów o łącznej długości około 12 km sieci grawitacyjnej.

Podmioty realizujące prace projektowe to: Projektowanie i Nadzór w Budownictwie Roman Stańczyk z siedzibą w Giżycku przy ul. Koszarowej 15 oraz Zakład Obsługi Inwestycji „KOMPLEX-BUD” Marta Skarżyńska-Stańczyk z siedzibą w Giżycku przy ul. Królowej Jadwigi 18C lok. 4 – dla części B oraz WOD-KAN Sławomir Baran z siedzibą w Garwolinie przy ul. Jagodzińskiej 40 – dla części A, C, D, E.

Kwota przeznaczona na realizację projektów wynosi 525 578,00 zł brutto. Nadrzędnym celem przedsięwzięcia jest podniesienie atrakcyjności inwestycyjnej gminy Mińsk Mazowiecki, przy równoczesnej ochronie i poprawie stanu środowiska poprzez wyposażenie gminy w kanalizację sanitarną, co zapewni poprawę gospodarki wodno-ściekowej oraz jej uporządkowanie, a w końcowym efekcie wpłynie na poprawę jakości życia mieszkańców.



inwestycje
2021

foto: Jacek Maria Jeliński

Wieżba dachowa została już zabudowana na II-jej kondygnacji. Na drewnianej konstrukcji położono warstwy izolacji paroprzepuszczalnej. Intensywne prace nad przykryciem budynku blachodachówką zakończyły się sukcesem. Dach został dokończony przed intensywnymi opadami śniegu, co umożliwi montaż izolacji termicznej zadaszenia. W połaci dachowej także zainstalowane są już kominy.



rozbudowa
**Szkoły Podstawowej
w Hucie Mińskiej**

samochód elektryczny

E-mobilność

MMI

ZIELONA GMINA

typy i rodzaje

Hybrydy plug-in - PHEV

Plug-in Hybrid Electric Vehicles to kolejny krok w rozwoju pojazdów elektrycznych. Hybrydy typu plug-in (nazywają się tak, bo można je ładować zewnętrznym źródłem prądu) są pierwszym rodzajem samochodów, którymi da się pokonać dłuższy dystans używając wyłącznie silnika elektrycznego.

Konstrukcyjnie są podobne do bezobsługowych hybryd kategorii HEV. Mają zamontowany większy akumulator, mocniejszy silnik elektryczny i ładowarkę pokładową. Dzięki temu na samym zasilaniu elektrycznym mogą przejechać kilkadziesiąt kilometrów. To pierwsza kategoria nowoczesnych samochodów, w których można się poczuć jak w prawdziwym elektryku.

Takie samochody są najbardziej uniwersalne ze wszystkich i teoretycznie łączą same zalety: bezemisyjną jazdę z dużym zasięgiem i możliwością szybkiego uzupełnienia paliwa. I to prawda, ale hybrydy typu plug-in zostały opracowane do realizowania jednego, bardzo popularnego schematu użytkowania.

Większość europejskich kierowców na co dzień jeździ tylko po swojej okolicy i nie pokonuje dużych dystansów, a w dalszą podróż wybiera się niezmiernie rzadko. Jeśli to zdarza się, to zaledwie kilka razy w roku na przykład: w święta, wakacje i inne uroczystości rodzinne. Im schemat codziennego użytkowania bardziej oddala się od takiego wzorca, tym mniejszy sens ma jazda hybrydą typu plug-in. W przypadku braku możliwości codziennego ładowania akumulatora, w domu albo ewentualnie w pracy, taki samochód przestaje mieć sens. Jazda nim jest wtedy mniej ekologiczna i opłacalna niż zwykłym samochodem spalinowym. Ale z drugiej strony to nieprawda, że nie da się nimi osiągnąć niskiego poziomu zużycia paliwa. Jeśli możemy i będziemy ładować aku-

mulator każdej nocy oraz codziennie nie pokonujemy dużych dystansów, zużycie paliwa łatwo utrzymać na minimalnym poziomie.

Przecież podczas jazdy każde hamowanie odbywa się poprzez odzysk energii kinetycznej w postaci ładunku elektrycznego, który ciągle, na bieżąco, doładowyduje akumulator trakcyjny. A komputer sterujący pracą silników: spalinowego i elektrycznego stara się zawsze odciążać jednostkę spalinową kosztem większej pracy napędu elektrycznego. Stąd bierze się mniejsze zużycie paliwa szczególnie w cyklu miejskim, w którym jest bardzo dużo okazji do doładowań akumulatora przy częstym hamowaniu.

Przy długich przejazdach w trasie, kiedy bardzo rzadko zmniejsza się gwałtownie przy pomocy hamulca prędkość jazdy, okazji do doładowań praktycznie nie ma. Cała moc pochodzi z silnika spalinowego, a ponieważ hybryda plug-in jest wyposażona w ciężki akumulator, który naładowany, czy nie, wozić ze sobą trzeba, dlatego samochód ten jest mniej ekonomiczny przy tego typu eksploatacji.



czy odśnieżać panele ?

Usuwanie śniegu zalegającego na panelach fotowoltaicznych jest dla nich niebezpieczne, jeżeli zrobi się to nieostrożnie. Łatwo uszkodzić ochronną powłokę, a samo oczyszczenie kilkucentymetrowej warstwy śniegu niewiele polepszy pracę paneli. Śnieg - specyficzny kryształiczny rodzaj wody w stanie stałym - wbrew pozorom słabo wychwytuje fotony. A to one właśnie produkują prąd elektryczny. Przeciwnie nawet przy zachmurzonym niebie panele pracują. Oczywiście słabiej niż przy pełnym słońcu w letnich miesiącach. Czarna powłoka panelu powoduje, że on się szybko nagrzewa, nawet przy słabym oświetleniu. I ta podwyższona temperatura powoduje, że same szybko oczyszczają się ze śniegu.

W 2020 roku Święta Bożego Narodzenia i Nowego Roku dla większości osób były inne niż w latach poprzednich. Spowodowała to pandemia COVID-19 i obostrzenia z nią związane. Trudnym obostrzeniem były Wigilijne ograniczenia ilości osób, które obok gospodarzy mogły uczestniczyć w tym przyjęciu. Pięć osób to mało jak na rodziny wielodzietne i dlatego też wiele rodzin spotkało się w kilkunasto osobowym składzie. Rozumiem to, bo przecież trudno byłoby powiedzieć dorosłemu synowi czy córce, żeby ze swoją rodziną nie pojawili się na Wigilię, bo byłoby to za wiele osób. Wynika z tego, że wiele rodzin świętowało Święta Bożego Narodzenia w pełnym składzie. Jeśli chodzi o Sylwestra to na osiedlu, na którym mieszkam też nie przestrzegano zakazów i wiele osób o północy odpalało piękne fajerwerki. W rodzinach, w których nie ma patologii związanej z nadużywaniem napoi alkoholowych - święta minęły spokojnie i radośnie. Wigilia była bez alkoholu, a w pozostałe święta nikt się nie upił. U osób uzależnionych od alkoholu te święta były takie, jak w poprzednich latach. Alkoholik, który mieszka samotnie bo „przepił” rodzinę – pił nadal samotnie „pod śledzika” i tak było codziennie i jest nadal. Jeśli taki człowiek mieszka z kimś z rodziny, kto pije albo z pijącą partnerką to obostrzenia związane z pandemią nie były dla niego trudne do zachowania. Pociuszające jest to, że w te święta nie zauważyłem nikogo, kto ze względu na upicie się nie mógł utrzymać się na nogach i przewracał się idąc do domu. W poprzednich latach widziałem takie osoby i pod tym względem były to ŚWIĘTA INNE NIŻ ZWYKLE.



W czasie epidemii gromadzimy zapasy jedzenia i... alkoholu Jak kontrolować swoje picie? 5 porad

Starasz się stosować do rekomendacji, by ograniczyć wyjścia z domu na zakupy i robisz to np. wyłącznie raz lub dwa razy w tygodniu. Niestety przy okazji kupujesz jednorazowo znacznie większe ilości alkoholu, niż w czasach sprzed pandemii. Efekt? Pijesz więcej.

Marcin, 34-letni pracownik korporacji, od dwóch miesięcy pracuje zdalnie. Praktycznie nie wychodzę z tej swojej kawalerki przyznaje. Co rano siadam przed laptopem, a kątem oka widzę w rogu kuchni stertę czteropaków piwa. Kupuję naraz po 6-7 zgrzewek, żeby nie wychodzić do sklepu za często. W ciągu tygodnia zapasy szybko się kończą, bo piję do obiadu, do kolacji, a później sam nie wiem, kiedy otwieram kolejne puszki przed telewizorem opowiada Marcin. Jak dodaje, dziś nie ma poczucia, że traci kontrolę nad swoim pićciem, ale bierze pod uwagę, że po powrocie do normalnego trybu życia trudniej będzie mu zmienić niekorzystny nawyk.

Ktoś, kto dzisiaj pije alkohol na poziomie niskiego ryzyka może w wyniku różnego rodzaju okoliczności zwiększyć swoje picie do poziomu wysokiego ryzyka. Ktoś, kto dziś pije ryzykownie lub szkodliwie może na tyle ograniczyć swoje picie, aby radykalnie zmniejszyć wynikające z niego szkody uważa Jagoda Fuada, kierownik Działu Lecznictwa Odwykowego i Programów Medycznych Państwowej Agencji Rozwiązywania Problemów Alkoholowych.

PARPA zachęca do tego, by kontrolować picie tym bardziej w czasie epidemii, gdy ważne jest dbanie o odporność organizmu. Alkohol ma negatywny wpływ na system odpornościowy, w tym także odporność na zakażenie koronawirusem. Jak zatem ograniczyć ilość spożywanego alkoholu? Można skorzystać z pięciu sprawdzonych sposobów.

1. Poznaj limity i nie przekraczaj ich.

Światowa Organizacja Zdrowia podkreśla, że nie ma bezpiecznej dawki istnieją jednak limity spożywania alkoholu o niskim poziomie ryzyka szkód (różne w zależności m.in. od płci). Przykładowo mężczyzna, który pije kilka razy w tygodniu, nie powinien dziennie przekraczać granicy 40 g czystego alkoholu czyli nie powinien pić więcej niż 2 półlitrowe butelki piwa lub 2 kieliszki wina (o pojemności 200 ml każdy) lub 120 ml wódki. W ciągu tygodnia panowie nie powinni wypijać więcej niż 280 ml stuprocentowego alkoholu (tyle znajduje się np. w 13 półlitrowych butelkach piwa, 0,8 l wódki czy nieco ponad 3 butelkach wina). Dla kobiet limit ustalony przez WHO jest o połowę mniejszy. Uwaga wypicie podanych dawek alkoholu jednorazowo nie jest bezpieczne!

2. Podczas picia alkoholu przestrzegaj wcześniej ustalonych zasad.

Państwowa Agencja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych zaleca, by osoby chcące ograniczyć picie wyznaczyły sobie pewne reguły i stosowały się do nich. Dla wielu osób to łatwiejsze rozwiązanie niż natychmiastowa rezygnacja z alkoholu. Pij wolno i małymi łykami. Pomiędzy poszczególnymi drinkami sięgaj po napoje bezalkoholowe. Nie zaczynaj picia z pustym żołądkiem. Zamień mocny alkohol na słabszy.

3. Nie rób zapasów alkoholu.

Rzadsze wizyty w sklepie mogą być pokusą do zakupu większej ilości alkoholu. Eksperti przestrzegają przed takim działaniem. Widok ustawionych na półce butelek z winem czy sterta czteropaków piwa to zachęta, której wielu osobom trudno się oprzeć. Z robienia zapasów warto zrezygnować także dla dobra dzieci, by dać im dobry przykład.

4. Poproś bliskich o wsparcie.

Jeśli ktoś w Twoim otoczeniu ma zwyczaj namawiania do wspólnego picia (a w dobie koronawirusa coraz bardziej popularne stają się spotkania online przy alkoholu), nie wstydź się poprosić, by na jakiś czas „odpuścił”. Łatwiej będzie Ci uzasadnić swoją prośbę, jeśli sięgniesz po pozytywne argumenty, np. „Wiesz, zaniedbałem się trochę przez tę epidemię, zamierzam teraz lepiej się odżywiać i ograniczam picie, bo alkohol ma mnóstwo kalorii”. Jeśli zazwyczaj pijesz z domownikami, np. podczas wieczornego oglądania telewizji, zaproponuj trzeźwą alternatywę zamiast otwierać butelkę wina przetestujcie np. przepisy na pyszne, bezalkoholowe koktajle z egzotycznych owoców. Dzięki temu podczas oglądania filmu nie będzie brakować Wam rytuału „popijania” czy choćby wyrobionego nawyku trzymania w ręku szklanki.

5. W wybrane dni zachowaj abstynencję.

Ważne, by w ciągu tygodnia wyznaczyć sobie minimum dwa dni bez picia choćby łyka alkoholu (najlepiej pod rząd). Istotne jest to, by być ze sobą szczerym i nie naginać ustalonych zasad jeden, nawet słaby drink czy szklanka piwa to już złamanie abstynencji.

Na koniec warto podkreślić, że w niektórych wypadkach konieczne jest nie tylko ograniczenie, ale całkowita rezygnacja z picia alkoholu i to nie tylko w czasie epidemii. Dotyczy to przede wszystkim kobiet w ciąży i matek karmiących (negatywny wpływ alkoholu na zdrowie dziecka został wielokrotnie udowodniony), a także młodzieży i osób przyjmujących leki. Z alkoholu powinni zrezygnować także rodzice, którzy opiekują się dziećmi w trosce o ich bezpieczeństwo.

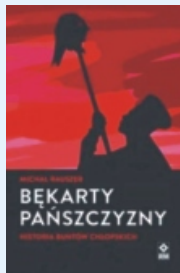
ródło: materiały opracowane przez Instytut Łukasiewicza na zlecenie Państwowej Agencji Rozwiązywania Problemów Alkoholowych



Wyspa kobiet morza

Mi-ja i Young-sook, dziewczęta z koreańskiej wyspy Jeju, traktują się jak siostry, chociaż wywodzą się z różnych środowisk. Po osiągnięciu odpowiedniego wieku obie rozpoczynają pracę na morzu w kobiecej grupie nurkowej, której przewodzi matka Young-sook. Przyjaciółki wiedzą, że od tej chwili ich życie będzie pełne emocji, ale także obowiązków i niebezpieczeństw. Mieszkańcy Jeju tkwią pomiędzy zwaśnionymi potęgami. Mi-ja jest córką japońskiego kolaboranta; jej pochodzenie to piętno na całe życie. Young-sook przysłała na świat w rodzinie o długich tradycjach haenyeo. Ma przejąć funkcję matki i kierować grupą pływaczek ze swojej wsi. Po setkach wspólnych udanych nurkowań dziewczęta łączy mocna więź. Bohaterki nie mogą jednak przypuszczać, że ich przyjaźń zostanie poddana najcięższej próbie.

W tej pięknej, głębokiej powieści odmalowano świat, w którym kobiety rządzą i wykonują niebezpieczną pracę fizyczną, a mężczyźni opiekują się dziećmi. To klasyczna opowieść Lisy See, podejmująca temat kobiecej przyjaźni i przemożnych sił, które ją kształtują.



Bękarty pańszczyzny

Do czego doprowadzić mogą głód i ciężka praca? I kiedy wyzysk staje się nie do zniesienia? W swojej najnowszej książce Michał Rauszer odpowiada na te i inne pytania, a także analizuje historyczny fenomen buntów chłopskich. Wykorzystując interdyscyplinarne narzędzia, przygląda się wybuchającym w całej Europie antyfeudalnym wojnom chłopskim i dziewiętnastowiecznej rabacji galicyjskiej. Rauszer nie rozpatruje tych wydarzeń w kategoriach spontanicznych czy zorganizowanych wystąpień politycznych, nie ogranicza się również do stworzenia kroniki walki klasowej. Bunt chłopski okazują się bowiem jednym z kluczowych procesów konstruowania kultury oporu, która w swoich zróżnicowanych i determinowanych historycznie przejawach może być inspirująca także dzisiaj.



Od mikmaka do zazuli

MIKMAKI w CYNKACH chodzą po ulicach Szczecina! W Grudziądzu dzieci robią SZNEKI, a Lubawa pełna jest wesołych FOFELKÓW. FIKSMATYNTA zapewniają gnieźnieńskie szuflady, chociaż w Częstochowie mogą być też pakowane w ZRYWKI. Co oznaczają te tajemnicze słowa? Dowiesz się czytając książkę Michała Rusinka, który wybrał się w podróż po Polsce śladami regionalizmów. W atlasie wyjaśnia ich znaczenie za pomocą opisów i wierszyków. Czy na KLOPSZTANDZE, czy w czasie SIĄPAWICY nie robicie sobie SIUPY i poznajcie słowa używane przez mieszkańców polskich miast, miasteczek i wsi.

NOWY ROK z BIBLIOTEKĄ

Zacznij Nowy Rok z Biblioteką Publiczną Gminy Mińsk Mazowiecki z siedzibą w Stojadłach, która zmienia się dla Czytelników. Mimo, że istnieje od 1962 roku to nadal zaskakuje.

Od 1 stycznia br. zmieniamy godziny pracy biblioteki:

poniedziałek	9.00-17.00
wtorek	9.00-17.00
środa	7.00-15.00
czwartek	9.00-17.00
piątek	10.00-18.00



Biblioteka posiada bogaty księgozbiór ponad 25 tysięcy woluminów, czytelnicy mogą skorzystać z ponad 20 tytułów czasopism, w czytelni internetowej - bezpłatny internet na 12 stanowiskach komputerowych. Oferujemy szeroki wachlarz nowości wydawniczych, od literatury dla dzieci, po literaturę polską, poradniki, literaturę regionalną, podróżniczą, książki historyczne. Czytelnicy mogą skorzystać z elektronicznego katalogu (dostępny przez Internet), mogą rezerwować i prolongować książki przez Internet. Na stronie internetowej biblioteki czytelnicy mają możliwość proponowania zakupu książek do biblioteki. Zapraszamy do biblioteki, każdy nowy czytelnik, który zapisze się do biblioteki w styczniu, w lutym otrzyma pakiet powitalny. Zachęcamy do zaglądania na stronę internetową biblioteki www.bp-gminamm.pl oraz do obserwowania profilu facebookowego BPG Mińsk Mazowiecki w Stojadłach.

A z Nowym Rokiem nowy konkurs. Biblioteka przy współpracy ze Szkołą Podstawową im. Rodziny Sażyńskich w Starej Niedziałce organizuje Wojewódzki Konkurs Fotograficzny pt. „Polska pieśń patriotyczna w obiektywie”. Konkurs adresowany jest do uczniów klas IV-VIII Szkół Podstawowych z województwa mazowieckiego. Patronat nad konkursem objął Starosta Miński, Wójt Gminy Mińsk Mazowiecki, Dyrektor Studium Języków Obcych w Mińsku Mazowieckim. Konkurs trwa od dnia 7 grudnia 2020 roku do 17 lutego 2021 roku.

Regulamin Konkursu dostępny jest na stronie internetowej www.spniedzialka.edupage.org oraz www.bp-gminamm.pl.

Na zwycięzców czekają atrakcyjne nagrody.

Urszula Mastalerz

Wojewódzki konkurs fotograficzny

"POLSKA PIEŚŃ PATRIOTYCZNA W OBIEKTYWIE"

dla uczniów szkół podstawowych klas IV-VIII z województwa mazowieckiego

SZCZEGÓŁY KONKURSU I REGULAMIN DOSTĘPNE NA STRONIE INTERNETOWEJ
WWW.BP-GMINAMM.PL
WWW.SPNIEDZIALKA.EDUPAGE.ORG

KONKURS TRWA 07.12.2020 - 26.02.2021
 NA ZWYCIĘCZÓW CZEKAJĄ ATRAKCYJNE NAGRODY!

Organizatorzy

Szkoła Podstawowa im. Rodziny Sażyńskich w Starej Niedziałce



Biblioteka Publiczna Gminy Mińsk Mazowiecki z siedzibą w Stojadłach

Patronat

Starosta Miński Antoni Jan Tarczyński

Wójt Gminy Mińsk Mazowiecki Antoni Janusz Piechocki

Dyrektor Studium Języków Obcych w Mińsku Mazowieckim Tomasz Paudyna





KONKURS NA PROJEKT LOGO Gminy Mińsk Mazowiecki

*Jesteś mieszkańcem gminy i znasz ją od podszewki?
A może jest Ci bliska z innych powodów?*

*Jeżeli tak
ten konkurs jest właśnie dla Ciebie!*

KONKURS na projekt nowego LOGO Gminy Mińsk Mazowiecki

*Postaw na symbol, który dla Ciebie najlepiej
charakteryzuje Gminę Mińsk Mazowiecki!*

*konkurs trwa
od 26 listopada 2020 r. do 28 Lutego 2021 r.
nie zwlekaj!*

**Zamknij całą gminę
w jednym symbolu
i wygraj 1000 zł**

wspólnie tworzymy przyszłość



Konkurs jest organizowany przez Gminę Mińsk Mazowiecki. Szczegóły konkursu oraz regulamin są dostępne na stronie: www.minsk-mazowiecki.pl w zakładce wydarzenia.

Wójt Gminy Mińsk Mazowiecki ogłasza konkurs na projekt Logo Gminy Mińsk Mazowiecki. Zwycięska praca będzie inspiracją do opracowania docelowego Logo Gminy Mińsk Mazowiecki. Celem konkursu jest włączenie mieszkańców i sympatyków regionu w proces tworzenia znaku identyfikacyjnego i promocyjnego Gminy Mińsk Mazowiecki. Już teraz każdy z Was może stworzyć projekt, który najlepiej charakteryzuje gminę.

Masz więcej pomysłów? Świetnie! W konkursie możesz złożyć 1, 2 lub 3 projekty! Zwycięzca konkursu otrzyma kartę podarunkową o wartości 1 000 zł. **Konkurs trwa do 28 lutego 2021 r.** Nadesłane prace będą oceniane pod względem następujących kryteriów:

wartości projektowe:

zgodność projektu z założeniami konkursu, oddanie charakteru Gminy Mińsk Mazowieckiej, estetyka projektu oraz spójny dobór kolorystyki i formy

wartości marketingowe: łatwość zapamiętania i rozpoznawania, oryginalność pomysłu, łatwość konstrukcji znaku, jednoznaczne skojarzenia z regionem

wartości użytkowe: czytelność i funkcjonalność pod względem wielorakiego zastosowania promocyjno-informacyjnego, w tym: możliwość skalowania, powielania i przenoszenia na różnych nośnikach, utrzymanie efektu w wersji czarno-białej jak i kolorowej.

Jak złożyć pracę w konkursie? Nic prostszego!

Prace należy składać w wersji elektronicznej (JPG, PDF, PNG) na nośnikach elektronicznych lub w formie załącznika do wiadomości e-mail. Zgłoszenia można dokonać na 3 sposoby:

- osobiście w Urzędzie Gminy Mińsk Mazowiecki
- przesyłając na adres Urzędu Gminy Mińsk Mazowiecki, ul. Chełmońskiego 14, 05-300 Mińsk Mazowiecki
- przesyłając w wiadomości e-mail na adres:

promocja@minskmazowiecki.pl

Zapoznaj się z regulaminem i weź udział w konkursie. Liczy się pomysłowość i kreatywność! Przedstaw symbol, który najbardziej kojarzy Ci się z Gminą Mińsk Mazowiecki!



AKWARELKA

*„Jest taki czas, co ły w śmiech zamienia,
jest taka moc, co smutek w radość przemienia,
jest taka siła, co spełnia marzenia...
To właśnie magia Świąt Bożego Narodzenia...”*

Święta Bożego Narodzenia to czas niezwykły, związany z tradycjami i obrzędami. W dobrym przeżyciu Bożego Narodzenia pomaga świadome pielęgnowanie tradycyjnych zwyczajów i rytuałów świątecznych. W Publicznym Przedszkolu „Akwarelka” przywiązujemy do tego szczególną uwagę, dlatego świąteczna atmosfera zapanowała u nas już od Mikołajek. Coraz częściej pojawiały się czerwone elementy strojów, z sal płynęły dźwięki kolęd, po korytarzu niósł się zapach pierniczek, a z gazetek zerkały sylwetki wykonanych przez dzieci reniferków i aniołków.

Nie zabrakło również świątecznych występów artystycznych. Co prawda, w tym roku były to występy wyjątkowe, bez zaproszonych gości, za to przed obiektywem kamery, lecz nie zniechęciło to małych aktorów. Jako pierwsze, niespodziankę swoim rodzicom zrobiły najmłodsze dzieci z grypy Smerfy, które 18 grudnia przedstawiły zimowo-świąteczny program artystyczny pt. „Świąteczne bałwanki”, zaś trzy dni później średniaki z grupy Gumisie zaprezentowały swoje umiejętności wokalne w utworze „Silent night”. Oba przedstawienia były wyjątkowe i magiczne. Mali aktorzy, prezentowali się wspaniale na tle zimowej dekoracji. Wszyscy artyści z dużym przejęciem i zaangażowaniem wcielali się w swoje role, a uśmiech nie zniknął z ich twarzy. Dopełnieniem występów były własnoręcznie wykonane przez dzieci upominki dla rodziców.

Pamiętając o byłych pracownikach naszego przedszkola oraz zaprzyjaźnionych mieszkańcach Nowych Osin, najstarsze przedszkolaki z grupy Muminki w ramach akcji MEN - Razem na Święta wykonały i osobiście doręczyły do skrzynek, świąteczne karty z życzeniami. Był to dla nas bardzo pracowity, lecz zarazem piękny czas. A pachniał cynamonem, lukrem i... miłością.

Opracowała: Sylwia Buczek



ponad 25 lat
doświadczeń

milion
zrobionych zdjęć

latamy
filmujemy
fotografujemy

604 44 22 45
jacek@modelex.pl



- dokumentacje prowadzonych inwestycji
- tereny pod inwestycje drogowe
- akweny, prace melioracyjne
- uzytki rolne - pomiary, wyceny, szacowanie stanu upraw
- uprawy leśne - ocena stanu zadrzewienia
- obiekty sakralne - świątynie, cmentarze
- promocja obiektów turystycznych: hoteli, pensjonatów itp.
- nieruchomości - zdjęcia dokumentacyjne do ofert sprzedaży
- promocja miast i gmin - zdjęcia panoramiczne i punktowe



zdjęcia i filmy z lotu ptaka

