

Urząd Miejski w Łomiankach

<https://www.lomianki.pl/pl/dla-mieszkanow/dzieje-sie-w-lomiankach/12294,Dzieje-sie-w-Lomiankach.html>
01.05.2024, 07:56

Dzieje się w Łomiankach

Informacje o zajęciach i wydarzenia w świetlicach miejskich znajdują się również w zakładce Dla mieszkańców/Sprawy społeczne/Świetlice miejskie

<https://www.lomianki.pl/pl/dla-mieszkanow/sprawy-spoeczne/swietlice-miejskie>

FUNDACJA ART AKTYWNI RAZEM TWÓRCZO
ZAPRASZA

AKADEMIA SENIORA 2024

6 maja 2024 godz.18.00
Centrum Kultury w Łomiankach

WIECZÓR BALI

Pokazy taneczne
w wykonaniu tancerek indonezyjskich
prezentacja multimedialna Anny i Krzysztofa
Kobus "Bali w krainie bogów i tańca"



Zadanie współfinansowane
ze środków Gminy Łomianki

LOMIANKI
miasto możliwości

WSTĘP WOLNY

URZĘD MIEJSKI W ŁOMIANKACH
WWW.LOMIANKI.PL



**10 MAJA
GODZ. 19**

ANNA SERAFIŃSKA & RAFAŁ STĘPIEŃ

LOMIANKI
CENTRUM KULTURY

ODBIÓR BEZPŁATNYCH WEJŚCIÓWEK W WYDZIALE PROMOCJI I KOMUNIKACJI SPOŁECZNEJ
URZĘDU MIEJSKIEGO W ŁOMIANKACH, UL. STAZICA 2, OD 23 KWIEŚNIA DO GODZ. 17:00 DO 19:30,
W KOLEJNYCH DNIACH W GODZ. PRACY. JEDNA OSOBA MOŻE ODEBRAĆ MAKSYMALNIE DWA
DZIEŃ WEJŚCIÓWKI NA JEDEN KONCERT. W PIERWSZYM DNIU WYDANIA WEJŚCIÓWEK
MOGĄ JE OTRZYMAĆ WYŁĄCZNIE POSIADACZE ŁOMIANKOWSKIEJ KARTY MIESZKAŃCA.

LOMIANKI
miasto możliwości



BEZPŁATNE CZUPOWANIE

ŁOMIANKOWSKICH PSÓW I KOTÓW

11 maja 2024 r.(sobota)
10:00 – 15:00
ul. Warszawska 71
budynek Urzędu Miejskiego
w Łomiankach



Czujemy wyłącznie koty i psy
właścielskie, zaszczepione
przeciwko wściekliznie.
Przypominamy o zabraniu
książeczki zdrowia pupila



ZAPRASZAMY KIBICÓW NA
AMATORSKI TURNIEJ
KLUBU
OSA ŁOMIANKI
W PIŁCE SIATKOWEJ

LOMIANKI
miasto możliwości

POD HONOROWYM PATRONATEM
BURMISTRZA ŁOMIANEK

18 MAJA 09:00-16:00
HALA ICDS ŁOMIANKI

PATRONAT HONOROWY
BURMISTRZA ŁOMIANEK

ZADANIE WSPÓLFINANSOWANE ZE ŚRODKÓW GMINY ŁOMIANKI



LOMIANKI
miasto możliwości

URZĘD MIEJSKI W ŁOMIANKACH
WWW.LOMIANKI.PL



**26 MAJA
GODZ. 19**

MONIKA BORZYM & KRZYSZTOF DYS

LOMIANKI
CENTRUM KULTURY

ODBIÓR BEZPŁATNYCH WEJŚCIÓWEK W WYDZIALE PROMOCJI I KOMUNIKACJI SPOŁECZNEJ
URZĘDU MIEJSKIEGO W ŁOMIANKACH, UL. STAZICA 2, OD 7 MAJA OD GODZ. 17:00 DO 19:30,
W KOLEJNYCH DNIACH W GODZ. PRACY. JEDNA OSOBA MOŻE ODEBRAĆ MAKSYMALNIE DWA
DZIEŃ WEJŚCIÓWKI NA JEDEN KONCERT. W PIERWSZYM DNIU WYDANIA WEJŚCIÓWEK
MOGĄ JE OTRZYMAĆ WYŁĄCZNIE POSIADACZE ŁOMIANKOWSKIEJ KARTY MIESZKAŃCA.

FUNDACJA ART AKTYWNI RAZEM TWÓRCZO
ZAPRASZA

AKADEMIA SENIORA 2024

3 czerwca 2024 godz.18.00
Centrum Kultury w Łomiankach

PODRÓŻ DO MEKSYKU

koncert mariachi
prezentacja "Barwy Meksyku"
E. Wichrowskiej- Janikowskiej
pokaz kulinarny kuchni meksykańskiej
Małgorzata i Aldo Herrera
pokaz "Wianki i spinki w stylu Fridy Kahlo"



Zadanie współfinansowane
ze środków Gminy Łomianki

LOMIANKI
miasto możliwości

WSTĘP WOLNY

Zdrowo na **Parkowej**

ŁOMIANKI
miasto miłośników

Przez miasto

Zapraszamy do udziału w bezpłatnych zajęciach

joga – zdrowy kręgosłup
czwartki od 7 marca o godzinie 13:30
świetlica miejska w Burakowie przy ulicy Parkowej 2

Pierwszeństwo udziału w zajęciach mają posiadacze Łomiankowskiej Karty Mieszkańca

Zadanie współfinansowane ze środków Gminy Łomianki, bezpłatne dla uczestników.

Zapisy pod nr telefonu 606 225 863

Potrzebujesz pomocy?

Zadzwoń. Przyjdź. Udzielimy bezpłatnej porady specjalisty – terapeuty, ul. Kolejowa 51

problemy alkoholowe:
poniedziałki w godz. 12.00-18.00 (p. Olga Jamroz) – również telefonicznie pod nr 516 788 864

porady prawne:
wtorki w godz. 15.30-19.30 (p. Monika Osial) – również telefonicznie pod nr 798 809 221

problemy narkotykowe:
środy w godz. 15.30-19.30 (p. Anna Twierdzińska) – również telefonicznie pod nr 502 336 947

problemy behawioralne
(m.in. patologiczny hazard, uzależnienie od komputera/iścieci internetowej, zakupoholizm, uzależnienie od telefonu komórkowego, kompulsywne objadanie się):
wtorki w godz. 17.00-20.00 (p. Emilia Cieślak) – również telefonicznie pod nr 516 788 864

Jesteśmy po to, by Ci pomóc!

ODBIÓR I WYKONANIE USŁUG MEDYCZNYCH I REHABILITACYJNYCH

ILUŚĆ, NIESTĘ OGROMACIWA

AKCJA REHABILITACJA Z ELEMENTAMI TERAPII SI

Otwarte Ramiona Fundacja Spłotu Ramiennego zaprasza dzieci w wieku od urodzenia do wieku szkolnego, z Gminy Łomianki na bezpłatne zajęcia rehabilitacji.

www.otwarteramiona.pl

Otwarte Ramiona

Informacje i zapisy: -48 506 580 295

Zadanie współfinansowane ze środków Gminy Łomianki, bezpłatne dla uczestników.

NOWA

Poradnia Urologiczna

w ramach NFZ

PRZYCHODNIA SPZZLO WARSZAWA-ZOLIBORZ SZPITALNA 6, ŁOMIANKI

www.spzlo.pl

ZAPISY

22 11 66 800

BOKS JEST DLA WSZYSTKICH

ZAPRASZAMY na **BEZPŁATNE TRENINGI**

ORGANIZUJEMY ZAJĘCIA SPORTOWE BAZUJĄCE NA BOKSIE

WTORKI i CZWARTKI godz. 15.00
Zapraszamy dzieci od 9 lat i młodzież

Amatorski boks jest bezpieczny i mniej kontuzyjny niż piłka nożna czy koszykówka.

Mamy ochraniacze, miękkie rękawice, a treningi odbywają się pod okiem doświadczonego trenera.

Nie walczymy ze sobą – trenujemy szlachetny sport!
To skomplikowany technicznie i taktycznie sport wymagający koordynacji rąk i nóg, spokoju głowy oraz wyzbycia się prostej agresji.

Boks coraz chętniej trenują kobiety. Dziewczyny to 40% naszych Klientów. Spalamy więcej kalorii niż na fitnessie!

Aleksandra "Casha" Sidorenko
Włoszka Klubu – główny trener

ALEKSANDRA SIDORENKO 667 862 097

Łomianki, ICDS, ul. Staszica 2

@SidorenkoBoxingŁomianki @sidorenko.boxing

Zadanie współfinansowane ze środków Gminy Łomianki, bezpłatne dla uczestników.

CENTRUM MEDYCZNE MAVIT ZAPRASZA OSOBY PO 65 ROKU ŻYCIA NA BEZPŁATNE BADANIA PRZESIEWOWE W KIERUNKU ZACZMY!

Jeśli zauważyłeś u siebie objawy takie jak:

- widzenie nieostre / za mgłą,
- blaknięte / żółknące kolory,
- nadwrażliwość przy patrzeniu na źródło światła

Umów się już dziś, dzwoniąc pod nr tel. 22 434 00 20

NFZ

W Szpitalu Specjalistycznym CM MAVIT na warszawskich Białołach operacje usznicowe wykonywane są w ramach subwencjonalnego NFZ wykonywane są w terminie do 2 miesięcy od wpisania Pacjenta na listę oczekujących.

22 LATA
4700
100

WARSAWA BIAŁOŁACH
Szpital Specjalistyczny Centrum Medycznego MAVIT ul. Parkowa 4 01-873 Warszawa

WARSAWA URSYNÓW
Ośrodek Diagnostyczny Centrum Medycznego MAVIT ul. Wapińska 6 02-796 Warszawa

WARSAWA WOLA
Ośrodek Diagnostyczny Centrum Medycznego MAVIT ul. Górczewska 124 01-640 Warszawa

www.mavit.pl

Nowa Poradnia Chirurgii Ogólnej w ramach NFZ

Przychodnia SPZZLO Warszawa-Zoliborz Łomianki, ul. Szpitalna 6

www.spzlo.pl

22 751 10 55

22 116 68 00

KLUB KREATYWNYCH DZIECI

Cykl 12 spotkań

Start 14 MARCA **CZWARTKI**

GR. I 16.30- 17.50
GR. II 18.00-19.20

W programie:

- Kulinaria
- DIY
- Eksperymenty
- Zabawa

dla Dzieci od 5 do 12 lat

KOSZT 12 zajęć 120 ZŁ

Zapisz się!
kontakt@fundacjaestemamma.pl
tel 517 260 366

ŚWIETLICA MIEJSKA - BURAKÓW ul. Parkowa 2 Łomianki

Zadanie współfinansowane ze środków Gminy Łomianki

ZAJĘCIA UMUZYKALNIAJĄCE I MUZYCZNO - PLASTYCZNE dla Maluszków

Zaczynamy 12 marca!

WTORKI:

- GODZ. 9:30 DZIECI 6-18 MIESIĘCY
- GODZ. 10:30 DZIECI 1,5-3 LAT

KOSZT: 50zł/ 10 tygodni zajęć

ŚWIETLICA MIEJSKA W BURAKOWIE ul. Parkowa 2

ZAPISY 506 811 350
dlarodziny.burakow@gmail.com

Zadanie współfinansowane ze środków Gminy Łomianki

Pierwszeństwo zapisów dla dzieci posiadających Łomiankowską Kartę Mieszkańca

Świetlica Miejska w Burakowie

ZAJĘCIA MUZYCZNO - PLASTYCZNE PO ANGIELSKU dla Maluszków

Zaczynamy **13 marca!**

ŚRODY:
GODZ. 11:00
DZIECI 1,5-3 LAT

KOSZT:
50zł/ 10 tygodni zajęć

ŚWIETLICA MIEJSKA W BURAKOWIE
ul. Parkowa 2

ZAPISY:
506 811 350
dlarodziny.burakow@gmail.com

Zadanie współfinansowane ze środków Gminy Łomianki

Pierwszeństwo zapisów dla dzieci posiadających Łomiankowską Kartę Mieszkańca

Zapisy na zajęcia **Zdrowy kręgosłup**

Regularne zajęcia prowadzone przez profesjonalnego trenera

Kiedy - niedziele godzina 10:00-11:00
Gdzie - hala ICDS Łomianki ul. Staszica 2
Zapisy - piot.tobolski@kosska.pl
tel. 570 054 307

Zadanie współfinansowane ze środków Gminy Łomianki, bezpłatne dla uczestników

Zdrowo na sportowo! zajęcia ruchowe dla kobiet

FITNESS

Cykl zajęć
marzec - czerwiec

godz. 17:00
poniedziałek i piątek

Świetlica Miejska w Burakowie, ul. Parkowa 2

Zapisy:
530 323 261
Pierwszeństwo zapisów z Łomiankowską Kartą Mieszkańca

ZA DARMO!

Zadanie współfinansowane ze środków Gminy Łomianki, bezpłatne dla uczestników

Zdrowo na sportowo! zajęcia ruchowe dla kobiet

MOBILIZACJA Z ELEMENTAMI JOGI

Cykl zajęć
marzec - czerwiec

godz. 18:00
piątek

Świetlica Miejska w Burakowie, ul. Parkowa 2

Zapisy:
530 323 261
Pierwszeństwo zapisów z Łomiankowską Kartą Mieszkańca

ZA DARMO!

Zadanie współfinansowane ze środków Gminy Łomianki, bezpłatne dla uczestników

Zdrowo na sportowo! zajęcia ruchowe dla kobiet

PILATES

Cykl zajęć
marzec - czerwiec

Zapisy:
530 323 261
Pierwszeństwo zapisów z Łomiankowską Kartą Mieszkańca

godz. 8:15
wtorek

Świetlica Miejska w Dąbrowie, ul. Akacja 20a

ZA DARMO!

Zadanie współfinansowane ze środków Gminy Łomianki, bezpłatne dla uczestników

Zdrowo na sportowo! zajęcia ruchowe dla kobiet

SAMOOBRONA

Cykl zajęć
marzec - czerwiec

godz. 9:30 - 11:00
czwartki

Świetlica Miejska w Burakowie, ul. Parkowa 2

Zapisy:
530 323 261
Pierwszeństwo zapisów z Łomiankowską Kartą Mieszkańca

ZA DARMO!

Zadanie współfinansowane ze środków Gminy Łomianki, bezpłatne dla uczestników

Bezpłatne konsultacje psychologiczne

IDYLLA
HISTORIA

Miejsce: Centrum Rozwoju Dziecka BLOOM (Łomianki)

Projekt *Możemy Więcej Razem* na rzecz pomocy mieszkańcom Gminy Łomianki zapewnia wsparcie psychologiczne osobom, które przeżywają trudne doświadczenia oraz znajdują się w sytuacjach kryzysowych. Zgłoś się do nas!

W celu zgłoszenia się, skontaktuj się:
534 950 504 Recepta Centrum BLOOM

Zadanie współfinansowane ze środków Gminy Łomianki, bezpłatne dla uczestników

Zdrowo na sportowo!
zajęcia ruchowe dla kobiet

SAMOOBRONA

Cykl zajęć
marzec - czerwiec

Zapisy:
530 323 261
Pierwszeństwo zapisów z Łomiankowską Kartą Mieszkańca

godz. 20:30 - 22:00
czwartki

Sala w ICDS,
ul. Staszica 2

ZA DARMO!

Zadanie współfinansowane ze środków Gminy Łomianki bezpłatne dla uczestników



STOWARZYSZENIE NAZEL ŁOMIANKI

Aktywnie na Parkowej 2024

Joga dla wszystkich
w Świątlicy Miejskiej przy ul. Parkowej 2

Zapraszamy!
Poniedziałek 18:30-19:30
Wtorek 19:30-20:30
Środa 18:30-19:30

Zajęcia bezpłatne
Zapisy od 22 marca br.* mailem:
joga@naszelomianki.pl

Zadanie współfinansowane ze środków Gminy Łomianki



Bezpłatne konsultacje rodzinne

Miejsce: Centrum Rozwoju Dziecka BLOOM

Projekt Możemy Więcej Razem na rzecz pomocy mieszkańcom Gminy Łomianki zapewnia wsparcie dla rodzin, które przechodzą przez kryzysy, mają problemy wychowawcze lub chcą pracować nad trudnościami rodzinnymi.

W celu zgłoszenia się, skontaktuj się:
534 950 904 Recepcja Centrum BLOOM

Zadanie współfinansowane ze środków Gminy Łomianki, bezpłatne dla uczestników.



Otwarte Ramiona

AKADEMIA RĘKODZIEŁA

z Otwartymi Ramionami V edycja

Zapraszamy na 8 warsztatów artystycznych dla dorosłych w Świątlicy Miejskiej w Burakowie, ul. Parkowa 2

Informacje i zapisy:
506 580 295
Pierwszeństwo zapisów dla posiadaczy Łomiankowskiej Karty Mieszkańca

Odkryj swoją twórczą stronę!

Zadanie współfinansowane ze środków Gminy Łomianki, bezpłatne dla uczestników.



Otwarte Ramiona

AKCJA REHABILITACJA z elementami terapii SI

bezpłatne zajęcia z fizjoterapeutą dla dzieci z Gminy Łomianki

Zapisy: 506 580 295
Dziesiękanów Leśny, ul. M. Konopnickiej 1/189
Pierwszeństwo zapisów dla posiadaczy Łomiankowskiej Karty Mieszkańca

Zadanie współfinansowane ze środków Gminy Łomianki, bezpłatne dla uczestników.



TUS DLA DOROSŁYCH

CENTRUM TERAPII SENS.
www.centrum-sens.org

Trening umiejętności społecznych dla dorosłych, zwany skrótowo TUS, to grupowe zajęcia terapeutyczne mające na celu rozwój inteligencji emocjonalnej i podniesienie komfortu funkcjonowania w społeczeństwie.

Dla osób które chcą:

- poszerzyć kompetencje związane z doświadczaniem i wyrażaniem emocji
- podzielić się swoimi unikalnymi doświadczeniami i poznać perspektywę innych osób znajdujących się w podobnej sytuacji
- znaleźć zrozumienie i wsparcie
- poznać techniki radzenia sobie ze stresem, napięciem emocjonalnym
- udoskonalic strategie rozwiązywania sytuacji konfliktowych

Prowadzący:
Ama Plucińska - psychoterapeutka
Piotr Łodziński - psycholog, certyfikowany trener TUS.

Przed kwalifikacją do grupy TUS wymagana jest konsultacja indywidualna ze specjalistą, która pozwoli określić potrzeby uczestnika i strukturę grupy.

Opłaty:
Udział w zajęciach grupowych to koszt 200 zł cykl 12 spotkań, warsztaty współfinansowane ze środków Gminy Łomianki, w ramach zadania DWIE PRZESTRZENIE, opłata za konsultację indywidualną 180 zł.

Termin:
Poniedziałki godz. 20:00-21:30, 12 spotkań począwszy od 22.04.2024.

+48 605 112 634 | ul. Zachodnia 40 lok. 6 05-092 Łomianki | biuro@centrum-sens.org



