

Mój pierwszy raz • Czarny protest • Program TV

Tygodnik Podlaski
www.kontakty-tygodnik.com.pl

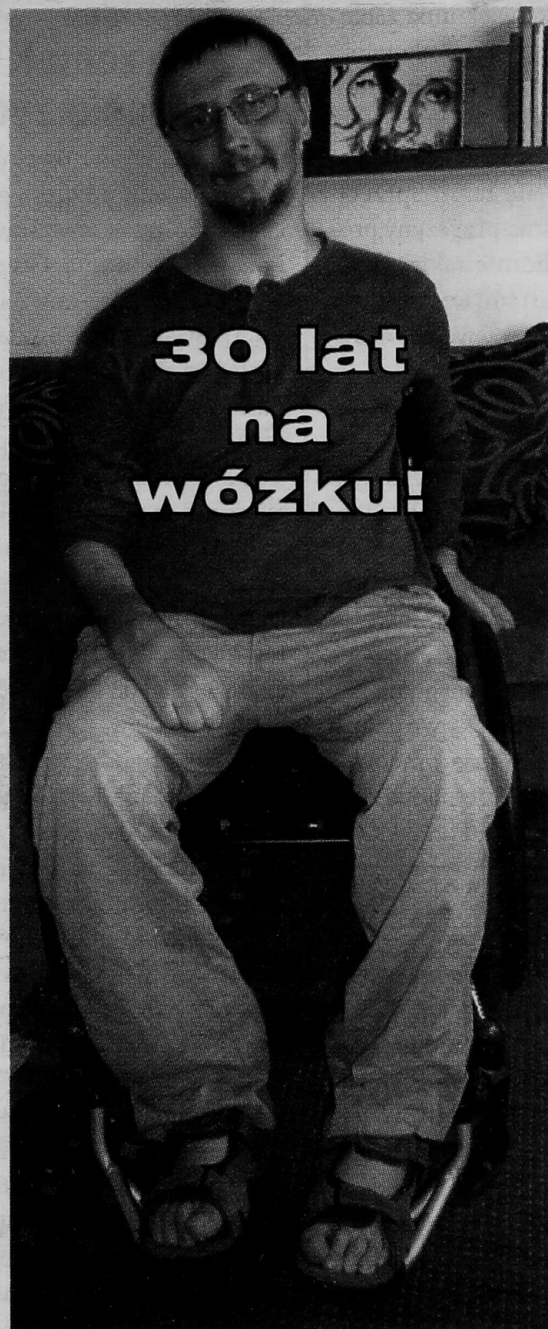
KONTAKTY

Nr 28 (1757)

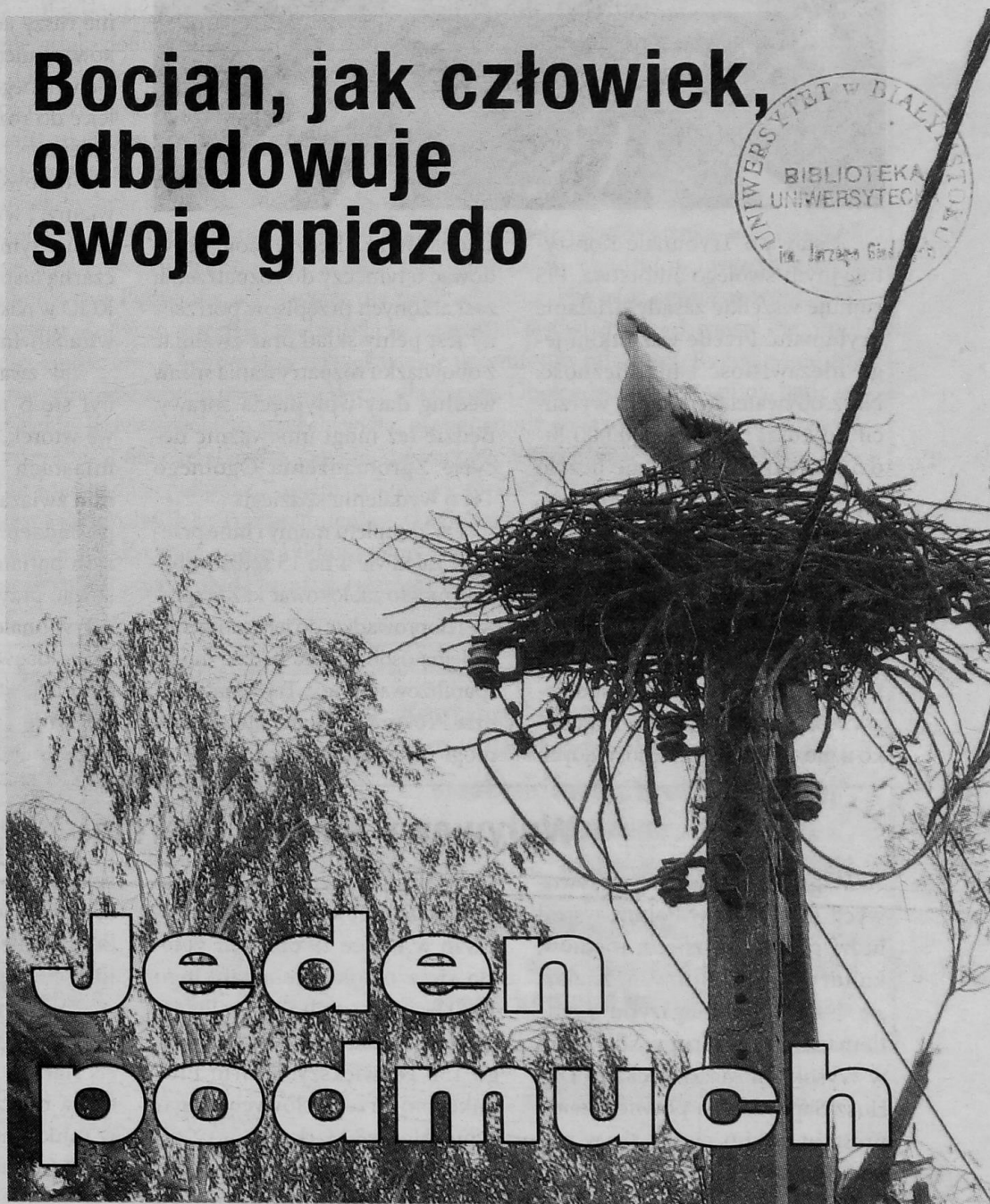
10 lipca 2016

cena: 2,70 zł (z VAT 8%)

Ostatni skok



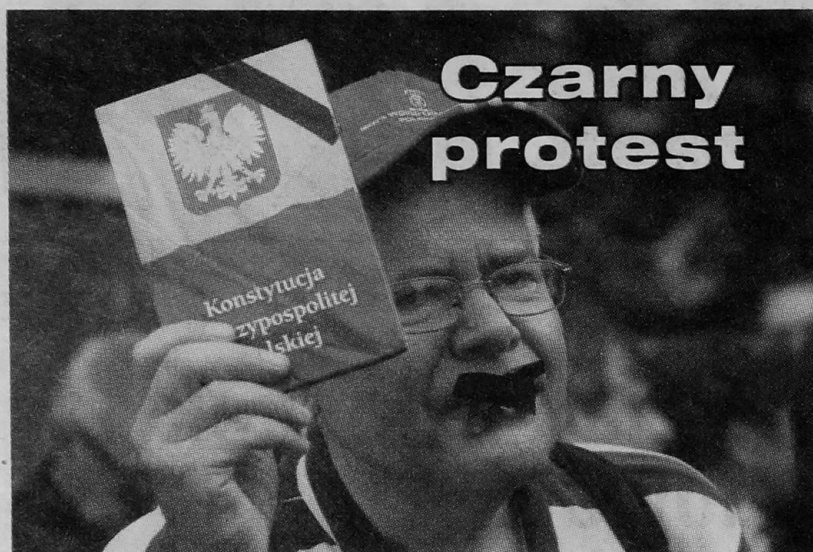
Bocian, jak człowiek, odbudowuje swoje gniazdo



**Co tydzień z „Kontaktami”
otrzymasz bezpłatnie
weekendowe wydanie
„Rzeczpospolitej”,
magazyn**

 **Plus Minus**





„Ustawą o Trybunale Konstytucyjnym swojego autorstwa, PiS rujnuje wszelkie zasady działania Trybunału. Przede wszystkim jego niezawisłość i niezależność. Nasz obywatelski projekt wyrzucił do kosza. Zdanie 100 000 ludzi zostało zdeptane, nie liczyło się i nie będzie brane pod uwagę, pomimo pięknie ubranych słów w trakcie kampanii wyborczej.

Trybunał nic już nie będzie mógł, prezydent – wszystko. Będzie mógł wybrać na prezesa i wiceprezesa Trybunału sędziego, który dostanie na przykład tylko 2 głosy spośród 15 głosujących

członków TK. Będzie mógł decydować o tym, czy do rozpatrzenia zaskarżonych przepisów potrzebny jest pełny skład oraz zwalniać z obowiązku rozpatrywania spraw według daty wpłynięcia sprawy. Będzie też mógł unieważnić decyzję Zgromadzenia Ogólnego TK o wydaleniu sędziego.

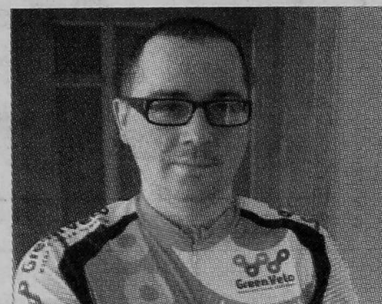
Do kompletu mamy i inne przepisy: zaledwie 4 na 15 sędziów będzie mogło zablokować każdą sprawę i doprowadzić do jej umorzenia. Kolejną osobą, która będzie mogła sparaliżować prace Trybunału będzie Prokurator Generalny. Będzie mógł nie przychodzić na rozpra-

wy bez żadnego usprawiedliwienia i rozprawę trzeba będzie odraczać. Będzie mógł wyjść w trakcie i też trzeba będzie odraczać. Krótko mówiąc, jak Zbigniew Ziobro nie będzie chciał dyskutować o ewentualnie zaskarżonej ustawie o inwigilacji, to po prostu nie przyjdzie i sprawa nie ruszy z miejsca. Tak jak nie ruszy jakkolwiek inna zablokowana nieobecnością Prokuratora Generalnego lub przesuwana w kolejce do rozpatrzenia decyzją prezydenta.

Stanowczo się temu sprzeciwiamy!”, wyjaśnia przyczyny protestu z symbolicznie zaklejonymi czarną taśmą ustami koordynator KOD w naszym województwie Elwira Śliwińska.

Tak zwany czarny protest odbył się o tej samej porze, czyli we wtorek, 5 lipca we wszystkich miastach wojewódzkich. Termin związany był z rozpoczęciem posiedzenia w Sejmie, na którym parlamentarzyści mieli głosować przyjęcie projektu ustawy o Trybunale Konstytucyjnym. Nie przegłosowali, projekt wrócił do Komisji, która będzie pracować już tylko i wyłącznie nad wersją zgłoszoną przez PiS. Fot. PAP

Patronat "Kontaktów"



Przemek na trasie życia

15 maja wystartował na rowerze na południu Polski, gdzie zaczyna się trasa rowerowa przez Polskę Wschodnią Green Velo. Dojechał do Rzeszowa i... zmuszony był wsiąść do pociągu do Białegostoku. Zabrakło mu funduszy na kontynuowanie jazdy rowerem. W Białymstoku przesiadł się na rower i dojechał do Łomży. W domu w podłomżyńskich Konarzycach nie zabawił długo. Wyruszył do Szczecina, gdzie zaliczył trasę z grupą niewidomych rowerzystów, jeżdżących na tandemach. Znów wrócił do Konarzac...

Przemysław Zaręba (lat 34) cierpi na chorobę wzroku, która kończy się całkowitą ślepotą. Już jako uczeń podstawówki w Łomży słabo widział. Ale nie przypuszczał, że z jego wzrokiem będzie coraz gorzej. O przebiegu choroby dowiedział się dopiero w Liceum Zawodowym w Laskach pod Warszawą dla uczniów niewidomych i słabo widzących.

Utrzymuje się z renty inwalidzkiej. Postanowił, zanim straci wzrok, objechać Polskę na rowerze, zobaczyć, jaka jest piękna, pokazać to innym niepełnosprawnym i udowodnić, że nawet najgorsza niepełnosprawność nie jest przeszkodą, aby żyć pełnią życia.

Pisaliśmy o jego projekcie w „Kontaktach” („Zanim oślepnę”, nr 3/2016). Choć już wie, że spełnienie marzenia będzie trudniejsze, niż przypuszczał, nie rezygnuje z planów. Zbiera fundusze na dokończenie trasy Green Velo (Rzeszów – Białystok) i na kolejne odcinki wyprawy dookoła Polski. Na swojej stronie internetowej www.jedziemyporadosc.pl zwrócił się z apelem o wsparcie. Można z tej strony przekazać pieniądze online na konto wyprawy, od 1 zł do dowolnej sumy. Za każdą złotówkę Przemek jest równie wdzięczny!

Wpływowy kieruje liderem!

W gronie najbardziej wpływowych mężczyzn w Polsce, wśród ludzi polityki, biznesu, mediów, kultury, sportu i innych, znalazł się w rankingu magazynu „Gentleman” prezes Grupy Mlekovita w Wysokiem Mazowieckiem Dariusz Sapiński. To potwierdzenie prestiżu, jakim cieszy się w naszym kraju.

Publikacja wyników rankingu na najbardziej wpływowych mężczyzn w Polsce 29 czerwca, zbiegła się z ogłoszeniem rankingu 1000 Największych Firm w Polsce „Gazety Finansowej” oraz rankingu 150 Największych Firm Produkcyjno-Przemysłowych magazynu „Home&Market”.

W zestawieniu z 24 czerwca „Ga-

zety Finansowej”, Mlekovita okazała się niekwestionowanym liderem branży mleczarskiej, zajmując 88. miejsce w ogólnym rankingu.

Także w czerwcowym zestawieniu miesięcznika Home&Market, Mlekovita jest jedyną firmą mleczarską, uwzględnioną w rankingu, a w całym sektorze spożywczym zajmuje 14. pozycję.

REKLAMA

**Zamawiaj więcej
płacąc mniej!**

teraz pakiety promocyjne
dla wszystkich formatów odbitek

zdjęcia 10x15 już od **0,49zł**

Kodak Express
Digital Solutions

ŁOMŻA, STARY RYNEK 16
ŁOMŻA, DMOWSKIEGO 18

KONTAKTY

Tygodnik Podlaski

rok założenia 1980

Ukazuje się w województwie podlaskim, części województwa mazowieckiego, Nowym Jorku, Chicago i Toronto oraz wersji elektronicznej, identycznej z papierową na www.kontakty-tygodnik.com.pl

Adres:

Al. Legionów 7, 18-400 Łomża
tel. (86) 216-42-43, (86) 216-40-22
fax: (86) 216-57-11
www.kontakty-tygodnik.com.pl
redakcja@kontakty-tygodnik.com.pl

Redaguje zespół:

Maria Kaczyńska, tel. 86 216 42 43
Alicja Niedzwiecka; Maria Tocka, tel. 86 215 35 70
Władysław Tocki (red. naczelny),
tel. (86) 216-40-22

Oddział w Białymstoku:

Jan Oniszczyk, tel. 602 383 682
Oddział w Suwałkach:
Bożena Dunat, tel. 606 882 082

Stale współpracują:

Teresa Adamowska, Adam Dobroński,
Stanisław Kędzielawski, Krystyna Michalczyk-
Kondratowicz, Mikołaj Tocki,

Rysunki: Waldemar Rukść

Felieton: Wiesław Wenderlich, Adam Dobroński
Zdjęcia: Gabor Lörinczy, Sławomir Stempczyński,
www.joemonster.org

Wydawca:

Wydawnictwo „Kontakty” Sp. z o.o.
Prezes: Władysław Tocki. Adres: Al. Legionów 7,
18-400 Łomża, tel. (86) 216-42-43
Księgowość: Justyna Karwowska (główna
księgowa) tel. (86) 215 35 67
Elżbieta Bączek (doradca)

Sekretariat i Biuro Ogłoszeń:

Katarzyna Karwowska, tel. (86) 216-42-43,
tel./fax (86) 216-57-11

Biura Ogłoszeń:

ARIUH „Dylewski”
Biuro Ogłoszeń i Reklam w Ostrowi Mazowieckiej
Pl. Księżnej Anny Mazowieckiej 6
07-300 Ostrow Mazowiecka
tel. 29-642-80-34, 505-233-744
www.BiuroOgloszen.wOstrowi.pl
e-mail: reklama@w-ostrowi.pl

Kolportaż: RUCH SA, Poczta Polska, „Kolporter”,
Garmond Press, sieć własna wydawcy

Obróbka zdjęć barwnych: Gabs-Foto,

Stary Rynek 16, Łomża, tel. (86) 216-77-16

DTP: GroupMedia

Druk: Drukarnia Prasowa Ignatki

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

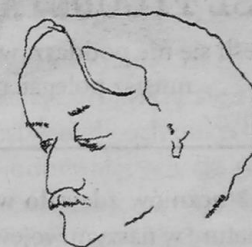
Wydawca jest członkiem Izby Wydawców Prasy.
Materiałów nie zamówionych redakcja nie zwraca
i zastrzega sobie prawo dokonywania skrótnów.

Za treść ogłoszeń redakcja ponosi
odpowiedzialność w granicach wskazanych
w ust. 2 art. 42 ustawy Prawo Prasowe.

Minęło eurowyciszenie, które zafundowali nam sukcesami piłkarze i zaczęło się swojskie skakanie sobie do gardeł. Jeszcze bardziej zajadłe, jakby po przymusowej wstrzemięźliwości polityczne elity nadrabiały stracony czas. Bo nieustanna potrzeba wzajemnego niszczenia jest już w nich jedynym sposobem na życie.

A mnie szkoda czerwcowych chwil spokoju...

W takich sytuacjach, by nie stać się zajadłym na zajadłych, najlepiej powtórzyć sobie tekst znaleziony w 1692 roku w starym klasztorze w Baltimore: „Krocz spokojnie wśród zgiełku i pośpiechu – pamiętaj jaki pokój może być w ciszy. Tak dalece, jak to możliwe, nie wyrzekając się siebie – bądź w dobrych stosunkach z innymi ludźmi. Prawdę swą głoś spokojnie i jasno, słuchając też tego, co mówią inni, nawet głupcy i ignoranci – oni też mają swą opowieść. Jeśli porównujesz się z innymi, możesz stać się próżny lub zgorzkniały – albowiem zawsze będą gorsi i lepsi od Ciebie. Ciesz się zarówno swymi osiągnięciami jak i planami. Wykonuj z sercem swą pracę, jakkolwiek by była skromna – jest trwałą wartością w zmiennych kolejach losu. Zachowaj ostrożność w swych przedsięwzięciach – świat bowiem pełen jest oszustwa, lecz niech Ci to nie przesłania prawdziwej cnoty. Wielu ludzi dąży do wzniosłych ideałów i wszędzie życie pełne jest heroizmu. Bądź sobą, a zwłaszcza nie zwalczaj uczuć. Nie bądź cyniczny wobec miłości, albowiem w obliczu wszelkiej oschłości i rozczarowań jest wieczna, jak trawa. Przyjmij pogodnie to, co lata niosą, bez goryczy wyrzekając się przymiotów młodości. Rozwijaj siłę ducha, by w nagłym nieszczęściu mogła być tarczą dla Ciebie. Obok zdrowej dyscypliny, bądź łagodny dla siebie. Jesteś dzieckiem wszechświata, nie mniej niż gwiazdy i drzewa masz prawo być tutaj i czy to jest dla Ciebie jasne, czy nie, nie wątp, że wszechświat jest taki, jaki być powinien. Tak więc bądź w pokoju z Bogiem, cokolwiek myślisz o jego istnieniu i czymkolwiek się zajmujesz i jakiegokolwiek są Twe pragnienia – w zgiełku ulicznym, zamęcie życia, zachowaj pokój ze swą duszą. Z całym swym zaskłamaniem, znojem i rozwianymi marzeniami, ciągle jeszcze ten świat jest piękny. Bądź uważny, staraj się być szczęśliwy”.



Od redaktora

WŁADYSŁAW TOCKI



Masz „Kontakty” i masz bezpłatny dostęp do elektronicznego wydania weekendowej „Rzeczpospolitej”, magazynu „Plus Minus”, który kosztuje 4,90 zł!

Otwórz komputer, wejdź na:
www.e-kiosk.pl/kontakty
wpisz kod 4VANKTVF8M i czytaj!

REPORTAŻE ŚLUBNE TANIEJ NIŻ MYŚLISZ



PRZYJDŹ SPRAWDŹ OBEJRZIJ

foto gabs

ŁOMŻA, STARY RYNEK 16, tel. 36 216 77 16, studios@fotogabs.pl

e – kontakty
wydanie elektroniczne identyczne z wydaniem papierowym na:
www.kontakty-tygodnik.com.pl

MYŚL TYGODNIA:

Jeśli się nie poddasz, wciąż masz szansę. A gdy jesteś mały, musisz polegać na własnej inteligencji, nie sile

Jack Ma

■ 9 162 uczniów zdawało w tym roku maturę w naszym województwie. Zdali egzamin dojrzałości z drugim wynikiem w kraju. Jak informuje dyrektor Okręgowej Komisji Egzaminacyjnej w Łomży Jolanta Gołaszewska egzamin zdało 81 procent absolwentów szkół średnich. Najlepiej wypadli absolwenci liceów ogólnokształcących, egzaminy zaliczyło 86 proc., a w technikach 69 proc.

■ 300 świń w gospodarstwie pod Hajnówką, które było zarażone afrykańskim pomorem świń (ASF) zostało zlikwidowanych. Ale w obszarze zapowietrzonym, czyli w promieniu 3 km znajduje się osiem gospodarstw z prawie 4 tysiącami świń. Jak poinformował Główny Lekarz Weterynarii, Włodzimierz Skorupski, do tej pory żadna z pobranych próbek nie potwierdziła obecności wirusa ASF w zagrożonych gospodarstwach.

■ Brakuje ratowników na niektórych kąpieliskach w województwie, ponieważ administratorzy nie mogą zaoferować ratownikom godziwych stawek. Po raz pierwszy kąpeli na własną odpowiedzialność będzie trzeba zażywać w Starym Folwarku koło Suwałk i na niektórych plażach w Augustowie. Wielu ratowników woli wyjechać na lato do ośrodków nad morzem lub za granicę, gdzie zarobią więcej.

■ Budowa fabryki domów gotowych Danwood rozpoczęła się w Bielsku Podlaskim. Kosztować będzie 39 milionów złotych, a zatrudnienie znajdzie 120 osób.

■ Bez rezultatu zakończyły się poszukiwania ewentualnych grobów ofiar Obławy Augustowskiej w okolicach Gib. Archeolodzy i przedstawiciele Instytutu Pamięci Narodowej sprawdzali miejsca wskazywane przez mieszkańców i leśników.

■ Badania grzybów, których nie spotyka się nigdzie poza Puszcą Białowieską, prowadzą wspólnie badacze amerykańscy i polscy. Studenci i wykładowcy z Uniwersytetu Mississipi oraz z Politechniki Białostockiej wędrują po lesie w poszukiwaniu grzybów, mogących pomóc w walce z nowotworami.

■ Molo Radiowej Trójki otwarte zo-

stało po gruntownym remoncie nad jeziorem Necko w Augustowie. To drugie po Sopocie, co do wielkości molo w Polsce, ma 3 tysiące metrów kwadratowych.

■ CBA kontroluje specjalne strefy ekonomiczne. Z komunikatu opublikowanego przez Biuro wynika, że chodzi przede wszystkim o wydatki na promocję i reklamę oraz szkolenia, zwłaszcza w latach 2012 – 2015. Funkcjonariusze byli także w siedzibie Suwalskiej SSE, którą od niedawna kieruje związany z PiS Leszek Dec i zabezpieczyli wybrane dokumenty.

■ „Osoby, których sprawy nie wymagają natychmiastowej interwencji prosimy o wstrzymanie się z ich załatwieniem do dnia 18 lipca”, poprosił Urząd Miejski w Łomży. Jak wyjaśnił, jest to prośba w „związku z sezonem urlopowym i znacznie zwiększoną absencją chorobową pracowników Centrum Obsługi Mieszkańców”.

■ Około 200 funkcjonariuszy z oddziału prewencji i 60 z drogówki oraz pionu kryminalnego wysła komendy policji w województwie podlaskim do pracy przy zabezpieczaniu Świątowych Dni Młodzieży w Krakowie.

■ Honorowym Obywatelom Suwałk został Bjoern Frode Moen. Norweg jest urzędnikiem z zaprzyjaźnionego z Suwałkami miasta Notodden.

Organizował wiele wspólnych przedsięwzięć kulturalnych i sportowych. Pokazywał możliwości pozyskiwania międzynarodowych funduszy.

■ Absolutorium nie otrzymał prezydent Białegostoku Tadeusz Truskolaski. Realizację przez niego budżetu krytycznie oceniła Komisja Rewizyjna, a na sesji także radni PIS, którzy mają większość w radzie.

■ Komitet inicjatywny budowy pomnika prezydenta Lecha Kaczyńskiego powstał w Białymstoku. Utworzyli go posłowie Krzysztof Jurgiel i Dariusz Piontkowski oraz senator Jan Dobrzyński. Pomnik ma zostać sfinansowany ze zbiorów i za dwa lata stanąć w centrum miasta (czytaj też Listy, str. 9).

■ Przestał być prezesem Młodzieży Wszechpolskiej poseł z Grajewa Adam Andruszkiewicz (Kukiz'15). Zrezygnował z funkcji, uzasadniając to problemami z godzeniem jej z pracą parlamentarzysty. Nowym prezesem MW został Bartosz Berk (24 lata) z Tychów.

■ Zespół Eleanor Gray z Poznania z piosenką „Walking on the Clouds” wygrał XVI Ogólnopolski Konkurs Przebojem na Antenę, którego finał odbył się tradycyjnie w Hajnówce. W rywalizacji biorą udział piosenki zgłaszane przez 16 rozgłośni regionalnych Polskiego Radia.

■ 8 miesięcy więzienia bez zawieszenia prawomocnie już wymierzył białostocki sąd Dominikowi Ch., który z powodów rasistowskich pobił ciemnoskórego prezentera pogody telewizji „Jard” w Białymstoku. Rogers Cole-Wilson doznał urazu oka.

Znaki czasu

■ „Prezydent Obama i inni przywódcy muszą sprawić, że Jarosław Kaczyński zrozumie, iż zachowywanie się coraz bardziej jak klon Putina nie jest przekonującym pokazem jedności. Polski rząd musi usłyszeć, że sojusz, od którego żąda ochrony, polega nie tylko na obronie terytorium, ale również, a być może nawet bardziej, na obronie wspólnych wartości”, napisał w artykule wstępnym New York Times największy i najbardziej prestiżowy dziennik w USA przed szczytem NATO w Warszawie.

■ Najtańsza żywność jest w Polsce, wynika z danych Eurostatu, który zestawiał ceny produktów w poszczególnych państwach ze średnią dla całej Unii Europejskiej w 2015 roku. W badaniu wziął pod uwagę koszt artykułów, który zawierał chleb i płatki zbożowe, mięso, nabiał, tytoń, napoje bezalkoholowe oraz sam alkohol.

■ Na ślub kościelny decyduje się 62,5 proc. nowożeńców (w miastach 56 proc., na wsi 70,3 proc.), wynika z raportu opracowanego przez demografów z Uniwersytetu Łódzkiego. Liczba małżeństw sakramentalnych zmniejszyła się w ostatnich 15 latach o 10 proc.

■ Nie przyjął Nagrody Prezydenta Rzeczypospolitej Polskiej trener Adam Wyrzyk, który wygrał najważniejszą gonitwę sezonu, warszawskie Derby. „Zrobiłem to w proteście przeciwko >dobrej zmianie< w stadninach koni arabskich w Janowie Podlaskim i Michałowie”, wyjaśnił.

■ Ukraińcy blokują przejścia graniczne z Polską po zawieszeniu przez nasz kraj małego ruchu granicznego na czas szczytu NATO w Warszawie i Światowe Dni Młodzieży w Krakowie. Prawie codziennie na granicy dochodzi do incydentów.

■ 37 800 zł kosztuje więzień rocznie, co oznacza 3 150 złotych miesięcznie.

■ 26 mln zł otrzyma PZPN za udział i wynik naszych piłkarzy w Mistrzostwach Europy.

■ Molestował i nagrywał swoje córki oraz ich koleżanki oraz udostępniał nagrania innym pedofilom przez internet mieszkaniowiec (42 lata) Łodzi. Grozi mu 12 lat więzienia.

■ 17,2 kg ważył guz, który wyrósł w pachwinie mieszkańcowi (58 lat) Radomia. Okazał się złośliwy. Usunęli go w całości lekarze Szpitala Klinicznego im. Heliodora Święcickiego w Poznaniu.



Wicepremier Morawiecki o Podlaskiem

Z samorządowcami u wojewody, z przedsiębiorcami oraz przedstawicielami różnych instytucji i uczelni z regionu spotkał się w poniedziałek, 4 lipca, wicepremier Mateusz Morawiecki. Nasze województwo może się rozwijać w oparciu o medycynę, mleczarstwo czy przemysł rolno-spożywczy. Region może skorzystać tak z Jedwabnego

Szlaku, jak i rozwoju współpracy z Białorusią, uważa wicepremier. "Kładziemy nacisk na rozwój ścieżki wschodniej, także przez rozwój infrastruktury", zadeklarował Morawiecki. Obiecał ułatwienia w zatrudnianiu w Polsce Białorusinów i Ukraińców, bo padły głosy, że mogliby być zatrudniani tam, gdzie nie chcą pracować Polacy.

Prawo wglądu do pracy maturalnej

Zmiana przepisów sprawiła, że każdy maturzysta ma prawo wglądu do swojej pracy maturalnej, nawet ją sfotografować, by sprawdzić prawidłowość wyników. Maturzyści, którzy nie zga-

dzają się z oceną mogą w ciągu dwóch dni od zobaczenia pracy poprosić o jej ponowne sprawdzenie przez innych egzaminatorów komisji. W 2017 roku zajmie się tym już inna instytucja.

Graniczne kontrole

Kontrole przywrócone zostały na granicy z Litwą w 11 wyznaczonych miejscach w regionie, a także z Niemcami, Czechami i Słowacją, czyli na wewnętrznych granicach Unii Europejskiej. Zawieszone zostały przepisy o ruchu przygranicznym z rosyjskim okręgiem kalinin-

gradzkim i z Ukrainą.

Nowe zasady wiążą się z bezpieczeństwem dwóch dużych wydarzeń odbywających się w lipcu w Polsce, czyli szczytu NATO i Światowych Dni Młodzieży. Zaostrzone przepisy obowiązywać mają do 2 sierpnia.

Jubileusz kapłaństwa ks. Heliodora Sawickiego

50 lat posługi kapłańskiej obchodził ks. kanonik Heliodor Sawicki (lat 73). Ks. Sawicki jest absolwentem Wyższego Seminarium Duchownego w Łomży, wyświęcony na kapłana przez bp. Czesława Falkowskiego. Budował kościół pod wezwaniem Ducha Świętego

w Zambrowie. Był jego pierwszym proboszczem (od 1986 r., a dwa lata wcześniej administratorem nowo powołanej parafii) aż do roku 2013, gdy przeszedł na emeryturę.

Ks. Heliodor Sawicki mieszka w Łomży. Życzymy mu przede wszystkim zdrowia.

1558 ZGŁOSZONYCH WYPADKÓW I 2 OFIARY ŚMIERTELNE W NASZYM WOJEWÓDZTWIE!



467 UPADKÓW OSÓB

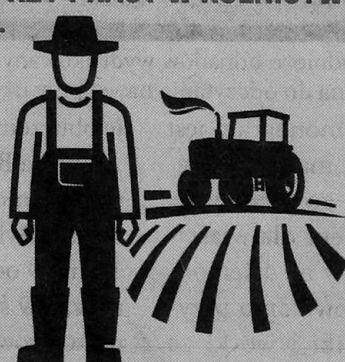
wypadki te zdarzają się najczęściej na terenie podwórza i w obejściu gospodarstwa, w budynkach gospodarczych oraz na polach i dotyczą potknięć oraz upadków na płaskiej nawierzchni oraz upadków z wysokości: z drabin, schodów i maszyn rolniczych. **PAMIĘTAJ:** • dbaj o porządek na podwórzu, wyrównaj i utwardź jego nawierzchnię • zimą posypuj oblodzenia piaskiem lub popiołem • do pracy używaj obuwia z antypoślizgową podeszwą • używaj tylko atestowanych drabin w dobrym stanie technicznym • wchodź i schodź z drabiny przodem do szczebli • uważaj jak wchodzisz i schodzisz z maszyn i pojazdów rolniczych • nie przeskakuj z maszyny na przyczepę.



151 POCHWYCEŃ I UDERZEŃ PRZEZ CZĘŚCI RUCHOME MASZYN I URZĄDZEŃ

– zazwyczaj dochodzi do nich podczas obsługi maszyn rolniczych oraz elektronarzędzi ręcznych i w czasie cięcia drewna przy użyciu piłarki tarczowej oraz podczas prac remontowo-budowlanych w gospodarstwie. **PAMIĘTAJ:** • stosuj nieuszkodzone i kompletne osłony na ruchome i ostre części maszyn i urządzeń rolniczych • dokonuj napraw i konserwacji maszyn tylko przy wyłączonym napędzie • do pracy zakładaj ubrania przylegające do ciała, bez luźnych, powiewających elementów • zachowaj bezpieczną odległość od pracującej maszyny.

NAJCZĘSTSZE PRZYCZYNY WYPADKÓW PRZY PRACY W ROLNICTWIE



**TWÓJ WYPADEK TO TRAGEDIA CAŁEJ RODZINY
PRACUJ BEZPIECZNIE!**



245 UDERZEŃ, PRZYGNIĘCIEŃ, POGRYZIEŃ PRZEZ ZWIERZĘTA

– najczęściej zdarzają się podczas codziennej obsługi zwierząt gospodarskich, w czasie zadawania karmy, udoju, sprzątania pomieszczeń inwentarskich i transportu zwierząt. **PAMIĘTAJ:** • pracując przy zwierzętach zawsze kieruj się zasadą ograniczonego zaufania, zachowaj ostrożność • podchodząc do zwierząt, uprzedź je głosem, by ich nie spłoszyć • zapewnij zwierzętom odpowiednie warunki bytowe, dostatecznie duże boksy i wybiegi, stały dostęp do świeżej wody, odpowiednią paszę • nie strasz i nie bij zwierząt.

ZRÓB PRZEGLĄD WARUNKÓW PRACY W SWOIM GOSPODARSTWIE
– możesz do tego celu wykorzystać specjalną listę kontrolną opracowaną przez PIP lub zaprosić na wizytację specjalistę z inspekcji pracy, który wskaże Ci zagrożenia i podpowie, jak zadbać o bezpieczeństwo pracy

BIERZ UDZIAŁ W BEZPŁATNYCH SZKOLENIACH ORGANIZOWANYCH PRZEZ PIP – zdobędziesz lub poszerzysz wiedzę nt. zasad bezpiecznej i higienicznej pracy oraz dowiesz się jak zapewnić bezpieczeństwo swoim dzieciom

SKORZYSTAJ Z DORADZTWA PRACOWNIKÓW PIP – poradę możesz uzyskać telefonicznie lub osobiście w siedzibie Okręgowego Inspektoratu Pracy, a także podczas targów i wystaw rolniczych na stoisku informacyjnym PIP

WPROWADŹ ZASADĘ „BEZPIECZNIE OD STARTU”
– dawaj swoim dzieciom dobry przykład, wykonuj pracę w sposób bezpieczny, by mogły Cię naśladować i w przyszłości uniknąć zagrożeń zawodowych: zdobycie wiedzy ułatwią im także bezpłatne publikacje PIP dostosowane do ich wieku

Prezydent rządzi w spółkach na wspak

778 000 zł wyniosła ubiegłoroczna strata Zakładu Gospodarowania Odpadami. 476 000 zł strat ma Park Przemysłowy Łomża. Prezydent Mariusz Chrzanowski udzielił jednak zarządom i radom nadzorczym tych spółek absolutorium za ubiegły rok. Jak komentuje ratusz, pokrycie tych strat planowane jest z zysków, które spółki ... osiągną w latach następnych! Władze spółek przedstawiły plany uzyskania zysków, a prezydent im uwierzył, zapewniając ratuszowi spece od medialnego wizerunku prezydenta. Nie uwierzył natomiast ... dodatkowym wynikiem finansowym i utracił zaufanie do zarządów spółek MPEC i MPWiK, nie udzielając zarządom absolutorium. Powołana przez Chrzanowskiego Rada Nadzorcza MPEC pozbawiła już stanowisk prezesa MPEC Mariana Miel-



Jeżeli prezydent będzie tak dalej postępował, opozycja w wyborach może mieć gotowe, swojsko brzmiące hasło: Łomża w ruinie! Tyle, że tym razem będzie prawdziwe...

carka i członka zarządu Ryszarda Fiedorowicza. Ludzie prezydenta w Radzie Nadzorczej MPWiK czekają na sygnał, by wyrzucić zarząd Grzegorz Lewańczuk – Golbert Okulicz – Kozaryn.

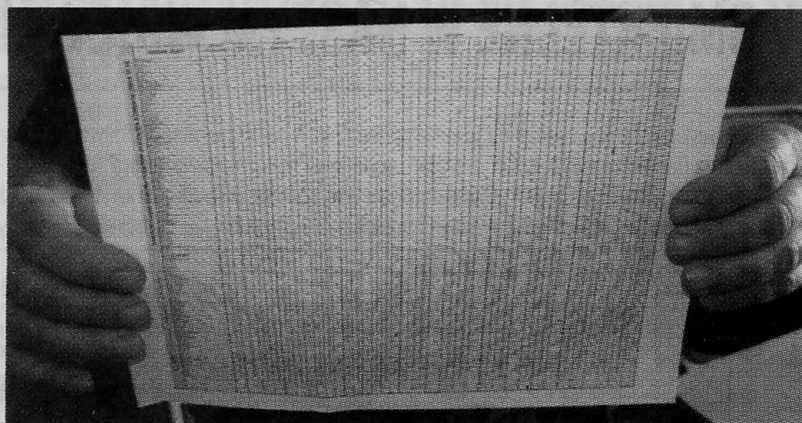
Prezydent Mariusz Chrzanowski dobrych menedżerów karze i usuwa ze stanowisk, bo nie są „jego ludźmi”. Złych zostawia na stanowiskach, bo są „jego ludźmi”. Co to wróży Łomży?

Odbiorca śmieci kpi z ludzi

„Jeśli nowy odbiorca śmieci będzie nas tak obsługiwał, jak dostarczył <pakiet powitalny>, będziemy bardzo niezadowoleni. Przyzwyczailiśmy się do solidności firmy Błysk, która dotychczas wywoziła śmieci”, mówi Maria Bukowska, mieszkanka ul. Górnej w Łomży.

Od 1 lipca śmieci z Łomży wywozi konsorcjum firm RDF i MPK Pure Home z Ostrołęki, które w drugim przetargu (pierwszy prezydent unieważnił, według niego wszystkie oferty były za drogie) wygrało z firmą Błysk ofertą tańszą o ... 1 000 złotych!

„Pakiety powitalne” od nowej firmy mieszkańcy domków jednorodzinnych w Łomży znaleźli między sztachtami ogrodzeń (na ul. Górnej i w okolicy w poniedziałek, 4 lipca) w postaci kilku worków do segregacji odpadów oraz harmonogramu od-



Harmonogram odbioru odpadów wydrukowany czcionką tak małą, że trudną do odczytania nawet przy użyciu lupy!

bioru śmieci. Harmonogram jest wydrukowany tak małymi literami, że nie sposób go przeczytać. To ważny dokument dla właścicieli domów, którzy na dzień odbioru muszą odpowiednio przygotować pojemniki i worki ze śmieciami. Dlatego powinien być czytelny dla wszystkich.

„To chyba jakaś kpina”, nie kry-

je oburzenia Maria Bukowska.

Firma Błysk dostarczała klientom harmonogramy do skrzynek na listy. Były czytelne i przejrzyste. Terminy odbioru poszczególnych rodzajów śmieci były zaznaczone na kolorowo! Natomiast worki na odpady segregowane pracownicy firmy Błysk dawali do ręki klientom przy odbiorze odpadów.

Znaleźli samobójcę

Mimo zakrojonych na szeroką skalę poszukiwań, nie udało się uratować załamanego nerwowo mieszkańca (lat 22) Łomży, który zniknął z domu w niedzielę (3 lipca). Jego zwłoki ratownicy znaleźli w poniedziałek (4 lipca) po południu. Zdaniem policji, popełnił samobójstwo.

Oplakane skutki gapiostwa pod domem

Dwie osoby trafiły do szpitala po wypadku w Kalinowie (gm. Piątnica). Doszło do niego, gdy kierowca fordą galaxy tyłem wyjechał z podwórka na drogę wprost pod jadącego do strony Drodzowa w kierunku Piątnicy volkswagena. Ranni to kierowca i pasażer volkswagena. Z kolei dojeżdżający do swojego do-

mu mieszkaniac Miastkowa nagle zjechał na przeciwny pas ruchu fiatem seicento w poniedziałek (4 lipca) wieczorem i zderzył się najpierw z busem i ciągniętą przez niego lawetą, potem z volkswaginem passatem. Samochody zostały poważnie uszkodzone, ale ludziom, na szczęście, nic poważnego się nie stało.



Jubileusz strażaków

90 lat obchodziła w niedzielę (3 lipca) Ochotnicza Straż Pożarna w Konarzycach (gm. Łomża). Uroczystość z udziałem wojewody podlaskiego Bohdana Paszkowskiego była okazją do wręczenia zasłużonym strażakom odznaczeń za zasługi dla pożarnictwa.

Nieporządni kierowcy

„Zwykle wsiadam do autobusów miejskich na przystanku przy pogo-towiu. Jest tu wygodna zatoka. Kierowca może podjechać do krawężnika i wtedy łatwo jest wsiąść nawet starszemu czy niepełnosprawnemu, bo w autobusach są podłogi równo z krawężnikiem. Niestety, kierowcy podjeżdżają byle jak, metr albo nawet więcej od krawężnika. Starzy i niepełnosprawni oraz matki z wózkami się męczą, zanim się wdrapią. Czy tak trudno kierowcom podjechać precyzyjnie do krawężnika?”, skarży się Czytelniczka. Przekazujemy te uwagi dyrekcji MPK.

Pomnik Sybiraków

Pomnik upamiętniający wywózkę przez sowietów 10 lutego 1942 roku 50 rodzin na Sybir stanie przy wejściu do biblioteki w Podgórzu, zdecydowali radni gminy Łomża. Z deportowanych po wojnie do domu wrócili nieliczni.

PPiS kontra PiS

Sześcioro radnych PiS chciało odwołania z przewodniczącego Komisji Gospodarki Komunalnej Witolda Chłudzińskiego, który na początku kadencji przyczynił się do powstania w Radzie Miejskiej Łomży większościowej grupy wspierającej prezydenta Mariusza Chrzanowskiego z PiS. Grupa radnych z PiS, która złożyła wniosek o jego dowieńczenie, jest krytycznie nastawiona do „swojego” prezydenta. Na sesji w środę (6 lipca) radny Chłudziński sam zrezygnował z przewodniczenia Komisji. Jego miejsce zajął, wybrany większością głosów, Jan Olszewski z „antyprezydenckiego” PiS.

Jarmark na rynku

Łomżyński Jarmark Rozmaitości odbędzie się w sobotę (9 lipca) na Starym Rynku w godz. 10.00 – 16.00. Będą stragany ze swojskim jadłem, rękodziełem, starociami.

Ks. Jarosław Stefaniak, laureat Plebiscytu „Kontaktów”
Człowiek Sukcesu w dziedzinie kultury, ratuje Tykocin



Takiej fasady, jak kościół Trójcy Przenajświętszej w Tykocinie (na zdjęciu), nie ma żadna inna świątynia w Polsce. Zawdzięcza ją architektowi Janowi Klemmowi, zatrudnionemu przez fundatora, hetmana Jana Klemensa Branickiego.

Kościół tykociński jest perełką barokowej architektury sakralnej. Jego budowa rozpoczęła się w 1742 roku, zakończyła 6 lat później. Kryje arcydzieła sztuki sakralnej. Do roku 2013, kiedy proboszczem został ks. Jarosław Stefaniak, był w bardzo złym stanie. Dach przeciekał, mury pękały, a cenne zabytki niszczały. Ks. Stefaniakowi, doświadczonemu w ratowaniu rozpadającego się, średniowiecznego kościoła w Niedźwiadnej (gm. Szczuczyn), po nastaniu do parafii w Tykocinie koszt ratowania kościoła Trójcy Przenajświętszej i jego zabytków oszacował na

około 11 mln zł. Przez trzy lata za dotacje z Ministerstwa Kultury, Urzędu Marszałkowskiego, Urzędu Gminy Tykocin oraz składki parafian i turystów, udało mu się odrestaurować obraz Matki Boskiej Szlacheckiej z XV wieku, wymienić przeciekający dach nad prezbiterium, wyremontować rozpadający się mur okalający świątynię, pomalować tynki zewnętrzne. W tym roku, za kolejną dotację z Ministerstwa Kultury w wysokości 600 000 zł i datki parafian, rozpocznie renowację fasady kościoła.

Ponadto od kilku miesięcy trwa inwentaryzacja i digitalizacja (tworzenie kopii cyfrowych) 113 ksiąg metrykalnych parafii Tykocin z lat 1666 -1889, które udostępnione będą w internecie. Oryginały zostaną zdezynfekowane i zabezpieczone w bezkwasowych kartonach.



Na zakończenie wszyscy pozowali do pamiątkowej fotografii

Pomoc i solidarność okazali sobie kiedyś sąsiedzi, bo doskonale się znali, wspólnie spędzali czas, bawili się. Tak powinno być również teraz, uważa Emilian Kudyba, mieszkaniec ul. Sosnowej w Łomży, który z żoną Marią w lipcu 2006 roku, zorganizował w swoim ogródku pierwszy w Łomży Europejski Dzień Sąsiada. Przyszli najbliżsi sąsiedzi z osiedla. Każdy przyniósł coś smacznego do jedzenia...

Jubileuszowy, dziesiąty Dzień Sąsiada, zorganizowali w minioną

sobotę (2 lipca) w swoim ogródku Danuta i Antoni Rafałowscy, sąsiedzi Kudybów z ul. Sosnowej. Przyszło znacznie więcej mieszkańców osiedla, niż dziesięć lat temu. Także zaproszeni goście z ratusza.

„Chcemy, aby mieszkańcy nie tylko naszego osiedla wyszli z domów, wspólnie się bawili i poznawali. Tak można odbudować sąsiedzką więź”, mówił Emilian Kudyba.

Jak dotąd, w Łomży świętują jednak wyłącznie sąsiedzi z osiedla Maria...

Święto muzułmanów w Podlaskiem

Po miesięcznym poście, muzułmanie rozpoczynają w środę, 6 lipca, święto Ramadan Bajram. Trwa 3 dni. Wierni, w naszym województwie, to potomkowie sprowadzonych do Polski w XVI i XVII w. Tatarów, spotykają się przed południem na modlitwach, potem odwiedzają groby bliskich na mizarach, czyli muzułmańskich cmentarzach. W Bia-

łymstoku tradycyjnie odbędzie się Bal Tatarski, na który przyjeżdżają goście z całego kraju. Pierwsze takie bale organizowano jeszcze w dwudziestolecu międzywojennym.

Według ostatniego spisu, w Polsce żyje około 2 tysięcy Tatarów. Władze Muzułmańskiego Związku Religijnego oceniają, że jest ich około 5 tysięcy.

FESTIWAL ŁOMŻA

NARODÓW 23 LIPCA

W PROGRAMIE:

- 10.00 ROZPOCZĘCIE
- 10.15 SPEKTAKL „NA PIASKU” KATARZYNY PERKOWSKIEJ I WITKA WILKA
- 11.15 PROCESJA MŁODYCH MISJONARZY MIŁOSIERDZIA DO KOŚCIOŁA PW. MIŁOSIERDZIA BOŻEGO
- 11.45 PRZEJŚCIE PRZEZ BRAMĘ MIŁOSIERDZIA
- 12.00 EUCHARYSTIA
- 13.15 POSIŁEK
- 14.00 KONCERT UWIELBIENIA NA BŁONIACH MIŁOSIERDZIA BOŻEGO

20 czerwca do naszej Diecezji przyjedzie młodzież z 10 krajów świata, by wspólnie z nami przeżyć tzw. Dni w Diecezjach.

„Sobota 23 lipca będzie dniem niezwykłym. To wtedy młodzi ze wszystkich stron świata zjadą się do Łomży, by wspólnie wielbić Boga. Tego dnia przewidziano wiele atrakcji, mających zbliżyć do siebie polską i zagraniczną młodzież. Zaplanowano m.in. spektakl „Na piasku” Katarzyny Perkowski i Witka Wilka, jak również uroczystą Mszę Św. W Sanktuarium Miłosierdzia Bożego. Dzień zakończy się otwartym koncertem uwielbienia, podczas którego przybyli goście zaprezentują swoją kulturę”, informuje i zaprasza Patrycja Gołębiowska z Diecezjalnego Centrum Przygotowań do Światowych Dni Młodzieży Diecezji w Łomży.

POWIAT GRAJEWSKI

Pfleiderer płaci

Pierwszy raz od 2008 roku akcjonariusze Pfleiderer Grajewo SA otrzymają dywidendę z zysku za rok 2015, zadecydowało Walne Zgromadzenie na wniosek Zarządu spółki. Do akcjonariuszy trafi 64,7 mln zł czyli 1 zł na każdą akcję. Pozostała część zysku wzmocni kapitał zapasowy.

„Jest to możliwe, bo miniony rok zakończyliśmy bardzo dobrymi i mocnymi wynikami finansowymi”, twierdzi Michael Wolff, prezes Zarządu Grupy Pfleiderer,

W ubiegłym roku fabryka w Grajewie uzyskała przychody ze sprzedaży swoich produktów, czyli płyt z przetworzonego drewna do produkcji mebli, prawie 1,6 mld zł, o 2,6 proc. większe, niż rok wcześniej. Zysk netto wyniósł 112 mln zł (wzrost o 8,6 proc.).

Większościowymi właścicielami spółki Pfleiderer Grajewo są dwa międzynarodowe fundusze inwestycyjne, Atlantik i Strategic Value Partners, które mają w sumie ponad 51 proc. akcji. Ponad 48 proc. akcji jest w rękach drobnych akcjonariuszy.

Padła „święta sosna”



15 czerwiec 2016. Po ulewnym deszczu „święta sosna” превróciła się na kładkę. Fot. A. Sikora

Rosła ponad 200 lat na Czerwonym Bagnie. Była drogowskazem dla mieszkańców bagien biebrzańskich, powstańców styczniowych i partyzantów w czasie II wojny światowej, którym wskazywała kierunek skrętu na Orli Grąd, gdzie znajdowała się jedna z tajnych partyzanckich baz.

Mieszkańcy nieistniejącej już wsi Grzędy uważali ją za święte drzewo. Wierzyli, że czyni cuda. Ponad 100 lat temu zawiesi-

li na niej kapliczkę jako wotum dziękczynne. Około 50 lat temu drzewo uschło, ale dalej „cudownie” trwało na bagnie. W ostatnich latach przy „świętej sośnie” było wejście na kładkę „Bór bagienny”, prowadzącą przez unikalny w skali Europy, dziki bór bagienny rosnący na Czerwonym Bagnie.

Nie ma już na Czerwonym Bagnie „świętej sosny”... Pozostanie jej legenda.

Piknik



Na Piknik Solecki w niedzielę (10 lipca) na Orliku w Szczuczynie zapraszają burmistrz Artur Kuczyński i sołtysi z gminy Szczuczyn. Początek, godz. 10.00. W programie zawody sportowe, w których reprezentacje sołectw walczyć będą o atrakcyjne nagrody, swojejskie jadalno, występy artystyczne oraz liczne atrakcje dla dzieci.

Dyrektor na wylocie

Wypowiedzenie z pracy otrzymał Paweł Zalewski, dyrektor MOSiR w Grajewie. Jak twierdzi burmistrz Dariusz Latarowski, Zalewski po zatrudnieniu w MOSiR na stanowisku urzędniczym (wygrał konkurs w marcu ubiegłego roku) miał zlikwidować lub zawiesić prowadzoną wcześniej działalność gospodarczą, lecz tego nie uczynił. Sprawę bada też prokuratura.

Jarocin w Goniądzu

30 zespołów rockowych z Polski i zagranicy zagrało w miniony weekend (1-2 lipca) na VI Festiwalu Rock na Bagnie w Goniądzu. Na widowni byli miłośnicy rocka z całej Polski.

POWIAT KOLNEŃSKI

W Agrolidze



Baza Maszynowa Danex z Rogienic Wielkich (gm. Mały Płock) uczestniczy w wojewódzkim finale konkursu Podlaska Agroliga 2016, organizowanym przez Podlaski Ośrodek Doradztwa Rolniczego w Szepietowie. Rozstrzygnięcie etapu wojewódzkiego w czwartek, 7 lipca, w Podlaskim Urzędzie Wojewódzkim.

Bazę założyli w 2006 r. Daniel Krajewski i Jarosław Siwik. Główna siedziba znajduje się w Rogienicach Wielkich, a oddziały w Grajewie, Suwałkach i Wysokim Mazowieckiem. W firmie, która dziś jest jedną z wiodących na rynku w sprzedaży maszyn rolniczych najlepszych światowych producentów, zatrudnionych jest 40 pracowników.

Dla obywatela „Kolneńska”

„Weźmiesz sobie, obywatelu, do ręki gazetę warszawską, krakowską, czy poznańską, przeczytasz od deski do deski, dowiesz się coś nieo o polityce, o tem kto na kogo najczęściej pluje i wymyśla, przeczytasz o nowych, pożytecznych i pięknych wynalazkach, o okropnych zabójstwach, bezczelnych kradzieżach ze strychu, piwnicy, kasy lub kieszeni, o tem, że jakiś pijany szofer przewrócił latarnię, a czujna polska policja wzięła go za kark do komisariatu – ale o twoich sprawach najbliższych, o tem, co dzieje się w powiecie, o twoich kłopotach i potrzebach w gazetach stołecznych nie piszą.

Dlatego „Komitet redakcyjny w Kolnie, postanowił wydawać Gazetę Kolneńską, przeznaczoną przede wszystkim dla potrzeb miejscowej ludności i wytknął sobie wyraźną drogę, po której ku pożytkowi powiatu pismo nasze ma kroczyć(...) Będziemy usilnie popierać tych ludzi, którzy pracą swą twórczą przyczyniają się do podniesienia kulturalnego, oświatowego i społecznego wsi naszej, będziemy chwalić i rzucać przed

oczy całego powiatu każdy rozumny, pożyteczny czyn jednostki, czy zbiorowiska – a ganić co złe i przewrotne”.

Tak oto w inauguracyjnym numerze „Gazety Kolneńskiej”, 22 stycznia 1928 r. pisał redaktor i wydawca Kazimierz Nowosad. „Gazeta” była drukowana w drukarni Izaaka Lwa w Kolnie, miała 4 strony, kosztowała 25 gr, redakcja mieściła się przy Rynku nr 6.

Redakcja deklarowała, że „Gazeta Kolneńska” jest pismem bezpartyjnym. Zaczęła się ukazywać w 1928 r, czyli przed wyborami do Sejmu i Senatu. Mimo deklaracji popierała rząd, obóz piłsudczykowski, była związana z Bezpartyjnym Blokiem Wspierania Rządu. Ukazywała się do końca 1928 r.

W pierwszym numerze informowała o powstałej spółdzielni mleczarskiej w Małym Płocku i przymiarkach do powołania spółdzielni w Turośli. Ognisko kultury rolnej w Małym Płocku sprzedawało knurki oraz owies i jęczmień. Samorząd powiatu rozdawał każdej gminie buhaja zarodowego.

Nowy ośrodek



Ośrodek dla osób z zaburzeniami psychicznymi utworzy starostwo powiatowe w Kolnie. Czekają na niego 60 mieszkańców powiatu.

Fachowcy z Kolna

30 uczniów Zespołu Szkół Technicznych w Kolnie pojedzie na trzytygodniowe staże zawodowe do Pragi, 8 na Litwę, a 63 trafi do zakładów województwa. Za staż uczniowie otrzymają minimum 800 złotych wynagrodzenia.

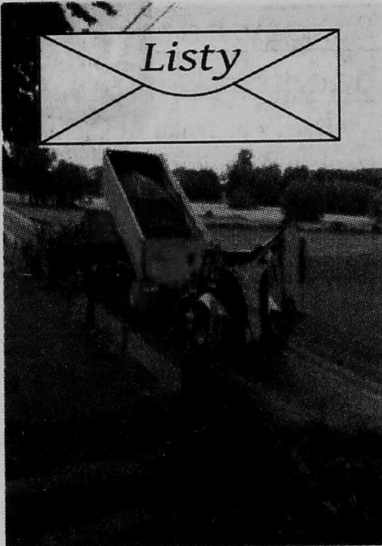
Koncert w Zabelu

Na mszę świętą oraz koncert wokalny w ramach XXIII Festiwalu Muzyczne Dni zaprasza w niedzielę 10 lipca (godz. 9.00) proboszcz Zabela ks. Stanisław Śliwowski.

XXIII Turoślańskie Prezentacje

Kabaret pod Wyrwigroszem „gwoździem” programu tegorocznej edycji Prezentacji, które zaczną się w niedzielę, 10 lipca, o 15.00. Na koniec zabawa z zespołem Matrix.

Listy



Podziękowanie za drogę

Za pośrednictwem tygodnika „Kontakty” pragnę podziękować pani sołtys wsi Wszerzec Wandzie Zaorskiej za jej wielkie serce społecznika. To dzięki jej aktywności i zaangażowaniu mamy we wsi asfaltową drogę. Wcześniej nawierzchnia na drodze była tak dziurawa i zepsuta, że ludzie niszczyli sobie samochody. Podziękowania należą się też Urzędowi Gminy w Śniadowie za zrozumienie naszego problemu i pomoc.

Pani sołtys ma jeszcze wiele pomysłów, o których mówi na wiejskich zebraniach, a właściwie na miłych sąsiedzkich spotkaniach. Dziś wszyscy dziękujemy jej za drogę. Wysyłam zdjęcie zrobione telefonem komórkowym z budowy naszej drogi.

Tadeusz Wiśniewski
Wszerzec

Dzielenie Polaków pomnikiem

Prezes Zarządu Okręgowego PiS, Minister Krzysztof Jurgiel został szefem komitetu, którego zadaniem jest postawienie w Białymstoku pomnika prezydenta Lecha Kaczyńskiego. Czy w naszym mieście jest potrzebny pomnik tragicznie zmarłego prezydenta? Czy Pan prezydent Kaczyński jakoś szczególnie zasłużył się miastu? Naszym zadaniem nie. Pomysł PiS na całą kadencję to chyba tylko pomniki, miesięcznice, apele z wojskową oprawą.

Prezydent Lech Kaczyński oraz jego małżonka zostali upamiętnieni już skwerem ich imienia, pozostałym ofiarom tragicznej

katastrofy również oddano hołd pamiątkową tablicą.

Minister Jurgiel zapowiada zbiórkę pieniędzy na wybudowanie pomnika. Jest tylu ludzi, którzy potrzebują pomocy, którym można ulżyć w cierpieniu, organizując zbiórkę pieniędzy i przekazując je na szczytniejszy cel.

Zaledwie od kilkunastu godzin wiemy o powołaniu komitetu, a już zaczęła się walka pomiędzy zwolennikami i przeciwnikami pomnika. Zdaję się, że tych drugich jest więcej.

Panie ministrze, prosimy nie dzielić Polaków swoją polityką historyczną. Prosimy zająć się swoim resortem i służyć obywatelom i Ojczyźnie jak nakazuje Konstytucja Rzeczypospolitej Polskiej!

Krzysztof Truskolaski,
Mateusz Witczuk, Hubert Ścisło
Białystok

Wygraj opła w ... barze!

Podczas letniego wypoczynku szczególnie chętnie korzystamy z bogatej oferty gastronomicznej restauracji i innych lokali, w tym sezonowych punktów, np. z lodami czy chłodnymi napojami. Pamiętajmy jednak o tym, że we wszystkich tych miejscach sprzedawca powinien wydać nam przy zakupie paragon fiskalny. Niestety, niektórzy z nich tego nie robią albo wydają nam tzw. paragon kelnerski, który nie jest ważnym dowodem sprzedaży. A to świadczy o ukrywaniu prawdziwych obrotów przedsiębiorcy. Tym samym, zapominając o wzięciu paragonu,

nie tylko osłabiamy uczciwą konkurencję między przedsiębiorcami, ale również zmniejszamy swoją szansę na wygranie atrakcyjnych nagród w Narodowej Loterii Paragonowej.

Dlatego „restauracje i inne placówki gastronomiczne, przygotowanie i podawanie napojów”, będą w loterii już czwartą branżą premiowaną nagrodą specjalną, czyli Oplem Insignią. Wszystkie paragony branżowe zarejestrowane na stronie loterii od lipca do września wezmą udział w losowaniu, które odbędzie się 17 października 2016 r. Oczywiście tradycyjnie, co miesiąc, spośród wszystkich pozostałych paragonów, będą losowane samochody Opel Astra.

Radosław Hancewicz
rzecznik prasowy Izby Skarbowej w Białymstoku

Zbiórka starszyny ZHP

Spotkanie członków Kręgów Instruktorów i Starszyny Harcerskiej oraz Seniorów Chorągwi Białostockiej w tym roku odbyło się w Łomży. W spotkaniu brały udział drużyny i druhowie z Suwałk, Białegostoku i Łomży. Wymienialiśmy doświadczenia, poznawaliśmy swoje formy pracy, a także zwiedzaliśmy Łomżę i okolice. Gospodarzem był Krąg Instruktorów i Seniorów im. Leona Kaliwody w Łomży.

Spotkanie rozpoczęliśmy melunkiem pod pomnikiem, poświęconym harcerzom Ziemi Łomżyńskiej poległym i walczącym o niepodległą Polskę, złoże-

niem kwiatów i hymnem harcerskim. A potem przeszliśmy do hufca, gdzie powitała nas komendantka kręgu phm. Anna Skarżyńska. Był z nami komendant hufca ZHP Łomża hm. Wiesław Domański. Dh hm. Edward Stefanowicz zaprezentował działalność Kręgu Łomżyńskiego i wręczył wszystkim własnoręcznie wykonany informator Kręgu. Ojciec kapucyn hm. Jan Bońkowski opowiedział o swojej pracy z harcerzami na Białorusi. Phm. Aleksandra Grodzka podarowała drużynom z kręgów w Suwałkach i Białymstoku swoją książkę „Jak to na Kurpiach bywało”. W czasie zbiórki śpiewaliśmy piosenki harcerskie i częstowaliśmy się przepyszny ciastem, które upiekły drużyny z Łomży. Kierownik referatu chorągwiwego hm. Irena Pawletko zapoznała nas ze zmianami regulaminowymi. Komendantka kręgu z Suwałkach Teresa Suproń przeczytała kilka swoich wierszy.

Po części oficjalnej pojechaliśmy do Wachu, gdzie zwiedzaliśmy Muzeum Kurpiowskie założone i prowadzone przez Laurę i Zdzisława Bziukiewiczów. Zgromadzonych jest ponad 4 tysiące eksponatów, najstarsze pochodzą z końca XVIII wieku. Kurpiowski obiad skończył się śpiewaniem harcerskich piosenek i wspomnieniami naszych złazów i rajdów. Spotkanie zakończyło się harcerskim kręgiem. Dziękujemy gospodarzom z Łomży i do zobaczenia w przyszłym roku w Suwałkach.

hm. Henryka Wiśniewska
Krąg Seniorów Chorągwi Białostockiej



Pamiątkowe zdjęcie przy pomniku w Łomży; z kwiatami komendantka Kręgu Łomżyńskiego phm. Anna Skarżyńska



Prezydent w Kuleszach Kościelnych

Na obchody 525-lecia parafii i odsłonięcie pomnika Kardynała Stefana Wyszyńskiego w sierpniu 2018 r. przyjedzie do Kulesz Kościelnych prezydent Andrzej Duda z żoną, potwierdziła Kancelaria Prezydenta. Tego samego dnia odbędzie się uroczystość przyjęcia patrona przez Zespół Szkół.

„Są dwie kandydatury patrona: święty Jan Paweł II i Prymas Wyszyński. O wyborze zdecyduje uczniowie i rodzice, choć już dziś wybór skłania się ku Prymasowi. Byłoby to związane z odsłonięciem pomnika i jego związkami z regionem”, powiedziała „Kontaktom” dyrektor Zespołu Szkół Jolantyna Kamińska.

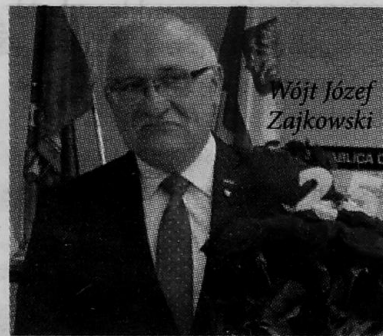
25 lat wójta

25 lat pracy na stanowisku wójta gminy Sokół 1 lipca obchodził Józef Zajkowski.

Jest absolwentem SGGW w Warszawie. Wójtem został w 1991 r. w wieku 30 lat. Wówczas, jak wspomina, niektórzy w gminie mówili, że na stanowisku będzie kilkanaście dni, najwyżej kilka tygodni.

Nie sprawdzili się nieuczciwe proactwa. Zajkowski wygrywał kolejne bezpośrednie wybory w pierwszej turze z imponującym poparciem (79,65 proc. w 2010 r.; 69,77 proc. w 2014 r.).

Przez minione 25 lat diametralnie zmienił się wygląd Sokół. W gminie zagospodarowane zostały wszystkie budynki po zlikwidowanych szkołach, po-



wstała znana w Europie kładka turystyczna w Waniewie. Wójt miał pomysł na szkołę w Krzyżewie, gdzie jest coraz mniej uczniów, w szkolnej bazie stworzył ośrodek wypoczynkowo-rehabilitacyjny z hipoterapią.

Ciągle ma wiele pomysłów na rozwój gminy: utworzenie parku energii odnawialnej, a nawet strzelnicy szkoleniowej dla wojska.

Nieszczęśliwa przejażdżka

Troje dzieci (3, 7 i 11 lat) oraz dwóch dorosłych, wszyscy uczestnicy sobotniej przejażdżki bryczką w Jabłoni Kościelnej (gm. Nowe Piekuty), trafiło do szpitala w Wysokiem Mazowieckiem. W czasie jazdy konie nagle spłoszyły się i zaczęły galo-

pować. Woźnica nie był w stanie ich zatrzymać. Najpierw z bryczki wypadła na drogę siedmioletnia dziewczynka i mężczyzna, który próbował ją ratować. Za chwilę konie wtargnęły na chodnik, bryczka wywróciła się, wypadły z niej dzieci i woźnica.

Szkoły bez dachu



Dach z budynku szkoły w Łempicach (gm. Ciechanowiec) w sobotę wieczorem zerwał wiatr. Dwa tygodnie wcześniej wichura zerwała dach ze szkoły w Klukowie.

Pełne klasy

153 uczniów zostało przyjętych do klasy pierwszej LO im. Króla Kazimierza Jagiellończyka w Wysokiem Mazowieckie.

Konkurs

plastyczny

Anna Moczydłowska (1 miejsce), Anastazja Wnorowska i Maria Kudzinowska (2), Oskar Tywonek (3) zwyciężyli w konkursie plastycznym zorganizowanym przez Koło Wędkarskie Nr 81 w Szepietowie.

Śmierć nad ranem

Zginął na miejscu kierowca (lat 21) opla, który na ulicy Przemysłowej w Czyżewie uderzył w słup i dachował około 3.00 nad ranem w sobotę (2 lipca).

Spięcie przy krzakach

Niewykoszona trawa i krzaki stały się przyczyną ostrzejszej wymiany zdań między władzami miasta i powiatu. Burmistrz uznał, że starostwo zaniedbało swoje obowiązki odpowiedniego utrzymania ulic o statusie dróg powiatowych, chociaż odbywały się Dni Miasta i Zambrów gościł uczestników festiwalu młodzieżowych orkiestr dętych z kilku krajów. Starostwo tłumaczy się zmianami w systemie organizacji zarządzania drogami i wskazuje, że także nie wszystkie miejskie drogi miały odpowiedni wygląd.

Więźniowie na drogach

20 więźniów z Zakładu Karnego w Czerwonym Borze pracuje na drogach powiatu zambrowskiego. Więźniowie porządkują pobocza i rowy, dbają o pasy zieleni na drogach powiatowych w mieście. Będą pracować nieodpłatnie do końca roku, bo taką umowę podpisało Starostwo Powiatowe w Zambrowie z Zakładem Karnym w Czerwonym Borze.

Wędrująca biblioteka

„Dajemy książkom nowe życie. Każdy może je przeczytać i oddać, a jeśli chce, może je sobie zatrzymać. W wielu domach są książki, które stoją na półkach, bo... szkoda wyrzucić. Można je przynieść do Ośrodka”, podpowiada Barbara Reinke z Ośrodka Wsparcia Rodziny Caritas w Zambrowie, której pomysłem jest „wędrująca biblioteka”.

Najpierw w Ośrodku stworzyła „punkt biblioteczny”, w którym każdy może zostawić niepotrzebną dla niego książkę (dla dorosłych i dzieci). Każdy też może ją sobie wypożyczyć, przeczytać na miejscu i odłożyć, zabrać do domu i zatrzymać lub odnieść. Do akcji, której patronuje burmistrz Kazimierz Dąbrowski, włączyła się młodzież z Koła Miłośników Książki i Miejska Biblioteka Publiczna. Poza Ośrodkiem książki z „wędrującej biblioteki” można spotkać na dworcu PKS, w szpitalu, przychodniach lekarskich, na basenie, a gdy deszcz nie pada, także w parkach, nad Zalewem, placu zabaw przy Szkole Podstawowej nr 3.



Pomysłodawczyni „wędrującej biblioteki” Barbara Reinke w Ośrodku Wsparcia Rodziny Caritas w Zambrowie

„Książka dosłownie idzie za czytelnikiem, a gdy on ma chwilę wolną, bo czeka na autobus lub poradę lekarską, odpoczywa w parku albo jest z dzieckiem na placu zabaw, wtedy trąca go w łokieć i przypomina o sobie”, mówi żartobliwie Barbara Reinke.

O tym, gdzie można spotkać się z „wędrującą biblioteką”, informują rozwieszone w Zambrowie plakaty.

Każdy może powiększyć księgozbiór tej niezwyklej biblioteki, przynosząc do Ośrodka swoje przeczytane książki, bajki po dzieciach, które już z nich wyrosły, literaturę młodzieżową i inne.

Działki czekają



Nowe tereny inwestycyjne w Zambrowie (6,5 ha z pełną infrastrukturą techniczną, drogami, chodnikami, kanalizacją deszczową, sanitarną, oświetleniem, cztery działki ogrodzone) czekają już na inwestorów.

Wakacje w górach

80 uczniów z Zambrowa wyjechało na obóz górski, zorganizowany przez parafię pw. Trójcy Przenajświętszej w Zambrowie.

Na Orliku

Z trzech „Orlików” w Zambrowie (przy SP nr 3, 4 i 5) w mogą korzystać wszyscy bezpłatnie od rana do wieczora (do godz. 22.00). Zambrow jest jedynym miastem w województwie, który ma aż trzy „Orliki”; wszystkie cieszą się niezmiennym powodzeniem.

Jubileusz szkoły

70 lat obchodzić będzie w październiku Liceum Ogólnokształcące w Zambrowie.



Krzysztof Meja: – Wydawało mi się, że jestem niezniszczalny. I jeden skok do wody przeniósł mnie w inny świat. Niech on będzie przestrogą dla chłopaków, którzy lubią skakać...

Pierwszy świat

Upalny czerwiec. Ostatni dzień roku szkolnego. Krzysiek Meja odebrał świadectwo siódmej klasy w Szkole Podstawowej nr 2 w Łomży. I z kolegami Andrzejem Sulkowskim i Adamem Gajownikiem umówił się nad rzekę.

Krzysiek był najlepszym sportowcem w szkole. Kochał koszykówkę. Robił szpagaty, salta, skakał, biegał, fikał koziołki. Interesował się podnoszeniem ciężarów. W Łomży był klub „ciężarowców”. Zapisał się. W siódmej klasie mógł już na sztangę założyć do 50 kilogramów. Cekał na koniec roku, bo zaraz następnego dnia miał jechać z klubu na obóz sportowy. Nigdzie wcześniej nie wyjeżdżał, nie mógł doczekać się tego wyjazdu.

Po odebraniu świadectwa popędził nad Narew. Uwielbiał pływać, sam się nauczył. Jego dwaj młodsi bracia także sami nauczyli się pływania.

„Sport był dla mnie wszystkim. Rodzice nie mieli pieniędzy na nasze wyjazdy. W wakacje braliśmy chleb, pomidory, coś jeszcze do jedzenia i całe dnie spędzaliśmy nad rzeką”, wspomina. Nad rzeką budował skocznię i ... skakał do wody.

W „dniu świadectwa” poszli z kolegami w okolice ruin sta-

rego mostu (dziś jest tam nowy most im. Hubala). Wtedy nie było mostu, ktoś przy starych palach zbudował pomost do zaczepiania kajaków. Koledzy pływali, a Krzysiek po rozgrzewce w Narwi wdrapał się na pomost i fragment mostu. Skoczył na główkę!

Drugi świat

„Pamiętam tylko skok. Nic więcej. Przebudziłem się, gdy leżałem na brzegu”, opowiada. Z wody wyciągnęli go koledzy. Krzysztof odzyskiwał na chwilę przytomność i tracił. Chciał ruszyć ręką, ale nie mógł... Stracił przytomność. Otworzył oczy, zobaczył wojskowego i jakichś ludzi... Stracił przytomność. Nad Narwią była strażnica wojskowa. Tylko tam był telefon. Wojskowy wezwał pogotowie. Krzysiek słyszał sygnał, krzyki, że potrzebny materac... I znów odpłynął.

„Przebudziłem się po dwóch tygodniach w szpitalu w Konstancinie. W innym świecie. W tym wcześniejszym byłem niezniszczalny. Teraz podłączony do aparatury. Nie mogłem ruszyć ani ręką, ani nogą. Rodzice nic nie mówili, tylko płakali. Nic nie rozumiałem. Myślałem, że tak jak skaleczenie, zagoi się mój kręgosłup”, opowiada.

W skoku do Narwi złamał kręgosłup szyjny. Paraliż od głowy

w dół. Lekarze nie podjęli się operacji. Przepustowość płynu rdzeniowego jest tak niska, jak szpilka. Od innych chorych dowiedział się, że już nigdy nie będzie chodził. Profesor wypisujący go ze szpitala powiedział jego mamie, że będzie żył najwyżej trzy lata!

„A ja żyję już 30 lat!”, uśmiecha się Krzysztof Meja.

Wrócił do Łomży. Sparaliżowany, bez władzy w rękach i nogach. Pięciosobowa rodzina (Krzysztof, dwóch braci i rodzice) mieszkali w jednym pokoju w starej kamienicy przy ulicy Pięknej (nie ma już tego budynku). Mieszkanie bez łazienki! Ojciec alkoholik. Do Krzysztofa przychodzili nauczyciele z SP nr 2. Skończył podstawówkę. Potem zamknął się w sobie. Żył w izolacji prawie 10 lat.

„Nie chciałem nikogo poznać i widzieć. Nie wychodziłem na dwór”, opowiada.

Do unieruchomienia w łóżku doszło nowe cierpienie. Ciało zamieniło się w ropiejącą, otwartą ranę. Krzysztof z odleżynami trafił do szpitala. „Mam szczęście do ludzi”, mówi. I wspomina doktora Piechocińskiego, który przekonał go do leżenia na brzuchu po 12 godzin na dobę. Doktora Szmatekę, który ponad rok nie wypisywał go ze szpitala do domu bez łazien-

ki. Oddziałową Hannę Klimczuk, która z uporem sadzała go na wózek i pomagała w rehabilitacji.

Trzeci świat

„Co tak leżysz na brzuchu?”, usłyszał raz obcy głos Krzysztof. Podniósł głowę. Obok stał zakonnik. „Przyjmujesz komunię?”, zapytał. Krzysztof przyjął. A zakonnik zapowiedział, że jeszcze wróci. To był kapucyn Kazimierz Śnieg. Wrócił, rozmawiali. Następnym razem przyniósł Krzysztofowi książkę „Zew krwi” Londona. Potem przynosił kolejne. Gdy Krzysztof ze szpitala wrócił do swojego domu bez łazienki ojciec Śnieg przyjeżdżał po niego, pakował do samochodu i woził na kąpiel do zakonu. Latem wyciągał na powietrze, zawiózł na Mazury. I ciągle przynosił książki.

„Wcześniej czytałem Janka Muzykanta i jakieś nowele. Uczyłem się przy ojcu Kazimierzu. Rozmawialiśmy, zainteresował mnie filozofią”, opowiada.

Ks. Śnieg był proboszczem Kapucynów. Gdy wyjeżdżał z Łomży, podarował Krzysztofowi trzytomową „Historię filozofii” Tatariewiczza. Krzysztof ją przestudiował, a po niej dzieła innych filozofów: Nietzschego, Freuda, Platona.

„Mam szczęście do ludzi”, powtarza. „Mama nie jest moją biologiczną mamą. I choć miała bardzo ciężko i ludzie podpowiadali jej, by mnie oddała do ośrodka, jednak mnie nie odrzuciła. Chodziła przy mnie. A potem ... przyszła do mnie Małgosia. Chwyciła za wózek i wyprowadziła na spacer. A ja przecież nigdzie nie chciałem wychodzić...”, uśmiecha się.

Niepełnosprawny od 30 lat po skoku na główkę do wody Krzysztof Meja, od 8 lat jest żonaty. Jego żoną jest koleżanka z podstawówki, dziś absolwentka dwóch kierunków studiów, nauczycielka języka niemieckiego. Ślubu udzielił i małżeństwo błogosławił ojciec Kazimierz Śnieg, który obecnie jest w Bydgoszczy.

„Wydawało mi się, że jestem niezniszczalny. I jeden skok do wody przeniósł mnie w inny świat. Niech on będzie przestrogą dla chłopaków, którzy lubią skakać...”, mówi.

MARIA TOCKA

Jeden podmuch



Dariusz, Barbara i Antoni Truskowscy na rumowisku gospodarstwa

Gdy nadciągnęła chmura, Antoni Truskowski był na pobliskiej łące. Ruszył szybko do domu. Kotek biegł za nim. Przy stodole przewrócił go podmuch wiatru. Podniósł się i cudem dotarł do domu. Słyszał szum i huk. Zrobiło się ciemno...

Barbara Truskowska była z wnukami w domu. Przez okno zobaczyła, jak nadciąga chmura. Schyliła się, żeby odłączyć od prądu telewizor. Za oknem coś zahuczało, zawirowało...

„Jak wróciłem do domu, zobaczyłem gruzowisko. Dom był bez dachu, stodoła leżała na ziemi, z budynków gospodarskich zdarła była dachówka. Części dachu z naszego domu uderzyły w dom brata. Uszkodziły nową blachodachówkę”, mówi Dariusz Truskowski, który w czasie nawałnicy był w Łomży.

Jan Narewski poszedł sprawdzić, czy dobrze są zamknięte drzwi od stodoły. Syn przed burzą zadzwonił i go o to poprosił. Jest po wylewie. Szedł powoli. Ledwie doszedł, jak rozpetęło się piekło i ze stodoły pofrunęła część dachu. To był moment. Gdy wyszedł ze stodoły, zobaczył dom bez dachu. W domu była żona. Też po wylewie, chora na nogi i kręgosłup.

„Poszłam do kuchni. Odłączyłam lodówkę. Wtedy coś huknęło. Myślałam, że uderzył piorun. Poczulałam lodowaty wir i coś mi się posypało na głowę. Wszystko wołało się ruszało. Potem się uspokoiło. Podniosłam głowę i zoba-

czyłam niebo. Chciałam wyjść z kuchni. Drzwi były przywalone gruzem. Nie mogłam otworzyć. Po chwili usłyszałam, jak mąż wchodzi po schodach. Pomógł odgruzować drzwi. Potem nadeszli sąsiedzi”, opowiada Janina Narewska.

Szczyty domu zawaliły się na drewniany strop, który nie wytrzymał obciążenia i też się zawalił. Janina cudem uniknęła przygniecenia...

Teresa Łoszevska była w domu z wnuczką Lenką (lat 6). Zobaczyła przez okno burzą chmurę i przeraziła się. Podmuch przygiął do ziemi drzewa i krzewy.

„Babciu, ale naszego domku nam nie porwie?”, płakała Lenka.

Teresa w milczeniu przyciskała wnuczkę do siebie. Po chwili było po wszystkim. Wyjrzała przez okno i zobaczyła leżącą na ziemi stodołę...

W dwa tygodnie po nawałnicy, która zniszczyła domy Truskowskich i Narewskich, stodołę Łoszewskich oraz uszkodziła wiele budynków w Budach Stawiskich (gm. Stawiski), ludzie odbudowują zniszczenia.

„Rozebraliśmy uszkodzone kominy. Przygotowujemy się do odbudowy dachu”, mówi Dariusz Truskowski.

Uprzątnęli rumowisko po stodole. Naprawili uszkodzone ciągniki i inny sprzęt, który znajdował się w stodole. W gruzach znaleźli zabitego kotka i dwa martwe psy...

Naprawili dachy na zabudowaniach gospodarskich. Stodoły w tym roku nie dadzą rady odbudować. Muszą sobie radzić bez niej. Trudno będzie. Darek hoduje 40 krów i 5 koni.

„Najważniejszy jest dach and głową. Deszcze zalewają strop i ściany”, mówi Barbara.

„Trzeci tydzień idzie, a likwidator szkód z PZU jeszcze do nas nie dotarł. Miał przyjechać wczoraj, nie przyjechał, nie zadzwonił. Nie mogę nic robić”, denerwuje się Tomasz Narewski.

Nadzór budowlany stwierdził, że dom Narewskich nie nadaje się do odbudowy. Trzeba go rozebrać. Tomasz nie może zacząć rozbiórki, bo szkoda nie została oszacowana.

„Co oni sobie wyobrażają”, mówi zdesperowany.

Pieniądze z odszkodowania chce w pierwszej kolejności przeznaczyć na naprawę stodoły. Prowodzi gospodarstwo, musi mieć stodołę. Już niedługo zaczną się żniwa...

Dom też musi odbudować, choć nie wie za co. Na razie z rodzicami przeniósł się do przystosowanego do zamieszkania pomieszczenia gospodarczego. Dzięki Bogu, budynek gospodarczy ocalał. Mają tymczasowo dach nad głową.

U Łoszewskich rumowisko po stodole jest już uprzątnięte, miejsce przygotowane do odbudowy.

„W marcu przekazaliśmy synowi gospodarkę. Całe życie pracowaliśmy, żeby miał porządną dom, dobre budynki. Wystarczył

jeden podmuch i trzeba zaczynać od nowa”, mówi Teresa.

Przy drodze wiodącej przez Budę Stawiskie, obok domu Antoniego Frydryszczyka, była na słupie energetycznym platforma z bocianim gniazdem. Podmuch zwałił platformę ze słupa. Trzy młode bociany zginęły. Platformę zabrali energetycy.

Bociania para nie opuszcza nagego słupa. Przez dwa tygodnie na jego wierzchołku zbudowała już zręby nowego gniazda...

O pomoc dla Truskowskich, Narewskich, Łoszewskich w odbudowie zniszczeń prosi burmistrz Stawisk Krzysztof Rafałowski: „Żywiół pochłonął dorobek całego ich życia. W jednej chwili zostali pozbawieni dachu nad głową, podstawowych sprzętów gospodarstwa domowego oraz rzeczy codziennego użytku. Dlatego gorąco apeluję i proszę wszystkich, którzy chcą i mają możliwości, o udzielenie im pomocy w formie rzeczowej i finansowej”.

Redakcja „Kontaktów” przylączy się do apelu.

Wsparcia w formie rzeczowej można udzielać za pośrednictwem Ośrodka Pomocy Społecznej w Stawiskach (ul. Polowa 21, tel. 86 278 52 05).

Pomoc finansową można przekazać na wyodrębniony rachunek bankowy: Hexa Bank Spółdzielczy w Piątnicy, Oddział w Stawiskach 42 8762 1022 0036 3583 2000 0050.

MARIA KACZYŃSKA

Średni wiek inicjacji seksualnej w Polsce to ok. 17 lat dla chłopców i niespełna 18 lat dla dziewczyn. „Ten pierwszy raz” za sobą ma już też ok. 20 proc. piętnastolatek i piętnastolatków...

Mój pierwszy raz

Zaliczenie

Mam 15 lat. Zaraz na początku wakacji zakochałam się w Tomku. Niedaleko domu mojej babci, u której przebywałam, było duże boisko, na którym chłopaki codziennie grali w piłkę. Kilka dni ich obserwowałam. Zobaczyłam ślicznego blondyna, którego nigdy wcześniej nie widziałam. Był starszy ode mnie. Spytałam kolegę, kto to jest, powiedział mi, że przyjechał z Warszawy na wakacje do rodziny. Następnego dnia znowu tam poszłam, wtedy podszedł do mnie pierwszy i się przedstawił. Pogadaliśmy przez chwilę i poszliśmy na spacer. Następnego dnia też poszliśmy się przejść. Gdy wracaliśmy powiedział mi, że jestem najpiękniejszą dziewczyną na świecie i że chciałby mnie pocałować. Miło się do niego uśmiechnęłam, a on zrozumiał to jako „tak”. Zaczął mnie całować. Staliśmy akurat na skraju łąki. Pociągnął mnie na nią i zaczął pieścić. Sama nie wiem, co zaczęło się ze mną dziać. Jakbym odpłynęła. Pamiętam, że było mi przyjemnie, że poczułam jakiś ból, znowu bardzo przyjemnie. Kiedy jakby oprzytomniałam, byłam zupełnie naga, on też. Ale zaraz zaczął się szybko ubierać. Uśmiechnął się i powiedział ni to do mnie, ni do siebie „Fajnie, co? A już myślałam, że nic nie uda mi się zaliczyć”. Nie bardzo to do mnie docierało. Dotarło następnego dnia. Nie było go, jak zwykle, na boisku. Chłopaki powiedzieli, że rano wyjechał do domu. Mówił, że zaraz jedzie z rodzicami do Hiszpanii. I da im znać, jak zaliczy ognistą sambę...

Sonia ze Szczuczyna

Szczęśliwość

Mam 17 lat, mój pierwszy raz przeżyłam rok temu w wakacje. Dzień zaczął się bardzo przyjemnie, słońce grzało, lekko wiał wiatr. Pojechałam z najlepszą przyjaciółką Emilią nad jezioro do domku letniskowego. Okazało się, że Emila zaprosiła jeszcze swojego brata Mateusza (od bardzo dawna mi się podobał) i jego znajomego Piotrkę, który był jej chłopakiem.

Gdy szykowała się dyskoteka, postanowiliśmy wybrać się na nią wszyscy razem. W dzień dyskoteki ja i Emila wybrałyśmy się na zakupy, kupiłam naprawdę seksowną sukienkę. Przed imprezą Emilka ślicznie mnie umalowała i uczesała (jej mama pracowała w zakładzie fryzjerskim, a ciocia była makijażystką). W końcu do naszego pokoju weszli chłopcy. Piotrek podszedł do Emilii, a Mateusz stanął przede mną, popatrzył mi w oczy i powiedział, że wyglądam zniewalająco.

Tańczyliśmy w grupce, w jakiej przyszliśmy. W końcu puścili coś wolnego. Mateusz poprosił mnie do tańca. Zgodziłam się. Objął mnie za szyję i przytulił się do niego, on chwycił mnie w tali i jeszcze mocniej do siebie przycisnął. Zaczął mi szeptać do ucha, jak bardzo mu się podobam, jak ślicznie wyglądam itp. Znałam go bardzo dobrze i bardzo długo. Uśmiechnęłam się, a on popatrzył mi w oczy i delikatnie musnął moje usta swoimi. Zauważył, że mi się podoba, więc zaczął mnie namiętnie całować.

Wyszliśmy z imprezy i poszliśmy nad jezioro. Usiedliśmy na trawie i patrzyliśmy na siebie nawzajem, aż w końcu zaczęliśmy się całować... Po chwili zaniósł mnie na rękach do naszego domku letniskowego, położył na łóżku. Pocałowałam go, a on odwzajemnił mój pocałunek. Zaczęliśmy się całować coraz bardziej namiętnie. Nagle przestał i zdjął ze mnie sukienkę... Ja ściągnęłam mu koszulę. Na nowo mnie zaczął całować i zjeżdżać coraz niżej, obdarowywał pocałunkami moją szyję, pieścił moje piersi, nie wiedziałam, kiedy pozbawił mnie stanika. Schodził niżej, aż ściągnął ze mnie majtusię i dotarł do ... Czulałam się niesamowicie. W pewnym momencie rozszerzył mi nogi..., trochę zabolalo. Był bardzo delikatny. Potem oboje zasnęliśmy.

Od tej pory jesteśmy razem. Wiem, że mogę mu zaufać i w każdej chwili liczyć na niego. Jesteśmy ze sobą bardzo szczęśliwi.

Juliszka z Łomży



Tomasz Narewski: – Tutaj stała matka, gdy strop się zawalił



Dom Narewskich



Miejsce, w którym stała stodoła Łoszewskich

Ogłoszenie w KONTAKTACH

już za dzień!
Bez dodatku za
ekspres!
Nadaj ogłoszenie w
„Kontaktach”
w środę do godz. 12.00
Ukaże się już w
czwartek rano!

BUDOWNICTWO

PRODUCENT siatki ogrodze-
niowej. Słupki, panele, bramy,
SZTACHETY METALOWE.
86 216 – 22 – 27, 08 – 332 – 905,
www.siatki-stal.pl

(fak. 00234/16-o-i)

FINANSE

**EKSPRESOWA
GOTÓWKA BEZ BIK,
CHWILÓWKI,
POŻYCZKI RATALNE,
500 – 547 – 057**



(fak. 00223/16-o-i)

**Trudne Kredyty bankowe (go-
tówkowe/konsolidacyjne, hipo-
teczne, firmowe, dla rolników),
również z komornikiem lub bez
zdolności. Leasing bez bik,
tel. 695 – 303 – 312**

(fak. 00208/16o-i)

NIERUCHOMOŚCI

Sprzedam działki budowlane
od 8,8 ara, Łomża, ul. Kraska 6,
tel. 606 – 424 – 009

(p-000246-o-i)

Sprzedam M – I piętro, Łomża,
tel. 502 – 81 – 56 – 41

(p-000244-o)

WÓJT GMINY KULESZE KOŚCIELNE

Działając na podstawie art. 35 ust.
1 ustawy z dnia 21 sierpnia 1997 r.
o gospodarce nieruchomościami (Dz. U.
z 2015 r. poz. 1774) **informuje**, iż wykaz
nieruchomości gruntowych Nr 12/1 i Nr
12/2 położonych w obrębie wsi Kulesze
Podlipne przeznaczonych do sprzeda-
ży jest wywieszony na okres 21 dni
w dniach od 08.07.2016 r. do 29.07.2016
r. na tablicy ogłoszeń w Urzędzie Gminy
Kulesze Kościelne, ul. Główna 6, 18 – 208
Kulesze Kościelne.

Szczegółowe informacje udzielane
są w Urzędzie Gminy Kulesze Kościel-
ne, pokój nr 9, tel. 86 4763510, wew. 18.

Sprzedam mieszkanie 44 m²,
I piętro, wykończone. Łomża,
ul. Sybiraków, tel. 696 – 499 – 346
(p-000242-o-i)

Sprzedaż energooszczędnych
domów pod Warszawą,
tel. 602 – 224 – 161,
www.domynarataja.pl

(fak. 00236/16-o-i)

Sprzedam lub wydzierżawię grunt
w Żelkowie k. Siedlec 2,5 ha,
tel. 602 – 224 – 161

(fak. 00236/16-o-i)

Sprzedam dom (120 m²) + lokal
użytkowy (210 m² + 56 m²),
ul. Nowogrodzka 38A, Łomża,
tel. 602 – 692 – 743, e-mail
artur@ogrodom.pl

(p-000235-o)

Sprzedam mały dom w Rybakach,
gmina Miastkowo, powiat Łomża,
tel. 501 – 155 – 021

(p-000230-o-i)

Sprzedam działki 15 arów i 10 arów
(obok siebie) Stare Ratowo
k/Śniadowa, pilne!!,
604 – 278 – 057

(p-000204-o-i)

ODDAM

Ogłoszenia w rubryce „Oddam”
zamieszczamy bezpłatnie.
Treść można przesłać na adres:
redakcja@kontakty-tygodnik.com.pl lub podać telefonicznie:
86 216 – 42 – 43

PRACA

Firma tynkarska zatrudni
tynkarza/y maszynowych,
tel. 511 – 529 – 965

(fak. 00235/16-o-i)

Zatrudnię murarza, do ele-
wacji, zbrojarza, robotnika,
668 – 374 – 970, k/Warszawy

(fak. 00200/16-o-i)

Opieka Niemcy Legalnie
725 – 248 – 935

(fak. 00181/16-o-i)

Gospoia/opiekunka na stałe,
do starszego kulturalnego
małżeństwa z zamieszkaniem
w Warszawie, 1 500 zł/m-c plus
premie, tel. 226 – 205 – 700

(fak/sms)

PRZYJMĘ

Ogłoszenia w rubryce „Przyjmę”
zamieszczamy bezpłatnie.

Treść można przesłać na adres:
redakcja@kontakty-tygodnik.com.pl lub podać telefonicznie:
86 216 – 42 – 43

ROLNICTWO

Wylęgarnia Drobiu Marianowo
prowadzi zapisy i sprzedaż
kurcząt 1-dniowych oraz kurek
odchowanych, 86 219 – 13 – 92,
604 – 750 – 281, 608 – 620 – 245

(fak. 00213/16-o-i)

**ZBIORNIKI DO MLEKA SKUP,
stan techniczny obojętny,
SPRZEDAŻ, WYMIANA,
Ostrołęka, Składowa 2 MARGO.
Tel. 29 – 769 – 09 – 89.**

(fak. 00175/16-o-i)

Kupię zboże: 506 – 029 – 946

(fak. 00027/16-o)

Sprzedam 1ha ziemi rolnej,
gmina Śniadowo, cena 70 000 zł,
tel. 690 – 397 – 027

(fak/sms)

Sprzedam jałówkę wysokociel-
ną mieszańca HF – Simental
(termin wycielenia koniec lipca –
początek sierpnia), dzwonić po
godz. 16.00, tel. 519 – 392 – 273

(fak/sms)

TRANSPORT

**Belgia, Niemcy, Holandia,
soboty, niedziele, poniedziałki,
środy, czwartki DVD,
85 747 – 00 – 01, 602 – 664 – 771**

(fak. 00008/16-o-i)

Frankfurt n/Menem i okolice –
soboty, środy, 85 747 – 43 – 63,
602 – 681 – 677

(fak. 00005/16-o-i)

Sobota: Niemcy, Holandia,
Belgia, oraz wynajem mikro-
busów, (85) 73 – 94 – 179,
606 – 379 – 966

(fak. 00045/16-o-i)

Transport maszyn rolniczych,
tel. 514 – 805 – 123

(p-000206-o)

USŁUGI

Malowanie dachów,
668 – 141 – 137

(fak. 00214/16-o-i)

Wykopy, plantowanie, drenaż,
układanie kostki brukowej,
602 – 554 – 909

(fak. 00174/16-o-i)

Ocieplanie budynków,
tel. 881 – 507 – 760

(fak. 00038/16-o-i)



**Ogłoszenie
w gazecie
żyje dzień.
Ogłoszenie
w tygodniku
KONTAKTY
żyje
TYDZIEŃ**



**Tygodnik KONTAKTY
to wydatek na prasę
raz w tygodniu
i wiesz wszystko
o regionie**

**plus kolorowy
magazyn
telewizyjny**



wersja cyfrowa
dostępna na:
www.kontakty-tygodnik.com.pl



OGŁOSZENIA DROBNE SMS-EM!

Wpisz TYG, a dalej treść ogłoszenia, np. **TYG Sprzedam dom, tel...**
i wyślij na numer: **75 550**

koszt 5 zł + VAT (6,15 z VAT)

Po wysłaniu sms-a otrzymasz zwrótną wiadomość, potwierdzającą
przyjęcie ogłoszenia. Jeżeli wyślesz sms-a do wtorku, Twoja ogłoszenie
ukaze się w czwartkowym wydaniu tygodnika „Kontakty” oraz na
stronie www.kontakty-tygodnik.com.pl. Wiadomość nie może
przekraczać 160 znaków (za znak uważana jest każda litera, spacja,
znak interpunkcyjny). W wiadomości nie mogą znajdować się znaki
polskie (ą; ę; ċ; ł; ń; ó; ś; ź; ż). Po przekroczeniu 160 znaków zostanie
naliczona opłata za drugi sms.

* usługa nie dotyczy ogłoszeń towarzyskich



KONSTAŁ
PRODUKCYJA
GARAŻE Blaszane
BRAMY Garażowe
KOJCE dla Psów

Najniższe **CENY**
Różne wymiary
Transport i montaż
GRATIS cały KRAJ
Dogodne **RATY**

GARAŻE WZMOCNIONE

86-225-23-11 85-733-60-26
29-642-34-61 87-735-13-65
83-411-91-50 512-853-323
www.konstal-garaze.pl

Sprzedam pilnie z powodu wyjazdu Audi b4 2.0+lpz z 1994 roku, cena 2 800 zł, tel. 573 – 398 – 855 (o/b)

Sprzedam Opla Vectra C Liftback z 2008 roku, pojemność 1.9 CDTI, moc 120 KM (+40%), 6 – biegowa manualna skrzynia, elektrochromatyczne lusterka, kraj pochodzenia Austria, cena 18 000 zł, tel. 735 – 828 – 334 (o/b)

Sprzedam Seata Leon 1.9 TDI 110 KM, przebieg 239 400 km. Wyposażenie: skórzana tapicerka, podgrzewane siedzenia, klimatyzacja, tempomat, szyberdach i inne, cena 12 500 zł, tel. 504 – 407 – 397 (o/b)

Sprzedam Mazdę 6 1.8 benzyna z 2000 roku, kierownica po prawej stronie, cena 15 000 zł, tel. 511 – 182 – 627 (o/b)

Sprzedam Golfa 3 rok produkcji 1997, 19 tdim, 4 – drzwi, cena 1 700, tel. 507 – 121 – 177 (o/b)

Sprzedam VW Sharana 1,9 TDI 103 kw, przebieg 250 000 km, po wymianie rozrządu, oleju i końcówek stabilizatorów, cena 9 000 zł, tel. 789 – 368 – 523 (o/b)

Sprzedam Mazdę 6 1.8 benzyna, 120 KM z 2008 roku, kierownica po prawej stronie. Wymienione wszystkie oleje i płyny oraz filtry, cena 15 000 zł, tel. 511 – 182 – 627 (o/b)

Sprzedam Volkswagena Passata 1,9 tdi, 130 KM z 2003 roku, stan bardzo dobry, 6 – biegowa skrzynia, klimatyzacja, wspomaganie, ABS, elektryczne szyby i lusterka, cena 13 900 zł, tel. 606 – 923 – 963 (o/b)

Sprzedam Hyundai Trajet z 2004 roku, 2.0 CRDI Van, 7 – osobowy, klimatyzacja, elektryczne szyby, radio CD, CB Radio, cena 12 900 zł, tel. 784 – 022 – 182 (o/b)

OGŁOSZENIA BEZPŁATNE MOTORYZACYJNE

Sprzedam Mercedesa W 210 E 320 CDI z 2001 roku avangarde, cena 13 500 zł, tel. 607 – 553 – 373 (o/b)

Sprzedam Jeepa Pajero Pini z 2003 r. 1.8 b + gaz, cena 16 900 zł, tel. 513 – 771 – 544 (o/b)

Sprzedam Mercedesa W115 kubuś 220 diesel z 1975 r., czarny, alufelgi, środek brąz, stan dobry, silnik i technicznie bardzo dobry, cena 25 000 zł do uzgodnienia, tel. 662 – 862 – 188 (o/b)

Sprzedam Forda Mondeo kombi 1.8TD z 1999 roku, granatowy, klimatyzacja, drewno, elektryka, wszystko sprawne, stan bardzo dobry, cena 3 500 zł do uzgodnienia, tel. 500 – 458 – 805 (o/b)

Sprzedam Mercedesa C-klasa 1.8i gaz z 1995 r., czarny metalik, silnik i technicznie dobry, cena 3 300 zł do uzgodnienia, tel. 732 – 777 – 839 (o/b)

Sprzedam Mitsubishi Carisma 1.6i z 1997 r., srebrny, wspomaganie, airbag, stan bardzo dobry, cena 3 300 zł do uzgodnienia, tel. 662 – 862 – 188 (o/b)

Sprzedam Opla Corsą 1.2i z 1996 r., czarny, airbag, szyberdach, przebieg 250 000 km, stan bardzo dobry, korozja progów, cena 1 999 zł do uzgodnienia, tel. 732 – 777 – 839 (o/b)

Sprzedam Renaulta Laguna 1.9dci z 2002 r., srebrny, klimatyzacja, półskóra, wersja privilege, stan bardzo dobry, cena 5 800 zł do uzgodnienia, tel. 662 – 862 – 188 (o/b)

Sprzedam Fiata Punto city 1.2i gaz z 2003 r., airbag, stan bardzo dobry, pierwszy właściciel, zadbane, bezwypadkowy, cena 4 400 zł do uzgodnienia, tel. 662 – 862 – 188 (o/b)

Sprzedam Dodge 3.0i v6 z 1990 r., bordo metalik, klimatyzacja, 7 – osobowy, przebieg 130 000 km, czerwony środek, welur, automat, pierwszy właściciel, cena 5 500 zł do uzgodnienia, tel. 662 – 862 – 188 (o/b)

Sprzedam Volkswagena Passata b5 1.9tdi z 2000 kombi, elektryczne szyby i lusterka, klimatyzacja, abs, radio, itp., nowy akumulator, opłaty do 2017r., cena 8 500 zł do uzgodnienia, tel. 724 – 391 – 478 (o/b)

Sprzedam Opla Corsą z 1998 roku, 1.4B, ważne opłaty, czarny, stan dobry, okazjna cena 1 200 zł, tel. 663 – 279 – 025 (o/b)

Sprzedam Mazdę 5 2.0D 110KM z 2007 roku, cena 19 000 zł do uzgodnienia, tel. 731 – 324 – 350 (o/b)

Sprzedam Opla Merivą z 2005 roku, cena 15 500 zł, tel. 572 – 656 – 784 (o/b)

Sprzedam Mercedesa C 220 igła, bez wkładu, cena 3 800 zł, tel. 690 – 181 – 405 (o/b)

Sprzedam opony 165 R 13, 4 sztuki, cena 140 zł za sztukę, tel. (86) 271 – 38 – 53 (o/b)

Sprzedam Syrenę 105, blacharka w dobrym stanie, w trakcie renowacji, z dokumentami, cena 6 000 zł za całość, tel. 888 – 716 – 140 (o/b)

Sprzedam Mercedesa C220 2.2D, stan bardzo dobry, pełna opcja oprócz skóry i klimatyzacji, w 2009 sprowadzony do Polski, cena 3 800 zł, tel. 690 – 181 – 405 (o/b)

Sprzedam Seata Cordoba z 1996 roku, sedan 1.6 B gaz, klimatyzacja, wspomaganie, hak, niebieski, cena 2 599 zł, tel. 516 – 288 – 874 (o/b)

Sprzedam Volkswagena Passatą z 1999 roku, cena 9 000 zł, tel. 507 – 144 – 467 (o/b)

Sprzedam przyczepę samochodową, cena 1 800 zł, tel. 507 – 144 – 467 (o/b)

Sprzedam Volkswagena Polo z 1997 roku, stan dobry, zielony metalik, 1.4 B, opłaty do końca roku, cena 3 200 zł, tel. 505 – 302 – 976 (o/b)

Sprzedam Volkswagena Vento 1.8B gaz, cena 3 000 zł do uzgodnienia, tel. 786 – 902 – 632 (o/b)

Sprzedam Mercedesa W 210 E 320 CDI z 2001 avangarde, cena 13 500 zł, tel. 607 – 553 – 373 (o/b)

Sprzedam Volkswagena Golfa 4 1.4 16 v z 1998 roku, sprowadzony z Niemiec, stan bardzo dobry, klimatyzacja, Alu15, cena 3 400 zł, tel. 573 – 270 – 420 (o/b)

Sprzedam skuter marki RUSK, rok produkcji 2000, pojemność 50 cm³, cena 1 300 zł, tel. 532 – 330 – 891 (o/b)

Sprzedam Rower 200 z 1998 roku, 1.4 silnik z benzyną plus gaz, 105 KM, szyberdach, tapicerka w skórze i elektryczne szyby, cena 3 700 zł, tel. 513 – 613 – 040 (o/b)

KUPON

BEZPŁATNE OGŁOSZENIE DLA ZMOTORYZOWANYCH

Treść ogłoszenia do 15 słów:

Warunkiem ukazanie się ogłoszenia jest podanie ceny pojazdu!

Imię i nazwisko ogłaszającego:

Adres:

Tel.:

Oświadczam, że zamieszczam ogłoszenie jako osoba fizyczna nieprowadząca handlowej działalności motoryzacyjnej.

Czytelny podpis:

Kupon wysyłamy na adres: **Kontakty, Al. Legionów 7, 18-400 Łomża**
Wydawnictwo „Kontakty” informuje, że dane ogłaszających, będą wykorzystane wyłącznie w celu wykonania zlecenia publikacji ogłoszenia oraz sprawozdawczości finansowej. Nie są udostępniane osobom trzecim.

OGŁOSZENIA BEZPŁATNE ROLNICZE

Sprzedam drewno opałowe
sosnowe suche. 7 mp, okolice
Ciechanowca, cena 60 zł mp,
tel. 510 - 173 - 043

(o/b)

Sprzedam kopaczkę i sadzarkę,
stan idealny, cena 2 800 zł,
tel. 511 - 683 - 116

(o/b)

Sprzedam jałówki, dwie sztuki,
wycielenie 20 lipca 2016 r.,
cena 3 500 zł sztuka, Baniak do
mleka 600 litrów, cena 800 zł,
tel. 600 - 647 - 145

(o/b)

Sprzedam sianokiszonkę bele,
jakość bardzo dobra, zapew-
niam transport, cena 160 zł,
tel. 733 - 450 - 307

(o/b)

Sprzedam pługi 3 i ładowacz na
tył do bel Sipma, cena 1 000 zł do
uzgodnienia, tel. 516 - 640 - 387

(o/b)

Sprzedam wycinak mieczowy do
kiszki Strautmann, dodatkowo
części zamienne, cena 4 500 zł,
tel. 607 - 940 - 357

(o/b)

Sprzedam opony ciągnikowe,
różnej wielkości, również do
beczkowozów, cena 600 - 1 200 zł,
tel. 607 - 940 - 357

(o/b)

Sprzedam byczka tygodniowe-
go, bardzo duży, cena 650 zł do
uzgodnienia, tel. 507 - 274 - 440

(o/b)

Sprzedam agregat uprawowy -
siewny Amazone D7, 3 m, brona
aktywna, ścieżki technologiczne,
cena 17 000 zł, tel. 607 - 940 - 357

(o/b)

Sprzedam przyczepę dwuosiową
4.5 t, dwustronny wywrot, ce-
na 4 800 zł, tel. 607 - 940 - 357

(o/b)

Sprzedam kopaczka niemiec-
ka, ciągnikowa 1 - rzędowa,
boczny wysyp, cena 1 800 zł,
tel. 607 - 940 - 357

(o/b)

Sprzedam obsypnik niemiecki
Rabe, 3 - rzędowy, do ziemniaków,
cena 1 300 zł, tel. 607 - 940 - 357

(o/b)

Sprzedam rozrzutnik 8t Haiwan,
dyszel resorowany, cena 17 500 zł,
tel. 602 - 118 - 639

(o/b)

Sprzedam pług 4 - skibowy Kver-
neland Vario, stan bardzo dobry,
cena 13 900 zł, tel. 602 - 118 - 639

(o/b)

Sprzedam owijkę bel Sipma,
w oryginale, licznik owinięć, ce-
na 3 700 zł, tel. 536 - 010 - 427

(o/b)

Sprzedam ciągnik Ursus
5314 z 1997 r., kabina komfortowa,
tur Mrągowo, cena 52 000 zł,
tel. 536 - 010 - 427

(o/b)

Sprzedam ciągnik Mf, gmina
Kulesze Kościelne, cena 40 000 zł,
tel. 516 - 090 - 982

(o/b)

Sprzedam zbożowy Claas
Cosmos, oryginał, cena 6 500 zł,
tel. 532 - 322 - 028

(o/b)

Sprzedam prasę kostkują-
cą Claas 50, cena 4 500 zł,
tel. 532 - 322 - 028

(o/b)

Sprzedam ładowacz Troll, tyżka,
widły z 1990 roku, cena 3 000 zł,
tel. 532 - 322 - 028

(o/b)

Sprzedam kosiarkę rotacyjną
135 cm, stan bardzo dobry, ce-
na 1 300 zł, tel. 532 - 322 - 028

(o/b)

Sprzedam ciągnik John
Deere 2850 z 1994 r., stan
dobry, 7500 mth, cena 32 500 zł,
tel. 515 - 969 - 513

(o/b)

Sprzedam talerzówkę Gou-
tland 32 talerze, cena 4 100 zł,
tel. 515 - 969 - 513

(o/b)

Sprzedam prasę belującą Claas
Roland 62, sznurek elektryczny,
cena 8 500 zł, tel. 532 - 322 - 028

(o/b)

Sprzedam pługi 4 - skibowe,
obrotowe Kverneland, resor, ce-
na 6 000 zł, tel. 532 - 322 - 028

(o/b)

Sprzedam prasę kostkują-
cą Welger 41, cena 4 000 zł,
tel. 532 - 322 - 028

(o/b)

Sprzedam rozsiewacz Le-
jek, plastikowy, cena 400 zł,
tel. 532 - 322 - 028

(o/b)

Sprzedam cieliczki 3 sztuki, 2 BBi
1 HO, tygodniowe, cena 550 zł
sztuka, tel. (86) 476 - 39 - 07

(o/b)

Sprzedam byczki HO 3 sztuki, 3 -
tygodniowe, cena 550 zł, tel. (86)
476 - 39 - 07

(o/b)

Sprzedam pługi 4 - skibowe
Unia Grudziądz z 1998 roku, ce-
na 2 000 zł, tel. 668 - 288 - 252

(o/b)

Sprzedam sianokiszonkę bele,
drugi pokos 2016, cena 220 zł za
sztukę, tel. 668 - 288 - 252

(o/b)

Sprzedam tur do C - 360, czarny,
stan bardzo dobry, cena 2 700 zł,
tel. 797 - 824 - 851

(o/b)

Sprzedam ładowacz troll
z 2002 roku, cena 5 200 zł,
tel. 797 - 824 - 851

(o/b)

Sprzedam kopaczkę do ziemnia-
ków, stan dobry, cena 1 100 zł,
tel. 797 - 824 - 851

(o/b)

Sprzedam agregat uprawowy
Bomet, szerokość 2.70 m, stan
bardzo dobry, podwójne wałki,
cena 3 000 zł, tel. 797 - 824 - 851

(o/b)

Sprzedam prasę kostkującą Welger
ap 45, z wałkiem i drabinką, ce-
na 4 500 zł, tel. 600 - 876 - 504

(o/b)

Sprzedam siewnik zbożowy pneu-
matyczny Roger, z agregatem bier-
nym, szerokość 4 m, elektroniczny
sterownik, cena 16 800 zł +VAT do
uzgodnienia, tel. 692 - 725 - 283

(o/b)

Sprzedam prasę kostkującą Sipma,
cena 8 500 zł do uzgodnienia,
tel. 889 - 882 - 046

(o/b)

Sprzedam rozrzutnik 2 - osiowy
Czarna Białostocka z 1990 roku,
stan bardzo dobry, cena 5 500 zł,
tel. 504 - 958 - 451

(o/b)

Sprzedam kombajn ziemnia-
czany Anna z 1988 roku, stan
bardzo dobry, cena 9 000 zł,
tel. 504 - 958 - 451

(o/b)

Sprzedam prasę Sipma z drabinką,
oryginał z 1994 roku, cena 8 500 zł
do uzgodnienia, tel. 513 - 727 - 803

(o/b)

Sprzedam ciągnik MF
3080 z 1992 roku, silnik perkins,
cena 39 000 zł, tel. 504 - 314 - 538

(o/b)

Sprzedam króliki belg olbrzym,
dwa białe, trzy czarne, dwumie-
siężne, cena za sztukę 25 zł,
tel. 500 - 266 - 827

(o/b)

Sprzedam króliki barany
francuskie samiec i samica 3-
miesięczne, cena za sztukę 50 zł,
tel. 500 - 266 - 827

(o/b)

Sprzedam królik Belg ol-
brzymi samica, cena 130 zł,
tel. 500 - 266 - 827

(o/b)

Sprzedam zgrabiarkę Kuhn
2 - gwiazdową z 1997 roku, ce-
na 11 500 zł, tel. 504 - 314 - 538

(o/b)

Sprzedam kombajn Claas domi-
nator 96 sl, 1985 rok, heder 4,5m,
silnik Mercedesa, cena 43 000 zł,
tel. 504 - 314 - 538

(o/b)

Sprzedam siano bele 160 x
120 w siatce, dobra jakość 2016,
transport gratis, cena 155 zł,
tel. 511 - 700 - 243

(o/b)

Sprzedam siano bele 125 x
120 w siatce, prasa pasowa, dobra
jakość 2016, transport gratis, ce-
na 95 zł, tel. 511 - 700 - 243

(o/b)

KUPON

BEZPŁATNE OGŁOSZENIE ROLNICZE

Treść ogłoszenia do 15 słów:

Warunkiem ukazania się ogłoszenia jest
podanie ceny!

Imię i nazwisko ogłaszającego:

Adres:

Tel.:

Oświadczam, że zamieszczam ogłoszenie jako osoba fizyczna niepro-
wadząca handlowej działalności rolniczej.

Czytelny podpis:

Kupon wysyłamy na adres: **Kontakty, Al. Legionów 7, 18-400 Łomża**
Wydawnictwo „Kontakty” informuje, że dane ogłaszających, będą
wykorzystane wyłącznie w celu wykonania zlecenia publikacji ogłoszenia oraz
sprawozdawczości finansowej. Nie są udostępniane osobom trzecim.

PREFBET
ŚNIADOWO

PPB „PREFBET” Spółka z o.o.

18-411 Śniadowo, ul. Kolejowa 17
tel. 86 217 62 95, fax 86 217 61 29

Lato z Prefbetem...

**Najlepsze elementy
na fundament i ściany**



5,95 zł

TERMOBLOK TR

Cena brutto za 1 szt
loco Śniadowo

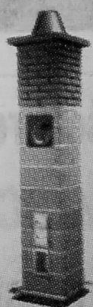


6,84 zł

BETON KOMÓRKOWY

Cena brutto za 1 szt
loco Śniadowo

**KOMIN
SKORSTEN
Classic 200
- 6 mb**



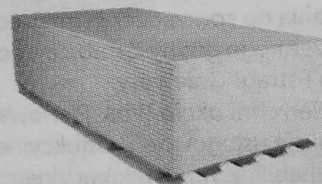
Teraz tylko
1450 zł
Cena brutto



Teraz tylko
15,80 zł
worek
Cena brutto

**ZAPRAWA
KLEJOWA
PREFBET
TERMO-BIAŁA**

Zużycie:
4kg/1 m²
Opakowanie: 25 kg;



Teraz tylko
16,50 zł/szt
Cena brutto

Rigips 260 x 120

**PŁYTA
KARTONOWO-
GIPSOWA**



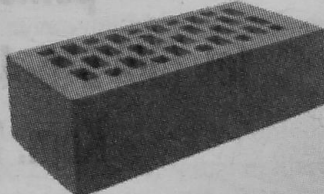
Teraz tylko
158 zł/m³
Cena brutto

**PŁYTA
STYROPIANOWA
DACH/PODŁOGA**



Teraz tylko
48 zł/rolka
Cena brutto

**PAPA
ICOPAL
W 400**



**CEGŁA
ROSEN
NFNM16**

Teraz tylko
1,55 zł/szt
Cena brutto

**WEŁNA
ISOVER UNIMATA
GR 15 CM**



Teraz tylko
14,60 zł/m²
Cena brutto

**Cement II
SKORSTEN**



Teraz tylko
335 zł/t
Cena brutto

ODDZIAŁ ŚNIADOWO

tel. 86 217 62 95
poczta@prefbet.pl

ODDZIAŁ ŁOMŻA

tel. 86 218 06 72
handel@prefbet.pl

ODDZIAŁ ZAMBRÓW

tel. 86 475 04 24
www.prefbet.pl

Kredyt?

Jak w banku... Tylko prościej!



Wiele banków.
Jedno miejsce.

Już dziś skorzystaj z oferty MULTI SFERY,
gdzie znajdziesz **kredyty bankowe w jednym miejscu.**

Multi Sfera Sp. z o.o. działa jako pośrednik kredytowy i maklerstwo hipoteczne. Akor Bank S.A., BPH S.A., Citi Nubis Bank S.A., T4 Bank PPS S.A., Bank Orlen S.A., Plus Bank S.A., TSB Bank AB, Fortium Bank Ltd. BZ WBK S.A. Jedynym takim pośrednikiem firm pożyczkowych jest Polkard A. Akademia Finansów i Inwestycji Sp. z o.o., SAMS Invest Spółka z o.o., SAMS Kredyt Sp. z o.o., Net Credit Sp. z o.o., Tabela Sp. z o.o., Wzrost Finans Sp. z o.o., Capin Sp. z o.o., TAKTO Sp. z o.o., Deltum Sp. z o.o., Fundusz Mikro Sp. z o.o., URSZ Financial Poland Sp. z o.o. W zakresie usług akceptacji i wypłaty kredytów. Termin przychodowy Multi Sfera Sp. z o.o. jest umiarkowany. Zrealizowanie oferty kredytowej wymaga przedstawienia danych, informacji i dokumentów dotyczących zdolności kredytowej i oceny ryzyka. Wszelkie informacje o warunkach kredytowych, w tym o kosztach, są dostępne w formularzu informacyjnym. Wszelkie kredyty udzielane są na podstawie oceny ryzyka kredytowego i nie gwarantujemy ich przyznania. Należy pamiętać, że kredyt jest formą zobowiązania.

Zainteresowany? Przyjdź do naszego Oddziału i dowiedz się więcej:



ZAMBRÓW
AL. Wojska Polskiego 8 lok. 7

kom. 608 277 645, 608 277 706
tel. 86 475 47 78

www.multisfera.pl

OGŁOSZENIE WÓJTA GMINY ZAMBRÓW

o przystąpieniu do sporządzenia miejscowego planu zagospodarowania przestrzennego gminy Zambrów, dotyczącego części obrębu geodezyjnego Pstrągi – Gniewoty.

Na podstawie art. 17 pkt 1 ustawy z dnia 27 marca 2003 r. o planowaniu i zagospodarowaniu przestrzennym (Dz. U. z 2016 r., poz. 778 ze zm.) oraz na podstawie art. 39 ust. 1 pkt 1 ustawy z dnia 3 października 2008 r. o udostępnianiu informacji o środowisku i jego ochronie, udziale społeczeństwa w ochronie środowiska oraz o ocenach oddziaływania na środowisko (Dz. U. z 2013 r., poz. 1235 ze zm.), w ramach strategicznej oceny oddziaływania na środowisko, zawiadamiam o podjęciu przez Radę Gminy Zambrów uchwały Nr 126/XVIII/16 z dnia 23 czerwca 2016 r. w sprawie przystąpienia do sporządzenia miejscowego planu zagospodarowania przestrzennego gminy Zambrów, dotyczącego części obrębu geodezyjnego Pstrągi-Gniewoty.

Plan obejmować będzie obszar o powierzchni około 9 ha. Planowane przeznaczenie obszaru planu pod funkcję usługowo – produkcyjną, mieszkaniową oraz lokalizację centrum rehabilitacyjno – rekreacyjnego.

Zainteresowani mogą składać wnioski do wyżej wymienionego opracowania planistycznego w terminie do dnia **02.08.2016 r.** w formie:

- pisemnej na adres: Urząd Gminy Zambrów, ul. Fabryczna 3, 18-300 Zambrów
- drogą elektroniczną (adres: ugz@ugzambrow.pl).

Wniosek powinien zawierać nazwisko, imię, nazwę i adres wnioskodawcy, przedmiot wniosku oraz oznaczenie nieruchomości, której dotyczy.

WÓJT GMINY ZAMBRÓW
Jarosław Kos

OGŁOSZENIE WÓJTA GMINY ZAMBRÓW

o przystąpieniu do sporządzenia miejscowego planu zagospodarowania przestrzennego gminy Zambrów, dotyczącego części obrębu geodezyjnego Długobórz Drugi.

Na podstawie art. 17 pkt 1 ustawy z dnia 27 marca 2003 r. o planowaniu i zagospodarowaniu przestrzennym (Dz. U. z 2016 r., poz. 778 ze zm.) oraz na podstawie art. 39 ust. 1 pkt 1 ustawy z dnia 3 października 2008 r. o udostępnianiu informacji o środowisku i jego ochronie, udziale społeczeństwa w ochronie środowiska oraz o ocenach oddziaływania na środowisko (Dz. U. z 2013 r., poz. 1235 ze zm.), w ramach strategicznej oceny oddziaływania na środowisko, zawiadamiam o podjęciu przez Radę Gminy Zambrów uchwały Nr 126/XVIII/16 z dnia 23 czerwca 2016 r. w sprawie przystąpienia do sporządzenia miejscowego planu zagospodarowania przestrzennego gminy Zambrów, dotyczącego części obrębu geodezyjnego Długobórz Drugi.

Plan obejmować będzie obszar o powierzchni około 10 ha. Planowane przeznaczenie obszaru planu pod funkcję produkcyjno-usługową.

Zainteresowani mogą składać wnioski do wyżej wymienionego opracowania planistycznego w terminie do dnia **02.08.2016 r.** w formie:

- pisemnej na adres: Urząd Gminy Zambrów, ul. Fabryczna 3, 18-300 Zambrów
- drogą elektroniczną (adres: ugz@ugzambrow.pl).

Wniosek powinien zawierać nazwisko, imię, nazwę i adres wnioskodawcy, przedmiot wniosku oraz oznaczenie nieruchomości, której dotyczy.

WÓJT GMINY ZAMBRÓW
Jarosław Kos

TAXI PLUS

196-26
800 17 17 18



Chcesz zamieścić reklamę
w „Kontaktach”?

Zadzwoń, nasi przedstawiciele
pomogą, doradzą:

tel. (86) 216-42-43, (86) 215-35-68

Kom. 739-629-275

redakcja@kontakty-tygodnik.com.pl

Wszystkie reklamy zamieszczamy bez dodatkowej opłaty
na naszej stronie

www.kontakty-tygodnik.com.pl



TAXI 191-911

RADIO

MPT

☎ **86 216 32 86**

BEZPŁATNIE ZAMÓWISZ:

800-111-112
www.taxi.lomza.pl

Praca w policji

Rekrutację ogłosiła Komenda Wojewódzka Policji. Szansę na zostanie funkcjonariuszem będą miały 42 osoby. Szczegóły zainteresowani mogą znaleźć na stronie internetowej KWP w Białymstoku, <http://www.podlaska.policja.gov.pl/>.

Śmierć w wodzie

Utonął w jeziorze Małym koło Olecka mieszkaniak (lat 24) Knyszyna. Był z kolegami na biwaku. Kiedy powiedzieli policji, że pił alkohol, a potem wziął materac i poszedł

popływać. Po pewnym czasie zauważyli, że nie ma go na materacu. Gdy do niego dotarli w wodzie, już nie żył. Strażacy wyłowili ciało.

Ostro na zakręcie

Osiemnastolatek jechał skutermem żwirówką od stacji paliw Orlen przy ul. Wojska Polskiego w Łomży w stronę Jarnut (gm. Łomża). W przeciwną stronę jechała dostawcza furgonetka. Na zakręcie, gdzie pojazdy mijają się, nastolatek stracił panowanie nad pojazdem i wylądował... na masce furgonetki. Pogotowie ratunkowe zabrało go do szpitala.



Udusił ojca kablem!

Adam (lat 37) był złym synem. Ojciec (67 lat), który z którym mieszkał w bloku na osiedlu Słoneczny Stok w Białymstoku, często skarżył się na niego sąsiadom. Na początku lutego sąsiedzi słyszeli, jak Adam wyzywa ojca. Po chwili zrobiło się cicho. Potem obaj zniknęli. Gdy upłynął tydzień, a sąsiedzi nie spotkali ojca Adama ani na schodach, ani w osiedlowym sklepie, zaalarmowali policję. Policjanci z pomocą strażaków wyważyli drzwi. Po wejściu do środka znaleźli leżące

na podłodze w pokoju i przykryte kocami oraz kołdrami zwłoki. Przeprowadzona sekcja zwłok wykazała, że został on kilka dni wcześniej uduszony kablem elektrycznym. Policjanci wytropili i zatrzymali ukrywającego się w powiecie sokólskim Adama. Prokurator postawił mu zarzut zabójstwa. Przyznał się do zbrodni.

Akt oskarżenia przeciwko Adamowi skierowała do Sądu Okręgowego Prokuratura Rejonowa Białystok-Południe. Grozi mu 25 lat więzienia lub dożywocie.

Zwolnij i żyj!

Mapę wędrówek dzikich zwierząt w rejonie Łomży stworzyli przyrodnicy z Łomżyńskiego Parku Krajobrazowego Doliny Narwi. Wykorzystują ją zarządcy dróg do ustawiania znaków ostrzegawczych przed zwierzętami w miejscach, gdzie przechodzą przez drogi. Często właśnie tam, mimo znaków ostrzegawczych, dochodzi do wypadków. Jak informuje dyrektor ŁPKDN Mariusz Sachmaciński, na mapie jest 30 stałych tras wędrówek zwierząt, kolidujących z drogami. Jednym z najbardziej niebezpiecznych jest rejon zjazdu z drogi krajowej Łomża – Jeżewo w dro-

gi boczne do Olszyn i Wiktorzyna (gm. Piątnica). Z obu stron drogi są nasypy i kierowcy nie mają możliwości dostrzeżenia w porę wychodzącego zwierzęcia. W niedawnym wypadku w poniedziałek, 27 czerwca, zginął tu kierowca audi po zderzeniu z łosiem.

Aby uniknąć zderzeń, kierowcy powinni reagować na znaki ostrzegające przed zwierzętami na drodze i zdejmować nogę z gazu. Na odcinkach dróg przecinających lasy powinno to być regułą nawet bez znaków ostrzegawczych. Innej metody zadbania o własne bezpieczeństwo w tym przypadku nie ma.

Auto w kanale

Wpadło do Kanału Augustowskiego audi a4 na trasie Augustów – Białobrzegi. Za kierownicą siedział osiemnastolatek. Wiózł trzy osoby. Wszyscy zdołali samodzielnie opuścić samochód i wyjść na brzeg. Nikt nie odniósł poważniejszych obrażeń. Rok wcześniej do Kanału Augustowskiego wpadł opel. Zginęły wtedy dwie osoby.

Wypuszczeni za kaucją

Trzej Łotysze po kilku dniach w tymczasowym areszcie w Suwałkach wyszli za kaucją po 300 000 zł. Mają zarzuty udziału w grupie przestępczej, prania brudnych pieniędzy i przestępstw skarbowych. Zatrzymali ich kilka dni wcześniej funkcjonariusze Centralnego Biura Śledczego Policji. Mieli przy sobie 200 000 euro. Działali na terenie Polski, Litwy,

Łotwy i Bułgarii. Grozi im od roku do 10 lat więzienia.

Oszukańcza „nadzieja”

Na rok więzienia w zawieszeniu i grzywnę w wysokości kilku tysięcy dolarów (w przeliczeniu) i 60 tysięcy złotych zapłaceniu kosztów sądowych skazał białostocki sąd Sama A. Amerykanin, posługujący się także innymi paszportami, był kilkanaście lat temu „wielką nadzieją” biznesową w regionie. Przejął i prowadził kilka firm różnych branż (m.in. hutę szkła w Białymstoku, zakłady drzewne, hotel), obiecywał jeszcze większe inwestycje. Potem zniknął, a prokuratura po latach śledztw zarzuciła mu działanie na szkodę własnych firm i kontrahentów oraz łamanie praw pracowniczych. Część zarzutów się przedawniła. Wyrok nie jest prawomocny.

KONTAKTY w prenumeracie

Zaprenumeruj na rok = 15 numerów za darmo!
Każde wydanie Tygodnika Podlaskiego „Kontakty” zawiera **kolorowy dodatek telewizyjny**.
Dla prenumeratorów 5 % rabatu na ogłoszenia!



Cennik i promocje:

1 miesiąc	– 10 zł	(10,80 zł)
3 miesiące	– 30 zł	(35,10 zł)
6 miesięcy	– 55 zł	(70,20 zł)
12 miesięcy	– 100 zł!	(140,40 zł)

Krajową prenumeratę można zamówić przez www.poczta-polska.pl/prenumerata oraz u listonoszy i w placówkach pocztowych, oraz w oddziałach RUCH

Prenumerata realizowana przez RUCH S.A:

Prenumerata krajowa:

Zamówienia na prenumeratę w wersji papierowej i na e-wydania można składać bezpośrednio na stronie www.prenumerata.ruch.com.pl
Ewentualne pytania prosimy kierować na adres e-mail: prenumerata@ruch.com.pl lub kontaktując się z Telefonicznym Biurem Obsługi Klienta pod numerem: 801 800 803 lub 22 717 59 59 – czynne w godzinach 700 – 1800. Koszt połączenia wg taryfy operatora.

Prenumerata ze zleceniem wysyłki za granicę:

Informację o warunkach prenumeraty i sposobie zamawiania można uzyskać pod nr tel. +48 (22) 693 67 75, www.ruch.pol.pl, e-mail: prenumerataz@ruch.com.pl

Wydanie **e-kontakty**, identyczne z wersją papierową, można zaprenumerować z naszej strony internetowej www.kontakty-tygodnik.com.pl

Informacje o prenumeracie: „Kontakty”, Łomża, al. Legionów 7, tel. (86) 216 42 43, redakcja@kontakty-tygodnik.com.pl

Poradnia psychologa

Mówi, że nie kocha taty

Moja córka ma dwie córeczki i jedna z nich ostatnio dała mi do przeczytania list: „Tato ciągle na mnie krzyczy i daje klapsy. Ostatnio zabrał mnie i siostrę na basen, ale Ola nie chciała wejść do wody, to się wściekł i powiedział, że już nigdy nas nigdzie nie zabierze. W domu kazał nam za karę czytać po 20 stron. Ja nie kocham taty tylko mamę, bo ona tak nie krzyczy ciągle, tylko jej w domu nie ma”. Córka bagatelizuje problem.

Ewa

Wnuczka jest zaniędywana i oczekuje od Pani pomocy. Co może Pani zrobić?

Porozmawiać z zięciem. Rozmowa nie może polegać na agresji, straszeniu, obwinianiu, pretensjach itp. Zięć powinien wiedzieć, że Pani wie o tym, że stosuje często kary. I że nadmierne karanie deformuje rozwój dziecka, może wywoływać zaburzenia emocjo-

nalne i niską samoocenę.

Druga sprawa to rozmowa z córką. Bagatelizuje problem, bo może boi się konfliktu z mężem, może nie zdaje sobie sprawy z tego, co dziecko przeżywa. Warto córce pokazać list, który Pani dostała.

Ważne również, aby wnuczka, która dała Pani list wiedziała, że Pani podjęła jakieś działania. Ona oczekuje, że coś to zmieni. Szuka pomocy u Pani, niech jej Pani powie, jak Pani tę sytuację rozwiązuje. Ważne, aby pełniła Pani dobrze rolę babci. Ta rola polega trochę na rozpieszczaniu, mniej na wychowywaniu, a przede wszystkim na utrzymywaniu dobrych, miłych relacji.

Być może warto porozmawiać o problemie z rodzicami zięcia, może oni mają na niego wpływ i zrobić naradę rodzinną? Czasem taka narada może podpowiedzieć jakieś nowe rozwiązania.

Dr Marcin Florkowski
psycholog

Przysmak podlaski

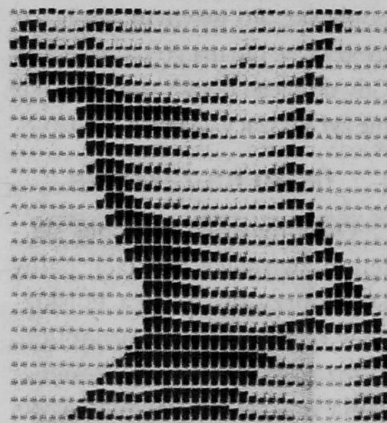
Tatarskie pierożki pielmeni

Składniki:

- 15 dag wołowiny
- 15 dag wieprzowiny
- 1 i 3/4 szklanki (30 dag) mąki
- jajko
- cebula
- łyżka masła
- 1/4 łyżeczki gałki muszkatołowej
- 3 łyżki bulionu
- sól, pieprz

Przygotować ciasto, czyli do mąki dodać pół szklanki osolonej, przegotowanej wody, jajko i zagnieść. Rozdzielić na dwie części, przykryć, aby nie wyschło. Cebu-

lę obrać, posiekać i usmażyć na maśle. Mięso zemleć z cebulą. Wlać bulion, doprawić solą, pieprzem i gałką muszkatołową. Wyrobić. Formować kuleczki wielkości orzecha laskowego. Ciasto rozwałkować na placek grubości 2 milimetrów. Kieliszkiem lub szklanką wycinać krążki, nakładać farsz i zlepić brzegi, nadając pierożkom kształt półksiężyca. Pielmieni gotować porcjami w osolonym wrzątku 6–8 minut. Osączyć na sicie. Podawać gorące, polane stopionym masłem lub śmietaną.



Pytanie intymne

Mój mąż lubi dobrze zjeść i bardzo przytył. Zawsze kochał się w pozycji klasycznej i nawet nie próbowaliśmy inaczej. Ostatnio mamy kłopoty. On mnie dosłownie przydusza, wchodzi we mnie płytko. Jak się kochać przy ciężkiej wadze mężczyzny?

Beata



Lekarz domowy

Co stosować domowym sposobem na ukąszenia?

Justyna

Obrzęki, silne swędzenie skóry po ukąszeniu komarów i innych owadów skutecznie łagodzą kompresy z melisy. Ziele można mieć w doniczce lub na działce.

W miejscu obrzęku po ukąszeniu meszki można przyłożyć gruby plaster cebuli lub smarować wyciśniętym sokiem z cebuli. Cebula uśmierza ból i przeciwdzia-

ła obrzękom.

Na ukąszenie mrówki należy stosować okłady z sody oczyszczonej. Łyzeczkę sody rozpuścić w szklance wody, w roztworze namoczyć gazę i przyłożyć na piekące i swędzące miejsce. Soda zmniejsza obrzęk, likwiduje świąd i ból.

Po użądleniu pszczoły najpierw pęsetą wyjąć żądło, przemyć wodą utlenioną lub spirytusem i przyłożyć kostkę lodu. Lód działa znieczulająco i zapobiega powstawaniu opuchlizny.

Pod paragrafem

Przymierzam się do kupna mieszkania w Łomży. Od razu będę mógł zapłacić jedną trzecią ceny, a dwie trzecie w październiku, gdy sprzedam swoje mieszkanie w Ostrołęce. Czy zapłacona przeze mnie gotówka będzie zaliczką, czy zadatkiem. Jak to ująć w umowie, żeby być bezpiecznym?

Andrzej

Miedzy określeniami zadatek i zaliczka jest ogromna różnica. Przy zadatku w przypadku wycofania się przez kupującego,

sprzedający mieszkanie może otrzymać zadatek zachować. Jeśli to będzie zaliczka, nie może. Przy wykonaniu umowy zadatek zostanie zaliczony na poczet ceny. Zaliczka także. Gdy z umowy wycofuje się sprzedający, kupujący może żądać zwrotu dwukrotności zadatku (co także najlepiej zapisać w umowie). Jeśli w umowie zapisana jest zaliczka, kupujący nie może żądać zwrotu dwukrotności zaliczki. Decyzja, czy jest to zadatek, czy zaliczka zależy od obu stron.



Pejzaż: świadczy o wielkiej ciekawości świata. Odległego, gdzie wzrok nie sięga i bliskiego. Jest w Tobie nigdy nie uśpiona tęsknota, by zobaczyć i przeżyć coś więcej. Te pragnienia są Twoją energią. Zarażasz nimi innych i wędrujecie szczęśliwą drogą. Nie zrażają Cię żadne niepowodzenia, bo nawet na najpiękniejszym gościńcu można trafić na ostry kamień. A Ty przecież żyjesz w zgodzie z naturą.

Martwa natura: mówi o Twojej spostrzegawczości i przywiązaniu wagi do szczegółu. Potrafisz skupić się na detalu, ale nie dostrzegasz szerszego tła. Uważasz, że życie składa się z małych elementów. Tak jest, ale w całości obrazu nie wszystkie są równie ważne. I w Twoim życiu „małe szczegóły” często zakłócają relacje w rodzinie, z przyjaciółmi i w pracy. Nie dziel obrazu na części, popatrz na całość. Nie roztrzaskaj epizodów, zauważ, jakie to szczęście mieć rodzinę, przyjaciół i kolegów.

Obraz z kwiatami: patrzysz na niego i dzień zaczynasz uśmiechem i optymizmem. Piękno kwiatów odbija się w Tobie, a Ty obdzielasz nim innych. Twoja szczerość i spontaniczność jest magnesem. Nie narzekasz na brak miłości, towarzystwa ani na nudę. Wiesz, że nawet najpiękniejsze kwiaty kiedyś przekwitają. Tak jest też w życiu, „przekwita” przyjaźń i miłość, ale...rozkwitnie nowa.

Obraz ze zwierzętami: świadczy o dużej energii i temperamentie. Zapominasz się czasami i pozwalasz sobie na wyjątkową „dzikość”. Wydaje się, że robisz to celowo, żeby ktoś Cię „udomowił”, bo lubisz troskliwość otoczenia. Ale nie pozwolisz sobie na „tresurę” i zbyt ujarzmienie. Twoja niezależność jest najcenniejsza, dlatego bez skrępowania potrafisz oddalić się od swego stada. A gdy „dzikość” zacznie męczyć, znów pozwolisz się na chwilę udomowić.



Rys. Henryk Sawka



Nie ma meczów z polską drużyną!

– Jak żyć, panie prezesie?!

Popularny „pogodynnek” Jarosław Kret został zwolniony z pracy w TVP. Bo nie chciał powiedzieć na wizji, że ostatnie wichury nad Polską, to wina Tuska.

– Ty wczoraj dawałaś jeść kotu zupę? – pyta mąż.

– Tak, ja.

– Ty dawałaś. Ty go zakop.

– Czy ten zegarek dobrze chodzi?

– Nie, trzeba go nosić.

– Jaka jest różnica między wczasami w górach, a wczasami nad morzem?

– W górach ceny są wysokie, a nad morzem słone.

Egipt. Wycieczka do piramid. W autobusie przewodnik instruuje turystów:

– Na piramidy proszę nie wchodzić!

– I sfinksów nie karmić... – dodaje kierowca.

Szef przepytuje kandydata do pracy:

– W CV napisał pan, że pracował 30 lat i jednocześnie, że ma 32 lata. Jak to możliwe?

– W poprzedniej pracy brałem bardzo dużo nadgodzin.

Trzy przyjaciółki po powrocie z urlopów, dzielą się wspomnieniami. Pierwsza mówi:

– Pierwszego wieczora poznałam urzędnika. Trzydzieści dni robił „podchody”, w końcu czterdnego przespaliśmy się.

Druga opowiada:

– A ja pierwszego wieczora poznałam polityka. Przeleciał mnie

tej samej nocy, a potem trzydzieści dni chodził za mną i prosił, żebym nikomu nic nie mówiła.

Trzecia na to:

– Pierwszego wieczora na dyskotece zatańczyłam ze studentem, poszliśmy do mojego pokoju pobarszkować. Kiedy czternastego dnia zlał ze mnie i otworzył okno, krzyknął zdziwiony: „To tu jest morze?”

Jak pijemy? Egzorcysta – pije duszkiem. Grabarz – pije na umór. Higienistka – pije tylko czystą. Ichtiolog – pije pod śledziką. Kamerzysta – pije, aż mu się film urwie. Ksiądz – pije na amen. Laborant – pije, aż zobaczy białe myszki. Lekarz – pije na zdrowie! Matematyk – pije na potęgę. Ornitolog – pije na sępa. Pediatra – po maluchu! Pilot – nawala się jak messerschmitt. Rolnik – jak sto- doła. Syndyk – pije do upadłego. Tenista – pije setami. Wędkarz – zalewa robaka. Członkinie Koła Gospodyń Wiejskich – piją, tańczą i haftują.

– Powiedz, proszę, czy wczoraj na imprezie piłem? Bo nic nie pamiętam...

Do żołnierza polskiej jednostki w Afganistanie przyszedł list od dziewczyny: „Kochany, niestety nie mogę być już dłużej z Tobą. Ta odległość jest za duża, dlatego zdradziłam cię dwa razy. Sam widzisz, że to nie ma sensu. Dlatego proszę Cię, odeślij mi zdjęcie, które ci kiedyś dałam na pamiątkę – Buziak”. Żołnierzowi zrobiło się przykro, ale po godzinie wpadł na pomysł, jak się zemścić. Zaczął chodzić po jednostce i zbierać od kumpli zdjęcia ich dziewczyn, siostr i wszystkich innych kobiet, jakich zdjęcia mieli. Uzbierał ze 60. Zapakował je w kopertę i wysłał do dziewczyny. Gdy otworzyła list, zdjęcia wysypały się na podłogę, a pomiędzy nimi był liścik: „Kochana, niestety nie mogę sobie ciebie przypomnieć, dlatego wyświadczyć mi przysługę i wybierz sobie swoje zdjęcie, a resztę zdjęć mi odeślij”.

Dyrektor wchodzi do sekretariatu i pyta sekretarkę:

– Jaki to dzisiaj mamy dzień?

– Niepłodny, panie dyrektorze, niepłodny...

Tu warto być

Drozdowo

„Towarzystwo przyjaźni męża z żoną”, kościół parafialny św. Jakuba Apostoła (ul. Główna 50), sobota, 9 lipca, godz. 19.00.

Koncert autorski rodziny Lewandowskich w ramach XXIII Festiwalu Muzyczne Dni Drozdowo – Łomża.

„Wielka gala w Pałacu czyli Jacek Szymański i jego goście”, Park przy Muzeum Przyrody (ul. Główna 38), niedziela, 10 lipca, godz. 17.00.

Finałowy koncert XXIII Festiwalu Muzyczne Dni Drozdowo – Łomża. W repertuarze klasycznym i popularnym wystąpią wszyscy muzycy Festiwalu. Koncert poprowadzi aktorka Teatru Ateneum w Warszawie Joanna Kurowska.

Łomża

„Wesele Figara”, aula PWSIP (ul. Akademicka 1), czwartek, 7 lipca, godz. 19.00.

Estradowa wersja opery komicznej W. A. Mozarta w reżyserii i ze scenografią Jaka Szymańskiego. Jako Figaro zaśpiewa Grzegorz Piotr Kołodziej, jako Marianna wystąpi Magdalena Witczak. Wstęp na spektakl wolny, podobnie jak na wszystkie koncerty Festiwalu.

„Do dalekiej ukochanej”, hol główny ratusza (Stary Rynek 14), piątek, 8 lipca, godz. 19.00.

Arie i pieśni miłosne zaśpiewają solistka Królewskiej Opery Narodowej w Kopenhadze Svafa Thorhallsdottir (sopran) i Andrzej Malinowski (bas).

„Z dźwiękiem fugi”, kościół Krzyża św (ul. Zawadzka 55), niedziela, 10 lipca, godz. 11.45.

Koncert wokally – organowy, poświęcony pamięci Marka Żemka, akustyka Festiwalu Muzyczne Dni Drozdowo – Łomża. Na organach zagrają Ewa Bąk i Katarzyna Olszewska.

Zabiele

„Niech zabrzmi Hosanna!”, kościół parafialny św. Jana Ewangelisty, niedziela, 10 lipca, godz. 9.00.

Artystyczna oprawa Mszy św. i koncert wokalny w wykonaniu Magdaleny Witczak, Alicji Rumianowskiej, Jacka Szymańskiego. Łukasza Wrońskiego i Grzegorza Piotra Kołodzieja. Akompaniament na fortepianie, Piotr Łukaszczuk.

Repertuar kin

Kino „Millenium” w Łomży: nieczynne z powodu remontu. Kino Grajewskiego Centrum Kultury w Grajewie: Jak uratować mamę – 8 – 10 lipca (piątek – niedziela), godz. 17.00 oraz Dzień Niepodległości: Odrodzenie, godz. 19.00. Kino Centrum Kultury w Zambrowie: Tarzan: Legenda – 7 lipca (czwartek), godz. 14.30, 17.00; Bóg w Krakowie – 7 lipca (czwartek), godz. 19.30; Gdzie jest Dory? – 8 – 14 lipca (piątek – wtorek), godz. 14.30, 17.00 oraz Dzień Niepodległości: Odrodzenie, godz. 19.30; Nice Guys: Równi goście – 13 lipca (środa), godz. 19.30.

XXIII Festiwal Muzyczne Dni



HOROSKOP

BARAN (21 III – 20 IV): będziesz mieć ochotę na przygody i podbijanie świata. Jeśli chodzi o pracę, zasziesz nowe ziarenko, które w przyszłości przyniesie Ci powodzenie. Otrzymasz wiadomość, list lub telefon od kogoś bliskiego.

BYK (21 IV – 20 V): znajdziesz się do walki o ukochaną osobę albo o godziwe warunki zatrudnienia. Zdecyduj się przeprowadzić w końcu zmiany, jeśli nie chcesz dalej żyć tak, jak do tej pory.

BLIŹNIĘTA (21 V – 21 VI): zaniedbujesz prawie wszystko, skupiając się na sferze uczuciowej. Stwórz realny, możliwy do przeprowadzenia plan działania i od razu poprawiaj swoje finanse. Ktoś Ci przeznaczony i tak nie zniknie, nawet jak przestaniesz się tak bardzo starać.

RAK (22 VI – 22 VII): możesz teraz przeżyć historię, najprawdopodobniej miłosną, która całkowicie Cię odmieni. Nie będziesz do końca wierzyć, że coś tak wspaniałego spotkało właśnie Ciebie. W sprawach finansowych czeka Cię duża ulga.

LEW (23 VII – 23 VIII): nadejdzie dla Ciebie czas obfitości i zbiorów jako skutki wcześniejszych starań. Nie martw się o nic, ten tydzień przyniesie Ci spokój.

PANNA (24 VIII – 22 IX): w tym tygodniu otrzymasz odpowiedź na ważne pytanie. Jeśli nie układało Ci się w miłości, być może coś się przełamie i wreszcie się uda.

WAGA (23 IX – 23 X): jeśli znajdziesz się w konfliktowej sytuacji, raczej wycofaj się i daj sobie czas do namysłu. Nie czyn pochopnych kroków. Wpłynie to od razu na Twoje lepsze relacje z otoczeniem i z kimś Ci bliskim lub na kim Ci bardzo zależy.

SKORPION (24 X – 22 XI): dłuższy czas będzie sielankowo, będziesz dzielić się swoją radością z innymi. Skup się na marzeniach, stwórz w najbliższych dniach atmosferę, która będzie podkładem spełnienia pragnień.

STRZELEC (23 XI – 21 XII): Twój największy wróg w tej chwili to smutek, pozwól sobie na rzeczy, które przyniosą Ci radość. Jest w Tobie niepokój i wiesz, dlaczego. Zrób więc wreszcie krok, by go przełamać. Twoje położenie z czasem znacząco się poprawi. W uczuciach nie panikuj, jeszcze nic nie zostało powiedziane do końca.

KOZIOROŻEC (22 XII – 20 I): duże zmiany. Może to być podróż, wyjazd lub poważny krok w sprawach zawodowych. Możesz zakochać się w kimś o ciemnych włosach.

WODNIK (21 I – 19 II): poprawa sytuacji finansowej. To jest dla Ciebie w ogóle dobry czas. W miłości natomiast odetchniesz z ulgą.

RYBY (20 II – 20 III): rozplanuj swoje zajęcia i popracuj nad organizacją czasu, żeby go mieć i na obowiązki, i na odpoczynek. Ktoś wyraźnie będzie Cię wspierał i doceni Cię, co jest dla Ciebie ważne. W sprawach sercowych ktoś wyraźnie Cię zaintryguje.

Patronat "Kontaktów"

Dni Czyżewa z Hyżym

Dni Czyżewa startują w sobotę, 9 lipca, wystawą fotografii A. Marciniaka w Bibliotece Publicznej Gminy (godz. 10.00) oraz na stadionie Orlika konkursami sportowymi (godz. 10.00) i Turniejem piłki nożnej o Puchar Burmistrza Czyżewa (godz. 13.00).

W niedzielę, 10 lipca, od godz. 5.00 spławikowe zawody wędkarskie o Puchar Burmistrza Czyżewa. Dla tych, którzy nie wędkują, imprezy na stadionie rozpoczną się o godz. 14.00. Najpierw mocne uderzenie zespołu „Imperial”, po nim koncert Warszawskiej Kapeli

z Targówka. Oficjalne otwarcie Dni z ogłoszeniem wyników plebiscytu „Najlepsi w Gminie” o godz. 16.00. Następnie blok koncertowy: zespół „Classico”, gitarowy z GOK w Czyżewie, Warszawska Kapela z Targówka, Fokus i gwiazda wieczoru Grzegorz Hyży (godz. 20.30). Dodatkowe atrakcje to lot balonem na uwięzi, pływanie po zalewie (bezpłatne korzystanie ze sprzętu wodnego), kiermasz handlowy, stanowiska gastronomiczne. W Muzeum Ziemi Czyżewskiej wystawa plakatów i zdjęć z wcześniejszych Dni Czyżewa „Tak się bawił Czyżew!”.

Suwałki Blues Festival



To jedno z najciekawszych wydarzeń muzycznych nie tylko w regionie, rozpoczyna się 7 lipca i potrwa do 10. Organizatorzy zaplanowali aż 38 koncertów w różnej wielkości salach oraz 15 na scenach plenerowych. Muzyka towarzyszyć będzie uczestnikom

imprez od wczesnego ranka do godzin nocnych. Przyjeżdżają wykonawcy z 14 krajów, wśród nich wiele gwiazd bluesa, a na początek, 7 lipca, zagra znakomity Wojciech Waglewski z synami, czyli zestaw Waglewski – Fisz – Emade w Suwalskim Ośrodku Kultury.

Szczegółowy program na <http://suwalkiblues.com/pl/>

Nasi na Igrzyska w Rio de Janeiro

5 lekkoatletów z naszego województwa zakwalifikowało się na Letnie Igrzyska Olimpijskie 2016 w Rio de Janeiro, które odbędą się 5 – 21 sierpnia.

Kamila Lićwinko z Bielska Podlaskiego, brązowa medalistka tegorocznych halowych MŚ w skoku wwyż, w tym roku uzyskała 193 cm.

Wojciech Nowicki, brązowy medalista MŚ 2015, wygrał konkurs rzutu młotem wynikiem 78,36 przekraczając minimum olimpijskie aż o 136 cm.

Damian Czykier z Białegostoku, syn znanego piłkarza Jegiellonii Białystok i Extraklasy Dariusza Czykiera, uzyskał kwalifikację olimpijską w biegu na 110 m przez płotki w czasie 13,35 s (minimum wynosi 13,47 s.).

Wszyscy reprezentują klub Podlasie Białystok.



Joanna Fiodorow, była zawodniczka Prefbetu na Igrzyskach Olimpijskich wystartuje drugi raz

Do Rio pojedzie także pochodząca z Augustowa Joanna Fiodorow (rzut młotem), finalistka Igrzysk Olimpijskich w Londynie w 2012 roku. Karierę sportową rozpoczynała w barwach „Prefbet Śniadowo” Łomża, obecnie

trenuje w AZS Poznań (studiuje na AWF).

Paszport olimpijski uzyskała również oszczepniczka Maria Andrejczyk ze wsi Kukle pod Sejnam, trenująca w Hańczy Suwałki, aktualna mistrzyni Europy junierek.

Górniki Zabrze – ŁKS!

Towarzyskim meczem z Górnikiem Zabrze, kultowym klubem piłkarskim, w którym grały takie gwiazdy jak Hubert Kostka, Ernest Pohl, Stanisław Oślizło, Włodzimierz Lubański, Jerzy Gorgoń, Andrzej Szarmach i wielu innych, uczci w piątek (8 lipca) swoje dziewięćdziesięciolecie Łomżyński Klub Sportowy. Początek, godz. 19.30 na łomżyńskim stadionie.

Prezesi ŁKS wrócili

Jarosław Kulesza, były prezes i Jerzy Kierażyński, były wiceprezes ŁKS, którzy kilka tygodni temu złożyli rezygnację z zasiadania we władzach klubu, wycofali ją na trzeciej części Walnego Zgromadzenia ŁKS 1926, gdy okazało się, że nie ma kandydatów do przejęcia władzy. Obaj zapewnili, że wrócili „na kilka tygodni”, by w imieniu klubu podpisać umowy na nowy sezon ze sponsorami. Między innymi z prezydentem Łomży na dodatkowe 150 000 zł na udział drużyny w nowej III lidze.

Rafał Pogorzelski w kadrze do Tbilisi

Ponad 40 zawodników wysłał Polski Związek Lekkiej Atletyki na inauguracyjną edycję Mistrzostw Europy Juniorów Młodszych (U18), która odbędzie się 14 – 17 lipca w Tbilisi (Gruzja). Wśród nich biegacza „Prefbetu Śniadowo” Łomża Rafała Pogorzelskiego.

Rafał jest wymieniany wśród faworytów. Uzyskał w tym sezonie drugi w Europie czas w biegu na 2 000 m z przeszkodami. Doszło do tego na III Mityngu „Prefbetu” 20 czerwca na łomżyńskim stad-



Rafał Pogorzelski (z prawej) podczas bicia rekordu życiowego na III Mityngu „Prefbetu” w Łomży

nie, kiedy ustanowił nowy rekord życiowy wynikiem 5:53,77 sek.

Pochodzący z Kobyliny Borzy-

mów Rafał uczy się w Liceum Sportowym przy PWSiP w Łomży. Jego trenerem jest Andrzej Korytkowski.

Finał XIX Turnieju ŁSM

14 drużyn, w tym dwie dziewczęce, rywalizuje w XIX Turnieju Piłki Nożnej o Puchar Prezesa Łomżyńskiej Spółdzielni Mieszkaniowej. W piątek (8 lipca) na boisku przy Szkole Podstawowej nr 7 o godz. 9.50 rozpoczną się rozgrywki finałowe. Wręczenie nagród zwycięzcom, godz. 12.30.

Sędzia z Łomży na Igrzyskach

Karol Łebkowski z Łomży, trener zapaśników UKS Herkules przy PG nr 1, będzie na Igrzyskach Olimpijskich w Rio de Janeiro sędziował walki zapaśników. Otrzymał już olimpijską akredytację z legitymacją sędziowską.

„To dla mnie ogromna satysfakcja. Lata ciężkiej pracy przyniosły efekty”, skomentował sukces.

Trener Herkulesa jest wieloletnim przewodniczącym Kolegium Sędziowskiego Polskiego Związku Zapaśniczego. Olimpijską klasę sędziowską Światowej Federacji Zapaśniczej (FILA) ma od 2012 roku. To jedyny sędzia zapasów w Polsce, który pojedzie do Brazylii. Gratulacje od „Kontaktów”!

Pychówki na Narwi

III Wyścigi Pychówek o Tytuł Mistrza Nurtu Pradoliny Narwi od pierwszej edycji pod patronatem „Kontaktów” odbędą się na Narwi w pobliżu Portu Łomża w najbliższą sobotę (9 lipca). Początek o godz. 15.00.

Pychówka o płaskim dnie to najpopularniejsza w przeszłości łódka na Narwi i Biebrzy, niezbędna w życiu mieszkańców nadrzecznych miejscowości, którzy używali jej jako środka komunikacji i transportu. Pływanie pychówką wymaga dużego doświadczenia i znajomości nurtu rzeki. Wioślarz musi odznaczać się idealnym zmysłem równowagi, gdyż bardzo łatwo o wy-



Patronat KONTAKTÓW

wrotkę. Ubiegłoroczny zwycięzca, Andrzej Piotrowski z Wizny, uczył się pływania na pychówkach od małego. Jak mówi, wiele lat przewoził łódkami siano z łąki, położonej po przeciwnej stronie Narwi.

Wyścig w stylu retro, zorganizowany przez MOSiR, można będzie oglądać z bulwarów. Rywali-

zacja obejmie kilka konkurencji.

Przed zawodami na bulwarach w pobliżu portu odbędzie się oficjalne otwarcie miejsc do grillowania, które powstały w ramach budżetu obywatelskiego. Z tej okazji organizator zawodów przygotował niespodzianki kulinarne. Będzie również szereg innych atrakcji.

IV 10110



NEXTO.PL

PONAD 33000
CYFROWYCH PUBLIKACJI

Twoje ulubione tytuły
zawsze pod ręką.



E-BOOKI, E-PRASA I AUDIOBOOKI



NA KAŻDE URZĄDZENIE