

18/03

TW na życzenie • Śmiertelny rajd

Tygodnik Podlaski

www.kontakty-tygodnik.com.pl

KONTAKTY

Nr 19 (1384)

13 maja 2007

cena: 2,70 zł (z VAT 7%)



Pięknota

str. 20

REKLAMA

ISSN 0208-6840
INDEKS 363286



TRAFFIC
DACHY & BLACHY

DACHY 20,26 zł/m²*

BLACHODACHÓWKA

Trapez od 6 do 132 mm

Dachówka ceramiczna – Wienerberger Roben

Dachówka cementowa – Braas i Prodach

Łomża, al. Legionów 52 – przy dworcu PKS,
tel. (086) 212-53-57, kom. 0 600-926-795

POMIAR I TRANSPORT GRATIS

*cena dół, blach. 0,4 mm, 0,5 mm, 0,6 mm

kostka brukowa

mj

Jedwabne

DYSTRYBUCJA UKŁADANIE 086 217 25 42
www.mj.com.pl

MARGO

- AUTO SERWIS BOSCH
- POMOC DROGOWA osobowe – TIR Assistance 24 h
- STACJA PALIW SHELL

ŁOMŻA, AL. LEGIONÓW 152
0 604 420 420, 086 218 29 73

Polityka nie chce rzetelnego rozliczenia z historią,
uważa prof. Adam Dobroński

TW na życzenie

Podpisanie zgody na współpracę z tajnymi służbami nie oznacza współpracy, orzekł Sąd Łustracyjny w swoim ostatnim przed likwidacją wyroku, dotyczącym Andrzeja Krawczyka, byłego ministra w kancelarii prezydenta Lecha Kaczyńskiego i uwolnił go od zarzutu współpracy. Sąd Łustracyjny zakończył działalność 15 marca. Nowa ustawa łustracyjna takiej możliwości obrony swojego dobrego imienia, jaką miał jeszcze Krawczyk, nie daje nikomu. Także prof. Adamowi Dobrońskiemu

Na liście kandydatów na radnych w przedterminowych wyborach do Sejmu, w okręgu wyborczym nr 5 na 16 miejscu jest nazwisko prof. Adama Dobrońskiego z adnotacją: „Złożył następujące oświadczenie: „Byłem tajnym i świadomym współpracownikiem organów bezpieczeństwa państwa w rozumieniu art. 2 i 3a powołanej Ustawy”.

– Nigdy nie byłem tajnym współpracownikiem SB – zaprzecza prof. Adam Dobroński, historyk z Uniwersytetu w Białymstoku, szef PSL w województwie podlaskim.

– Żadnego nieporozumienia nie ma – odpowiada sędzia Małgorzata Anna Dziemianowicz, przewodnicząca Wojewódzkiej Komisji Wyborczej. – Zgodnie z przepisami ordynacji wyborczej, Komisja ujawniła treść oświadczenia łustracyjnego,

złożonego przez kandydata. Według tego oświadczenia, kandydat podpisał zgodę na współpracę i został zarejestrowany jako TW.

Profesor wyjaśnia, że w pierwszej wersji wypełnił formularz A dla kandydatów, którzy nie współpracowali z SB. Napisał jednocześnie, iż został zarejestrowany jako tajny współpracownik SB. Rejestracja była wymuszona przez funkcjonariusza SB przy okazji starania o paszport. Konkretnie zgodził się na zdanie relacji z wyjazdu naukowego do USA, lecz wyjazd nie doszedł do skutku. Było to w połowie lat 70., kiedy otrzymał stypendium Fundacji Kościuszkowskiej. Sędzia Dziemianowicz odrzuciła jednak oświadczenie, domagając się, by wypełnił formularz B, przeznaczony dla współpracowników tajnych służb PRL. W odpowiedniej rubryce napisał, że był zarejestrowany jako TW, ale, podobnie jak za pierwszym razem, wyjaśnił okoliczności, które wskazują, iż nim nigdy nie był.

– Nigdy nie napisałem żadnego raportu, ani donosu. SB odebrało mi dużo zdrowia, gdy zaangażowałem się w działalność „Solidarności”. Bronilem ludzi na uczelni przed zwolnieniem. Straciłem z przyczyn politycznych stanowisko prodziekana Wydziału Humanistycznego na Uniwersytecie. Czuję się represjonowany, choć nigdy o tym nie mówiłem po 1990 roku. Nie występowałem do IPN o status pokrzywdzonego. Widziałem, jak inni wokół dorabiają sobie życiorysy kombatanatów. Nie chciałem, żeby ktoś mi zarzucił, że robię tak samo – mówi prof. Dobroński.

W obwieszczeniu Komisji Wyborczej ukazało się tylko oświadczenie, że był TW. Bez wyjaśnień.

– Przepisy ordynacji nie przewidują publikacji wyjaśnień. Komisja nie ma uprawnień do badania wyjaśnień, ani ich interpretacji – powtarza sędzia Małgorzata Anna Dziemianowicz.

Prof. Dobroński był posłem, pełnił również funkcje rządowe. Zawsze opowiadał się za... łustracją. Uważa, że Polska powinna rozliczyć się z historią. Nie chciał kryć tego, co było udziałem tysięcy ludzi, czyli swojego uwikłania w sieć szantażu, jakim tajne służby PRL zmuszały do współpracy. W swoim odczuciu, z tej próby wyszedł czysty.

– Chyba jestem zbyt prostolinijszy i naiwny. Chciałem zachować się jak historyk, a nie jak polityk. Na własnym życiorysie chciałem pokazać mechanizmy historii. Byłem przekonany, że moje oświadczenie zweryfikuje IPN. Tymczasem skończyło się na oświadczeniu. Bez wyjaśnień. W ten sposób nie można rozliczać się uczciwie z historią – mówi rozgoryczony.

MARIA KACZYŃSKA

Prof. Adam Dobroński jest od lat współpracownikiem „Kontaktów”. I nadal nim, gdy tylko będzie chciał, pozostanie. Oby wszyscy byli tak przyzwoitymi ludźmi, jak prof. Dobroński.

REDAKCJA „KONTAKTÓW”

REKLAMA

**Zatrzymać się możesz.
Tankować nie musisz.**

Najlepsza oferta wśród diesli o mocy 120 KM.



NOWY LACETTI z ekonomicznym silnikiem diesla zawlezie Cię wszędzie tam, gdzie... warto się zatrzymać. Teraz stacja benzynowa to ostatnie z miejsc, które będziesz musiał odwiedzać. Nowoczesny silnik Lacetti w technologii Common Rail gwarantuje znakomite parametry użytkowe oraz niezwykłą przyjemność z jazdy.
CHEVROLET – MARKA GENERAL MOTORS

Top Auto Andrzej Arefiew

Krupniki 25, 15-641 Białystok
tel. +48 85 6616802, fax +48 85 661 78 41,
mobilne: +48 604 45 18 86

www.chevrolet.pl

Infolinia 0 801 811 911

Wszystkie ceny są cenami netto. Wskazano cenę podstawową.

WIĘCEJ NIŻ PLUS



Porównania cen dokonano wśród samochodów typu hatchback, w klasie C, według klasyfikacji SAMAR. Zużycie paliwa (pomiar dokonany zgodnie z normą określoną w dyrektywie 1999/100/UE) dla wersji Lacetti z silnikiem 2.0 diesel w cyklu mieszanym wynosi: 5,7 l/100 km; emisja CO₂ (1999/100/UE) wynosi: 146 g/km. Informacje na temat zużycia paliwa i emisji CO₂ pozostałych modeli, złomowania samochodu, przydatności do odzysku i recyklingu są dostępne pod adresem internetowym www.chevrolet.pl

KONTAKTY

TYGODNIK PODLASKI

rok założenia 1980
Ukazuje się w województwie podlaskim, części województwa mazowieckiego, Nowym Jorku, Chicago i Toronto

Adres:

Al. Legionów 7, 18-400 Łomża;
tel. (086) 216-42-43, (086) 216-42-44,
(086) 216-40-22, fax: (086) 216-57-11
www.kontakty-tygodnik.com.pl,
redakcja@kontakty-tygodnik.com.pl

Redaguje zespół:

Maria Kaczyńska, tel. (086) 216-33-29;
Alicja Niedźwiecka; Gabriela Szczesna,
tel. (086) 215-35-69; Maria Tocka,
tel. (086) 215-35-70; Władysław Tocki
(red. naczelny), tel. (086) 216-40-22

Oddział w Białymstoku:

ul. Lipowa 14, Białystok, Andrzej Koziara,
Janusz Nicyporowicz, Jan Oniszcuk,
tel. 602-383-682

Oddział w Suwałkach:

ul. Utrata 2 B, I piętro, Bożena Dunat,
tel. 606-882-082

Stale współpracują:

Teresa Adamowska, Jacek Cholewicki, Adam Dobroński, Stanisław Kędzielawski, Krystyna Michalczyk-Kondratowicz, Barbara Paszkowska (Szczuczyn), Michał Mincewicz (Orla).
Rysunki: Zdzisław Romanowski. Felieton: Wiesław Wenderlich, Adam Dobroński.
Zdjęcia: Gabor Lorinczy, Sławomir Stempczyński,
www.joemonster.org

Wydawca:

Wydawnictwo „Kontakty” Sp. z o.o.
Prezes: Władysław Tocki. Adres: Al. Legionów 7, 18-400 Łomża, tel. (086) 216-42-43
Dyrektor Wydawnictwa: Stanisław Dobrowolski, tel. (086) 216-33-29, 606-74 20-33
Księgowość: Elżbieta Bączek (główna księgowa), tel. (086) 215-35-66
Kierownik sekretariatu: Alina Budrik, tel. (086) 216-42-43, tel/fax (086) 216-57-11
Kierownik Działu Reklamy: Marek Władysławski, Al. Legionów 7, 18-400 Łomża, tel. (086) 215-35-71, 697-505-600.
Przedstawiciel: Artur Żyliński, tel. (086) 215-35-71.

Biura Ogłoszeń:

Ostrołęka: MW-REKLAMA, tel. (029) 764-33-99, 697-505-600, mw-reklama@neostrada.pl, Agencja „INFORMEDIA”, ul. 11 Listopada 5 a, tel./fax (029) 760-91-92; **Ostrów Mazowiecka:** „BORAM” Aldona Mierzejewska, ul. Broniewskiego 56 a, tel. (029) 745-34-12; **Suwałki:** „LOCUM” s.c., ul. Utrata 2 b, tel. (087) 566-35-12; **Zambrów:** Agencja „Globtour”, al. Wojska Polskiego 22, tel. (086) 271-25-25.

Kolportaż: RUCH S. A., Poczta Polska, „Kolporter”, „Franpress”, sieć własna wydawcy

Obróbka zdjęć barwnych: Gabs-Foto, Stary Rynek 16, Łomża, tel. (086) 216-77-16

Skład: „e-Print” Michał Żeleznikowicz

Druk: DRUKARNIA PRASOWA, Ignatki

Wersja www: Marek Łapiński (duszek), marek.lapinski@data.pl

Materiałów nie zamówionych redakcja nie zwraca i zastrzega sobie prawo dokonywania skrótów. Za treść ogłoszeń redakcja i wydawca nie ponosi odpowiedzialności.

„nade wszystko słowom naszym
Zmienionym chytrze przez krętaczy
Jedyność przywróć i prawdziwość:
Niech prawo zawsze prawo znaczy,
A sprawiedliwość sprawiedliwość”

Słowa wybitnego polskiego poety Juliana Tuwima z wiersza „Modlitwa”, które w liście przypomniał mi student Uniwersytetu Łódzkiego Paweł Rogaliński, próbujący sił w dziennikarstwie, nabierają odżywczej mocy. Ale też dawno tyle słów z przenicowaną ich „jedynością i prawdziwością”, co w ostatnich dniach, dawno publicznie nie padło. A nie są to słowa błahe i padały z ust najwyższych dostojników państwa: patriotyzm, godność, prawo, sprawiedliwość, uczciwość, przyzwoitość...

Zachwianie pierwotnego znaczenia słów, powoduje najpierw niemożność wzajemnego zrozumienia się, potem degenerację ich wartości. Skutki, a świadczą o tym dzieje ludzkości, mogą być straszliwe! Bo to nie broń, ale zawsze słowa rozniecały rewolucje, wynosiły do władzy okrutne ideologie. Aby miliony ludzi zaczęły spełniać ich zamierzenia, bolszewicy musieli napierw podważyć, potem zniszczyć i nadać nowe znaczenia tylko dwóm słowom: własność i sprawiedliwość. Własność miała odtąd znaczyć dowód najwyższego przestępstwa, a sprawiedliwość, pozbawienie własności. Faszyzm dokonał tego ze słowami człowiek, tolerancja, patriotyzm, sprawiedliwość. Ile krwi popłynęło, gdy miliony ludzi dało sobie wmówić bolszewikom i faszystom, że słowa, które były dotąd ich drogowskazem, katechizmem życiowym, znaczą co innego.

Mamy teraz w Polsce swój czas krętaczy, chytrze zmieniających „jedynność i prawdziwość” słów. Zaczęli od słów prawo i sprawiedliwość, dołożyli patriotyzm, uczciwość, przyzwoitość. Wielu dało sobie wmówić, że znaczą co innego, niż to, czego uczyli ich ojciec, matka...

Dziękuję, Pawle, za przypomnienie „Modlitwy”... słowom naszym, jedność przywróć i prawdziwość: niech prawo zawsze prawo znaczy, a sprawiedliwość sprawiedliwość.

WŁADYSŁAW TOCKI



Od redaktora

W numerze:

- „Śmiertelny rajd”, czyli o tragicznej śmierci Damiana z Łomży, str. 20
- „Rozdarta dusza”, czyli o miłości bez granic, str. 10
- „Osaczony”, czyli o sąsiedzkim nękanii, str. 11
- „Pychoty”, czyli o niezwyklej wsi pod Zambrowem, str. 33
- „Zyskowe straty”, czyli ciąg dalszy procesu kierownictwa bylej OSM Zambrów, str. 35



REKLAMA

Kandydatka do Sejmiku Woj. Podlaskiego



KW Wyborców Piast
Lista Nr 10 poz. 5

BAGIŃSKA
KRYSTYNA

lat 52, nauczycielka, inż. rolnik



Moje motto:

„Uczciwość – kluczem sukcesu i lepszego jutra naszego Regionu”

ZA TYDZIEŃ: Polak Polakowi wilkiem

■ Żywy pomnik, poświęcony Konstytucji 3 Maja, odsłonięty został na białostockim Zwierzyńcu. Składa się z 3 dębów i 11 lip i jest odtworzeniem monumentu, który powstał około 80. lat temu.

■ Hasło „TIR-y na tory” ma szansę na realizację w Podlaskiem. Odpowiedni terminal kolejowy powstaje w pobliżu Kuźnicy Białostockiej za pieniądze prywatnych firm (z udziałem funduszy unijnych). Ma przejąć część przewozów drogowych. Terminal ma być gotowy w ostatnich miesiącach tego roku.

■ Stała Konferencja Współpracy rozpoczyna działalność w województwie podlaskim. Tworzyć to gremium będą przedstawiciele środowisk samorządowych, organizacji społecznych oraz ministerstw. Przewodniczyć pracom SKW będą wojewoda i marszałek. Głównym zadaniem nowej struktury będzie opiniowanie projektów rozwoju regionalnego.

■ Maleją szansę, aby Poczta Polska zbudowała dużą sortownię przesyłek w gminie Choroszcz, pod którą w 2003 roku zakupiła 15 ha nieruchomości za 1,4 miliona złotych. Miała być to inwestycja za 100 milionów złotych, dająca około 50 miejsc pracy.

■ Konkurs plastyczny na projekt średniowiecznego grodu ogłosiło Muzeum Północno – Mazowieckie w Łomży. Grupa pasjonatów historii zamierza przy wsparciu miasta zrekonstruować dawną osadę z XII i XIII wieku nad Narwią, w pobliżu tzw. nowego mostu. W tym roku w budżecie 250 tysięcy złotych na pierwsze prace projektowe i podniesienie nieco terenu (wiosenne wylewy Narwi mogłyby zniszczyć grodzisko, położone blisko rzeki).

■ Profesjonalnie i z rozmachem zamierza prezentować walory Białystok. Władze miasta chcą pójść śladem Wrocławia i ruszyć w 2008 roku z marketingową kampanią we współpracy ze znanymi firmami z tej dziedziny.

■ Killkuset wyznawców prawosławia wzięło udział w pieszej pielgrzymce z Białegostoku do Zwierzekoła Zabłudowa. Uczcili w ten sposób święto męczennika Gabriela, pochodzącego z tej miejscowości.

■ Listę dłużników opublikowało Ministerstwo Skarbu. W Podlaskiem zdecydowanym „liderem” tej klasyfikacji jest Fabryka Przyrządów i Uchwytów Bison-Biał w Białymstoku, która ma do spłacenia ponad 8,5 miliona złotych.

Dług ten powstał 10 lata temu, w dużej mierze z winy poprzedniego właściciela spółki. Inne regionalne firmy na liście dłużników to m. in. Fasty i Biaglass w Białymstoku oraz Apest w Łomży.

■ Nie będzie kolejnego angiografu w białostockim szpitalu klinicznym. Ministerstwo Zdrowia nie przyznało pieniędzy na zakup urządzenia, które pozwala ratować życie zawałowcom. W białostockiej klinice są obecnie dwa angiografy, ale jeden liczący ponad 10 lat często się psuje, a na badanie nowoczesnym czeka się w długiej kolejce.

■ Kolumna Zygmunta stanie w centrum Augustowa. Ale nie króla Zygmunta III Wazy jak w Warszawie, a króla Zygmunta Augusta, założyciela miasta. Pomnik ma być gotowy na uroczystość 450. rocznicy uzyskania przez Augustów praw miejskich.

■ Imię Kazimierza Górskiego, zmarłego w ubiegłym roku najznakomitego trenera piłkarskiego (zdobył z reprezentacją Polski trzecie miejsce na Mistrzostwach Świata oraz złoto i srebro na Igrzyskach Olimpijskich), zamierza przyjąć Szkoła Podstawowa nr 37 w Białymstoku, znana ze sportowego profilu.

ZNAKI CZASU

■ Podpisy pod wnioskiem obywatelskim o przeprowadzenie referendum w sprawie instalacji elementów amerykańskiej tarczy antyrakietowej w Polsce zbiera Polska Partia Pracy. Zbieranie podpisów to sygnał, że władza nie ma prawa podejmować tak ważnych decyzji bez udziału wszystkich Polaków.

■ „Pozbycia się z przestrzeni publicznej symboli komunistycznej dyktatury”, czyli usunięcie z polskich miast prawie 50 radzieckich pomników zapowiedział minister kultury Kazimierz Michał Ujazdowski. Za protestowała Rosja. „Pamięć o zwycięstwie trwa i jest dla nas święta. Nie możemy się nie oburzać z powodu jej profanowania i pisania historii na nowo”, powiedział szef rosyjskiego MSZ Siergiej Ławrow.

■ Masowo uciekają ze służby policjanci. W ubiegłym roku odeszło z policji 6 500 funkcjonariuszy, najwięcej w historii policji. W tym roku wypowiedzenia do kwietnia odeszło już 2 500. „Cały czas politycy próbują majstrować przy ustawie emerytalnej”, widzi jeden z powodów szef NSZZ Policjantów Antoni Duda.

Strajk w szpitalach

Dzisiaj, w czwartek, 10 maja, od 11.00 do 13.00 odbywa się strajk lekarzy w szpitalach województwa podlaskiego w ramach ogólnopolskiej akcji protestacyjnej Związku Zawodowego Lekarzy. W tym czasie nie są wykonywane planowane zabiegi w oddziałach zabiegowych, specjalistyczne zabiegi w pracowniach diagnostycznych, a także wstrzymane zostały przyjęcia w poradniach specjalistycznych. Z oświadczenia Prezydium Zakładowego Komitetu Strajkowego Okręgowego ZZL przy Szpitalu Wojewódzkim w Łomży: „W trakcie protestu leka-

rze powstrzymają się od wykonywania pracy za wyjątkiem sytuacji, które zostaną ocenione jako zagrożenie życia pacjentów”. Domagają się 7,5 tys. zł brutto dla specjalistów i 5 tys. zł dla lekarzy bez specjalizacji. W łomżyńskim Szpitalu Zakładowy Komitet Strajkowy został powołany 27 kwietnia. Jak poinformował jego przewodniczący Marek Raszczyk, w sprawie postulatów płacowych i perspektyw reformy publicznej służby zdrowia Komitet Ogólnopolski rozmawiał tylko raz z ministrem zdrowia Zbigniewem Religą. Minister nie miał żadnych propozycji. (MK)



Ks. bp Stanisław Stefanek z delegacją Towarzystwa Przyjaciół Ziemi Łomżyńskiej

U biskupa Stanisława

8 maja Dom Biskupi w Łomży odwiedzą przedstawiciele wszystkich środowisk (dzieci i dorośli, lekarze, radni, nauczyciele, politycy, bankowcy, emeryci, przedstawiciele instytucji, organizacji, stowarzyszeń) i skła-

dają życzenia imieninowe ks. biskupowi Stanisławowi Stefanowi. A jest to podwójna uroczystość, bo ksiądz biskup urodził się 7 maja. Pogodny Gospodarz każdego bawi rozmową i częstuje imieninowym tortem.

Pogotowie w szkole

Ponad 400 szkół i przedszkoli w województwie w poniedziałek, 7 maja, przystąpiło do pogotowia strajkowego, zorganizowanego przez Związek Nauczycielstwa Polskiego.

Lekcje i matury w szkołach odbywają się bez zakłóceń. Akcja protestacyjna polega na wywieszeniu flag związkowych i plakatów.

– Niewykluczone, że pod koniec maja odbędzie się ogólnopolski strajk ostrzegawczy pracowników oświaty. Lekarze już wyjeżdżają, za chwilę walizki zaczęną pakować nauczyciele. Kto będzie chciał uczyć w szkole za 900 złotych – pyta prezes ZNP Sławomir Broniarz.

Upolitycznienie edukacji i obniżanie środowiska oświatowego oraz zbyt niskie wynagrodzenie nauczycieli, to główne przyczyny protestu. Związek domaga się utrzymania uprawnień emerytalnych dla nauczycieli, objęcia ich emeryturami pomostowymi, zwiększenia nakładów na oświatę i dymisji ministra edukacji Romana Giertycha.

Zbadaj jelito!

Bezpłatne badania profilaktyczne jelita grubego przeprowadza Szpital Wojewódzkiego im. Kardynała Stefana Wyszyńskiego w Łomży.

Do badań kwalifikują się osoby bez objawów schorzenia w wieku 50 – 56 lat, w wieku 40 – 65 lat, mające bliskiego krewnego, cierpiącego na raka jelita grubego oraz osoby w wieku 25 – 65 lat z rodziny, w której występuje tzw. rodzinny rak jelita grubego nie związany z polipowatością.

Informacji o badaniach udzielają lekarze rodzinni i w zakładach podstawowej opieki zdrowotnej oraz Pracownia Endoskopii Gastroenterologicznej, w której badania są wykonywane, tel. 473 32 46, w godz. 8.00 – 13.00.



Prezydent Jerzy Brzeziński z kwiatami podczas uroczystości na pl. Jana Pawła II

Patriotycznie

„Dzisiejsza Targowica to egoizm, przedkładanie spraw prywatnych nad interes publiczny”, powiedział prezydent Łomży Jerzy Brzeziński na pl. Jana Pawła II, gdzie 3 maja pod pomnikiem 33 Pułku Piechoty odbyła się patriotyczna uroczystość z okazji Narodowego Święta 3 Maja.

Po złożeniu kwiatów pod pomnikiem, poczty sztandarowe uformowały się w pochód i przeszły ulicą Dworną do katedry, gdzie rozpoczęła się msza w intencji Ojczyzny pod przewodnictwem biskupa seniora Tadeusza Zawistowskiego.

Prawie 100 pijanych kierowców zatrzymali policjanci podczas długiego weekendu na drogach Podlaskiego

Ze śmiercią i promilami

13 wypadków, 2 zabitych, 22 rannych i prawie 100 pijanych zatrzymanych kierowców. Taka jest policyjna statystyka od 1 do 6 maja na drogach Podlaskiego.

Pijany rekordzista tygodnia okazał się kierowca ciężarowego mercedesa (prawie 3,7 promila alkoholu), zatrzymany w Grajewie. Drugie niechlubne miejsce

za jazdę na dwóch gazach przypadło kierowcy volkswagena golf, który wpadł w Kolnie.

Nie zabrakło pijanych szaleńców. Rekord pobił mieszkaniec Zambrowa, pędzący bmw 175 km/godz. w miejscu, gdzie obowiązuje ograniczenie prędkości do 90 km z wyprzedzaniem na podwójnej linii ciągłej.

ZAPROSILI NAS

■ Zespół Prasowy Komendanta Wojewódzkiego Policji w Łomży – na finał Festiwalu Małych Form Teatralnych ph. „Dramat i tragedię pozostaw teatrowi” oraz na konferencję prasową, dotyczącą wprowadzenia w Podlaskiem ogólnokrajowego programu prewencyjnego „Bezpieczne miasta”.

■ Dyrektor Festiwalu – na XXVI Międzynarodowy Festiwal Muzyki Cerkiewnej „Hajnówka 2007”.

■ Przewodniczący Rady Gminy Radziłów – na sesję samorządu.

■ Dyrektor Powiatowego Centrum Pomocy Rodzinie w Kolnie – na uroczyste otwarcie Specjalistycznego Ośrodka Wsparcia dla Ofiar Przemocy w Rodzinie i tzw. mieszkania chronionego.

■ Przewodniczący Rady Gminy Czyżew Osada – na VI sesję samorządu.

■ Wójt gminy Czyżew Osada – na uroczystości z okazji 216 rocznicy uchwalenia Konstytucji 3 Maja.

■ Podlaski Ośrodek Doradztwa Rolniczego w Szepietowie – na konferencję wojewódzką pt. „Dostosowanie gospodarstw rolnych do standardów w zakresie ochrony środowiska i dobrostanu zwierząt. Promocja PROW 2007 – 2013”.

■ Przewodniczący Rady Powiatu Zambrowskiego – na VII sesję samorządu.

Dziękujemy.

Dzień Kokardy białoczerwonej

– Obchodzony 2 maja Dzień Flagi Rzeczypospolitej Polskiej przypomina trudne dzieje naszej Ojczyzny. Niech polskie flagi, zdobiące nasze domy, place i ulice, pozwolą nam poczuć tego dnia dumę z dokonań naszych przodków. Niech rozbudzą w naszych sercach miłość do Polski i poczucie tożsamości narodowej – mówi pplk Wojciech Zielkowski, dowódca Jednostki Wojskowej 1511 w Łomży podczas uroczy-

stości przy pomniku 33 Pułku Piechoty.

Pierwszą regulację prawną polskiej flagi uchwalił Sejm Królestwa Polskiego 7 lutego 1831 roku. Izby Senatorska i Poselska, „zważywszy potrzebę nadania jednostajnej oznaki, pod którą winni łączyć się Polacy”, postanowiły, że „Kokardę Narodową stanowić będą kolory herbu Królestwa Polskiego i Wielkiego Księstwa Litewskiego, to jest kolor biały z czerwonym”.





„Pała” z uśmiechem

Tuż po egzaminie pisemnym z języka polskiego (od lewej): Elżbieta Kuplińska z Wygody (gm. Łomża), Aneta Łuba z Wierzbowa (gm. Śniadowo), nauczycielka języka polskiego Izabela Haponik z synkiem Igorem, Beata Strzelecka z Pruszek (gm. Rutki), Magdalena Rogozińska z Modzeli Starych (gm. Łomża), Małgorzata Okurowska z Zabiela (gm. Stawiski) i Katarzyna Modzelewska z Pniewa (gm. Łomża)

267 głów pochylonych nad arkuszami z tytułem „egzamin maturalny z języka polskiego”. Sala gimnastyczna Zespołu Szkół Ekonomicznych i Ogólnokształcących w Łomży jest dzisiaj miejscem ćwiczeń intelektualnych. Taka jest kolej rzeczy, chociaż majowy poranek obudził się bez kwitnących kasztanów.

Kolejna godzina. Wszyscy wpatrują się w drzwi wejściowe. Nareszcie!

Swoim uczniom przyszła kibicować także polonistka Izabela Haponik z czteromiesięcznym synkiem Igorem. Maleństwo przechodzi z rąk do rąk, uśmiechając się do wszystkich szczerze.

– Dziękuję za pałę, którą mi pani postawiła! – woła uśmiech-

nięty chłopak do Izabeli Haponik. – To zmusiło mnie do nauki i właśnie był ten temat!

Matura to pierwszy wielki sprawdzian wiedzy i umiejętności pokonywania stresu.

– Staralam się przede wszystkim podejść do tego rozsądnie. Jest egzamin, trzeba zdać! Teraz mogę powiedzieć, że nie taki dia-

beł straszny! – mówi Beata Strzelecka z Pruszek (gm. Rutki, pow. zambrowski).

Ucząc się do matury, Aneta Łuba z Wierzbowa (gm. Śniadowo, pow. łomżyński) słuchała przede wszystkim rady mamy: „Tylko spokojnie”. Miała rację!

– Jeden ważny krok w życiu za nami. Przed nami czas, w którym rodzice już nie będą tak blisko – mówi Małgorzata Okurowska z Zabiela (gm. Stawiski, pow. kolneński).

Beata, Aneta i Małgorzata chciałyby studiować gospodarkę przestrzenną. To kierunek z przyszłością. Świat wymaga nieustannego korygowania i zmian na lepsze nie tylko pod względem moralnym.

Tomek Skarzyński ze Zbrzeźnicy (gm. Zambrów) właśnie zamknął za sobą drzwi sali gimnastycznej. Jego marzeniem są studia w Akademii Wychowania Fizycznego w Warszawie. Wierzy, że się uda. A teraz zadzwoni do mamy, żeby już się nie denerwowała, chociaż to egzamin dojrzalości jej trzeciego dziecka.

Dyrektor „Ekonomika” Paweł Drożyner (matura w „Kościuszcze” w roku 1979) był uczniem klasy matematycznej. Skończył studia... polonistyczne.

– Każde pokolenie to marzenia. Najważniejsze, żeby je mieć i dążyć do celu – mówi.

Król kurkowy i jego świta

W kontuszach i przy szablach wystąpiła podczas uroczystości z okazji Narodowego Święta 3 Maja reprezentacja Łomżyńskiego Bractwa Kurkowego, wzbudzając powszechne zainteresowanie stylowym wyglądem.

Bractwo nawiązuje do tradycji stowarzyszeń strzeleckich z XIII wieku, zwanych od celowania podczas zawodów do kogutów bractwami kurkowymi. Powstało w Łomży w 2003 roku pod patronatem biskupa łomżyńskiego Stanisława Stefanka.

– Naszym celem jest ćwiczenie się w strzelaniu, propagowanie wartości patriotycznych i praca społeczna dla środowiska – mówi

Andrzej Zaręba, łomżyński król kurkowy.

Tytuł królewski zdobył na rok, wygrywając w styczniu noworoczne zawody strzeleckie Łomżyńskiego Bractwa Kurkowego. Odbyły się na strzelnicy w Piątnicy. Celowano do tarczy, nie do kurka.

– Celowanie do kurka, nawet blaszanego na kościele, jest kłopotliwe, bo trudno ustalić, kto wygrał – żartuje Andrzej Zaręba.

W myśl dzisiejszych przepisów, „tarczą” w zawodach strzeleckich nie może być ani żywy drób, ani tym bardziej blaszana ozdoba, zwieńczająca dach w dawnych kościołach, zwana kurkiem.

Do łomżyńskiego Bractwa należy około 30 członków, w tym młodzi ludzie, jak Robert Jabłoński i Paweł Miliszkievicz, przyciągnięci romantyką kurkowych strojów i obyczajów.

– Strzelanie to pasjonujące hobby. Wciągnęło mnie. Strzelam coraz celniej. Może za parę lat zostanę królem kurkowym – marzy Robert Jabłoński.

Galowy strój brata kurkowego kosztuje około 2500 zł. Do tego szabla 500 zł. Po każdym zawodach odbywają się biesiady kurkowe, które są częścią tradycji



Łomżyński król kurkowy Andrzej Zaręba (w środku) i jego świta: Robert Jabłoński (z lewej) i Paweł Miliszkievicz

Bractwa. Biesiadę przygotowują małżonki braci kurkowych.

Łomżyńskie Bractwo wybiera się latem do Krakowa, na święto towarzyszy kurkowych spod Wawelu, którzy obchodzą 750 lat swojego Bractwa. (MK)



Łomża

BLISKIE KONTAKTY
BLISKIE KONTAKTY
BLISKIE KONTAKTY

Apelujmy do radnych okręgu wyborczego nr 1 w Łomży,
by pomogli dzieciom ulicy

Dzieci bez dzieciństwa

Ulica 3 Maja. W sobotnie popołudnie pełno tu dzieci, grających w piłkę na asfalcie. Aż trudno uwierzyć, że to centrum miasta.

– To jedyne miejsce, gdzie mogą się bawić. Na naszym podwórzu gorzej, niż w więzieniu – mówi lokatorka kamienicy 3 Maja 5. – Gdy prosił się o piaskownicę dla najmłodszych, rzucili nam parę desek i zwalili wywrotkę piasku.

Niewielka piaskownica pod ścianą rozpadającej się kamienicy, to najniebezpieczniejszy zakątek podwórza. Z mieszkania na górze, przez wybite okna, połamane ramy okienne, ciągle wylatują jakieś przedmioty. Kiedyś dojdzie do nieszczęścia...

Ostrożnie na pęknięciach

Poprzeczne pęknięcia asfaltu na ulicach Piłsudskiego, Wojska Polskiego, Sikorskiego, Rondzie Solidarności i innych są latane lepiszczem bitumicznym i kruszywem. Przez kilka dni lepiszcze będzie „wciskane” w dziury kołami samochodów. Zakład Dróg Miejskich prosi kierowców o zwracanie uwagi na oznakowanie robót drogowych i ostrożną jazdę. Nadmierna prędkość może spowodować uszkodzenia odpryskującym kruszywem.

Złagodził

Prezydent Jerzy Brzeziński złagodził ograniczenie ruchu tirów na nowym moście w ciągu ul. Sikorskiego z powodu nierównomiernego osiadania podpór. Obecnie przez most mogą przejeżdżać także pojazdy ważące więcej niż 15 ton, ale tylko „z zaopatrzeniem miasta Łomża”.

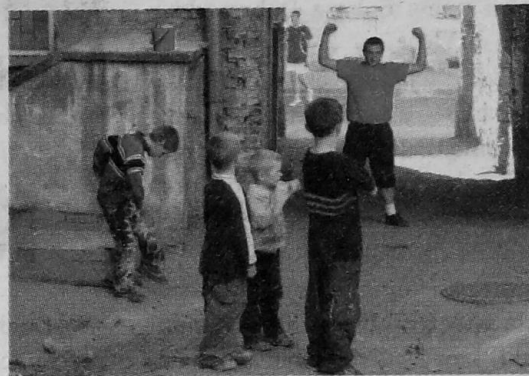
Laureat z Konina

Adrian Marczak z Konina wygrał V Ogólnopolski Konkurs Poetycki im. Jana Kulki, ogłoszony przez Miejski Dom Kultury – Dom Środowisk Twórczych w Łomży. Wpłynęły aż 83 zestawy wierszy od autorów z całej Polski. Jan Kulka, któremu od pięciu lat jest poświęcony konkurs poetycki, urodził się w Katowicach. W Łomży mieszkał od 1977 roku. Był organizatorem życia kulturalnego i literackiego, m.in. w 1981 roku zorganizował słynną sesję literacką „Być poetą”, poświęconą twórczości Czesława Miłosza. Zmarł w 2000 roku.

– Dorośli drą się na nas, że hałasujemy. Przeganiają nas. Chodziliśmy na boisko Szkoły nr 8. Teraz też nas stamtąd wyganiają, zamykają wszystkie bramy. Na ulicy też na nas krzyczą, że hałasujemy, niszczymy samochody. To co mamy robić? – pyta dwunastolatek, mieszkający w podwórzu naprzeciwko kamienicy nr 5.

– Ciągłe wysiadują na schodach. Bardziej śmiało wchodzą do środka. Siedmioletnia dziewczynka bardzo się z nami zaprzyjaźniła. Mówi, że nie chodzi do zerówki, bo mama nie ma czasu jej zapisać. Dajemy jej kartki do rysowania, uczymy literek, częstujemy słodyczami – opowiada bibliotekarka z Oddziału dla Dzieci Miejskiej Biblioteki Publicznej przy ul. 3 Maja.

Dzieci ulicy 3 Maja potrzebują nie tylko miejsca do zabawy. Także miejsca, w którym ktoś by się o nie naprawdę zatroszczył, może nawet ocalił od demoralizacji. Są wśród nich głodne, zaniedbane, pozostawione same sobie. To okręg wyborczy nr 1, w którym o głosy walczyło kilkudziesięciu kandydatów do Rady Miejskiej. Apelujemy do tych, którzy mandaty zdobyli i mają największe wpływy w Radzie: przewodniczącej Komisji Edukacji Alicji Gołaszewskiej, przewodniczącego Komisji Gospodarki Komunalnej Janusza Nowakowskiego, przewodniczącego Komisji Rozwoju Pawła Borkowskiego, przewodniczącego



Z ohydnych klatek schodowych i podwórek uciekają na ulicę...



... wysiadują na schodach biblioteki

go Komisji Rewizyjnej Jana Kleczyńskiego, by odwiedzili ul. 3 Maja i zobaczyli, jak toczy się tu życie dzieci. I spróbowali im pomóc. (MK)

Budki w natarciu

Na rogu al. Legionów i ul. Marii Skłodowskiej – Curie murowaną budkę wznosi przedsiębiorca, który otrzymał pozwolenie na budowę tymczasowego kiosku na gruncie wydzierżawionym od miasta. Ten sam przedsiębiorca wybudował, na podobnych zasadach,



„Tymczasowa budowla” przy al. Legionów i M. Skłodowskiej – Curie z pustaka, z zewnątrz wzmacniana cegłą klinkierową.

budkę na placu Pocztowym i ubiega się o zgodę na kolejną na osiedlu Południe.

– Jeśli teren potrzebny jest do innych celów lub stwierdzimy niewłaściwe użytkowanie, tymczasowe budowle w trzy miesiące muszą zostać rozebrane – informuje Jan Kołakowski z Urzędu Miejskiego.

Czyżby? Właściciele „tymczasowych”, w rzeczywistości bardzo solidnych budowli, jak pokazuje przykład kwiaciarni na placu Pocztowym, z czasem wykupują grunt pod nimi i zmieniają ich status na trwałe. To sposób na wchodzenie tanim kosztem, niejako tylnymi drzwiami, tylko za cenę dzierżawy kilkudziesięciu metrów kwadratowych terenu, z handlem i usługami w najbardziej atrakcyjnym miejscu. Dlaczego ratusz przyzwala na psucie przestrzeni miejskiej (w przypadku placu Pocztowego nawet strefy ochrony konserwatorskiej), gdy wiele pustych lokali w tej części miasta czeka na wynajem pod handel i usługi? (MK)

Koszulkę bramkarza Kamila Ulmana z autografami piłkarzy Łomżyńskiego Klubu Sportowego za 700 złotych wylicytował Bernard Szymański z Łomży. Piłkę, także z autografami, za 400 złotych wylicytował Marek Pędzimąż z Bielska Podlaskiego, a szalik ŁKS za 200 złotych nabył Łukasz Dąbrowski z Puław.

Licytacja sportowych strojów i piłki ŁKS, z udziałem bramkarza Kamila Ulmana, odbyła się w czasie charytatywnego koncertu zorganizowanego przez Ruch Kobiet do Walki z Rakiem Piersi Europa Donna w Łomży. Gwiazdą wieczoru był Emilian Kamiński, który bawił publiczność nastrojowymi balladami i cygańskimi romansami oraz spektaklem „Jeden facet rozrywkowy”.



Łukasz Dąbrowski (pierwszy z lewej), Bernard Szymański, Alicja Agata Gołaszewska, Kamil Ulman, Marek Pędzimąż

Koncert z piłką

– Dochód z koncertu i licytacji przeznaczamy na bezpłatne profilaktyczne badania piersi. Pomagamy sobie, a może w ten sposób ratujemy czyjeś życie. A jak z na-

mi są... tacy sportowcy, to nam łatwiej nie tylko grać, ale i wygrywać z rakiem – powiedziała prezes Ruchu Alicja Agata Gołaszewska. (m)

Czas na wnioski

15 maja mija termin składania przez rolników wniosków o dopłaty bezpośrednie do biur powiatowych Agencji Restrukturyzacji i Modernizacji Rolnictwa. Później rolnicy będą mogli jeszcze składać wnioski do 9 czerwca, ale wówczas za każdy dzień opóźnienia, kwota płatności będzie obniżona o 1 procent.

W sobotę, 12 maja oraz w poniedziałek, 14 maja i we wtorek, 15 maja, biura powiatowe Agencji będą pracowały do późnych godzin wieczornych.

Dopłaty bezpośrednie za 2007 rok będą wypłacane od 1 grudnia 2007 roku do 30 czerwca 2008 roku. (m)

REKLAMA

ZACHOWAJ WSPOMNIENIA!

SONY

7,2 Mpx

Aparat cyfrowy DSCS650



Cyber-shot

www.eldom.pl

~~599~~

499

ELDOM
Sieć sklepów RTV AGD

ŁOMŻA, Al. Piłsudskiego 6, tel. 086 218 01 40
ŁOMŻA, ul. Woźniowska 1, tel. 086 216 21 01
KOLNO, ul. Wojska Polskiego 46, tel. 086 278 19 94
ZAMBRÓW, ul. Legionowa 9 (ZAMTEX), tel. 086 271 04 90

**Wygodne
może być życie!**



Powiat łomżyński

Strażacka krew

Na apel o krew, od której zależała operacja dwunastoletniej Natalii z Łomży, natychmiast odpowiedzieli strażacy ochotnicy z gminy Łomża. Oddali 9 litrów: Bogdan Cymek z OSP w Jednaczewie, Andrzej Bednarczyk, Marcin Kozikowski i Grzegorz Zalewski z OSP w Konarzycach, Marek Gromek, Grzegorz Krzeczowski, Artur Mazurek, Adam Modzelewski i Robert Sienkiewicz z OSP w Pniewie oraz Mariusz Zalewski z OSP w Starych Modzelach. Matka Natalii pracuje w supermarkecie „Stokrotka”. Apel o krew wyszedł w świat od kierownika Andrzeja Kowalskiego, który za pośrednictwem „Kontaktów” serdecznie dziękuje strażakom w imieniu pracownicy i jej córki.

Niedziela na ludowo

Na III Festiwal Sztuki Ludowej zaprasza Szkoła Podstawowa w Rydzewie w niedzielę, 13 maja (godz. 14.15) do Gminnego Ośrodka Kultury w Miastkowie. W tańcu, muzyce, śpiewie i inscenizacjach zaprezentują się uczniowie z Rydzewa i Miastkowa, Koło Gospodyń Wiejskich w Drogoszewie oraz Stowarzyszenie Kobiet Wiejskich w Miastkowie. Festiwal wymyśliły Wanda Kazimierczyk i Ewa Mostyła, nauczycielki w Szkole Podstawowej w Rydzewie.

Od żaby do żaby

10332 żaby zostały uratowane wiosną przed śmiercią na jezdni, przez którą muszą się przeprawić, aby dotrzeć do wody, gdzie odbywają gody. Żaby zatrzymują się przed foliowymi płotkami i wpadają do wkopanych w ziemię wiader. Dwa razy dziennie trzeba je wyjąć i przenieść na drugą stronę jezdni. Płotki co wiosnę ustawiane są przy szosie Piątnica – Drozdowo (wzdłuż Rezerwatu „Kalino-wo”) oraz w Pniewie. Od lat ratunek dla żab organizują pracownicy Łomżyńskiego Parku Krajobrazowego Doliny Narwi w Drozdowie (gm. Piątnica), którym pomaga 59 Drużyna Harcerska „Ptaki Pta- kom” w Łomży.

Tydzień z amnestią

Konkursy, głośnie czytanie, spotkania z twórcami, lekcje biblioteczne. Do 12 maja trwa Tydzień Bibliotek ph. „Biblioteka mojego wieku”, organizowany przez Miejską Bibliotekę Publiczną w Łomży dla dzieci, młodzieży i dorosłych. Do 12 maja w MBP i filiach trwa konkurs czytelnicy ph. „W świecie poezji”. Dla przetrzymujących wypożyczone książki, do 12 maja Miejska Biblioteka Publiczna w Łomży ogłasza amnestię, czyli bezkarny ich zwrot. Szczegółowe informacje, tel. 086-216-54-81.



Myśliwy z rudą kitą

Systematycznie przybywa lisów, a ubywa zajęcy i kuropatw, wynika z dorocznej inwentaryzacji, prowadzonej przez koła łowieckie w powiecie łomżyńskim. W roku 2000 były 273 lisy, w 2006 już 672! Zdaniem myśliwych, na wzrost ilości tych zwierząt może wpływać rozrzucanie szczepionek przeciw wściekliznie, które ratują im życie. Ponadto od pewnego czasu nie ma zainteresowania lisim futrem.

„Chytruski” poczynają więc sobie do woli, polując skutecznie przede wszystkim na zajęce i kuropatwy. W ostatnich 2 latach szaraków ubyło z 6769 do 6035, a kuropatw z 11316 do 7050!

O lisim problemie przewodnicząca Komisji Rolnictwa, Geodezji, Gospodarki Wodnej, Ochrony Środowiska i Leśnictwa Rady Powiatu Łomżyńskiego Elżbieta Parzych powiadomiła ministra rolnictwa i rozwoju wsi Andrzeja Leppera oraz ministra środowiska Jana Szyszko. Przewodnicząca Komisji zwraca również uwagę na coraz dotkliwsze szkody, wy-

ządzane rolnikom przez dziki, szczególnie na kukurydzianych polach. Prosi także ministrów „o wiążącą interpretację” przepisów prawnych, dotyczących odpowiedzialności za szkody wskutek wypadków komunikacyjnych, spowodowanych przez zwierzęta łowne (dziki, sarny i objęte całoroczną ochroną łosie).



Najwięcej ptaków i zajęcy ginie zimą

Zniweczony zapał

Przy drodze przez Nagórki (gm. Piątnica) okazały murowany budynek sprzed kilku lat. Architektura wskazuje na remizę, bo żadnej tablicy nie ma. Jest za to samotne godło i szyld byłego sklepu, który pokonała konkurencja. Pusto, głucho. A wokół remizy sterty śmieci. Najwięcej wciśniętych pod boczne wejście do budynku. Całości dopełnia samotna wygódka bez drzwi.

Godło, jak się okazuje, to pozostałość po zlikwidowanej szkole. Remiza jest, ale tak właściwie sama dla siebie, bo „straż pożarna nie ma pieniędzy na działanie”, tłumaczą ludzie.

– Jeziorko robi tańce i młodzież z całej okolicy tam jeździ. Czasy zabaw w remizie dawno się skończyły, a właśnie z tego straż miała pieniądze – wspomina sołtys Nagórek Tadeusz Zabielski, który także należy do OSP. – I już nie da się tego odwrócić. Za to nikt nie wyciągnie ręki po plac z remizą, bo mamy na niego akt notarialny.

Nikt, jak widać, „nie wyciągnie ręki” także po to, żeby na placu z aktem notarialnym zro-

bić porządek, chociaż Nagórki to około 40 domów.

– Jeżeli ciągle słyszy się, że w gminie na nic nie ma pieniędzy, ludzie się zniechęcają – tłumaczy sołtys. – Kiedyś cała wieś szła do budowy remizy, a teraz nie ma komu rozgarnąć żwiru na drodze.



Bóbr nad Narwicą

„Życie jest jak książka, a w niej różne rozdziały i historie”, mówi Tatiana Pełszyk z Malca (gm. Ciechanowiec). Mieszka tu od 13 lat. Przyjechała z wielkiego (300 tys. mieszkańców) i pięknego miasta Biała Cerkiew na Ukrainie (70 kilometrów od Kijowa). Wcześniej nawet nie słyszała o Malcu.

Miłość bez granic

Rozdział Tatiany

Była ponad siedem lata po rozwodzie. Mieszkała z córką Julią (lat 15) i synem Jarosławem (lat 12). Kierowała dużą hurtownią ze sprzętem gospodarstwa domowego. Od czasu do czasu jeździła do Polski na handel.

Wieczorem przyszła do niej Wala i chwaliła, że jest zaradna, wszystko potrafi, radzi sobie z pracą i dziećmi. Na koniec stwierdziła, że pozna ją z Polakiem.

– Nie chciałam ani Polaka, ani nikogo innego. Po rozwodzie stałam na nogi, wyjeżdżałam za granicę, dobrze mi się powodzi-

Rano poszła do fryzjera, umalowała się, wystroiła, założyła złote pierścionki.

– Wychodzę przed centrum handlowe i patrzę, że Wala stoi z mężczyzną przeciętnie ubranym, jakimś niepozornym. I pomyślałam sobie, o Matko Boska, to ma być ten Polak?

Rozdział wspólny

Wala przyjeżdżała do Malca i po każdym powrocie opowiadała Tatianie, że Tomasz czeka. Przyjechała do niego w listopadzie. Ucieszył się, pokazał jej okolicę, swój las, gospodarstwo.

chała z dziećmi. Tatiana pamięta, jak wtedy jego mama, niby do siebie powiedziała: „Nie przyjedzie, bo co ona tu z tymi pierścieniami będzie robić”.

Przyjechała w lutym następnego roku. Tomasz był sam, bo mama pojechała do córki. Wtedy zdecydowała, że zostanie. Wróciła na Ukrainę, zwolniła się z pracy. Do Polski przywiozła syna. Tomasz i Tatiana ślub wzięli w 1994 roku, za rok urodziła się Karolinka.

– Pomagam we wszystkim Tomkowi. Dziś krowy doje, świnię karmię, jak trzeba na traktor wsiadę i słomę z pola zwiozę – opowiada.

Rozdarta dusza



Tatiana

Rozdział Tomasza

Do Malca przyjeżdżał z rodziną dentysta Mikołaj. Jego teściowa Wala handlowała, a on leczył zęby. W Malcu poznał Tomasza. Patrzył, jak starszy kawaler zajmuje się schorowaną matką, sam prowadzi gospodarstwo i nie ma czasu na ułożenie sobie życia. Zaprosił Tomasza do Białej Cerkwi i zaproponował, że pomoże poszukać żony. Tomasz pojechał na Ukrainę w marcu 1992 r. Akurat nie było pracy w polu, a mamą zaopiekowała się siostra.

– Teściowa Mikołaja przedstawiła mi sześć dziewczyn. Były panny i wdowy, były katoliczki. Nie podobały mi się i jakoś do żadnej z nich nie zadrgało moje serce – wspomina Tomasz.

Tatianę zobaczył w dzień... wyjazdu do Polski. Spodobała mu się i od razu powiedział sobie: musi być moja. To miłość od pierwszego spojrzenia. Rozmawiali krótko. Zaprosił ją do Polski.

Na przyjazd Tatiany czekał pół roku.

ło. A ona nalegała na spotkanie – mówi Tatiana.

Wala opowiadała, że Polakowi nie podobała się żadna z przedstawianych kobiet. Pomyślała sobie: co to za wybredny chłop. Nie chce panny, ani katoliczki. Wiedział, że jest prawosławną, po rozwodzie, z dwójką dzieci i chciał ją poznać.

– W oborze planował, że jeden byczek będzie na wesele, a drugi na chrzciny. Słuchałam ze zdziwieniem, bo sama nie wiedziałam, czy chcę z nim być. Powiedziałam, że nie znam się na większych robotach.

Kiedy wyjeżdżała, znów zapraszał i namawiał, żeby przyje-

Z Karolinką „poszła” do zerówki. Odrabiała z nią lekcje i sama uczyła się pisać i czytać po polsku. Teraz ona załatwia wszystkie gospodarskie sprawy w banku, urzędzie, Agencji. Opiekowała się też mamą Tomasza, która nie żyje od dwóch lat.

W życie Tomasza wprowadziła radość, a w jego domu zmiany. Zaczęła od założenia bieżącej wody i łazienki. Potem był telefon, kuchnia gazowa, satelita, nowe meble w kuchni, w gospodarstwie pilarka.

– Żona i córka to moje największe szczęście – mówi Tomasz.

– Trochę żal mi Ukrainy. Tam wróciły dzieci, mają już swoje rodziny i jestem babcią. Ale i Malca żal, bo tu udowodniłam, że na wsi też potrafię sobie radzić. No i mamy Karolinkę. Tam tęsknię do Polski, tu do Ukrainy. Jak w książce, dusza i serce na pół rozdarte – mówi Tatiana.

MARIA TOCKA



Tatiana i Tomasz

16 lat mieszkam w tym bloku. Znam dzieci sąsiadów od małego. Na moich oczach staczały się. Teraz sięgnęły dna, a ja mam być ofiarą! – skarży się Sławomir Lutoborski.

14 kwietnia Sławomir Lutoborski (56 lat) wstał o 5 rano, miał pilny wyjazd za Łomżę. Obok drewnianej szopki, służącej za garaż, zobaczył znanego mu z widzenia Tomka kolegę Bogumiła, syna sąsiadki (19 lat). „Czego tu? Spier...”, przywitał go młodzieniec. Sławomir zobaczył, że z garażu wydobywa się dym. Wbiegł do środka. Paliły się ściana i dach. Zobaczył, że samochód ma porysowaną karoserię. Gdy usiłował włączyć silnik, ktoś zamknął drzwi garażu! Przeraził się. Ktoś chciał, żeby się spalił z garażem i samochodem! Skoczył do drzwi, natarł całym ciałem. Ustąpiły. Zobaczył plecy uciekających dwóch młodych ludzi.

– Policja złapała ich w pół godziny, a w dwie doby wypuściła. Teraz zaczęło się prawdziwe piekło i prawdziwy strach. Bogumił na mój widok robi tak – Sławomir Lutoborski robi znaczący ruch po gardle. – Czujemy się z żoną w naszym mieszkaniu jak w pułapce. Sąsiedzi nas ostrzegają po cichu, żebyśmy uciekali, ratowali życie, bo łobuzy nie popuszczą.

Podejrzany o podpalenie garażu są syn sąsiadki Bogumił i jego kolega Tomek. Bogumił ma nadzór, melduje się na policji trzy razy w tygodniu. Nie przyznają się.

– Nas tam nie było. Nocowaliśmy u kolegi na osiedlu Południe. Jak dowiedziałem się, że policja mnie szuka, sam się zgłosiłem – mówi Bogumił. – Nie wiem, po co trzymali nas dwie doby.

Jego matka Katarzyna (39 lat, 7 dzieci, były mąż zapił się na śmierć) atakuje Sławomira Lutoborskiego:

– Przyczepił się do Bogumiła. Spokoju mu nie daje. Przeszkadza mu, że chłopak żyje. Oskarżył go o wulgarne zachowanie i Bogumił miał sprawę w sądzie grodzkim.

Sprawa w sądzie grodzkim była o to, że Bogumił... nasikał na drzwi jego mieszkania! A syn Ha-

Podpalili samochód i garaż Osaczony

liny G. i jego koledzy po prostu znęcają się nad lokatorami, puszczając po nocach przez wzmacniacze dudniącą muzykę.

– Tak samo do mojego Karola. Sprawę nam zrobił, że kolega syna zostawia w samochodzie włączoną muzykę – dodaje sąsiadka Halina G. (rozwidziona, były mąż alkoholik, po rozwodzie jest bezdomny; włóczy się w pobliżu dawnego mieszkania, często nocuje w piwnicy lub leży na podwórzu).

– Tak samo do mojego Tomka – mówi matka współpodejrzanego o podpalenie (rozwidziona z powodu alkoholizmu męża, troje dzieci), mieszkająca w sąsiednim budynku. – Czego ten człowiek od nas chce. Ja go na oczy nie widziałam, nawet nie wiem, jak wygląda, a on się nas czepia.

– Chodzi pijany i całe podwórko jest jego. Pobił się ze swoim starszym bratem. Ruszył na niego z nożem. Brat uderzył go cegłą w głowę. On jedyny go jeszcze trzyma w ryzach – mówi o Bogumile Sławomir Lutoborski.

– Pracuję na budowach od świtu do nocy. Ten człowiek się na mnie wziął – zapewnia Bogumił.

– Tu jest strasznie – mówi lokatorka, mieszkająca nad Luto-

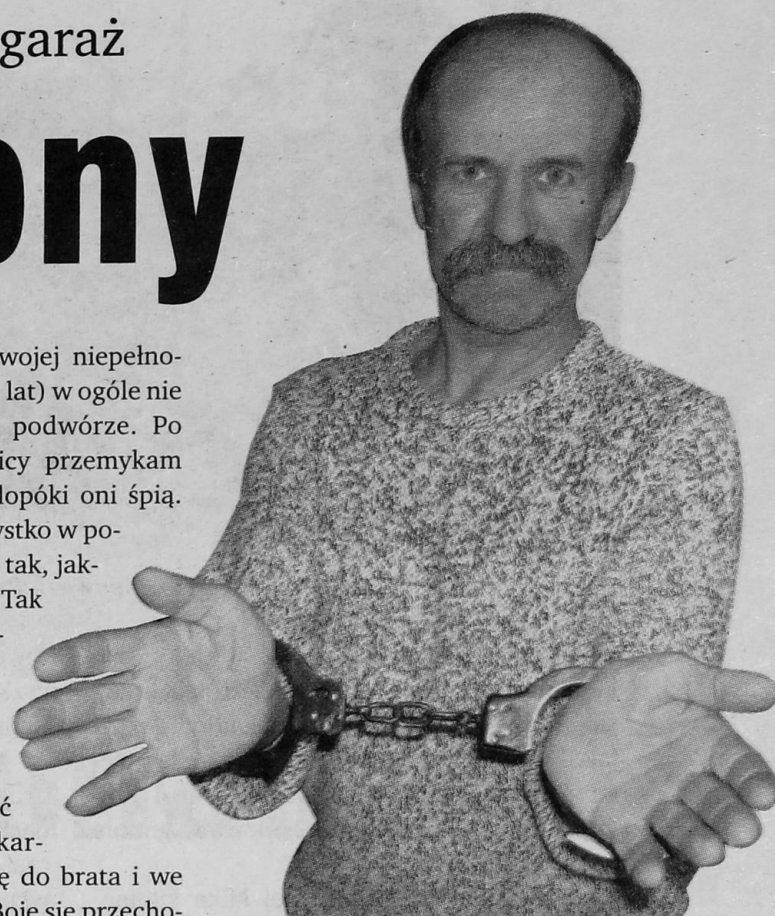
borskimi. – Ja swojej niepełnosprawnej córki (8 lat) w ogóle nie wypuszczam na podwórze. Po węgiel do piwnicy przemykam wcześniej rano, dopóki oni śpią. Potem biorą wszystko w posiadanie. Żyjemy tak, jakby nas nie było. Tak jest najbezpieczniej. Pan Lutoborski walczy z nimi. Ja nie mam odwagi.

– Jeśli chcę iść do ogródka nakarmić psa, dzwonię do brata i we dwóch idziemy. Boję się przechodzić obok nich. Boję się, że mnie zaatakują. Kupiłem do obrony paralizator i zawsze noszę go przy sobie – mówi Lutoborski.

Kupił też... kajdanki.

– Pójdę do sądu, przykuję się w gabinecie prezesa, będę się domagał, żeby ich zamknęli. Ze strachu wszystko mi jedno. Jeśli nie można inaczej...

To podwórze rządzi się własnymi prawami – mówi Artur Dąbrowski, kierownik komunalnego Zakładu Gospodarki Mieszkaniowej, administrator bloku, w którym mieszka Sławomir Lutoborski. – Nie wtrącamy się, nie ma sensu. I tak nie ma



Sławomir Lutoborski: – Przykuję się w gabinecie prezesa sądu. Będę się domagał, żeby zamknęli dręczycieli

gdzie eksmitować tych, którzy nie płacą czynszu. A tym bardziej z powodu sąsiedzkich konfliktów. W sprawach spornych prawda zawsze leży pośrodku. Niech żyją, jak chcą. Przenieśliśmy wielodzietną rodzinę K. z poddasza do mieszkania w szczycie budynku z oddzielnym wejściem. Pan Lutoborski ma spokojnie przynajmniej na klatce schodowej. Jeśli nie czuje się bezpieczny, niech szuka pomocy policji.

W Łomży brakuje mieszkań komunalnych dla najuboższych. Brakuje też lokali socjalnych dla eksmitowanych. Patologiczne rodziny latami nie płacą czynszu, stwarzają sąsiadom piekło i... są bezkarni. Od wielu miesięcy Zakład Gospodarki Komunalnej nie wnosi w ogóle do sądu spraw o eksmisję.

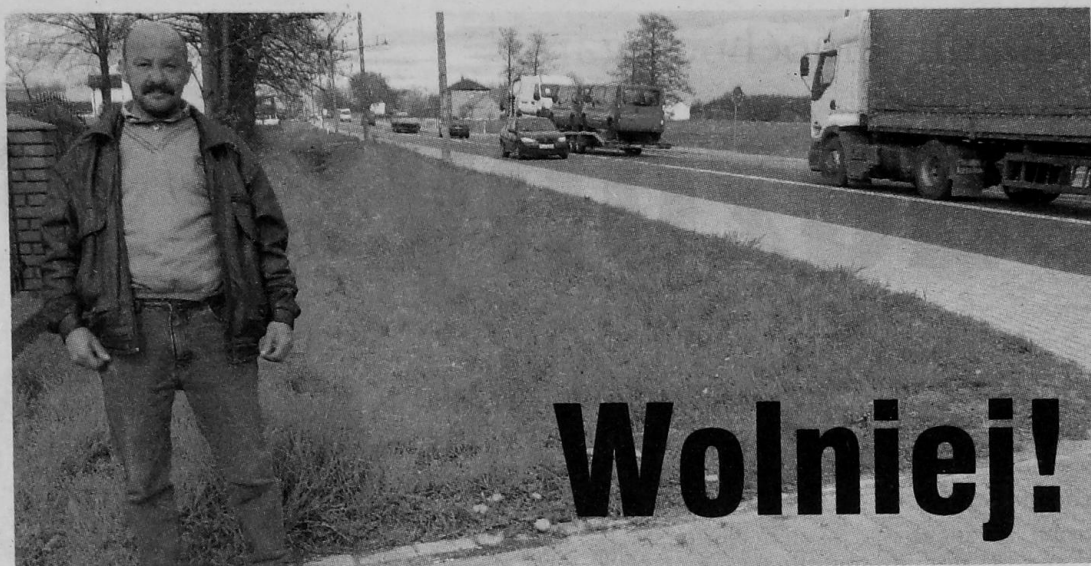
– Po co? Każdy wyrok to konieczność przygotowania dla eksmitowanego lokalu socjalnego, za który i tak nie będzie płacił – mówi Artur Dąbrowski.

PIOTR BIELICKI



W spalonym garażu Sławomir Lutoborski omal nie spłonął

Z ostatniej chwili: z niedzieli na poniedziałek spłonął gołębnik Sławomira Lutoborskiego.



Wolniej!

Zbigniew Ramatowski, sołtys Popowa: – Ruch jest coraz większy i szybszy

– Jeżdżą tak szybko, że nie sposób wzrokiem nadążyć. Najszybciej z rejestracją litewską. U nas już utarło się porzekadło: „Jeździ jak Litwin”. Tak się mówi o tych, co nie przestrzegają żadnych przepisów – mówi Zbigniew Ramatowski, sołtys Popowa w gminie Grajewo.

Mieszkańcy wsi oddalonej kilka kilometrów od Grajewa twierdzą, że ich kłopoty, związane z ruchliwą trasą tranzytową nr 61, są większe, niż kłopoty Grajewa.

– Przez Grajewo tiry przynajmniej przejeżdżają wolno, zgodnie z przepisami obowiązującymi w terenie zabudowanym. W naszej wsi kierowcy nie przestrzegają ograniczenia prędkości. Dochodzi do groźnych wypadków. Niedawno tir najechał na ciągnik Tadeusza Dawidowskiego. Zahaczył przy wyprzedzaniu o przyczepkę. Ciągnik przewrócił się do rowu i został rozbity w drobny mak. Traktorzysta leżał w szpitalu. Piesek, którego wioził na przyczepce, został zmiażdżony. Tir i kie-

rowca wyszli bez szwanku, tylko z małym uszkodzeniem zderzaka – opowiada sołtys Ramatowski.

Na przejechanie z jednej strony drogi na drugą (zabudowa wiejska jest po obu stronach) ciągnikiem z maszyną, trzeba czekać czasem nawet do kwadransa. Zbliża się pora wypędzania bydła na pastwiska. Rolnicy wątpią, czy będzie w ogóle możliwe przepędzenie krów przez drogę. Chyba, że otrzymają od policji „lizaki”, upoważniające do zatrzymania ruchu. Albo tablice podobne do tych, jakie mają tzw. przeprowadzaczki dzieci pod szkołami.

Na sesji Rady Gminy Grajewo sołtys Ramatowski zgłosił wniosek do wójta o wystaranie się, by prędkość w granicach Popowa została ograniczona do 40 km/godz.

– Może znak nakazu działa więcej, niż tablice oznaczające teren zabudowany i kierowcy będą zdejmować nogę z gazu – wyraża nadzieję sołtys. (MK)



Popiersie Jana Pawła II koło kościoła w Niedźwiadnej

Pod krzyżem koło kościoła w Niedźwiadnej dwa lata temu mieszkańcy parafii modlili się w godzinę śmierci papieża Jana Pawła II. Dziś znajduje się tu popiersie Ojca Świętego, ufundowane przez parafian i poświęcone w drugą rocznicę jego śmierci.

– Miejsce i popiersie przypominają mam niezapomniane chwile tamtych rekolekcji – mówi ks. Jarosław Stefaniak, proboszcz Niedźwiadnej. (MK)

Koloniści bez wody

Sośnia to jedyna wieś bez wodociągu w gminie Radziłów. Aby doprowadzić do niej wodę, trzeba ułożyć około 6 km rur. Gmina w poprzednich kadencjach odkładała budowę wodociągu na później. I nic dziwnego. Wieś jest wyludniona. Zimą na stałe mieszka w niej... tylko jedna osoba! Latem kilka rodzin zjeżdża na wakacje.

I właśnie letnicy domagają się wodociągu. Przypuścili szturm na nowego wójta, Roberta Ziembkiewicza. Ten jednak użył takich samych argumentów, jak poprzednik: „Jest więcej pilniejszych wydatków”. Budowa 6 km wodociągu, to zbyt duży koszt. I kłopot w przyszłości, bo małe zużycie wody w Sośni będzie wpływać na częstsze awarie wodociągu.

Sośnia musi czekać na wodę z kolonistami z Sojczyńka i Klimaszewnicy. Wójt Ziembkiewicz obiecuje, że „sprawa będzie załatwiona jednocześnie”. (MK)

Nie będą kraść

Grajewska policja złapała złodziei, którzy włamywali się zimą do altanek w ogrodach działkowych „Promyk”, „Oaza” i „Hanki Sawickiej” i okradali je. Trzej są mieszkańcami Grajewa. Przedstawiła im zarzuty popełnienia ośmiu włamań. Odzyskała wiele przedmiotów, pochodzących z kradzieży, poinformował Andrzej Łagodziński, oficer prasowy Komendy Powiatowej Policji w Grajewie.

Drogówka na hondach

Dwa motocykle marki honda otrzymał na lato Wydział Ruchu Drogowego Komendy Powiatowej Policji w Grajewie. Komenda Wojewódzka chce, by grajewscy policjanci szybciej ścigali piratów drogowych latem na zatłoczonych trasach mazurskich nr 61 (na Augustów) i nr 65 (na Elk). Niestety, jesienią hondy wrócą na ulice Białegostoku.

Sesja z alarmem

Sesja Rady Gminy Grajewo, która odbyła się 27 kwietnia wyjątkowo na wyjeździe, czyli w świeżo odremontowanej świetlicy i remizie w Białaszewie, została przerwana... strażacką syreną! Gdy radni obradowali w remizie, dzieci podpaliły młody las w pobliskim Łosewie. Na szczęście, Ochotnicza Straż Pożarna z Białaszewa okazała się godna nowej remizy. Jako pierwsza ruszyła do gaszenia. Spłonęło 2 ha młodnika.

Jednogłośnie i hojnie

Burmistrz Grajewa Krzysztof Waszkiewicz jednogłośnie otrzymał od radnych absolutorium za rok 2006. Radni nie poprzestali na „rozgrzeszeniu” burmistrza z roku wyborczego, lecz także dali mu podwyżkę 1200 zł. Od 1 czerwca burmistrz będzie zarabiał 9 234,20 zł brutto. Przy okazji podwyższyli też sobie diety.

W Związku

Grajewo przystąpiło do projektu „Regulacja gospodarki wodno – ściekowej w dorzeczu Biebrzy” w ramach Związku Komunalnego Samorządów Dorzecza Biebrzy. Zostanie przygotowana dokumentacja sieci wodociągowej – kanalizacyjnej. Związek złoży wniosek o pieniądze na budowę do unijnego Funduszu Spójności. Planowane w kilku gminach inwestycje warte są kilkadziesiąt milionów złotych.

Dali więcej sołtysom

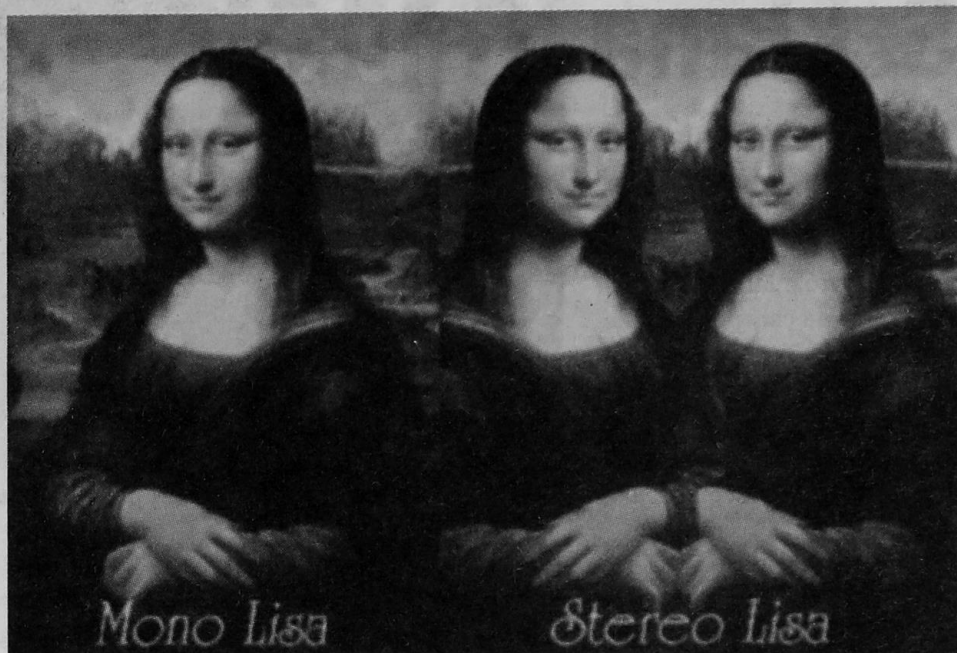
Radni Radziłowa podwyższyli sołtysom o 20 zł diety za udział w sesjach Rady Gminy. Dotychczas sołtysi otrzymywali 60 zł za sesję, teraz będą brać 80 zł.

Firmy handlowe swego czasu zatrudniały dużo młodzieży do sprzedaży bezpośredniej. Byłem jednym z takich cwaniaczków, choć podobno jestem dobrym elektrykiem. Robiłem jednak wszystko, by nie kuć ścian, bo co w tym przyjemnego.

Na początku opinia o towarach. Urządzenia elektryczne to nic nie warty złom lub coś, co tylko wyglądało na coś, co chcieli ludzie kupić. Na przykład, sprzedawałem kuchenki mikrofalowe, a w rzeczywistości był to zwykły opiekacz elektryczny. Super wyglądał i ta cena, 250 zł. Na rynkach taki opiekacz był wart góra 80 zł., a kuchenka mikrofalowa

dala od Łomży, ponieważ lepiej, żeby nabywcy nie spotkać już nigdy. Mogłoby to grozić uszczerbkami zdrowia.

Najpierw robiliśmy na wioskę wstępny nalot. Co znaczy nalot wstępny? Otóż trzeba wiedzieć, kiedy babcie mają renty i emerytury. W tym celu należy spisać numery odcinków rent i emerytur naszych, czyli rodzin pracowników, by mieć pew-



Wyznania cwaniaczka

kosztowała wtedy minimum 600 zł. Dalej były żelazka, suszarki, lokówki itp., które nie miały prawa działać bezawaryjnie.

Jak to sprzedać?

Bardzo prosto. Naiwność nabywcy to podstawa biznesu. Wybieraliśmy miejscowości małe, z

ność, że się nigdzie na taki numer nie trafi i do dzieła. Informuje się klientów, że mogą otrzymać wybrany towar za darmo, jeśli ich numer renty jest taki sam, jak na naszej karcie. Proszę uwierzyć na słowo „harcera”, że w tym kraju 80 proc. społeczeństwa jest strasznie

naiwna i myśli, że można coś dostać za darmo. Przynosili odcinki nawet dalszej rodziny, ja w tym czasie musiałem zapamiętać tylko daty odbioru świadczeń, aby wiedzieć, kiedy się w tej miejscowości pojawić z towarem. Przecież klient bez kasy nie jest mi potrzebny.

Po zebraniu „danych” czas na drugi atak. Gdy się wie, kiedy, kto i gdzie ma kasę, można urządzić żniwa. Trzeba przygotować trzy koperty. Otóż pierwsza zasada handlu dalej obowiązuje, czyli szukamy naiwniaków. Tak więc bierzemy sześć kartek i piszemy na nich po kolei, na pierwszej znak?, na drugiej 500 zł., na czterech pozostałych 250 zł. Trzy po 250 wkładamy do kopert i do dzieła. Potencjalny klient, chociaż nie chce nic kupić, zostaje poinformowany, że dany towar kosztuje 500 zł, ale jeżeli wylosuje kopertę ze znakiem zapytania, zostanie to za darmo, natomiast jeżeli wylosuje 250 zł, będzie musiał zapłacić tylko połowę ceny. 250 zł to nie była połowa, tylko całość, ponieważ 500 zł, to cena zawyżona, dla oka. Tak więc do kopert, w których są już kartki 250 zł wkładamy?, 500 i 250 na oczach nabywcy i niech losuje. Coś wyciąga i oddaje, ja wyjmuję kartkę 250 zł. Może nabyć towar za połowę ceny. W taki oto sposób wszyscy są zadowoleni. Pozornie. Klient kupił kuchenkę mikrofalową za połowę ceny. To, jak pamiętacie zwykły opiekacz za 80 zł, w dodatku nie przystosowany do naszego napięcia i szybko ulegnie uszkodzeniu.

Pracowałem w trzech takich łomżyńskich firmach. Jedną z nich jest teraz dostawcą mojego internetu....

MICHAŁ SZOT

Uczą, jak uzyskać pieniądze z Europejskiego Funduszu Społecznego

Miękkie projekty, twarde procedury

Przy Agencji Rozwoju Regionalnego w Łomży powstał Regionalny Ośrodek Europejskiego Funduszu Społecznego.

– Uczymy, jak uzyskać pieniądze z jednego z większych funduszy, jakim jest Europejski Fundusz Społeczny, finansujący tzw. działania miękkie. W latach 2007 – 2013 w kraju z tego Funduszu do wzięcia jest 11,4 mld euro. Chodzi o to, by powstało jak najwięcej ciekawych projektów, odpowiadających procedurom kwalifikacyjnym Funduszu, bo tylko na takie można otrzymać pieniądze – wyjaśnia Sławomir Szulc, prezes ARR, kierownik Ośrodka.

O pieniądze z EFS mogą starać się samorządy wszelkich szczebli, ośrodki pomocy, szkoły, firmy, organizacje pozarządowe. Gama pomysłów na „miękkie” działania jest nieograniczona, ale muszą obracać się wokół rozwoju „kapitału ludzkiego”, przeciwdziałania wykluczeniu społecznemu i bezrobociu, wspierania edukacji i wyrównywania szans na rynku pracy. Starostwa mogą tworzyć projekty stypendialne, np. dla uczniów uzdolnionych artystycznie. Szkoły mogą starać się o sfinansowanie zajęć pozalekcyjnych, na które wciąż brakuje im pieniędzy. Firmy mogą tworzyć projekty podnoszenia kwalifikacji pracowników. Ale nie tylko. Dofinanso-

wanie można otrzymać na zintegrowanie załogi z niepełnosprawnymi. Kwalifikacje mogą podnosić pracownicy samorządowi i nauczyciele.

– Do Ośrodka może przyjść każdy ze swoim pomysłem. Pomagamy nadać mu formę wniosku o dofinansowanie. Pomagamy też w doborze partnerów do wspólnych projektów. Niczego nie narzucamy ani ograniczamy. Ale wskazany jest, by ci, którzy chcą poważnie podejść do uzyskania pieniędzy, odbyli najpierw szkolenie ogólne, podczas którego zapoznają się z zasadami Funduszu. Ułatwi im to racjonalne podejście do wymogów, stawianych wnioskowi o pieniądze. Na szkolenie można się zapisać w Ośrodku. Jest organizowane, gdy zbierze się 20 chętnych, czyli praktycznie co tydzień. Trwa dwa dni. Jest bezpłatne, jak wszystkie usługi Ośrodka. Uczestnicy otrzymują wyżywienie. Dla przedsiębiorców jest oddzielny termin, bo i oferta jest szczególnie bogata – mówi Waldemar Jastrzębski.

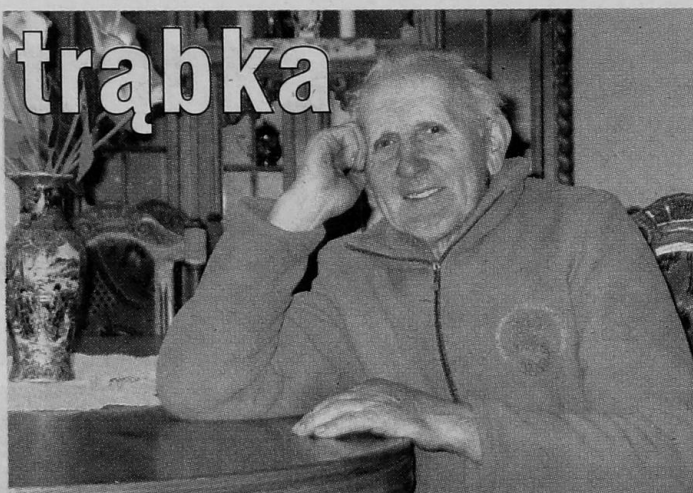
Program ruszy po wakacjach. Wnioski przyjmował będzie Wojewódzki Urząd Pracy w Białymstoku. Komisja przy WUP będzie dokonywać ich oceny i kwalifikacji.

Regionalny Ośrodek EFS w Łomży ma siedzibę przy ul. M. Skłodowskiej – Curie 1 (tel. 086 – 216 – 33 – 26). (MK)



Szklana trąbka

W Zabelu (gm. Kolno) do dzisiaj ludzie wspominają majówkę, po której do więzienia trafiło 25 tancerzy. „Zabelaki” zawsze wyróżniali się temperamentem na cały powiat i nie lubili obcych. W Małym Płocku i Łosewie (gm. Kolno) sławne były majówki po odpustach. Każda wieś to charakter, który widać i przy pracy, i przy zabawie.



Włodzimierz Paliwoda „kawalerkę pękał” na majówkach

– Kawalerkę pękałem na majówkach w Zabelu, Małym Płocku, Rakowie Starym i Nowym, w Borkowie, ale najbardziej lubiłem zabawy w Kątach – wspomina Włodzimierz Paliwoda z Janowa (gm. Kolno), lat 74. – Nie tylko dlatego, że to po sąsiedzku, a więc blisko. Do Kątów ciągnęła kawalerka z różnych stron, ponieważ wyróżniały się dużą ilością panien. W żadnej innej wsi na całą okolicę nie miały pod tym względem konkurencji. I mnie panna z Kątów na żonę się dostała!

W Janowie majówki odbywały się na murawie, koło zlewni mleka albo na podwórkach. Przyjeżdżali różni muzykanci (pedałówka, guzikówka, skrzypce, trąbka, bęben), ale najślawniejsza była kapela trzech braci Rainków oraz dwóch braci Najdów z Zabela. Jak oni grali! Jak umieli każdego wciągnąć do zabawy! Spacerki, mosteczki. Poleczka i oberek na rozgrzewkę, walczyki, a z czasem „bugi – ługi” i foksotki. Prawdziwi „akrobaci” popisywali się kozakiem.

– Gdy muzykanci odpoczywali, młodzież śpiewała ulubione piosenki. „Szła dziewczeczka do laseczka”, „Kukułeczka”, „Jadą goście jadą”, „Jarzębina, Marynika” – wymienia Włodzimierz Paliwoda. – Wszyscy bawili się fantastycznie! Owszem, zdarzały się nieporozumienia i alkohol zaszumił w nie jednej głowie. Ale naprawdę umieliśmy się bawić nawet przy jednym „instrumencie” w postaci butelki z odcętym denkiem, na której grało się, jak na trąbce!

Majówkowej rozrywce młodych asystowała „starszyzna”: matki, ojcowie, dziadkowie, wujki i ciotki, mająca oko na wszystko i wszystkich. Matki porównywały umiejętności taneczne córek i synów, ich strój oraz powodzenie u płci przeciwnej. A muzykanci grali też specjalne „kawałki” dla rodziców. Na majówce bawili się wszyscy!

– Coraz częściej wracam myślą do mojej młodości. Nigdy w tych wspomnieniach nie brakuje tamtych wspaniałych majówek – mówi Włodzimierz Paliwoda.

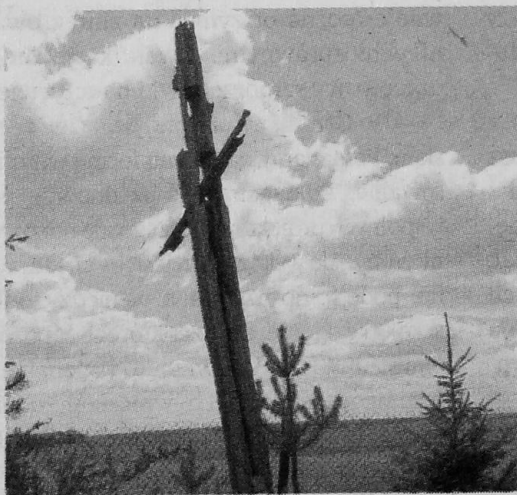
Strażnik

Majowy wiatr szarpie jego dziurawe ramię, które się kołysze nawet przy lekkim powiewie. Pochylony, spróchniały coraz trudniej opiera się czasowi, ale trwa. Nikt w całych Waśkach (gm. Mały Płock) nie wie, jak długo.

– Mój dziadek Władysław, urodzony w roku 1882 mówił, że ten krzyż był u nas „od zawsze” – mówi Wacław Chojnowski, na którego posesji stoi sędziwy strażnik wiary. – Wychodzi, że ma 125 lat, ale niektórzy twierdzą, że jest jeszcze straszny. Takiego wiekowego drewnianego krzyża nie ma na pewno w całym naszym powiecie i może jeszcze dalej!

Zachowała się opowieść, że postawiony został do obrony mieszkańców wsi przed straszną chorobą, gdy „śmierć robiła sobie piękne żniwo”. Były na nim jakieś napisy, ale już nie udało się ich odczytać.

Wacław Chojnowski wiele razy ratował krzyż, podpierając i wzmacniając na różne sposoby. Ale nic nie powstrzyma czasu...



Sędziwy krzyż na posesji Wacława Chojnowskiego w Waśkach

– Od niejednego słyszałem i słyszę: „Spal, bo i tak już po nim. Tylko patrzeć, jak się przewróci”. Odpowiadałem i odpowiadam: „Nie spale! Nie ja go stawiałem i nie przyłożę ręki do tego, żeby nagle go zabrakło” – mówi Wacław Chojnowski. – To znak mojego domu i naszej wsi. Nasz skarb!

Klamka zapadła

Uchwałę o likwidacji Szkoły Podstawowej w Kurkowie podjęła Rada Gminy Grabowo. Z końcem czerwca piętrowy budynek opustoszeje. Gmina zamierza wystawić go na sprzedaż. Ale może być tak, jak z budynkiem zlikwidowanej kilka lat temu szkoły w Skrodzie, która do dziś nie doczekała się ani kupcy, ani zainteresowanego choćby dzierżawą.

Jubileusz ogniowy

Osiemdziesięciolecie obchodzi w tym roku Ochotnicza Straż Pożarna w Zabelu (gm. Kolno). Jubileuszowa uroczystość z wręczeniem strażakom sztandaru, odbędzie się w niedzielę, 27 maja.

Mleczna kraina na Korsyce

W Bastii na Korsyce odbyło się Europejskie Spotkanie Grup Leader + z 27 krajów Unii Europejskiej. Tzw. lokalne grupy działania z Podlaskiego reprezentowali Fundacja „Kraina Mlekiem Płynąca” w Małym Płocku i stowarzyszenie „Tygiel z Doliny Bugu” w Drohiczyźnie (pow. siedmiogrodzki). Program Leader +, bardzo popularny na Zachodzie, w Polsce funkcjonuje od niedawna. Jego celem jest „rozwoj obszarów wiejskich” w oparciu o lokalne organizacje publiczne, prywatne i pozarządowe. Organizatorem i fundatorem Spotkania na Korsyce, służącego wymianie doświadczeń i współpracy międzynarodowej, była Komisja Europejska.

Śmietnik swojski

O zezwolenie na zamknięcie składowiska odpadów wystąpiła do Starostwa Powiatowego w Kolnie gmina Grabowo oraz Zakład Gospodarki Komunalnej w Stawiskach. Składowiska nie spełniają wymogów ochrony środowiska i zgodnie z Ustawą o odpadach muszą być zamknięte i zrehabilitowane do końca 2009 roku. Ten sam problem mają także gminy Mały Płock i Turośl. Spełniające wymogi ochrony środowiska składowisko znajduje się jedynie koło Kolna. Za to cały powiat „usiany” jest dzikimi wysypiskami. Upstrzone są nimi już nie tylko lasy. Ogromne śmietniki powstają wprost przy drogach, jak ten w pobliżu Śmiarowa (gm. Mały Płock). Ktoś podrzucił tu nawet bele zgnitego siana! – Nie raz widzi się, kto i czego się pozbywa. Jednak trudno byłoby to udowodnić, a do tego końca nie widać! – mówi sołtys Śmiarowa Sławomir Kurpiewski.



Śmietnik przy drodze koło Śmiarowa

Jeden chce panować nad drugim. Ojciec nad synem. Sąsiad nad sąsiadem

Drągiem i drutem

Drogę na łąki blokuje w poprzek gruby drąg. Pod spodem, dla utrudnienia, wzmocniony kolczastym drutem.

– Postawił go mój ojciec – wyznaje Janusz Grabowski, sołtys Czerwonek w gminie Radziłów. – Żeby mi dopiec, utrudnić życie. Odciać dojazd na łąki. Jest mi i żal, i wstyd.

Szlaban stoi już dwa lata. Zablokowaną drogą ze swojej zagrody na łąki sołtys ma kilkaset metrów. Tędy pędził bezpiecznie kilkadziesiąt krów na pastwisko. Teraz musi jeździć objazdami kilka kilometrów. Krowy zostają w oborze, objazd jest dla nich za długi. Gdy usunął kiedyś szlaban w odruchu złości, ojciec wezwał na niego policję.

Za co się odgrywa? Mówi, że miał wspaniałe pomysły, które syn zniszczył.

– Raczej dziwactwa – odpowiada rozżalony Janusz. – Kazał mi pracować przy „elektrowni”. Wiele lat wykonywałem jego polecenia, byłem posłusznym synem. W końcu powiedziałem „dość”. To nie elektrownia, tylko jakaś bzdura. Ciężko pracuję przy krowach, żeby utrzymać rodzinę, 5 dzieci. Ojciec ma wysoką rentę, ale zamiast pomagać, jak inni emeryci, jeździ po prawnikach i urzędach i mnie gnębi.

Nad zagrodą sołtysa wznosi się wiatrak z połamanymi śmigłami. To elektrownia wiatrowa pomysłu i konstrukcji seniora.

– Urządzenie wytwarzało prąd, ale tylko przez chwilę. Stary z młodymi zaczął derciznę i zakazali mu zbliżyć się do wiatraka – opowiada jeden z mieszkańców Czerwonek.

– To bajka. Nie wytwarzało żadnego prądu – prostoje Janusz.

Tragedia

Dwa domy dalej też mieszkają Grabowscy. Głową rodu jest Ludwik (80 lat), stryjeczny brat ojca Janusza. We wrześniu minie dwa lata, gdy jego syn Marek (44 lata) wyszedł nad wieczorem na pobliskie pastwisko, by zwinąć drut elektrycznego pastucha.



Sołtys Janusz Grabowski przed szlabanem, którym ojciec odciał mu drogę na łąki

– Ściemniało się, gdy nadjechały rowerami dzieci ze wsi i zaczęły krzyczeć do Jacka, syna Marka: „Twojego ojca zabili Kowalscy. Leży przy drodze!” – płacze matka Marka.

Grabowscy pobiegli we wskazane miejsce. Zobaczyli pobitego Marka. Przywlekli go do domu (ślaniał się na nogach). Wezwali pogotowie i policję. Marek 2 tygodnie leżał w szpitalu. Dostał drągiem w głowę. Dziś jest inwalidą z padaczką pourazową, całkowicie niezdolnym do pracy w gospodarstwie.

– Zwrócił uwagę młodemu Kowalskiemu, że worał się w drogę. Za to go omal nie zabili – mówi matka Marka.

Dziś w gospodarstwie Grabowskich z dużą hodowlą bydła mlecznego i niedokończoną budową domu, gospodarzą dziadek Ludwik i syn Jacek (12 lat). Marek jeździ po lekarzach.

Kowalscy (ojciec i syn) zostali skazani za pobicie Marka na pozbawienie wolności w zawieszeniu i zapłatę 20 tys. zł częściowego zadośćuczynienia za cierpienia, utratę zdrowia i odszkodowania.

– Syn wziął pożyczkę, zadłużył się i zapłacił. Ale im za mało. Chcą 80 tysięcy! Chcą nas zniszczyć, z torbami puścić. Co będzie z naszymi dziećmi? – płacze babcia Kowalska.

Adwokacka kamera

W Czerwonek znów narasta napięcie przez tragedię sprzed dwóch lat. Mieszkańcy otrzymali wezwania na policję do Grajewu. Rodzice dzieci, które we wrześniu 2005 roku widziały bójkę, są „ciągnane” na Komendę w Grajewie. Nikomu się to nie podoba. Ludzie sarkają, że dość tej wojny między Grabowskimi a Kowalskimi. Kowalscy napisali skargę do Ministerstwa Sprawiedliwości. Wacław Kowalski dowodził, że sprawiedliwość popełniła błąd. Został skazany, choć przy bójce go nie było. Ministerstwo nakazało sprawdzić podane w skardze fak-

ty. Więc policja wzywa i sprawdza.

Kowalscy nastawiają wieś przeciwko nam. Chcą unieważnić wyrok i udowodnić, że Marek ma lipne orzeczenie o inwalidztwie. Młodzi Kowalscy czatują na niego, gdy jedzie ciągnikiem lub samochodem i robią mu zdjęcia. Niby, że jest sprawny i pracuje. Jak daleko posuną się w podłości? – płacze żona Marka.

Babcia Kowalska przyznaje, że jej wnukowie w ubiegłym roku, gdy trwał jeszcze proces o pobicie, raz nagrali kamerą, jak Marek Grabowski pracował na ciągniku przy opryskach. Adwokat im poradził.

Najważniejsi bez współczucia

W Czerwonek wydarzyło się dużo zła, a może wydarzyć się jeszcze więcej. Kto zawinił?

– Znam moją rodzinę i jakoś trudno mi uwierzyć, że to oni są krzywdzeni – wyznaje ze smutkiem niespodziewanie sołtys Janusz Grabowski. – Zawsze chcieli być najważniejsi we wsi. Mieć najwięcej ziemi, najwięcej krów. Dlatego, choć dotknęło ich nieszczęście, ludzie im nie współczują. Trudno dogadać się z własnym ojcem, a co dopiero z obcymi. Na ludzki charakter nie ma rady, jeśli jeden chce panować nad drugim. Ojciec nad synem. Sąsiad nad sąsiadami.

ANNA DYLEWSKA



Rodzina Grabowskich przy niedokończonym domu



Spadkobiercy chcą odzyskać szpital w Ciechanowcu

Czarne chmury nad szpitalem

Mieszkańcy Ciechanowca nie chcą pogodzić się z decyzją Narodowego Funduszu Zdrowia, który na ten rok nie zakontaktował świadczeń dla oddziału wewnętrznego, tylko dla opiekuńczo-leczniczego.

Oddział dla przewlekle chorych pacjentów jest przepełniony, na miejsce czeka się w kolejce.

Szpital w Ciechanowcu jest częścią Szpitala Ogólnego w Wysokim Mazowieckiem. Przedstawiciele Społecznego Komitetu Obrony Szpitala w Ciechanowcu zabiegali, aby do składu Rady Społecznej Szpitala Ogólnego w Wysokim Mazowieckiem, której przewodniczy starosta Bogdan Zieliński, dołączył przedstawiciel z Ciechanowca.

– Starosta zaproponował, aby w pracach Rady uczestniczył burmistrz Ciechanowca Mirosław Reczko. Burmistrz najpierw wyraził zgodę, a potem zrezygnował. Wzbudziło to duże zdziwienie, bo zrezygnował z bezpośred-

niego dostępu do informacji oraz śledzenia prac Rady. Miałby szansę przekonać się, że nie ma żadnego zamachu na szpital – mówi wicestarosta wysokomazowiecki Leszek Gruchała.

Po rezygnacji burmistrza, na wniosek przewodniczącej Rady Powiatu Doroty Łapiak, do Rady Społecznej Szpitala Ogólnego dołączył wiceburmistrz Ciechanowca Wiktor Wojtkowski.

Po reorganizacji w szpitalu w Ciechanowcu nikt nie stracił pracy i, jak zapewnia dyrektor Stanisław Bielski, nikt jej nie straci.

Nad szpital nadciągają inne czarne chmury. Ciągłe nie można uregulować sytuacji prawnej, bo znów odezwali się spadkobiercy nieruchomości. Wcześniej przegrali w sądzie sprawę o zwrot budynku, ale właśnie ubiegają się o kasację. Po szpital w Ciechanowcu wyciąga ręce aż 14 spadkobierców. Może być jak w przysłowiu „gdzie dwóch się bije, tam trzeci korzysta”. (m)

Konkursowe piękno w drewnie

Konkurs na najlepiej zachowany zabytek wiejskiego budownictwa drewnianego w województwie organizują Muzeum Rolnictwa im. Ks. Krzysztofa Kluka w Ciechanowcu i Urząd Marszałkowski Województwa Podlaskiego.

– To ostatni moment, żeby uratować drewnianą architekturę. Dziś wielu ludzi docenia jej wartość i piękno. Celem konkursu jest promowanie właścicieli zabytkowych budynków, którzy dbają o nie i sensownie je użytkują. Chcemy ich pokazać nie tylko w województwie, ale w kraju i Europie – mówi Antoni Mosiewicz z Muzeum Rolnictwa.

Plonem konkursu będzie album z fotografiami zabytków drewnianej architektury. Właściciele budynków drewnianych (chałup, dworów, wozowni, stodół, szkół, czworaków i innych), powstałych do 1956 roku i użytkowanych do dzisiaj, mogą zgłaszać je do konkursu do 30 czerwca 2007 r. Dla właścicieli najlepiej zachowanych zabytków będą nagrody (w sumie 16 tys. zł). Szczegółowe informacje o konkursie w Muzeum Rolnictwa im. Ks. Krzysztofa Kluka w Ciechanowcu, (tel. 086 2771 328, e-mail. muzeum.rol@wp.pl)



Nowoberezowo



Czarkówka Duża

Czyżew

w Związku

Do Związku Gmin Wiejskich RP przystąpiła gmina Czyżew Osada, a jej wójt Anna Bogucka w czasie XXI Zgromadzenia Ogólnego Związku Gmin Wiejskich (uczestniczyło 350 wójtów i burmistrzów z całego kraju) została wybrana do Komisji Rewizyjnej.

Odwiedziny

europośla

W czasie majowego weekendu Wysokie Mazowieckie i Ciechanowiec odwiedził europoseł Maciej Giertych (LPR).

Modna kąpiel

Pływalnia „Wodnik” w Wysokim Mazowieckiem cieszy się ciągle dużym powodzeniem. Bywa, że dziennie basen odwiedza 400 – 500 osób.

Sołecka władza

W gminie Czyżew Osada nowi sołtysi wybrani zostali w 12 wsiach: Brulino Koski, Czyżew Ruś Kolonia, Czyżew Stacja, Krzeczkowo Nowe Bieńki, Krzeczkowo Szeplaki, Michałowo Wielkie, Ołdaki Magna Brok, Dąbrowa Kity, Dmochy Mrozy, Dmochy Wypychy, Godlewo Kolonia, Siennica Lipusy. W 42 wsiach wybrani zostali poprzedni sołtysi. Wszyscy sołtysi otrzymali nowe tabliczki.

Remont

Muzeum

Trwa remont dworku myśliwskiego i pałacu w Muzeum Rolnictwa im. Ks. Krzysztofa Kluka w Ciechanowcu. Dyrektor Muzeum Dorota Łapiak skontaktowała się z ostatnim potomkiem rodziny Starzeńskich, do której należał pałac. Na podstawie zachowanych w jego pamięci odległych obrazów i fotografii, pałacowi zostanie przywrócony pierwotny wygląd.

Kobieta 2007

To już nie muśnięcie wiosennych promieni. W plebiscytowym rankingu zrobiło się gorąco. Dzięki Czytelnikom „Kontaktów”, którzy głosują na kandydatki Plebiscytu Kobieta 2007! Panie są oceniane także przez odpowiedzi na te same pytania.

Każda z Pań ma taką samą szansę. Jest nią zamieszczony kupon. Warto zagłosować na znaną, cenioną, podziwianą i szanowaną Panią z listy kandydatek, zgłoszonych przez Czytelników „Kontaktów”.

Przypominamy, że głosować można tylko na oryginalnych, wydanych z tygodnika kuponach. Każdy może oddać dowolną ilość głosów, nawet na kilka kandydatek. W ten sposób Czytelnicy w głosowaniu nominują 10 Pań, które, ich zdaniem, zasługują na szczególne wyróżnienie. Rozstrzygnięcie Plebiscytu nastąpi w przeddzień Dnia Matki w restauracji „Retro” w Łomży (ul. Nowogrodzka 157).

Partnerem Plebiscytu Kobieta 2007 jest Podlaskie Stowarzyszenie Właścielek Firm – Klub Kobiet Biznesu i Kwiaciarnia „Ogrodnik” Edwarda Przybyłaka w Łomży.

Dziś kolejna prezentacja Pań, w której kandydatki wcielają się w premiera i mówią o podjętych przez siebie pierwszych decyzjach.

Anna Bogucka z Czyżewa: – Jako premier, zapoznałabym się, jaki jest stan rządu, z kim mogłabym współpracować i chyba pierwsza decyzja dotyczyłaby oświaty, której bardzo potrzebna jest reforma. Myślę nie tylko o nauczycielach, ale też o bezpiecznych szkołach.

Lucyna Chociej z Michałowa: – We wszystkich dziedzinach, polityce, kościele, praworządności, dostrzegam bałagan. Zburzyłabym to wszystko i wprowadziła nowy porządek.

Elżbieta Gadomska z Łomży: – Równe prawa dla kobiet w rodzinie i społeczeństwie oraz skuteczne prawo do zwalczania patologii w rodzinie. Walczyłabym o przełamanie stereotypu, bo generalnie ludzie łatwiej akceptują sukces mężczyzn niż kobiet, które są równie mądre, zdolne, operatywne.

Jolanta Glińska z Łomży: – Wprowadzam niski i linowy podatek, który jest jedyną szansą na zlikwidowanie szarej strefy i bezrobocia. Szansą dla naszego kraju są obniżone i uproszczone podatki.

Alicja Agata Gołaszewska z Łomży: – Czuwałabym nad bezpieczeństwem kraju, natychmiast uruchomiłabym narodowy program do walki z chorobami nowotworowymi oraz inwestowałabym w oświatę i tworzenie warunków sprzyjających rozwojowi młodzieży.

Wiesława Kłosińska z Podgórza: – Robię wszystko, żeby młodych ludzi zatrzymać w kraju, czyli tworzę miejsca dobrej płatnej pracy, która nie może być dłuższa niż 8 godzin dziennie, bo musi być czas dla rodziny. Dla młodych uruchamiam bezpłatne kredyty mieszkaniowe i przywracam sieć żłobków i przedszkoli.

Maria Konopka z Łomży: – Natychmiast przywracam województwo łomżyńskie, aby ludzie nie mieli tak długiej drogi do ośrodków decyzyjnych, jak teraz. Choć żyjemy w państwie demokratycznym, do wojewody droga daleka.

Barbara Kuczałek z Łomży: – Porządkuję wszystkie sprawy, dotyczące edukacji i wychowania społeczeństwa. Myślę także o dorosłych, bo żeby młodzi mogli naśladować, powinni mieć dobre wzorce. Taki program musi być opracowany na wiele lat i nie można przy nim majstrować w zależności od tego, z której strony wiatr zawieje.

Krystyna Michalczyk-Kondratowicz z Łomży: – Zbuduję obwodnicę Łomży i nią poprowadzę Via Balticę, bo według ekologów jest to najbardziej optymalne rozwiązanie i będzie sprzyjało rozwojowi gospodarczemu miasta. A ponieważ premier ma władzę większą od wicepremiera Przemysława Gosiewskiego, przywrócę kolej i stacja

Łomża będzie przystankiem na trasie kolejowej Warszawa – Grajewo.

Danuta Waśko z Małego Płocka: – Natychmiast kończę z lustracją, bo wprowadziła więcej złego niż pożytku, dzieli ludzi i nie rozlicza tych, których powinno się rozliczyć. W pierwszej kolejności też znoszę podatek od najniższych emerytur i rent.

Alicja Zdziarska z Wysokiego Mazowieckiego: – Natychmiast zmieniam prawo, które ułatwi adopcję dzieci. Dzieci latami przebywają w domach dziecka, rodzice odwiedzają je bardzo rzadko albo wcale, a sytuacja prawna nie pozwala na adopcję, choć dużo ludzi chciałoby podarować takim dzieciom miłość.

Anna Zielińska z Grajewa: – Zmieniam ustawy dotyczące emerytur, rent i ubezpieczeń społecznych, bo jest wielką niedorzecznością, że od dzieciństwa niepełnosprawnym nie przyznaje się stopnia niepełnosprawności, tylko co roku wzywa się ich na komisje. Wprowadziłabym takie regulacje prawne, które pozwoliłyby organizacjom pozarządowym sięgać po unijne pieniądze, bo teraz miliony euro przepływają obok nas.

Ranking:

1. Krystyna Michalczyk – Kondratowicz – 208 głosów

2. Maria Konopka – 198 głosów
3. Anna Bogucka – 156 głosów
4. Maria Misierewicz – 137 głosów
5. Anna Zielińska – 131 głosy
6. Alicja Zdziarska – 126 głosów
7. Barbara Siedlecka – 120 głosów
8. Alicja Agata Gołaszewska – 119 głosów
9. Elżbieta Lemańska – 116 głosów
10. Ewa Mańko – 110 głosów
11. Danuta Waśko – 109 głosów
12. Janina Niechwiej – 108 głosów
13. Jadwiga Paździor – 100 głosów
14. Wanda Wałkuska – 100 głosów
15. Barbara Kuczałek – 95 głosów
16. Iwona Potaś – 92 głosy
17. Jolanta Glińska – 85 głosów
18. Barbara Wasiulewska – 80 głosów
19. Antonina Kurajew – 80 głosów
20. Barbara Sulewska – 79 głosów
21. Lucyna Chociej – 78 głosów
22. Elżbieta Gadomska – 78 głosów
23. Wiesława Kłosińska – 78 głosów

Plebiscyt

KONTAKTY
TYGODNIK PODLASKI

Kobieta 2007

Tytuł Kobiety 2007 proponuję przyznać Pani:

(wpisz nazwisko i imię z listy obok)

Twoje nazwisko i imię: (tylko do wiadomości redakcji)

Adres lub telefon:

Kupony należy przesyłać:

Redakcja „Kontakty”, al. Legionów 7, 18-400 Łomża z dopiskiem „Plebiscyt” w terminie do dnia 21 maja br. (decyduje data stempla pocztowego).



Powrót do tematu

Po trzech miesiącach i dwóch dniach, jest decyzja Powiatowego Inspektora Nadzoru Budowlanego w Zambrowie!

„Agonia historii”

Powiatowy Inspektor Nadzoru Budowlanego w Zambrowie nakazał Janowi Polakowskiemu, od sześciu lat właścicielowi wartowni z XIX wieku, usunięcie stwierdzonych nieprawidłowości przy zabytku. O karzącej dewastacji pisaliśmy w kwietniu („Kontakty” nr 16/2007). Bardzo niepokoił wówczas nie tylko stan zabytku, ale prawie zupełne zbagatelizowanie problemu przez Powiatowego Inspektora Nadzoru Budowlanego, który po interwencji burmistrza miasta (październik 2006), na wniosek Wojewódzkiego Urzędu Ochrony Zabytków (listopad 2006), 16 stycznia 2007 roku przeprowadził kontrolę. Decyzję o nakazach pokontrolnych wydał... 18 kwietnia, czyli trzy miesiące i dwa dni później!

Inspektor Jarosław Cwalina nakazuje: „zabezpieczenie budynku przed dostępem osób trzecich, trwałe zasłonięcie otworów okiennych i drzwiowych, zabezpieczenie ścian budynku przed negatywnym wpływem czynników atmosferycznych poprzez naprawę dachu”. Jan Polakowski powyższe prace ma wykonać do 31 maja.

– Właściciel zabytku Jan Polakowski na wykonanie zaleceń pokontrolnych otrzymał krótszy termin, niż powstawały te zalecenia. Będę czekała i czujnie obserwowała ten

obiekt – zapewnia szefowa łomżyńskiej delegatury Wojewódzkiego Urzędu Ochrony Zabytków Wiesława Szymańska.

W sąsiedztwie zabytkowej wartowni Jan Polakowski uczynił miejsce zbiórki gruzu i innych odpadów, o czym także pisaliśmy („Kontakty”, nr 14/2007). Po natychmiastowej reakcji i kontroli Wojewódzkiego Inspektoratu Ochrony Środowiska w Łomży, właściciel został zobowiązany do prowadzenia ewidencji ilościowej i jakościowej przetwarzanych odpadów. W czasie rozdrabniania i przemiału, gruz ma być zraszany, aby nie pylił na sąsiednie posesje. (m)



Bez kolejki

Wydział Rolnictwa i Infrastruktury Starostwa Powiatowego w Zambrowie, którym kieruje naczelnik Krystyna Gosk, opracował cztery projekty inwestycyjne.

– Priorytetem jest budowa hali sportowej przy Zespole Szkół Ogólnokształcących w Zambrowie – mówi starosta zambrowski Stanisław Rykaczewski (na zdjęciu).

Powiat złożył wniosek do Ministerstwa Kultury i Dziedzictwa Narodowego na dofinansowanie remontu zabytkowego budynku Zespołu Szkół Nr 1. U Ministra Transportu zabiega o pieniądze na budowę drogi powiatowej z Zambrowa do Zakrzewa Starego i Tabędza.

– Nie mam wyznaczonych godzin przyjęć, nie trzeba się do mnie zapisywać w kolejce. Gdy jestem w urzędzie, każdy może przyjść ze swoją sprawą. Tak samo otwarci dla mieszkańców są naczelnicy wydziałów starostwa – zapewnia starosta zambrowski.



Żegnaj z maturą

„Musicie od siebie wymagać, nawet gdyby inni od was nie wymagali”, słowami Jana Pawła II zwrócił się do uczniów, kończących naukę w Zespole Szkół Agropresiębiorczości i w Zespole Szkół Nr 1 w Zambrowie starosta zambrowski Stanisław Rykaczewski. Uczniowie, którzy uzyskali najwyższą średnią ocen zostali obdarowani nagrodami książkowymi.

Zespół Szkół Agropresiębiorczości ukończyło 133, a Zespół Szkół Nr 1 – 152 uczniów.

Liceum Ogólnokształcące w Zambrowie kończy 144 abiturientów, wszyscy zdają egzamin dojrzałości.

Matury rozpoczęły się 4 maja pisemnym egzaminem z języka polskiego. W poniedziałek uczniowie pisali egzamin maturalny z języka angielskiego, we wtorek z wiedzy o społeczeństwie i historii sztuki, w środę z języka niemieckiego i włoskiego.

Dziś, w czwartek 10 maja, piszą z geografii i historii muzyki. W kolejne dni z następujących przedmiotów: biologia – 11 maj; matematyka – 14 maja; język rosyjski i język hiszpański – 15 maja; chemia – 16 maja; historia – 17 maja; fizyka i astronomia – 18 maja; język francuski, język łaciński i kultura antyczna, język szwedzki, język portugalski, język słowacki – 21 maja; informatyka i język grecki – 22 maja.

Terminy egzaminów ustnych ustala każda szkoła.

Tłok

w szkole muzycznej

Do 25 maja można składać dokumenty o przyjęcie na nowy rok szkolny do Państwowej Szkoły Muzycznej I stopnia im. Witolda Lutosławskiego w Zambrowie. Szkoła cieszy się dużym powodzeniem, o jedno miejsce w klasie fortepianu ubiega się pięciu uczniów, a w klasach na inne instrumenty (skrzypce, gitara, trąbka, flet i akordeon) trzech.

Sprzedaż

komunalnych

Cztery mieszkania komunalne w Zambrowie sprzedało miasto bez przetargu dotychczasowym najemcom.

www.zambrow

Nową stronę internetową ma Miasto Zambrów (www.zambrow.pl). Dział „Dla mieszkańca” zawiera wszystkie kategorie spraw, które można załatwić w Urzędzie Miasta, kontakty do prowadzących je urzędników i wzory dokumentów. W dziale „Dla inwestora” są informacje, dotyczące możliwości podejmowania działalności.

Asfaltowe negocjacje

Będzie asfaltowa droga do oczyszczalni i pól rolników w Nagórkach. Pomyślnie zakończyły się prawie roczne negocjacje wójta gminy Zambrów Kazimierza Dmochowskiego z Wiesławem Mroczkowskim, którego część prywatnego pola została zajęta na drogę.

Wiosną gmina chciała przystąpić do asfaltowania i okazało się, że jest problem z nabyciem około 15 arów.

– Proponowaliśmy 8, 10 zł za metr kwadratowy, a pan Mroczkowski bardzo wygórował cenę i za klin około 15 arów chciał prawie 200 tys. zł. Inni rolnicy sprzedali ziemię pod drogę za symboliczne pieniądze. Nie mogliśmy przyjąć takiego warunku – wyjaśnia wójt.

Wiesław Mroczkowski mówi, że w ubiegłym roku ziemia była tania i chciał sprzedać za 5 zł za metr kwadratowy. Uważa, że wójt przeciągał sprawę, żeby zapłacić jak najmniej. W tym roku Mroczkowski powołał dwóch rzeczoznawców. Oparł się na ich wycenę i „krakowskim targiem” zaproponował 15 zł za metr kwadratowy.

– Doszliśmy do porozumienia. Geodeci robią pomiary. Ten klin ziemi i tak już wcześniej nam zabrano bez żadnego pozwolenia. Teraz będzie asfalt – mówi Wiesław Mroczkowski.

Dom rodziny pod Zambrowem po artykule w „Kontaktach” nie został zlicytowany!

Nie było licytacji domu Hovhannesa Avetisjana z Długoborza Pierwszego. Komornik sądowy Mieczysław Mioduszewski umorzył postępowanie egzekucyjne, po stwierdzeniu wpłaty wszystkich kosztów procesowych i komorniczych. Za Armeńczyka zapłacił mecenas Mieczysław Gliński, mąż notariusz Marzanny Grzejszczyk-Glińskiej, w której kancelarii został sporządzony akt notarialny zakupu domu.

O kłopotach Armeńczyka pisaliśmy w „Kontaktach” (nr 18/2007). Ciągnęły się pięć lat od momentu zakupu domu. Według Ministerstwa Spraw Wewnętrznych i Administracji, Armeńczyk musiał posiadać zgodę Ministerstwa na zakup nieruchomości. MSWiA wniosło sprawę o unieważnienie zakupu.

W Sądzie Okręgowym w Łomży Avetisyan wygrał. W Sądzie Apelacyjnym w Białymstoku prze-

„Legalny przestępca”

Powrót do tematu

grał. Na kasację nie miał pieniędzy. Dom w księgach wieczystych został zapisany tylko na żonę. Ministerstwo Spraw Wewnętrznych i Administracji upomniało się o zwrot kosztów procesowych.

We wszystkich sprawach pełnomocnikiem Avetisjana był mecenas Mieczysław Gliński (jego stanowisko w tej sprawie, str. 22). On także, jak zapewnia Hovhannes, w jego imieniu kilka razy pisał pisma do Ministerstwa o umorzenie długu.

– Wysłałem list do Ryszarda Kalisza, do Ludwika Dorna. Zawsze otrzymywałem odpowiedź od tej samej pełnomocnik, że są to koszty procesu i trzeba zapłacić – mówi Hovhannes.

Nie płacił, bo nie miał pieniędzy. Do „ministerialnych” należności 4860 zł doszły egzekucyjne 2834 zł. Komornik wyznaczył termin licytacji. Miała się odbyć, jak pisaliśmy tydzień temu, w poniedziałek, 7 maja, o godzinie 9.00.

– To było straszne. Każdego dnia przyjeżdżali na podwórze kupcy i interesowali się naszym domem. Podglądali, pytali. Nie mogłem tego wytrzymać. Żona z dziećmi zamykała się w domu. Ja przeganiałem intruzów z podwórza. Pojechałem do mecenas, obiecywał, że wszystko ureguluje i nie będzie licytacji – opowiada Hovhannes Avetisyan.

Mecenas Mieczysław Gliński najpierw uregulował „ministe-

rialne” zobowiązania Armeńczyka. Tuż przed licytacją koszty egzekucji. Razem zapłacił 7844 zł. To gest niezwykle rzadki w dzisiejszych czasach i zasługuje na wielkie uznanie. Dziękujemy.

W poniedziałek rano na sądowej tablicy wisiało jeszcze „Obwieszczenie o pierwszej licytacji nieruchomości Katarzyny i Hovhannesa Avetisjan”. Zostało zdjęte przed godziną 9.00 i wtedy rodzina Avetisjan odechnęła.

Pozostaje jeszcze kwestia rzeczoznawcy, który sporządził nieprawdziwy „Operat” i wystawił za niego słony rachunek. W poprzednim numerze zwróciliśmy się do Prokuratury Rejonowej w Wysokiem Mazowieckiem o zajęcie się sprawą. Będziemy do niej wracać.

MARIA TOCKA



Wiceminister Jarosław Zieliński gratuluje chorążemu „od zawsze”



Strażacy z Wizny przy nowym samochodzie gaśniczym

Najstarszy w Polsce strażak mieszka w Wiźnie. Ma 95 lat!

Chorąży „od zawsze”

Skladałem przysięgę w kościele, przed Panem Bogiem i ludźmi, że do końca życia będę tam, gdzie potrzebny ratunek. Nikt mnie z tej przysięgi nie zwolnił – mówi Czesław Bagiński z Wizny (lat 95), najstarszy strażak ochotnik w kraju. – Gdy słyszę syrenę, natychmiast wychodzę z domu. Widzę, jak nasi chłopcy gonią do ognia samochodem i... idę za nimi!

W Powiatowe Święto Strażaka w Wiźnie Czesław Bagiński otrzymał honorową statuetkę i gratulacje od wiceministra spraw wewnętrznych i administracji Jarosława Zielińskiego i gromkie brawa. Bardzo wzruszony dziękuje i wraca na swoje miejsce przy sztandarze, bo chorążym jest „od zawsze”.

Strażacy z Wizny mają dzisiaj szczególny powód do radości: mogą pokazać wszystkim nowiutki samochód gaśniczy, poświęcony przez biskupa Tadeusza Bronakowskiego.

– Ochotnicy imponują wielkim zaangażowaniem nie tylko jako ratownicy, ale również jako ludzie, skupiający wokół siebie życie społeczne i kulturalne miejscowości – mówi kpt Sławomir Mieczkowski z Komendy Miejskiej Państwowej Straży Pożarnej w Łomży. – To wcale nie wyja-

tek, gdy gonią na ratunek własnym samochodem albo śpią z radiostacją przy łóżku!

W powiecie łomżyńskim jest 81 ochotniczych straży pożarnych, w tym 14 włączonych do Krajowego Systemu Ratowniczo-Gaśniczego.



Czesław Bagiński z Wizny, najstarszy strażak ochotnik w Polsce

W czwartek, 3 maja, Seweryn śmiertelnie potrącił bmw Damiana i uciekł. Rok temu w maju, w wypadku zginął brat Seweryna



Portret Damiana

Szaleństwo

W czwartek, 3 maja wieczorem na stację paliw „Pryma” przy al. Legionów w Łomży zajęła czarna bmw. Z wielkim impetem „położyła” metalową siatkę ogrodzenia, ale kierowca opanował sytuację i pognął dalej.

ców. Jeden odskoczył, drugi nie zdążył...

Kolega potrąconego chłopca zatrzymał nadjeżdżający samochód. Kierowca wezwał karetkę pogotowia.

Damian zmarł w szpitalu. Za 2 tygodnie skończyłby 9 lat...

Odnaleziony z zarzutami

Czarne bmw policjanci odnaleźli porzucone w pobliskim ogrodzie działkowym, koło cmentarza. Samochód należał do mieszkańca Łomży, Seweryna W. (lat 23), pracownika firmy transportowej. Zaczęły się poszukiwania kierowcy.

Prokuratura Rejonowa wystąpiła do sądu z wnioskiem o aresztowanie i przygotowała list gończy.

Następnego dnia około godz. 17.00, Seweryn stawiał się w Komendzie Miejskiej Policji. Badanie alkomatem wykazało, że jest



Śmiertelny rajd

– Wyglądało na to, że się nie wyrobił – mówi jeden z pracowników stacji. – Nikomu z nas do głowy nie przyszło, że to dopiero początek...

Po wyjeździe ze stacji bmw skręciło w ul. Przykoszarową. Kierowca nie był już w stanie zapanować nad rozpędzonym pojazdem. Wjechał na trawnik, przy którym szło dwóch chłop-

trzeźwy. Pobrano mu krew. Trzeba czekać na wynik.

Seweryn przyznał się do spowodowania wypadku i do ucieczki. Jednak jego opis zdarzenia był sprzeczny z ustaleniami policji. Sugerował, że zawinił Damian.

Prokuratura postawiła mu zarzuty spowodowania wypadku drogowego ze skutkiem śmiertelnym, nieudzielenia pomocy,

ucieczkę z miejsca tragedii oraz groźby wobec pracownika stacji paliw, aby niczego nie ujawniał policji.

Warta

W poniedziałek, 7 maja, po długim majowym weekendzie, do Szkoły Podstawowej nr 10 im. Jana Pawła II, przysłała na drugą zmianę klasa Damiana II f.

Wszystko jest inne... W holu, przy popiersiu Ojca Świętego, sztandar Szkoły z kirem. Pod nim portret Damiana. Koleżanki i koledzy z klasy, z przypiętymi do ubrań czarnymi wstążeczkami, w warcie honorowej. Druga fotografia Damiana na honorowym miejscu w klasie...

– Dzieci są bardzo wyciszone – mówi wychowawczyni II f Beata Zysk. – Jestem wstrząśnięta, trudno mi pozbierać myśli...

Fatum

Seweryn wracał z Litwy. Zadzwoił do rodziców z granicy, że w Łomży będzie rano, w czwartek, 3 maja. Dotarł do domu około piątej.

– Gdy wychodziliśmy do kościoła, jeszcze spał, gdy wróciliśmy, nie było go. Nie zdążyłam z nim porozmawiać... – rozpacza matka.

Trzy lata temu Damian stracił mamę.

Rok temu, w maju, Seweryn stracił w wypadku drogowym dwunastoletniego brata.

Damian i Seweryn mieszkali przy tej samej ulicy...

– Chcę spotkać się z ojcem tego chłopczyka, żeby wyrazić współczucie i przeprosić za to, co się stało – mówi matka Seweryna. – Ta śmierć jest również naszą tragedią. Mieliśmy dwóch synów. Teraz nie mamy już żadnego...

GABRIELA SZCZĘSNA



Wyrazy głębokiego współczucia
z powodu tragicznej śmierci

DAMIANKA

jego Bliskim
składają

Rodzice Seweryna

W trzech domach mieszka sześciu ludzi. To dziś cały Grabnik

Liczenie

Marian Dąbrowski już po ob-
rządku. Zwierzyna nakarmiona,
trzeba szykować się do kościoła. Co
prawda, Jedwabne na rzut bere-
tem, ale co nagle, to po diable. Jak
człowiek wszystko dobrze rozpla-
nuje, jeszcze przed mszą świętą
zdąży sobie pospiewać i pograć na
akordeonie. „Marysia hasa, koniki
pasa, koniki pasa pod jaworem...”,
niesie się z podwórka pod niebo i
na cały Grabnik. Wesołą melodię
na pewno usłyszą sąsiedzi Jadwiga
i Fabian Rydzewscy. Zofia Mogiel-
nicka raczej nie, a w domu rodziny
Wądołowskich na pewno nie, bo
nikt już w nim
nie mieszka.

– Czasem so-
bie liczę, cho-
ciaż wiem, jaki
wynik będzie –
mówi Marian
Dąbrowski. – W
Grabniku naj-
więcej mieszkało 27 ludzi. Dzisiaj
6! Młodzi się wyprowadzają, sta-
rzy zostają i umierają.

Interes z dziedziczką

Grabnik powstał po pierwszej
wojnie światowej, wskutek han-
dlowej transakcji. Dziedziczka
Helena Prusowa z Jedwabnego
sprzedawała część majątku. Zie-
mię nabyli przodkowie obecnych
mieszkańców wsi. Ojciec Maria-
na Dąbrowskiego, rodem z Rutek
w gminie Wizna, ubił interes z
dziedziczką w roku 1922. Gospo-
darowanie na swoim rozpoczął
od postawienia krzyża przy dro-
dze, prowadzącej wprost na jego
podwórko. Dzisiaj obok krzyża
prowadzi „asfaltówka” do Je-
dwabnego. A on stoi, jak stał,
choć mocno naruszony cza-
sem, znak wiary i historii naro-
dzonego z nim Grabnika.

– Ojciec postawił drewniany
dom ze zgrabnym gankiem, osza-
lowany i malowany i na wzór nie-
miecki połączył go z oborą oraz
ze stajnią, żeby było praktycznie
– opowiada Marian Dąbrowski. –
Hodował dużo i bardzo dobrze.
Woły, byki, krowy. A konie! Ta-
kich nie było na całą okolicę i do
wyjazdki, i do roboty.

Ojciec kupił wolant. Zaprze-
gał ogiery i wio! Ile młodych par



Marian Dąbrowski zagra jeszcze czasem... ptakom

Pięknota



Zofia Mogielnicka z wnuczkami Anetą i Kasią

zawiózł przed ołtarz, trudno zli-
czyć!

Dym znad Jedwabnego

W piękny lipcowy dzień 1941
roku czarny dym znad Jedwabne-
go widoczny był także w Grabni-
ku.

– Z tamtej strony zleciało się
bardzo dużo ptactwa i strasznie się
tłukło... – wspomina Jadwiga Ry-
dzewska, której dziadek także ku-
pił ziemię od dziedziczki Prusowej.
– Stoi mi ten obraz przed oczami,
choć miałam wtedy tylko 7 lat...

Niemym świadkiem czarnego
dymu z palonych w Jedwabnem
żywcem Żydów, do dzisiaj pozosta-

je także murowany spichlerz, wy-
budowany przez dziadka na po-
dwórku.

Wojna oszczędziła Grabniko-
wi tragedii. Wszystko wyrównało
się w roku 1945, gdy pojawiła się
„najróżniejsza partyzantka”, któ-
ra rabowała, co się dało, a potem
kontyngenty i ciężkie podatki.

Wieczorówki

Marian Dąbrowski od dzieciń-
stwa miał zamiłowanie do akor-
deonu. Już jako piętnastolatek
przygrywał na majówkach. Na-
uczył się sam. Z czasem występo-
wał w duecie z nieżyjącym już
Antonim Wądołowskim.

„Wieczorówki” to zabawy kar-
nawałowe, które odbywały się w
Grabniku to w jednym, to w dru-
gim domu. Sama radość! Nikt nie
narzekał, że nie ma muzyki z
adaptera. Prąd dotarł do Grabni-
ka dopiero we wrześniu 1971 ro-
ku! Wcześniej kogo ciągnęło do
televizji, chodził do znajomych
w Jedwabnem. A komu nie chcia-
ło się iść, słuchał w domu radia
na baterie.

– Gdy miałem 4 lata, pasłem
krowy; gdy skończyłem 7 orałem
i bronowałem, a mając 12 kosi-
łem jak chłop! – wspomina Ma-
rian Dąbrowski. – I dzisiaj po mo-
jej kosie trawa

to karta! Bez
maszyn, tele-
fonów komór-
kowych i kom-
putera, a lu-
dzie mieli dla
siebie czas.

Dzisiaj sam

zasypiam przed telewizorem i są-
siada całymi dniami nie oglą-
dam...

Wszystko na swoim miejscu

– Wszystko się powtarza i nie
się nie powtarza – zamyśla się Zo-
fia Mogielnicka. – Niektórzy mó-
wią, że w małej wsi nic się nie
dzieje, życie nudne. Mnie nigdy
się nie nudziło. Nie miałam na to
czasu, a teraz mija coraz szybciej
i też nie mam czasu!

– Takich pięknych widoków,
jak w Grabniku, nie ma nigdzie
na świecie! – zapewnia wnuczka
Kasia.

Blisko i daleko

Do Grabnika, chociaż to bli-
sko Jedwabnego, trafić niełatwo.
Nie ma drogowskazu ani z szosy
łomżyńskiej, ani z drogi do Wi-
zny. Nie znajdziesz go także na
mapie.

– Nie ma jej na mapie, ale jest
na swoim miejscu tam, gdzie
trzeba! – śmieje się Marian Dą-
browski, patrząc przez okno na
las, posadzony przez ojca dzie-
siątki lat temu. – Jednemu do nas
daleko, a nam zawsze blisko. Bo
Grabnik małutki, ale pięknota,
najmilszy świat!

GABRIELA SZCZĘSNA

„Legalny przestępca”

W artykule „Legalny przestępca”, zamieszczonym w nr 18 „Kontaktów”, redaktor Maria Tocka napisała, iż źródłem kłopotów Armeńczyka był błąd notariusza. Twierdzenie to jest nieprawdziwe. Sporządzenie aktu notarialnego w 2002 r. z udziałem cudzoziemca znajdowało oparcie w orzecznictwie Sądu Najwyższego, które najdobitniej zostało wyrażone w uchwale z 4 marca 1983 r. III CZP 6/83 /OSNCP 1983/8 poz. 11/, cyt: „Zaliczenia nieruchomości nabytej przez jednego z małżonków, będącego obywatelem polskim, do majątku objętego małżeńską wspólnością ustawową nie wyłącza jedynie ta okoliczność, że drugi z małżonków jest cudzoziemcem i nie uzyskał zezwolenia na nabycie tej nieruchomości.” (do chwili obecnej Sąd Najwyższy nie zajął odmiennego stanowiska) oraz poglądach przedstawicieli doktryny: dr. Zygmunta Truszkiewicza „Ustawa o nabywaniu nieruchomości przez cudzoziemców z komentarzem”, Wydawnictwo Centrum Prawne, Kraków 1996, str. 80-82, prof. Józefa Jana Skoczylasa: „Cywilnoprawne nabycie nieruchomości przez cudzoziemców”, Warszawa 2002, Wydawnictwo Prawnicze LexisNexis, str. 92., „Cywilnoprawny obrót nieruchomościami przez cudzoziemców (po wejściu Polski do Unii Europejskiej)”, Warszawa 2004, Wydawnictwo Prawnicze LexisNexis (wydanie I) oraz autorów Kodeksu rodzinnego i opiekuńczego z komentarzem”, sędziów Sądu Najwyższego, Warszawa 2002, Wydawnictwo Prawnicze LexisNexis (wydanie II zmienione), teza 13 do art. 32.

Odmienne stanowisko Sądu Apelacyjnego w Białymstoku, aprobujące wykładnię ustawy, dokonaną przez radcę prawnego Departamentu Zezwoleń i Koncesji MSWiA jest moim zdaniem błędne.

Niestety, odrzucenie kasacji przez Sąd Apelacyjny w Białymstoku uniemożliwiło wypowiedzenie się Sądowi Najwyższemu w tej sprawie.

Wyrok Sądu Apelacyjnego po-
za tym, że orzeka o kosztach za-

stępstwa procesowego, w rzeczywistości nic nie zmienia. Sąd unieważnił jedynie oświadczenie o nabyciu nieruchomości złożone przez Hovhannes Avetisjana, ważne pozostaje oświadczenie, złożone przez jego żonę o nabyciu nieruchomości do majątku wspólnego. Nieruchomość jest ich wspólna.

Minister Spraw Wewnętrznych i Administracji, kierując egzekucję zasądzonych od Hovhannes Avetisjan kosztów zastępstwa procesowego do nieruchomości małżonków Avetisjan przyznał, że oboje są jej właścicielami.

Sąd Rejonowy w Zambrowie w sprawie ICo 135/07 (ze skargi na czynność komornika) wyjaśnił Katarzynie Avetisyan: „orzeczenie Sądu Apelacyjnego – wbrew sugestiom skarżącej – nie miało znaczenia dla wejścia przedmiotowej nieruchomości do majątku wspólnego dłużniczki i jej męża”. W tym miejscu można postawić pytanie: po co był potrzebny proces sądowy?

Hovhannes Avetisyan w kwietniu br. poinformował mnie, że MSWiA prowadzi egzekucję swojej wierzytelności z jego nieruchomości i już została wyznaczona licytacja domu. Nie mogłem w to uwierzyć. Wszak kwota 5 000 zł w budżecie Ministerstwa Spraw Wewnętrznych i Administracji jest kwotą zupełnie marginalną. Skąd więc taka determinacja Ministerstwa w jej egzekwowaniu, determinacja tak duża, że urzędnicy Ministerstwa byli gotowi pozbawić dachu na głowę kilkusobową rodzinę, sprzedając nieruchomość wartą 50 000 zł, żeby odzyskać, a właściwie uzyskać kwotę 5 000 zł, a resztę zwrócić dłużnikom?

Mieczysław Gliński
Zambrów

Strażackie świętowanie w Dąbrowie Wielkiej

Uroczyste obchody Dnia Strażaka w Gminie Czyżew – Osada odbyły się w tym roku 6 maja w Dąbrowie Wielkiej. Poprzedziła je msza w kościele parafialnym połączona ze ślubowaniem na sztandar kapelana strażaków ks. Antoniego Mierzejewskiego.

Oficjalną część poprowadził Prezes Zarządu Oddziału Gminnego ZOSP RP Roman Dąbrowski oraz Prezes Zarządu OSP w Dąbrowie Wielkiej Arkadiusz Dąbrowski. Wśród gości pojawili się poseł na Sejm RP Jacek Bogucki i Komendant Powiatowej Państwowej Straży Pożarnej w Wysokiem Mazowieckiem Andrzej Koc. Wójt Anna Bogucka dziękowała strażakom za ich ofiarne działania. „Nasi koledzy

z OSP to nasza prawa ręka”, stwierdził komendant powiatowej PSP.

Zasłużeni dla pożarnictwa otrzymali odznaczenia.

Dzisiaj strażacy nie tylko gaszą pożary, ale także wykonują szereg innych działań, które ratują mienie i życie ludzkie. Przykładem tego był pokaz ratownictwa technicznego – medycznego w wykonaniu czyżewskich strażaków.

Strażacka grochówka, występ chórzystów z Łap, gra zespołu muzycznego i ognisko, to tylko niektóre z atrakcji, które czekały na uczestników strażackiej majówki w Dąbrowie Wielkiej. Nawet krople deszczu nie były w stanie popsuć świątecznej atmosfery, bo przecież woda to zwykle największy sojusznik strażaków.

Radosław Sienicki
Czyżew



Ks. Antoni Mierzejewski w towarzystwie (od lewej) prezesów OSP Arkadiusza Dąbrowskiego i Romana Dąbrowskiego, fot. R. Sienicki

Tygodnik KONTAKTY.
to wydatek na prasę raz w tygodniu
i wiesz wszystko o regionie plus dodatek telewizyjny

MOTOKONTAKTY

MOTORYZACJA

giełda

komisy

salony

auta
naprawa

auta
używane

KONTAKTY
TYGODNIK PODLASKI

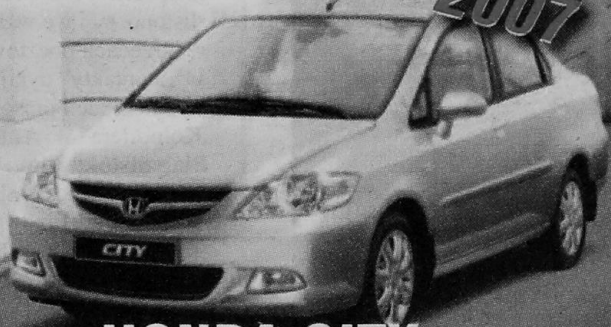
**BIURO OGŁOSZEŃ
I REKLAMY**

Łomża, al. Legionów 7

086 216 42 43

HONDA
The Power of Dreams

Rocznik 2007



HONDA CITY

ubezpieczenie na 1 rok za 1000 zł

W zależności od wersji auta zużycie paliwa w cyklu mieszanym wynosi od 5,6 do 5,8 l/100 km
emisja CO₂ od 132 do 136 g/100km.



Multi Auto AUTORYZOWANY DEALER HONDY
Białystok, ul. Narodowych Sił Zbrojnych 3
tel. (085) 651 61 12, fax 651-82-79
<http://multi-auto.honda.pl>, e-mail: multiauto@zetobi.com.pl

19/06

MOŻESZ NAS ZAMÓWIĆ:

- wybierając bezpłatny nr 0800-400-400
- przez telefon stacjonarny i komórkowy 96 21 oraz 086-218-10-26
- lub przez internet www.taxi.lomza.info
- wysyłając sms 695-566-151



19/02

BRAVO. MADE IN FIAT.
Z GWARANCJĄ NA 1 000 000 KM PRZEZ 3 LATA*



KREDYT 0% PRZEZ 3 LATA.

Nowy Fiat Bravo obudzi Twoje emocje. Pokochasz go za piękną linię i ognisty temperament. Dzięki zaawansowanej technologii i tysiącom godzin testów powstał samochód solidny i niezawodny.

www.fiat.pl/bravo

* Szczegóły oferty w naszym salonie.

Zapraszamy na jazdę testową!

Łomża, ul. Wojska Polskiego 133
tel. 086 216 77 82

Ostrołęka, ul. Traugutta 59
tel. 029 760 24 63

Ostrów Maz., ul. Warszawska 100
tel. 029 745 10 59



OSCAR

www.oscar.com.pl

19/03

RENAULT
SZTUKA TWORZENIA SAMOCHODÓW

KUPIĘ TWÓJ SAMOCHÓD

Sprawdź, za ile odkupimy Twój stary samochód, i wymień go na nowe Renault

■ bogata oferta nowych samochodów Renault ■ atrakcyjne pakiety opcji ■ serie limitowane ■ atrakcyjne oferty rabatowe ■ korzystne pakiety ubezpieczeń ■ kredyt 0% bez prowizji i odsetek
Oferty można łączyć

Szczegóły u Autoryzowanego Partnera Renault lub na www.renault.com.pl

RENAULT. WYZNACZA NOWE STANDARDY BEZPIECZEŃSTWA

Szczegółowe informacje dotyczące wdrożenia i realizacji nowych standardów bezpieczeństwa w eksploatacji na stronie internetowej: www.renault.com.pl (RSCG dla kierowcy, 2007 model). Dla grupy samochodowej: 1.0, 1.2, 1.4, 1.6, 1.8, 2.0, 2.2, 2.5, 3.0, 3.5, 4.0, 4.5, 5.0, 5.5, 6.0, 6.5, 7.0, 7.5, 8.0, 8.5, 9.0, 9.5, 10.0, 10.5, 11.0, 11.5, 12.0, 12.5, 13.0, 13.5, 14.0, 14.5, 15.0, 15.5, 16.0, 16.5, 17.0, 17.5, 18.0, 18.5, 19.0, 19.5, 20.0, 20.5, 21.0, 21.5, 22.0, 22.5, 23.0, 23.5, 24.0, 24.5, 25.0, 25.5, 26.0, 26.5, 27.0, 27.5, 28.0, 28.5, 29.0, 29.5, 30.0, 30.5, 31.0, 31.5, 32.0, 32.5, 33.0, 33.5, 34.0, 34.5, 35.0, 35.5, 36.0, 36.5, 37.0, 37.5, 38.0, 38.5, 39.0, 39.5, 40.0, 40.5, 41.0, 41.5, 42.0, 42.5, 43.0, 43.5, 44.0, 44.5, 45.0, 45.5, 46.0, 46.5, 47.0, 47.5, 48.0, 48.5, 49.0, 49.5, 50.0, 50.5, 51.0, 51.5, 52.0, 52.5, 53.0, 53.5, 54.0, 54.5, 55.0, 55.5, 56.0, 56.5, 57.0, 57.5, 58.0, 58.5, 59.0, 59.5, 60.0, 60.5, 61.0, 61.5, 62.0, 62.5, 63.0, 63.5, 64.0, 64.5, 65.0, 65.5, 66.0, 66.5, 67.0, 67.5, 68.0, 68.5, 69.0, 69.5, 70.0, 70.5, 71.0, 71.5, 72.0, 72.5, 73.0, 73.5, 74.0, 74.5, 75.0, 75.5, 76.0, 76.5, 77.0, 77.5, 78.0, 78.5, 79.0, 79.5, 80.0, 80.5, 81.0, 81.5, 82.0, 82.5, 83.0, 83.5, 84.0, 84.5, 85.0, 85.5, 86.0, 86.5, 87.0, 87.5, 88.0, 88.5, 89.0, 89.5, 90.0, 90.5, 91.0, 91.5, 92.0, 92.5, 93.0, 93.5, 94.0, 94.5, 95.0, 95.5, 96.0, 96.5, 97.0, 97.5, 98.0, 98.5, 99.0, 99.5, 100.0, 100.5, 101.0, 101.5, 102.0, 102.5, 103.0, 103.5, 104.0, 104.5, 105.0, 105.5, 106.0, 106.5, 107.0, 107.5, 108.0, 108.5, 109.0, 109.5, 110.0, 110.5, 111.0, 111.5, 112.0, 112.5, 113.0, 113.5, 114.0, 114.5, 115.0, 115.5, 116.0, 116.5, 117.0, 117.5, 118.0, 118.5, 119.0, 119.5, 120.0, 120.5, 121.0, 121.5, 122.0, 122.5, 123.0, 123.5, 124.0, 124.5, 125.0, 125.5, 126.0, 126.5, 127.0, 127.5, 128.0, 128.5, 129.0, 129.5, 130.0, 130.5, 131.0, 131.5, 132.0, 132.5, 133.0, 133.5, 134.0, 134.5, 135.0, 135.5, 136.0, 136.5, 137.0, 137.5, 138.0, 138.5, 139.0, 139.5, 140.0, 140.5, 141.0, 141.5, 142.0, 142.5, 143.0, 143.5, 144.0, 144.5, 145.0, 145.5, 146.0, 146.5, 147.0, 147.5, 148.0, 148.5, 149.0, 149.5, 150.0, 150.5, 151.0, 151.5, 152.0, 152.5, 153.0, 153.5, 154.0, 154.5, 155.0, 155.5, 156.0, 156.5, 157.0, 157.5, 158.0, 158.5, 159.0, 159.5, 160.0, 160.5, 161.0, 161.5, 162.0, 162.5, 163.0, 163.5, 164.0, 164.5, 165.0, 165.5, 166.0, 166.5, 167.0, 167.5, 168.0, 168.5, 169.0, 169.5, 170.0, 170.5, 171.0, 171.5, 172.0, 172.5, 173.0, 173.5, 174.0, 174.5, 175.0, 175.5, 176.0, 176.5, 177.0, 177.5, 178.0, 178.5, 179.0, 179.5, 180.0, 180.5, 181.0, 181.5, 182.0, 182.5, 183.0, 183.5, 184.0, 184.5, 185.0, 185.5, 186.0, 186.5, 187.0, 187.5, 188.0, 188.5, 189.0, 189.5, 190.0, 190.5, 191.0, 191.5, 192.0, 192.5, 193.0, 193.5, 194.0, 194.5, 195.0, 195.5, 196.0, 196.5, 197.0, 197.5, 198.0, 198.5, 199.0, 199.5, 200.0, 200.5, 201.0, 201.5, 202.0, 202.5, 203.0, 203.5, 204.0, 204.5, 205.0, 205.5, 206.0, 206.5, 207.0, 207.5, 208.0, 208.5, 209.0, 209.5, 210.0, 210.5, 211.0, 211.5, 212.0, 212.5, 213.0, 213.5, 214.0, 214.5, 215.0, 215.5, 216.0, 216.5, 217.0, 217.5, 218.0, 218.5, 219.0, 219.5, 220.0, 220.5, 221.0, 221.5, 222.0, 222.5, 223.0, 223.5, 224.0, 224.5, 225.0, 225.5, 226.0, 226.5, 227.0, 227.5, 228.0, 228.5, 229.0, 229.5, 230.0, 230.5, 231.0, 231.5, 232.0, 232.5, 233.0, 233.5, 234.0, 234.5, 235.0, 235.5, 236.0, 236.5, 237.0, 237.5, 238.0, 238.5, 239.0, 239.5, 240.0, 240.5, 241.0, 241.5, 242.0, 242.5, 243.0, 243.5, 244.0, 244.5, 245.0, 245.5, 246.0, 246.5, 247.0, 247.5, 248.0, 248.5, 249.0, 249.5, 250.0, 250.5, 251.0, 251.5, 252.0, 252.5, 253.0, 253.5, 254.0, 254.5, 255.0, 255.5, 256.0, 256.5, 257.0, 257.5, 258.0, 258.5, 259.0, 259.5, 260.0, 260.5, 261.0, 261.5, 262.0, 262.5, 263.0, 263.5, 264.0, 264.5, 265.0, 265.5, 266.0, 266.5, 267.0, 267.5, 268.0, 268.5, 269.0, 269.5, 270.0, 270.5, 271.0, 271.5, 272.0, 272.5, 273.0, 273.5, 274.0, 274.5, 275.0, 275.5, 276.0, 276.5, 277.0, 277.5, 278.0, 278.5, 279.0, 279.5, 280.0, 280.5, 281.0, 281.5, 282.0, 282.5, 283.0, 283.5, 284.0, 284.5, 285.0, 285.5, 286.0, 286.5, 287.0, 287.5, 288.0, 288.5, 289.0, 289.5, 290.0, 290.5, 291.0, 291.5, 292.0, 292.5, 293.0, 293.5, 294.0, 294.5, 295.0, 295.5, 296.0, 296.5, 297.0, 297.5, 298.0, 298.5, 299.0, 299.5, 300.0, 300.5, 301.0, 301.5, 302.0, 302.5, 303.0, 303.5, 304.0, 304.5, 305.0, 305.5, 306.0, 306.5, 307.0, 307.5, 308.0, 308.5, 309.0, 309.5, 310.0, 310.5, 311.0, 311.5, 312.0, 312.5, 313.0, 313.5, 314.0, 314.5, 315.0, 315.5, 316.0, 316.5, 317.0, 317.5, 318.0, 318.5, 319.0, 319.5, 320.0, 320.5, 321.0, 321.5, 322.0, 322.5, 323.0, 323.5, 324.0, 324.5, 325.0, 325.5, 326.0, 326.5, 327.0, 327.5, 328.0, 328.5, 329.0, 329.5, 330.0, 330.5, 331.0, 331.5, 332.0, 332.5, 333.0, 333.5, 334.0, 334.5, 335.0, 335.5, 336.0, 336.5, 337.0, 337.5, 338.0, 338.5, 339.0, 339.5, 340.0, 340.5, 341.0, 341.5, 342.0, 342.5, 343.0, 343.5, 344.0, 344.5, 345.0, 345.5, 346.0, 346.5, 347.0, 347.5, 348.0, 348.5, 349.0, 349.5, 350.0, 350.5, 351.0, 351.5, 352.0, 352.5, 353.0, 353.5, 354.0, 354.5, 355.0, 355.5, 356.0, 356.5, 357.0, 357.5, 358.0, 358.5, 359.0, 359.5, 360.0, 360.5, 361.0, 361.5, 362.0, 362.5, 363.0, 363.5, 364.0, 364.5, 365.0, 365.5, 366.0, 366.5, 367.0, 367.5, 368.0, 368.5, 369.0, 369.5, 370.0, 370.5, 371.0, 371.5, 372.0, 372.5, 373.0, 373.5, 374.0, 374.5, 375.0, 375.5, 376.0, 376.5, 377.0, 377.5, 378.0, 378.5, 379.0, 379.5, 380.0, 380.5, 381.0, 381.5, 382.0, 382.5, 383.0, 383.5, 384.0, 384.5, 385.0, 385.5, 386.0, 386.5, 387.0, 387.5, 388.0, 388.5, 389.0, 389.5, 390.0, 390.5, 391.0, 391.5, 392.0, 392.5, 393.0, 393.5, 394.0, 394.5, 395.0, 395.5, 396.0, 396.5, 397.0, 397.5, 398.0, 398.5, 399.0, 399.5, 400.0, 400.5, 401.0, 401.5, 402.0, 402.5, 403.0, 403.5, 404.0, 404.5, 405.0, 405.5, 406.0, 406.5, 407.0, 407.5, 408.0, 408.5, 409.0, 409.5, 410.0, 410.5, 411.0, 411.5, 412.0, 412.5, 413.0, 413.5, 414.0, 414.5, 415.0, 415.5, 416.0, 416.5, 417.0, 417.5, 418.0, 418.5, 419.0, 419.5, 420.0, 420.5, 421.0, 421.5, 422.0, 422.5, 423.0, 423.5, 424.0, 424.5, 425.0, 425.5, 426.0, 426.5, 427.0, 427.5, 428.0, 428.5, 429.0, 429.5, 430.0, 430.5, 431.0, 431.5, 432.0, 432.5, 433.0, 433.5, 434.0, 434.5, 435.0, 435.5, 436.0, 436.5, 437.0, 437.5, 438.0, 438.5, 439.0, 439.5, 440.0, 440.5, 441.0, 441.5, 442.0, 442.5, 443.0, 443.5, 444.0, 444.5, 445.0, 445.5, 446.0, 446.5, 447.0, 447.5, 448.0, 448.5, 449.0, 449.5, 450.0, 450.5, 451.0, 451.5, 452.0, 452.5, 453.0, 453.5, 454.0, 454.5, 455.0, 455.5, 456.0, 456.5, 457.0, 457.5, 458.0, 458.5, 459.0, 459.5, 460.0, 460.5, 461.0, 461.5, 462.0, 462.5, 463.0, 463.5, 464.0, 464.5, 465.0, 465.5, 466.0, 466.5, 467.0, 467.5, 468.0, 468.5, 469.0, 469.5, 470.0, 470.5, 471.0, 471.5, 472.0, 472.5, 473.0, 473.5, 474.0, 474.5, 475.0, 475.5, 476.0, 476.5, 477.0, 477.5, 478.0, 478.5, 479.0, 479.5, 480.0, 480.5, 481.0, 481.5, 482.0, 482.5, 483.0, 483.5, 484.0, 484.5, 485.0, 485.5, 486.0, 486.5, 487.0, 487.5, 488.0, 488.5, 489.0, 489.5, 490.0, 490.5, 491.0, 491.5, 492.0, 492.5, 493.0, 493.5, 494.0, 494.5, 495.0, 495.5, 496.0, 496.5, 497.0, 497.5, 498.0, 498.5, 499.0, 499.5, 500.0, 500.5, 501.0, 501.5, 502.0, 502.5, 503.0, 503.5, 504.0, 504.5, 505.0, 505.5, 506.0, 506.5, 507.0, 507.5, 508.0, 508.5, 509.0, 509.5, 510.0, 510.5, 511.0, 511.5, 512.0, 512.5, 513.0, 513.5, 514.0, 514.5, 515.0, 515.5, 516.0, 516.5, 517.0, 517.5, 518.0, 518.5, 519.0, 519.5, 520.0, 520.5, 521.0, 521.5, 522.0, 522.5, 523.0, 523.5, 524.0, 524.5, 525.0, 525.5, 526.0, 526.5, 527.0, 527.5, 528.0, 528.5, 529.0, 529.5, 530.0, 530.5, 531.0, 531.5, 532.0, 532.5, 533.0, 533.5, 534.0, 534.5, 535.0, 535.5, 536.0, 536.5, 537.0, 537.5, 538.0, 538.5, 539.0, 539.5, 540.0, 540.5, 541.0, 541.5, 542.0, 542.5, 543.0, 543.5, 544.0, 544.5, 545.0, 545.5, 546.0, 546.5, 547.0, 547.5, 548.0, 548.5, 549.0, 549.5, 550.0, 550.5, 551.0, 551.5, 552.0, 552.5, 553.0, 553.5, 554.0, 554.5, 555.0, 555.5, 556.0, 556.5, 557.0, 557.5, 558.0, 558.5, 559.0, 559.5, 560.0, 560.5, 561.0, 561.5, 562.0, 562.5, 563.0, 563.5, 564.0, 564.5, 565.0, 565.5, 566.0, 566.5, 567.0, 567.5, 568.0, 568.5, 569.0, 569.5, 570.0, 570.5, 571.0, 571.5, 572.0, 572.5, 573.0, 573.5, 574.0, 574.5, 575.0, 575.5, 576.0, 576.5, 577.0, 577.5, 578.0, 578.5, 579.0, 579.5, 580.0, 580.5, 581.0, 581.5, 582.0, 582.5, 583.0, 583.5, 584.0, 584.5, 585.0, 585.5, 586.0, 586.5, 587.0, 587.5, 588.0, 588.5, 589.0, 589.5, 590.0, 590.5, 591.0, 591.5, 592.0, 592.5, 593.0, 593.5, 594.0, 594.5, 595.0, 595.5, 596.0, 596.5, 597.0, 597.5, 598.0, 598.5, 599.0, 599.5, 600.0, 600.5, 601.0, 601.5, 602.0, 602.5, 603.0, 603.5, 604.0, 604.5, 605.0, 605.5, 606.0, 606.5, 607.0, 607.5, 608.0, 608.5, 609.0, 609.5, 610.0, 610.5, 611.0, 611.5, 612.0, 612.5, 613.0, 613.5, 614.0, 614.5, 615.0, 615.5, 616.0, 616.5, 617.0, 617.5, 618.0, 618.5, 619.0, 619.5, 620.0, 620.5, 621.0, 621.5, 622.0, 622.5, 623.0, 623.5, 624.0, 624.5, 625.0, 625.5, 626.0, 626.5, 627.0, 627.5, 628.0, 628.5, 629.0, 629.5, 630.0, 630.5, 631.0, 631.5, 632.0, 632.5, 633.0, 633.5, 634.0, 634.5, 635.0, 635.5, 636.0, 636.5, 637.0, 637.5, 638.0, 638.5, 639.0, 639.5, 640.0, 640.5, 641.0, 641.5, 642.0, 642.5, 643.0, 643.5, 644.0, 644.5, 645.0, 645.5, 646.0, 646.5, 647.0, 647.5, 648.0, 648.5, 649.0, 649.5, 650.0, 650.5, 651.0, 651.5, 652.0, 652.5, 653.0, 653.5, 654.0, 654.5, 655.0, 655.5, 656.0, 656.5, 657.0, 657.5, 658.0, 658.5, 659.0, 659.5, 660.0, 660.5, 661.0, 661.5, 662.0, 662.5, 663.0, 663.5, 664.0, 664.5, 665.0, 665.5, 666.0, 666.5, 667.0, 667.5, 668.0, 668.5, 669.0, 669.5, 670.0, 670.5, 671.0, 671.5, 672.0, 672.5, 673.0, 673.5, 674.0, 674.5, 675.0, 675.5, 676.0, 676.5, 677.0, 677.5, 678.0, 678.5, 679.0, 679.5, 680.0, 680.5, 681.0, 681.5, 682.0, 682.5, 683.0, 683.5, 684.0, 684.5, 685.0, 685.5, 686.0, 686.5, 687.0, 687.5, 688.0, 688.5, 689.0, 689.5, 690.0, 690.5, 691.0, 691.5, 692.0, 692.5, 693.0, 693.5, 694.0, 694.5, 695.0, 695.5, 696.0, 696.5, 697.0, 697.5, 698.0, 698.5, 699.0, 699.5, 700.0, 700.5, 701.0, 701.5, 702.0, 702.5, 703.0, 703.5, 704.0, 704.5, 705.0, 705.5, 706.0, 706.5, 707.0, 707.5, 708.0, 708.5, 709.0, 709.5, 710.0, 710.5, 711.0, 711.5, 712.0, 712.5, 713.0, 713.5, 714.0, 714.5, 715.0, 715.5, 716.0, 716.5, 717.0, 717.5, 718.0, 718.5, 719.0, 719.5, 720.0, 720.5, 721.0, 721.5, 722.0, 722.5, 723.0, 723.5, 724.0, 724.5, 725.0, 725.5, 726.0, 726.5, 727.0, 727.5, 728.0, 728.5, 729.0, 729.5, 730.0, 730.5, 731.0, 731.5, 732.0, 732.5, 733.0, 733.5, 734.0, 734.5, 735.0, 735.5, 736.0, 736.5, 737.0, 737.5, 738.0, 738.5, 739.0, 739.5, 740.0, 740.5, 741.0, 741.5, 742.0, 742.5, 743.0, 743.5, 744.0, 744.5, 745.0, 745.5, 746.0, 746.5, 747.0, 747.5, 748.0, 748.5, 749.0, 749.5, 750.0, 750.5, 751.0, 751.5, 752.0, 752.5, 753.0, 753.5, 754.0, 754.5, 755.0, 755.5, 75

MOTORYZACYJNE OGŁOSZENIA ZA ZŁOTÓWKĘ!



Wyślij SMS na numer 7135
o treści: kts + treść ogłoszenia
(maksymalnie 160 znaków).
Koszt wysłania 1 SMS - a to 1,00 zł netto
(1,22 zł z VAT)



Ogłoszenie ukaże się w najbliższym możliwym wydaniu Tygodnika Podlaskiego „Kontakty” oraz na stronie www.kontakty-tygodnik.com.pl. Pełny tekst regulaminu dostępny jest na stronie www.kontakty-tygodnik.com.pl i w redakcji „Kontaktów”.

DZIKOŚĆ SERCA, DZIKOŚĆ MIEJSCA.



Nowy Nissan Navara
Prawdziwy pogromca terenu
z napędem 4x4 i reduktorem.
Silnik turbodiesel 173 KM.
5 miejsc, homologacja
ciężarowa - pełen
odpis VAT.

Wyrusz w największą przygodę swojego życia.

NAVARA
- zużycie paliwa:
7,0 - 10,0 l/100 km

F.B.H. M. Wasilewski Autoryzowany Dealer Nissan Europe
19-301 Elk, ul. Suwalska 1, tel. 087-621-41-31, tel./fax 087-621-41-10, www.nissan.elk.pl

GDZIE KUPISZ „Kontakty?”



W sklepach, stoiskach z prasą
i kioskach „Ruchu”,
Kolportera, Franpress oraz u
listonoszy i we wszystkich
urzędach pocztowych.
O „Kontakty” pytaj także w
salonikach prasowych
„Kolportera” w Augustowie,
Białymstoku, Łomży, Elku,
Hajnówce, Grajewie,
Wysokiem Mazowieckim,
Suwałkach, Bielsku
Podlaskim, Łapach i Kolnie.

WÓZKI WIDŁOWE IMPORT UŻYWANYCH WÓZKÓW WIDŁOWYCH www.widlaki.net



18-300 Zambrów
ul. Magazynowa 8
tel. 0-602-385-207

Okręgowa Spółdzielnia Mleczarska w Piątnicy, 18-421 Piątnica, ul. Forteczna 3
ogłasza PRZETARG NIEOGRANICZONY na sprzedaż n/w środków transportu

1. Zestawu ciągnik siodłowy Volvo FH 12, 380 KM, klimatyzacja, biały, rok prod. 1995, przebieg 1143 000 km, nr rej. LMH 1847, serwisowany wraz z naczepą chłodnią 33 Europalet, podwozie Trailor, zabudowa Igloocar, agregat Thermo King SMX, rok prod. 1995, nr rej. LAZ 0546. Cena wywoławcza zestawu 72000 zł + VAT [w tym cena ciągnika 45000zł + VAT, cena naczepy 27000zł + VAT].

2. Zestawu ciągnik siodłowy Volvo FH 12, 380KM, klimatyzacja, biały, rok prod. 1996, przebieg 1000 000 km, nr rej. LML 8910, serwisowany wraz z naczepą chłodnią 33 Europalet, marki Cherau, agregat Thermo King SMX, rok prod. 1996, nr rej. LML 8938. Cena wywoławcza zestawu 110 000 + VAT (w tym cena ciągnika 60000 zł + VAT, cena naczepy 50 000 zł + VAT).

Przetarg odbędzie się w dniu 22.05.2007 r. o godz. 12.00 w świetlicy OSM Piątnica. Wadium w wysokości 10% ceny zestawu należy wpłacić najpóźniej w przeddzień rozpoczęcia przetargu na konto OSM Piątnica Kredyt Bank S.A. o/Łomża 04 1500 1533 1215 3000 0688 0000 z dopiskiem „wadium przetarg”. Potwierdzenie przelewu należy okazać przed rozpoczęciem przetargu.

W/w pojazdy można oglądać na placu OSM Piątnica w godz. 7.00 – 15.00. Wszelkich innych informacji udzieli Dział Transportu, tel. (086) 215-64-31. Zastrzegamy sobie prawo do unieważnienia przetargu bez podania przyczyn.

KUPON

KONTAKTY ogłoszenia drobne

Wpisz drukowanymi literami do 10 słów
(koszt jednej emisji - 4,00 zł):

za 4 zł

Nazwisko i imię zlecającego ogłoszenie

Adres, kod pocztowy

Ilość publikacji

☐ X 4 zł

Upoważniam Wydawnictwo „Kontakty”
do wystawienia faktury bez mojego podpisu

Zakreśl wybraną rubrykę

☐ Budownictwo

☐ Lokale

☐ Motoryzacja

☐ Nauka

☐ Nieruchomości

☐ Praca

☐ Rolnictwo

☐ Różne

☐ RTV-AGD

☐ Transport

☐ Usługi

☐ Zdrowie

☐ Zwierzęta

☐ Finanse

☐ Kupię

☐ Sprzedam

Regulamin:

1. Kupony przyjmują biura ogłoszeń (adresy w „Kontaktach”).
2. Kupon wraz z dowodem wpłaty na konto: BPH PBK S.A o/Łomża 81 1060 0076 0000 4013 4000 0602 można przesłać pod adres: „Kontakty”, 18-400 Łomża, Aleja Legionów 7 z dopiskiem „Biuro Ogłoszeń”.
3. Publikacja pierwszego ogłoszenia w ciągu 7 dni od daty otrzymania kuponu.
4. W cenę wliczony został podatek VAT 22%.

Informacja o ochronie danych osobowych
Wydawnictwo „Kontakty” sp. z o.o. w Łomży, al. Legionów 7 informuje, że dane osobowe Oglaszających (osób fizycznych) są przetwarzane przez wydawcę wyłącznie w celu wykonania zlecenia publikacji ogłoszeń i wystawienia faktury VAT oraz sprawozdawczości finansowej. Dane osobowe nie są udostępniane osobom trzecim ani przetwarzane w innych celach. Oglaszający mają prawo wglądu i poprawiania danych.

Wójt Gminy Łomża

Ogłoszenie o przystąpieniu do sporządzenia zmiany miejscowego planu zagospodarowania przestrzennego gminy Łomża w części dotyczącej obszaru położonego w obrębie wsi Stare Kupiski. Na podstawie art. 17 ustawy z dnia 27 marca 2003 r. o planowaniu i zagospodarowaniu przestrzennym /Dz. U. z 2003 r. Nr 80, poz. 7171/ zawiadamiam o podjęciu przez Radę Gminy Łomża Uchwały Nr VI/31/07 w sprawie przystąpienia do sporządzenia zmiany miejscowego planu zagospodarowania przestrzennego gminy Łomża w części dotyczącej obszaru położonego w obrębie wsi Stare Kupiski. Zainteresowani mogą składać wnioski do wyżej wymienionego planu na piśmie w Urzędzie Gminy Łomża, ul. Marii Skłodowskiej Curie 1a, 18 - 400 Łomża w terminie 21 dni od daty publikacji niniejszego ogłoszenia w prasie. Wniosek powinien zawierać: nazwisko, imię nazwę i adres wnioskodawcy przedmiot wniosku oraz oznaczenie nieruchomości, której dotyczy.

1176

Grupa CB P P - B "FABET - ŁOMŻA" Sp. z o.o.
zatrudni pracowników do produkcji elementów
prefabrykowanych z betonu na stanowiska:

- Zbrojarz ■ Betoniarz ■ Cieśla ■ Spawacz
- inżyniera budownictwa na stanowisko: technolog
- technika budownictwa na stanowisko: logista

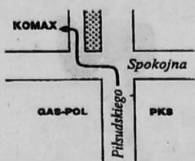
Wymagane: doświadczenie w zawodzie.

Oferty proszę składać w siedzibie firmy: P P - B "FABET - ŁOMŻA" Sp. z o.o.
ul. Woj. Polskiego 177 d, 18-402 Łomża, tel. 086 216 62 01/02

1162

ŚWIAT GLAZURY

Łomża, ul. Spokojna 190 a
tel. 086-218-03-78, 0-503-044-277



Zanim kupisz – sprawdź!
Najniższe ceny w regionie
Fachowe doradztwo
RATY – DOWÓZ

• glazury, terakoty • grasy, płytki elewacyjne • kleje, fugi • ceramika
sanitarna • kabiny prysznicowe • tanie płytki do dojowni mleka

1150

KOLBIS

DACHY

AUTORYZOWANY PRZEDSTAWICIEL
18-400 Łomża, ul. Sikorskiego 165
tel/fax (0...86) 216-58-56

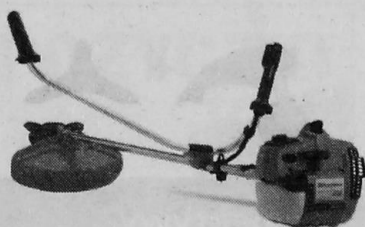
07-410 Ostrołęka, ul. Traugutta 45
tel./fax (0...29) 760 84 48

SUPER CENY !!!

- Pokrycia dachowe:
Blacha dachówkowa,
Blacha trapezowa
- Drzwi antywłamaniowe
- Systemy rynnowe
- Folie dachowe
- Okna - PCV, ALU
- Okna dachowe

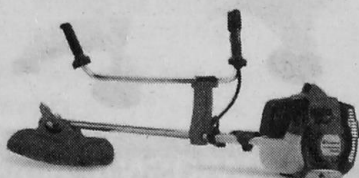
19/08

PROMOCJA WYKASZAREK HUSQVARNA



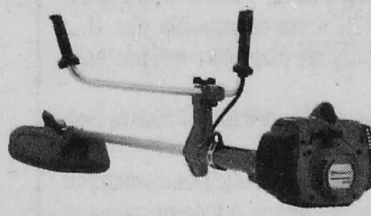
husqvarna 323R 24.5 cm³ - 0.9 kW / 1.2 KM -
4.5 kg

w promocji 1399zł
poza promocję 1573zł



husqvarna 333R 34.6 cm³ - 1.6 kW / 2.2 KM -
6.1 kg

w promocji 1839zł
poza promocję 2099zł



husqvarna 343R 45.0 cm³ - 2.0 kW / 2.7 KM -
8.2 kg

w promocji 2249 zł
poza promocję 2499zł

Ciechanowiec: ul. Łomżyńska 56, tel. 086-277 21 78

Kolno: ul. Wojska Polskiego 46, tel. 086-278 30 49

Łomża: ul. Nowogrodzka 60, tel. 086-216 69 10

Wysokie Mazowieckie: ul. Ludowa 54, tel. 086-275 49 34

Zambrów: ul. Mazowiecka 51B, tel. 086-276 08 40

Husqvarna

Great experience

PROMOCJA OD 08.04.2007 DO
01.07.2007

19/07

EDEN

**Szkołka Krzewów
Ozdobnych**

- drzewa,
- krzewy iglaste i liściaste
w szerokim asortymencie
produkowane w gruncie
i pojemnikach,
- duży materiał iglasty z gruntu.

Wola Zambrowska 74a,
18-301 Zambrów
tel. (086) 475-08-33,
0-606-304-304

**z kuponem
10%
zniżki**

544

„ARKADIA” – NIERUCHOMOŚCI

Łomża, ul. Mickiewicza 12
tel. (086) 2187-779; 0-603-84-74-63
www.arkadia.gratka.pl

- mieszkania w Łomży:
M - 2, ul. Reymonta, 229 tys. zł, 136 tys. zł
M - 4, ul. Ks. Janusza I, 185 tys. zł
M - 5, ul. Kazańska, 265 tys. zł
- domy wolnostojące w Łomży:
ul. Polna; ul. Sikorskiego,
- siedliska w woj. podlaskim,
- działki w Łomży: ul. Wojska Polskiego - 6000
m²; ul. Strzelców Kurpiowskich - 2500 m²
- działki rolne: SAJZY - 2 x 1500 m² - nad
jeziorem; Mroczy - 2 ha
- do wynajęcia: 3 pokoje w domu
jednorodzinny Os. Maria
- Poszukujemy siedlisk w okolicy Łomży

826



Szczere wyrazy współczucia
Koleżance Joli Jaskółce
z powodu śmierci

MAMY

składają
geodeci z Łomży



Panu Janowi Karczewskiemu
wyrazy głębokiego współczucia
z powodu śmierci

BRATA

składają
współpracownicy
Publicznego Gimnazjum w Piątncy

Wójt Gminy w Wysokiem Mazowieckiem

ogłasza konkurs na kandydata na stanowisko dyrektora
Zespołu Szkół w Jabłonce Kościelnej

- Do konkursu może przystąpić osoba, która spełnia wymagania określone w § 1 i 2, § 4 i 5 oraz w § 8 rozporządzenia Ministra Edukacji Narodowej i Sportu z dnia 6 maja 2003r. w sprawie wymagań, jakim powinna odpowiadać osoba zajmująca stanowisko dyrektora oraz inne stanowisko kierownicze, w poszczególnych typach szkół i placówek (Dz. U. Nr. 89, poz. 826 i Nr 189, poz. 1854)
- Oferta osoby przystępującej do konkursu powinna zawierać:
 - uzasadnienie przystąpienia do konkursu wraz z koncepcją funkcjonowania i rozwoju szkoły,
 - życiorys z opisem przebiegu pracy zawodowej, zawierający w szczególności informacje o stażu pracy pedagogicznej w przypadku nauczyciela lub stażu pracy dydaktycznej w przypadku nauczyciela akademickiego,
 - akt nadania stopnia nauczyciela mianowanego lub dyplomowanego oraz dokumenty potwierdzające posiadanie wymaganego wykształcenia w przypadku osoby będącej nauczycielem,
 - dyplom ukończenia studiów wyższych oraz dokumenty potwierdzające posiadanie wymaganego stażu pracy, wykształcenie i przygotowania zawodowego w przypadku osoby nie będącej nauczycielem,
 - dyplom ukończenia studiów wyższych lub studiów podyplomowych z zakresu zarządzania albo zaświadczenie o ukończeniu kursu kwalifikacyjnego z zakresu zarządzania oświatą,
 - ocenę pracy, o której mowa w § 1 pkt 4 rozporządzenia Ministra Edukacji Narodowej i Sportu z dnia 6 maja 2003r. w sprawie wymagań, jakim powinna odpowiadać osoba zajmująca stanowisko dyrektora oraz inne stanowisko kierownicze, w poszczególnych typach szkół i placówek,
 - zaświadczenie lekarskie o braku przeciwwskazań zdrowotnych do wykonywania pracy na stanowisku kierowniczym,
 - oświadczenie, że nie była karana karą dyscyplinarną, o której mowa w art. 76 ust. 1 ustawy z dnia 26 stycznia 1982r. Karta nauczyciela (Dz. U. z 2006r. Nr 97, poz. 674 ze zm.) oraz nie toczy się przeciwko niej postępowanie dyscyplinarne,
 - oświadczenie, że nie była karana za przestępstwo popełnione umyślnie oraz nie toczy się przeciwko niej postępowanie karne,
 - oświadczenie, że nie była karana zakazem pełnienia funkcji kierowniczych związanych z dysponowaniem środkami publicznymi, o którym mowa w art. 31 ust. 1 pkt 4 ustawy z dnia 17 grudnia 2004r. o odpowiedzialności za naruszenie dyscypliny finansów publicznych (Dz. U. z 2005r. Nr. 14, poz. 114 ze zm.),
 - oświadczenie, że wyraża zgodę na przetworzenie swoich danych osobowych zgodnie z ustawą z dnia 29 sierpnia 1997 r. o ochronie danych (Dz. U. z 2002 r. Nr 101, poz. 926 ze zm.) w celach przeprowadzenia konkursu na stanowisko dyrektora.
- Jednocześnie informuję, iż zgodnie z art. 7 ust. 2 ustawy z dnia 18 października 2006r. o ujawnieniu informacji o dokumentach organów bezpieczeństwa z lat 1944-1990 oraz treści tych dokumentów (Dz. U. Nr 218, poz. 1592 ze zm.) osoby składające ofertę na stanowisko dyrektora zobowiązane są do równoczesnego złożenia oświadczenia lustracyjnego Podlaskiemu Kuratorowi Oświaty. Obowiązek złożenia oświadczenia nie dotyczy osób, które oświadczenie takie złożyły już wcześniej z tytułu wcześniejszego kandydowania lub wykonywania funkcji publicznej, z którą związany jest obowiązek złożenia oświadczenia. W takim przypadku kandydat na stanowisko dyrektora składa Podlaskiemu Kuratorowi Oświaty informację o uprzednim złożeniu oświadczenia lustracyjnego (art. 7 ust. 3 i 3a ww. ustawy) Informację o złożeniu oświadczenia lustracyjnego lub informacji o jego uprzednim złożeniu z innego tytułu należy dołączyć do składanej oferty.
- Oferty należy składać w zamkniętych kopertach z podanym adresem zwrotnym i dopiskiem „Konkurs na Dyrektora Zespołu Szkół w Jabłonce Kościelnej”, w terminie 14 dni od dnia ukazania się ogłoszenia, na adres: Urząd Gminy w Wysokiem Mazowieckiem, ul. Mickiewicza 1 A, 18-200 Wysokie Mazowieckie. Konkurs przeprowadzi komisja konkursowa powołana przez Wójta Gminy Wysokie Mazowieckie. O terminie i miejscu przeprowadzenia postępowania konkursowego kandydaci zostaną powiadomieni indywidualnie.

BIURO SERWIS

ICom

SPRZEDAŻ ORAZ SERWIS
ZA GOTÓWKĘ LUB NA RATY

**NIE ZWLEKAJ
DO OSTATNIEJ CHWILI!
JEŚLI SZUKASZ SPRZĘTU
NA KOMUNIE,
PRZYJDŹ I ZAMÓW JUŻ DZIŚ**
DORADZAMY
DOSTARCZAMY
INSTALUJEMY U KLIENTA

już od 899 zł z tym kuponem
3 lata gwarancji 10% rabatu
na torbę
do notebooka

CENTRUM MEDIALNE
DLA WYMAGAJĄCYCH

KLAWIATURA + MYSZ OPTYCZNA GRATIS !!!

18-400 Łomża, ul. Dmowskiego 1C
tel. 0-86 216-40-66, www.biuroserwis.lomza.pl



PROMOCJA



Model	Price (PLN)	Power (kW)	Weight (kg)
FS 38	499,-	0,65	0,9
FS 55	1.119,-	0,75	1,0
FS 200	1.999,-	1,6	2,2

WIOSNA. Nowe perspektywy.

Autoryzowani Dealerzy zapraszają:

Białystok - Dworzec PKS, paw. 17, tel. 0-85 745 14 02; Ciołkowskiego 99, tel. 0-85 746 16 13, Kawaleryjska, paw.1, tel. 0-85 742 24 49; **Brańsk** - Witosza 20, tel. 0-85 737 56 35; **Czyżew** - Strażacka 6, tel. 0-86 275 57 55; **Grajewo** - Wojska Polskiego 53, tel. 0-86 272 33 44; **Jedwabne** - M.C. Skłodowskiej 2, tel. 0-86 217 26 11; **Łapy** - Mostowa 4, tel. 0-85 715 48 34; **Łomża** - Kierzkowa 1, tel. 0-86 216 44 66; **Maków Maz.** - Kopernika 4, tel. 0-29 717 02 40; **Ostrołęka** - Żeromskiego PKP, tel. 0-29 769 07 90, Inwalidów Wojennych 5, tel. 0-29 764 47 52; **Ostrów Mazowiecka** - Sikorskiego 28, tel. 0-29 745 25 64, Krótka 3, tel. 0-29 745 39 59; **Rudka** - Wola 3/1, tel. 0-85 739 40 99; **Rutki** - Rynek 1A, tel. 0-86 270 10 14; **Szczuczyn** - Kilińskiego 49, tel. 0-86 272 58 12; **Wysokie Maz.** - 1000-lecia 4, tel. 0-86 275 23 16; **Zambrów** - Wilsona 10, tel. 0-86 271 69 07.

**Andreas STIHL Sp. z o.o., Sady, Poznańska 16,
62-080 Tarnowo Pdg., tel. 061 816 62 16, www.stihl.pl**

BUDOWNICTWO

"GLAZURA KRÓLEWSKA": - gresy 14,9 m2, terakoty 16,9 m2, glazury 13,5 m2, "końcówki" po 8 zł, gres polerowany 48,9 m2, - panele podłogowe 14,9 m2, - szklane kabiny solidne od 790 zł. Dowóz, doradztwo, raty. Posiadamy płytki z wszystkich polskich fabryk i hiszpańskie, Łomża, Piłsudskiego 40, Legionów 52, (086) 473-77-91 (fak. 714-o)

FINANSE

POŻYCZKI!!! Do 30 000 bez poręczy- ciela SZYBKO, MIŁO i za grosze, Al. Legionów 21, tel. (086) 218-25-33, kom. 0-506-383-143 (fak. 885-o)

TANIE KREDYTY Z KILKU BANKÓW:

- MIESZKANIOWE
- SAMOCHODOWE
- GOTÓWKOWE
- KONSOLIDACYJNE
- POŻYCZKI HIPOTECZNE
- LEASING (pojazdów i maszyn)

Procedura uproszczona (na oświadczenie) dostępna na wszystkie rodzaje kredytów!

UNIMEDIATOR

Łomża Al. Legionów 44 (C.H. 4+)
Tel. 086 216-69-61
www.unimediator.pl

POŻYCZKI

od ręki
wypłacamy...



...konkurencję przepraszamy!

ACTIVA 500
ekspresowa gotówka

0 512 080 500
0 801 080 500



SKOK

przy Parafii „Opactwa Bożej”
w Gdańsku-Zaspie

✓ OFERUJEMY PAŃSTWU KREDYTY:

- Hipoteczny (na 25 lat)
- dla emeryta i rencisty
- Udziałowiec (bez poręczycieli do 20.000 zł)

✓ ATRAKCYJNE LOKATY o stałym oprocentowaniu 4,2% - 5,85%

ODDZIAŁ ŁOMŻA: ul. Wyszyńskiego 2/6
Tel. 086 215-12-10, fax. 215-12-18

KUPIĘ

KUPIĘ DRZEWO, tel. 0-501-19-86-87 (fak. 958-o)

KOMPUTERY

SPRZEDAŻ i SERWIS KOMPUTERÓW i kas fiskalnych. Instalacja systemów alarmowych, (086) 216-31-77, (086) 278-11-60 (fak. 546-o)

LOKALE

DO WYNAJĘCIA lokale handlowe w centrum Ostrowi Mazowieckiej, 130 m2 - parter, 80 m2 - piętro, tel. 0-603-607-663 (fak. 603-oo)

DO WYDZIERŻAWIENIA magazyn 400m2 i pomieszczenia na sklep 120m2, ul. Piłsudskiego 48c, tel. 0-503-044-277 (fak. 1159-oo)

DO WYNAJĘCIA garaż (35 m2) z kanałem, magazyn 70 m2 (WZGS), 0-600-588-666 (fak. 951-o-i)

WYNAJMĘ LOKALE, al. Legionów (naprzeciw Statoi) 20 m2 i 70 m2, I piętro, 0-600-588-666 (fak. 951-o-i)

SPRZEDAM M-5, Zambrów, (086) 271-54-22 (fak. 1098-oo)

PKS ŁOMŻA wynajmie pokoje biurowe, (086) 218-82-81 wew. 17 (fak. 1154-i)

2 DUŻE MIESZKANIA w Łomży sprzedam lub zamienię na dom, tel. 0-514-848-900 (fak. 1132-o)

SPRZEDAM KIOSK z lokalizacją, tel. 0-889-932-711 (fak. 1166-o)

DO WYNAJĘCIA mieszkanie, II piętro 53 m2, (086) 47-214-92 (fak. 1175)

DO WYNAJĘCIA dwupokojowe, ul. Wiejska, (086) 271-86-92 (fak. 1177)

DO WYNAJĘCIA M-4, Łomża, tel. (086) 279-06-87 (fak. 1182)

LOKAL do wynajęcia w centrum Łomży, 65m2, I p., 0-603-695-247 (fak. 1189-i)

SPRZEDAM KIOSK, 0-603-947-037 (fak. 1190)

WYNAJMĘ POKÓJ paniom pracującym, uczącym się, 0-514-914-792 (fak. 1196)

SPRZEDAM MIESZKANIE 33 m2, I p., 0-501-335-543 (fak. 1199-i)

SPRZEDAM M-4, 60 m2, III p., Łomża, 0-608-427-555, 0-602-741-610 (fak. 1208-i)

STANCJA, 0-602-552-974 (fak. 1210-o-i)

SPRZEDAM MIESZKANIE 49 m2, ul. Konstytucji 3 maja, (086) 473-58-65 po 19.00 (fak. 1211-i)

SPRZEDAM HALĘ 700m2 pod produkcję, hurtownię, Zambrów, tel. 0-509-84-77-87 (fak. 1213-o)

SALA WESELNA do wynajęcia na 100-370 osób, Czerwony Bór, 0-513-090-742 (fak. 1213-o)

LOKAL DO WYNAJĘCIA, (086) 218-50-70 (fak. 1214-i)

MEDYCYNĄ

USG - Dr n. med. RYSZARD WAGNER - SPECJALISTA RADIOLOG, Łomża, Al. Legionów 94. Badania naczyniowe DOPPLER: tarczycy, brzucha, prostaty, piersi, narządów rodnych, biopsja, (086) 218-88-98, 0602-584-466. RTG ZĘBÓW (fak. 4030-o)

MOTORYZACJA

LAWETĘ WYPOŻYCZAM, Łomża, 0-501-163-713 (fak. 593-oo)

AUDI A4 1.8+gaz 1996, 0-692-204-396 (fak. 1178-i)

CITROEN JUMPER 2.8HDI (2000r.), 132000km, serwisowany, webasto, klimatyzacja, tel. 0-508-249-793 (fak. 1181-o)

SEAT IBIZA 1,3 GLX, 1994 r., 73 tys. km, czerwony, 5-drzwiowy, I - właściciel, centralny zamek, el. szyby, auto alarm, (086) 216-22-47 (fak. 1191)

VW GOLF III Kombi 1.9 TDI (110 km) ABS, el. szyby, lusterka, szyberdach, komputer, alu. Felgi, 2 poduszki powietrzne, centr. zamek, 0-508-417-849, 13.900 zł. (fak. 1193)

PRZYCZEPKĘ SAMOCHODOWĄ sprzedam, 0-662-529-505 (fak. 1200)

GOLF III 1.9 Diesel, 1992 r., 0-602-25-65-87 (fak. 1200)

AUDI B4 2.0i, 1994 r., 0-602-256-587 (fak. 1200)

MERCEDES 2.5 Diesel, 1994 r., 0-602-256-587 (fak. 1200)

GOLF III, 1997 r., TDI, 4 poduszki, 0-602-25-65-87 (fak. 1200)

HONDA ACCORD 2,0 TDI, 1997 r., bogate wyposażenie, 0-602-524-615 (fak. 1206)

GORĄCA OFERTA DEALERA PEUGEOT:

- **307**, 5d 2,0 HDI 90 KM 2006 r. cena 55.200 zł brutto, lak. met., klima., ABS, elektr. szyby przód, wspom., św. przeciwmg.
- **207**, 5d 1,4 HDI 70 KM 2006 r. cena 47.000 zł brutto, lak. met., wspom., ABS+AFU, klim., elektr. szyby przód,
- **107**, 1,4 benz. 2005 r. cena: 30.000zł brutto, 4 pod., pow. ABS, lak. met., elektr. szyby przód, lust. elektr.
- **307**, 5d 110 KM 2006 r. lak. met., 2 pod., ABS, elektr. szyby przód, elektr. lusterka, klimat., św. przeciwmg. - 48.000
- **207**, 5d 1,4 benz. 90 KM, lak. met., pod. przednie bocz. i kurtyn., ABS + AFU, klim., św. przeciwmg., przód sport., CD, - 46.000

Suwałki, ul. Sejneńska 24
tel. 087-566-08-37

Elk, ul. Suwalska 88
tel. 087-621-59-71

SPRZEDAM SKUTER Keeway Huricane, rok 2005, cena do uzgodnienia, 0-509-220-053 (fak. sms)

SZYBKE POŻYCZKI gotówkowe pod zastaw samochodu, tel. 0-691-485-212 (fak. sms)

NAUKA

MATEMATYKA, (086) 218-77-79; 0-603-847-463 (fak. 151-o)

NIERUCHOMOŚCI

KUPIĘ DZIAŁKĘ ok. 1000m2 z dobrym dojazdem w śródmieściu Łomży z przeznaczeniem na Centrum Diabetologiczne. Może być z budynkiem do rozbioru. Tel. 0-602-606-660 (fak. 1180-i)

NIERUCHOMOŚCI - „ARKADIA”, (086) 218-77-79; 0-603-847-463 (fak. 151-o)

„MERITUM” - NIERUCHOMOŚCI, Łomża, Al. Legionów 7, (086) 218-93-98, www.nieruchomosci.hi.pl (fak. 1184-o)

SPRZEDAM DZIAŁKĘ z zabudowaniami (budynek mieszkalny i gospodarczy), Łomża, ul. Kraska, 0-505-099-083 (fak. 1144)

SPRZEDAM SIEDLISKO 3200 m2 w Gielczynie, tel. 0-500-359-579 (fak. 1183-i)

ODDAM

ODDAM SZCZENIAKA Dobermana znalezionego w lesie Jednaczewskim, tel. 0-501-148-763, (086) 216-28-64 (fak. bezp.-o)

PRACA

ZWROT PODATKU z zagranicy, tel. 0-600-35-29-05 (fak. 1139-o)

ZWROT PODATKU z pracy w Europie Zachodniej, tel. (071) 385-20-18 (fak. 4023-o)

ZATRUDNIMY MECHANIKÓW samochodowych, pomocników mechaników, spawaczy z uprawnieniami, kierowców do serwisu MAN, tel. (029) 767-05-71, 0-503-199-677 (fak. 762-oo)

RESTAURACJA ZATRUDNI kucharki, 0-501-68-30-73 (fak. 932-oo-i)

PRACA PODATKOWA - Łomża. Sprzedaż usług telekomunikacyjnych: internet, telewizja kablowa, telefon. Stała podstawa wynagrodzenia, tel. 0-691-767-589 (fak. KN-oo)

POSZUKUJEMY CHĘTNYCH do sprzedaży naręcznej gazet w Łomży. Wiadomość: tel. (086) 216-42-43 (red.-o)

OD ZARAZ zatrudnię samodzielnego stolarza do pracy w stolarni, 0-603-688-769 (fak. 1082-oo)

ZATRUDNIĘ MURARZY, 0-507-800-077 (fak. 1113-o-i)

OGŁOSZENIA

ZATRUDNIĘ POMOC domową na wsi mieszkanie zapewnione, wynagrodzenie solidne, tel. (086) 472-10-85 (fak. 1114-o)

ZATRUDNIĘ KIEROWCÓW w transporcie międzynarodowym kat. C + E, wyjazdów wschód, zachód. Możliwość przyuczenia, 0-600-039-426 (fak. 1160-o)

PRZYJME PANIĄ do opieki nad dwójkiem dzieci z zamieszkaniem, (086) 278-52-82 (fak. 1171-i)

PRACA DLA UPRAWNIONEGO diagnosty – SKP do 3,5t w Łomży, tel. 0-512-341-200 (fak. 1179-o-i)

UKŁADANIE GLAZURY, tynkowanie, szpachlowanie – legalna praca w Niemczech, 0-888-044-967 (fak. 1186-i)

PRACA przy warzywach, okolice Łomży, tel. 0-502-120-156 (fak. 1198-i)

PRACA na terenie Łomży przy docieplaniu bloków: pomocnicy – fachowcy, tel. 0-602-669-517 (fak. 1201-o-i)

ZATRUDNIĘ FRYZJERKĘ, 0-662-787-466 (fak. 1212-o)

ROLNICTWO

PRASY BELUJĄCE, ciągniki ZETOR, kombajny zbożowe, sieczkarnie samobieżne, duży wybór. Raty! (086) 279-15-65 (fak. 111-o)

KURKI ODCHOWANE Ratowo – Piotrowo 9, 0-502-176-421, (086) 2176-296 (fak. 830-o)

MŁYNEK, MOTORKI, łada, maszynę, siewnik, wóz, krajęga, owies – 1 t., (086) 47-38-605 (fak. 1137)

SPRZEDAM BECZKOWÓZ 6000L, beczkowóz 6000L tandem, agregat uprawowy 3m, siewnik do zboża 2,5m, tel. 0-507-25-97-49 (fak. 1163)

SPRZEDAM GOSPODARSTWO rolne z budynkami, Boguszki, (086) 219-61-50 (fak. 1169-i)

SPRZEDAM SŁOMA owsiana w kostkach 250 zł/t., (086) 215-75-81 (fak. 1193-i)

SPRZEDAM TYLNE koła do ciągnika o rozmiarach 18.4-26. Pasują do Zetora. Cena 2500. Kontakt pod numerem 0-506-131-503 (fak. sms)

RÓŻNE

KOSMETICA NOWO otwarty Salon Urody i Odnowy Biologicznej zaprasza ul. 3 maja 9, tel. (086) 216-54-45 (fak. 951-o-i)

ZESPÓŁ TANIO, profesjonalnie, 0-692-379-366 (fak. 981-oo)

WYPOŻYCZAM ZASTAWĘ stołową i obrusy, (086) 271-25-36 (fak. 1151-o)

WRÓŻKA KASIA, 0-607-191-070, (086) 473-16-50, www.kartarot.wpark.pl (fak. 1159-o)

POŻYCZKI GOTÓWKOWE, 0-502-058-633 (fak. 1168-o)

SALA WESELNA do wynajęcia na 100 – 370 osób z obsługą lub bez, dla Zamkowa, Łomży i okolic. Atrakcyjna lokalizacja, drewniany parkiet, parking strzeżony na 200 samochodów. Są wolne terminy, 0-513-090-742 (fak. sms)

RTV – AGD

CYFRA +, POLSAT, Łomża, Niepodległości 9, (086) 216-34-38 (fak. 3654-o)

SERWIS RTV, Śniadeckiego 17, (086) 218-00-01 (fak. 233-o-i)

SPRZEDAM

SOFY SKÓRZANE z Niemiec, 3 komplety, 0-886-425-452 (fak. 1096)

SIODŁO, SANKI, wóz konny, maszyna do rozdrabniania gałęzi, garnki szwedzkie, (086) 475-05-08 wieczorem (fak. 1112-i)

SPRZEDAM PUSTAKI cementowe z rozbiórki, Szczepankowo, (086) 217-06-28 (fak. 1165)

SPRZEDAM KAMIENIE, (086) 219-28-72 (fak. 2267-i)

SPRZEDAM W KPL – sprężarkę spalinową PKD-6, 0,7 MPZ, 350m3/n, piaskarkę APR 600, tel. 0-512-341-200 (fak. 1179-o-i)

SPRZEDAM BUDYNEK z bala sosnowego, 0-608-601-096 (fak. 1172)

SPRZEDAM DOBRZE prosperujące od 2001r. Biuro Finansowo-Ubezpieczeniowe w Ostrołęce. Informacje: 0-660-001-041 (fak. 1174-o-i)

PILNIE: segmenty, szafy, ławę rozkładaną, krzesła, wersalki, chłodziarko-zamrażarkę, kuchnię gazową, pralkę, (086) 216-44-83, 0-695-05-22-68 (fak. 1173-i)

SPRZEDAM PSZCZOŁY, (086) 216-70-58 po 16.00 (fak. 1188-i)

SPRZEDAM PUSTAKI nowe na paletach zafoliowane, 1000 szt., cena 20 zł/szt., 0-515-466-436 (fak. 1205-i)

PUSTAK BIAŁY, tel. 0-668-299-221 (fak. 1206-i)

TRANSPORT

SOBOTA: Niemcy, Holandia, Belgia. DVD. (085) 73-94-179, 0-606-37-99-66. KOMFORTOWE MIKROBUSY do 19 miejsc do wynajęcia. (fak. 249-o)

NIEMCY – KAŻDA sobota Sprinter, TV, DVD, (086) 215-76-25, 0-608-778-708 (fak. 699-o-i)

BUSEM, (086) 218-30-88, 0-608-576-544 (fak. 986-o-i)

HANOWER – NIEDZIELA, (086) 473-03-18, 0175-64-62-544 (fak. 1011-o-i)

HAMBURG – BREMEN, niedziela, (086) 219-10-65 (fak. 1136-o)

USŁUGI

WYDRUKI, OPRAWA – „Opoka”, (086) 216-48-39 (fak. 1140-o)

TYNKI GIPSOWE agregatem, 0-505-107-377 (fak. 3906-o)

USŁUGI PODNOŚNIKIEM kosowym do 18m, minikoparką, dźwigiem, 0-602-75-69-43 (fak. 1141-o)

CYKLINOWANIE, POLEROWANIE, układanie podłóg, paneli. Remonty, 0-603-342-397 (fak. 820-o)

KOREKTA PRAC dyplomowych, 0-604-300-066 (fak. 1140-o)

MALOWANIE, SZPACHLOWANIE, 0-668-141-137 (fak. 862-o)

REMONTY, ODNAWIANIE nagrobków lastrykowych, napisy, układanie kostki wokół nagrobków, 0-505-452-771 (fak. 1000-o)

MALOWANIE, SZPACHLOWANIE, sufity podwieszane, terakota, wykończenia, solidnie, 0-510-879-683 (fak. 1045-o)

STUDNIE, 0-602-868-891, (086) 218-48-66 (fak. 1060-o)

OGŁOSZENIA EXPRESOWE

LOKALE

POKOJE DLA pań, (086) 47-302-21, (086) 47-302-87 (fak. 1216)

SPRZEDAM MIESZKANIE 60m2, Łomża, tel. 0-508-323-136 (fak. 1217)

WYNAJME KAWALERKĘ 24m2, Łomża, (029) 767-19-41 (fak. 1221)

WYNAJME LOKAL usługowy, 3 Maja 9, parking, po remoncie, plac 400 m2, 0-600-588-666 (fak. 1229-o-i)

MOTORYZACJA

SEAT LEON 1.9 TDI, 110 km, 2002r, 30 tys., tel. 500811806 (fak. sms)

AUDI A6 2.0+GAZ, 1995r 19 tys., tel. 505016724 (fak. sms)

NIERUCHOMOŚCI

SPRZEDAM DZIAŁKĘ 2500m2 budowlaną, Stara Łomża – Zosin, 1m2 – 65zł, 0-600-588-666 (fak. 1229-o-i)

SPRZEDAM DZIAŁKĘ (30 ary) w Jurkach, ogrodzoną, może być z domkiem letniskowym (30m2), 0-600-588-666 (fak. 1229-o-i)

PRACA

ZATRUDNIĘ DO PRACY na dachu, 0-607-826-277 (fak. 1227-oo-i)

WYRÓB I MONTAŻ wkładów kominiowych. Blacha kwasoodporna, 0-691-287-680 (fak. 1090-oo)

WYKOPY ZIEMNE – koparki, ładowarki, wywrotki, ziemia na ogródki, piasek siany, 0-604-446-462 (fak. 1095-o)

REMONTY – szpachlowanie, malowanie, glazura, terakota, itp. Fachowe doradztwo, (086) 2180-427 (fak. 1118-oo)

USŁUGI KOPARKOŁADOWARKA, 0-695-594-619 (fak. 1145-o)

TYNKI, REGIPSY, 0-505-604-179 (fak. 1187-i)

DOSTAWA i montaż przydomowych oczyszczalni ścieków, 0-502-502-910 (fak. 1195-o-i)

SIATKI OGRODZENIOWE, bramy, furtki, przęsła, słupki, akcesoria, ul. Nowogrodzka 236, (086) 216-22-27, 0-608-332-905 (fak. 1197-o)

PROJEKTOWANIE WNĘTRZ oraz usługi wykonawcze „od projektu – pod klucz”, efektowne i niepowtarzalne projekty, 0-602-177-332, (086) 218-70-98 (fak. 1202-i)

BLACHARZ – DEKARZ, 0-509-868-593 (fak. 1204-o-i)

TAPICER, 0-608-742-950 (fak. 1209-o-i)

WYKONUJĘ domy, dachy, klinkier, glazura, tynki, kominki, (086) 271-12-82, 0-698-259-706 (fak. 1213)

ROLNICTWO

ZBIORNIK NA MLEKO 430 L, rok produkcji (1998), stan bardzo dobry – sprzedam, (029) 644-75-84 (fak. 1218)

TUR DO MF – 255, stan bdb, (1997 r.), kompletny, (086) 473-87-69, 0-504-113-699 (fak. 1228)

RÓŻNE

KUPIĘ LAS, wykonam przecinki, 0-504-249-519 (fak. 1219-o-i)

WYKONUJĘ TYNKI gipsowe, 0-509-770-983 (fak. 1225-o-i)

PROFESJONALNE UKŁADANIE podłóg drewnianych i paneli. Pełne wykończenie, tel. 0-664-049-597, (086) 218-00-23 (fak. 1226-i)

ZWIERZĘTA

HUSKY SYBERIAN – 4 miesięczne sprzedam, (086) 216-01-55 wieczorem (fak. 1220-o)

PREZYDENT MIASTA ŁOMŻY

ogłasza konkurs na kandydata na stanowisko dyrektora Bursy Szkolnej Nr 1, 2 i 3 w Łomży

1. Do konkursu może przystąpić osoba, która spełnia następujące wymagania:

- 1/ ukończyła studia wyższe magisterskie i ma przygotowanie pedagogiczne oraz kwalifikacje do zajmowania stanowiska nauczyciela w bursie szkolnej i spełnia wymagania określone w pkt 2-8, oraz posiada stopień awansu zawodowego nauczyciela mianowanego lub dyplomowanego.
- 2/ ukończyła studia wyższe lub studia podyplomowe z zakresu zarządzania albo kurs kwalifikacyjny z zakresu zarządzania oświatą, prowadzony zgodnie z przepisami w sprawie placówek doskonalenia nauczycieli,
- 3/ posiada co najmniej pięcioletni staż pracy pedagogicznej na stanowisku nauczyciela lub pięcioletni staż pracy dydaktycznej na stanowisku nauczyciela akademickiego,
- 4/ w okresie pięciu lat bezpośrednio przed powierzeniem stanowiska dyrektora uzyskała co najmniej dobrą ocenę pracy w przedszkolu, szkole lub placówce, a w przypadku nauczyciela akademickiego – pozytywną ocenę pracy w okresie ostatnich czterech lat pracy w szkole wyższej, jeżeli stanowisko dyrektora obejmuje bezpośrednio po ustaniu zatrudnienia w szkole wyższej, albo w okresie roku bezpośrednio przed przystąpieniem do konkursu na stanowisko dyrektora uzyskała pozytywną ocenę dorobku zawodowego,
- 5/ posiada zaświadczenie lekarskie o braku przeciwwskazań zdrowotnych do wykonywania pracy na stanowisku kierowniczym,
- 6/ nie była karana karą dyscyplinarną, o której mowa w art. 76 ust. 1 ustawy z dnia 26 stycznia 1982r – Karta Nauczyciela / Dz. U. z 2006r nr 97, poz. 674 z późn. zm./, oraz nie toczy się przeciwko niej postępowanie dyscyplinarne,
- 7/ nie była karana za przestępstwo popełnione umyślnie oraz nie toczy się przeciwko niej postępowanie karne,
- 8/ nie była karana zakazem pełnienia funkcji kierowniczych związanych z dysponowaniem środkami publicznymi, o których mowa w art. 31 ust. 1 pkt 4 ustawy z dnia 17 grudnia 2004r o odpowiedzialności za naruszenie dyscypliny finansów publicznych / Dz. U. z 2005r nr 14, poz. 114, z późn. zm./,

2.* Do konkursu może przystąpić osoba, niebędąca nauczycielem która:

- 1/ ukończyła studia wyższe magisterskie,
- 2/ posiada co najmniej pięcioletni staż pracy,
- 3/ posiada wykształcenie i przygotowanie zawodowe odpowiadające kierunkowi kształcenia w szkole,
- 4/ spełnia wymagania określone w pkt. 1 ppkt. 2 i 5-8.

3. Oferty osób przystępujących do konkursu powinny zawierać:

- 1/ uzasadnienie przystąpienia do konkursu wraz z koncepcją funkcjonowania i rozwoju bursy szkolnej,
- 2/ życiorys z opisem przebiegu pracy zawodowej, zawierający w szczególności informację o stażu pracy pedagogicznej w przypadku nauczyciela lub stażu pracy dydaktycznej w przypadku nauczyciela akademickiego,

- 3/ akt nadania stopnia nauczyciela mianowanego lub dyplomowanego oraz dokumenty potwierdzające posiadanie wymaganego wykształcenia-w przypadku osoby będącej nauczycielem,
- 4/ dyplom ukończenia studiów wyższych oraz dokumenty potwierdzające posiadanie wymaganego stażu pracy, wykształcenia i przygotowania zawodowego-w przypadku osoby niebędącej nauczycielem,
- 5/ dyplom ukończenia studiów wyższych lub studiów podyplomowych z zakresu zarządzania albo zaświadczenie o ukończeniu kursu kwalifikacyjnego z zakresu zarządzania oświatą,
- 6/ ocenę pracy, o której mowa w & 1 pkt 4 rozporządzenia Ministra Edukacji Narodowej i Sportu z dnia 6 maja 2003 roku w sprawie wymagań, jakim powinna odpowiadać osoba zajmująca stanowisko dyrektora oraz inne stanowisko kierownicze, w poszczególnych typach szkół i placówek,
- 7/ zaświadczenie lekarskie o braku przeciwwskazań zdrowotnych do wykonywania pracy na stanowisku kierowniczym,
- 8/ oświadczenie, że kandydat nie był karany karą dyscyplinarną, o której mowa w art. 76 ust. 1 ustawy z dnia 26 stycznia 1982r – Karta Nauczyciela / Dz. U. z 2006r nr 97, poz. 674 z późn. zm./, oraz nie toczy się przeciwko niemu postępowanie dyscyplinarne,
- 9/ oświadczenie, że kandydat nie był karany za przestępstwo popełnione umyślnie oraz nie toczy się przeciwko niemu postępowanie karne,
- 10/ oświadczenie, że kandydat nie był karany zakazem pełnienia funkcji kierowniczych związanych z dysponowaniem środkami publicznymi, o którym mowa w art. 31 ust. 1 pkt 4 ustawy z dnia 17 grudnia 2004r o odpowiedzialności za naruszenie dyscypliny finansów publicznych / Dz. U. z 2005r nr 14, poz. 114 z późn. zm./,
- 11/ oświadczenie, że kandydat wyraża zgodę na przetwarzanie swoich danych osobowych zgodnie z ustawą z dnia 29 sierpnia 1997r o ochronie danych osobowych / Dz. U. z 2002r nr 101, poz. 926 z późn. zm./ w celach przeprowadzenia konkursu na stanowisko dyrektora.

4. Oferty należy składać w zamkniętych kopertach z podanym adresem zwrotnym i dopiskiem „Konkurs”, w terminie 14 dni poczynając od dnia ukazania się ogłoszenia, na adres Urząd Miejski, Wydział Oświaty, Kultury i Sportu ul. Farna 1, 18-400 Łomża.

5. Konkurs przeprowadzi komisja konkursowa powołana przez Prezydenta Miasta Łomży z siedzibą w Łomży ul. Stary Rynek 14.

6. O terminie i miejscu przeprowadzenia postępowania konkursowego kandydaci zostaną powiadomieni indywidualnie.

* dotyczy Burs Szkolnych Nr 1 i 2, gdzie jest stanowisko z-cy dyrektora powierzane nauczycielom, nie dotyczy Bursy Szkolnej Nr 3, w której stanowiska z-cy nie ma.

Wójt Gminy Łomża

Ogłoszenie o przystąpieniu do sporządzenia zmiany miejscowego planu zagospodarowania przestrzennego gminy Łomża w części dotyczącej obszaru położonego w obrębie wsi Stare Kupiski. Na podstawie art. 17 ustawy z dnia 27 marca 2003 r. o planowaniu i zagospodarowaniu przestrzennym /Dz. U. z 2003 r. Nr 80, poz. 7171/ zawiadamiam o podjęciu przez Radę Gminy Łomża Uchwały Nr VI/32/07 w sprawie przystąpienia do sporządzenia zmiany miejscowego planu zagospodarowania przestrzennego gminy Łomża w części dotyczącej obszaru położonego w obrębie wsi Stare Kupiski. Zainteresowani mogą składać wnioski do wyżej wymienionego planu na piśmie w Urzędzie Gminy Łomża, ul. Marii Skłodowskiej Curie 1a, 18 – 400 Łomża w terminie 21 dni od daty publikacji niniejszego ogłoszenia w prasie. Wniosek powinien zawierać: nazwisko, imię nazwę i adres wnioskodawcy przedmiot wniosku oraz oznaczenie nieruchomości, której dotyczy.

Zarząd Przedsiębiorstwa Produkcyjno – Budowlanego „FABET – ŁOMŻA” Sp. z o.o.

z siedzibą w Łomży przy ul. Wojska Polskiego 177D, tel. (fax 086) 216 62 01

OGŁASZA PRZETARG NIEOGRANICZONY NA REMONT DACHU HALI PRODUKCYJNEJ O POWIERZCHNI CAŁKOWITEJ 9 000 m².

Oferty należy składać w siedzibie firmy.

Osoba do kontaktu: Pan Mieczysław Makarewicz, kom. 602 337 288.

TYTA

NIERUCHOMOŚCI

www.lomza.nieruchomosci.pl
e-mail: lomzaniernuchomosci@op.pl

Gm. Śniadowo:
pow. działki 5200 m², pow. domu ok. 100 m², budynek gospodarczy z dwoma garażami ok. 70 m² – 140.000 zł



Mieszkania:

Centrum – pow. 43,9 m², rok budowy 2003, I piętro, wykończone – 190.000 zł

Kazańska – pow. 35,84 m², rok budowy 1994, II piętro – 143360 zł

Oś. Jantar – pow. 23,17 m², VIII piętro – 100.000 zł

Siedliska:

Siedlisko w gm. Nowogród – pow. działki 1800 m², pow. domu 57 m², pow. stodoły 142 m², pow. obory 60 m², pow. budynku gospodarczego 12 m² – 60.000zł

18-400 ŁOMŻA, ul. Polowa 45
tel. (086) 216 62 26, kom. 0 604 051 082

WINDOW Sp. z o.o.

PRODUCENT OKIEN I DRZWI PCW

18-400 Łomża, ul. Wojska Polskiego 161
Tel./fax 086 473 70 16, 086 473 71 16

"WINDOW WIZYTÓWKA TWOJEGO DOMU"

Standard okna:

- Profil REHAU 6-cio-komorowy
- Szkielet współczynnika U=1,0
- Wypełnienie dolnego rowka osłedziny
- Okucia obrotowe CUE
- Jedno zaczep AW w skrzydle
- 4 stopniowa mikrowentylacja
- Zatrask przeciwwietrzny w skrzydłach RU

Pomiar i wycena GRATIS!

www.window161.pl e-mail: window161@o2.pl

PSYCHIATRYCZNE CENTRUM

psychiatry **E.A. CHOROSZUCHA**

- NERWICE, ZABURZENIA PSYCHICZNE
- DEPRESJE
- ZABURZENIA SEKSUALNE
- ALKOHOLIZM, ODTRUCIA ALKOHOLOWE
- ESPERAL
- KROPLÓWKI REGENERUJĄCE SYSTEM NERWOWY
- PSYCHOTERAPEUTA

BIALYSTOK, PODLEŚNA 16 lok. 2
tel. 085 732-77-35
codziennie 9.00-17.00

DYSKRECJA

Biuro pisanie podań

Pozwy, wnioski, zażalenia, odwołania oraz wszelkie inne pisma administracyjne.

Łomża, ul. Polowa 11A, (Harcówka),
tel. (086) 473-00-84.

Przyjmuje ogłoszenia do „Kontaktów“

PREZYDENT MIASTA ŁOMŻY

ogłasza konkurs na kandydata na stanowisko dyrektora
Publicznego Gimnazjum Nr 1, 2 i 8 w Łomży

1. Do konkursu może przystąpić osoba, która spełnia następujące wymagania:

- 1/ ukończyła studia wyższe magisterskie i posiada przygotowanie pedagogiczne oraz kwalifikacje do zajmowania stanowiska nauczyciela w gimnazjum bądź ukończyła studia wyższe zawodowe i posiada przygotowanie pedagogiczne oraz kwalifikacje do zajmowania stanowiska nauczyciela w gimnazjum spełnia wymagania określone w pkt 2-8, oraz posiada stopień awansu zawodowego nauczyciela mianowanego lub dyplomowanego.
- 2/ ukończyła studia wyższe lub studia podyplomowe z zakresu zarządzania albo kurs kwalifikacyjny z zakresu zarządzania oświatą, prowadzony zgodnie z przepisami w sprawie placówek doskonalenia nauczycieli,
- 3/ posiada co najmniej pięcioletni staż pracy pedagogicznej na stanowisku nauczyciela lub pięcioletni staż pracy dydaktycznej na stanowisku nauczyciela akademickiego,
- 4/ w okresie pięciu lat bezpośrednio przed powierzeniem stanowiska dyrektora uzyskała co najmniej dobrą ocenę pracy w przedszkolu, szkole lub placówce, a w przypadku nauczyciela akademickiego – pozytywną ocenę pracy w okresie ostatnich czterech lat pracy w szkole wyższej, jeżeli stanowisko dyrektora obejmuje bezpośrednio po ustaniu zatrudnienia w szkole wyższej, albo w okresie roku bezpośrednio przed przystąpieniem do konkursu na stanowisko dyrektora uzyskała pozytywną ocenę dorobku zawodowego,
- 5/ posiada zaświadczenie lekarskie o braku przeciwwskazań zdrowotnych do wykonywania pracy na stanowisku kierowniczym,
- 6/ nie była karana karą dyscyplinarną, o której mowa w art. 76 ust. 1 ustawy z dnia 26 stycznia 1982r – Karta Nauczyciela / Dz. U. z 2006r nr 97, poz. 674 z późn. zm./, oraz nie toczy się przeciwko niej postępowanie dyscyplinarne,
- 7/ nie była karana za przestępstwo popełnione umyślnie oraz nie toczy się przeciwko niej postępowanie karne,
- 8/ nie była karana zakazem pełnienia funkcji kierowniczych związanych z dysponowaniem środkami publicznymi, o których mowa w art. 31 ust. 1 pkt 4 ustawy z dnia 17 grudnia 2004 r. o odpowiedzialności za naruszenie dyscypliny finansów publicznych / Dz. U. z 2005r nr 14, poz. 114, z późn. zm./,
- 9/ złożyła oświadczenie lustracyjne w myśl ustawy z dnia 18 października 2006r / Dz. U. Nr 218, poz. 1592, Nr 249, z 2007r Nr 25, poz. 162/.

2. Do konkursu może przystąpić osoba, niebędąca nauczycielem która:

- 1/ ukończyła studia wyższe magisterskie,
- 2/ posiada co najmniej pięcioletni staż pracy,
- 3/ posiada wykształcenie i przygotowanie zawodowe odpowiadające kierunkowi kształcenia w szkole,
- 4/ spełnia wymagania określone w pkt. 1 ppkt. 2 i 5-8.

3. Oferty osób przystępujących do konkursu powinny zawierać:

- 1/ uzasadnienie przystąpienia do konkursu wraz z koncepcją funkcjonowania i rozwoju gimnazjum,
- 2/ życiorys z opisem przebiegu pracy zawodowej, zawierający w szczególności informację o stażu pracy pedagogicznej – w przypadku nauczyciela lub stażu pracy dydaktycznej – w przypadku nauczyciela akademickiego,
- 3/ akt nadania stopnia nauczyciela mianowanego lub dyplomowanego oraz dokumenty potwierdzające posiadanie wymaganego wykształcenia – w przypadku osoby będącej nauczycielem,
- 4/ dyplom ukończenia studiów wyższych oraz dokumenty potwierdzające posiadanie wymaganego stażu pracy, wykształcenia i przygotowania zawodowego – w przypadku osoby niebędącej nauczycielem,
- 5/ dyplom ukończenia studiów wyższych lub studiów podyplomowych z zakresu zarządzania albo zaświadczenie o ukończeniu kursu kwalifikacyjnego z zakresu zarządzania oświatą,
- 6/ ocenę pracy, o której mowa w art. 1 pkt 4 rozporządzenia Ministra Edukacji Narodowej i Sportu z dnia 6 maja 2003 roku w sprawie wymagań, jakim powinna odpowiadać osoba zajmująca stanowisko dyrektora oraz inne stanowisko kierownicze, w poszczególnych typach szkół i placówek,
- 7/ zaświadczenie lekarskie o braku przeciwwskazań zdrowotnych do wykonywania pracy na stanowisku kierowniczym,
- 8/ oświadczenie, że kandydat nie był karany karą dyscyplinarną, o której mowa w art. 76 ust. 1 ustawy z dnia 26 stycznia 1982r – Karta Nauczyciela / Dz. U. z 2006r Nr 97, poz. 674 z późn. zm./, oraz nie toczy się przeciwko niemu postępowanie dyscyplinarne,
- 9/ oświadczenie, że kandydat nie był karany za przestępstwo popełnione umyślnie oraz nie toczy się przeciwko niemu postępowanie karne,
- 10/ oświadczenie, że kandydat nie był karany zakazem pełnienia funkcji kierowniczych związanych z dysponowaniem środkami publicznymi, o którym mowa w art. 31 ust. 1 pkt 4 ustawy z dnia 17 grudnia 2004r o odpowiedzialności za naruszenie dyscypliny finansów publicznych / Dz. U. z 2005r nr 14, poz. 114 z późn. zm./,
- 11/ oświadczenie, że kandydat wyraża zgodę na przetwarzanie swoich danych osobowych zgodnie z ustawą z dnia 29 sierpnia 1997r o ochronie danych osobowych / Dz. U. z 2002r nr 101, poz. 926 z późn. zm./ w celach przeprowadzenia konkursu na stanowisko dyrektora,
- 12/ pisemną informację, iż kandydat złożył oświadczenie lustracyjne w myśl ustawy z dnia 18 października 2006r / Dz. U. Nr 218, poz. 1592, Nr 249, z 2007r Nr 25, poz. 162/.

4. Oferty należy składać w zamkniętych kopertach z podanym adresem zwrotnym i dopiskiem „Konkurs”, w terminie 14 dni poczynając od dnia ukazania się ogłoszenia, na adres Urząd Miejski, Wydział Oświaty, Kultury i Sportu ul. Farna 1, 18-400 Łomża.

5. Konkurs przeprowadzi komisja konkursowa powołana przez Prezydenta Miasta Łomży z siedzibą w Łomży ul. Stary Rynek 14.

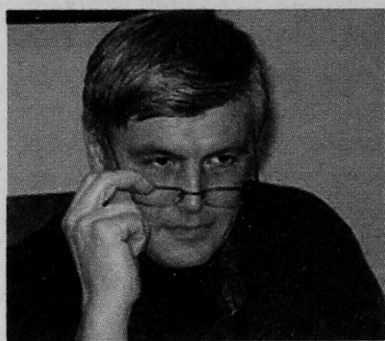
6. O terminie i miejscu przeprowadzenia postępowania konkursowego kandydaci zostaną powiadomieni indywidualnie.

7. Wzór informacji o złożeniu oświadczenia lustracyjnego do pobrania w Urzędzie Miejskim w Łomży, Wydział Oświaty, Kultury i Sportu ul. Farna 1.

Koniec świata w Wierszalinie

„Wierszalin. Reportaż o końcu świata”, Teatr Wierszalin (ul. Kościelna 4, tel. 085 – 710 – 88 – 45), piątek 11 – niedziela 13 maja, godz. 18.00.

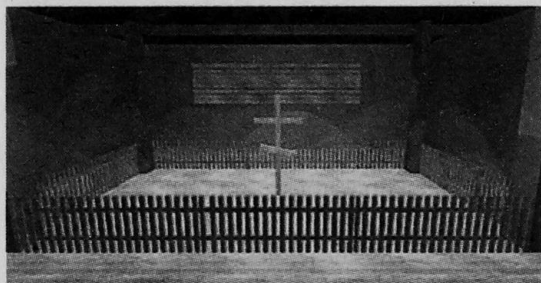
Choć na wszystkie premierowe spektakle, brak już dawno biletów, z kronikarskiego obowiązku odnotowujemy wielkie wydarzenie artystyczne, wykraczające rangą poza region, jakim jest przeniesienie na scenę słynnej książki Włodzimierza Pawluczuka pt. „Wierszalin. Reportaż o końcu świata”. Białostocki socjolog prawie 40 lat temu tak fascynująco opisał działalność proroka Eliasza Klimowicza i jego wyznawców, że o wierszalińskiej sekcie dyskutuje się po dziś dzień. O proroku nakręcono filmy, powstały sztuki. Z inspiracji książką Pawluczuka powstało Towarzystwo Wierszalin, założone przez Piotra Tomaszuka oraz suwalski Teatr Wierszalin.



Piotr Tomaszuk

To książka, którą Teatr Wierszalin powinien zająć się na początku swojego istnienia. Ale tak czasem bywa, że tego, co podstawowe, nie umiemy dostrzec na początku drogi. Być może po „Turlajgroszku”, którym 16 lat temu Wierszalin rozpoczął działalność, nie byłbym w stanie uczciwie robić kolejnego spektaklu, rozgrywanego się w realiach białostockiej wsi. Dziś wiem, że takie przedstawienie jestem winien tym widzom, którzy

setki razy, w kraju i poza granicami, pytają mnie: „A co to takiego ten Wierszalin?” – mówi dyrektor Teatru Wierszalin i reżyser przedstawienia Piotr Tomaszuk. (MK)



Scenografia premierowego spektaklu

Miejsce na wiersz

Na finałowym koncercie IV Konkursu Recytatorskiego pt. „Miejsce na wiersz” w Klubie Garnizonowym w Łomży spotkało się 33 wykonawców z Polski i Wileńszczyzny.

Dwa I miejsca zdobyli Waldeemar Karmaza z Micku (Litwa) i Beata Moniuszko z Bursy Szkolnej nr 3 w Łomży. II miejsce zajął Przemysław Karpiński z Teatryku Żywego Słowa „Logos” w Łomży. Dwa III miejsca przypadły Marcie Subocciutie z Micku (Litwa) i Klaudii Czamareckiej ze Szkoły Podstawowej nr 5 w Łomży. Dwa IV miejsca zajęli Anna Kozakiewicz z Rudomino (Litwa) i Paweł Krukowski z Liceum Katolickiego w Łomży.

Wyróżnienia: Anna Domalewska (Liceum Katolickie w Łom-

ży), Marta Zabłocka (Bursa Szkolna nr 3 w Łomży), Magdalenka Cichocka (Gimnazjum w Kadzidle), Daria Świdarska (Gimnazjum w Różanie), Alicja Gardocka (Gimnazjum nr 8 w Łomży) i Sylwia Grzonkowska (Liceum Ekonomiczne w Łomży).

Kino „Millenium” w Łomży

11 – 17 maja (piątek – czwartek) – ♡ Sposób na rekina, godz. 16.30 ♡ Scoop – gorący temat, godz. 18.00 ♡ Labirynt Fauna, godz. 19.45.

Kino „Wrzos” w Kolnie

11 – 14 maja (piątek – poniedziałek) – ♡ Hannibal. Po drugiej stronie maski, godz. 17.00.

Białystok:

XXVI Międzynarodowy Festiwal Muzyki Cerkiewnej „Hajnówka 2007”, Koncert Galowy, Filharmonia Podlaska (ul. Podleśna 2), niedziela, 13 maja, godz. 16.00. Organizator: Fundacja „Muzyka Cerkiewna (Hajnówka, ul. T. Sołowiec 2, tel. 085 – 682 – 32 – 02).



Finał, trwającego od 9 maja konkursu chórów, wykonujących muzykę cerkiewną pod patronatem artystycznym Krzysztofa Pendereckiego. Ocenie międzynarodowego jury pod przewodnictwem prof. Romualda Twardowskiego, poddały się 24 chóry z 11 krajów. Na zdjęciu chór „Błagowiest” z Azowa w Rosji. Na koncercie zaprezentują się laureaci Festiwalu.



„Flamenco de Sewilla”, Filharmonia Podlaska (ul. Podleśna 2, tel. 085 – 741 – 65 – 57), wtorek, 15 maja, godz. 19.00.

Po raz pierwszy zespół „Flamenco de Sewilla” wystąpił w Polsce w 2005 roku we Wrocławiu, entuzjastycznie przyjęty przez publiczność i krytykę muzyczną. Założony przez gitarzystę Oscara Guzmána, skupia znakomitych młodych artystów flamenco mieszkających w Sewilli, sercu Andaluzji. W repertuarze ma utwory, związane z tradycyjnym nurtem muzyki flamenco, tzw. flamenco puro. Wystąpią: Oscar Guzman (gitarra), Antonio El Tabanco (taniec), Danila La Bambina (taniec, na zdjęciu), Dani De Utrera (śpiew) Alejandro Vazquez (gitarra), Joan Sardans Pla (skrzypce), Pablo Nunez (cajon). Niepowtarzalna okazja kontaktu z poruszającą sztuką flamenco w najlepszym wydaniu.

Łomża

Halina Kunicka w auli Hanki Bielickiej (II LO, pl. Kościuski 3), piątek, 18 maja, godz. 19.00. Organizator: ROK (ul. Małachowskiego 4, tel. 086 – 219 – 01 – 11).

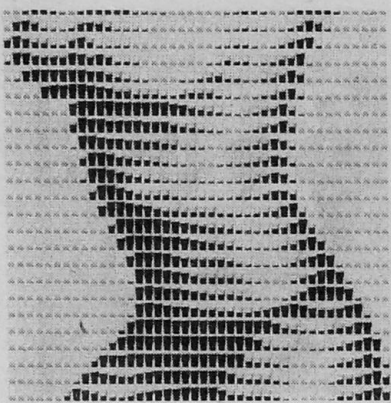


Gwiazda polskiej estrady lat 60. i 70. (na zdjęciu) zaśpiewa z towarzyszeniem pianisty Czesława Majewskiego. Koncert, dedykowany patronce reprezentacyjnej auli w II LO, Hance Bielickiej, wypełnią przeboje, wylansowane przez Halinę Kunicką w długiej karierze artystycznej. Śpiewała w 30 krajach świata, od Nowego Jorku po Tokio, od Londynu po Sydney. Wciąż zachwyca dojrzałą interpretacją, wrażliwą muzykalnością, klasą i kulturą muzyczną. Wiele piosenek napisał specjalnie dla niej Wojciech Młynarski. Wspaniałe piosenki w perfekcyjnym wykonaniu.

Suwałki

IV Festiwal Folklorystyczny „Zakukała zieziuleńka”, Park Konstytucji 3 Maja, sobota 12 – niedziela 13 maja. Uroczyste otwarcie sobota, godz. 15.00. Organizator: ROKiS (ul. Noniewicza 71, tel. 087 – 566 – 42 – 11).

Okazja do posłuchania ludowych pieśni Polski, Litwy, Łotwy i Estonii. Na zakończenie koncert „Suwalszczyzna żegna festiwalowych gości”. Wystąpią zespoły folklorystyczne ziemi suwalskiej. (MK)



Pytanie intymne

Jestem samotna, z nikim nie współżyję. Nie mogłam od nikogo zarazić się chorobą w czasie stosunku, a dokuczają mi upławy i swędzenie oraz bolesne pieczenie narządów. Wstydzę się pójść do lekarza. Nie wiem, w jaki sposób zaraziłam się i jak się leczyć?

Renata

Upławy, świąd, pieczenie i bóle, wskazują na występowanie drożdżycy narządów płciowych. Chorobą można się zarazić nie tylko przy współżyciu. Może dojść do zakażenia z jelita grubego. Droboustroje mogły być w organizmie od dłuższego czasu i nie ujawniać się. Albo objawy były bardzo łagodne, prawie nie przeszkadzały.

Rozwojowi drożdżycy sprzyja noszenie bielizny z włókien syntetycznych, która nie przepuszcza powietrza, powoduje przegrzanie i nadmierną wilgotność w okolicy narządów płciowych. Ryzyko zakażenia zwiększa miesiączka, która osłabia organizm. Wiele kobiet nie łączy pieczenia pochwy i pojawiania się upławów z zażywaniem antybiotyków, które skutecznie niszczą nie tylko bakterie chorobotwórcze, ale także utrzymujące równowagę między drobnoustrojami.

Opisanych objawów nie można lekceważyć, bo zakażenia drożdżycą często występują u chorych na cukrzycę.



Lekarz domowy

Jestem na wcześniejszej emeryturze, nie chodzę zbyt dużo, nie przemęczęm się. Nie wiem z jakiej przyczyny dokuczają mi bolesne skurcze łydek. Najczęściej ból pojawia się w nocy, kiedy chcę się przewrócić z boku na bok. Jest paraliżujący, wybija ze snu. W dzień pojawia się rzadko. Co się dzieje?

Anna

Najczęstszą przyczyną takich dolegliwości jest brak w organizmie magnezu i potasu. Pierwiastki te „wypłukuje” z organizmu nadmierna ilość kawy, niszczy nikotyna i alkohol. Niedobór można uzupełnić, kupując w aptece bez recepty preparaty z tymi pierwiastkami. Dla jasności sytuacji można wykonać badania poziomu tych jonów w organizmie. Drugą przyczyną kurczów łydek

mogą być żylaki. Czasami ich nie widać, ale są i dają o sobie znać. Przy żylakach, oprócz bolesnych skurczów, pojawia się uczucie ucisku i ciężaru w łydkach. Z żylakami trzeba zgłosić się do lekarza rodzinnego.

Oprócz tych dwóch przyczyn, kurczowe bóle w łydkach mogą być spowodowane miażdżycą tętnic. Taką diagnozę może postawić tylko lekarz.

Pod paragrafem

Moja pełnoletnia córka otrzymała w spadku mieszkanie od swojego kuzyna. Pokrewieństwo jest takie, że nasi ojcowie byli braćmi. Córka mieszka ze mną i u mnie jest zameldowana. Czy może być zwolniona z podatku od spadku? Jeśli tak, to jakie powinna

załatwić urzędowe formalności?

Ewa

Córka może skorzystać z ulgi w podatku od spadków i darowizn, gdyż należy do drugiej grupy podatkowej (jest zstępnym rodzeństwem spadkodawcy). Musi jednak spełniać kilka warunków. Nie może być właścicielką innego mieszkania lub bu-

dynku. W otrzymanym mieszkaniu musi się zameldować i mieszkać w nim pięć lat. Musi mieć obywatelstwo polskie lub na stałe przebywać w Polsce.

Urzędowe formalności są proste. Córka musi w czasie miesiąca od daty nabycia spadku złożyć w swoim urzędzie skarbowym zeznanie podatkowe i oświadczenie o zamiarze skorzystania z ulgi.



Poznajmy się

Jestem sympatycznym (25 lat), szukam miłej dziewczyny (lat 19 – 26) z okolic Łomży, poważnie myślącej o życiu i o własnej rodzinie. Napisz, podaj numer telefonu. Chciałbym Cię też jak najprędzej zobaczyć. Przyślij zdjęcie.

Samotny 25

Jestem spokojnym kawalerem (37 lat), szatynem, bez zobowiązań i nałogów.

Marzę o założeniu własnej rodziny. Prowadzę gospodarstwo rolne. Jeżeli już dłużej nie chcę

być sama, zadzwoń. Dziecko nie stanowi przeszkody. Kontakt, tel. 887 487 309.

Szatyn

Jestem radosną, pełną ciepła kobietą (41/164) o nienagannej figurze. Mieszkam w Podlaskiem, mam mieszkanie i pracę. Lubię to, co robię, a także taniec, wycieczki za miasto. Jeżeli jesteś w podobnym wieku i dokucza Ci samotność, napisz. Może to Ty jesteś tym jedynym, na którego wciąż czekam?

Gwiazdka

Szukam łagodnej, wrażliwej kobiety, szukam żony. Takiej, która marzy o rodzinie, o dziecku, o ciepłym, szczęśliwym domu. Mam 35 lat, jestem kawalerem (wzrost 170 cm), bez nałogów. Chyba byłbym dobrym mężem. Napisz, proszę.

Dobry mąż

Wysportowany brunet spod znaku Wagi (27/170) z zawodowym wykształceniem. Poszukuję miłej, wiernej, uczciwej dziewczyny (lat 18 – 28), najchętniej z Podlaskiego, która pragnie znaleźć miłość i domowe ciepło. Marzę o stałym związku. Jeżeli brakuje Ci czułego przyjaciela i męskich ra-

mion, napisz. Może jesteśmy sobie przeznaczeni.

Janusz

Życie spletało mi kawał, jestem na zakręcie. Spokojny, normalny domator i oto pobyt w zakładzie karnym. Bardzo dokucza mi samotność. Jeżeli potrafisz okazać mi choć odrobinę serca, napisz. Poznajmy się. Może oboje będziemy mniej samotni? Dajmy sobie uśmiech i nadzieję. Jestem mężczyzną po czterdziestce, poznam Panią w odpowiednim wieku. Pani może mieć dziecko. Nie musisz być piękna, ja patrzę sercem.

Krzysztof

List do „Serce szuka serca”, ofertę lub odpowiedź na anons należy przesłać do redakcji („Kontakty”, 18 – 400 Łomża, al. Legionów 7 lub redakcja@kontakty-tygodnik.com.pl). Ofertę można podpisać pseudonimem, ale należy podać imię, nazwisko, adres do wiadomości redakcji. W przypadku odpowiedzi, na kopercie trzeba napisać, dla kogo jest przeznaczona (np. dla Jana, czy Beaty) i podać numer „Kontaktów”, w którym ukazał się anons. Nazwisk i adresów nikomu nie przekazujemy. Pierwsza wymiana korespondencji następuje za pośrednictwem redakcji.

Tradycyjne potrawy według przepisów babć, stoły nakryte koronkowymi i haftowanymi serwetami, wystawa rękodzieła, kącik historyczny bogaty w ekspozycje, przyniesione ze strychów, komórek i dolnych szuflad szaf.

W czasie pierwszego „Spotkania z tradycją”, zorganizowanego przez mieszkańców Woli Zambrowskiej, można było smakować wiejskie pyszności, oglądać wystawy i słuchać ludowych przyspiewek zespołu „Laskowianki”.



Babka ziemniaczana Reginy i Ryszarda Wdziękońskich, no... pychota!

Tydzień ze Świętym

Na „Tygodzień Bobolański”, w ramach obchodów 350 rocznicy Śmierci Świętego Andrzeja Boboli, patrona Diecezji Łomżyńskiej, zaprasza ks. Andrzej Popielski, proboszcz Parafii po wezwaniu Świętego Andrzeja Boboli w Łomży.

Program: o 12 maja (sobota), godz. 10.00 – konferencja naukowa pt. „Św. Andrzej Bobola – miłośnik i wychowawca młodzieży (aula szkół katolickich przy ul. Sadowej); o 15 maja (wtorek), godz. 16.00 – rozstrzygnięcie konkursów na temat życia i działalności Św. Andrzeja Boboli (aula szkół katolickich przy ul. Sadowej); o 16 maja (środa), godz. 18.00 – uroczystości odpustowe z udziałem księży biskupów i Rady Kapłańskiej Diecezji Łomżyńskiej oraz wmurowanie kamienia węgielnego pod budowę świątyni pod wezwaniem Św. Andrzeja Boboli (ul. Wąska); o 17 maja (czwartek), godz. 19.00 – premiera filmu o życiu Św. Andrzeja Boboli pt. „Mieszkaniec Łomży –

Ukrzyżowany bez Krzyża” (aula szkół katolickich przy ul. Sadowej); o 19 maja (sobota), godz. 10.00 – Diecezjalny Kongres Misyjny Dzieci i Młodzieży (Kościół pod wezwaniem Miłosierdzia Bożego), godz. 14.00 – procesja z figurą Świętego ulicami Łomży trasą Kościół Ojców Kapucynów – Katedra – Klasztor Panien Benedyktyniek – Kościół pod wezwaniem Św. Andrzeja Boboli; o 20 maja (niedziela), godz. 19.00 – koncert jubileuszowy Łomżyńskiej Orkiestry Kameralnej (Kościół pod wezwaniem Św. Andrzeja Boboli (ul. Wąska).

13 maja (niedziela) we wszystkich kościołach Diecezji odczytany zostanie list pasterski biskupa Stanisława Stefanka.

Ludzie nie chcą rdzewieć !

Pychoty!

Ryszard Wdziękoński częstował wszystkich gorącą babką ziemniaczaną.

– Rano obrałem i starłem siedem kilogramów ziemniaków, dodałem, zgodnie z recepturą mojej mamy,

smażonego boczku, cebuli, czosnku, soli do smaku. Upiekłem dwie blachy. Na wszystkie rodzinne okazje pieczemy babkę ziemniaczaną – opowiadał i częstował rodzinnym przysmakiem Wdziękoński.

Jadwiga Bączyk nikomu nie żałowała rozgrzewającej nalewki na spirytusie z sokiem malinowym, wiśniowym, miodem i cytryną.

Mieszkańcy przygotowali 16 tradycyjnych potraw, które oceniało jury w składzie: ks. dr Jerzy Samsel, starosta zambrowski Stanisław Rykaczewski, zastępca wójta Jerzy Baczewski i sekretarz gminy Bogdan Pac.

Pierwsze miejsce „za tradycyjny wypiek macy” zdobyła Janina Strzelczyk. Za „tradycyjny smak salcesonu i kaszanki” drugą nagrodę otrzymała Jadwiga Bączyk, a trzecią za „niepowtarzalny smak kiszki ziemniaczanej” Marta Groszfeld. Agnieszka Perkowska została nagrodzona za „staropolski smak chleba”, a Iwona Bączyk za „urok makowca”. Nagrody (sprzęt gospodarstwa domowego) ufundował wójt gminy Zambrów i marszałek województwa. Autorzy innych potraw (a były też ciasta, ser biały, podplomyki, pasztet, smalec ze skwarkami, piwo jałowcowe i nalewki) Daniela Gołaszewska, Dorota Gołaszewska, Barbara Krajewska, Ryszard Wdziękoński i Izabela Wnorowska, nagrodzeni zostali książkami.

Poza konkursem kumpią i wędzonką częstował Andrzej Modzelewski, założyciel Stowarzyszenia „Zambrowskie Produkty Lokalne”. Jego smakołyki zdobyły już uznanie i nagrody nie tylko w regionie, ale w kraju.

– Tradycja jest rzeczą świętą. Gratuluję pomysłu, który zjednoczył mieszkańców wsi. A jeśli będziecie tak wspaniale produkty robić, to inni, którzy je poznają, będą mówić, że Zambrów leży koło Woli Zambrowskiej – żartował ks. dr Jerzy Samsel z Zambrowa.



Jadwiga Bączyk polewa...

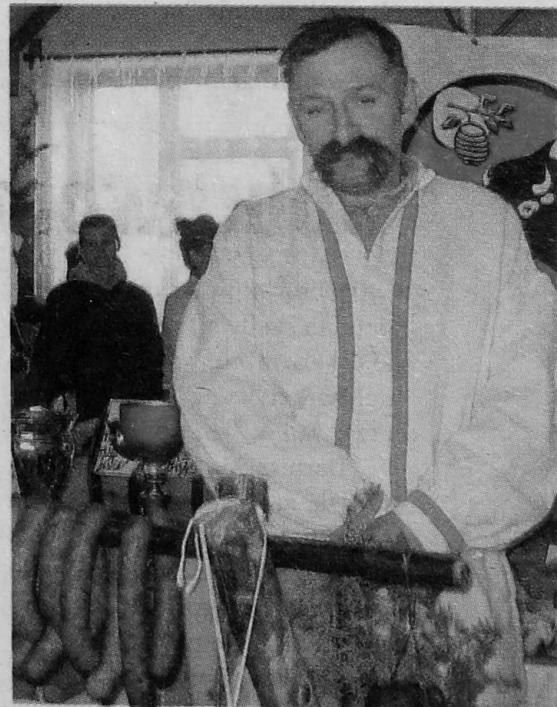
tego nowym sołtysem jest Jolanta Wielgat. Potrafiła już zmobiliżować mieszkańców do odnowienia wiejskiej świetlicy.



Sołtys Jolanta Wielgat

– Świetlicę wybudowali mieszkańcy wsi, ale ostatnio była tak zaniedbana, że już nikt nie chciał wynajmować sali na wesele, komunie, czy inne uroczystości. Odnowiliśmy ściany, myślimy o poważniejszym remoncie – mówi sołtys.

„Spotkanie z tradycją” odbyło się już w częściowo odnowionej świetlicy. Sołtys z mieszkańcami planują, aby była to impreza cykliczna. (m)



Andrzej Modzelewski

10 turystów, w tym czworo kajakarzy, zgubionych przez posła Janusza Palikota, uratowali policjanci podczas długiego weekendu w Podlaskim

Uratowani

W środę, 2 maja, około godz. 22.00., dyżurny Komendy Powiatowej Policji w Augustowie odebrał zgłoszenie o zaginięciu czworga młodych kajakarzy z Lublina. Nie wrócili do pobliskiego ośrodka wypoczynkowego po całonocnym spływie Rospudą, zorganizowanym przez posła Janusza Palikota. Brak nastolatków zauważył dopiero trzy godziny później, gdy z pozostałą piątką dopłynął do celu. Nie mógł nawiązać z nimi kontaktu.

Na poszukiwanie zaginionych wyruszyła łódź motorowa. Po kilkunastu minutach policjanci zauważyli siedzących na brzegu przemoczonych i zziębniętych kajakarzy. Do ośrodka pozostały im tylko 4 kilometry, ale nie mieli siły wiosłować dalej. Policjanci zabrali „rozbitków” na swoją łódź, a ich kajaki holowali.

W piątek, 4 maja, na wycieczkę ścieżką edukacyjną po Bagnach Biebrzańskich wybrało się sześcioro mieszkańców Warszawy, w tym dwoje dzieci. Po południu zgubili się. Zadzwonili na policyjny numer alarmowy, podając orientacyjnie miejsce. Dyżurny Komendy Powiatowej Policji w Mońkach skonsultował się z przewodnikiem Biebrzańskiego

Parku Narodowego. Okazało się, że samochód tam nie dotrze. Na ratunek ruszył śmigłowiec. Po około 30 minutach zagubieni wędrowcy zostali „namierzeni” z góry. Podmokły teren nie pozwolił na lądowanie śmigłowca. Zawisł kilkanaście centymetrów nad ziemią, aby mógł wysiąść przewodnik i wyprowadzić grupę z bagiennej pułapki. Wszystko dobrze się skończyło.

■ Pijanego rowerzystę (1,22 promila alkoholu) zatrzymali policjanci w Woźnawsi (gm. Rajgród, pow. grajewski).

■ Telefon komórkowy wartości 1500 złotych zginął z poloneza w ośrodku wypoczynkowym w Czarnej Wsi (gm. Rajgród, pow. grajewski).

■ Nieznanego złodzieja skusił w biały dzień portfel z dokumentami i 800 złotymi, pozostawiony na parapecie okna domu w Nowogrodzie (pow. łomżyński).

■ Pijany traktorzysta (1 promil alkoholu) wpadł w Śluczu (gm. Radziłów, pow. grajewski).

■ Torebkę z dokumentami i 400 złotymi straciła pracownica kuchni szpitala w Grajewie.

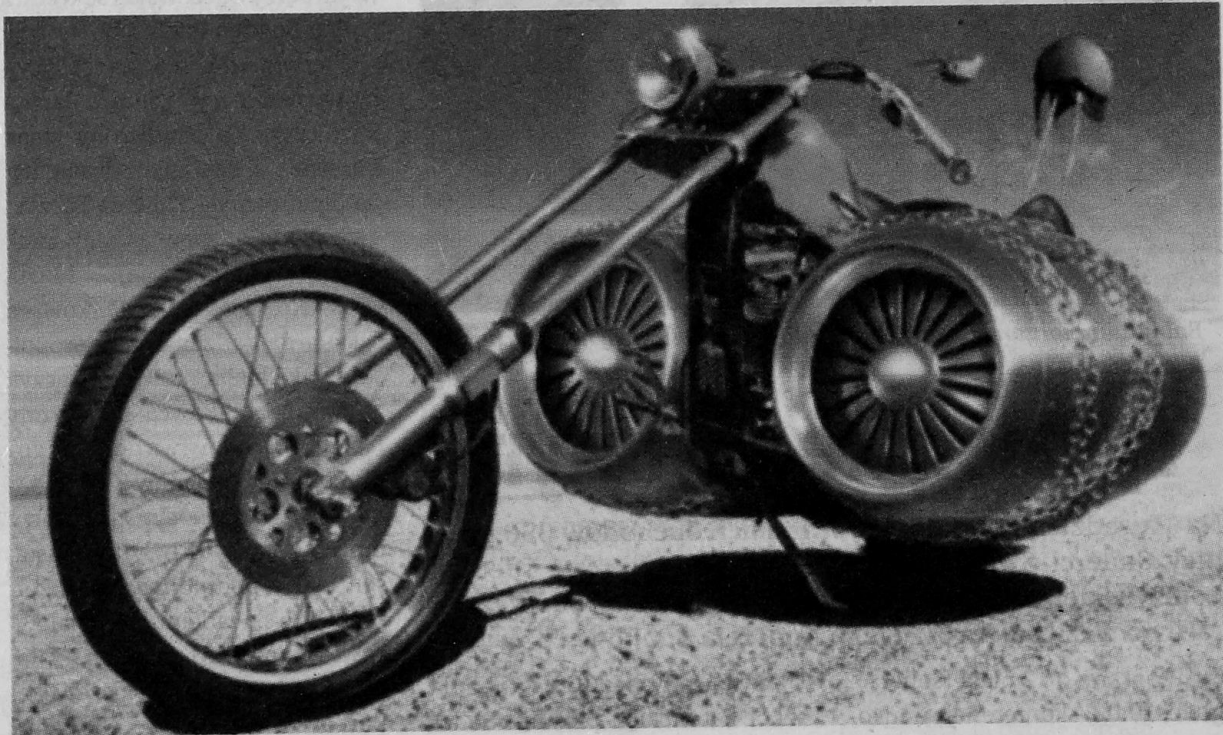
Szkół Technicznych przy ul. Ku-braka w Kolnie.

■ Złamania ręki doznał czterna-stolatek, potrącony przez samo-chód na ul. 1 Maja w Kolnie. Chłopcę wtargnął na jezdnię, ucieka-jąc przed atakującym go psem.

■ Sprzęt wędkarski i wyposaże-nie domku letniskowego ukradł włamywacz w Gosiach Małych (gm. Kołaki Kościelne, pow. za-mbrowski).

■ Nieznani wandale kawałkami betonowych płyt zbił szybę i wgnetli karoserię autobusu, za-parkowanego przy stadionie w Zambrowie.

■ Złota biżuteria i pieniądze zgi-nęły z mieszkania w bloku przy



Dobrowolnie za amfę

Dobrowolnie karom więzienia poddali się dwaj, spośród czwórki oskarżonych w sprawie o handel narkotykami, rozpatrywanej przez sąd w Zambrowie.

Dariusz M. z Warszawy ma spędzić za kratkami trzy lata, a Aleksander K. z Sejnu – dwa. Obaj muszą też zapłacić po kilkanaście tysięcy złotych grzywny. Pozostałych dwóch nie przyznaje się do win i czeka ich proces w normalnym trybie. Ze śledztwa prowadzonego w Prokuraturze Okręgo-

wej w Łomży wynika, że Dariusz M., który wpadł w ubiegłym roku z kilogramem amfetaminy w okolicach Zambrowa, w narkotyk zaopatrzył się u mieszkańca Pruszkowa, a wioził go do Sejnu. Rozprawadaniem mieli się zająć dwaj kolejni członkowie tej grupy.

Nie udało się znaleźć dowodów, że amfetamina była przeznaczona także na rynek litewski, choć jeden z oskarżonych już wcześniej miał tam kłopoty z prawem z powodu narkotyków.

■ Cofający ciężarowy mercedes uderzył w volvo na ul. Biurowej w Grajewie. Obaj kierowcy byli pijani (3,60 i 2,42 promila alkoholu). Kierowca volvo próbował uciekać.

■ Torebkę za ladą wypatrzył złodziej w barze przy ul. Elckiej w Grajewie. Pracownica straciła 370 złotych.

■ Nieznany złodziej ukradł 2 rowery górskie, zostawione obok budynku przy ul. Piłsudskiego w Grajewie.

■ Słodczyce wartości 100 złotych i około 100 złotych ukradł ze skle-piku włamywacz do Zespołu

ul. Kardynała Wyszyńskiego w Zambrowie.

■ Zwarcie instalacji elektrycznej było przyczyną pożaru budynku gospodarczego w Choszczewie (gm. Piątnica, pow. łomżyński). Spłonęły 2 krowy, maciora i 13 prosiąt. Straty 35 tysięcy złotych.

■ Około 40 metrów przewodu elektrycznego, spawarka i szlifierka zgi-nęły z garażu przy ul. Czarnieckie-go w Wiźnie (pow. łomżyński).

■ Napastnik wyrwał kobiecie to-rebkę na dworcu autobusowym w Łomży. Straciła dokumenty, kartę bankomatową i 115 złotych.

W Sądzie Rejonowym w Zambrowie toczy się ponowny proces trojga członków Zarządu byłej Okręgowej Spółdzielni Mleczarskiej. W pierwszym skazani zostali na kary pozbawienia wolności w zawieszeniu, zakaz pełnienia stanowisk kierowniczych i naprawienie szkody majątkowej 6 mln zł wyrządzonej Spółdzielni Mleczarskiej Mlekpól z Grajewa.

Według Prokuratury Okręgowej w Łomży, oskarżeni w latach 2001 – 2003 fałszowali dokumentację gospodarczą OSM Zambrów przez zawyżanie wartości zapasów w magazynach, by ukryć straty bilansowe i pogarszającą się kondycję ekonomiczną spółdzielni.

Wyrok, w wyniku apelacji oskarżonych, uchylił Sąd Okręgowy w Łomży i w poniedziałek (7 maja), jako świadek obrony zeznawał wiceprezes Krajowego Związku Spółdzielni Mleczarskich Waldemar Broś, ekspert od ekonomicznych i rynkowych aspektów mleczarskich fuzji. W czerwcu 2003 roku, jako przedstawiciel zrzeszenia, do którego należała OSM Zambrów, był obecny na Walnym Zebraniu, na którym zapadła decyzja o połączeniu z Mlekpołem.

Waldemar Broś stwierdził, że prezes Mlekpolu Edmund Borawski posiadał wówczas wiedzę o stratach w OSM Zambrów. W jego przekonaniu, strata 6 – 7 mln zł nie stanowiła żadnej przeszkody w zestawieniu z aktywami OSM Zambrów. Nie mury i wyposażenie zakładu stanowiły o wartości Zambrowa, lecz dostawcy produkujący 100 – 110 mln litrów mleka rocznie i marka wyrobów Zambrowa, dowodził Waldemar Broś. Wówczas OSM Zambrów miała dwa znaki towarowe o ogromnej wartości rynkowej, Maśko Zambrowskie i Mleko Białe. Posiadała też wszelkie certyfikaty, upoważniające do handlu w Unii Europejskiej. Według niego, to ogromne nakłady, poniesione na dostosowanie produkcji do wymogów unijnych oraz wypromowanie marki na rynku, były jedną z przyczyn kłopotów finansowych w 2003 roku. Mlekpól przejął gotowe znaki towarowe i certyfikaty i to był jego czysty zysk. Po wejściu

Zyskowe straty

do Unii i wprowadzeniu kwot mlecznych, coraz bardziej ujawnia się też zysk z przejęcia dostawców OSM Zambrów.

– W biznesie jest raz lepiej, raz gorzej, liczy się przede wszystkim marka i potencjał. Zarząd Mlekpolu dostrzegł to w Zambrowie i zdecydował się przejąć spółdzielnię ze stratami. O innych stratach, oprócz 6 mln zł, wówczas nie słyszałem – stwierdził wiceprezes Broś.

– Wówczas nie było jeszcze praktyki wyceniania znaków towarowych. Wiedzieliśmy, że podwyższają one znacznie wartość firmy, lecz nie wiadomo było, jak to ująć w księgach rachunkowych. Jeśli zrobiłam to źle, powinnam zostać ukarana. Ale tylko za to, a nie za „szkody” – mówiła ze łzami w oczach Halina G.

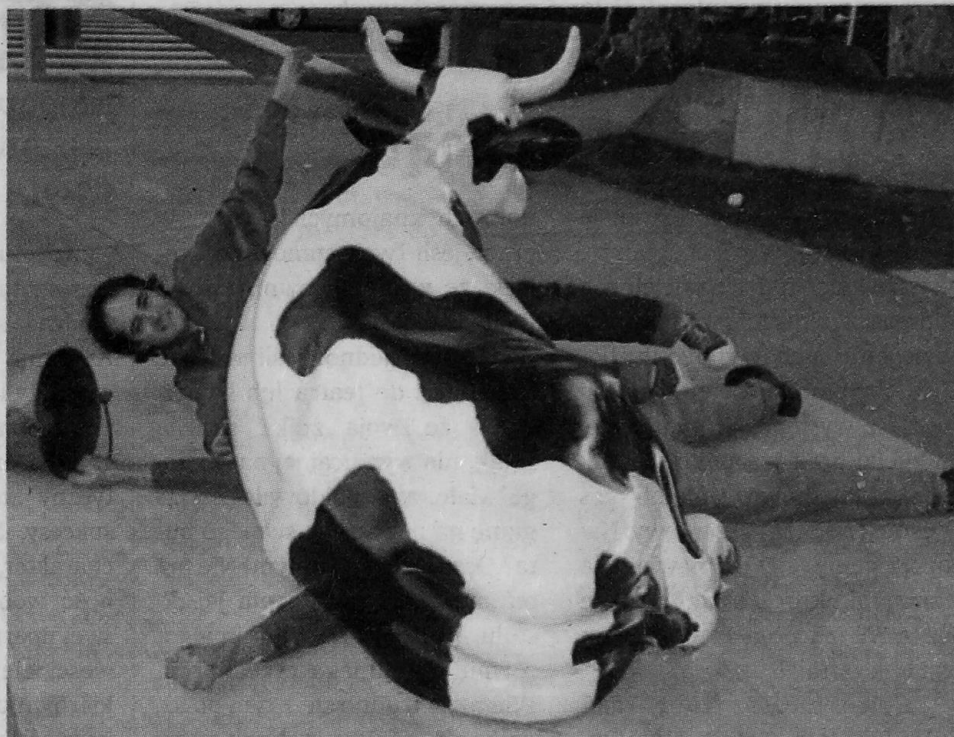
Proces obserwują byli członkowie OSM Zambrów, którzy Mlekpól po połączeniu pozbawił 20 mln zł udziałów członkowskich twierdząc, że po-

szły na pokrycie... strat byłej OSM, które ukrył rachunkowymi machinacjami oskarżony Zarząd.

Pytanie: skoro Prokuratura Okręgowa w Łomży wyliczyła, że Zarząd oszukał na 6, to skąd

lat w różnych aspektach przewija się przez sądowe wokandy, żaden sąd o tym nie rozstrzygał.

Oskarżony prezes Tadeusz W. uważa, że ponowny proces „daje nadzieję” na ukazanie bezsensu prokuratorskiego podejścia do



Mlekpól doznał 20 mln zł strat, czyli dokładnie tyle, ile wynosił fundusz udziałowy członków zambrowskiej OSM? I czy te „oszustwa” stanowiły szkodę majątkową Mlekpolu? Choć sprawa od 4

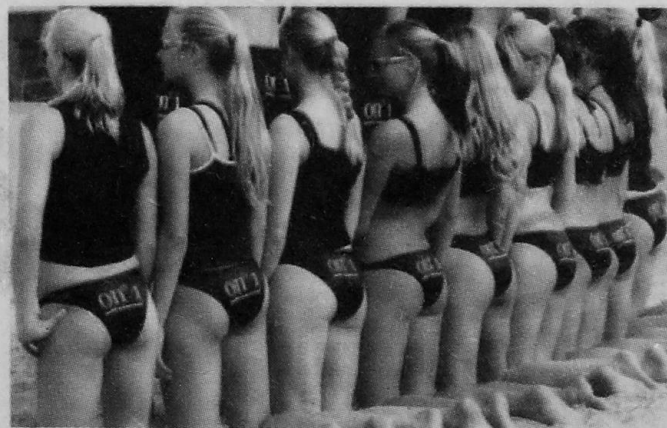
„szkód majątkowych Mlekpolu”, a tym samym nadzieję na ujawnienie wreszcie w pełni mechanizmów tego połączenia.

ZUZANNA PAWŁOWSKA

Karać za mini

Posel Artur Zawisza (PiS) od kilku miesięcy naciska w Ministerstwie Sprawiedliwości, by w kodeksie karnym zapisać nowego rodzaju przestępstwo, czyli biernego zachęcania do seksu. Miałoby ono polegać na noszeniu przez kobiety kuszących strojów i mocnego makijażu w okolicach dróg. Według posła, taki paragraf pomoże zwalczyć prostytucję przy ruchliwych trasach.

Pozostaje problem, jak odróżnić prostytutki od innych skąpo ubranych kobiet. Może się zdarzyć, że atrakcyjna dziewczyna, wracająca w mini z dyskoteki, zostanie zatrzymana przez policję... Posel na taką wątpliwość mówi, że wierzy w doświadczenie



Niby porządne, ale... A może: niby nieporządne, ale...?

policjantów, które pozwoli im odróżnić porządne kobiety od panien lekkich obyczajów.

Niewątpliwie, porządne kobiety lub panny w krótkich spódniczkach, zapytane przez policję, czy są prostytutkami, będą się czuły bardzo dowartościowane.

Uśmiech
KONTAKTÓW



Ewelina Tomaszewska z Czyżewa, uczennica kl. III Technikum Organizacji Usług Gastronomicznych

Dobre maniery

Co z tą gumą?

Dużym nietaktem jest żucie gumy w kościele, szkole, teatrze, na wszelkiego rodzaju oficjalnych imprezach, a także wszędzie tam, gdzie jesteś w charakterze służbowym. Zapomnij też o gumie, jeśli będziesz występował publicznie. To wielki brak szacunku dla słuchaczy, gdy mówca „miętoli” coś w ustach podczas przemowy. Nie żuj też gumy, gdy rozmawiasz ze starszymi, których dobrze nie znasz. W ich oczach możesz na tym tylko stracić.

Gdzie możesz żuć? Tam, gdzie jesteś prywatnie. Na zakupach, spacerze, w domu, samochodzie, na spotkaniu u „starych

dobrych znajomych”, także w pracy, jeśli Twoje stanowisko i relacje ze współpracownikami na to pozwalają.

Jeszcze jedno: jeśli właśnie wchodzisz do teatru lub stwierdziłeś, że Twoja „żujka” straciła smak, nie wyrzucaj jej na podłogę! Mało razy znajdowałeś czyjąś gumę na podeszwie swojego buta? Oszczędź tego innym! Nie ma też mowy o przyklejaniu jej do stołu, krzesła, drzwi lub innego, równie dogodnego przedmiotu. Wiem, że trudno się z tym pogodzić, ale miejsce zużytej gumy jest w koszu. Miłego żucia!

Salonowiec

Przysmak podlaski



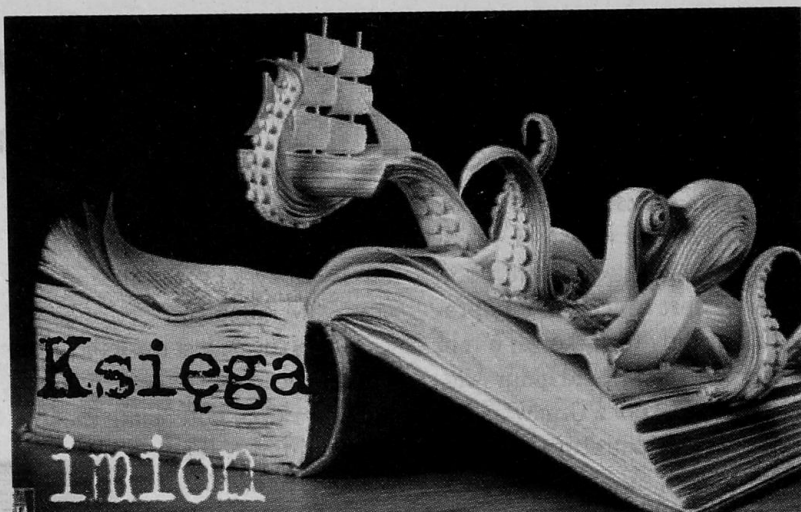
Jajecznicza chłopska

Składniki:

- 5 jajek
- 5 średnich, ugotowanych ziemniaków
- 10 dag boczku
- sól

Kroimy boczek w kostkę i smażymy na patelni. Po wytopie-

niu się tłuszczu, dodajemy pokrojone w plastry, gotowane ziemniaki. Gdy się lekko zarumienią, wrzucamy rozbite jajka i solimy do smaku. Jajecznicę smażymy na dużym ogniu, aż jajka się zetną. Podajemy z kwaszonymi ogórkami.



Najpopularniejsze imieniny tygodnia (10 – 16 maja): Antonina, Dominika, Zofia, Franciszek, Andrzej

Antonina – imię pochodzenia starorzymskiego, oznaczało wywodzącą się z rodu Antoniuszów. Antonina jest doskonałym znawcą duszy i charakterów ludzkich. Bywa wszechstronnie wykształcona, a dzięki temu, że ma krytyczny zmysł, odnosi poważne sukcesy. Sprzyja temu jej słały charakter, pewność siebie, lojalność wobec postanowień. Przy swej upartości i bezkompromisowości, nie powinna pełnić funkcji kierowniczych. W domu bywa najczęściej głową rodziny. Dbą o jej warunki. Nie lubi rozgłosu, woli zacisze pokoju.

Dominika – z reguły oznacza kobietę „z klasą”, budzącą sympatię, o bardzo silnym charakterze. Posiada męską umiejętność rządzenia. Jest obiektywna i pewna siebie. Wierna przyjaciółka dla kobiet i dla mężczyzn. Dobrze radzi sobie w interesach. Jest kobietą o bogatej inteligencji, często zaborczą.

Zofia – liczbą imienia Zofia jest sześć. To liczba harmonii, równowagi i zaufania do porządku, jaki powinien panować w świecie. I słusznie, bo mądrość polega na tym, że dostrzega się w świecie ład, harmonię i wieczny plan, a Zofie są wrażliwe na te wartości. Są też obdarzone bystrym okiem i przenikliwym umysłem, uwrażliwione na pewne subtelne szczegóły świata, które dla większości ludzi są wręcz niedostrzegalne. Mają naturalny talent wnikliwych psychologów. Trudno jest na nie wpływać i przekonywać do czegoś, do czego same nie mają

przekonania. Zofie wiedzą swoje i cenią sobie własne zdanie. Nie należą do łatwo pozwalających sobą kierować. Są przy tym wolne od małostkowości, złośliwości czy podejrzeń. Do wielu spraw, które dla innych są przykre, podchodzą z czystym umysłem. W swoich życiowych wyborach rzadko popełniają omyłki, gdyż chroni je przed tym ostrożność

Andrzej – posiada naturę odważną, szczerą, niezwykle wnikliwą. Ma nie tylko pomysły, ale również sprawnie je wprowadza w czyn. Jest uzdolnionym kierownikiem, chętnie radzi innym. Założone przez niego ognisko rodzinne może uchodzić za wzór do naśladowania.

Franciszek – z pozoru chłodny i pełen rezerwy, kryje wewnętrzne sprzeczności. Okazuje dużą pewność siebie i lubi udawadniać innym swoją rację. W głębi ducha targają nim często wątpliwości, a przesadną pewnością maskują nieśmiałość. Chce być kochany, ale często nie potrafi sam okazać miłości. Oczekuje wielu dowodów uznania, zanim sam odpowie tym samym. Bywa przekorny, łatwo zniechęca się przeciwnościami.





BANK KAWAŁÓW

Do baru wchodzi mężczyzna z krokodylem.

– Proszę wyjść! On jest niebezpieczny!

– On jest bardzo miły i nikomu nie zrobi krzywdy, mogę to udowodnić.

– Dobrze, jeżeli goście uznają, że nie ma zagrożenia, może pan zostać.

Mężczyzna prowadzi krokodyla na środek, wali krokodyla pięścią trzy razy w łeb i mówi:

– Otwórz pysk!

Krokodyl otwiera, mężczyzna zdejmuje spodnie i wkłada mu do pyska klejnoty. Wali go znowu trzy razy i mówi:

– Zamknij gębę!

Krokodyl zamyka, i wszyscy widzą, jak jego wielkie zęby zatrzymują się centymetr od ważnych organów.

– Może ktoś chce spróbować? – pyta właściciel krokodyla.

– Ja, ale niech pan nie bije mnie tak mocno w głowę. – odzywa się kobiecy głos.

X

– Kelner! Poproszę do pieczenia jakiś ostry przedmiot.

– Przecież szanowny pan już otrzymał nóż i widelec.

– Tak, ale na mojej pieczeni, którą w żaden sposób nie można ukroić, chciałbym chociaż wyręczyć na pamiątkę datę i swoje inicjały...

X

Podczas szkolenia policjanta uczono, że z podejrzanymi nie zawsze należy postępować surowo. Do prymitywnej natury zbrodniarza często można trafić łagodnie. Kiedy przed oblicze policjanta doprowadzono podejrzanego o zamordowanie swoich rodziców, śledczy, pamiętając o naukach, wita go:

– Któż tu do nas psisied? Wzięliśmy siekierkę do rąki i chlast w główkę mamusię i tatuśka, tiak?

X

– Jak myślisz, dlaczego noworodki są przynoszone przez bociany? – pyta przedszkolak przedszkolaka.

– Pomyśl logicznie. Gdyby noworodka przesłać pocztą, trzeba by nakleić na niego masę znaczków. Kto by potem miał sumienie na takim maluchu te znaczki stemplować?



X

– Egzamin jest jak przedstawienie teatralne: pan jest aktorem, a ja widzem. – mówi przed egzaminem profesor do studenta.

– To świetnie! Zaraz zawołam suflera!

X

Miś, zajączek, wilk i lis grają w karty. Lis oszukuje. Po pewnym czasie niedźwiedź wstaje i mówi:

– Ktoś tu oszukuje! Nie będę pokazywał palcem, ale jak strzeli w ten rudy pysk...

XXX

Dziś dowcipy nadesłał Mariusz Stęplewski z Białegostoku (nagroda). Pamiętajcie! Nasz konkurs na najlepszy kawał tygodnia trwa nieustannie. I nieustannie czeka nagroda („Kontakty”, 18-400 Łomża, al. Legionów 7).

TECZKI DOBRZE SCHODZĄ,
ALE JUŻ ODCZUWAMY
W TERENIE BRAKI



Spięcia

Były wojewoda łomżyński i radny Sejmiku wojewódzkiego Mieczysław Bagiński, od stycznia co jakiś czas zapraszał wiejskie dzieci na koncerty Łomżyńskiej Orkiestry Kameralnej, które z żoną finansował. Gminy miały zapewnić maluchom tylko transport. Z zaproszenia skorzystały wszystkie, poza gminą Mały Płock. Były wojewoda i radny jest z PSL. Zastępcą wójta gminy Mały Płock jest były członek PSL, który przeszedł do Samoobrony. Wygląda na to, że dorośli zachowują się jak dzieci.

„Endrju” i „Andrew” zwracała się do Andrzeja Leppera na otwartym spotkaniu z mieszkańcami Suwałk dyrektor Regionalnego Ośrodka Kultury i Sportu Maria Lauryn. Po tych pieszczotach, bełkotliwie mówiła o zasługach wice-marszałek Sejmu Genowefy Wiśniowskiej i swego.... męża, byłego piłkarza. Następnego dnia złożyła rezygnację z zajmowanego stanowiska. Kac musiał być kosmiczny!

Wybił szybę sklepu mięsnego przy ul. Mickiewicza w Grajewie, wszedł do środka i ukradł pętko kielbasy wartości 6 (słownie: sześć) złotych. Włamywacz miał pecha i, niestety, nie został schwytany tzw. na gorącym uczynku. Gdyby „sąd Ziobry” skazał go na dwa lata więzienia, miałby szansę na sławę bohatera „Nędzników” Wiktora Hugo. Nędznik wybił szybę i ukradł bochenek chleba.

Raport specjalnej komisji, powołanej przez premiera do zbadania sprawy oczyszczalni ścieków w Hryniewiczach pod Białymstokiem jest... tajny! Zadaniem komisji było wyjaśnienie, czy udział w „pierwszej aferze czwartej Rzeczypospolitej” mieli podlascy politycy PiS. Jesienią 2006 r. nie doszło do postanowienia zarzutów jednemu z nich, bo były wybory samorządowe i mogłoby mu to zaszkodzić. Raport powstał i... znowu są wybory. Z powodu tajności trudno wyrokować, czy raport mógłby PiS zaszkodzić. Można tylko wyrokować: to jest prawo i sprawiedliwość według Prawa i Sprawiedliwości.

Bartłomiej Jesionowski wygrał VI kolejkę Ligi Mlekovita! Tuż za nim uplasował się Wiktor Gołaszewski, który uzyskał tyle samo punktów, ale później nadesłał swój kupon. Na czele rankingu, nieprzerwanie od pierwszej kolejki, pozostaje tata dzisiejszego zwycięzcy, Antoni Jesionowski. Dziś typujemy mecze, które odbędą się 19 – 20 maja!

Wyniki VI kolejki (2 - 6 maja):

1. Odra Opole - Jagiellonia Białystok (II) 0:0
2. Ruch Chorzów - ŁKS Łomża (II) 1:0
3. Warmia Grajewo - Świt Nowy Dwór Mazowiecki (III) 3:0
4. Wigry Suwałki - Pelikan Łowicz (III) 4:0
5. MZKS Kozienice - Freskovita Wysokie Mazowieckie (III) - nie odbył się
6. Freskovita Wysokie Mazowieckie - KS Paradyż (III) 1:1
7. Mazowsze Grójec - Wigry Suwałki (III) 3:1
8. Drwęca Nowe Miasto Lubawskie - Warmia Grajewo (III) 2:2
9. Wissa Szczuczyn - Orzeł Kolno (IV) 1:3
10. Olimpia Zambrów - Tur Bielsk Podlaski (IV) 5:4
11. Sparta Augustów - Olimpia Zambrów (IV) 3:1
12. Tur Bielsk Podlaski - Wissa Szczuczyn (IV) 1:1
13. Orzeł Kolno - Hetman Białystok (IV) 0:0

Najlepsi w VI kolejce

1. Bartłomiej Jesionowski (ŁKS Łomża) - 70 pkt
2. Wiktor Gołaszewski (ŁKS Łomża) - 70 pkt
3. Lech Bielawski (ŁKS Łomża) - 65 pkt

Ranking Ligi Mlekovita po sześciu kolejkach:

1. Antoni Jesionowski (ŁKS Łomża) - 215 pkt
 2. Tadeusz Siwik (ŁKS Łomża) - 190 pkt
 3. Katarzyna Bielawska (ŁKS Łomża) - 170 pkt
 4. Lech Bielawski (ŁKS Łomża) - 155 pkt
 5. Bartłomiej Jesionowski (ŁKS Łomża) - 150 pkt
- (najlepsza dziesiątka na www.kontakty-tygodnik.com.pl)

Na kupony czekamy do czwartku, 17 maja!

LIGA „Mlekovita”

KUPON
NR 8

Imię i nazwisko: _____

Adres: _____

Telefon: _____

e-mail: _____

Jestem kibicem (nazwa drużyny): _____

VIII Kolejka Ligi „Mlekovita” (19-20.05)

1. Jagiellonia Białystok – Ruch Chorzów (II)
2. ŁKS Łomża – Lechia Gdańsk (II)
3. Znicz Pruszków – Wigry Suwałki (III)
4. Freskovita Wysokie Mazowieckie – Nadnarwianka Pułtusk (III)
5. Mazowsze Grójec – Warmia Grajewo (III)
6. Suprasłanka Supraśl – Olimpia Zambrów (IV)
7. Piast Białystok – Wissa Szczuczyn (IV)
8. Orzeł Kolno – Jagiellonia II Białystok (IV)

KONTAKTY



Włącz się!

Jeszcze nie grasz? Włącz się do zabawy! Przystąpić możesz w każdej chwili! Po prostu wytypuj wyniki, wytnij kupon i przyślij go do nas. Na kuponie zaznacz: liczbą „1” – zwycięstwo gospodarzy, liczbą „2” – zwycięstwo gości, literą „X” – remis. Czekają wspaniałe nagrody! Po wodzenia!

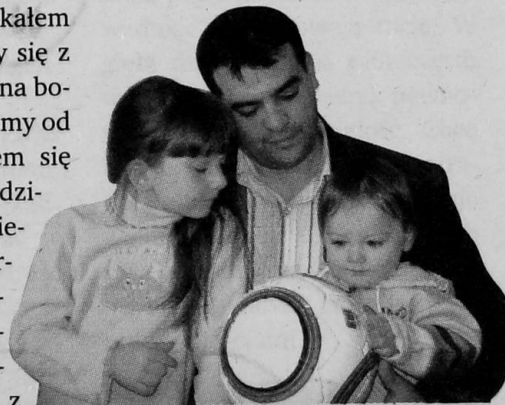
Pomyłka!

W podsumowaniu V kolejki Ligi Mlekovita, wkradł się błąd. Mecz IV ligi między KS Michałowo a Wissą Szczuczyn zakończył się remisem 1:1, a nie, jak napisaliśmy, zwycięstwem gospodarzy. Ranking Ligi Mlekovita został poprawiony, zgodnie z prawidłowym wynikiem. Za pomyłkę przepraszamy.

Piłka dla zwycięzcy V kolejki

Tadeusz Siwik: – Mieszkalem w Piątnicy, skrzykiwaliśmy się z kolegami z sąsiednich ulic na boisku pod blokiem. I kopaliśmy od dzieciństwa. Interesowałem się też tenisem stołowym, jeździłem na łyżwach. Wspomnieniem młodzieńczych sportowych sukcesów są jeszcze dyplomy. Ale najważniejsza była piłka. Oglądałem wszystkie transmisje z Mistrzostw Świata z 1982 roku, choć miałem dopiero 11 lat. Polacy wygrali z Francją 3:2 i zdobyli trzecie miejsce.

Kibicuję całej drużynie ŁKS, bo na wynik gra cały zespół. Nie mam żadnego idola. Chodzę na mecze. Sam gram rzadko, raczej dla relaksu. Ostatnio najczęściej



„kulam” piłkę z córką Oleńką (5 lat) i synem Kubusiem (1 rok). Ola ma już swoją piłkę, „wgrana” w „Kontaktach” będzie dla synka, a rodzinny mecz rozegramy z mamą.

(Zwycięzcę VI kolejki zaprezentujemy w następnym numerze).



Aleksandrze Zajkowskiej trenerowi Dariuszowi Syrnickiemu gratulacje złożył prezydent Jerzy Brzeziński (z prawej)

Zawodniczka Łomżyńskiego Klubu Karate mistrzynią Polski

Złota Ola

Na IV Mistrzostwach Polski Juniorów Młodszych w Karate Kyokushin, rozegranych w niedzielę, 6 maja w Opolu, Aleksandra Zajkowska wywalczyła złoty medal w kategorii lekki kontakt w wadze do 55 kg. Ola jest uczennicą Publicznego Gimnazjum nr 8 w Łomży. Karate ćwiczy od ośmiu lat. Jej największe sukcesy, to zdobycie Mistrzo-

stwa Województwa Podlaskiego oraz dwa złote medale Międzywojewódzkich Mistrzostw Młodzieży.

Aleksandra Zajkowska była jedyną zawodniczką, reprezentującą Łomżyński Klub Karate podczas turnieju w Opolu. W jej kategorii walczyło 26 zawodniczek z kraju. Stoczyła 5 zwycięskich pojedynków. (MK)



Wystartowała najstarsza grupa wiekowa, fot. R. Sienicki

Bieg 3 Maja

Pierwszy raz w Czyżewie odbył się Bieg 3 Maja o Puchar Wójta Gminy Czyżew Osada. Wystartowało ponad 170 zawodników w kilku kategoriach wiekowych. Do mety, wśród dziewcząt, dobiegły pierwsze: Kamila Gnatowska i Ewelina Janczewska (SP Czyżew), Marta Pogroszewska i Martyna Tomaszewska (Gimnazjum

w Czyżewie). Wśród chłopców najlepsi byli: Piotr Dąbrowski i Karol Styś (SP Czyżew), Sławomir Kurak (Gimnazjum w Czyżewie) i Maciej Przeździecki (LE w Łomży).

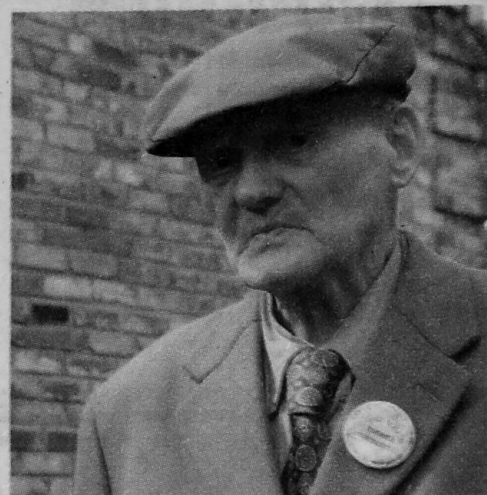
Trzeciomajowe uroczystości w Czyżewie zorganizowali Gminny Ośrodek Kultury, Urząd Gminy, szkoły, straż i policja.

Vivat!

Tradycyjnie dowódca Garnizonu, Klub Garnizonowy i Stowarzyszenie Klub Fort w Łomży zorganizowali przy fortach w Piątnicy piknik militarny pod hasłem „Vivat Maj!”. Na wivat odbywały się turnieje strzeleckie samorządowców, dziennikarzy i publiczności, których zagrzewały wojskowe piosenki. Zawodom towarzyszyły wystawy, poświęcone fladze narodowej i Konstytucji 3 Maja, zwiedzanie fortów i Muzeum Fortecznego, pokaz militariów. Po sportowych zmaganiach można było posilić się smaczną „militarną” grochówką.

Jednym z obserwatorów turnieju był por. Kazimierz Bazydło z Łomży (lat 90), najstarszy żołnierz legendarnego 33 Pułku Piechoty.

– Na strzelanie z pistoletów i karabinów maszynowych jeździliśmy na poligony w Czerwonym Borze i Giełczynie – wspomina. – Ćwiczenia były obowiązkiem, ale ja szczególnie je lubiłem. Niełatwa to sztuka. Ale z czasem wyrabiało się dobre oko i wprawna ręka. I celowało się, jak należy, czyli w sam środek! Byłem strzelcem wyborowym! We wrześniu 1939 roku strzelałem na fortach w Pią-



Por. Kazimierz Bazydło, strzelec wyborowy, i najstarszy żołnierz legendarnego 33 Pułku Piechoty w Łomży

nicy. Niemcy mocno stękali, chociaż mieli nad nami przewagę. Dzisiaj inne czasy, ale ja wciąż czuję się żołnierzem, bo nikt nie zwolnił mnie z przysięgi wierności Ojczyźnie. Lubię przyjeżdżać na forty. Wydają się inne, a z drugiej strony są takie, jakimi je zapamiętałem. To część mojego życia...

Piknik militarny odbywał się we wtorek, 8 maja, w rocznicę zakończenia drugiej wojny światowej.

– Chodzi nam przede wszystkim o propagowanie tradycji militarnej na Ziemi Łomżyńskiej – mówi ppłk Tadeusz Warec, prezes Klubu Fort. – Piknik jest również okazją do integracji różnych środowisk. I to jest piękne!

ŁKS Browar prowadzi trener z Radomia

Porażka z liderem

W piątek, 4 maja, ŁKS Browar przegrał w Chorzowie mecz z liderem II ligi Ruchem Chorzów 0: 1. Łomżanie nie dali rady liderowi, choć podjęli równorzędną walkę. Łomżyńskich piłkarzy pierwszy raz prowadził nowy trener Jan Makowiecki. Szkoleniowiec objął obowiązki w środę, 2 maja, po odejściu poprzednika Czesława Jakołcewicza do Wisły Płock.

– Celem, jaki postawił przede mną Klub, jest utrzymanie się w II lidze. Uważam, że choć trudne, jest to zadanie do wykonania – zapowiedział Jan Makowiecki (na zdjęciu) na pierwszej po podpisaniu kontraktu konferencji prasowej.

Nowy trener ŁKS był wiele lat bramkarzem III, II i I ligi.



Część sezonu prowadził samodzielnie KSZO Ostrowiec Świętokrzyski, gdy klub grał w I lidze. Przed trzema laty z Józefem Antoniakiem utrzymał drużynę Radomska w II lidze. Ostatnio uczył wychowania fizycznego w gimnazjum w Radomiu. (MK)

WOD-DOM

KAMIL DEMIAŃCZUK
materiały budowlane, sanitarne i c.o.
rok zał. 1991

Składy Budowlane

Łomża, Al. Piłsudskiego 147 (była hala Terrazytu)
tel./fax 086/ 219 08 77

Stara Łomża p/sz ul. Lipowa 34
tel. 086/ 218 27 97, tel./fax 086/ 218 28 52

- Materiały budowlane - sanitarne
- Technika grzewcza
- Wyroby hutnicze
- Usługi transportowe - ślusarskie
- Pokrycia dachowe
- Okna, drzwi
- Tynki mineralne

1155



Wszystko z dowozem!

- Najpiękniejsze płytki z wszystkich polskich fabryk (również tanie),
- specjalne płytki „Korzylius” na schody zewnętrzne,
- kabiny szklane,
- panele – od 14,90 zł,
- gresy polerowane.

Łomża, Al. Piłsudskiego 40 (za torami) Tel. (086)473-77-91
Al. Legionów 52 (przy dworcu)

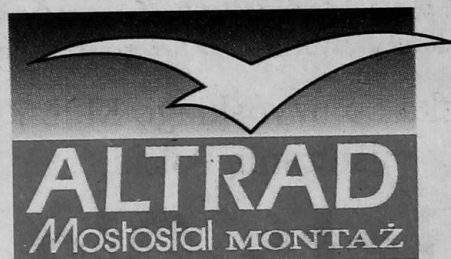
1079



18-420 Jedwabne, ul. Polna 27, tel. 086 217 22 11
18-400 Łomża, ul. Piłsudskiego 48, tel. 086 219 91 09

1157

NAJNIŻSZE CENY WYNAJMU!!!



BARDZO SPRAWNY, FACHOWY WYNAJEM:

- nowoczesnych szalunków ściennych,
- nowoczesnych szalunków stropowych,
- nowoczesnych rusztowań budowlanych fasadowych,
- nowoczesnych rusztowań modułowych,
- nowoczesnych, aluminiowych rusztowań przejezdnych.

Pracownicy firmy AMM

– Serdecznie zapraszają Państwa do współpracy

Kontakt:

Łomża Al. Legionów 12 tel./fax. (086) 216 29 83
kom. 0693 951 144, 0693 951 160
e-mail lomza@amm.siedlce.pl

936

ZRÓB SOBIE NIESPODZIANKĘ

Sprawdź ofertę i ceny mebli w ZPH „DOMOWIK” w Wiśniewie k. Zambrowa

- Największy w regionie wybór stołów i krzeseł
- Świetne materace – JANPOL
- Piękne i komfortowe meble tapicerowane
- Pokojowe meble z klasą **Paged meble**



Na wycieczce do Wiśniewa można dobrze zarobić!



Zakład Produkcyjno-Handlowy
DOMOWIK S.C.

Wiśniewo 9, 18-300 Zambrów • tel./fax 086 270-52-94

1158

teraz. zdrowie

**Dziecko
w ogrodzie**

**Modna
mezoterapia**

Groźne upławy
kiedy do ginekologa?

**Na patelni
grillowej**

3 KONKURSY

Tygodnik
ciechanowski

TYGODNIK

Tygodnik
SIEDLECKI

nasz głos

GŁOS
TYGODNIK

KONTAKTY
TYGODNIK PODLASKI

TYGODNIK
podlaski

ISSN 0208-6840



BLACHODACHÓWKA 20,26 zł/m²*
Trapez od 6 do 132 mm
Dachówka ceramiczna – Wienerberger Roben
Dachówka cementowa – Braas i Prodach
Łomża, al. Legionów 52 – przy dworcu PKS,
tel. (086) 212-53-57, kom. 0 600-926-795
POMIAR I TRANSPORT GRATIS

kostki bruku

Jedwabne

DYSTRYBUCJA
UKŁADANIE

086 217 25 42
www.mj.com.pl

AUTO-SERVIS BOSCH
• POMOC DROGOWA
osobowe – TIR Assistance 24 h
• STACJA PALIW SHELL
ŁOMŻA, AL. LEGIONÓW 152
0 604 420 420, 086 218 29 73

PROMOCJA*

W
KA
mate

Skład
Łomża
tel./fax
Stara Ł
tel. 086



Polskie Towarzystwo Położnych
rekomenduje produkty AVENT

nowe pojedyncze smoczki w nowej cenie!

Nowe Smoczki AVENT Sensitive pozwalają na większy przepływ powietrza wokół tarczki i pod nią, są więc idealne dla niemowląt o nawet najbardziej wrażliwej skórze. Wszystkie silikonowe smoczki do uspokajania AVENT są bezsmakowe i bezzapachowe – to dlatego Twoje dziecko łatwiej je akceptuje.

AVENT
Naturally

Infolinia: 0-801 35 37 37

Punkt konsultacyjny dla Młodej Mamy - ul. Rydygiera 8,
teren Instytutu Chemii Przemysłowej, czynne: pn.-pt. 9.00-17.00

dysyributor: Krotex-Poland Sp. z o.o.
ul. Rydygiera 8, 01-793 Warszawa, email: poczta@avent.pl



*promocja w dniach od 20.04. do 20.05. 2007

Na wycieczce do Wiśniewa można dobrze zarobić!



Zakład Produkcyjno-Handlowy
DOWOWIK S.C.

Wiśniewo 9, 18-300 Zambrów • tel./fax 086 270-52-94



Zdjęcie na okładce:
Magdalena Sobczyk/Photopass

Wydawca:

Agencja Wydawnicza i Reklamowa „EIM”
Marian Murawski
ul. Akademicka 3 m 50/51
02-038 Warszawa

Redaktor prowadzący:

Krystyna Sochoń
e-mail: krystyna.sochon@terazzdrowie.com

Stale współpracują:

lek.med. Maciej Chylak
dr n.med. Agnieszka A.Pawlik
Zofia Borowska
Katarzyna Gładkowska
Justyna Hofman-Wiśniewska
Grzegorz Ostrowski
Magdalena Próchnicka
Agata Piotrowska
Bożena Rytel

Adres Redakcji:

ul. Rydygiera 8
01-793 Warszawa

Kontakt z czytelnikami:

tel.: (0-22) 633 80 41 wew. 124
fax: (0-22) 633 94 17
e-mail: terazzdrowie@terazzdrowie.com

Projekt graficzny:

Marek Kwiatkowski

Reklama:

tel.: (0-22) 633 80 41
fax: (0-22) 633 94 17
e-mail: reklama@terazzdrowie.com

Druk:

Elanders Polska Sp. z o.o.
Płońsk ul. Mazowiecka 2
tel.: (23) 662 23 16
e-mail: elanders@elanders.pl

Redakcja nie zwraca materiałów niezamówionych, zastrzega prawo do zmian w zamówionych tekstach, nie odpowiada za treść zamieszczonych reklam i ogłoszeń. Przedruk materiałów bez zgody wydawcy jest zabroniony. Bezumowna dystrybucja lub sprzedaż pisma jest nielegalna. Magazyn Teraz Zdrowie nie zastępuje porady lekarskiej, stanowi jedynie źródło informacji o zdrowiu. Przed skorzystaniem z porad umieszczanych na łamach pisma, należy skonsultować się z lekarzem.



SPIS TREŚCI



Aktualności	4
Wiosenne zmęczenie	4
Sprawdź swoje BMI	4
Groźne upławy	5
Zapalenie dziąseł a zawał	6
Robaki i robaczki - tasiemiec	6
Stop alergii	7
Konkurs - JELP	7
Dziecko w ogrodzie	8
Bez recepty	9
Napisz, nasz ekspert odpowie	10
Warto czytać	10
Mezoterapia	11
Konkurs - DAX Cosmetics	11
Rozmowa z Arturem Barcisiem	12
Na patelni grillowej	13
Konkurs - PZWL	14
Rozwiązanie konkursów z nr 4/2007	14
Krzyżówka z nagrodami	14

8



ISSN 0208-6840



BLACHODACHÓWKA

20,20 zł/m²*
Trapez od 6 do 132 mm
Dachówka ceramiczna - Wienerberger Roben
Dachówka cementowa - Braas i Prodach
Łomża, al. Legionów 52 - przy dworcu PKS
tel. (086) 212-53-57, kom. 0 600-926-795

POMIAR I TRANSPORT GRATIS

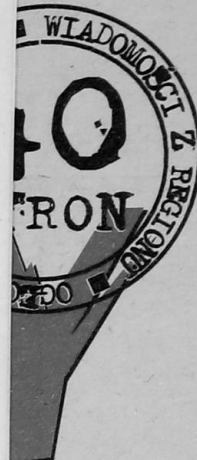
www.dach.msk.pl

kostki bruku

Jedwabne

DYSTRYBUCJA
UKŁADANIE

086 217 25 42
www.mj.com.pl



(z VAT 7%)

BOSCH

• POMOC DROGOWA
osobowe - TIR Assistance 24 h

• STACJA PALIW SHELL

ŁOMŻA, AL. LEGIONÓW 152
0 604 420 420, 086 218 29 73

Aktualności

Przewlekła białaczka szpikowa

Do 2000 r. jedyną metodą wyleczenia chorego było przeszczepienie szpiku kostnego. Szansę na znalezienie dawcy ma wciąż tylko co trzeci pacjent. Być może niektórym chorym przyjdzie z pomocą lek II generacji - dazatynib, zarejestrowany w Polsce w 2006 r. Specjaliści w dziedzinie hematologii potwierdzają, że u pacjentów, u których zastosowano terapię tym lekiem, obserwuje się poprawę stanu zdrowia i jakości życia.

Więcej informacji: Ogólnokrajowe Stowarzyszenie Pomocy Chorym na Przewlekłą Białaczkę Szpikową, ul. Mazowiecka 12, lok. 24, 00-048 Warszawa, tel./fax: (22) 827 28 37, www.spbs.pl
Infolinia dla pacjentów: 0 500 291 289.

Amazonki w Polsce

W b.r. Ruch Amazonek w Polsce obchodzi 20-lecie powstania. Rocznicę uświetniło otwarcie nowo wybudowanego Centrum Edukacyjno - Terapeutycznego Zakładu Rehabilitacji przy Centrum Onkologii w Warszawie, ul. Roentgena 5.

Ruch zrzesza ponad 20 000 Amazonek. Pomaga przetrwać trudny okres choroby i uczy odkrywania na nowo życia.

Polska Grupa Badawcza Chłoniaków

Rusza nowa edycja programu adresowanego do lekarzy hematologów i onkologów zajmujących się leczeniem chorych na chłoniaki. Program, pod nazwą - Lymphoma Forum of Excellence, realizowany jest we współpracy z firmą Roche. Poprowadzi go Polska Grupa Badawcza Chłoniaków.

Chłoniaki to choroby nowotworowe, które mogą rozwinąć się w każdym miejscu organizmu, choć najczęściej atakują węzły chłonne. Mogą wystąpić w każdym wieku, ale najczęściej pojawiają się w 6-7 dekadzie życia. Liczba nowych zachorowań wynosi w Polsce od 6 000 do 8 000 rocznie. W ciągu minionych 50 lat nastąpił znaczny postęp w skuteczności leczenia chłoniaków. Zanotowano wzrost wieloletniego przeżycia pacjentów o 50% (z ok. 20% do ok. 70%).

(oprac. jk)

wiosenne zmęczenie

Niby jesteśmy zdrowi, ale trudno nam wykrzesać siły, aby pracować czy uczyć się. Jesteśmy ospali, bolą nas mięśnie, serce „dziwnie” kołacze, byle drobiazg nas wyprowadza z równowagi. Co się dzieje?

To zmęczenie wiosenne, bardzo dobrze znane lekarzom. Najczęściej mija samoistnie, ale trzeba mu w tym pomóc. A oto kilka rad:

UZUPEŁNIJ WITAMINY I MINERAŁY

Warto sięgnąć po witaminy „młodości”, czyli A, C, E i mikroelementy: cynk, miedź, selen. Uzupełnić też trzeba witaminy z grupy B, bo korzystnie działają na układ nerwowy. Również żelazo i magnez są nam potrzebne. Godne polecenia są preparaty wielowitaminowe, np. Centrum, Vigor, Geriavit i in.

ZADBAJ O DIETĘ

W codziennym menu powinny się znaleźć produkty z 5 grup: ryby lub chude mięso, nabiał, owoce, warzywa, pełnoziarniste pieczywo i kasze. W ciągu dnia przegryzaj suszone owoce, orzechy, pestki słonecznika i dyni.

WIĘCEJ ŚPIJ

W ciągu dnia nie żałuj sobie drzemki, ale nie dłuższej niż 15-30 minut. Śpij nie krócej niż 6 godzin na dobę. Wystrzegaj się tabletek nasennych - uzależniają.

RUSZAJ SIĘ

Wystarczy, że będziesz rytmicznie maszerować, jeździć na rowerze lub pływać. Nieoceniony jest codzienny półgodzinny spacer.

NIE DAJ SIĘ STRESOWI

Nie bój się powiedzieć „nie” w miejscu pracy i w domu. Zajęcia planuj z wyprzedzeniem i codziennie znajdź czas na chwilę odpoczynku. Pamiętaj: pracoholizm osłabia siły vitalne organizmu. Jeśli stres cię nie opuszcza, pomóż sobie jednym z preparatów bez recepty. Wypróbuj np.: Kalms, Lecitan i in.

autor: Zofia Borowska

Sprawdź swoje BMI

BMI (od ang. Body Mass Index), czyli wskaźnik masy ciała. Pozwala on ocenić, czy nie ważysz za dużo lub za mało

Wylicza się go następująco:

$$BMI = \frac{\text{waga}}{\text{wzrost} \cdot \text{wzrost}} = \frac{\text{waga}}{\text{waga}^2}$$

Na przykład BMI osoby mającej 172 cm wzrostu i ważącej 85 kg wynosi: 85 podzielone przez 1,72 razy 1,72 = 28,7.

Dla osób dorosłych wartość BMI wskazuje na:

- <15 - wygłodzenie
- 15,1 - 17,4 - anoreksję
- 17,5 - 18,5 - niedowagę
- 18,5-24,9 - wartość prawidłowa
- >25 - nadwagę
- 25-29,9 - okres przed otyłością
- 30-34,9 - I stopień otyłości
- 35-39,9 - II stopień otyłości
- >40 - III stopień otyłości (otyłość kliniczna)

(oprac. map)

Na wycieczce do Wiśniewa można dobrze zarobić!



Zakład Produkcyjno-Handlowy
DOWOWIK S.C.

Wiśniewo 9, 18-300 Zambrów • tel./fax 086 270-52-94

Z ginekologiem o groźnych upławach



foto: archiwum prywatne

Rozmowa

z dr.n.med.

Kingę Ziółkowską
ginekologiem i położnikiem
z przychodni BIOS
w Warszawie
ul. Szaserów 38
tel.: (22) 612-16-34

Czy każda wydzielina z pochwy
świadczy o tym, że dzieje się
coś złego i trzeba wybrać się
do lekarza?

Kobiety dojrzewające i dojrzałe mają
prawidłową wydzielinę z pochwy, której
nie trzeba leczyć. Natomiast upławy są
skutkiem choroby, najczęściej stanu za-
palnego pochwy. Prawidłowa wydzielina
od upławów różni się przede wszystkim
wyglądem, a niekiedy również zapachem.
Upławom towarzyszą też często
dodatkowe dolegliwości - okolice in-
tymne pieką, swędzą, są zaczerwienio-
ne, obrzmiałe.

Jaki wygląd ma prawidłowa
wydzielina?

U kobiet miesiączkujących zależy to
od fazy cyklu. W I fazie wydzielina jest
przezroczysta, nie ma zapachu, nie
podrażnia. Im bliżej owulacji, tym jest
jej więcej. Staje się podobna do białka
jaja kurzego, jest elastyczna, „ciągliwa”.
Po owulacji gęstnieje i robi się biaława,
mleczna.

Jakie objawy dają upławy,
będące wynikiem zapalenia
pochwy?

Wydzielina wówczas jest obfita, szara
lub biała, serowata, czasami krwista
i ma nieprzyjemny zapach - rybi, nie-
kiedy słodkawy, a bywa wręcz ostry.
Wszystko zależy od przyczyn zapalenia
pochwy.

Czym najczęściej spowodowa-
ny jest stan zapalny pochwy?

Grzybicą, wywołaną przez grzyb *candida albicans*, bytujący w pochwie.
Przy dogodnych dla niego warunkach,
gdy kobieta ma np. osłabiony układ
odpornościowy, jest po antybiotyko-
terapii, przeżyła silny stres itp., grzyb
gwałtownie namnaża się. Uważa się,
że grzybicą w małżeństwie czy partner-
skim układzie krąży między mężczyzną
i kobietą. Dlatego trzeba równolegle
leczyć obojwoje partnerów. Objawami
grzybiczego zapalenia pochwy jest:
duża ilość gęstych, białych upławów,
pieczenie, świąd, zaczerwienienie
i obrzęk okolicy intymnej.

Czy zapalenie pochwy może
być wywołane przez bakterie?

Jest to powszechna forma zapalenia.
Daje objawy podobne do grzybicy,
ale nie tak burzliwe. Kobieta odczuwa
świąd i pieczenie. Upławy wydzielają
rybi zapach, wyczuwany zwłaszcza po
stosunku albo po umyciu się mydłem.

Jakie inne przyczyny mogą
wywołać chorobliwe upławy?

Obecność rzęsistka, który jest paso-
żytem to również częsta przyczyna
zapalenia pochwy. Upławy są wów-
czas obfite, żółtozielone, pienne, mają
przykry zapach. Narządy płciowe ko-
biety są zaczerwienione, obrzęknięte,
odczuwa ona pieczenie i swędzenie.

Do zakażenia rzęsistkiem dochodzi
najczęściej przez stosunek seksualny,
ale również można się nim zakażyć,
korzystając, np. z publicznych toalet.
Leczenie jest łatwe, ale obowiązuje
obydwoje partnerów.

Czy można mieć dolegliwości
wynikające z uczulenia
narządów płciowych?

Można. Jest to pieczenie i swędzenie
spowodowane uczuleniem na składniki
np. mydeł, olejków i soli kąpielowych,
chloru z basenów pływackich, perfu-
mowanych podpasek czy tampo-
nów. Ofiarą tych dolegliwości padają
zwłaszcza kobiety chorujące na alergię
kontaktową.

Czasami kobieta mająca
upławy nie ma możliwości
wybrania się do lekarza.
Tak się dzieje np. podczas
urlopów spędzanych na
odludziu. Czy może sobie
jakoś poradzić?

W wyjątkowych sytuacjach można
spróbować sobie samemu pomóc.
I tak np. bakteriobójczo i znieczulają-
co działa Tantum Rosa, który stosuje
się do mycia i irygacji dopochwowych.
Mniej kłopotliwe są gałki dopochwowe
Vagical czy Albothyl hamujące infekcje
grzybowe. Również krem Clotrimazo-
lum może przynieść ulgę, zwłaszcza
w zewnętrznych dolegliwościach po-
chodzenia grzybiczego. Te leki można
w aptekach dostać bez recepty. Pragnę
jednak podkreślić, że po powrocie z ur-
lopu trzeba koniecznie udać się do gi-
nekologa, nawet jeżeli dolegliwości się
skończyły.

rozmawiała: Magdalena Próchnicka

teraz
zdrowie

5

ISSN 0208-6840



BLACHODACHÓWKA
20,26 zł/m²*
Trapez od 6 do 132 mm
Dachówka ceramiczna - Wienerberger Roben
Dachówka cementowa - Braas i Prodach
Łomża, al. Legionów 52 - przy dworcu PKS
tel. (086) 212-53-57, kom. 0 600-926-795
POMIAR I TRANSPORT GRATIS
*cena det. blach. 600x1200x50

kostki
bruku

Jedwabne

DYSTRYBUCJA
UKŁADANIE

086 217 25 42
www.mj.com.pl

BOSCH
• POMOC DROGOWA
osobowe - TIR Assistance 24 h
• STACJA PALIW SHELL
ŁOMŻA, AL. LEGIONÓW 152
0 604 420 420, 086 218 29 73



foto: archiwum prywatne

Zapalenie dziąseł a zawał

Amerykańskie firmy ubezpieczeniowe opracowały projekt, w którym zalecane przez kardiologów przeciwzapalne płukanki do jamy ustnej będą częściowo refundowane. Zbytek? Nie! Raczej forma oszczędzania!

Zarówno przewlekły stan zapalny dziąseł jak i parodontoza przyczyniają się do nasilenia wielu dolegliwości. Dotyczy to takich chorób jak: miażdżyca, cukrzyca, reumatoidalne zapalenie stawów. Zaniedbane zęby i dziąsła mogą też spowodować przedwczesny poród oraz narodziny dziecka z niską masą urodzeniową.

STAN ZAPALNY I KRWIOBIEG

Z chorego przyzębia do krwiobiegu dostają się drobnoustroje i szkodliwe substancje. Mają one destrukcyjny wpływ na cały organizm. Miażdżyca, w związku z chorobami jakie wywołuje (choroba niedokrwienna mięśnia sercowego, zawał, zmiany w naczyniach mózgowych, udar mózgu), stanowi

dzisiaj zasadniczą przyczynę zachorowalności i śmiertelności w krajach wysokorozwiniętych.

ZĘBY, MIAŻDŻYCA I ZAWAŁ

Współobecność u pacjenta: chorego przyzębia i miażdżycy, zwiększa dwukrotnie ryzyko zawału serca, a prawie trzykrotnie – udaru mózgu. Przewlekłe zapalenie dziąseł ma taki sam wpływ na serce jak palenie papierosów! Nic więc dziwnego, że leczenie parodontozy traktowane jest jako postępowanie profilaktyczne w stosunku do zawału i udaru.

HIGIENA

Banalne dbanie o codzienną higienę jamy ustnej: szczotkowanie zębów po

każdym posiłku, stosowanie nici dentystycznych, płukanek oraz systematyczne usuwanie kamienia nazębnego u stomatologa, to najprostsze sposoby, aby zapobiec nie tylko utracie zębów, ale także cieszyć się dobrym zdrowiem.

autor: dr n.med. Agnieszka A. Pawlik

Warto wiedzieć

Typowe objawy zawału serca to: ból w klatce piersiowej, duszność, poty, uczucie lęku, nudności. Ból zawałowy trwa przeważnie nie krócej niż 20 minut, a często kilka, a nawet kilkanaście godzin. Około 25% zawałów serca daje nietypowe, niewielkie dolegliwości lub przebiega zupełnie bezbólowo. Najczęściej zawały bezbólowe występują u osób chorych na cukrzycę.

Robaki i robaczki

Najdłuższym pasożytem człowieka jest tasiemiec nieuzbrojony. Ma od 4 do 10 metrów długości. Inną odmianą jest tasiemiec uzbrojony.

Dla obydwu ostatecznym żywicielem jest człowiek. Natomiast żywicielem pośrednim dla nieuzbrojonego jest bydło rogate, dla uzbrojonego - świnie. W mięśniach tych zwierząt znajdują się węgry, czyli otorbione larwy tasiemca. Człowiek zakaża się, zjadając mięso zakażone larwami, np. surową wołowinę (tatar) lub próbując nawet niewielką ilość np. mielonego mięsa wieprzowego lub z dzika.

OBJAWY TASIEMCZYCY

to najczęściej zaburzenia trawienne, brak apetytu lub – przeciwnie - wilczy głód, bóle głowy, nudności, odbijania, utrata wagi.

Zakażenie tasiemcem może być dla człowieka niebezpieczne. Larwy mogą bowiem przeniknąć przez błonę śluzową

jelita, dostać się do krwi, a wraz z nią – do wątroby, mięśni, oczu, a nawet mózgu. Choroba nimi spowodowana nazywa się węgry i jest trudna do leczenia. Jej objawy są różne i zależą od miejsca, w którym ulokowały się węgry. Rozpoznanie tasiemczycy opiera się na stwierdzeniu obecności członów pasożyta w kale. Określenie typu tasiemca możliwe jest po mikroskopowym badaniu jego członów. Leczenie na ogół jest skuteczne, ale musi być prowadzone przez lekarza.

autor: Zofia Borowska

Zapamiętaj!

Po leczeniu każdej choroby wywołanej przez robaki lub pasożyty należy po 2 miesiącach od zakończenia kuracji powtórzyć badania laboratoryjne. Można być nosicielem choroby i zakażać innych, nie mając żadnych objawów.

Na wycieczce do Wiśniewa można dobrze zarobić!



Zakład Produkcyjno-Handlowy
DOMOWIK S.C.

Wiśniewo 9, 18-300 Zambrów • tel./fax 086 270-52-94

JELP

dla:
noworodków,
niemowląt,
dzieci, alergików

Składniki zawarte m.in. w zwykłych proszkach do prania mogą okazać się alergenami, które wywołują uczulenia kontaktowe. Dlatego już **od momentu narodzin warto zadbac o skórę malucha**. By zapewnić bezpieczeństwo delikatnej skórze zalecane jest stosowanie produktów, których formuła nie narusza naturalnego PH, ograniczając tym samym możliwość jej podrażnienia. Dlatego najlepszym rozwiązaniem dla rodziców i alergików jest **wyróżniony w 2006 r. przez Polskie Towarzystwo Położnych**, duński proszek do prania JELP.

Proszek ten jest hipoalergiczny. Nie zawiera substancji drażniących (wybielaczy optycznych i rozjaśniaczy chemicznych, aktywatorów TAED i sztucznych barwników) i posiada neutralny zapach. Tym samym **zapewnia idealną ochronę przed alergią i astmą**. JELP, przeznaczony do prania pieluszek, bielizny i tkanin kolorowych (w tym bawełny, lnu, włókien mieszanych oraz sztucznych), skutecznie usuwa wszelkie plamy i zabrudzenia, a jednocześnie jest produktem delikatnym i bezpiecznym.

foto: materiały prasowe JELP



Stop alergii

W alergii organizm zachowuje się nieproporcjonalnie do istniejącego zagrożenia. Na kontakt z substancją uczulającą zareaguje więc np. kichaniem lub wysypką

ALERGIA JEST DZIEDZICZNA

Prawda i nieprawda. Alergia jest chorobą genetyczną uwarunkowaną, tak więc rzeczywiście dziedzicznym skłonnością alergiczną. Co do przyczyn jej występowania wciąż wysuwane są nowe hipotezy. Część specjalistów wiąże przyrost zachorowań z postępowaniem cywilizacyjnym. W krajach o niskich standardach życia, notuje się mniej zachorowań niż w krajach wysokorozwiniętych. Nie wyjaśnia to jednak w pełni mechanizmu powstawania alergii. Jesteśmy uczuleni bowiem nie tylko na materiały sztucznie wytworzone, ale także na substancje naturalne, takie jak: sierść zwierząt czy kurz.

KASZEL I NIESTRAWNOŚĆ TO OZNAKA ALERGII

Nieprawda. Często pod pojęciem alergii niewłaściwie rozumiemy, np. kaszel lub niestrawność. Tymczasem mogą to być reakcje zbliżone do objawów alergii, ale diagnozę powinien postawić lekarz.

TESTÓW SKÓRNYCH NIE WYKONUJE SIĘ U DZIECI

Prawda. U małych dzieci - do ok. 5 r.ż. raczej nie wykonuje się testów skórnych. Dopiero od ok. 5-7 roku życia dziecka, takie testy można uznać za wiarygodne w potwierdzaniu alergicznej przyczyny dolegliwości.

ALERGIĘ MOŻNA WYLECZYĆ

Prawda i nieprawda. Każda choroba, w tym i alergia, ma swój własny przebieg. Może się zdarzyć i tak, że mimo przyjmowania leków, objawy nie ustępują. Podawane leki blokują końcowy etap mechanizmu choroby. A skuteczność niektórych leków może zmniejszać się wraz z upływem czasu leczenia. Zdarza się też, że objawy alergii ustępują samoistnie. Nie leczona alergia zazwyczaj jednak doprowadza do znacznego pogorszenia jakości życia.

autor: Agata Piotrowska



Kupon JELP 05/2007

KONKURS - JELP

Zapraszamy do wzięcia udziału w konkursie. Odpowiedz na pytanie:

Dla kogo zalecany jest hipoalergiczny proszek do prania JELP?

Podpowiedzi szukaj w serwisie www.jelp.pl.

5 pierwszych osób, które do dnia 16 maja 2007 r. prześle na adres redakcji: TERAZ ZDROWIE, ul. Rydygiera 8, 01-793 Warszawa, wypełniony kupon konkursowy, otrzyma od producenta tego produktu zestawy upominków zawierające:

proszek JELP Fresh Classic 2,4 kg, płyn zmiękczający JELP 1L oraz bandankę dziecięcą z polaru.

Nagrody prześlemy pocztą.

Zgadam się na przetwarzanie moich danych osobowych w celach marketingowych i reklamowych przez wydawnictwo „EIM” Agencja Wydawnicza i Reklamowa z siedzibą w Warszawie, ul. Akademicka 3 m 50/51, 02-038. Oświadczam, iż zostałem poinformowany o dobrowolności podania danych osobowych oraz prawie wglądu do swoich danych oraz ich poprawiania. Brak podpisu nie wyklucza udziału w konkursie.

Odpowiedź:

Imię i nazwisko:

Wiek:

Adres:

Podpis:

ISSN 0208-6840



BLACHODACHÓWKA
20,20 zł/m²*
Trapez od 6 do 132mm
Dachówka ceramiczna - Wienerberger Roben
Dachówka cementowa - Braas i Prodach
Łomża, al. Legionów 52 - przy dworcu PKS
tel. (086) 212-53-57, kom. 0 600-926-795
POMIAR I TRANSPORT GRATIS

kostki bruku

Jedwabne

DYSTRYBUCJA
UKŁADANIE

086 217 25 42
www.mj.com.pl

BOSCH

• **POMOC DROGOWA**
osobowe - TIR Assistance 24 h

• **STACJA PALIW SHELL**

ŁOMŻA, AL. LEGIONÓW 152
0 604 420 420, 086 218 29 73

Dziecko w ogrodzie



fot. materiały prasowe MILTON

Ogród to wymarzone miejsce zabaw dla każdego malucha. Biorąc pod uwagę niepohamowany pęd dzieci do eksperymentów, zadbaj, aby Twoje dziecko było w nim bezpieczne

1. Nie zostawiaj otwartej furtki. Najlepiej załóż na niej zamek lub inne zabezpieczenie, którego Twoje dziecko nie pokona.
2. Wszelkie nawozy i chemikalia oraz niebezpieczne narzędzia ogrodnicze (kosa, grabie, motyka, kosiarka) trzymaj w miejscu niedostępnym dla dziecka.
3. Sprawdź czy kłapa zbiornika od szamba jest dokładnie przykryta i czy dziecko jej nie odsunie.
4. Wodę z basenika wylewaj, gdy tylko dzieci skończą w niej kąpiel.
5. Sprawdzaj czy sprzęty do zabawy są w dobrym stanie. Czy na powierzchni nie pojawiły się drzazgi, czy połączenia tańcuchowe w huśtawce dobrze się trzymają.
6. Usuwać wszystkie grzyby, gdy tylko się pojawią.
7. Nie sadź w ogrodzie roślin, którymi dziecko mogłoby się zatruć, takich jak: naparstnica, groszek pnący, konwalie, ostrokrzew.
8. Sama rozkładaj krzeselka ogrodowe. Gdy będzie to próbował zrobić Twój maluch, łatwo może przytrzasnąć sobie palce.
9. Sprawdzaj cały teren, usuwając odchody psów i innych zwierząt domowych. Dziecko potrafi się nimi bawić, a nawet je zjeść.
10. Zawsze miej pod ręką jakiś środek dezynfekujący, np. **Ściereczki do odkażania powierzchni** (dezynfekują, niszcząc wszelkie bakterie, wirusy i grzyby) lub **Milton antybakteryjny żel do rąk**, który nie wymaga użycia wody i chroni ręce przed drobnoustrojami.

(oprac. jk)

Milton to najszybsza metoda sterylizacji na zimno

	Antybakteryjny żel do rąk Opakowanie: 100ml Cena: ok. 16,90 PLN.	Nalożyć niewielką ilość żelu na ręce i pocierać nimi aż do wyschnięcia. Nie ma potrzeby splukiwania.	- Idealny w podróży, na spacerze, gdy nie ma dostępu do wody i mydła. - Przed karmieniem.
	Ściereczki dezynfekujące do odkażania powierzchni Opakowanie: 30 sztuk. Cena: ok. 16,90 PLN.	Do przecierania powierzchni. Nie stosować do ciała.	- Do przecierania upuszczonego smoczka. - Do wycierania krzesełek, nocniczka, zabawek. - W publicznej restauracji i toalecie do przecierania maty do przewijania, toalety.
	Płyn dezynfekujący Opakowanie: 500ml. Cena: ok. 20,90 PLN.	Sterylizacja w roztworze z zimną wodą w ciągu 15 minut.	- Sterylizacja naczyń i akcesoriów dziecięcych, takich jak: butelki, smoczki, miseczki itp. - Sterylizacja podłóg. - Idealny do domu, w otoczeniu Twoim i dziecka.
	Tabletki do rozpuszczania w wodzie Opakowanie: 28 tabletek. Cena: ok. 16,90 PLN.	1 tabletkę rozpuszczoną w zimnej wodzie sterylizuje w ciągu 15 minut.	- Sterylizacja naczyń i akcesoriów dziecięcych, takich jak: butelki, smoczki, miseczki itp. - Sterylizacja podłóg. - Idealne do użycia w domu, jak i w dowolnym miejscu poza nim.

Infolinia: 0-801 35 37 37

Dystrybutor: Krotex-Poland Sp. z o.o. ul. Rydygiera 8, 01-793 Warszawa, tel.: (22) 633 80 41, e-mail: milton@krotex.com.pl
Wszystkie adresy sklepów, w których dostępne są produkty **Milton**, znajdziesz na stronie: www.krotex.com.pl

Na wycieczce do Wiśniewa można dobrze zarobić!



Zakład Produkcyjno-Handlowy
DOMOWIK S.C.

Wiśniewo 9, 18-300 Zambrów • tel./fax 086 270-52-94

Milton antybakteryjny spray do dezynfekcji powierzchni

Krotex Poland Sp. z o.o.

Wskazania: bezpieczny, skuteczny i łatwy w użyciu. Czyści i chroni akcesoria dla dzieci, takie jak: krzeselka, wanienki, maty do przewijania, małe plastikowe zabawki itp. Jak również wszystkie powierzchnie, z którymi dziecko styka się w domu, a w szczególności w kuchni, gdzie przygotowuje się pożywienie dla dziecka. Przebadany klinicznie. Ma świeży zapach.

Działanie: niszczy bakterie, takie jak: *Salmonella*, *Listeria*, *Campylobacter*, mogące wywoływać u dzieci biegunkę i wymioty. Niszczy także grzyby np. *Candida albicans* odpowiedzialne za powstawanie pleśniawek.

Cena: 20,90 PLN.

Dystrybutor: Krotex Poland Sp. z o.o., ul. Rydygiera 8, 01-793 Warszawa, tel.: (22) 633 80 41, e-mail: milton@krotex.com.pl



GALOSPA - rozkurczowa

Farmaceutyczno-Chemiczna Spółdzielnia Pracy „GALENUS”

Wskazania: stany skurczowe dróg żółciowych i moczowych związane z kamicą, zapaleniem pęcherzyka żółciowego, zapaleniem miedniczek nerkowych, zapaleniem pęcherza moczowego, bolesnym parciem na mocz.

W gastrologii: w skurczach wpustu żołądka i odźwiernika, w zespole jelita drażliwego, w zaparciach na tle spastycznym i we wzdęciach, przy wrzodzie żołądka i dwunastnicy.

W ginekologii: w zaburzeniach miesiączkowania, w poronieniu zagrażającym, przy silnych bólach.

Działanie: drotaweryna jest pochodną papaweryny o silnym działaniu rozkurczowym na mięśnie gładkie. Działanie rozkurczowe drotaweryny zaznacza się szczególnie wyraźnie w obrębie dróg moczowych, żółciowych oraz przewodu pokarmowego. Działa rozkurczowo na mięśnie gładkie naczyń krwionośnych.

Przeciwwskazania: nadwrażliwość na którykolwiek składnik leku, ciężka niewydolność wątroby, nerek i serca.

Dawkowanie: doustnie dawka dla dorosłych wynosi od 40 do 80 mg (1 do 2 tabletek) 1 do 3 razy na dobę.

Skład: substancja czynna - chlorowodórek drotaweryny 40 mg.

Opakowanie: 20 tabl. **Cena:** ok. 6,20 PLN.

Producent: Farmaceutyczno-Chemiczna Spółdzielnia Pracy „GALENUS”, 03-791 Warszawa, ul. Hutnicza 8; tel.: (22) 679 69 21, www.galenus.pl



MAGSOLVIT B₆ - stres pod kontrolą

Farmaceutyczno-Chemiczna Spółdzielnia Pracy „GALENUS”

Wskazania: w profilaktyce niektórych chorób serca: choroby wieńcowej, zaburzeń rytmu pracy serca oraz zawału mięśnia sercowego. Gdy organizm nie otrzymuje z pożywieniem wystarczającej ilości magnezu i witaminy B₆, przy stosowaniu długotrwałej diety obfitującej w nasycone kwasy tłuszczowe; przy ostrym lub przewlekłym zapaleniu trzustki lub wątroby; po długotrwałym unieruchomieniu i w okresie rekonwalescencji, po złamaniach kości.

Działanie: magnez zawarty w preparacie występuje w postaci soli łatwo przyswajalnych przez organizm. Niedobór magnezu zwiększa ryzyko choroby wieńcowej, zawału serca oraz zaburzeń rytmu pracy serca. Witamina B₆ zwiększa efektywność wchłaniania jonów magnezu z przewodu pokarmowego do osocza krwi o ok. 40%. Aktywna forma witaminy B₆, w postaci estru fosforanowego, uczestniczy m.in. w procesie powstawania neuroprzekazników ośrodkowego układu nerwowego i w syntezie hemoglobiny; wpływa na wzrost stężenia glukozy w mięśniach, bierze udział w syntezie hemoglobiny. **Przeciwwskazania:** nadwrażliwość na którykolwiek składnik preparatu, hipermagnezemia o różnej etiologii, ciężka niewydolność nerek, blok przedsionkowo komorowy serca, nadciśnienie tętnicze. Preparatu nie należy stosować podczas biegunki. **Uwaga:** nie podawać preparatu dzieciom poniżej 12 lat.

Dawkowanie: w profilaktyce niedoboru 5 do 10 ml syropu na dobę przed lub po posiłku. W pozostałych wskazaniach wg zaleceń lekarza. Nie stosować preparatu na czczo, może spowodować biegunkę!

Skład: 5 ml syropu zawiera: jony magnezu w ilości 48 mg/5 ml; witaminę B₆ w ilości 5 mg/5 ml i substancje pomocnicze.

Opakowanie: butelka 150 ml. **Cena:** ok. 7,50 PLN.

Producent: Farmaceutyczno-Chemiczna Spółdzielnia Pracy „GALENUS”, 03-791 Warszawa, ul. Hutnicza 8; tel.: (22) 679 69 21, tel./fax: (22) 679 22 15; www.galenus.pl



Przed egzaminem

Wielu stresom nie można zapobiec, ale możemy sprawić, by organizm łatwiej znosił ich skutki. Kolokwia, egzaminy, zaliczenia to nieodłączne bóle studenta, które dają o sobie znać dwa razy do roku, w czasie sesji. Sojusznikiem w walce ze stresem przedegzaminacyjnym mogą być gotowe preparaty zawierające m.in.: magnez witaminy z grupy B i wapń. Dostaniesz je bez recepty w każdej aptece.

Przed użyciem zapoznaj się z ulotką, która zawiera wskazania, przeciwwskazania, dane dotyczące działań niepożądanych i dawkowanie, oraz informacje dotyczące stosowania produktu leczniczego, bądź skonsultuj się z lekarzem lub farmaceutą.



BLACHODACHÓWKA 20,20 zł/m²*

Trapez od 6 do 132 mm

Dachówka ceramiczna – Wienerberger Roben

Dachówka cementowa – Braas i Prodach

Łomża, al. Legionów 52 – przy dworcu PKS,

tel. (086) 212-53-57, kom. 0 600-926-795

POMIAR I TRANSPORT GRATIS

www.dit.klnh.com.pl

kostki brukowe

Jedwabne

DYSTRYBUCJA UKŁADANIE

086 217 25 42

www.mj.com.pl

BOSCH

POMOC DROGOWA

osobowe – TIR Assistance 24 h

STACJA PALIW SHELL

ŁOMŻA, AL. LEGIONÓW 152

0 604 420 420, 086 218 29 73



foto: archiwum domowe

Katarzyna Anna Gładkowska
– psycholog, arteterapeuta,
pracownik Centrum Interwencji
Kryzysowej dla ofiar przemocy
w rodzinie, trener warsztatu
w Polskiej Korporacji Biznesu.
Prywatnie mama Karoliny,
poetka i pisarka

Bądź asertywna

Bardzo proszę napiszcie coś na temat odwiedzania obłożnie chorych w domu przez gości. Ostatnio takie właśnie odwiedziny są dla mnie niczym jakaś plaga. Chyba obowiązują jakieś zasady medyczne, ludzkie, czy chociażby savoir-vivre związany z odwiedzaniem chorych?

Czytelniczka

Stani długotrwałej choroby to zwykle bardzo trudne przeżycie dla wszystkich ludzi. Zarówno dla członków rodziny chorego, jak i dla wspólnych znajomych. Oczywiście, że obowiązują zasady, które powinny być wyznacznikiem regulującym częstotliwość oraz długość trwania odwiedzin chorego i jego bliskich. Jednak ludzie często o nich zapominają. Zalecam więc daleko posuniętą asertywność

w tym względzie - tzn. jasne sformułowanie zasad co do formy i czasu odwiedzin oraz tego, kogo Pani w ogóle zechce gościć w swoim domu. Proszę mieć na uwadze, że niektórzy poczuć się urażeni, jednak Pani stanowcze postępowanie wobec nich, bardzo trudnej sytuacji, będzie w pełni uzasadnione. W myśl przysłowia „przyjaciół poznaje się w biedzie” będzie Pani mogła zaobserwować, na kogo można liczyć i u kogo poszukiwać ewentualnego wsparcia oraz zrozumienia.

Pedagog szkolny powiedział, że mój nastoletni syn jest nadpobudliwy emocjonalnie. Co to takiego? Gdzie to leczyć?

Irena ze Słupcy

Pobudliwość emocjonalna to skłonność do reagowania na wydarzenia w przesadny sposób. Osoba nadpobudliwa emocjonalnie przeżywa intensywnie każdą zmianę sytuacji. Najmniejsze pobudzenie wywołuje u niej reakcje emocjonalne (radość, złość) i somatyczne (zaczerwienienie na twarzy, napady bólowe) nieproporcjonalnie silne do sytuacji i nieadekwatne do niej. Nadpobudliwość zwykle związana jest z cechami osobniczymi, ale może też być uwarunkowana urazami emocjonalnymi, zwłaszcza jeśli miały miejsce we wczesnym dzieciństwie, takimi jak oddzielenie od matki lub brak poczucia bezpieczeństwa wynikający z rozpadu rodziny. Gorąco zalecam konsultację psychologiczną w najbliższej poradni pedagogiczno-psychologicznej.

Napisz! Pomożemy Tobie!

Jeśli masz problem ze zdrowiem, napisz do nas. Nasz ekspert podpowie, co powinnaś zrobić. Czekamy na listy i e-maile z dopiskiem: „Ekspert radzi”.

WARTO CZYTAĆ

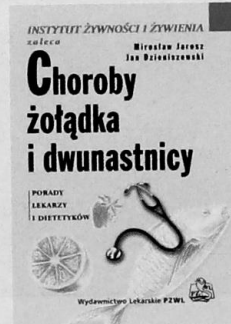
Choroby żołądka i dwunastnicy należy najpierw zdiagnozować i jeśli zajdzie potrzeba – leczyć. Na temat rozpoznawania chorób i dolegliwości z nimi związanych, a także ich leczenia można dowiedzieć się na podstawie lektury pt. „Choroby żołądka i dwunastnicy”, wydanej przez Wydawnictwo Lekarskie PZWL, w serii „Porady lekarzy i dietetyków”. Znajdują się tu szczegółowe informacje dotyczące m.in. choroby refluksowej żołądkowo-przłykowej, niestrawności, choroby wrzodowej i zakażenia H.pylori, a także

raka żołądka i przłyku. Czytelnik znajdzie tu porady, jak postępować przy wspomnianych chorobach oraz co jeść, a jakich potraw unikać, aby złagodzić pojawiające się dolegliwości. Książkę zaleca Instytut Żywności i Żywienia, bowiem opisane są w niej nie tylko przyczyny, czy objawy chorobowe, ale przede wszystkim praktyczne rady i zalecenia dotyczące jadłospisu. Zamieszczone tu menu opracowane jest na dwa sezony: zimowo-wiosenny i letnio-jesienny.

Interesująca lektura nie tylko dla pacjentów, ale także i dla lekarzy podstawowej opieki zdrowotnej.

recenzowała: Bożena Rytel

Mirosław Jarosz,
Jan Dzieniszewski
„Choroby żołądka
i dwunastnicy”
Wydawnictwo
Lekarskie PZWL
Warszawa 2005
www.pzwl.pl



Na wycieczce do Wiśniewa można dobrze zarobić!



Zakład Produkcyjno-Handlowy
DOMOWIK S.C.

Wiśniewo 9, 18-300 Zambrów • tel./fax 086 270-52-94

Mezoterapia

Polega na wstrzykiwaniu małych dawek substancji leczniczych w skórę.

Stosuje się ją przy wypadaniu włosów jako terapię wspomagającą oraz wtedy, gdy chcemy pozbyć się rozstępów, cellulitu czy płytkich zmarszczek

Najczęstszymi składnikami wstrzykiwanych koktajli są: kwasy rybonukleinowe, aminokwasy, witaminy, minerały i tzw. substancje aktywne, których ilość i rodzaj dobierane są indywidualnie. Zabieg wykonywany jest strzykawką z małą igłą lub specjalnym pistoletem do mezoterapii. Ta ostatnia technika jest wykorzystywana zwłaszcza wtedy, gdy lek podawany jest na dużych powierzchniach, np. udach czy pośladkach.

TUŻ PO

Zabieg jest bolesny. Bezpośrednio po nim może pojawić się obrzęk i rumień. Powikłania po mezoterapii zdarzają się niezwykle rzadko. Czasem mogą pojawić się siniaki, które ustępują po kilku dniach.

ZANIM SIĘ ZDECYDUJESZ

Aby mezoterapia przyniosła efekt, należy wykonać kilka serii zabiegów. Najlepiej przeprowadzać je zimą lub wczesną wiosną, ponieważ słońce może powodować przebarwienia w miejscu iniekcji. Zanim zdecydujesz się na mezoterapię, powinnaś udać się do lekarza dermatologa na konsultację. Jeśli cierpisz na alergię, jesteś w ciąży, masz cukrzycę, masz silnie unaczynioną skórę, tendencję do siniaków, mezoterapia nie jest dla Ciebie.

Czas trwania: 15-30 minut. Jeżeli zdecydujesz się na znieczulenie i masaż, zabieg może przedłużyć się nawet do 2 godz.

Częstotliwość: raz w tygodniu przez 2 miesiące. Potem raz na miesiąc przez 3 miesiące.

Cena: 200-400 PLN. Suma jest orientacyjna, zależy od użytych koktajli oraz od części ciała na której przeprowadzany jest zabieg. Może więc wzrosnąć nawet czterokrotnie.

Aktywowane mruganiem, nawilżające krople do oczu AQUIFY™

AQUIFY™ - to krople nawilżające, działaniem naśladujące ludzkie łzy, dzięki czemu podnoszą komfort noszenia soczewek kontaktowych. Krople AQUIFY™ zalecane są dla osób, które odczuwają dyskomfort w trakcie użytkowania soczewek kontaktowych, oraz dla osób spędzających wiele godzin przed komputerem lub w suchych i klimatyzowanych pomieszczeniach, gdyż takie warunki potęgują odczuwanie dyskomfortu. Wystarczy stosować raz dziennie, aby ich efekt był wyraźny i długotrwały. AQUIFY™ są kroplami nie zawierającymi konserwantów.

Polecane dla:

1. użytkowników wszystkich typów soczewek kontaktowych
 2. osób o wrażliwych oczach lub ze skłonnością do alergii
 3. osób z dolegliwościami tzw. suchego oka
 4. wszystkich osób, które spędzają długie godziny przed monitorem komputera oraz w klimatyzowanych, suchych pomieszczeniach.
- Sugerowana cena detaliczna za opakowanie:
10ml - 33 PLN, 2ml - 25 PLN.

W sprzedaży dostępne także preparaty dla osób noszących soczewki: Płyn do pielęgnacji soczewek SOLOCARE AQUA™ do oczu normalnych oraz Płyn do pielęgnacji soczewek AOSEPT® PLUS do oczu normalnych lub wrażliwych.

W okresie kwiecień - czerwiec 2007, CIBA Vision przygotowała ofertę promocyjną „2 w cenie 1”. Każdy konsument, który zakupi krople AQUIFY™ otrzyma drugie opakowanie 5ml gratis. Promocja dostępna jest w dobrych salonach optycznych i gabinetach okulistycznych na terenie całego kraju.

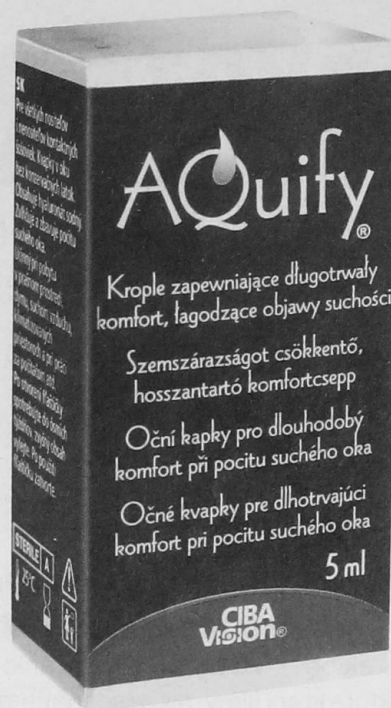


foto: materiały prasowe CIBA Vision®

autor: Agata Piotrowska

KONKURS - DAX Cosmetics

3 pierwsze osoby, które do dnia 16 maja 2007 r. prześlą na adres redakcji, TERAZ ZDROWIE, ul. Rydygiera 8, 01-793 Warszawa, wypełniony kupon konkursowy, otrzymają 1 z 3 zestawów konkursowych.

W skład zestawu wchodzi:
Krem ochronny na słońce dla dzieci i niemowląt F30, Kolorowe mleczko do opalania dla dzieci F20 w sprayu, Wodoodporne balsamy do opalania dla dzieci F40 i F60 oraz piłkę plażową DAX Cosmetics.

Nagrody ufundowała firma DAX Cosmetics, producent preparatów do opalania.

Nagrody prześlemy pocztą.

Zgadam się na przetwarzanie moich danych osobowych w celach marketingowych i reklamowych przez wydawnictwo „EIM” Agencja Wydawnicza i Reklamowa z siedzibą w Warszawie, ul. Akademicka 3 m 50/51, 02-038. Oświadczam, iż zostałem poinformowany o dobrowolności podania danych osobowych oraz prawie wglądu do swoich danych oraz ich poprawiania. Brak podpisu nie wyklucza udziału w konkursie.

Imię i nazwisko:

Wiek:

Adres:

Podpis:



BLACHODACHÓWKA
20,26 zł/m²*
Trapez od 6 do 132mm
Dachówka ceramiczna - Wienerberger Roben
Dachówka cementowa - Braas i Prodach
Łomża, al. Legionów 52 - przy dworcu PKS
tel. (086) 212-53-57, kom. 0 600-926-795
POMIAR I TRANSPORT GRATIS

kostki bruku
Jedwabne
DYSTRYBUCJA UKŁADANIE
086 217 25 42
www.mj.com.pl

AUTO-SERWIS BOSCH
• POMOC DROGOWA
osobowe - TIR Assistance 24 h
• STACJA PALIW SHELL
ŁOMŻA, AL. LEGIONÓW 152
0 604 420 420, 086 218 29 73

OBYCZAJE LWA

rozmowa z aktorem
– Arturem Barcisiem

Pana syn, Franek, skończył w lutym 18 lat. Jak Pan to przyjął? Z lekkim zdziwieniem, że to już.

Za rok matura. Co potem? Syn myśli o reżyserii filmowej. Ma ekipę - kolegów i koleżanki – z którą kręci filmy, pisze scenariusze, montuje to potem na komputerze. Chce poznać arkana tego zawodu.

Mama montażystka, tata aktor. To bardzo ułatwia początki? Mama może coś podpowiedzieć, poprawić. Tata dostał w ostatnim filmie malutki epizodzik.

NIECH WAM BĘDZIE DOBRZE NA ŚWIECIE

- wita na swojej stronie internetowej (www.barcis.pl). Niemal codziennie po 23-ciej możesz z nim porozmawiać w wirtualnej przestrzeni.

No, brawo! Żadne układy i bez taryfy ulgowej?

Franek chce zawdzięczać wszystko sobie i to bardzo dobrze. A cieszę się, że załapałem się u niego chociaż na epizod. W końcu mógł mnie w ogóle nie obsadzić... To jest odcinanie pępownicy. Tatą się nie należy podpierać, ani chwalić.

Jak lubi Pan spędzać wolny czas?

Najbardziej lubię być ze swoją rodziną. Mamy fajny dom z dużym ogrodem i basenem. Mieszkamy w lesie z dwoma psami - Nescą i Inką, kotem Pędzlem. Nic więcej mi nie potrzeba. Jestem zapalonym kibicem sportowym. To moja wielka miłość i słabość jednocześnie. Piłka nożna, lekkoatletyka. Oglądając mecz

krzyczę, przeżywam i fantastycznie odpoczywam. Sam dla podtrzymania kondycji kopię piłkę i gram w tenisa. Dbam o to, by mój „mięsień piwny” nie stał się po prostu brzuchem.

Aktorem postanowił Pan zostać już w wieku lat ośmiu. Podobno powodem był niewielki wzrost?

W każdej klasie w szkole podstawowej jest jakiś najmniejszy chłopiec. Większy tego mniejszego potrącają i popychają, demonstrując swoją przewagę. Byłem tym najmniejszym. Zapisalem się do chóru szkolnego, w którym szybko zostałem solistą. Gdy śpiewałem *Cała sala śpiewa z nami* czy inne ówczesne przeboje, zauważyłem, że szkolna scena to jedyne miejsce, gdzie jestem wyższy od swoich prześladowców. Postanowiłem więc zostać na scenie.

Gdy Lew jest aktorem, najchętniej występuje w teatrze ze względu na bezpośredni kontakt z publicznością i ze swymi wielbicielami, bijącymi mu brawa.

Jasne! Bezpośredniego kontaktu z publicznością nie zastąpi nic. Zdarza się, że przez moment ten kontakt jest czymś zupełnie wyjątkowym. Do tego stopnia, że wydaje się, iż jesteśmy razem w jakiejś nadprzestrzeni. Oklaski cieszą, ale dla mnie to jakby dalszy ciąg przedstawienia, dalej trwający spektakl.

W jakich rolach czuje się Pan najlepiej?

Dobrze się czuję w rolach dobrze napisanych, bez znaczenia czy jest to rola komediowa czy dramatyczna. Aktorstwo to bardzo duża paleta

barw i aktor powinien się zmieniać, powinien kreować, czyli próbować być kimś innym niż jest. Grać, tworzyć postacie, którymi nie jest. Przynajmniej próbować dążyć do tego, by grane role różniły się od siebie.

Pana największa wpadka? Dziesięć razy podchodziłem do jednej kwestii i za każdym razem pękałem ze śmiechu.

Dziękuję za rozmowę.

rozmawiała:
Justyna Hofman - Wiśniewska

Znak Zodiaku:
Lew

Ulubione zajęcia:
słuchanie muzyki od Mozarta, Bacha po Natalie Cole i Gordona Haskell, „kuchmacerie”, posiadanie z przyjaciółmi.

Ostatnio Artur Barciś najchętniej „kuchmaci” dania z kapusty, przyrządzając ją na wiele sposobów.

Czego bym nie przełknął?

Widziałem w telewizji, jak Hubert Urbański zjadł wielką, żywą larwę kokosową. Ja chyba nie dałbym rady.

Dewiza życiowa:

żyć tak, aby nikomu nie robić krzywdy.

foto. Jerzy Makowski. archiwum Teatru na Woli w Warszawie



Na wycieczce do Wiśniewa można dobrze zarobić!



Zakład Produkcyjno-Handlowy
DOMOWIK S.C.

Wiśniewo 9, 18-300 Zambrów • tel./fax 086 270-52-94

Jest żeliwna, z rowkami. Można na niej grillować bez grama tłuszczu zarówno mięsa, warzywa, ryby, jak i sery czy grzanki. Ma w zasadzie same zalety. Potrawy na niej przygotowuje się błyskawicznie. Myje się ją szybko i łatwo. Nie wymaga tyle zachodu, co domowe grille

Na patelni grillowej

Pierś kurczaka nadziewana rokpołem i bazylią z zielonym pieprzem

czas: 15 minut
liczba porcji: 4



2 piersi kurczaka
15 dag sera rokpol
garść liści bazylii
czubata łyżka zielonego pieprzu z zalewy
sól
świeżo zmielony, czarny pieprz
2 łyżki oliwy

1. Piersi kurczaka umyj, osusz i przekrój wzdłuż, tak by otrzymać sznycle o równej grubości. 2. W każdym sznycle zrób głębokie nacięcie z jednej strony. 3. Mięso posól i popieprz. 4. Do nacięcia włóż po kilka listków bazylii, kilka ziaren pieprzu i kawałek rokpoła. Spryskaj oliwą.

5. W filety wciśnij pozostałe ziarna zielonego pieprzu.

6. Grilluj na odrobinie oliwy po 2-3 minuty z każdej strony, aż mięso się zrumieni. Podawaj z pieczonymi ziemniakami i dużą ilością zielonej sałaty z sosem vinaigrette.

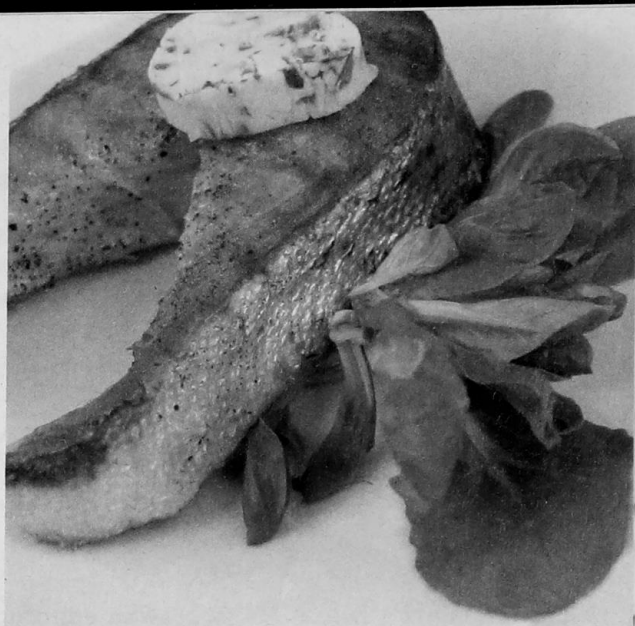


Camembert zapiekany w szynce z gruszkami

czas: 15 minut
liczba porcji: 4

4 krążki sera camembert
12 plasterów szynki parmeńskiej (można ją zastąpić dowolną szynką długo dojrzewającą)
świeżo mielony czarny pieprz
łyżka oliwy
2 duże i twarde gruszki
sok z połowy cytryny
4 czubate łyżki żurawiny ze słoika

1. Rozłóż po 3 plastry szynki. Na nich połóż krążek sera i zawiń go w szynkę. Zepnij wykałaczką. 2. Gruszki obierz, pokrój, spryskaj sokiem z cytryny. 3. Patelnię grillową posmaruj cienką warstwą oliwy. Silnie rozgrzej i połóż na niej ser w szynce oraz kawałki gruszek. 4. Smaż po 2-3 minuty z każdej strony. Podawaj na gorąco. Na talerzu najpierw ułóż kawałki gruszek, na nich ser w szynce. Udekoruj żurawiną. Danie smakuje najlepiej w towarzystwie sporej ilości sałaty z lekkim sosem vinaigrette i chrupkiej bagietki.



Łosoś z masłem cytrynowo-pietruszkowym

czas: 30 minut
liczba porcji: 4

4 dzwonka łososia nie grubsze niż 1,5 cm (ok. 15 dag)
2 łyżki oliwy
sok z połowy cytryny
sól
spora szczypta białego mielonego pieprzu

masło cytrynowo-pietruszkowe:

1/2 kostki masła
skórka otarta z jednej cytryny
garść bardzo drobno posiekanej natki pietruszki
spora szczypta soli

1. Rybę umyj, dokładnie osusz, spryskaj sokiem z cytryny. Odstaw na kilkanaście minut. 2. Miękkie masło wymieszaj ze skórką z cytryny (wcześniej cytrynę bardzo dokładnie umyj i sparz), natką pietruszki i solą. 3. Masło uformuj w walek, zawiń ściśle w folię i włóż do zamrażarki. 4. Dzwonka łososia wytrzyj z soku cytrynowego, posól, popieprz i spryskaj oliwą. 5. Smaż na silnie rozgrzanej patelni grillowej po 2 minuty z każdej strony. 6. Patelnię z rybą włóż do piekarnika nagrzanego do 180°C na 3-4 minuty. Upieczoną łososia ułóż na talerzach, na każdym kładąc krążek masła. Udekoruj natką pietruszki i kawałkami skórki cytrynowej. Podawaj z pieczonymi ziemniakami lub frytkami i sałatą z sosem vinaigrette.

autor: Grzegorz Ostrowski
od 5 lat prowadzi najprawdopodobniej
najlepszy internetowy serwis kulinarny:
www.MniamMniam.pl



(z VAT 7%)

teraz
zdrowie

13

ISSN 0208-6840



BLACHODACHÓWKA

Trapez od 6 do 132 mm

Dachówka ceramiczna - Wienerberger Roben

Dachówka cementowa - Braas i Prodach

Łomża, al. Legionów 52 - przy dworcu PKS, tel. (086) 212-53-57, kom. 0 600-926-795

POMIAR I TRANSPORT GRATIS

20,26
zł/m²*

kostki
bruk

Jedwabne

DYSTRYBUCJA
UKŁADANIE

086 217 25 42
www.mj.com.pl

AUTO SERWIS BOSCH

• POMOC DROGOWA

osobowe - TIR Assistance 24 h

• STACJA PALIW SHELL



ŁOMŻA, AL. LEGIONÓW 152
0 604 420 420, 086 218 29 73

KONKURS - PZWL

Kupon PZWL 05/2007

Wśród osób, które do dnia 18 maja 2007 r. nadesłały na adres redakcji: TERAZ ZDROWIE, ul. Rydygiera 8, 01-793 Warszawa, wypełniony kupon konkursowy wraz z poprawnie zakończonym poniższym zdaniem konkursowym, rozlosowane zostaną 4 egzemplarze książki „Choroby żołądka i dwunastnicy” Mirosława Jarosza i Jana Dzieniszewskiego.

Nagrody ufundowało Wydawnictwo Lekarskie PZWL.

www.pzwl.pl

Nagrody prześlemy pocztą.

Zgaga jest najczęstszym objawem choroby.

Imię i nazwisko:

Adres: Zgadam się na przetwarzanie moich danych osobowych w celach marketingowych i reklamowych przez wydawnictwo „EiM” Agencja Wydawnicza i Reklamowa z siedzibą w Warszawie, ul. Akademicka 3 m 50/51, 02-038. Oświadczam, iż zostałem poinformowany o dobrowolności podania danych osobowych oraz prawie wglądu do swoich danych oraz ich poprawiania. Brak podpisu nie wyklucza udziału w konkursie.

ROZWIĄZANIE KONKURSÓW Z NR 4 (133) KWIECIEŃ 2007

KONKURS - MILTON Poprawna odpowiedź: NIE.

Nagrody wylosowali: Dorota Kapuścińska z Wągrowca, Agata Kowalczyk z Sokołowa Podlaskiego, Piotr Bednarczyk z Katowic.

KONKURS - LABORATORIUM KOLASTYNA Poprawna odpowiedź: A. odżywcze i SPA-nawilżające.

Nagrody wylosowali: Janina Stryjewska z Mławy, Alina Kolus ze Szczecina, Janina Wiecińska z Ostrołki, Magdalena Polka z Gniezna, Joanna Zawierć z Pruszkowa. Gratulujemy zwycięzcom. Dziękujemy wszystkim, którzy wzięli udział w konkursie. Nagrody prześlemy pocztą.



Teraz	Np. Otello	20	Leczy drogi moczowe	Wzmacnia organizm
			14	12 23
			Miała Asa	Symbol chromu 7
			A	13
				Symbol magnezu
Postać z serialu na "Na Wspólnej"	11	22	L	Morska lub drogowa 18
		16/27	A	9
			Maść konia	
Dostarcza witamin			Biały lub Czarny	29
			Ojciec	Laktacyjna / Pramatka
Krój czcionki	Wyższa Szk. Adm.	Y	Do młodości	R
				15
				8
				6
				10
				26
				5/21
				24
				28
				Symbol krzemu / Symbol teluru
				2
				Albo tak albo tak

KRZYŻÓWKA

Litery z pól oznaczonych liczbami od 1 do 29, utworzą hasło stanowiące rozwiązanie krzyżówki. Hasło prosimy przesłać do 31 maja br. na adres redakcji:

TERAZ ZDROWIE
ul. Rydygiera 8
01-793 Warszawa

Do wygrania: 1 z 3. zestawów kosmetyków do opalania. W skład zestawu wchodzi: Krem ochronny do twarzy z pomadką F30, Balsam do opalania z masłem kakaowym F12, Wodoodporny balsam do opalania SPORT F35, Familijny balsam po opalaniu dla dorosłych i dzieci. Nagrody ufundowała firma DAX Cosmetics, producent linii kosmetyków do opalania.

Prawidłowe rozwiązanie krzyżówki zamieszczonej w numerze marcowym, nr 3 (132) brzmiało: „Acard serduszko na Walentynki” - Od Polfy Warszawa.

Nagrody wylosowali: Zbigniew Janikowski ze Szczecina, Kazimierz Wolny z Wrocławia, Marek Marcinkiewicz z Warszawy.

Dziękujemy za wszystkie nadesłane rozwiązania.

Gratulujemy wylosowanym osobom. Nagrody prześlemy pocztą.

Imię i nazwisko:

Adres:

Wiek: Podpis:

Hasło od 1 do 29

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----

Zgadam się na przetwarzanie moich danych osobowych w celach marketingowych i reklamowych przez wydawnictwo „EiM” Agencja Wydawnicza i Reklamowa z siedzibą w Warszawie, ul. Akademicka 3 m 50/51, 02-038. Oświadczam, iż zostałem poinformowany o dobrowolności podania danych osobowych oraz prawie wglądu do swoich danych oraz ich poprawiania. Brak podpisu nie wyklucza udziału w konkursie.

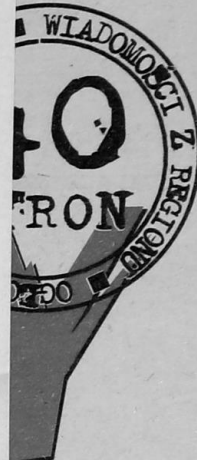
Na wycieczce do Wiśniewa można dobrze zarobić!



Zakład Produkcyjno-Handlowy
DOMOWIK S.C.

Wiśniewo 9, 18-300 Zambrów • tel./fax 086 270-52-94

trilac®



(z VAT 7%)



wskazania do stosowania:

- poantybiotykowe zapalenie jelit
- leczenie wspomagające po antybiotykoterapii
- zapobieganie bieguncie podróżnych

ośłona przy kuracji antybiotykowej
przywraca prawidłową
florę bakteryjną jelit

dzieciom zawartość kapsułki
wysypać na łyżeczkę z płynem



trilac®
produkt roku 2006



Trilac - trzy szczepy bakterii kwasu mlekowego. Podmiot odpowiedzialny: Allergon AB, Välingevägen 309, S-262 92 Ängelholm, Szwecja.
Przedstawiciel: Krotex - Poland Sp. z o.o., 01-793 Warszawa, ul. Rydygiera 8, www.krotex.com.pl

Przed użyciem zapoznaj się z ulotką, która zawiera wskazania, przeciwwskazania, dane dotyczące działań niepożądanych i dawkowanie oraz informacje dotyczące stosowania produktu leczniczego, bądź skonsultuj się z lekarzem lub farmaceutą.

ISSN 0208-6840



BLACHODACHÓWKA

Trapez od 6 do 132 mm

Dachówka ceramiczna - Wienerberger Roben
Dachówka cementowa - Braas i Prodach
Łomża, al. Legionów 52 - przy dworcu PKS,
tel. (086) 212-53-57, kom. 0 600-926-795

POMIAR I TRANSPORT GRATIS

20,26
zł/m²*

kostki
bruku

Jedwabne

DYSTRYBUCJA
UKŁADANIE

086 217 25 42
www.mj.com.pl

AUTO-SERWIS BOSCH

• POMOC DROGOWA
osobowe - TIR Assistance 24 h

• STACJA PALIW SHELL

ŁOMŻA, AL. LEGIONÓW 152
0 604 420 420, 086 218 29 73

W
K A
mata

Skład
Łomża
tel./fax
Stara
tel. 086

OD
TH
EXC

18-420
18-400

Spra

- Na
- Św
- Pię
- Pol

Stop bakteriom i wirusom

Twój Dom jest czysty, ale...
niebezpiecznych wirusów i bakterii nie widać.



Wirusy przeżywają do 10 dni na zabawkach, akcesoriach do karmienia oraz na suchej nieporowatej powierzchni, mogą przetrwać do 3 dni na rękach.

Milton pomoże Ci zdezynfekować powierzchnie kuchenne w Twoim domu, łazienkę, akcesoria i zabawki Twojego dziecka, zapobiegając rozprzestrzenianiu się niebezpiecznych chorób.

Gdziekolwiek jesteś...
groźne wirusy i bakterie mogą być wszędzie.

Przedszkole, oddziały dziecięce w szpitalach, place zabaw, toalety i inne miejsca publiczne szczególnie tu łatwo o zakażenie np.: groźnym Rotawirusem, którym rocznie zostaje zarażonych 220 000 dzieci.

Podróżując, robiąc zakupy, odwiedzając znajomych czy podczas wizyty u lekarza zabierz ze sobą 1 z produktów Miltona, a łatwo i bezpiecznie unikniesz ryzyka zachorowania, wywołanego przez bakterie, wirusy, grzyby lub pasożyty.



Już od ponad 50 lat miliony matek w wielu krajach Europy uznają **metodę Miltona** za najbardziej bezpieczną.



real-

Swy k
Cafy dla małych!

mothercare



Dystrybutor: Krotex-Poland Sp. z o.o.
ul. Rydygiera 8, 01-793 Warszawa,
tel: (0 22) 633 80 41, e-mail: milton@krotex.com.pl

Wszystkie adresy sklepów, w których dostępne są produkty Milton, znajdziesz na stronie www.krotex.com.pl

Na wycieczce do Wiśniewa można dobrze zarobić!



Zakład Produkcyjno-Handlowy
DOMOWIK S.C.

Wiśniewo 9, 18-300 Zambrów • tel./fax 086 270-52-94