

Nie wstyd panu, prezydencie Łomży • Program TV

Tygodnik Podlaski
www.kontakty-tygodnik.com.pl

KONTAKTY

Nr 16 (1849)

22 kwietnia 2018

cena: 2,70 zł (z VAT 8%)

Dekalog radości życia



ISSN 0208-6840 INDEKS 363286
9 770208 168400 5 16

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

 **Plus Minus**

szczegóły na stronie nr 3



Senator, loty, polonez



Senator Anna Maria Anders (z prawej) ćwiczy poloneza przed 45. Międzynarodowym Polonez Bal w Miami, luty 2017.
Fot. Screen z Twitter.com/mmlisiecki

„Wszyscy zawsze podkreślają lata. Ja mam 67 lat. Ja uważam, że wyglądam bardzo dobrze na mój wiek, ale mam swój wiek. Także ja nie będę leciała klasą turystyczną tam i z powrotem, jak ja mam wracać na Senat”, odpowiedziała senator z na-

szego województwa Anna Maria Anders na zarzut, że w 2017 roku jej podróże kosztowały 600 tys. zł. Senator latała głównie do USA. Tam mieszka jej syn, a ona sama ma tam dom. Anna M. Anders na swoje biuro senatorskie również w Łomży.



Będzie powtórka egzaminu?

Środa, 18 kwietnia, pierwszy dzień egzaminów gimnazjalnych skończył się... aferą. Okazało się bowiem, że do internetu wyciekł temat wypracowania z części humanistycznej. Na uczniów trzecich klas gimnazjów padł błąd strach z powodu ewentualnej powtórki testu. Czy do tego dojdzie? W dodatku szybko okazało się, iż rzeczywiście wyciekł temat, który pojawił się na egzaminie. Zdający musieli napisać charakterystykę wybranego bohatera literackiego, który przy dokonaniu życiowego wyboru kierował się najważniejszą dla siebie wartością. Centralna Komisja Edukacyjna potwierdziła informację o wycieku i wydała komunikat, że nie zamierza anulować egzaminu w całej Polsce.

„Jeżeli policji uda się ustalić, kto to zrobił, w jakiej szkole do tego doszło, bo to musiał zrobić dyrektor szkoły, nauczyciel, to w tej szkole zostanie unieważniony egzamin dla wszystkich zdających, powiedział RMF FM dyrektor CKE Marcin Smolik.



TOWARZYSTWO PRZYJACIÓŁ ZIEMI ŁOMŻYŃSKIEJ ODDZIAŁ W ŁOMŻY

zaprasza na
odsłonięcie tablicy upamiętniającej

HELENĘ CZERNEK

Honorową Obywatelkę Miasta

Wybitną organizatorkę życia

naukowego i kulturalnego Łomży

21 kwietnia, godz. 11.00, ulica Długa 13

(budynek Miejskiej Biblioteki Publicznej)

REKLAMA

Kredyty konsolidacyjne do 300 000 zł

Zamień wiele rat
na jedną
niższą ratę.

Co zyskujesz?

- Obniżenie miesięcznych kosztów
- Wygodę spłacania **jednej raty zamiast wielu**
- Dodatkową gotówkę na dowolny cel
- Możliwość spłaty swoich zobowiązań **nawet w 144 ratach**



ZAMBRÓW
ul. Wojska Polskiego 8/7

☎ 608 277 645, 608 277 706

ŁOMŻA
ul. Długa 1

☎ 603 839 521, 603 818 804

www.multisfera.pl

GRUPA ASF

Multi Sfera Sp. z o.o. działa jako pośrednik kredytowy następujących banków: Alior Bank S.A., Getin Noble Bank S.A., Nest Bank S.A., Bank Poczty S.A., Plus Bank S.A., TF Bank AB, Ferratum Bank Ltd, BZ WBK S.A. Jesteśmy także pośrednikiem firm pożyczkowych: Aasa Polska S.A., Access Financial Poland Sp. z o.o., SMS Invest Spółka z o.o., SMS Kredyt Sp. z o.o., Net Credit Sp. z o.o., Regita Sp. z o.o., Vivus Finance Sp. z o.o., Zaplo Sp. z o.o., TAKTO Sp. z o.o. s.j., Optima Sp. z o.o., Fundusz Mikro Sp. z o.o., APR O.O., SMS Kredyt Sp. z o.o., IPF POLSKA SP. Z O.O., CAPITAL SERVICE S.A., Euroloan Consumer Finance Sp. z o.o., Aferti Finance S.A. W zakresie umów ze współpracującymi bankami i firmami pożyczkowymi Multi Sfera Sp. z o.o. jest umocowana do: przedstawiania oferty kredytowej/pożyczkowej; przetwarzania danych, informacji i dokumentów dotyczących osób ubiegających się o kredyt/pożyczkę oraz przekazywania im informacji i dokumentów kredytowych; (w niektórych przypadkach) podpisywania umów kredytowych/pożyczek i/lub wypłaty kwoty kredytu/pożyczki na podstawie otrzymanych pełnomocnictw; wyjaśniania przyczyn braku spłaty kredytu/pożyczki. Niniejsza oferta nie stanowi oferty w rozumieniu kodeksu cywilnego.

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 Niedźwiecka; Maria Tocka, tel. 86 215 35 70
Władysław Tocki (red. naczelny)
tel. (86) 216-40-22

Oddział w Białymstoku:

Jan Oniszcuk, tel. 602 383 682

Oddział w Suwałkach:

Bożena Dunat, tel. 606 882 082

Stale współpracują:

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

Rysunki: Waldemar Rukś

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:

Paulina Popiołek, 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

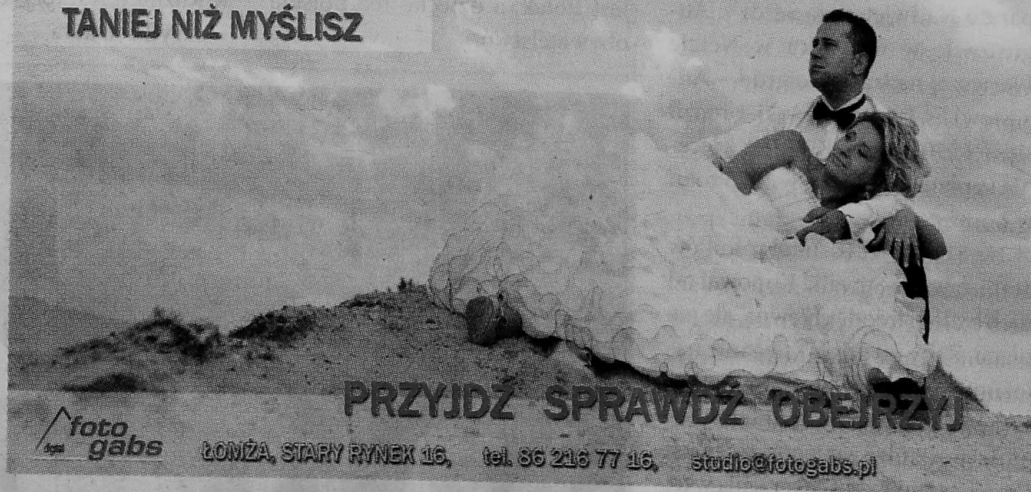
Wersja www: Marek Łapiński
(_duszek) marek.lapinski@data.pl

Wydawca jest członkiem Izby Wydawców Prasy.
Materiałów nie zamówionych redakcja nie zwraca
i zastrzega sobie prawo dokonywania skrótów.
Za treść ogłoszeń redakcja ponosi
odpowiedzialność w granicach wskazanych
w ust. 2 art. 42 ustawy Prawo Prasowe.

Dekalog radości życia

1. Miej czas na Pracę, to cena sukcesu.
2. Miej czas na Myślenie, to źródło potęgi.
3. Miej czas na Zabawę, to sekret młodości.
4. Miej czas na Czytanie, to podstawa wiedzy.
5. Miej czas na Modlitwę, to zmywa pył ziemi z powiek.
6. Miej czas na Przyjaciół, to źródło radości.
7. Miej czas na Miłość, to sakrament życia.
8. Miej czas na Marzenia, to wznosi Twoją duszę do gwiazd.
9. Miej czas na Śmiech, to pieśń pomagająca znośić trudy życia.
10. Miej czas na Planowanie, to sekret umożliwiający znalezienie czasu na dziewięć pierwszych punktów.

REPORTAŻE ŚLUBNE TANIEJ NIŻ MYŚLISZ



PRZYJDZ SPRAWDZ OBEJRZYJ

foto
gabs

ŁOMŻA, STARY RYNEK 16,

tel. 86 216 77 16,

studio@fotogabs.pl



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 B6RBG9E6XT i czytaj!

MYŚL TYGODNIA:

To człowiek człowiekowi najbardziej potrzebny jest do szczęścia

Paul Holbach



Ponad 349 000 uczniów z prawie 7 100 szkół w Polsce rozpoczęło w środę, 18 kwietnia, egzamin gimnazjalny. W naszym województwie do egzaminów przystępuje prawie 11 000 gimnazjalistów z 231 szkół.

■ Ciężkostrawne, za słone, za tłuste, przygotowywane z surowców niskiej jakości, to tylko niektóre z zarzutów inspektorów Najwyższej Izby Kontroli do żywienia w szpitalach. W większości kontrolowanych placówek chorzy otrzymują posiłki, których nie powinni otrzymywać przy konkretnym stanie zdrowia.

■ Zginął były proboszcz (68 lat) parafii Najświętszego Serca w Augustowie w wypadku w Netcie Pierwszej na trasie Rajgród – Augustów) ks. Jan Wróblewski. Urodził się w 1950 roku w Kolnie, święcenia kapłańskie przyjął w 1975 roku w Łomży.

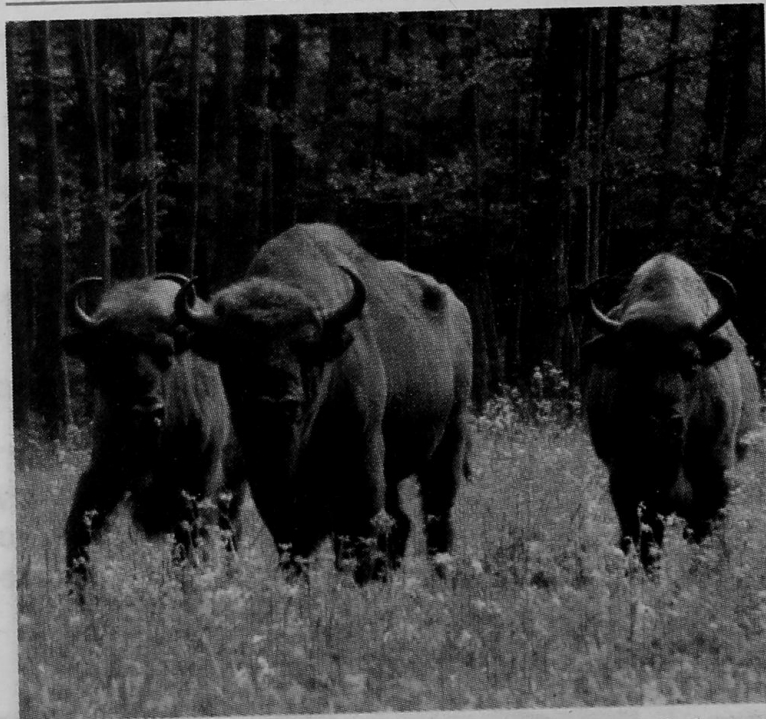
■ Na 810 tys. zł oszukał rolników Stanisław S. z Suwałk. Kupował od nich bydło i trzodę chlewną, ale nie płacił. Żeby utrudnić ściąganie należności, wyzywał się majątku, sprzedając samochody i nieruchomości po bardzo zaniżonych cenach swojej rodzinie. Akt oskarżenia w tej sprawie trafił do sądu.

■ Chłopiec (12 lat) wypadł z okna na pierwszym piętrze kamienicy przy ulicy Dwornej w Łomży. Trafił do szpitala. Jak mówili świadkowie wypadku, najprawdopodobniej próbował wyjść w ten sposób z domu, używając smyczy lub linki.

■ Przygotowanie terenów pod inwestycje i działania dla rozwoju przedsiębiorczości, to główne cele porozumienia władz miasta i gminy Łomża z Agencją Rozwoju Przemysłu,

poinformowała ARP w komunikacie prasowym.

■ Na dziecko, które ma polskie obywatelstwo, przysługuje świadczenie wychowawcze z programu „Rodzina 500 plus”, orzekł Wojewódzki Sąd Administracyjny w Białymstoku, w sprawie dotyczącej obywatelki Ukrainy, której w Kolnie odmówiono takiego świadczenia, choć ojcem dziecka jest Polak, a dziecko ma polskie obywatelstwo.



Białowieskie żubry pojechały do Hiszpanii. Siedem młodych samic trafi do dwóch prywatnych ośrodków niedaleko Madrytu. Tam będą atrakcją turystyczną, ale hiszpańskie ośrodki chcą też rozmnażać gatunek. Wcześniej kilka żubrów trafiło do Czech i Holandii.

Ciekawa rozmowa

Bardzo ciekawą rozmowę Jolanty Świążkowskiej z politologiem prof. Wawrzyńcem Konarskim na temat wielokulturowości wysłuchać można na stronie internetowej „Kontaktów” (www.kontakty-tygodnik.com.pl). Prof. Konarski związany jest naukowo z Akademią Finansów i Biznesu Vistula w Warszawie oraz Uniwersytetem Jagiellońskim. Wygłaszał wykład w Państwowej Wyższej Szkole Informatyki i Przedsiębiorczości w Łomży.

■ Stracić może pozwolenie na broń myśliwską poseł Lech Kołakowski z Łomży. Policja wszczęła już postępowanie administracyjne w tej sprawie. Kilkanaście dni wcześniej złodziej ukradł ją z domu posła. Powodem rozpoczęcia postępowania może być niewłaściwe przechowywanie broni.

■ Trzech mieszkańców Gołdapi pobiło Białorusinów, bo „gadali po rusku”. Prokuratura w Olecku postawiła im zarzut przestępstwa na tle narodowościowym. W Gołdapi na stałe pracuje około 200 Białorusinów.

■ 114 kg haszyszu o czarnorynkowej wartości blisko 5,7 mln zł chciał przemycić na Białoruś obywatel Rosji. Wpadł na przejściu z Białorusią w Kuźnicy. Narkotyki były ukryte w skrytkach auta.

Znaki czasu

■ 173 mln 524 tys. zł nagród otrzymali urzędnicy spółek nadzorowanych przez Ministerstwo Rolnictwa w 2017 roku. Chodzi głównie o agencje rolnicze, instytuty badawcze, ośrodki i spółki, w których Skarb Państwa posiada udziały.

■ Pomnika w Berlinie, upamięniającego Polskę, jako ofiarę Niemiec w czasie II wojny światowej, domaga się dyrektor Niemieckiego Instytutu Spraw Polskich (DPI) Dieter Bingen. Przypomina, że projekt pomnika powstał z inicjatywy niemieckich obywateli, którzy chcą „w widoczny sposób upamiętnić coś, co nie zostało dotąd upamiętnione w żadnym oficjalnym miejscu w Berlinie, tj. niemiecką politykę zniszczenia i ujarzmienia w okupowanej Polsce”.

■ Kotka Marysia uratowała pięciosobową rodzinę Filipków z Puław. W nocy Barbarę Filipek obudził ból ręki. To kotka ostro ją drapała, miaucząc przeraźliwie. Wtedy zauważyła, że mieszkanie płonie. Obudziła męża, który już miał problemy z oddychaniem. Wszystkim udało się uciec. Mieszkanie spłonęło.

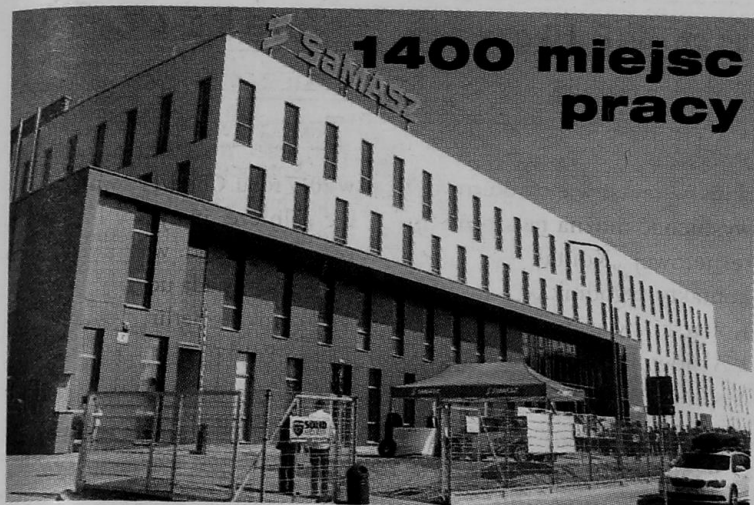
■ 92,5 mln zł odszkodowań otrzymali bliscy 96 ofiar katastrofy smoleńskiej, potwierdziło Ministerstwo Obrony Narodowej. Od objęcia szefostwa MON przez Macierewicza, uzyskały 21,5 mln złotych. W tym czasie głośno było o pochodzącej spod Wysokiego Mazowieckiego europosłance Beacie Gosiewskiej, wdowie po Przemysławie Gosiewskim, która domagała się 5 mln zł rekompensaty, choć otrzymała wcześniej po 250 tys. złotych na siebie i na każde z dwojki dzieci, 40 tys. zł pomocy od rządu, 100 tys. zł od Kancelarii Sejmu i comiesięczną rentę na każde dziecko.

■ 45 000 zł miesięcznie zarabiał wiceszef CBA Grzegorz Ociecek. Składa się na to pensja z CBA i pieniądze pobierane jako prokurator w stanie spoczynku.

■ „PiS to komuniści w nowym pudełku z krzyżem na wierzchu”, powiedział Janusz Korwin-Mikke.

■ Podwiózł matkę do kościoła w Dyniskach Starych (województwo lubelskie), a gdy ksiądz zaczął mszę, wszedł na plebanie i okradł go.

■ Kobieta, która 32 razy podchodziła do egzaminu na prawo jazdy, straciła je po 14 dniach za przekroczenie prędkości i jazdę po pijanemu (1,5 prom.).



1400 miejsc pracy

Czołowy producenta kosiarzek i sprzętu zielonkarskiego w Polsce, właściciel firmy SaMASZ Antoni Stolarski otworzył w Zabłudowie nową fabrykę w piątek, 13 kwietnia. W uroczystości uczestniczyli marszałkowie województwa Jerzy Ileszczynski i Stefan Krajewski, przedstawiciele wyższych uczelni, przedsiębiorcy i rolnicy z regionu oraz dilerzy polscy i zagraniczni (z Niemiec, Rosji, Chile, Kanady, USA, Islandii, Czech, Węgier, Grecji, Włoch, Holandii, Anglii, Hiszpanii, Francji, Norwegii, Finlandii, Danii, Łotwy, Litwy i Ukrainy). Budowa zakładu kosztowała ponad 100 mln zł. Będzie w nim pracować około 1 400 pracowników.

Wycinka Puszczy przez PiS bezprawna!

Trybunał Sprawiedliwości UE w Luksemburgu orzekł we wtorek, 17 kwietnia, że decyzje polskich władz w sprawie zwiększonej wycinki w Puszczy Białowieskiej naruszają prawo UE. Wskazał przy tym, że nie mogą być one uzasadnione precedensową gradacją kornika drukarza. Wyrok, który kończy

spór ciągnący się od 2016 r., został wydany przez Wielką Izbę Trybunału, składającą się z 15 sędziów. Od orzeczenia, w którym Trybunał uwzględnił w całości skargę wniesioną przez Komisję Europejską na Polskę, nie ma odwołania. Ministerstwo środowiska już zapowiedziało, że zastosuje się do wyroku.

REKLAMA

Nasi na Targach

Podlaskie firmy jak zwykle zachwyciły wystawców na warszawskich Targach, było bardzo duże zainteresowanie ich wyrobami. Nasze rodzime produkty, należące do grypy zdrowej żywności, zdobywają coraz większe grono zwolenników. Cieszę się, że na rynku ogólnopolskim zdobywają one coraz większe uznanie – podsumował udział Podlaskiego w Targach WorldFood w Warszawie wice-marszałek [Stefan Krajewski].

W Targach udział wzięło prawie 300 wystawców z branży spożywczej z aż 25 krajów świata, jak Białoruś, Belgia, Niemcy, Węgry, Indie, Indonezja, Rumunia, Rosja, Hiszpania, Sri Lanka, Turcja, Wielka Brytania, Wietnam. Jako ciekawostkę można odnotować obecność Zenka Martyniuka z naszym energizującym „Zenek”

Księga Dziwów i Rekordów



Amur w zalewie

Członek Koła Wędkarskiego „Jazgarz” Daniel Markowski złowił w zalewie w Ciechanowcu dwa okazale amury: jeden długości 90 cm ważył 10 kilogramów, drugi 88 cm ważył 9 kilogramów. Markowski wyciągnął je w czasie dwugodzinnego nurkowania. Po emocjach, zważeniu i zmierzeniu, ryby zostały wypuszczone do Nurca. Warto zauważyć, że amur nie podlega ochronie gatunkowej. Na wodach PZW nie posiada wymiaru ochronnego, jak również okresu ochronnego, zgodnie z Regulaminem Amatorskiego Połowu Ryb. Koło „Jazgarz” każdego roku zarybia Nurzec i sprzęta. Najbliższe wspólne sprzątanie 28 kwietnia.

Każdy z nas spotyka się w życiu z dziwnymi, śmiesznymi, kuriozalnymi, przerażającymi, niesamowitymi wydarzeniami. Swe figle płata także natura: a to urodzą się krowie trojaczki, a to kura zniesie olbrzymie jajo, a to zwyczajny ziemniak ma twarz człowieka. I tak dalej. Wielu z nas ma rzadkie hobby. Wielu bije przeróżne rekordy, posiada niespotykane umiejętności. Napiszcie o tym lub dajcie nam znać („Kontakty”, al. Legionów 7, 18 – 400 Łomża, tel. 86 216 42 43). Wspólnie będziemy tworzyć „Kontaktową” Księgę Dziwów i Rekordów.

★

Odnowa Stawisk

7 mln 800 tys. zł unijnej dotacji otrzymały Stawiski decyzją Zarządu Województwa z wtorku, 17 kwietnia, na rewitalizację kwartału pomiędzy ulicami Długą, Łomżyńską, Placem Wolności, Strażacką, Szosową, Kossaką, a także ulicami Zjazd i Wiejską. Łącznie to 20 ha powierzchni.

Wśród głównych planów rewitalizacji znalazły się m.in. projekty związane z aktywną integracją mieszkańców, znajdujących się w trudnej sytuacji, aktywizacją zawodową oraz program dodatkowych usług opiekuńczych dla mieszkańców. Są też inwestycje, jak rewitalizacja parku w Stawiskach, budowa nowej ścieżki rowerowej między parkiem miejskim i parkiem podworskim, montaż instalacji OZE na domach mieszkańców Stawisk.

KONTO OSZCZĘDNOŚCIOWE

2,5%

Odkładaj regularnie tyle, ile chcesz

GET IN BANK

Zapraszamy do Placówki Partnerskiej:
Placówka Franczyzowa Getin Bank
Wysokie Mazowieckie, Rynek Piłsudskiego 1A
tel. 502 399 717, 502 399 728
czynne: pon.-pt.: 9.00-17.00

Zgodnie z Regulaminem oferty specjalnej „Na nowe środki” – VI edycja, z oferty może skorzystać każda osoba, która posiada konto oszczędnościowe i konto osobiste, wpłaci nowe środki na zasadach ujętych w Regulaminie od 1.03.2018 r. do 3.04.2018 r. oraz wyrazi Zgody marketingowe dla Getin Noble Bank S.A. Po zakończeniu uczestnictwa w ofercie specjalnej oprocentowanie zgodne jest z oprocentowaniem wskazanym w Tabeli oprocentowania kont osobistych oraz kont oszczędnościowych dla Klientów indywidualnych w Getin Noble Bank S.A.

Szczegóły oferty specjalnej „Na nowe środki” – VI edycja, dostępne są na www.getinbank.pl i w placówkach Banku.

Getin Bank zwycięzca rankingu Przyjazny Bank Newsweeka 2017 w kategorii „Bankowość Internetowa”, dostępnego na newsweek.pl. Getin Bank jest częścią Getin Noble Bank S.A.

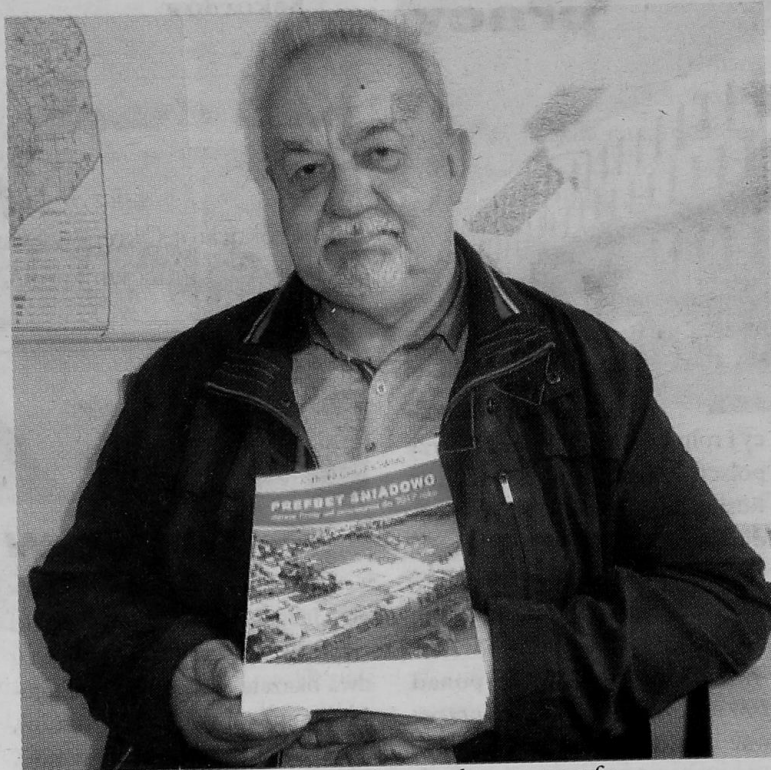
NR1

ŁOMŻA

Prefbet Śniadowo z dumną historią

„Prefbet Śniadowo dzięki wieloletnim zabiegom techniczno-organizacyjnym w produkcji wyrobów z betonu komórkowego i zwykłego, stał się w makroregionie markową i wiodącą Spółką. (...) Technika produkcji oraz organizacja pracy osiągnęły europejski poziom. Jesteśmy dumni z osiągnięć”, napisali w przedmowie monografii przedsiębiorstwa „Prefbet Śniadowo. Dzieje firmy od powstania do 2017 roku” prezes Zarządu Jerzy Michalak i autor publikacji, jednocześnie przewodniczący Rady Nadzorczej dr Antoni Chojnowski.

Autor przedstawił historię przedsiębiorstwa w Śniadowie, która zaczęła się w 1965 roku, na tle przeobrażeń gospodarczych i ustrojowych kraju. Książka w pełni oparta na dokumentach ma wielką wartość historyczną. Ukazuje nie tylko dzieje powstania, przeobrażenia (prywatyzacja) i rozwój przedsiębiorstwa w regionie bez tradycji przemysłowych, ale także koncepcje centralnych władz na rozwój ówczesnego województwa białostockiego, a od 1975 roku województwa łomżyńskiego.



Autor dr Antoni Chojnowski z monografią

Od 1992 roku prezesem Prefbetu jest Jerzy Michalak. Ćwierć wieku działalności pod jego kierownictwem było okresem nie-

ustannego postępu innowacyjnego. Książkę wzbogacają liczne wykresy i fotografie z kolejnych etapów rozwoju przedsiębiorstwa oraz z obchodzonych z udziałem pracowników uroczystości.

Targi pracy

Targi pracy organizuje w poniedziałek, 23 kwietnia (godz. 11.00) w auli Szkół Katolickich w Łomży (ul. Sadowa 12 A) Łomżyńska Rada Federacji Stowarzyszeń Naukowo-Technicznych NOT w Łomży we współpracy z Powiatowymi Urzędami Pracy w Kolnie, Łomży i Zambrowie. Na Targach spotkają się pracodawcy poszukujący pracowników z szukającymi zatrudnienia. Dyrektor Biura NOT Piotr Grabani przedstawi nowy projekt „Wsparcie w aktywnym starcie”, będzie można poznać propozycje szkoleń zawodowych. Targi mają charakter otwarty, może w nich uczestniczyć każdy.

Kolizyjne Chojny

Od jakiegoś czasu nie ma tygodnia, by w Chojnach, nie doszło do wypadku lub kolizji. Przyczyna zawsze ta sama: wjazd z drogi podporządkowanej (od strony wsi lub Nowogrodu) na trasę Łomża – Ostrołęka. Tym razem wymuszającym był kierujący hondą, który wjechał pod fordą transita. Jedna osoba z obrażeniami ciała została przewieziona do szpitala.



Al. Legionów, obok bloku 141, czyli przy głównej ulicy miasta. Kilka metrów od tego śmietniska przejeżdża każdego dnia mnóstwo samochodów, w nich także turyści pędzący na Mazury. Zdjęcie wykonane zostało 11 kwietnia, ale tak jest tam co najmniej od roku. Nikt tego nie sprząta, nie ma straży miejskiej. No, ale władze Łomży mają na głowie ważniejsze sprawy: przygotowania do 600 rocznicy nadania praw miejskich i własnej kampanii wyborczej.



Przebudowa

Hali

Targowej

Rozpoczynają się prace związane z przebudową Hali Targowej na Halę Kultury na Starym Rynku w Łomży. W związku z tym ratusz apeluje, aby nie parkować pojazdów w bezpośrednim jej sąsiedztwie. Około 100 dodatkowych miejsc Urząd Miejski przygotował na parkingu przy ul. Gielczyńskiej. Zakończenie prac planowane jest w sierpniu 2019 r.

Poezja i pamięć

Finał IX Międzyszkolnego Konkursu Recytatorskiego „Poezja i Pamięć” pod patronatem prezydenta miasta odbędzie się w Szkole Podstawowej nr 5 im. Stanisława Staszica w Łomży w czwartek, 19 kwietnia (godz. 12.00).

Tajemnice

programowania

Na spotkanie z guru programowania, autorem bestsellerowej książki „Zawód: Programista” Maciejem Anisierowiczem zaprasza w czwartek, 19 kwietnia (godz. 12.00), Państwowa Wyższa Szkoła Informatyki i Przedsiębiorczości w Łomży (ul. Akademicka 1, sala B1.9).

Parking na dworcu

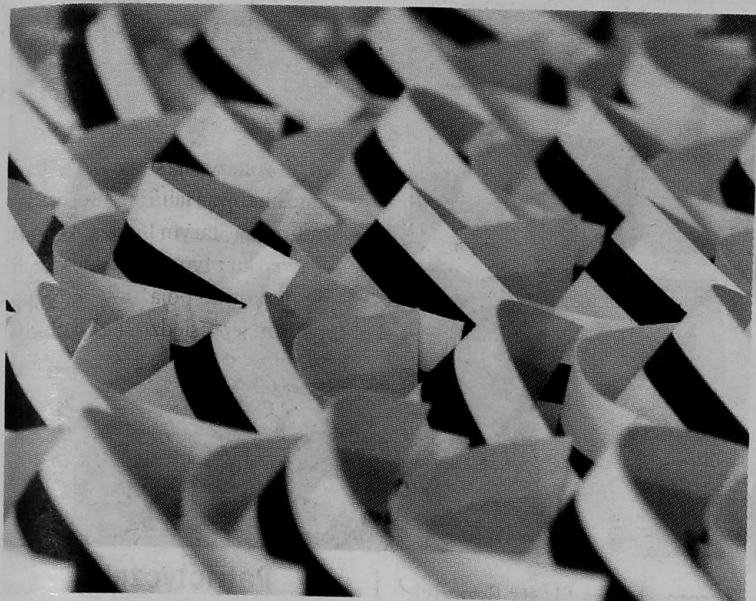
Budowę parkingu przy dworcu autobusowym w Łomży rozpoczyna Miejskie Przedsiębiorstwo Gospodarki Komunalnej i Mieszkaniowej. Wystąpią utrudnienia w ruchu na ulicy Dworcowej i dostępie do targowiska miejskiego, informuje Łukasz Czech z Urzędu Miejskiego. Na parkingu powstanie ponad 130 miejsc postojowych.

Wiedza na kółkach w Piątnicy

Naukobus z wystawą objazdową Centrum Nauki Kopernik i edukatorzy będą przebywać w Szkole Podstawowej w Piątnicy od 23 do 24 kwietnia.

Dęby Pamięci

Uroczystość VIII rocznicy posadzenia Dębów Pamięci ku czci aspiranta Policji Państwowej w Łomży Stanisława Jabłońskiego, zamordowanego w Twerze w 1940 roku oraz ofiar katastrofy smoleńskiej z 10 kwietnia 2010 roku odbędzie się w Szkole Podstawowej nr 2 w Łomży (ul. Piękna 2) 27 kwietnia (godz. 17.00).



44 studentki i 4 studentów Państwowej Wyższej Szkoły Informatyki i Przedsiębiorczości otrzymało w środę (18.04) swoje pierwsze czepki. Tradycyjne czepkowanie to symboliczne przyjęcie do grona pielęgniarzek, ale część z nich może jeszcze zrezygnować z nauki lub po jej zakończeniu, zmienić zawód. Według danych ministerstwa zdrowia, co trzecia pielęgniarka nie podejmuje pracy w wyuczonym zawodzie. Przyczyna? Marne zarobki.

Muzeum Sybiru

Muzeum Pamięci Sybiru w Białymstoku istnieje od trzech lat, ale dopiero od środy, 18 kwietnia, można mówić o prawdziwym początku. Umowę na zbudowanie gmachu Muzeum władze miasta oparły tak, jakby to było już otwarcie tego gmachu. Bo też był to moment przełomowy: firma Budimex zapewniła, że pod koniec przyszłego 2019 r. nowy gmach będzie gotowy.

– Nie dla siebie, dla przyszłych pokoleń, dla młodych ludzi, którzy powinni wiedzieć, czego doświadczyli ich przodkowie – mówi wielokrotnie podczas spotkań Tadeusz Chwiedź, wieloletni prezes Związku Sybiraków.

Tadeusz Truskolaski, prezydent Białegostoku, którego Sybiracy mogą nazwać ojcem Muzeum, bo za jego prezydentury nie tylko narodziła się jego idea, ale Muzeum nabrało realnych kształtów, wspominał przedwojennego prezydenta Miasta Severyna Nowakowskiego, który wywieziony przez Sowietów, nie wrócił i nie wiadomo nawet, gdzie spoczywa. Wspominał białostoczanina, ostatniego prezydenta Rzeczypospolitej na Uchodźstwie Ryszarda Kaczorowskiego, który również tę drogę do Nieludzkiej Ziemi przeszedł.

Wyrazy współczucia Pani Annie Bałazy
z powodu śmierci

OJCA

Łączymy się w żalu z rodziną
Prokurator Okręgowy w Łomży wraz z Prokuratorami
i Pracownikami Okręgu Łomżyńskiego

Masza

i Niedźwiedź

21 kwietnia
godz. 12.00 - 18.00

Rozbrykana Masza
i pocciwy Niedźwiedź
zapraszają na kreatywną
pełną atrakcji zabawę
do Galerii Veneda!

REKLAMA

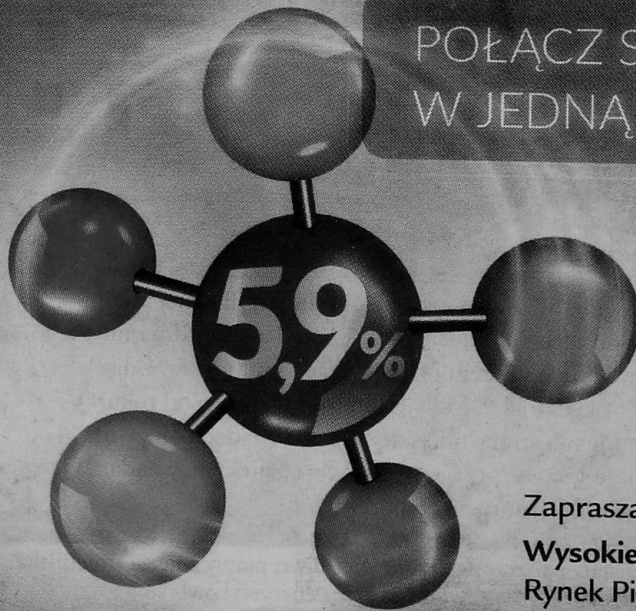


**ALIOR
BANK**

WYŻSZA KULTURA. BANK NOWOŚCI.

KREDYT KONSOLIDACYJNY

POŁĄCZ SWOJE KREDYTY
W JEDNĄ, NISKĄ RATE



Zapraszamy:

Wysokie Mazowieckie
Rynek Piłsudskiego 10

☎ 516 168 986

516 168 983



Korzystaj z nowej
aplikacji mobilnej

RRSO 7,55%

Rzeczywista Roczna Stopa Oprocentowania (RRSO) wynosi 7,55%, całkowita kwota kredytu (bez kredytowanych kosztów): 87 000 zł, całkowita kwota do zapłaty: 121 527,37 zł, oprocentowanie zmienne: 5,9%, całkowity koszt kredytu: 34 527,37 zł (w tym prowizja: 5454,84 zł (5,9%), odsetki: 29 072,53 zł), 116 równych miesięcznych rat w wysokości 1047,66 zł. Kalkulacja została dokonana na 3.01.2018 r. na reprezentatywnym przykładzie. W ramach oferty Wygodna Konsolidacja mogą być konsolidowane wyłącznie zobowiązania spoza Alior Banku. Warunkiem skorzystania z oferty jest spłata minimum jednego zobowiązania na łączną kwotę nie mniejszą niż 5000 zł. Minimalny okres kredytowania wynosi 6 miesięcy. Ostateczne warunki kredytowania zależą od wiarygodności kredytowej Klienta, daty wypłaty kredytu oraz daty płatności pierwszej raty. Szczegóły oferty w placówkach i na www.aliorbank.pl. Alior Bank SA, ul. Łopuszańska 38D, 02-232 Warszawa

POWIAT GRAJEWSKI



Łączy nas pamięć

Spotkanie dla młodzieży, poświęcone 75. rocznicy wybuchu powstania w getcie warszawskim, połączone z premierą filmu „Nie było żadnej nadziei...” odbędzie się w Regionalnej Izbie Historii i Tradycji (Centrum Kultury) w Szczuczynie 19 kwietnia (godz. 10.10). Wydarzenia edukacyjne w rocznicę wybuchu powstania organizuje szósty raz Muzeum Historii Żydów Polskich POLIN. Szczuczyn trzeci raz włączył się w obchody.

Uroczystości jubileuszowe 100 lat Zgromadzenia Sióstr Benedyktyn Misjonarek i 60 lat posługi Sióstr Benedyktyn Misjonarek w Grajewie odbyły się w niedzielę, 15 kwietnia. Jubileusz rozpoczęła Msza Święta pod przewodnictwem biskupa łomżyńskiego ks. Janusza Stepnowskiego z udziałem starosty grajewskiego Zygmunta Kruszyńskiego i przewodniczącego Rady Powiatu Grajewskiego Stanisława Kossakowskiego.

Zgromadzenie zakonne benedyktyn przy ochronce dla dzieci w Białej Cerkwi założyła w 1917 roku Jadwiga Józefa Kulesza. 24 czerwca 1917 roku za zgodą biskupa Ignacego Dubowskiego odbyły się pierwsze obłóczyny. Datę tę uznaje się za dzień założenia Zgromadzenia. Na świecie jest ponad 300 Benedyktyn, wśród nich ponad 200 Polek. Dom zakonny w Grajewie powstał w maju 1958 roku. Benedyktynki są też w Łomży i Elku. W Grajewie zajmują się katechizacją, pracą w zakrystii, prowadzą ogród.

Patriotycznie

Julia Karwowska (SP w Radziłowie) i Jakub Wyszyński (SP w Kramarzewie) zajęli I miejsca w Gminnym Przeglądzie Poezji Patriotycznej, zorganizowanym przez Bibliotekę i Szkołę Podstawową w Radziłowie. II miejsca zajęły Alicja Jakubczyk (SP w Radziłowie) i Sylwia Konopko (SP w Kramarzewie), a III Alicja Walewska i Joanna Zakrzewska (obie z SP w Radziłowie). Wyróżniona została Agnieszka Paulina Konopka (SP w Radziłowie).

POWIAT KOLNEŃSKI

Weszli na moją działkę. Poobcinali konary i gałęzie drzew owocowych tak, że już na pewno nie będą owocowały. Serce boli, gdy patrzę na okaleczone drzewa. Nikt mnie o nic nie pytał, o niczym nie informował. Syn przed Wielkanocą pojechał na działkę i zobaczył zniszczenia i bałagan”, opowiada Mirosław Gardocki ze Stawisk.

Jego działka znajduje się przy ulicy Cendrowskiej 13. Nie jest zamykana na bramkę z kłódką. Ale to przecież nie znaczy, że tam może każdy wejść i niszczyć nasadzenia. A na działce Gardockich rosły i owocowały jabłonie, śliwy, wiśnie. Mirosław Gardocki zaczął ustalać, kto poniszczył mu drzewa. Zadzwoił na policję. Znalaziono sprawcę. Rejon Energetyczny poobcinał gałęzie, bo.... zagrażały linii energetycznej.

„Do przewodów było jeszcze dziesięć metrów odległości. Ale chyba ktoś powinien mnie o tym poinformować. Czy teraz jest takie nowe prawo, że się wchodzi na cudze i robi, co chce?”, pyta Gardocki.

Prawo „dobrej zmiany”?



Tak zostały zniszczone drzewa owocowe; mamy zdjęcia śmietniska zostawionego przez energetyków!

Dzwonił do Oddziału Energetycznego w Kolnie i Rejonu Energetycznego w Łomży. Usłyszał o rzekomym zagrożeniu. Pomyślał, że drzew już ani nie podniesie, ani nie doklei. Ale niech sprawca po sobie posprząta.

Gardocki mówi, że w Stawiskach nie ma kogo wynająć do robót fizycznych. Szukał, ale nikt nie chce brudzić się za nie-

wielkie pieniądze. „Nie mogłem nikogo znaleźć. Zadzwoiłem do Rejonu Energetycznego, żeby zabrali z działki poćcinane gałęzie. Usłyszałem, że sprzątną za dwa dni. Mija drugi tydzień, a na mojej działce bałagan”, mówi.

Piękna pogoda, za kilka dni majówka. Ludzie wychodzą na działki. U Gardockich śmietnisko!

Goście z Hiszpanii

Uczniowie z Hiszpanii od 13 kwietnia goszczą w LO w Kolnie. To rewizyta w ramach międzyszkolnej współpracy. Licealiści z Kolna byli w Hiszpanii w marcu. Goście zwiedzili Kolno, Turośl, Nowogród.

Dyrektor Dwójki wybrany

Dyrektor Szkoły Podstawowej nr 2 w Kolnie Dariusz Łosiewski został ponownie wybrany na stanowisko dyrektora tej szkoły.

Konkurs piosenki

Konkurs piosenki „Mama, tata i ja” odbędzie się w Kolneńskim Ośrodku Kultury i Sportu (ul. M. Konopnickiej 4) we wtorek, 24 kwietnia (godz. 10.00).

Baje i bajeczki

Do 20 kwietnia w KOKiS można zgłaszać dzieci do XXXI Powiatowego Konkursu Recytatorskiego „Baje, bajki, bajeczki”, który odbędzie się 27 kwietnia.

Boża
apteka



Czystek

Czystek ma silne działanie antybakteryjne. Warto stosować go przy różnego rodzaju infekcjach. Działa przeciwbólowo i przeciwzapalnie.

Łagodzi objawy zatrucia pokarmowego. Gdy dopadła nas biegunka lub nudności, czystek szybko doprowadzi układ trawienny do formy. Blokuje wzrost złego cholesterolu we krwi, jednocześnie zapobiega wielu chorobom spowodowanym cholesterolem, między innymi miażdżycy i chorobie niedokrwiennej serca. Wspomaga leczenie przewlekłych chorób skóry. Mowa tutaj o trądziku, egzemie lub łuszczycy.

Ponadto, czystek dodaje energii, wzmacnia odporność organizmu, działa detoksykująco i przeciwdziała atakom wirusów.

Co ważne, nie stanowi żadnego ryzyka dla kobiet w ciąży, kobiet karmiących piersią, niemowlaków, osób starszych, a także kobiet stosujących środki antykoncepcyjne. Jest całkowicie bezpieczny.

W Polsce czystek nie występuje, ale można go kupić w każdej aptece, a nawet w wielu sklepach spożywczych. Nie jest drogi; 100 g suszu kosztuje od 6,50 do 8,50 zł, a takie opakowanie wystarczy na dość długo.

Z suszu czystka sporządzamy napar: łyżeczkę czystka wsypać do szklanki, zalać wrzątkiem i przykryć na minimum 20 minut. Po wypiciu naparu, można go zalać wrzątkiem ponownie. Pić szklankę – dwie dziennie. Nie ma ograniczeń czasowych.

Z czystka można także przygotować skoncentrowany odwar do zastosowań zewnętrznych (jako okłady i płukanki oraz do przemywania). By przygotować odwar należy zalać ok. 10 g czystka 200 mililitrami wody. Mieszanke taką doprowadzamy do wrzenia i gotujemy 5 minut. Gdy odwar odstoi 20 minut, należy go przecedzić.



O autyzmie w Długoborzu

W Ośrodku Szkolno-Wychowawczym w Długoborzu odbyły się obchody Światowego Dnia Wiedzy na temat Autyzmu. Celem corocznego spotkania jest podnoszenie społecznej świadomości na temat zaburzenia, uznanego przez ONZ za jeden z najpoważniejszych problemów zdrowotnych świata, obok raka, cukrzycy i AIDS. Przeprowadziliśmy warsztaty sensoryczne dla dyrektorów, pedagogów i terapeutów ze szkół powiatu zambrowskiego, cykl zabaw integracyjnych dla uczniów Ośrodka. W ramach Akcji Zaświeć się na niebiesko, której symbolem solidarności z dotkniętymi autyzmem jest kolor niebieski, wszyscy tego dnia ubrani byli na niebiesko.

Nasz Ośrodek od wielu lat zajmuje się edukacją dzieci ze spektrum autyzmu. Ze Stowarzyszeniem „Naprzeciw”, działającym przy Ośrodku, organizujemy 12-13 maja konferencję szkoleniową „Świadomość podstawą działania”, której tematem będzie trening zastępowania agresji ART oraz seksualność dzieci i młodzieży z niepełnosprawnością intelektualną i autystycznym spektrum autyzmu. Zapraszamy.

Rafał Wiśniewski
nauczyciel Ośrodka
Długobórz

„Spojrzenie” Julii wyróżnione!

Julia Dąbrowska, uczennica klasy IVa Szkoły Podstawowej nr 2 im. Władysława Broniewskiego

w Łomży zdobyła wyróżnienie za zdjęcie pt. „Spojrzenie” w VI Konkursie Fotograficznym pn. „Ptaki w polskim krajobrazie jesienno – zimowym”, organizowanym przez Ostrowskie Stowarzyszenie Ludzie z Pasją. Opiekunem szkolnego koła fotograficznego jest Jacek Sokołowski.

J. Sosnowska
Łomża

Podlaskie jadło? Najlepsze z Czyżewa!

Jak na prawdziwych Podlasiach przystało, uczniowie Zespołu Szoł Ogólnokształcących i Zawodowych w Czyżewie znakomicie zaprezentowali się w IX Konkursie „My z Podlasia”. W kategorii recytacji poezji lub prozy autorów wywodzących się z Podlaskiego Rafał Borowy z klasy III zdobył II miejsce za recytację fragmentu „Konopielki” Edwarda Redlińskiego i oryginalny strój. W kategorii „Spiżarnia babuni” II miejsce zajęły uczennice klasy III Magda Łuniewska i Katarzyna Zawistowska za potrawy, którymi były Zupa Popławskich i Chleb babci Gieni. Wyróżnienie uzyskała Marta Dmochowska za potrawę Ceburogi z czerwonym barszczem. Ceburogi to rogaliki z oryginalną konfiturą z czerwonej cebuli posypane czarnuszką, które znakomicie komponują się z klasycznym czerwonym barszczem. Bardzo wysoko ocenione zostały także prezentacje multimedialne, przygotowane z pietyzmem przez uczniów. Do ich wykonania wykorzystane zo-

stały stroje regionalne oraz rekwizyty kuchenne z babcinej kuchni.

Potrawy czyżewskie bardzo smakowały nie tylko jurorom, ale również zgromadzonej publiczności. Opiekunami laureatów byli nauczycielki Małgorzata Jaźwińska i Aneta Piotrowska oraz bibliotekarz Dariusz Zdrojewski.

Dyr. Alicja Bańkowska
Czyżew

Zbieramy na dzwon

Nasza Cerkiew nie zbiera datków na tacę, nie pobiera opłat za śluby, pogrzeby i inne sakramenty. Główną formą utrzymania naszej Cerkwi jest pensja księdza (ksiądz pracuje w prywatnej firmie i przekazuje znaczącą część swojej pensji dla Cerkwi). W 2016 roku zakończyliśmy budowę pierwszej Cerkwi w Polsce dla naszych parafian. W tym roku zakończyliśmy budowę ogrodzenia. Inwestycje te pochłonęły ogromne finanse. Chcemy jeszcze zakupić dzwon, który stanowi nieodłączny element świątyni. Dlatego zwracamy się do wszystkich ludzi dobrej woli z wielką prośbą o pomoc. Dzwon kosztował będzie ok. 10 000 zł. Dla nas najdrobniejsza kwota jest bardzo ważna. Wpłaty można dokonywać bezpośrednio na konto bankowe naszej parafii: Staroprawosławna Cerkiew Staroobrzędowców, Bank BGŻ Paribas SA, konto: PL 88 2030 0045 1110 0000 0317 5950.

o. Mariusz Jefimow
oraz Rada Staroprawosławnej
Cerkwi Staroobrzędowców
Gabowe Grądy 7A
(gm. Augustów)

POWIAT WYSOKOMAZOWIECKI

Tajniki linorytów



Marek Turkot przy swoich pracach

Młodzi plastycy z Czyżewa, skupieni w kole plastycznym, prowadzonym przez Katarzynę Kostro w Gminnym Ośrodku Kultury, spotkali się z artystą Markiem Turkotem. Mieli okazję poznać tajemnice tworzenia linorytów i podziwiać prace artysty. Warsztatowi towarzyszyła wystawa prac pod tytułem „Moja wspiana przygoda” Marka Turkota, pochodzącego z Ołdaków Polonii (gm. Andrzejewo), którą można oglądać w GOK do 18 maja.

POWIAT ZAMBROWSKI

Marcin Kotecki z I Liceum Ogólnokształcącego w Zambrowie zwyciężył w piątej edycji informatycznego konkursu „Infotest”, organizowanego przez Wydział Informatyki i Nauk o Żywności Państwowej Wyższej Szkoły Informatyki i Przedsiębiorczości w Łomży. „Młody, zdolny i skromny, z rozległą wiedzą, także pozaszkolną”, tak o uczniu trzeciej klasy mówił jego nauczyciel Zbigniew Rębiś, informatyk oraz fizyk.

W szranki tegorocznej rywalizacji stanęło 465 uczniów szkół średnich, także z Wilna, a do ścisłego finału dostało się 49 najzdolniejszych. „Wśród finalistów nie ma przegranych, wszyscy jesteście zwycięzcami”, mówiła prodziekan Wydziału Informatyki i Nauk o Żywności, pomysłodawczyni konkursu dr inż. Aneta Wiktorzak.

„Infotest” to jeden z najważniejszych konkursów łomżyńskiej uczelni, ma na celu popularyzację wiedzy informatycznej wśród młodzieży szkół średnich. Jego zasięg z roku na rok jest coraz szerszy, w piątej edycji udział wzięły szko-

Medal im. Wiktora Godlewskiego

Pięciu laureatów tegorocznej nagrody, przyznawanej za zasługi dla ochrony przyrody oraz popularyzację wiedzy przyrodniczej, otrzymał 17 maja Medal im. Wiktora Godlewskiego. Są to: Łomżyński Park Krajobrazowy Doliny Narwi (za działalność edukacyjną, wydawniczą i popularyzatorską na rzecz ochrony



przyrody), Hanna Chromińska (za zasługi na rzecz popularyzacji ornitologii i świadomości przyrodniczej na terenie Mazowsza i Podlasia wśród dzieci i młodzieży), Leśny Bank Genów w Kostrzycy (za ochronę zasobów genowych drzew, krzewów i roślin, szczególnie cennych obiektów przyrodniczych środowiska leśnego Polski), Maciej Omelaniuk (za zaangażowanie w czynną ochronę i promocję przyrody Mazowsza i wydawnictwa przy-

rodnicze poświęcone dolinie Bugu) oraz dr inż. Roman Zielony (za całokształt badań w zakresie przyrodniczych podstaw urządzania lasu i ochrony przyrody w lasach).

Nagrodę Medal im. Wiktora Godlewskiego wymyślił dyrektor GOK w Bogutach Roman Świerżewski. Pierwszy raz została przyznana w 1992 roku.

Wiktor Godlewski, to pochodzący z Bogut zesłaniec carski, znakomity badacz przyrody Bajkału.

Sadzenie lasu



Prezes Uniwersytetu Trzeciego Wieku w Wysokiem Mazowieckiem Marianna Kaczanowicz zaprasza w środę, 25 kwietnia (zbiórka godz. 9.00, parking MOK), na czwarte wspólne sadzenie lasu.

Targi ogrodnicze i pszczelarskie

Wiosenne Targi Ogrodnicze i Pszczelarskie organizuje w sobotę i niedzielę (21 – 22 kwietnia) Podlaski Ośrodek Doradztwa Rolniczego w Szepietowie. Towarzyszyć im będzie wiele atrakcji: wystawa królików, konkursy z nagrodami, pokazy, degustacje, doradztwo specjalistów i konferencje.

Konkurs poetycki

II Majowy Konkurs Jednego Wiersza o tematyce patriotycznej ogłosiła Miejska Biblioteka Publiczna w Ciechanowcu. Wiersz podpisany godłem należy wysłać w trzech egzemplarzach na adres biblioteki (pl. 3 Maja 31, 18-230 Ciechanowiec) do 20 maja.



Marcin Kotecki odbiera puchar z rąk prorektora PWSliP dr. Dariusza Perła, obok wiceprezydent Łomży Agnieszka Muzyk i nauczyciel Zbigniew Rębiś. Fot. Sebastian Chrzanowski

Informatyczne asy

ły z Zambrowa, Łomży, Olsztyna, Białegostoku, Warszawy, Wilna.

Zwycięzca konkursu, maturzysta z Zambrowa, w planach ma studia z informatyki. Jego pasja do programowania zaczęła się bardzo wcześnie.

„Zawsze zastanawiało mnie jak działają określone funkcje i programy w komputerze, z komputerem się wychowywałem”, mówi Marcin Kotecki.

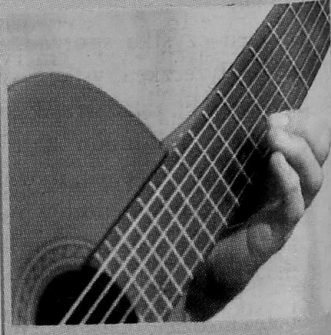
Przed nim rozszerzona matura z przedmiotów ścisłych: matema-

tyki, fizyki i informatyki. Sukces ucznia nie dziwił jego nauczyciela: „Marcin jest zdolny i praca z nim to przyjemność. W ubiegłym roku nie udało mu się stanąć na podium w łomżyńskim konkursie. Niewiele wtedy brakowało. A dziś jest najlepszy”, cieszy się Zbigniew Rębiś.

Na drugim stopniu podium stanął Michał Sulikowski z IV LO w Olsztynie, a na trzecim Maksymilian Małż z Zespołu Szkół Zawodowych nr 2 w Ostrołęce.

Konkurs gitarowy



W XI Ogólnopolskim Konkursie Gitarowym, zorganizowanym przez Państwową Szkołę Muzyczną im. Witolda Lutosławskiego w Zambrowie, uczestniczyło 33 uczniów szkół muzycznych. Z zambrowskiej PSM I st. wyróżnienie zdobył Mateusz Wróblewski (uczeń Andrzeja Sołowski).


Nie daj się „wnuczkowi”!

Spotkanie z policjantami dla seniorów, aby nie dali oszukać się „na wnuczka” i w inny sposób, organizuje Stowarzyszenie Szansa w Zambrowie (ul. Wilsona 1/10) w poniedziałek, 23 kwietnia (godz. 10.00).

Nie wstyd panu, prezydencie Łomży?

Mrok

„Stary człowiek niepotrzebny nikomu. Wszystko mnie boli. Nie myślę już o niczym. Płaczę... Modlę się... Czekam”, mówi Halina Jadcza z Łomży.

10 kwietnia skończyła 90 lat. Jest samotna. Nie miała swojej rodziny i dzieci. Nie widzi. Najpierw odmówiło posłuszeństwa jedno oko, drugie później. Ma schorowane stawy biodrowe tak, że sama nie wstaje. Całe doby leży na wersalce. Żeby pójść do toalety, ktoś silny musi jej pomóc wstać i zaprowadzić. Nie pamięta, ile lat temu ostatni raz była na dworze.

„Nic mnie nie cieszy. Czekam na miejsce w domu pomocy. Czekam...”, powtarza.

Samotnia

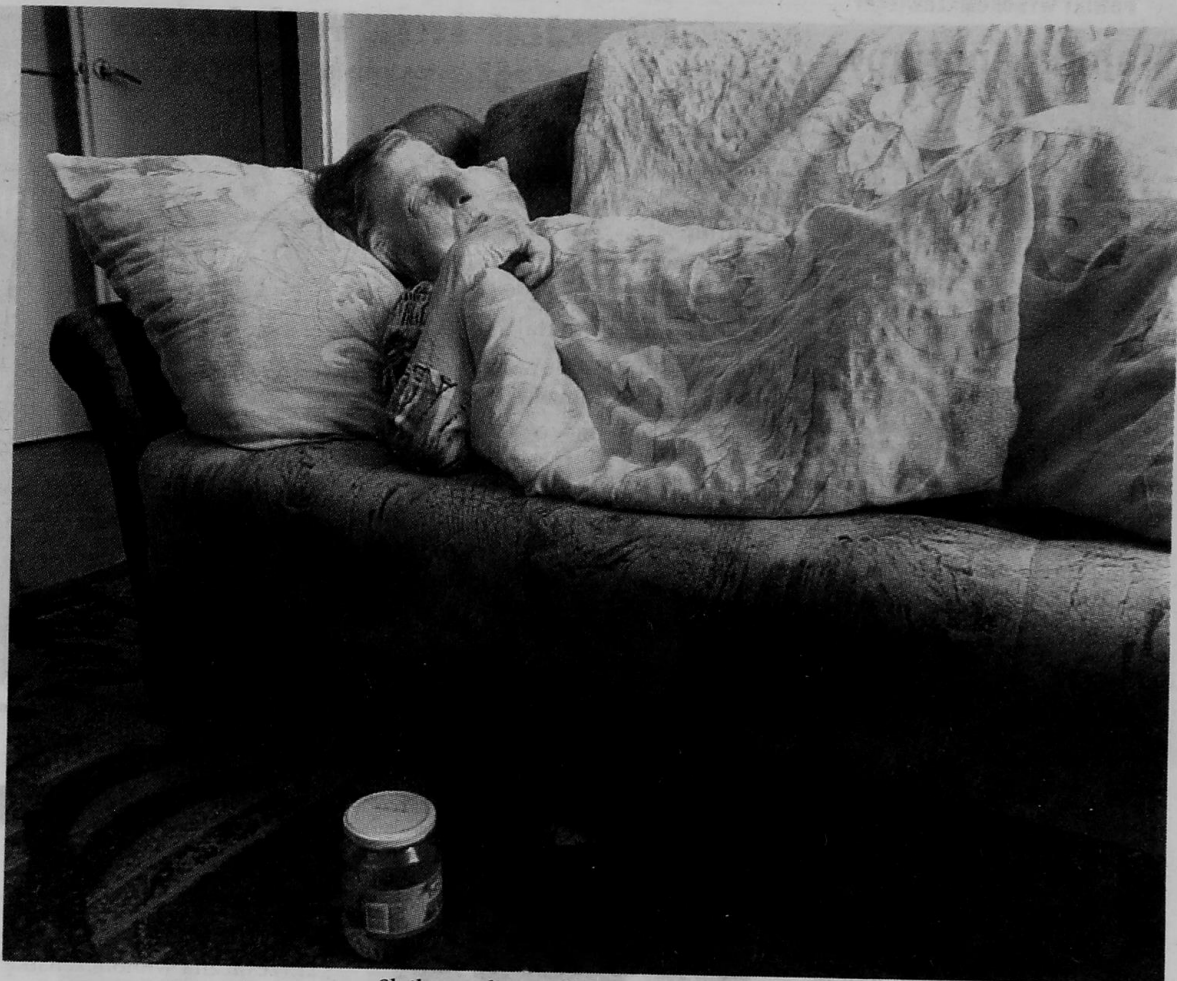
Dwadzieścia trzy lata mieszka w komunalnej kamienicy na pierwszym piętrze przy ulicy Nowogrodzkiej. Wcześniej na placu Niepodległości. Jej mieszkanie to niewielki pokój, kuchnia i łazienka (całość 21 metrów kw.). Skromne, stare meble. Nie ma ciepłej wody, trzeba ją grzać w garnku do mycia. Na ścianie pokoju portret młodej, ładnej kobiety.

„To ja. Miałam wtedy 26 lat. To był dobry czas. Każdy pracował, było wesoło”, wspomina przez moment. I milczy.

Halina Jadcza 20 lat pracowała w łomżyńskim zakładzie „Miś”, przez kolejne 16 lat w wytwórni wód gazowanych. Żyje z emerytury, która wynosi 950 zł.

W powszednie dni od miesiąca przychodzi do niej opiekunka, skierowana przez Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej. Pomaga przy toalecie, podaje leki, jedzenie. Po dwóch godzinach zostaje sama. W sobotę i niedzielę opiekunka nie przychodzi. Halinę Jadcza odwiedza siostrzenica Elżbieta Tombak, która przekroczyła 70 lat i sama jest schorowana. Siostrzenica załatwiła opiekunkę po tym, jak prowadząc ciocię do toalety, obie się przewróciły. Siostrzenica złamała rękę.

Przy wersalce Haliny stoi słoik z wodą w zasięgu ręki. Unosi się



Słoik z wodą przy łóżku Haliny Jadcza

Czekaj na śmierć

na łokciu, sięga po słoik. Pije. To jedna z niewielu czynności, które może sama wykonać.

Na regale reklamówka z lekami od serca, ciśnienia, bólu, uspokajające. Kupuje je siostrzenica. Na leki dostaje z MOPS dodatek 50 zł. Mówi, że to nie wystarcza. Siostrzenica dokłada do leków ze swojej emerytury. Ona też płaci za mieszkanie (200 zł), opiekunkę (60 zł), światło (ok. 100 zł), gaz, jedzenie, środki higieniczne. Dokładała ze swoich, bo emerytura cioci nie wystarczała. Po jej prośbach i interwencjach w MOPS, Halina Jadcza od trzech tygodni otrzymuje darmowe obiady.

Decyzje

Halina Jadcza potrzebuje całodobowej opieki. Jej siostrzenica od lutego ubiegłego roku prosiła o skierowanie cioci do domu opieki społecznej.

„W ośrodku pomocy za każdym razem słyszałam, że nie ma miejsc”, opowiada Elżbieta Tombak.

W styczniu Halina Jadcza próbowała wstać do toalety. Przewróciła się, poobijała, zakrwawi-

ła. Pogotowie zabrało ją do szpitala. W szpitalu nie ma miejsca dla chorych „na starość”. Po tygodniu wróciła do swojej samotni. W lutym znów się przewróciła. Uderzyła głową w podłogę lub taboret. Miała przywidzenia, krzyczała. Pogotowie zabrało ją do szpitala. I po kilku dniach przywiozło z powrotem.

W wypisie ze szpitala 2 marca lekarka napisała: „Pozostawienie pacjentki bez opieki zagraża jej zdrowiu i życiu. Wskazana jest całodobowa opieka, którą może mieć zapewnioną jedynie w warunkach pomocy społecznej”.

Halina Jadcza wyraziła zgodę na zamieszkanie w DPS. Szpital skierował dokumenty do sądu.

W kwietniu Wydział Rodzinny i Nieletnich Sądu Rejonowego w Łomży orzekł, iż Halina Jadcza nie jest zdolna do samodzielnego funkcjonowania w codziennym życiu, wymaga całodobowej opieki, „powinna zostać przyjęta w trybie pilnym do domu pomocy społecznej dla osób w podeszłym wieku”. 12 kwietnia Sąd Rejonowy wydał postanowienie.

„Sądowy wyrok otrzymaliśmy dzisiaj. Nie mogę powiedzieć, kiedy pani Halina Jadcza zostanie skierowana do domu pomocy, bo w domach brakuje miejsc. W Łomży czeka się około pół roku, w innych domach nawet kilka lat”, powiedział we wtorek, 17 kwietnia, dyrektor MOPS w Łomży Wiesław Jagielak.

Logika

Jeśli na dom opieki w Łomży czeka się pół roku, to od lutego 2017 minął ponad rok. A właśnie w lutym 2017 roku siostrzenica Haliny Jadcza prosiła MOPS o skierowanie do domu pomocy i usłyszała, że nie ma miejsc. Logiczne więc, że gdyby MOPS wystąpił wówczas do domu pomocy o miejsce, od pół roku mogłaby w nim być! Ale jeżeli nie zajmuje się „kolejki”, skazuje się człowieka na czekanie na śmierć.

Był u mnie kurator i biegła z sądu. Mówili, że zabiorą do domu opieki. Nie powiedzieli kiedy. A pani nie wie, kiedy mnie zabiorą? Czekam... Czekam...”, powtarzała Halina Jadcza.

HANNA MAY

Łomża świętuje
600 rocznicę nadania
praw miejskich

Koncert gwiazd

Raperzy ks. Andrzej Godlewski i Janusz Ramatowski

„Czy dzisiaj czarne zawsze czarne, a białe – białe jest. Czy ktoś tu nie próbuje na szaro zrobić cię?”, rapował duet Andrew – Johnny, czyli proboszcz największej w Łomży parafii Krzyża Świętego ks. Andrzej Godlewski i architekt Janusz Ramatowski w czasie Wiosennego Koncertu Gwiazd w Łomży, zorganizowanego przez Łomżyńską Filharmonię Kameralną im. Witolda Lutosławskiego.

Duet „rozgrzał” widownię premierową piosenką do słów ordynatora Oddziału Urologii Szpitala Wojewódzkiego w Łomży Marka Załęskiego.

Wiosenny Koncert był trzecim z udziałem amatorów. W tym roku wystąpili: posłowie (obecni i byli), starostowie łomżyńscy, wiceprezydent miasta, prezes BS w Kolnie, radni miejscy, dziennikarze.

Repertuar, dobrany przez dyrektora Filharmonii Jana Miłosza Zarzyckiego, nie był przypadkowy. Z piosenką „Koło mego ogródeczka” wystąpili w duecie gospodarze powiatu, czyli dużego „ogrodu” (1 355 km kw.) starosta łomżyńska Elżbieta Parzych i wicestarosta Lech Marek Szabłowski. W piosence „Rudy, rudy rydz” z aktorską interpretacją wystąpiła poseł Bernadeta Krynicka. Debiutował poseł Lech Antoni Kołakowski w towarzystwie byłego posła Jana Jaroty w piosen-



Posłanka Bernadeta Krynicka w piosence „Rudy, rudy rydz”

ce „Przybyli ułani pod okienko”. A w okienku czekała... panienska (w rolę wcielił się Dariusz Wójcik), z którą poseł tańczył przy dużym aplauzie widowni. W sentymentalnym utworze Ireny Santor „Powrócisz tu” zaprezentowała się wiceprezydent Agnieszka Muzyk. Oczywiście, chodziło o powroty do... Łomży. Wiceprzewodnicząca Rady Miejskiej Łomży Alicja Konopka miłosnymi rozterkami, „komu serce dać”, czy wiceprzewodniczącemu Januszowi Mieczkowskiemu, czy zawodowemu aktorowi Dariuszowi Wójcikowi, dzieliła się w piosence „Jarzębina czerwona”, a chór radnych zadebiutował w utworze „Usta milczą, dusza śpiewa”.

Mistrzowsko zagrał na... pa-

pierze ściernym perkusista Łukasz Zamaryka.

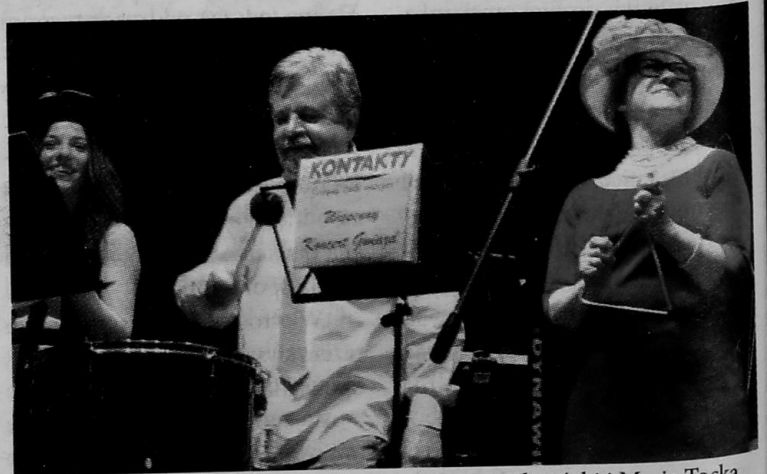
„Prześliczną wiolonczelistkę” wybrzmiała na wiolonczeli i zaśpiewała z Dariuszem Wójkiem Edyta Moskwa. Podobał się widowni szlazier bankierów w wykonaniu prezesa Banku Spółdzielczego w Kolnie Krzysztofa Kajko. Szefowie oświaty (Łomżyńskiego Centrum Rozwoju Edukacji) obecny Maciej Listowski i były Wojciech Kowalik, jak bananowa młodzież w perukach z długimi włosami i kolorowych okularach, aktorsko przedstawili maturalne rozterki w piosence „Za rok matura”. Łomżyńską kulturę punkrockowym przebojem „Should I stay or should I go” prezentowali dyrektor MDK-DST Krzysztof Zemło i utalentowana wokalistka Urszula Sulkowska (lat 13).

Z zespołem orkiestry wystąpił nowy skrzypek, radny sejmiku wojewódzkiego Jacek Piorunek.

Zadebiutowali dziennikarze. Perkusyjny tercet (Marlena Siok, Wawrzyniec Kłosiński i Maria Tocka) wystąpił z filharmonistami w walcu Straussa „Morgenblatter” („Poranna gazeta”).

Koncert, zorganizowany w ramach obchodów jubileuszu 600. rocznicy nadania Łomży praw miejskich, zakończył się przebojem „My z Łomży”. Nad poziomem czuwali zawodowi muzycy pod dyktando Jana Miłosza Zarzyckiego. Jak w przedwojennej Łomży, oprócz wydźwięku artystycznego, koncert miał akcent charytatywny, ze zbiórką do puszek na łomżyńskie Hospicjum Świętego Ducha (zebrano ponad 3 tys. zł). (M.T.)

Zdjęcia: Emilian Kudyba



Perkusyjny tercet: Marlena Siok, Wawrzyniec Kłosiński i Maria Tocka

Peowiak

„Przesyłam serdeczne pozdrowienia w dniu otwarcia Zjazdu. Żałuję, że nie jestem z Wami. Tysiące wspomnień przeżytych na ławie szkolnej w dniach niewoli; tysiące zmagani i poczynani młodzieńczych zdążających do wyzwolenia; dalekie, junackie czasy – dziś sen, a rzeczywistością Polska. Komendant Piłsudski niech żyje! Niech żyje miasto rodzinne Łomża!”, pisał w 1921 roku rotmistrz Stefan Kirtiklis do uczestników odbywającego się w Łomży w dniach 13–15 sierpnia I Zjazdu Koleżeńkiego Wychowanków Średnich Szkół Polskich.

Stefan Kirtiklis urodził się w Kolnie w 1890 roku. Był synem nauczyciela. Z Łomżą związany był nauką w gimnazjum i pierwszą działalnością polityczną. Tu poznał działaczy Polskiej Partii Socjalistycznej, do której wstąpił w 1905 roku, uczestniczył w strajku szkolnym. Za polityczną aktywność został aresztowany i osadzony w Pawilonie Cytadeli Warszawskiej przez rosyjskich zaborców. Po kilku miesiącach sąd polowy zwolnił go. Kirtiklis nie wrócił wówczas do Łomży. Pozostał w Warszawie, angażował się w działalność niepodległościową. Przed kolejnym aresztowaniem uciekł do Brukseli. Tam skończył uniwersyteckie studia ekonomiczne.

Do kraju i do Łomży wrócił w 1914 roku. W Łomży i okręgu łomżyńskim kierował Polską Organizacją Wojskową (POW).

O żołnierskiej szkole POW Jan Gruszczyński w 1916 roku napisał pieśń legionową. Bohaterem jednej zwrotki jest peowiak Kirtiklis, który miał pseudonim „Sewer”.

„Gdzie zabawa huczna i trunki się leją.

Nad kieliszkiem siedzą Sewer wraz z Okrzeją (...)

Wiwat szkoła cała, wiwat żołnierz młody.

Wkrótce z wrażą armią pojedziemy w zawody”.

Niebawem Kirtiklis delegowany został do Radomia. W 1918 roku w stopniu porucznika z wojskiem Edwarda Rydza Śmigłego został skierowany do Lublina, a następnie do Wilna. Bił się z bolszewikami w 1920 roku. Gdy rok później w Łomży odbywał się

„Niech żyje miasto rodzinne Łomża!”, pisał w 1921 roku rotmistrz Stefan Kirtiklis, późniejszy wojewoda białostocki



Wojewoda Stefan Kirtiklis (z lewej) w towarzystwie generała Stefana Paślowskiego, 1933. Fot. NAC

Syn Ziemi Łomżyńskiej

I Zjazd Koleżeńki Stefan Kirtiklis, był żołnierzem Korpusu Ochrony Pogranicza.

Wojewoda

W niepodległej Polsce Stefan Kirtiklis w stopniu majora pożegnał się z wojskiem w 1927 roku i przeszedł do administracji cywilnej. Był wicewojewodą i wojewodą wileńskim, wojewodą pomorskim, a od 22 lipca 1936 roku do 11 września 1937 roku wojewodą białostockim. Tę nominację regionalny tygodnik opatrzył tytułem: „Wojewoda S. Kirtiklis Synem Ziemi Łomżyńskiej”.

Prasa łomżyńska rejestrowała każdy przyjazd wojewody do Łomży i powiatu łomżyńskiego. A do „rodzinnego miasta” przybył już w pierwszym tygodniu września 1936. Po oficjalnej wizycie w ratuszu odbył „szereg konferencji”, informował „Przegląd Łomżyński”. 29 września w Zambrowie „przeprowadził lustrację Zarządu Miejskiego”. Interesowały go szczególnie sprawy gospodarcze. Wojewodzie towarzyszył wicestarosta zambrowski Matlak, donosił tygodnik. 25 października wojewoda znów przebywał w Łomży.

Lotnisko

Z prasowych relacji wiadomo, iż w czasie urzędowania wojewody Kirtiklisa, w naszym mieście zostały sfinalizowane sprawy i uregulowane należności właścicielom wywłaszczonych gruntów pod lotnisko. Budowa lotniska w Starej Łomży, donosił w 1936 roku „Przegląd Łomżyński”, miała zacząć się niebawem. Jednakże w tym czasie Łomża nie miała jeszcze planu zagospodarowania przestrzennego. Ostatecznie utworzone zostało lotnisko polowe po prawej stronie drogi do Zambrowa. W takiej roli pozostawało do początku lat 90. minionego wieku, kiedy to ówczesne władze Łomży sprzedały je za grosze jako kawał ziemi.

Za Kirtiklisa mieszkańcy Kolna natychmiast podjęli starania o przywrócenie powiatu kolneńskiego zlikwidowanego w 1932 roku. Działacze Stronnictwa Ludowego przygotowali w tej sprawie rezolucję i skierowali ją do władz wojewódzkich.

Z działalności wojewody Kirtiklisa zadowoleni byli absolwenci studiów. Wojewoda został bo-

wiem prezesem Wojewódzkiego Komitetu Towarzystwa Przyjaciół Młodzieży Akademickiej w Białymstoku. Z jego inicjatywy powołana została specjalna komisja, która miała zajmować się organizowaniem pomocy absolwentom wyższych uczelni. W województwie, jak w całym kraju, było znaczne bezrobocie. Komisja rejestrowała absolwentów i pomagała znaleźć dla nich zatrudnienie.

Finał

W drugiej połowie lat trzydziestych nasiliły się w regionie antyżydowskie konflikty.

Wojewoda Stefan Kirtiklis na własną prośbę 11 września 1937 roku został przeniesiony w stan nieczynny, a następnie na emeryturę. Zamieszkał w Wilnie. W 1940 roku został aresztowany przez wojska radzieckie i więziony do obozu nad Peczorą. Z Armią Andersa wyjechał na Bliski Wschód. W 1945 roku wrócił do kraju, pracował w Ministerstwie Apropowizacji i Handlu, następnie w Ministerstwie Ziem Odzyskanych. Zmarł w 1951 roku w Magdalence pod Warszawą.

MARIA TOCKA

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
OGRODZENIOWEJ
Bramy, słupki,
PANELE
OGRODZENIOWE**
86/216 22 27, 604 231 333
www.siatki-stal.pl

(fak.00048/18-o-i)

FINANSE

Pożyczki. Tel. 500 – 547 – 057

(fak.00023/18-o)

NIERUCHOMOŚCI

Z powodu choroby zamiennię M3,
IV piętro, ul. Dmowskiego, Łomża,
na M4 parter. Tel. 603 – 446 – 934

(fak/sms)

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

Zatrudnię opiekunkę do starszej
osoby. Kontakt 501 – 544 – 733

(fak/sms)

Przyjmę do pracy w godzinach
rannych, okolice Śniadowa.
Tel. 516 – 253 – 136

(p-000784-o)

Przyjmę do pracy przy kostce
brukowej. Tel. 600 – 127 – 834

(p-000788-o-i)

Opieka Niemcy Legalnie.
Tel. 725 – 248 – 935

(fak.00068/18-o-i)

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

Zakupię ciągniki Ursus, Zetor,
New Holland, Massey Ferguson.
Każdy stan oraz prasy belujące,
łańcuchowe maszyny rolnicze.
Gotówka od ręki, odbiór z
podwórka. Dzwonić, pisać smsa
– oddzwonię. Tel. 660 – 795 – 977

(fak/sms)

Kupię drzewo tartaczne, sosna,
świerk, olszyna, brzoza, topola,
gotowe lub las do wycinki
Tel. 500 – 722 – 472

(fak/sms)

Słoma sucha z pszenżyta, bele
150-tki, 120 sztuk po 45 zł.
Łosice. Tel. 695 – 728 – 863

(fak/sms)

Sprzedam 13 uly z pszczołami.
Tel. 515 – 815 – 995

(fak/sms)

Wylęgarnia drobiu Mariano-
wo prowadzi zapisy i sprzedaż
kurcząt oraz kurek odhodo-
wanych. Tel. (86) 219 – 13 – 92,
604 – 750 – 281, 608 – 620 – 245

(fak.00015/18-o-i)

Kury odhodowane. W ciągłej
sprzedaży. Ratowo-Piotrowo 9.
Tel. 508 – 393 – 737

(p-000776-o)

Sprzedam gospodarstwo rolne
3,40 ha z budynkami. Tel. (86)
216 – 92 – 34 lub 518 – 273 – 277

(p-000783-o-i)

SPRZEDAM

Sprzedam wózek inwalidzki.
Tel. 507 – 656 – 346

(fak/sms)

Sprzedam habit.
Tel. 507 – 656 – 346

(fak/sms)

Dom, Osiedle Maria.
Tel. 516 – 169 – 237

(p-000761-o)

TRANSPORT

Belgia, Niemcy, Holandia, sobo-
ty, niedziele, poniedziałki, śro-
dy, czwartki – klimatyzacja, DVD,
85 747 – 00 – 01, 602 – 664 – 771

(fak.00031/18-o-i)

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

(fak.00032/18-o-i)

USŁUGI

Wypisywanie tablic nagrobkowych.
Dopisy bezpośrednio na cmentarzu
bez demontowania tablicy.

Przystępne ceny.

Tel. 600 – 888 – 155

(fak/sms)

Całodobowa opieka nad osobami
starszymi, także leżącymi. Łomża,
ul. Piaski 27a. Tel. 695 – 858 – 769

(fak/sms)

Oferuję usługi cyklinowania podłóg
drewnianych oraz schodów.

Dogodne terminy.

Tel. 604 – 283 – 643

(fak/sms)

Sprzedamy:

1. Betonarka BMK-500 + silos na
cement 25 t – 8 000 zł
 2. Wózek elektryczny paleciak 2t +
prostownik – 3 000 zł
 3. Wciągarka ślimakowa – 1 500 zł
 4. Wózek elektryczny paleciak 2t +
prostownik – 8 000 zł
 5. Wiertnica słupowa elektryczna
do kręgów + kpl wiertel – 12 000 zł
 6. Taśmociąg 2,5 m – 1 500 zł
 7. Żuraw stacyjny 3,2 t – 20 000 zł
- Tel. (86) 218 07 24, 602 641 640,
600 257 256

Chcesz zamieścić reklamę
w „Kontaktach”?
Zadzwoń, nasi przedstawiciele
pomogą, doradzą:
tel. (86) 216-42-43, (86) 215-35-68
Kom. 506-448-884

redakcja@kontakty-tygodnik.com.pl

Wszystkie reklamy zamieszczamy bez dodatkowej opłaty
na naszej stronie

www.kontakty-tygodnik.com.pl

Ogłoszenie w gazecie
żyje dzień.

Ogłoszenie w tygodniku
KONTAKTY
żyje tydzień

KOMUNIKAT

Burmistrz Miasta Zambrów

działając na podstawie art. 35 ust. 1 ustawy z dnia 21 sierpnia
1997 roku o gospodarce nieruchomościami (Dz. U. z 2018 roku
poz. 121 z późn. zm.) podaje do publicznej wiadomości, że w sie-
dzibie Urzędu Miasta Zambrów przy ul. Fabrycznej 3 wywieszony
został na tablicy ogłoszeń na okres 21 dni (od 16 kwietnia
2018 roku do 7 maja 2018 roku) wykaz lokalu mieszkalnego nr 4
przy ul. Białostockiej 5 w Zambrówie przeznaczonego do sprze-
dazy w drodze bezprzetargowej na rzecz najemców.

VENEDA
GALERIA

Masza i Niedźwiedź™



© Animaccord LTD. 2008 - 2018 www.mashabear.com

Masza

i Niedźwiedź

21 kwietnia
godz. 12.00 - 18.00

Rozbrykana Masza
i poczciwy Niedźwiedź
zapraszają na kreatywną
pełną atrakcji zabawę
do Galerii Veneda!

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 Seat Cordoba, (1996), 1.6, kolor czerwony, zadbane, garażowany, cena 3 500 zł do uzgodnienia, tel. 692 - 782 - 483 (o/b)

Sprzedam Citroen Xsara Picasso, (2004), 1.6HDI, szary metalik, cena 7 500 zł, tel. 660 - 636 - 023 (o/b)

Sprzedam Opel Meriva, (2005), cena 13 500 zł, tel. 572 - 656 - 784 (o/b)

Sprzedam Fiat Seicento 900, (1999), Gmina Sokoły, cena 1 300 zł, tel. 796 - 767 - 413 (o/b)

Sprzedam Peugeot 206, (2007), 1.4 diesel, świeżo opłacony, przegląd ważny pół roku, drobne wgniecenia parkingowe, cena 5 500 zł, tel. 888 - 716 - 140 (o/b)

Volkswagen LT, (2002), 2 500 cm³, diesel, średni, stan dobry, koła zimowe, cena 11 500 zł, tel. 888 - 716 - 140 (o/b)

Sprzedam Rover 75, (2000), 1.8, 122 KM, nowe sprzęgło, tarcze hamulcowe, wahacze, cena 4 500 zł, tel. 605 - 111 - 872 (o/b)

Sprzedam Volkswagen Passat B5, (1998), 1.9 TDI, sedan, cena 3 000 zł, tel. 504 - 958 - 451 (o/b)

Sprzedam Ford Focus, (2003), 1.8 tdi, na zwykłej pompie w dobrym stanie, kolor biały, kombi, siadasz i jedziesz, bez żadnego wkładu, cena 3 000 zł, tel. 504 - 688 - 724 (o/b)

Sprzedam Fiat 126p, stan dobry, na chodzie, cena 1 000 zł do uzgodnienia, tel. (86) 217 - 51 - 94 (o/b)

Sprzedam Skoda Octavia Tour, (2008), 1.6 benzyna + gaz, pierwszy właściciel z salonu polskiego, dwa komplety opon, cena 15 900 zł do uzgodnienia, e-mail: mercec1978@gmail.com, tel. 531 - 049 - 404 (o/b)

Sprzedam Volvo V40, (1999), 1.9TD, przebieg 260 tys. km, auto sprawne, w ciągłym użytkowaniu, dwa komplety opon, cena 3 600 zł, tel. 505 - 944 - 359 (o/b)

Sprzedam skuter Romet 50, (2017), przebieg 800 km, cena 3 000 zł, tel. 506 - 641 - 589 (o/b)

Sprzedam Volkswagen Golf V, (2007), 1.9 TDI, 105 KM, 2-drzwiowy, do niewielkich poprawek, cena 11 500 zł, tel. 504 - 763 - 879 (o/b)

Sprzedam Peugeot 406, (1998), 1.9TD, 90 KM, przebieg 270 tys. km, samochód wyposażony w hak, ubezpieczony i z ważnym przeglądem, cena 2 500 zł, tel. 730 - 741 - 162 (o/b)

Sprzedam przyczepkę, niezarejestrowaną, cena 800 zł, tel. 571 - 232 - 731 (o/b)

Sprzedam Mercedes Vito, (1999), cena 5 500 zł, tel. 608 - 747 - 358 (o/b)

Sprzedam Seat Ibiza, (1996), 1.4 benzyna, okolice Czyżewa, cena 1 800 zł, tel. 609 - 622 - 738 (o/b)

Sprzedam Volkswagen Vento, 1.8B benzyna + gaz, cena 2 500 zł do uzgodnienia, tel. 786 - 902 - 632 (o/b)

Kupię Skoda Fabia, pojemność 1,2 - 1,4, wiek 6-7 lat, w rozsądnej cenie, tel. 691 - 332 - 377 (o/b)

Sprzedam Volkswagen Golf Plus, 1.9 TDI, 105 KM, 10.2008, srebrny metalik, bogate wyposażenie united, + komplet opon letnich i felgi alusy, cena 19 500 zł do negocjacji, tel. 605 - 376 - 001 (o/b)

Sprzedam Toyota Starlet, (1998), 1.3 benzyna, przebieg 93 3000 km, w dobrym stanie, cena 4 000 zł, tel. 605 - 376 - 001 (o/b)

Sprzedam Ford Mondeo, 2.0 TDCI, 130 KM, srebrny, kombi, full opcja, cena 5 900 zł, tel. 691 - 776 - 288 (o/b)

Sprzedam Volvo V40, (2004), 1.9 TDI, pełna opcja, cena 11 500 zł, tel. 605 - 144 - 285 (o/b)

Sprzedam Honda Jazz, (2002), 1.4 benzyna, czerwony, klimatyzacja, stan bardzo dobry, cena 9 900 zł, tel. 508 - 838 - 866 (o/b)

Sprzedam przyczepkę samochodową Sam, zarejestrowaną, cena 1 600 zł, tel. 660 - 529 - 185 (o/b)

Sprzedam Toyota Auris, (2007), 2.0 diesel, cena 22 000 zł, tel. 507 - 961 - 303 (o/b)

Sprzedam lawetę samochodową Niewiadów, zarejestrowaną, cena 3 700 zł, tel. 500 - 694 - 890 (o/b)

Sprzedam Volkswagen Sharan, (1996), 2.0 benzyna + gaz, hak, cena 5 700 zł, tel. 518 - 369 - 906 (o/b)

Sprzedam Skoda Fabia II, (2007), pełne wyposażenie, nowe opony, hak, długie opłaty, cena 17 000 zł, tel. 572 - 021 - 566 (o/b)

Sprzedam przyczepkę samochodową, cena 2 000 zł, tel. 534 - 640 - 421 (o/b)

Sprzedam Seat Cordoba 1.4, (1995), kolor czarny, przebieg 198 tys. km, bezwypadkowy, cena 2 500 zł do uzgodnienia, tel. 503 - 300 - 477 (o/b)

Sprzedam Seat Ibiza, (2000), 1.9 SDI, przebieg 150 tys. km, stan bardzo dobry, sprowadzony z Niemiec, srebrny metalik, po opłatach, przygotowany do rejestracji, cena 5 500 zł, tel. 698 - 828 - 535 (o/b)

Sprzedam Fiat Seicento, (1999), 1.1, ważne opłaty, samochód działa bez zarzutu, cena 1 600 zł, tel. 519 - 871 - 152 (o/b)

KUPON BEZPŁATNE OGŁOSZENIE DLA ZMOTORYZOWANYCH

Treść ogłoszenia do 15 słów:

Warunkiem ukazania 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.



Zakład Mechaniki Pojazdowej

Szczepan Grodzki

- mechanika samochodowa
- elektronika samochodowa
- wulkanizacja, opony

Łomża, ul. Woźniowska 28
tel. 602 - 382 - 323

OGŁOSZENIA BEZPŁATNE ROLNICZE

Sprzedam opony 900x20; siewnik konny do ciągnika, półsior konny, nowy; piła do traka, nowa, 125 cm, cena do uzgodnienia, tel. 533 - 152 - 533

Sprzedam siano w belach, cena 70 zł za belę, tel. 734 - 423 - 345

Sprzedam kultywator Grudziądzki 14, cena 600 zł, tel. 502 - 426 - 360

Sprzedam wóz żelazny przystosowany do ciągnika, cena 700 zł, tel. 502 - 426 - 360

Sprzedam owijkę do bel Metal Fach, (2009), stacjonarna, stan bardzo dobry, cena 3 800 zł, tel. 504 - 958 - 451

Sprzedam lejek do nawozów, plastikowy, cena 650 zł, tel. 514 - 743 - 670

Sprzedam siewnik Poznaniak, (1995), niebieski, skrzynia olejowa, grabki znaczniki, cena 5 000 zł, tel. 514 - 743 - 670

Sprzedam prasę belującą Sipma, (2001), zamki, cena 22 000 zł, tel. 502 - 426 - 360

Sprzedam sieczkarnię do kukurydzy, jednorzędowa, cena 2 300 zł do uzgodnienia, tel. 607 - 940 - 357

Sprzedam nożyce elektryczne do strzyżenia owiec, cena 400 zł, tel. 607 - 940 - 357

Sprzedam wygradzenia dla krów, ocynkowane, cena 120 zł za sztukę, tel. 607 - 940 - 357

Sprzedam przyczepę, 1-osiową, niemiecka, wywrotka, 3-stronny wywrot, podwyższone bory, cena 11 000 zł, tel. 607 - 940 - 357

Sprzedam kombajn zbożowy ZO 56, na szerokich kołach, mało używany, stan idealny, cena 33 000 zł, tel. 663 - 961 - 026

Sprzedam wózek do przewozu paszy treściwej, cena 850 zł, tel. 607 - 940 - 357

Sprzedam pług obrotowy Rabeverk, 2-skiobowy, cena 1 800 zł, tel. 607 - 940 - 357

Sprzedam przyczepę do przewozu dwóch koni, cena 4 500 zł, tel. 607 - 940 - 357

Sprzedam rozsiewacz nawozów Amazone, hydraulicznie otwierany, cena 2 500 zł, tel. 723 - 969 - 327

Sprzedam rozrzutnik 1-osiowy, stan bardzo dobry, cena 3 700 zł, tel. 662 - 432 - 652

Sprzedam cielęta tygodniowe, 2 sztuki, byczek i jałoszka, cena 1 300 zł za całość, tel. 697 - 513 - 173

Sprzedam owijkę bel, cena 3 800 zł, tel. 503 - 974 - 093

Sprzedam owijkę do bel, w bardzo dobrym stanie, cena 4 000 zł, tel. 662 - 802 - 138

Sprzedam przyczepę, 1-osiową, wywrotka, okolice Zambrowa, cena 3 000 zł, tel. 505 - 740 - 118

Sprzedam owce mięsne, młode, cena 600 zł za sztukę, tel. 516 - 491 - 701

Sprzedam słomę, bele 130, sucha, ze stodoły, cena 75 zł za sztukę, tel. 505 - 740 - 118

Sprzedam zbiornik na mleko Delaval, 2 500 litrów, (2005), cena 18 500 zł, tel. 721 - 086 - 459

Sprzedam pługi 2-skiobowe, obracane, Goudland, cena 1 800 zł, tel. 734 - 627 - 792

Sprzedam ciągnik C-363P, (1987), szeroka kabina, stan dobry, cena 14 900 zł, tel. 608 - 679 - 930

Sprzedam oryginalne łyżki do tura Fauchaux, (2003), stan bardzo dobry, cena 1 500 zł do uzgodnienia, tel. 606 - 782 - 870

Sprzedam sianokiszonkę, 40 sztuk, cena 90 zł, tel. 662 - 790 - 786

Sprzedam chwytak do bel do tura, cena 1 300 zł, tel. 534 - 640 - 421

Sprzedam rozsiewacz nawozów Motyl, cena 1 100 zł, tel. 534 - 640 - 421

Sprzedam lej do nawozów, cena 500 zł, tel. 534 - 640 - 421

Sprzedam agregat do białkowania i dezynfekcji, nowy, cena 1 200 zł, tel. 692 - 172 - 743

Sprzedam opryskiwacz do białkowania obór, cena 1 300 zł, tel. 692 - 172 - 743

Sprzedam przyczepę, 4,5 t, sztywna, Gmina Łomża, cena 3 000 zł, tel. 579 - 435 - 575

Sprzedam paleciak do tura, cena 1 300 zł, tel. 692 - 172 - 743

Sprzedam ciągnik John Deere 3640 w całości lub na części, (1986), 115 KM, uszkodzona hydraulika, cena 19 000 zł, tel. 698 - 828 - 535

Sprzedam siewnik do nawozów Triolet, 500 kg, cena 2 700 zł, tel. 504 - 805 - 129

Sprzedam ładowacz czołowy tur do ciągnika New Holland, 70 KM, cena 5 700 zł, tel. 504 - 805 - 129

Sprzedam jałówki hodowlane, 2 sztuki, wycielenie początek kwietnia, cena 6 200 zł za sztukę, tel. 501 - 866 - 926

Sprzedam bele siana (2017), dobra jakość, okolice Grajewa, cena 65 zł, tel. 573 - 232 - 665 lub 504 - 911 - 015

Sprzedam przyczepę samobierającą, (1998), cena 3 000 zł, tel. 514 - 272 - 392

Sprzedam furę do przewozu bel, cena 700 zł, tel. 514 - 272 - 392

Sprzedam słomę, bele, 20 sztuk, cena 100 zł za sztukę, tel. 698 - 186 - 544

Sprzedam sianokiszonkę, bele, 30 sztuk, duże, cena 100 zł za sztukę, tel. 698 - 186 - 544

Sprzedam siewnik do kukurydzy, 4-rzędowy, cena 3 000 zł, tel. 698 - 186 - 544

Sprzedam sadzarkę, polska, kubelkowa, cena 1 000 zł, tel. 534 - 640 - 421

Sprzedam ciągnik C-330 M, (1989), pierwszy właściciel, 2 500 mth, stan bardzo dobry, cena 17 000 zł, tel. 514 - 866 - 680

Sprzedam kosiarkę rotacyjną, (1990), szerokość koszenia 135 cm, stan bardzo dobry, plus osłony, cena 1 800 zł, tel. 510 - 627 - 288

Sprzedam ciągnik T25, (1991), 2 300 mth, oryginalne ogumienie, stan bardzo dobry, cena 11 000 zł, tel. 510 - 627 - 288

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 nieprowadząca 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.

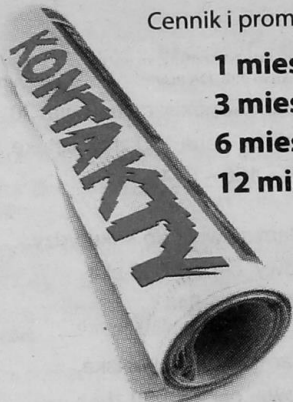
KONTAKTY

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:

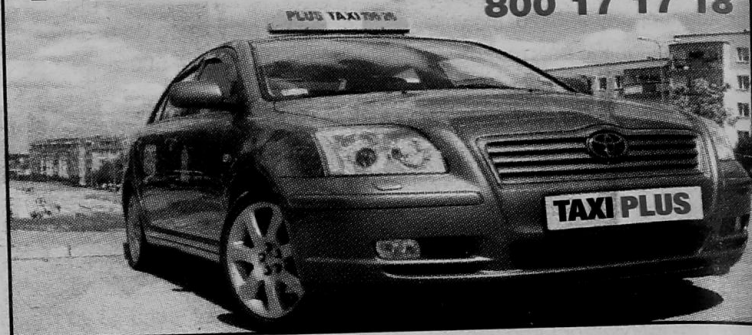
Informację o warunkach prenumeraty i sposobie zamawiania można uzyskać pod nr tel. +48 (22) 693 67 75,
www.ruch.pol.pl, e-mail: prenumerataz@ruch.com.pl

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

TAXIPLUS

196-26
800 17 17 18



e-kontakty

wydanie elektroniczne
identyczne z wydaniem
papierowym na:

www.kontakty-tygodnik.com.pl

TAXI 19-191

RADIO MPT

TAXI POLSKA 19 100

Najlepsze korporacje w Polsce zjednoczone dla Twojego bezpieczeństwa

www.taxi.lomza.pl ☎ 86 216 32 86

Zamawiaj więcej płacąc mniej!

teraz pakiety promocyjne

dla wszystkich formatów odbitek

zdjęcia 10x15 już od **0,49 zł**

photo
gabs

ŁOMŻA, STARY RYNEK 16

ŁOMŻA, DMOWSKIEGO 1B

Kodak Express
Digital Solutions



Trener upijał i gwałcił



Brunon B. (z lewej). Fot. Facebook

Brunon B. (48 lat) był trenerem Białostockiej Akademii Siatkówki i nauczycielem wychowania fizycznego w szkole. Sześć lat temu rodzice dwunastoletniej Natalii oddali mu ją pod opiekę. Od tego czasu dziewczyna przeżywała piekło na ziemi. Brunon B. więził ją w domu, regularnie gwałcił i odseparował od rodziny. Pod koniec ubiegłego roku Natalia nie wytrzymała i po jednej z awantur po kryjomu zadzwoniła na policję. Został oskarżony o zastraszanie psychiczne oraz znęcanie się, gwałt i zmuszanie do poddania się innym czynnościom seksualnym. Usłyszał zarzuty i trafił do aresztu.

– Teraz postawiliśmy podejrza-

nemu dwa kolejne zarzuty, dotyczące innej dziewczynki. Wystąpiliśmy do sądu o przedłużenie aresztu do czerwca i sąd przychylił się do tego wniosku – informuje szef Prokuratury Rejonowej Białystok Południe Wojciech Zalesko.

Druga nastolatka, do której dotarli policjanci, podobnie jak Natalia K. została upita, a później zgwałcona. Po wszystkich Brunon B. straszył ją, by nikomu o tym nie mówiła. Śledczy nie wykluczają, że ofiar zwyródnił może być więcej.

Śledztwo wykazało też, że podczas zgrupowań siatkarskich nauczyciel montował w szatniach dziewczynek kamery i podglądał je, gdy się przebierały.

Ostrzegamy przed fałszywkami



Ministerstwo
Finansów

DYREKCJA GENERALNA FINANSÓW PUBLICZNA

Powiadomienie podatkowe - Zwrot

Po ostatnich rocznych obliczeniach Twojej działalności stwierdziliśmy, że jesteś uprawniony do otrzymania zwrotu podatku w wysokości 738,725 PLN.

Proszę złożyć wniosek o zwrot podatku i pozwolić nam na 10 dni do leczenia.

Aby uzyskać dostęp do formularza zwrotu podatku, [kliknij tutaj](#)

Zwrot może zostać opóźniony z różnych powodów. Zastępca Rzecznicy Podatkowego

- ❖ Przesyłanie nieprawidłowych plików
- ❖ Rejestracja po terminie.

Zastępca rzecznicy podatkowego

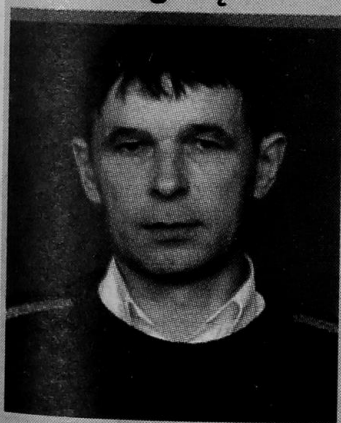
[Signature]

Przykładowa treść fałszywej wiadomości

Do wielu użytkowników poczty elektronicznej trafiają wiadomości dotyczące „zwrotu pieniędzy za ostatni rachunek podatkowy”. Warunkiem ma być uzupełnienie formularza elektronicznego na stronie internetowej Ministerstwa Finansów. Odnośnik w e-mailu prowadzi

do fałszywej strony internetowej, która nie należy do Ministerstwa Finansów i wyludza dane osobowe, hasło logowania do poczty elektronicznej oraz dane karty kredytowej, informuje rzecznik prasowy Izby Administracji Skarbowej w Białymstoku Radosław Hancewicz.

Zaginął



Piotr Żochowski (53 lata) z Czyżewa wyszedł z domu 27 marca około godz. 12.00 z zamiarem udania się do Warszawy do pracy. Do Warszawy nie dotarł i nie nawiązał kontaktu z najbliższą rodziną. Żochowski na około 165 cm wzrostu, 65 kg wagi, włosy krótkie, proste, ciemne. Ubrany był w kurtkę szaro-czarną, czapkę zimową czarną, półbuty pomarańczowe, niebieskie dżinsy. Ktokolwiek wie coś o jego losie, proszony jest o kontakt z policją, tel. 997 lub 112. Fot. policja

Zginął na miejscu

Z nieznanых powodów na drodze Zambrów – Czyżew w okolicy wsi Osowiec przewrócił się ciągnik rolniczy marki case. Na miejscu zginął przygnieciony kierowca (63 lata). Na razie nie wiadomo, co było przyczyną wypadku.

Napad na bank w Zambrowie

Dwóch zamaskowanych, ubranych na czarno mężczyzn dokonało napadu na Bank Spółdzielczy przy al. Wojska Polskiego 27 w Zambrowie. Bandyci przy użyciu broni palnej lub przedmiotów ją przypominających, usiłowali wymusić na pracownikach Banku wydanie pieniędzy. Po wyjściu z Banku odjechali prawdopodobnie oplem vectrą. Są poszukiwani przez policję.

Cysterna w ogniu

Tir z cysterną z paliwem zapalił się w Szumowie, niedaleko przedszkola. Gdy spod silnika samochodu zaczął się wydobywać

dym i doszło do wybuchu jednego z akumulatorów, kierowca podjął próbę gaszenia pożaru gaśnicami proszkowymi i wezwał straż pożarną. Sprawa była bardzo poważna, bo w cysternie znajdowało się 26 ton oleju napędowego i 6 ton benzyny. Istniało realne zagrożenie wybuchem. Pożar ugasili strażacy OSP z Szumowa i OSP z Ostrożnego.

Wyprzedzanie z dachowaniem

Pasażer toyoty trafił do szpitala po tym, jak kierowca busa rozpoczął pod Stawiskami, na trasie Łomża – Grajewo, wyprzedzanie toyoty, gdy jej kierowca zaczął wyprzedzać tira. Doszło do zderzenia samochodów, w wyniku czego toyota wypadła z drogi i dachowała. Toyota była na elckich numerach rejestracyjnych, a bus na litewskich.

Wypadek w Borkowie

Jadący najprawdopodobniej za szybko w kierunku Łomży kierowca bmw najpierw złapał prawe pobocze, potem zjechał na le-

wy pas, gdzie zderzył się z toyotą, jadącą w kierunku Kolna. Kierująca toyotą kobieta (63 lata) została zabrana przez pogotowie ratunkowe do szpitala w Łomży, a kierowca bmw w stanie ciężkim został przetransportowany przez śmigłowiec Lotniczego Pogotowia Ratunkowego do szpitala specjalistycznego w Białymstoku.

Matiz w rowie

Jechała matizem ulicą Sikorskiego w kierunku ronda Lutosławskich w Łomży. Nagle z nieznanых powodów zjechała na pobocze, ścięła dwa znaki drogowe i wylądowała w rowie. Była trzeźwa, nic się jej nie stało.

Płonął dom

Spłonął dach na trzykondygnacyjnym domu we wsi Konopki-Jałbrzyków Stok (gm. Zambrów). W gaszeniu udział brały trzy zastępy straży pożarnej PSP z Zambrowa oraz OSP z Ład Borowych, Wiśniewa i Zbrzeźnicy. Przyczyny pożaru na razie nie są znane.

Poradnia psychologa

Niech zwymiotuje na ojca

Rozstałam się z ojcem mojej córki. On nas teraz nachodzi, wali w drzwi, przychodzi do Nattalki do szkoły, mówiła, że ją szarpał, bo nie chciała z nim iść. Córka płacze, boli ją brzuch, boi się, że jutro tata znowu przyjdzie. Tłumaczę, żeby się nie bała, że tata nic złego jej nie zrobi. Ale to jej nie uspokaja.

Beata

Pani zapewnienia nie uspokajają córki, bo ona dobitnie komunikuje, że nie życzy sobie spotkań z tatą. Gdyby nie nieco histeryczne objawy, dorośli mogliby pomyśleć, że jej opór jest udawany albo łatwo byłoby ją przekonać. Stąd tak dramatyczne komunikaty (ból, płacz itp.). Co mogą Pani poradzić? Córce brakuje poczu-

cia bezpieczeństwa. Wydaje się jej, że tata może ją skrzywdzić, a ona się nie obroni. Dzieci mają poczucie bezpieczeństwa, gdy czują, że to one kontrolują sytuację. To córce by pomogło. Kiedyś czytałem o podobnym przypadku w literaturze fachowej. Dziecko wymiotowało ze stresu, obawiając się wizyty niechcianego rodzica. Terapeuta zasugerował chłopcu, aby zwymiotował przy rodzicu, najlepiej na jego buty. Od tej pory rodzic zaczął dzwonić z pytaniem, czy może przyjść do szkoły. Czy taką scenę, jak w domu, córka mogłaby zrobić wtedy, gdy tata przyjdzie do szkoły? Nie wiem, ale być może to by pomogło.

DR MARCIN FLORKOWSKI
psycholog

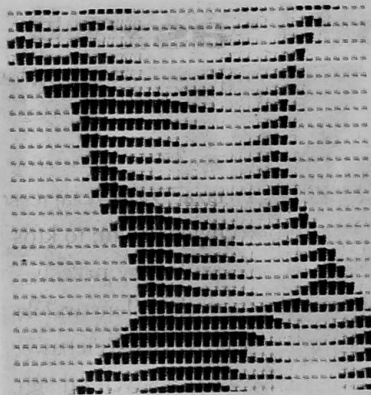


Składniki:

- 1/2 kg kielbasy
- 30 dag pomidorów
- 2 papryki czerwone
- 1 cukinia
- 2 cebule
- 2 łyżki koncentratu pomidorowego
- 2 ząbki czosnku
- olej do smażenia
- mielona ostra papryka
- słodka mielona papryka
- 1 łyżka ziół prowansalskich
- sól, pieprz

Wszystkie warzywa opłucz i osusz. Pomidory sparz, usuń skórkę i pokrój w kostkę. Paprykom odkrój szypułki oraz gniazda nasienne i pokrój w sporą kostkę. Cebule obierz z łupin i posiekaj, czosnek

po zdjęciu łupinek przeciśnij przez praskę. Wędlinę pokrój w półplasterki. Na patelni rozgrzej olej i zeszklij na nim cebulę oraz czosnek. Po ok. 1 minucie dorzuć na patelnię wędlinę i usmaż na złoty kolor. Zwartości patelni przełóż do dużego garnka. Następnie dodaj podsmażone na oleju pomidory oraz paprykę i duś 15 min. Możesz dodać kilka łyżek kostki bulionowej mięsnej, rozpuszczonej w szklance wody. Po tym czasie dodaj zioła prowansalskie, dopraw pierzem i solą (jeśli dodawałaś rozpuszczoną kostkę bulionową mięsą, nie dodawaj już soli) oraz ostrą i słodką paprykę. Leczo duś jeszcze 5 minut. Pod koniec dodaj pokrojoną ze skórką cukinię i koncentrat pomidorowy.



Pytanie intymne

Jestem mężatką, mam 39 lat i dość regularnie współżyjemy. Nie zawsze osiągam orgazm, ale jest nam ze sobą dobrze. Dziwi mnie tylko, dlaczego czasami miewam orgazm podczas snu. Prawdziwy, bo kiedy się budzę, jestem mokra. Jest to bardzo

przyjemne przebudzenie, nie pamiętam tylko, z kim się kochałam. Dlaczego tak się dzieje?

Agata

Orgazmy w czasie snu zdarzają się dojrzałym mężczyznom i kobietom. Taką nocną rozkosz może wywołać erotyczny sen. We śnie uaktywniają się skrywane lub tłumione fantazje. Erotyczne sny u kobiet i u mężczyzn występują całe życie. Nie trzeba doszukiwać się konkretnych przyczyn, bo często nie istnieją. Niegroźny jest także fakt, że „sprawcą” sennego orgazmu jest zupełnie nieznany kochanek. Nie należy tego kojarzyć z chęcią zdrady, choć bywają takie przypadki. Kobiety częściej miewają sennie orgazmy w czasie płodnego okresu cyklu, gdy są szczególnie podatne na seksualne bodźce.



Lekarz domowy

Ostatnio często czuję, jak mi drga powieka. Czy to objaw jakiejś choroby?

Paulina

Mimowolne drganie powiek jest najczęściej skutkiem zmęczenia lub podenerwowania. Ale przyczyną może być także niedobór pierwiastków, głównie magnezu i potasu. Zazwyczaj drganie ustępuje po odpoczynku. Jeśli nie ustąpi, można przyjmować preparaty z magnezem (są do-

stępne bez recepty, nie stosować dłużej niż dwa tygodnie i zawsze zgodnie z dawkowaniem zalecanym w ulotce). Bogatym źródłem magnezu są produkty zbożowe, owoce morza, czekolada, kakao, biała fasola, kasza gryczana, płatki owsiane, groch, szpinak, orzechy laskowe, makrela. Jeśli drgają powieki i mięśnie twarzy, bolą oczy, a widzenie jest zaburzone, mogą to być objawy schorzenia neurologicznego albo choroby oczu i trzeba skontaktować się z lekarzem.

Pod paragrafem

Tata mieszkał sam w mieszkaniu komunalnym, ja od pięciu lat mieszkam gdzie indziej. W ubiegłym roku ojciec zmarł, a ja zdałam jego mieszkanie. Kilka miesięcy później przyszło wezwanie do zapłaty za energię cieplną. Czy powinnam to regulować, jeśli ojciec nie żyje, a ja z nim nie mieszkalam?

Anna

Zaległa opłata dotyczy odpowiedzialności za długi spadkowe. Spadkobierca może spadek przyjmując lub odrzucić. Oświadczenie

o przyjęciu lub odrzuceniu spadku należy złożyć przed sądem lub notariuszem w sześć miesięcy od dnia śmierci spadkodawcy. Jeśli spadkobierca nie złoży oświadczenia w wymaganym terminie, to jest to równoznaczne z prostym przyjęciem spadku. Syn (córka) dziedziczy po swoim ojcu, a to oznacza, jeśli nie odrzuci spadku, że w momencie śmierci rodzica przejmuję po nim jego prawa i obowiązki, czyli majątek i ewentualne długi. Dlatego wierzyciele ojca mogą domagać się od syna (córki) uiszczenia zaległych rachunków.

Czy się podobasz?

1. Największą wadą osoby płci przeciwnej jest:

- a) gadatliwość – 5
- b) lenistwo – 1
- c) próżność – 3

2. Co najbardziej przydałoby Ci się na bezludnej wyspie?

- a) wędka – 1
- b) kamera wideo – 5
- c) radio – 3

3. Jaką masz figurę?

- a) szczupłą – 5
- b) lekko przy kości – 3
- c) przy kości – 1

4. Która z cech jest najważniejsza u osoby płci przeciwnej?

- a) życiowa mądrość – 3
- b) erotyczny talent – 5
- c) wierność – 1

5. Co uważasz za wystarczający dowód miłości?

- a) miłosne wyznania – 1
- b) obdarowywanie prezentami – 3
- c) wspólny seks – 5

6. W jakim stroju czujesz się najlepiej?

- a) sportowym – 3
- b) nie przywiązuję uwagi do stroju – 1
- c) klasyczna elegancja – 5

7. Czy uważasz się za atrakcyjną/atrakcyjnego dla płci przeciwnej?

- a) raczej tak – 5
- b) raczej nie – 1
- c) trudno powiedzieć – 3

8. Czy zdarzyło Ci się zdradzać?

- a) dosyć często – 5
- b) czasami – 3
- c) nigdy – 1

9. Czy potrafisz kłamać?

- a) raczej tak – 5
- b) raczej nie – 3
- c) trudno powiedzieć – 1

10. Czy potrafisz być przyjacielem kogoś płci przeciwnej bez erotycznych ciągot i podtekstów?

- a) tak – 5
- b) dość skutecznie ukrywam pożądanie po to, aby w pewnym momencie zaatakować – 3
- c) nie potrafię – 1

Masz 10 – 22 punkty: raczej się nie podobasz. Przykro powiedzieć, ale na takich jak Ty mówią

„ciepłe kluchy”. Nie ma w Tobie odrobiny spontaniczności. Jeśli znajduje się ktoś, kto chciałby się z Tobą związać, zazwyczaj jest Twoim przeciwnikiem: to ktoś zwariowany, szukający przeciwwagi dla własnych szaleństw. Dla takich jesteś jak azyl. Co ciekawe, związki dwóch odległych od siebie biegunów są zazwyczaj udane, więc nie broń się tak bardzo przed tym, co wydaje się nie do pogodzenia z Twoimi zasadami. Na pytanie, czy się podobam, możesz sobie odpowiedzieć: tak, podobam się wybranej grupie.

Masz 23 – 37 punktów: pociągasz wiele osób, ale Twoje wymagania są bardzo wysokie. Nie wynika to z bardzo wysokiej samooceny, wręcz przeciwnie. Bardzo boisz się odrzucenia i wyszukujesz w płci przeciwnej wady. Być może czynisz to podświadomie, ale nie zmienia to faktu, że z jednej strony przyciągasz, a z drugiej odpychasz. Przez takie podejście, choć na to nie zasługujesz, masz nie najlepszą opinię skaczącej/skaczącego z kwiatka na kwiatek. Jeśli znajduje się ktoś, kogo chcesz zdobyć, dużo czasu zajmuje Ci udowadnianie, że wcale nie jesteś taka/i zła/y. Zazwyczaj ci się to udaje, ponieważ masz w sobie pewien fluid, przyciągający ludzi odmiennej płci.

Masz 38 – 50 punktów: możesz z dumą powiedzieć: podobam się! Jednak wszystko, co dobre, ma drugą stronę medalu. Działasz jak magnes i z wielką siłą pociągasz, ale traktowana/y jesteś jak zabawka. Czyli ktoś, z kim warto się zabawić, ale nie związać na stałe. Otoczenie uważa Cię za podrywaczkę/podrywacza. W opiniach tych jest wiele przesady, ale nie robisz, aby je stonować. Twoja siła przyciągania jest tak duża, że bardzo możliwe, iż Twoja wybranka/Twój wybranek może być niezłym gagatkiem. Dlatego, że jesteś pewna/wien, że to Ty wybierałaś/łeś, a było zupełnie odwrotnie.



Starzy Polacy wierzą, że gdy się dobrze pracuje, jest się uczciwym i się nie grzeszy, to po śmierci trafi się do PRL.

Dziadek spowiada się w kościele. Ksiądz udzielił mu już rozgrzeszenia i puka w konfesjonał. Dziadek podskoczył i wykrzyknął:

– O, ku...a, ale mnie ksiądz przestraszył!

O zmarłych mówi się tylko dobrze albo wcale. Na przykład: „On zmarł. I dobrze”.

– Było 7 krasnoludków, 7 talarzyków, 7 kubeczków z mlekiem i 6 ogórków.

Czego nie miał jeden z krasnoludków?

– Rozwolnienia.

– Ksiądz przed kazaniem poleciał w pierwszym rzędzie usiąść dziewczynom, w drugim rzędzie kobietom, które nie zdradziły swojego męża, w trzecim, które zdradziły raz, w czwartym dwa razy, w piątym... Słyszałaś ten dowcip?

– Nie.
– Musiałaś stać daleko!

– Wiem, że to tylko formalność, ale chciałbym prosić o rękę pańskiej córki – mówi młody człowiek do ojca swojej dziewczyny.

– Kto ci powiedział, że to jest tylko formalność? – piekli się ojciec.

– Ginekolog.

Wokół wielorybicy pływa wieloryb i narzeka:

– Dziesiątki organizacji ekologicznych, tysiące polityków i naukowców, setki tysięcy ludzi w manifestacjach na całym świecie, rządy tylu krajów robią wszystko, by zachować nasz gatunek. A ciebie boli głowa!

Synowa dzwoni do teściowej z pytaniem:

– Kto powinien zająć się dzieckiem, gdy się obsra? Matka czy ojciec?

– Oczywiście, że matka!
– To niech mama szybko przyjeżdża, bo synek mamy tak się nawalił, że nie dał rady dojść do sedesu.

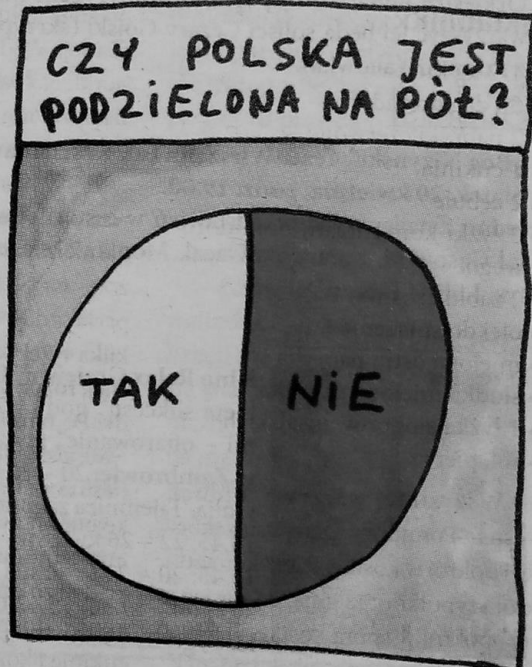
– Jeżeli szef nie odwoła swoich słów, to jutro wypier... z tej firmy!
– zapowiada pracownik koledze zza biurka.

– Jak to? A co on takiego powiedział?
– Żeby wypier... z jego firmy!

– Szefie, szefie! Mam dla pana dobrą wiadomość... – woła sekretarka.

– Co takiego? – pyta szef.
– Jednak nie jest pan bezpłodny...

Twierdzi się, że promieniowanie X zostało odkryte przez Rentgena, tymczasem już kilka wieków wcześniej polski rycerz pisał z wyprawy krzyżowej do żony: „Przejrzałem cię na wylot, ty szmato”!



Tu warto być

Białystok

„Upiór w operze”, Opera i Filharmonia Podlaska (ul. Odeska 1, tel. 85 306 75 01), sobota, 21 kwietnia, godz. 19.00.

Powrót na scenę musicalu wszech czasów Andrew Lloyd Webbera, którego premiera odbyła się w maju 2013 roku i od tego czasu zachwylił publiczność z całej Polski.

Teatr Dramatyczny im. Al. Węgierki (ul. Elektryczna 12, tel. 85 74 99 196):

■ „Leon i Matylda”, spektakl o przekraczaniu granic, nie tylko tych moralnych, ale również etycznych i religijnych. Jak wiele jesteśmy w stanie poświęcić, aby być kochanym?; sobota i niedziela, 21 i 22 kwietnia, godz. 16.00.

■ „Kogut w rosół”, znakomita komedia słoweńskiego autora Samuela Jokica, dotycząca egzystencjalnych problemów, przed którymi może stanąć każdy z nas. Seansy dla widzów od 18 lat; sobota i niedziela, 21 i 22 kwietnia, godz. 19.00.

Drozdowo

„Las”, Muzeum Przyrody w Drozdowie (ul. Główna 38, tel. 86 219 20 81), czwartek, 26 kwietnia, godz. 10.00.

Wystawa fotografii Romana Rogozińskiego, którą tworzy 50 czarno-białych fotogramów, przedstawiających piękno lasów północno-wschodniej Polski. Otwarcie wystawy towarzyszyć będzie koncert gitarowy Wojciecha Popielarza.

Grajewo

II Ogólnopolski Konkurs Tańca Towarzyskiego, Grajewskie Centrum Kultury (hala MOSiR, tel. 86 272 29 91), sobota, 21 kwietnia, godz. 10.00.

W Konkursie wystąpią profesjonalni tancerze z całego kraju.

Łomża

„Łomża – miasto nad Narwią”, Galeria Pod Arkadami (Stary Rynek, tel. 86 216 32 26), piątek, 20 kwietnia, godz. 18.00.

Fotograficy Klubu Nurt zaprezentują swój pierwszy album fotograficzny o Łomży z okazji 600 rocznicy nadania praw miejskich.

„Nie ma bluesa w Łomży”, Miejski Dom Kultury (ul. Wojska Polskiego 3, tel. 86 216 32 26), piątek, godz. 19.30.

Łomżyński zespół Holy Water w składzie Paweł Czerwonko (perkusja), Bernard Krasuski (gitara elektryczna), Jolanta Baranowska (śpiew), Sławek Trzcinka (gitara basowa) zaprezentuje utwory swojej drugiej płyty, zatytułowanej „Nie ma bluesa w Łomży”.

Mistrzowskie batuty, Filharmonia Kameralna im. W. Lutosławskiego (Centrum Kultury, ul. Sadowa 12A, tel. 86 216 24 81), czwartek, 19 kwietnia, godz. 18.30.

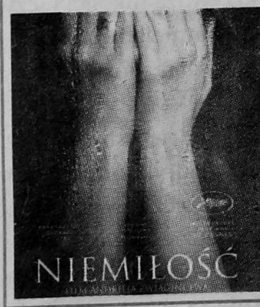
Orkiestrę Filharmonii poprowadzi dyrygent Marek Pijarowski. Towarzyszyć jej będą soliści Cezary Gójski (skrzypce) i Adrian Stanciu z Rumunii (altówka).

Supraśl

„Bóg Niżyński”, Teatr Wirszalin (ul. Kościelna 4, tel. 85 710 88 45), piątek, 20 kwietnia, godz. 19.00.

Jedno z najlepszych przedstawień w historii Teatru. Występują: Rafał Gąsowski, Katarzyna Gacal, Monika Kwiatkowska, Dariusz Matys, Miłosz Pietruski.

Repertuar kin



Kino Relax Grajewo: 20 i 22 kwietnia – „Kobieta sukcesu”, godz. 17.00 oraz „Nieznajomi – ofiarowanie”, godz. 19.00. Kino MOK w Zambrowie: 20 – 26 kwietnia – „Gnomeo i Julia. Tajemnica zaginionych krasnali”, godz. 14.45; 22 – 26 kwietnia – „Player One”, godz. 16.45; 20 – 23 kwietnia – „Czerwona jaskółka”, godz. 19.30; 25 – 26 kwietnia – „Niemiłość”, godz. 19.30.

HOROSKOP

BARAN (21 III – 19 IV): czas nie sprzyja rozpoczynaniu nowych spraw. Możesz coś przeoczyć lub o czymś zapomnieć, ktoś ważny spóźni się lub sprawa zostanie odwołana. Nie denerwuj się, tylko wykorzystaj te dni na porządki. W uczuciach możliwe poczucie osamotnienia, a nawet rozłąki. Jednak przemyślenia, jakie w tym czasie poczynisz, będą bardzo głębokie.

BYK (20 IV – 21 V): będą się liczyć nie tylko duchowe sprawy. Zaufaj intuicji, jednak nie postępuj wbrew logice. Nie używaj swojej siły, aby zniewolić lub omanieć innych.

B LI Ż NI Ę T A

(22 V – 22 VI): unikaj prowizorek. Dobrze wszystko planuj, a do ważnych spraw przygotuj się z wyprzedzeniem. To, co robisz na ostatnią chwilę, może, niestety, być obarczone błędem. Strzeż się brawury, przeceniania swoich sił i zwyczajnego samochwalstwa.

RAK (23 VI – 22 VII): nawet, jeśli Twój przeciwnik jest silny i dobrze zorganizowany, dasz sobie radę. Ktoś może mieć żal, że wcale nie interesujesz się jego sprawami. Wysłuchaj i zastanów się, czy nie ma racji. Miej w tym tygodniu więcej życzliwości i wyrozumiałości.

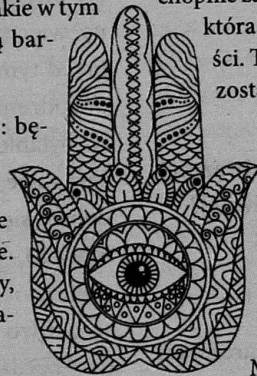
LEW (23 VII – 22 VIII): w najbliższych dniach raczej nie znajdziesz chwili spokoju dla siebie. Rzeczy będą się działy w zawrotnym tempie. Kiedy jedna sprawa się zakończy, kolejna pojawi i zmusi do szybkiego działania.

PANNA (23 VIII – 22 IX): jeśli otrzymasz zaproszenie, skorzystaj i baw się dobrze, możesz poznać kogoś wartościowego. W miłości masz bowiem w tym tygodniu najwięcej szans. Pojawi się szansa, aby porzucić stare schematy i zacząć wszystko od nowa. Najgorsze już za Tobą.

WAGA (23 IX – 23 X): nic w tym tygodniu nie będzie pewne, a sprawy, które z początku wydawały się oczywiste, mogą ulec całkowitej zmianie. Przekonasz się, jak dużo zależy od szczęśliwego zbiegu oko-

liczności. Nie martw się jednak na zapas, bo wszystko wskazuje na to, że los Ci będzie sprzyjał.

SKORPION (24 X – 21 XI): nie rozpraszaj w tym tygodniu swojej energii, bo stracisz z oczu to, co najważniejsze. Działaj z większą niż zwykle rozwagą, bo możesz pochopnie zaangażować się w sprawę, która nie przyniesie Ci korzyści. Twoja cierpliwość i wiara zostaną wynagrodzone.



STRZELEC

(22 XI – 21 XII): szczęście Ci sprzyja, ale należy działać szybko i zdecydowanie. W miłości strzeż się zbytnej bierności i nieśmiałości. Może być Ci trochę wstyd wyznać uczucia lub okazać

sympatię, ale ktoś mógłby odebrać to jako brak zainteresowania z Twojej strony.

KOZIOROŻEC (22 XII – 20 I): czas wypłatać się z pewnej trudnej sytuacji, która toczy się od dawna. Nie lekceważ przeciwnika, bo możesz wpaść we własną pułapkę. Pojawi się przyjaciel, na którym można polegać. Skorzystaj z jego pomocy. Zgódź się na propozycję, która przyjdzie z najmniej oczekiwanej strony.

WODNIK (21 I – 20 II): jeśli czujesz zagrożenie, śmiało podejmij wyzwanie i nie poddawaj się. Przestań się oszukiwać i wreszcie zobacz jasno, kto Ci sprzyja, a kto tylko udaje. Możesz z tego powodu poczuć żal, a nawet złość, jednak wkrótce pojawi się także uczucie ulgi. Zamknij stary rozdział i zastanów się, gdzie i z kim chciałbyś naprawdę być. Przestań żyć przeszłością. To, co nowe i jeszcze nieznane przyniesie Ci szczęście.

RYBY (21 II – 20 III): udany tydzień. Kłopotów i trudnych spraw będzie mniej, a okazji do radości wiele więcej. Uda Ci się zakończyć niesympatyczne sytuacje. Zaproszenie na imprezę lub spotkanie przypomni Ci o Twoich marzeniach i skłoni do wspomnień z dzieciństwa. W miłości powody do radości. Dla samotnych zapowiada się szczęśliwe w skutkach spotkanie.

Z GRZEGORZEM ZAŃKO, Człowiekiem Roku 2017 Powiatu Grajewskiego, który 28 lat temu sprowadził zapasy do Szczuczyna, rozmawia Barbara Paszkowska

– Co czuje Pan w tej chwili?

– Jestem ogromnie zadowolony, że moja praca zaowocowała uznaniem i wyróżnieniem społecznym. Moim celem zawsze było rozpropagowanie zapasów, które nie są łatwą dyscypliną. W zapasach trzeba myśleć, przewidywać i rozgrywać taktycznie. Od 1999 r. jestem instruktorem zapasów. Warto było podporządkować im całe życie. Zresztą nie tylko moje. Żona mnie wspiera. Syn Przemysław w 2002 roku zdobył 2 złote medale w stylu wolnym w kat. 73 kg w Mistrzostwach Makroregionu w zapasach młodzików. Wybrał studia, filologię polską w Krakowie. Zadebiutował w 2012 roku, wygrywając konkurs literacki „Futuronauta”. Tworzy i publikuje opowiadania fantastyczne i artykuły naukowe. Córka Adrianna uprawiała zapasy, wybrała taniec i studiuje dietetykę na Uniwersytecie Medycznym w Białymstoku. Nie traci kontaktu z klubem, przyjeżdża na uroczystości z pokazem tanecznym. Mam ogromną satysfakcję, gdy trenują u mnie dzieci moich pierwszych zawodników: Darka Sielawy – Natalia i Damian, Mariusza Bogusławskiego – Adrian, Adama Kalinowskiego – Bartosz, Katarzyny Końskiej – Patryk. Trenuje zwykle 20 – 30 zawodników. A ogółem od 1990 r. w klubie przewinęło się ich ponad 1 000. Na ostatnie mistrzostwa przyjechało 90 proc. zaproszonych dawnych zawodników.

– Jak zapasy pojawiły się w Pańskim życiu?

– W 1981 r. byłem uczniem Zespołu Szkół Rolniczych w Leśnej Podlaskiej. Zachęcił mnie trener Piotr Godlewski. Trzy lata później byłem złotym medalistą Mistrzostw Polski Szkół Rolniczych w stylu wolnym. Byłem najlepszym technikiem, wygrywającym w pierwszych rundach. Otrzymałem ogromny puchar, mam go do dzisiaj. Rok później zdobyłem brązowy medal w XII Ogólnopolskiej Spartakiadzie Młodzieży. W połowie 4 klasy przenieśliśmy się do szkoły w Karłowcu i trenowałem we „Włodawiance”. Na dysko-



Człowiek Roku Grzegorz Zańko

Zapasy z życiem

tece, po zawodach 1 maja 1985 r., poznałem swoją przyszłą żonę. Iwona miała lat 15, ja 17. Postanowiliśmy pobrać się po 4,5 letniej znajomości. Byłem studentem 3 roku Centrum Szkolenia Wojsk Ochrony Pogranicza w Kętrzynie. Oficer polityczny nie wyraził zgody na ślub kościelny. Wybrałem Iwonę. Pożegnałem się ze szkołą. Zamieszkaliśmy w Karlewie, tam w klubie „Orzeł” zdobyłem uprawnienia instruktorskie. Z rocznym Przemkiem przenieśliśmy się do Szczuczyna, do klubu MLKS „Wissa”. Zaczynałem od zera: zapasnicy mieli trykoty tylko na zawody: 1 – 2 komplety, treningi były w nieogrzanej sali. Nie mieliśmy wagi do ważenia zawodników, wypożyczał ją nam sąsiad Mieczysław Gromadzki albo wazyliśmy się w młynie Bogdana Chylińskiego i sklepach. Adam Rogowski zrobił nam hantle z rurek i betonu. Przyszły sukcesy. Katarzyna Zalewska, utytułowana mistrzyni w kategorii 45 kg

przez 3 lata była w pierwszej dziesiątce województwa podlaskiego. Andrzej Skrodzki, tytan pracy, w wieku 21 lat zdobył 2 medale w kategorii młodzieżowej. Moje ukochane dziecko, Klub MLUKS „Gwiazda”, w rankingu klubowego współzawodnictwa młodzieży w latach 2015 – 2016 zajął III i II miejsce.

– Ukochane dziecko?

– W 2006 r. „Wissa” rozwiązała ze mną umowę. Nie chciałem, by lata pracy poszły na marne. Namówiłem dzieci do współzawodnictwa, mieliśmy wspaniałych młodych zawodników. Dzięki pomysłowi Władysława Kierdelewicza (prezesa PZZ) i wsparciu Elżbiety Skolimowskiej (sekretarza PZ LZS) założyłem klub „Gwiazda”. Otrzymałem wsparcie od ówczesnego burmistrza Waldemara Szczęsnego i jego żony Wandy, którzy weszli w skład komitetu założycielskiego. Było to nowe doświadczenie. 8 lat pracowałem za darmo. Od 4 lat korzystam

z programu ministerialnego, propagującego zapasy wśród dzieci. Wspiera mnie obecny burmistrz Artur Kuczyński i pracownicy Urzędu Miasta. Pomagali pierwszy prezes Stanisław Tyszką, nauczyciele Krzysztof Grunwald z Niedźwiadnej oraz Zuzanna Kurowska i Edwarda Mik z Zespołu Szkół w Nieckowie, którzy stworzyli warunki do uprawiania zapasów przez uczniów. Katarzyna Zalewska i Ewa Jarząbek były wielokrotnymi medalistkami.

– Czyli zapasy i nic ponadto?

– Musiałem utrzymać rodzinę. 17 lat pracowałem w policji w Grajewie. Starłem się być człowiekiem pomocnym, nie tylko funkcjonariuszem. Doprowadzałem każdą interwencję do końca.

– Pałka w ruch?

– Przez 17 lat służby nie użyłem pałki ani razu. Wystarczył chwyt zapasniczy, by obezwładnić. Broni palnej użyłem raz, w sytuacji zagrożenia życia, ale bez szkody dla ludzi.

– Nie wspomina Pan o swojej książce „Historia zapasnictwa podlaskiego 1926 – 2016”.

– O napisaniu książki myślałem od dawna. Historia przeżyta, przekazywana ustnie z pokolenia na pokolenie ulega zniekształceniu i obrasta mitami. Aby nasza przygoda z zapasami, wymagająca wiele wysiłku, nie została zniekształcona, a ludzie młodzi, zdolni i aktywni znaleźli swoje miejsce w historii Podlaskiego, utrwaliłem ją w oparciu o dostępne informacje, fotografie, wyniki i przekazy. Jest to prawda o zwykłych ludziach, którzy nie bali się zrobić wiele dla swojego regionu.

– Czy zapasy to jednak już nie „starość”?

– Człowiek zawsze dąży do rywalizacji. Zapasy w swojej rywalizacji nie krzywdzą nikogo. Liczy się siła, spryt, umiejętności techniczne. Tutaj nic nie można ukryć, na macie człowiek odkrywa prawdę o sobie. Na macie jest sam, lecz by mieć odwagę poza nią, musi mieć wsparcie życzliwych ludzi. Rywalizacja będzie istnieć. A zapasy są zdrową rywalizacją.

– Dziękuję za rozmowę.



NEXTO.PL

PONAD 33000
CYFROWYCH PUBLIKACJI

Twoje ulubione tytuły
zawsze pod ręką.



E-BOOKI, E-PRASA I AUDIOBOOKI



NA KAŻDE URZĄDZENIE