

Miłość na pielgrzymce • Program TV

www.kontakty-tygodnik.com.pl

KONTAKTY

Nr 32 (1865)

12 sierpnia 2018

cena: 2,70 zł (z VAT 8%)

**Autorka Powieści Roku 2017
debiutowała
w „Kontaktach”!**

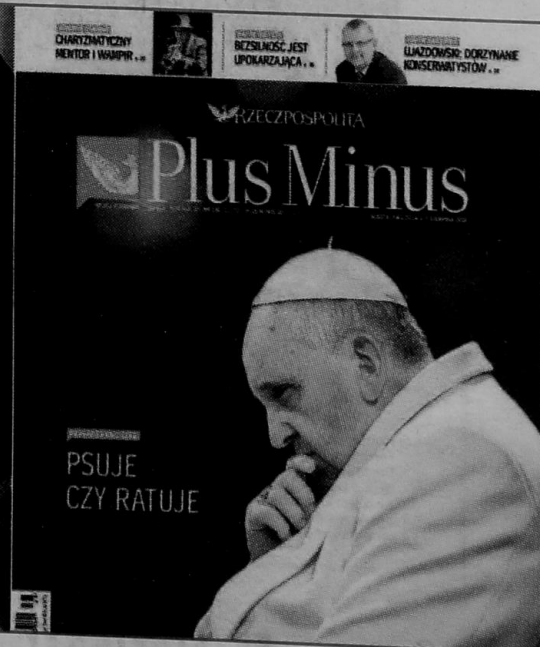
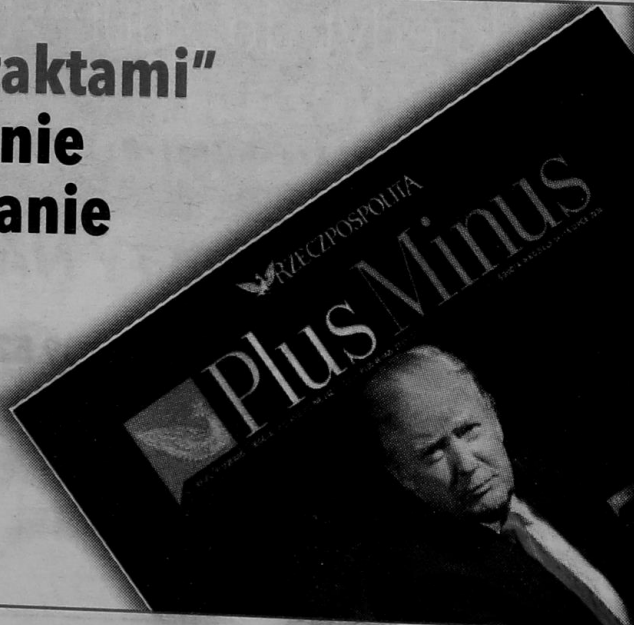
**Własny
kawałek
świata**



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

Plus Minus

szczegóły na stronie nr 3





Miłość i ślub na pielgrzymce

Justyna Kajko z Kolna i Daniel Krajza z Ostrowi Mazowieckiej poznali się w ubiegłym roku na pielgrzymce na Jasną Górę. W tym roku, w niedzielę, 5 sierpnia, na pielgrzymce wzięli ślub w kościele w Piotrowicach. Zdjęcia z ich ślubu zamieszczone zostały na Facebooku 34 Pieszej Pielgrzymki Łomżyńskiej na Jasną Górę.

REKLAMA

Kredyt do 2000 zł

Darmowy kredyt
na drobne potrzeby



RRSO 0%

**Weź darmowy kredyt do 2000 zł
i oddaj tyle, ile pożyczasz.**

Zainteresowany? Przyjdź do naszych Oddziałów i dowiedz się więcej:

☞ Zambrów

ul. Wojska Polskiego 8 / 7
☎ **608 277 706, 608 277 645**

☞ Łomża

ul. Długa 1
☎ **603 818 804, 603 839 521**

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 Pocztowy 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., APRO Financial Poland Sp. z o.o., IPF POLSKA SP. Z O.O., CAPITAL SERVICE S.A., Euroloan Consumer Finance Sp. z o.o., Alforti 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 kredytu/pożyczki 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.

Spięcia

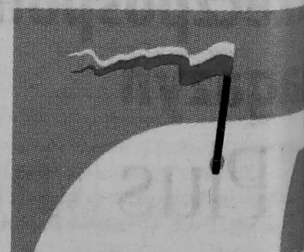
Dawne przepisy na regionalne dania związane z Łomżą i regionem chcą zebrać i odtworzyć władze miasta, by promować Łomżę przez kulinaria i rozwój turystykę kulinarną. Do urzędu miasta można zgłaszać przepisy w konkursie „Zasmakuj w Łomży”. Jest warunek: przepis musi być w rodzinie przekazywany od trzech pokoleń, a danie wyżywane także dziś, współczesne. Na szczęście, udokumentowane można kolorowym zdjęciem i filmowym prababci przygotowanym zgłaszane na konkurs danie.

★

Ponad 1,5 miliona złotych udało się w 2017 roku prestiżowa, a na całym świecie stadnina arabskich w Janowie Podlaskim. Wyrzucony z hukiem przez „brą zmianę” prezes Marek T. rok 2015 zamknął zyskiem 3,3 miliona zł. Zysk z janowskiej stadniny arabskich Pride of Poland jednej z najbardziej znanych w świecie, w 2017 wyniósł zaledwie 410 tysięcy euro. Przed wyprawieniem prezesa Treli w 2015 wyniósł prawie 4 miliony zł. Przeciw byłemu prezesowi toczy się postępowanie o „niegospodarność”. Gospodarz „bręj zmiany” jaki jest, koń widzi.

★

Choć jesienią 2013 roku Okręgowy w Białymstoku uznał, że prezydent Suwałk Czesław Renkiewicz nie popełnił kłamstwa stracyjnego oświadczając, iż współpracował z tajnymi służbami PRL, suwalski poseł i wiceminister Jarosław Zieliński uważa, że brakuje rozliczenia w sensie moralnym, a Renkiewicz powinien się wyśmiać. Prezydent nie zamierza tego robić. Przypomniał, że w jego sprawie dawno stał się bezwzględny. Jak widać PiS ocenił jego kandydat na prezydenta Suwałk nie ma szans z Renkiewiczem w normalnej kampanii wyborczej.



KONTAKTY

Tygodnik Podlaski

rok założenia 1980

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

Adres:

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

Redaguje zespół:

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

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 Kędzielawski,
Krystyna Michalczyk-Kondratowicz, Mikołaj Tocki
Rysunki: Waldemar Rukść

Felieton: Wiesław Wenderlich, Adam Dobroński
Zdjęcia: Gabor Lörcinzy, 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:
Elżbieta Bączek

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

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

Info

Na opak

Opór zaplutek karłów reakcji!

Walka o demokrację socjalistyczną dobiega końca. Odbiliśmy już z rąk wroga całe sądownictwo, łącznie z Sądem Najwyższym. Musimy być jednak czujni, bowiem gdzieś tam się jeszcze wraże ogniska oporu zaplutek karłów reakcji. Potwierdza się tu teoria Generalissimusa Józefa Stalina, że w miarę umacniania się jedynie słusznego ustroju, zaostrza się walka klas.

Jaskrawym przykładem jest tu sprawa Jerzego Owsiaaka. Ten znany przestępca napisał bluźnierczą książkę. Użył w niej nieprzyzwoitego wyrazu. Co gorsza, wywołując zgorszenie, cytował to słowo głośno na spotkaniu autorskim. Suweren zareagował natychmiast i postawił drania przed sądem. Niestety, tu dobre wiadomości się kończą, bowiem sąd, zamiast skazać Owsiaaka na karę długoletniego więzienia, uniewinnił zbrodniarza. Widać więc jak na dłoni, że konieczne jest jak najszybsze uruchomienie Izby Dyscyplinarnej Sądu Najwyższego, która by natychmiast eliminowała takich sędziów, pozbawiając ich prawa wykonywania zawodu.

Wszyscy wiedzą, że Jerzy Owsiaak prowa-

dzi od dawna działalność wywrotową, mającą na celu obalenie prawowitej władzy. Kupuje dla szpitali wysokospecjalistyczny sprzęt medyczny. Podważa w ten sposób podwaliny ustroju, zawłaszczając sobie kompetencje rządu i samorządów, które mają wyłączne prawo dbania o zdrowie Narodu. Na tym przestępcza działalność Owsiaaka się nie kończy. Znowu, jak co roku, zorganizował w Kostrzynie nad Odrą diabelski festiwal, na którym deprawuje młodzież. Ta, miast w skupieniu rozpamiętywać nasze liczne zwycięskie klęski narodowe, tarza się w błocie. Zamiast umacniać polskość na Ziemiach Odzyskanych, tańcząc poloneza, oberka i kujawiaka, a więc polskie tańce narodowe, robi jakieś wygibasy w rytm wyuzdanej, całkowicie wypranej z moralności, imperialistycznej muzyki. Nie pomogło nawet to, iż władze uznały, że impreza jest zgromadzeniem o podwyższonym ryzyku i wymaga nadzorów setek policjantów.

Cały kraj domaga się natychmiastowego ukrócenia tych brewerii. Jesteśmy dumnym narodem, który nie pozwoli na deptanie naszych podstawowych, socjalistycznych wartości.

WIESŁAW WENDERLICH



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 Z3XTLPSFGE i czytaj!

MYŚL TYGODNIA:

Zwycięzca ma wielu przyjaciół, zwyciężony ma dobrych przyjaciół
przysłowie mongolskie

■ Prawie 10 tysięcy obcokrajowców, czyli ponad 4 tysiące więcej niż rok temu, pracuje w naszym województwie, informuje regionalny rzecznik prasowy ZUS Katarzyna Krupicka. Podobnie jak w całym kraju, w naszym regionie najwięcej jest Ukraińców i Białorusinów. Ale w białostockim oddziale ZUS do ubezpieczeń zgłoszeni są przedstawiciele 86 narodowości.

■ Zwierzchnik amerykańskiej Cerkwi prawosławnej arcybiskup Tichon przybędzie pierwszy raz do Polski na zaproszenie Polskiego Autokefalicznego Kościoła Prawosławnego 17 sierpnia. Głównym punktem sześciodniowego pobytu będą cerkiewne uroczystości Przemienienia Pańskiego, które 18-19 sierpnia odbywają się w sanktuarium na św. Górze Grabarce koło Siemiatycz i co roku ściągają tysiące wiernych z kraju i zagranicy.

■ 44 propozycje mieszkańców wstępnie zatwierdzono do głosowania w przyszłorocznym budżecie obywatelskim Łomży. 11 spośród nich w ramach wyodrębnionego młodzieżowego budżetu obywatelskiego.

■ Prawie 2 000 więcej Niebieskich Kart w Podlaskiem zostało założonych w Podlaskiem w pierwszym półroczu 2018 r., wynika z policyjnych statystyk. Wsparcie i porady dotyczące przemocy w rodzinie można uzyskać dzwoniąc na infolinię Stowarzyszenia Niebieska Linia: 800 12 00 02 lub Stowarzyszenia „mali bracia Ubogich”: 22 635 09 54.

■ Ponad 1000 kajakarzy z kraju i zagranicy wystartowało w VII Spływie „500 kajaków, organizowanym w sobotę i niedzielę, 4 i 5 sierpnia na rzece Bug w Drohiczynie.

■ Za darmo od 1 września korzystać będą z komunikacji miejskiej uczniowie szkół podstawowych i gimnazjalści w Białymstoku.

■ Spadł z traktora: Lotniczym Pogotowiem Ratunkowym przetransportowany został do szpitala w Warszawie młody (19 lat) mieszkaniec wsi Wyk (gm. Zbójna), który spadł z błotnika traktora i doznał poważnego urazu kręgosłupa.



W czasach PRL bezdzietni, starzy kawalerowie, stare panny musieli płacić podatek, potocznie nazywany bykowym. Na początku dotyczył osób powyżej 21 lat, po 1973 roku granicę wieku podniesiono do 25 lat. Aż w końcu podatek zniesiono. Nie zniknął jednak z głów niektórych polityków PiS. Zwolennik bykowego wiceminister resortu infrastruktury i rozwoju Artur Soboń uważa, że to dobry sposób na podniesienie dzietności, co ogłosił w „Fakcie”.

Amerykańscy żołnierze uciekli!

Kolumna samochodów wojskowych jadąca trasą Łomża – Śniadowo w okolicy zjazdu na Boguszyce, zarysowała w trakcie mijania czeski autobus. Amerykanie jadący pojazdami wojskowymi nie zatrzymali się i pojechali dalej. Z relacji kierowcy au-

tobusu wynika, że z wojskowego pojazdu wystawał element, który zahaczył o karoserię autobusu. Policja przyjęła zgłoszenie, ale dalszymi czynnościami w tej sprawie zajęła się Żandarmeria Wojskowa. Nikt z pasażerów nie ucierpiał.



Grupa „Rajdowa 12” z Biblioteki w Szczuczynie ogłosiła w lipcu konkurs fotograficzny „Rowerowe selfie”. Pasjonaci rowerów przysyłali zdjęcia z trasy. Wpłynęło 17 autorskich prac, które publikowane są na stronie facebookowej „Rajdowa 12” (<https://www.facebook.com/Rajdowa-12-1801730610090076>). Drugi etap konkursu to głosowanie internetowe. Już trwa. Zakończone zostanie 14 sierpnia o godzinie 23.59. Wygrają zdjęcia, które uzyskają największą liczbę „polubień”. Dla zwycięzców nagrody: za pierwsze miejsce – rower, za drugie i trzecie nagrody niespodzianki. Nagrody zostaną wręczone w czasie uroczystego otwarcia pierwszej szczuczynskiej trasy rowerowej we wtorek, 21 sierpnia (godz. 16.00) w Starym Parku w Szczuczynie. Na zdjęciu: konkursowa fotografia Magdaleny Józwik

Znaki czasu

■ 14 osób utonęło w Polsce w sobotę, 4 sierpnia. To tegoroczny rekord. W tym sezonie utopiło się już ponad 280 osób.

■ „Moim dzieciom nie wolno dać władzy, bo zniszczą każdego, kto będzie od nich lepszy, bo złośliwi”, ujawniła wypowiedź Lech Kaczyńskiego, ojca Lecha i Jarosława Hanna Stadnik, gratulowano mu, że Lech wygrał wybory na prezydenta Warszawy. Stadnik ps. „Hanka” walczył w Powstaniu Warszawskim jako łączniczka i sanitariuszka w Plutonie „Baszta”, w którym Rajmundo Kaczyński dowodził 7 drużyn plutonu kompanii K.

■ Około 1 100 skarg, wniosków i zażaleń trafiło w ciągu dwudziestu lat istnienia Wydziału Spraw Wewnętrznych Prokuratury Krajowej, który zajmuje się wyłączeniem ściganiem przestępczości w sądach, prokuratorów i asesorskich. Podstawy do formalnego zarządzenia sprawy dotyczyły jedynie 117 przypadków. Obecnie toczy się 38 postępowań, w tym 2 sprawy przeciwko sędziom i 5 przeciwko prokuratorom. Tym samym potwierdziły się tezy PiS o „systemowej patologii” w wymiarze sprawiedliwości.

■ Prokuratura odmówiła wszczęcia śledztwa w sprawie głoszonej sejmowej wypowiedzi Jarosława Kaczyńskiego, który uznał opozycję za „zdradzieckie mordy” i „kanciarzy”, które „zamordowały” jego brata.

■ Szef Państwowej Straży Pożarnej Leszek Suski zarabia 21,7 tys. zł netto miesięcznie, strażak po 2 214 zł netto (wynagrodzenie zasadnicze, dodatek służbowy i dodatek za stopień oraz podwyżka od maja). Dowódca Zastępcy po 7 latach od skończenia Szef Główniej Służby Pożarniczej 3 722 zł netto; dyżurny Stanowiska Kierowania KP PSP (7 lat służby) – 3 810 zł netto.

■ Z 40 zł do 2 tys. zł wzrasta opłata za wydanie przedsiębiorcy przez skusa interpretacji podatkowej to dotyczyć tylko sytuacji, gdy dzi o „skomplikowany stan faktyczny lub zdarzenie przyszłe”, ale czy wniosek jest „skomplikowany” zależy od decyzji urzędnika. ■ Tydzień po trzecim ślubie, Kaczyńska urodziła trzecie dziecko.

Picie w

Radni uchwalę „od zakazu alkoholowych blichszych” i festyny”.

Zgodnie z nowym cennikiem okolicznościowa alkoholem Urzędu Miasta i Sportu (u Rolnictwa, hali sportowej).

Polska

Europejskiego Człowieka skargę złożoną przez mieszkańców, które nie gminy C...

Leszek Suski zarabia 21,7 tys. zł netto miesięcznie, strażak po 2 214 zł netto (wynagrodzenie zasadnicze, dodatek służbowy i dodatek za stopień oraz podwyżka od maja). Dowódca Zastępcy po 7 latach od skończenia Szef Główniej Służby Pożarniczej 3 722 zł netto; dyżurny Stanowiska Kierowania KP PSP (7 lat służby) – 3 810 zł netto.

VII Piel

W VII Pielgrzymce do Hody, wszyscy, którzy...

Młodzież do udziału w Pielgrzymce opieką dorosłych. 18 lat za pisanie, ale o „skomplikowany stan faktyczny lub zdarzenie przyszłe”, ale czy wniosek jest „skomplikowany” zależy od decyzji urzędnika. ■ Tydzień po trzecim ślubie, Kaczyńska urodziła trzecie dziecko.

Picie w miejscach publicznych w Ciechanowcu legalne



Koniec z fikcją!

Radni Ciechanowca podjęli uchwałę „w sprawie odstępowania od zakazu spożywania napojów alkoholowych w miejscach publicznych, w których odbywają się imprezy okolicznościowe i festyny”.

Zgodnie z uchwałą, w Ciechanowcu w czasie imprez i spotkań okolicznościowych można spożywać alkohol w sali konferencyjnej Urzędu Miejskiego, budynku Ciechanowieckiego Ośrodka Kultury i Sportu (ul. Mostowa), Muzeum Rolnictwa im. ks. Krzysztofa Kluka, hali sportowej Zespołu Szkół

Ogólnokształcących i Zawodowych (w czasie zjazdu absolwentów), na stadionie, terenie rekreacyjnym nad zalewem i na wyspie, strzelnicy myśliwskiej w Malcu, terenach przyległych do stacji paliw w Zadobrzcu oraz w świetlicach wiejskich, remizach strażackich i placach wokół nich w miejscowościach: Winna-Chroły, Ciechanowiec, Bujenka, Pobikry, Kosiorki, Malec, Tworowice, Wojtkowice Stare, Skórzec, Radziszewo-Sieńczuch, Kozarze, Radziszewo-Króle, Czaje-Wólka, Koce-Schaby, Koce-Basie, Koce-Piskulę.

Polska przed Trybunałem za Grabówkę

Europejski Trybunał Praw Człowieka w Strasburgu przyjął skargę złożoną przez grupę mieszkańców, którzy zabiegają o powstanie gminy Grabówka (z wydzielenia z gminy Supraśl). Gmina miała powstać z 1 stycznia 2016 roku. Tuż przed końcem 2015 roku premier Beata Szydło podpisała jednak rozporządzenie, które uchyliło decy-

zję poprzedniego rządu. W czerwcu 2017 r. Trybunał Konstytucyjny uznał, że rozporządzenie rządu PiS jest niezgodne z Konstytucją i ustawą o samorządzie gminnym. Rząd PiS zignorował orzeczenie Trybunału Konstytucyjnego, dlatego inicjatorzy powstania gminy Grabówka złożyli skargę do Trybunału w Strasburgu.

VII Pielgrzymka Rowerowa do Hodyszewa

W VII Pielgrzymce Rowerowej do Hodyszewa pojechać mogą wszyscy, którzy ukończyli 13 lat. Młodzież do 16 lat może wziąć udział w Pielgrzymce jedynie pod opieką dorosłego, a w wieku 16-18 lat za pisemną zgodą opiekuna prawnego. Należy zabrać ze sobą kask, kamizelkę odblaskową oraz nakrycie głowy. Organizator zapewnia napoje chłodzące.

Pielgrzymka wystartuje w sobo-

tę, 11 sierpnia, o godz. 8.00 spod kościoła Trójcy Przenajświętszej w Zambrowie. Trasa do Hodyszewa liczy około 100 km. W Hodyszewie odbędzie się Msza Święta w intencji pątników.

Zapisy telefoniczne do czwartku, 9 sierpnia (włącznie): Eugeniusz Borowski, tel. 664 035 025.

I Pielgrzymka Rowerowa do Hodyszewa odbyła się 18 sierpnia 2012 roku.

Konkursy • Konkursy • Konkursy

Konkurs na szlak turystyczny

Do 31 sierpnia 2018 r. trwa konkurs „Zabytki z Kulturą”. Żeby wziąć w nim udział, należy zarejestrować się w serwisie zabytek.pl i za jego pomocą stworzyć propozycję jednodniowej wycieczki pieszej, rowerowej, samochodowej szlakiem zabytków, znajdujących się na portalu. Dodatkowo punktowane przez jury będzie uzupełnienie danych fotograficznych lub opisowych o zabytku, gromadzo-

nych na portalu. Zgłoszenia będą oceniane pod kątem atrakcyjności, konceptu i wkładu własnego (przygotowanie fotografii i ciekawych opisów zabytków, wpisanych do rejestru zabytków. Na laureatów konkursu czekają nagrody: kamery GoPro oraz kamery Cube. Rozstrzygnięcie konkursu nastąpi we wrześniu 2018 r. Regulamin konkursu dostępny jest na stronie nid.pl oraz zabytek.pl

Konkurs plastyczny o Janie Pawle II

W konkursie plastycznym „Święty Jan Paweł II w oczach dziecka” mogą brać udział dzieci od lat 3 i młodzież do lat 19 (prace oceniane będą w 4 kategoriach wiekowych i uczniów szkół specjalnych). Na konkurs należy nadesłać jedną pracę ilustrującą hasło XIII Dnia Papieskiego „Promieniowanie ojcostwa”, wykonaną dowolną techniką (bez użycia materiałów nietrwałych: plasteliny, modeliny, bibuły, kaszy itp.) w formacie A-2 lub A-3. Na odwrocie pracy należy nakleić stopkę z danymi autora. Prace z kartą zgłoszeniową należy składać do 26 wrze-

śnia 2018 r. osobiście w Muzeum w Bielsku Podlaskim lub listownie (decyduje data stempla pocztowego) na adres: Muzeum w Bielsku Podlaskim, ul. Mickiewicza 45, 17-100 Bielsk Podlaski. Autorzy najciekawszych prac zostaną nagrodzeni, a ich dzieła prezentowane będą na wystawie pokonkursowej w Muzeum w Bielsku Podlaskim. Rozstrzygnięcie konkursu oraz otwarcie wystawy pokonkursowej odbędzie się 17 października.

Szczegółowe informacje: Muzeum w Bielsku Podlaskim, tel. 509 336 841, e-mail: konkursjp2_bielsk@wp.pl.

KAMPANIA INFORMACYJNA

Bank Zachodni WBK zmieni się w Santander Bank Polska

We wrześniu Bank Zachodni WBK przyjmie nową nazwę - Santander Bank Polska S.A. Zmieni się wygląd oddziałów, rozpocznie się także kampania marketingowa w mediach ogólnopolskich i lokalnych. Oficjalna zmiana jest planowana na III kwartał br., ale pierwsze prace związane z oznaczeniami placówek banku czy bankomatów już się rozpoczęły.



Zmiana nazwy Banku Zachodniego WBK została ogłoszona w maju br., ale nie jest niespodzianką, bo bank już od 2011 r. jest częścią Grupy Santander. Od 2013 r. do logo BZ WBK dodano nazwę „Grupa Santander” by podkreślić przynależność do międzynarodowej grupy finansowej, która jest jedną z największych na świecie i największą w strefie euro pod względem wartości giełdowej. Grupa Santander jest obecna na 10 kluczowych rynkach na świecie i świadczy usługi dla 133 mln klientów.

Teraz, pod nową nazwą, Bank chce jeszcze bardziej podkreślać nowoczesność, innowacyjność i globalny charakter marki.

Nie zapominając przy tym o zaufaniu, jakim przez lata Klienci obdarzili Banku Zachodni WBK, bank będzie kontynuować jego dobre tradycje oraz osiągnięcia na polskim rynku.

Zmiana nazwy na Santander Bank Polska S.A. oraz logo banku nie będą wymagać od Klientów podejmowania dodatkowych działań. Wszystkie umowy będą nadal obowiązywać. Nie zmieniają się również numery rachunków bankowych, terminy ważności kart oraz numery PIN. Planowana zmiana nazwy i kulminacja działań marketingowych związana z nową marką będzie miała miejsce jesienią tego roku.

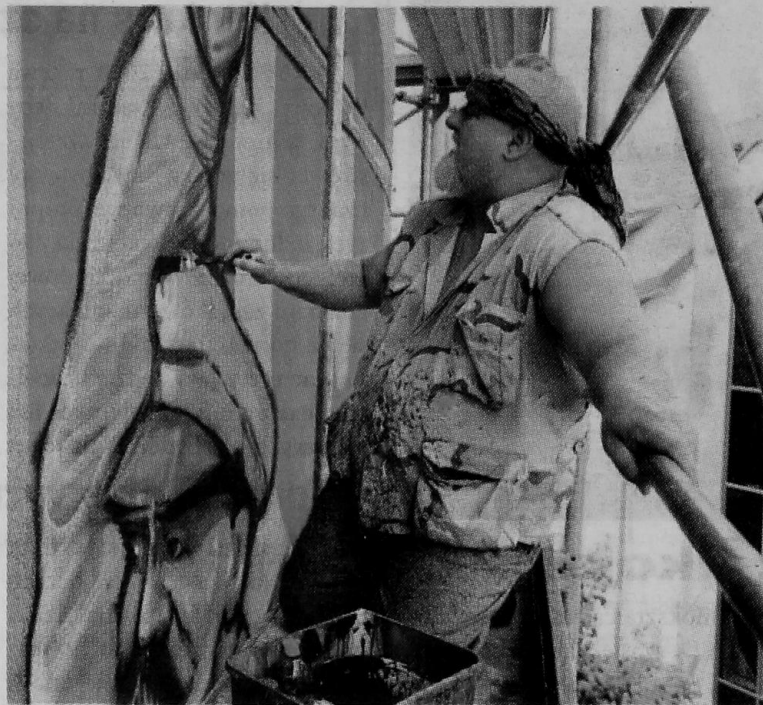
Świętowanie dla Niepodległej

W 98 rocznicę zwycięstwa nad bolszewikami 15 sierpnia 1920 i bohaterskiej obrony Łomży podczas wojny, w mieście odbędą się trzydniowe uroczystości oraz obchody Święta Wojska Polskiego. W programie:

Poniedziałek, 13 sierpnia: godz. 11.30 – złożenie kwiatów przed tablicą marszałka Józefa Piłsudskiego (Domek Pastora, ul. Krzywe Koło 1); godz. 12.00 – spotkanie prezydenta Łomży i starosty łomżyńskiego z kadrą Wojska Polskiego i przedstawicielami organizacji kombatanckich (Ratusz, Stary Rynek 14).

Wtorek, 14 sierpnia: godz. 14.00 – zbiórka żołnierzy i pracowników Wojska Polskiego przed pomnikiem 33 Pułku Piechoty (al. Legionów 133); godz. 15.00 – spotkanie żołnierskich pokoleń, pokazy sprzętu i wyposażenia wojskowego, koncert okolicznościowy i impreza plenerowa „Wojsko na swojsko” (przy Klubie Wojskowym, al. Legionów 133).

Środa, 15 sierpnia: godz. 9.30 – złożenie kwiatów przed pomnikiem Żołnierzy 33 Pułku Piechoty (pl. Papieża Jana Pawła II); godz. 10.00 – Msza św. w intencji Ojczyzny i żołnierzy Wojska Polskiego (Katedra Łomżyńska); godz. 11.15 – symboliczne odsłonięcie muralu Marszałka Józefa Piłsudskiego (pl. Niepodległości 15); godz. 11.30 – zapalenie



Rafał Roskowiński z RoskoArt przy pracy nad murem przedstawiającym marszałka Józefa Piłsudskiego. Fot. PAP/A. Reszko

zniczy na mogiłach żołnierskich (cmentarz przy ul. M. Kopernika); godz. 18.00 – Koncert Patriotyczny (Stary Rynek).

Jednym z ważnych punktów sierpniowych obchodów będzie odsłonięcie muralu na budynku przy pl. Niepodległości 15, upamiętniającego Józefa Piłsudskiego. Malowanie głównego muralu „Piłsudski w Łomży” rozpoczęło się 22 czerwca. Młodzież z łomżyńskich szkół miała szansę malowania w dolnych partiach ścian (bez wchodzenia na rusztowania), wyżej pracę wykonali

profesjonalni muraliści z Fundacji RoskoArt. Mural sfinansowało Narodowe Centrum Kultury w ramach programu Murale Polskiej Niepodległości, do którego wniosek przygotował Miejski Dom Kultury-Dom Środowisk Twórczych. Wcześniej powstały cztery murale z serii „Ku Niepodległej”, prezentujące żołnierzy 33 Pułku Piechoty w bitwie z bolszewikami w 1920 r. i kapitana Mariana Raganowicza, powstanie styczniowe, autora „Flory Polskiej” Jakuba Wągę, etnografa Adama Chętnika.

Koncert

w Drozdowie

Plenerowy koncert międzynarodowej młodzieżowej orkiestry dętej „Wersalinka” w pałacu Muzeum Przyrody w Drozdowie w środę, 15 sierpnia (godz. 17.00). W programie muzyka klasyczna, popularna i patriotyczna. Kierownictwo artystyczne orkiestry: Krzysztof Witkowski (Polska), Rein Veer (Estonia), Oleg Kolesniczenko (Rosja), slans Margevicz (Łotwa). Choreografia: Marta Jabłońska. Koncert będą towarzyszyły występy grupy tanecznej, którą tworzą młodzi z Zambrowa i Dobrzecza Wielkiego. Wstęp wolny.

Strażacy ubrani

Cztery komplety ubrań specjalnych i dwie pary butów strażackich otrzymali strażacy Ochotniczej Straży Pożarnej w Szczepankowie dzięki dotacji marszałka województwa łomżyńskiego.

Remont remizy

Trwa remont remizy strażackiej w Rakowie-Boginiach, na którą gmina Piątница otrzymała 146 tys. zł dotacji z Urzędu Marszałkowskiego województwa łomżyńskiego.

Ciepło eko w ŁS

Prawie 2 mln zł dotacji otrzymała Łomżyńska Spółdzielnia Mieszkaniowa od Zarządu Województwa na inwestycje w odnawialne źródła energii, zmniejszenie zanieczyszczenia powietrza. Z pieniędzy LSM zainstaluje na dachach bloków przy ul. Pięknosławskiej i ul. Wojska Polskiego 31. ogniwa fotowoltaiczne.

Miss Łomży na golasa

Miss Ziemi Łomżyńskiej Monika Bikowska zaprezentowała się w najnowszym wydaniu magazynu CKM. Monika zajmuje 1. miejsce, z których 9 wypełnione gorącymi zdjęciami z sesji, wybranej specjalnie do tego numeru. Jest też krótki wywiad o karierze. Brakuje też pytań osobistych z odczyniskami. W lipcu 2015 roku w tym samym czasopiśmie pojawiła się także Magdalena Narozna, sławna wokalistka zespołu „Pierścionki i Młodzi”.

XIX Mikrolotowe Mistrzostwa Podlaskiego 2018

**Zarezerwuj czas na rodzinny weekend w sobotę i niedzielę,
29 – 30 września**

Międzynarodowy sukces Natalii

Niezwykle utalentowana skrzypaczka Natalia Wojciechowska z Zambrowa zdobyła pierwszą nagrodę na Międzynarodowym Konkursie Skrzypcowym Ilony Feher w Budapeszcie. Ponadto Natalia, jako jedyna skrzypaczka konkursu, została zaproszona do udziału w mistrzowskich warsztatach, prowadzonych przez przewodniczącą jury Shlomo Mintz'a.

W konkursie wystąpili muzycy z Niemiec, USA, Kanady, Australii, Węgier, Turcji, Wielkiej Brytanii, Ukrainy, Finlandii, Austrii, Polski, Czech, Macedonii, Czarnogóry, Ko-



Natalia Wojciechowska z Zambrowa
rei Południowej. Młodych skrzypków oceniało międzynarodowe ju-

ry, które tworzyli wybitni artyści.

Wyjazd na konkurs współfinansował burmistrz Zambrowa Kazimierz Dąbrowski.

Natalia, której artystycznym sukcesom kibicują „Kontakty” od lat, jest uczennicą Miejskiego Gimnazjum w Zambrowie i Państwowej Szkoły Muzycznej II stopnia w Łomży, w klasie Beaty Stankiewicz. W maju na XXII Międzynarodowym Konkursie dla Instrumentów Smyczkowych im. Bohdana Warchała w Dolnym Kubinie (Słowacja) Natalia zajęła II miejsce. Gratulujemy!



Zenon Martyniuk

Patronat „Kontaktów”

Święto z disco i Martyniukiem

IV Święto Gminy Zambrów pod patronatem „Kontaktów” już w sobotę, 11 sierpnia (godz. 17.00). Rozpocznie się Festiwalem Młodej Sceny Disco Polo na placu przy świetlicy w Porytem Jabłoni.

Wójt gminy Zambrów Jarosław Kos trzy lata temu zaprosił na scenę samorodne zespoły discopolowe. Okazało się, że tak jak kiedyś w garażach i stodołach, tak i teraz wielu tworzy i gra we własnych domach. Gminny festiwal stał się okazją, aby ich inni usłyszeli, zobaczyli, ocenili i oklaskiwali. W tym roku zaprezentują się zespoły: Fan Max, Grand, Crowd, Skay's, Mateusz M., Nexus, Czyles, Electric Blue, Styczu, Roxter, Mega Stars, Akcent z Zenkiem Martyniukiem. Festiwal będzie miał charakter konkursu. Jego zwycięzcy wystąpią raz jeszcze na zakończenie (godz. 22.20).

Drugiego dnia świętowania, w niedzielę, 12 sierpnia (od godz. 14.00), przy Szkole Podstawowej w Starym Skarżynie odbędzie się IV Festyn Rodzinny, którego program wypełnią występy laureatów Gminnego Konkursu Piosenki Dziecięcej „Mały Solista”, zespołu „Szansa” z Zambrowa, „Laskowianek” ze Starego Laskowca, Zamberwów, orkiestry i mażorettek z Szumowa, Kapeli Kurpiowskiej z Łomży, Mega Stars. Będą pokazy iluzjonisty, ogłoszenie wyników i wręczenie nagród w konkursie „Moja posesja – wizytówką Gminy Zambrów”, gry i konkursy.

Będzie różnorodnie, ciekawie, wesoło, wakacyjnie.

Pijany sędzia „dobrej zmiany”

Przewodniczący II Wydziału Karnego Sądu Okręgowego w Suwałkach sędzia Waldemar M. uderzył w piątek, 3 sierpnia, na ul. Utrata z Suwałkach w tył jadącego przed nim samochodu i uciekł. Poszkodowany kierowca zdążył zapisać numer rejestracyjny auta sędziego, który został zatrzymany w Augustowie. Tam został zbadany alkomatem, który wskazał 1,8 promila alkoholu w wydychanym powietrzu. Sędziemu zostało odebrane prawo jazdy, po czym został on zwolniony. Jest zawieszony w pełnieniu obowiązków, nie kieruje też II Wydziałem

Karnym Sądu Okręgowego w Suwałkach, ale nie ma zarzutów w tej sprawie, bo chroni go immunitet.

Portal oko.press ustalił, że sędzia Waldemar M. jest prawą ręką prezesa Sądu Okręgowego w Suwałkach Jacka Sowuła. Sędzia Sowul został nominowany na to stanowisko przez Zbigniewa Ziobrę po tym, jak uchylił wyrok Sądu Rejonowego, uniewinniający działaczy KOD, oskarżonych przez policję o zakłócanie otwarcia wystawy o gen. Władysławie Andersie. Żona sędziego Waldemara M. została prezeską jednego z podlaskich są-

dów, również z nominacji ministra sprawiedliwości. Waldemar M. na dniach miał rozpatrywać trzecią już apelację od wyroku oskarżonych o zakłócenie wystawy.

Sędzia Waldemar M., który po pijanemu spowodował kolizję, tego dnia rano uczestniczył w trzech rozprawach, wynika z wokandy na stronie sądu. Jest pytanie, czy już wtedy był nietrzeźwy. Jak poinformował rzecznik Sądu Okręgowego w Suwałkach, w poniedziałek, 6 sierpnia Waldemar M. złożył rezygnację z funkcji przewodniczącego II Wydziału Karnego tego sądu.

Liderzy listy wyborczej PiS do Sejmiku

Artur Kosicki, Zdzisław Koncewicz, Marek Olbrys i Stanisław Derehajło to liderzy list PiS w jesiennych wyborach do sejmiku województwa podlaskiego, poinformował szef Prawa i Sprawiedliwości w Podlaskiem poseł Krzysztof Jurgiel.

Artur Kosicki jest szefem struktur PiS w Białymstoku i będzie „jedyneką” w okręgu białostockim. Otwierający listę w okręgu suwalskim Zdzisław Koncewicz jest radnym miej-



Marek Olbrys

skim PiS w Suwałkach. Marek Olbrys, lider listy w okręgu łomżyńskim jest wiceprzewodniczącym Sejmiku, dyrektorem Miejskiego Przedsiębiorstwa Gospodarki Komunalnej i Mieszkaniowej w Łomży. Listę w tzw. okręgu południowym otwiera Stanisław Derehajło, w przeszłości wieloletni wójt podlaskiej gminy Boćki, obecnie doradca ministra nauki Jarosława Gowina, pełnomocnik jego partii Porozumienie w województwie.

Rocznica pacyfikacji w Skłódach Borowych

Uroczystość upamiętniająca 74 rocznicę mordu na mieszkańcach wsi Skłody Borowe rozpocznie się Mszą Świętą w sobotę, 11 sierpnia (godz. 9.00), w kościele św. Kazimierza w Nowych Piekutach. Po nabożeństwie przejazd

pod pomnik ku czci pomordowanych w Skłódach Borowych i złożenie kwiatów oraz modlitwa za pomordowanych.

11 sierpnia 1944 roku Niemcy urządzili obławę i zatrzymywali każdego, kogo spotkali we

wsi. Kobiетom i dzieciom nakazali odejść do pobliskiej Dąbrówki. 21 mężczyzn zabili na podwórku Bolesławy Wojno. Podpalili część zabudowań w Skłódach Borowych oraz sąsiednie Pułazie i Krasowo Wielkie.

— POWIAT GRAJEWSKI



Wojsko na dworcu?

Pojawiła się szansa na odnowienie i przywrócenie funkcji zabytkowego dworca z 1873 r. w Grajewie. Burmistrz Dariusz Latarowski wielokrotnie podejmował rozmowy z różnymi ważnymi (nazywając ogólnie) gremiami. Każdy „rozumiał”, „widział potrzebę”, „rozważał”, może nawet coś podpowiadał, ale na tym wszystko się kończyło.

Nadzieję mieszkańcom Grajewa zrobił premier Mateusz Morawiecki, który zapowiedział gruntowny remont dworca. Na razie tylko zapowiedział. Nie czekając beczynie, burmistrz Latarowski podjął rozmowy z Wojskami Obrony Terytorialnej. Plan jest taki, aby na kondygnacji stworzyć siedzibę WOT, a na parterze prawdziwą poczekalnię, kasy biletowe, stacyjny bufet. Dowództwo WOT podjęły już rozmowy z wojewodą podlaskim i starostwem grajewskim, które zarządza obiektem.

Artyści i bankowcy dzieciom



Dzieci z Andrzejem Borusiewiczem i własnymi rzeźbami

Malarz i rzeźbiarz Andrzej Borusiewicz ze Szczuczyna wprowadził dzieci spędzające wakacje w Centrum Kultury w Szczuczynie w tajniki rzeźby. Każde dziecko na początek własnoręcznie wykonało rzeźbę w mydle.

Prezes Banku Spółdzielczego w Szczuczynie Mirosław Rainko zaprosił dzieci na warsztaty z bankowości. Szczególnym zainteresowaniem cieszył się wielofunkcyjny bankomat i jego zawartość. „W banku może być miło”, skomentowała Ola Dziegielewska.

Większy park

Prawie 46 tysięcy złotych otrzymają władze Biebrzańskiego Parku Narodowego na wykup 5 ha gruntów prywatnych leżących w granicach Parku.

Place zabaw

Wójt gminy Radziłów Krzysztof Milewski podpisał we wtorek 7 sierpnia, umowę z Zarząd Województwa Podlaskiego na dofinansowanie budowy trzech placów zabaw.

Piknik sołecki w Szczuczynie

Na piknik sołecki, 12 sierpnia (godz. 10.00) na boisku Orliki w Szczuczynie, zaprasza burmistrz Artur Kuczyński. W programie zawody sportowe sołectw.

Regaty w Rajgradzie

Na regaty żeglarskie zaprasza 11 i 12 sierpnia Yacht Club „Arcu” w Rajgradzie.

— POWIAT KOLNEŃSKI



Mszą świętą w kościele parafialnym w Małym Płocku rozpoczęły się w niedzielę uroczystości odpustowe i jubileuszowe małżeństw z gminy, które w tym roku obchodzą 50 lat małżeńskiego życia. Wójt gminy Józef Dymerski obdarował małżeństwa medalami przyznanymi na jego wniosek przez prezydenta Polski oraz najlepszymi życzeniami i kwiatami. Życzenia jubilatów złożył także celebrujący nabożeństwo odpustowe ks. kan. Jacek Kotowski. (Ze względu na ustawę RODO, Urząd Gminy w Małym Płocku nie udostępnił do publikacji nazwisk Jubilatów, którzy są na pamiątkowym zdjęciu). Wszystkim złotym parom „Kontakty” dedykują strofy ks. Jana Twarowskiego: Gdyby wszyscy mieli po cztery jabłka/ gdyby wszyscy byli silni jak konie/ gdyby wszyscy byli jednakowo bezbronni w miłości/ gdyby każdy miał to samo/ nikt nikomu nie byłby potrzebny...

Przyczepa dla uczniów

Plac manewrowy wybudowany w miejscu byłego boiska przy Zespole Szkół Technicznych w Kolnie, przyczepa do ciągników oraz postprocesory do obrabiania sterowanych magnetycznie i siłą magnetyczną, to ostatnie nabyte w szkole za unijną dotację.

Obrazy wiejskie

Projekcja filmu dokumentalnego „Obrazy wiejskie”, realizowanego w gminie Kolno oraz spotkania z reżyserką Grażyną Kędzielawską odbędzie się w niedzielę, 12 sierpnia (godz. 19.00), w remizie w Janowie.

Wtorek z teatrem i kinem

Na warsztaty teatralne i wyjście do kina do Grajewa na film „Pracownia rodzinka” zaprasza dzieci i młodzież we wtorek, 14 sierpnia GOKiS w Stawiskach.

Boża apteka



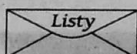
Dzika róża

Owoce dzikiej róży zbieramy przed całkowitym dojrzewaniem, gdy są już różowe i jeszcze twarde. Owoce miękkie, przejrzałe lub przemrożone zawierają znacznie mniej witaminy C! Zbiór należy dokonywać w czasie suchej i słonecznej pogody, po obsecnięciu ich z rosy. I jeszcze jedno: nie zbierać z krzewów rosnących w mieście lub przy drogach, gdyż mogą zawierać zawarte w spalinach szkodliwe substancje. Zebrane owoce róży oczyszczamy z szypulek i przepłukujemy pod bieżącą wodą.

Dzika róża zawiera duże ilości witaminy C, ponad dwadzieścia razy więcej, niż cytryny i pomarańcze! Ponadto w 100 g owoców jest 2,50 g białka, 60 g węglowodanów; 500 mg potasu, 50 mg sodu, 50 mg wapnia, 120 mg magnezu, 8 mg żelaza, 250 mg fosforu, 100 mg siarki, 8 mg chloru oraz cukry, kwas cytrynowy i jabłkowy, garbniki, czerwone barwniki oraz glikozydy. Dlatego ma zastosowanie przy awitaminozie C, skorupce, w schorzeniach przewodu pokarmowego. Stosuje się ją moczopędnie przy kamicy nerkowej, pęcherzowej i dnian oraz jako środek uspokajający przy bezsenności i pobudliwości nerwowej.

Z róży można przyrządzić syrop lub konfiturę.

Po wypłukaniu, usuwamy z owoców nasionka, zasypujemy cukrem i odstawiamy w ciemne i chłodne miejsce, aż puszczą sok. Otrzymany syrop zlewamy i krótko gotujemy, następnie przelewamy do butelki z ciemnego szkła (wyparzonej), zamykamy i przechowujemy w ciemnym miejscu. Pozostałości owoców w resztkę syropu zalewamy bardzo małą ilością wody i zagotowujemy lub przesmażamy, uzyskując konfitury, które można dodawać do herbaty.



Szukają nowego domu

Trzy małe, 3-4 miesięczne kotki (podrzucone) szukają nowego domu. Śliczne, odchowane i udomowione. Czekają na nowe rodziny. Dajmy im szansę. Kontakt (Łomża) – 600 030 191.

Jacek Sokołowski
Łomża

Kiedy pomnik księcia

W Łomży dużo jest różnorodnych akcentów związanych z obchodami 600 rocznicy nadania praw miejskich. Piękne kwiatowe napisy na skarpie od strony Piątnicy i w centrum, kolorowe donice z kwiatami, przystanki au-

tobusowe z jubileuszowym logo, fruwające wstążeczki na ulicach w centrum. Imprezom towarzyszą zapowiedzi typu: „w 600 rocznicę nadania Łomży praw miejskich...”

Na uroczystą inaugurację w czerwcu zabrakło pomnika księcia Janusza I, o którym wcześniej wielokrotnie mówiono. Były też różne projekty pomnika. Później słyszałam, że realizacja została odsunięta w czasie. Ale nie wiadomo do kiedy? Teraz o pomniku nie mówi się już nic. Kwiaty przewrotną, wstążeczki porwie wiatr, farba na ubarwionych przystankach (dziś jeszcze ładnych) z czasem wyblaknie, przystanki też się zniszczą i... co zostanie po jubileuszu? Właśnie pomnik byłby nie tylko akcentem, ale trwałym śladem obchodzonej rocznicy. Ka-

dy, kto przy nim by się zatrzymał, dowiedziałby się czegoś o historii miasta. Czy pomnik księcia Janusza I powstanie w Łomży do końca roku?

Maria Wiśniewska
Łomża

Zasrana ekologia

Odkąd Unia zakazała myć jaja, prześladowa mnie widok brudnych jaj. Czy to chów ściółkowy, wolny wybieg, klatka, czy babcia z koszykiem na targu, wszystkie jaja wyglądają jednakowo. Są obśrane. I żeby tylko. Są tam możliwe wszelkie dodatki: pióra, trawa, krew, resztki karmy (i kto wie, co jeszcze).

Wiem, że kurzych jajek nie przynosi bocian i skąd się biorą. Ale kura ma właściciela fletucha, który nie sprząta klatki albo ma taki porządek na podwórku, że lepiej tam nie zaglądać. Nie jestem przeciw Unii, jak nie myć, to nie myć. Ale przecież można chyba przetrzeć jajko na sucho z obrzydliwych dodatków. A jak kura będzie miała czysto, to i jaja będą czyste.

Drodzy producenci jaj, nie utożsamiajcie brudu z ekologią. To są dwie odmienne rzeczy.

B.B.

(nazwisko i adres znane redakcji)
Szczyrzyn

Powrót Jagiellończyka

„Pomnik jest symbolem współpracy i jedności między narodami. To tutaj podpisana została unia mielnicka. Dzięki pomnikowi bardziej pamiętać będziemy o historii Mielnika, historii województwa podlaskiego. To szczególnie ważne w tym roku, kiedy obchodzimy 100 lat odzyskania niepodległości i 20 lat samorządności”, powiedział marszałek województwa podlaskiego Jerzy Leszczyński w czasie odsłonięcia pomnika króla Aleksandra Jagiellończyka w Mielniku.

Odsłonięcie nastąpiło drugiego dnia Muzycznych Dialogów nad Bugiem. Pomnikiem i muzycznym festiwalem władze gminy Mielnik uczciły 100 rocznicę odzyskania przez Polskę niepodległości. W uroczystościach uczestniczyły delegacje i zespoły z Litwy i Białorusi oraz z za-

przyjaźnionej z Mielnikiem gminy Tarnów.

„Cieszę się, że jestem z Wami. Muzyczne Dialogi przypominają nam o naszej chwalebnej historii, zwłaszcza tych ziem, które leżały na granicy, jak ziemia mielnicka. To tu, po unii lubelskiej, została zawarta unia mielnicka, która połączyła dwa państwa. Teraz mamy Unię Europejską. Można więc powiedzieć, że byliśmy prekursorami tego typu związku”, mówił marszałek województwa Jerzy Leszczyński.

Na zamku mielnickim w 1501 roku Aleksander Jagiellończyk (wcześniej Wielki Książę Litewski) oczekiwał na koronę polską (został królem 12 grudnia 1501 r.). W Mielniku w 1501 r. podpisana została unia mielnicka, dotycząca zacieśnienia unii polsko-litewskiej. Aleksander Jagiellończyk na zamku mielnickim prze-



Pomnik Aleksandra Jagiellończyka odsłonięty 5 sierpnia w Mielniku był także w latach 1503 i 1504. W 1505 roku w Mielniku został zwołany sejm litewski. W 1569 roku Mielnik został wcielony do Korony Polskiej. W 2018 roku do Mielnika „wrócił” król.

POWIAT WYSOKOMAZOWIECKI

Statuetka Najlepsi w Gminie jest ważnym wyróżnieniem i nagrodą za konsekwentną pracę. Potwierdza też regułę, że trzeba sobie wyznaczyć cel i do niego dążyć”, powiedzieli „Kontaktom” Joanna i Artur Stańczukowie z Czyżewa, uhonorowani przez burmistrz Annę Bogucką tytułem Przedsiębiorca Roku w plebiscycie „Najlepsi w Gminie” za „przykład udanego przedsięwzięcia w zakresie rozwoju małej przedsiębiorczości na terenie gminy i za pracę na rzecz społeczności lokalnej”.

Siedem lat temu założyli w Czyżewie firmę Clim-Art, zajmującą się chłodnictwem i klimatyzacją. Nie było takiej w mieście ani w gminie. Nie stwarzali nikomu konkurencji.

Artur jest absolwentem technikum elektronicznego oraz techniki cieplnej i maszyn przemysłu spożywczego na Wydziale Mechanicznym Politechniki Białostockiej.

Joanna ukończyła studia z administracji i zarządzania. Firmą zarządzają razem. A to znaczy, że



Trzeba mieć cel

Joanna i Artur Stańczukowie

razem o wszystkim decydują, planują, a przede wszystkim pracują.

Zaczynali od przysłowiowego zera, ale z zapasem wiedzy, chęci i wizją swojego biznesu. Wystartowali w małym pomieszczeniu (15 x 20 m kw), w którym urządzili zakład. Skorzystali z dotacji Unii Europejskiej dla małych przedsiębiorstw. Dziś ich firma to nowoczesny zakład o powierzchni 450 m kw, specjalizujący się

w instalacji i naprawie samochodowych agregatów chłodniczych. Oprócz nich w firmie pracuje trzech ludzi.

Cieszą się zaufaniem klientów. Uczestniczą w życiu gminy.

„Mamy satysfakcję z własnej pracy, a otrzymane wyróżnienie potwierdza, że jest zauważana przez innych i ważna dla środowiska. Tym bardziej cieszy”, mówi Joanna i Artur Stańczukowie.

Żubr wędrowniczek

Żubr zawędrował w okolice wsi Gołasze Puszcza (gm. Wysokie Mazowieckie).

Nowe instrumenty

Fortepian marki Yamaha i dwa pianina zostały kupione w wakacje do Samorządowej Szkoły Muzycznej w Wysokim Mazowieckim, w której uczy się 150 uczniów.

Festyn rodzinny

Festyn rodzinny odbędzie się w środę, 15 sierpnia, w Jabłonie Kościelnej. W programie konkursy pieśni niepodległościowych, najładniejszą równiankę (bukie z kłosów zbóż, kwiatów i traw), najatrakcyjniejsze stoisko, zawody wędkarskie oraz pokaz historycznej grupy rekonstrukcyjnej, koncert zabawa.

Klub Seniora w Czyżewie

Seniorzy w Czyżewie mają swoje miejsce spotkań, w Świetlicy Miejskiej został utworzony Klub Seniora.

POWIAT ZAMBROWSKI



Stoisko „Boróweczki” w Drohiczyźnie; od lewej stoją: Alina Marciniak, Teresa Szymańska, Katarzyna Kornet, Iwona Wależak, Alicja Grabowska

Najlepsze „Boróweczki”

I miejsce w konkursie na najciekawsze stoisko Festiwalu „Na kulinarnej szlaku wschodniej Polski” w Drohiczyźnie zajęło Koło Gospodyń Wiejskich „Boróweczki” ze Srebrnego Borku (gm. Szumowo). Stoisko kusiło pierogami mięsami, pasztetami, chlebami, ciastami, deserami i sokami. Konkurencja była

duża, bo wystawiało się kilkadziesiąt zespołów z województw podkarpackiego, lubelskiego i podlaskiego.

Stoisko pań ze Srebrnego Borku odwiedzali i podziwiali marszałek województwa podlaskiego Jerzy Leszczyński, wicemarszałek województwa lubelskiego Grzegorz Kapusta, wójt gminy Szumowo

Jarosław Cukierman z żoną, burmistrzowie Bychawy i Drohiczyzna oraz wielu innych znakomitych gości, którym smakowały regionalne potrawy. „Jesteśmy dumne i szczęśliwe z wygranej. Dziękujemy organizatorom i sponsorom za wspaniałe nagrody”, powiedziały panie z KGW.

Pamięć 1920 roku

Mszą św. w kościele NMP Częstochowskiej w Szumowie rozpoczęła się w niedzielę, 12 sierpnia (godz. 12.00), uroczystości poświęcone 98 rocznicy zwycięskiej bitwy warszawskiej w czasie wojny polsko-bolszewickiej 1920 roku. W programie także: przemarsz z cmentarza pod pomnik żołnierzy poległych w 1920 roku w Szumowie, koncert pieśni legionowej i patriotycznej w wykonaniu aktorów Teatru Form Różnych z Zambrowa w skansenie.

W niedzielę, 5 sierpnia, na kopcu ku czci poległych w 1920 roku w Paproci Dużej został postawiony i poświęcony nowy krzyż.

Kreatywny przedszkolak

50 000 zł dotacji otrzymał Zambrow z unijnego projektu „Kreatywny przedszkolak biegle liczy i poznaje świat” na organizację od 1 września kół zainteresowań z przyrody i matematyki w miejskich przedszkolach.

Pochodząca z Zambrowa autorka Powieści Roku 2017 pt. „Kreacja” Eliza Sarnacka-Mahoney z Kolorado debiutowała w „Kontaktach”!

Własny kawałek świata

Laur

„Wciąż mieszkam w Kolorado, w mieście Fort Collins i wciąż przede wszystkim zajmuję się publicystyką oraz krzewieniem idei dwujęzyczności. Jestem amerykańską korespondentką „Dziennika Gazety Prawnej” oraz publicystką nowojorskiego „Nowego Dziennika”, poza tym redaktorem portalu edukacyjno-kulturalnego „Dobra Polska Szkoła” (DPS) w Nowym Jorku, gdzie z kolei piszę o wychowywaniu i dwujęzycznej edukacji. Trzy lata temu z redakcją DPS wymyśliłam i rozpoczęłam realizację nowego polonijnego święta na świecie, Polonijny Dzień Dwujęzyczności, który ma za zadanie celebrować dwujęzyczność naszych polonijnych dzieciaków i rodzin, a jednocześnie propagować polską kulturę i język poza granicami Polski. W ubiegłym roku, w trzeciej edycji przyłączyło się do nas ponad sto miejsc na czterech kontynentach, więc udało nam się stworzyć prawdziwie globalne wydarzenie. >Na boku< wydaję książki. >Kreacja< z 2017 roku to moja druga powieść”, mówi autorka książki za którą otrzymała tytuł Powieści Roku 2017 Eliza Sarnacka-Mahoney z Kolorado. Jako uczennica w II klasy Liceum Ogólnokształcącego w Zambrowie debiutowała w „Kontaktach”!

„Kreacja” to powieść pełna emocji, w pełni angażująca czytelnika, wciągająca, nie pozwalająca nawet na chwilę oddechu. A przy tym mówiąca wiele o nas samych i o rolach, jakie staramy się przybrać w codziennym życiu”, ocenia jurorka plebiscytu wortalu grani-ce.pl Joanna Żelazny.

Życiowy cel

O tym, że zostanie pisarką, choć tato widział w niej inżyniera, zapowiedziała polonistce Ewie Wiśniewskiej już w piątej klasie szkoły podstawowej, gdy jej wypracowanie z „Antka” zachwyci-



Eliza Sarnacka-Mahoney, 2018 rok

ło nie tylko polonistkę, mówiła „Kontaktom” dziewięć lat temu.

W liceum poszła jednak do klasy matematyczno-fizycznej, bo wiedziała, że tam jest najwyższy poziom i polskiego uczy wymagająca profesor Olga Leszczyńska. Na początku drugiej klasy polonistka zachorowała i zmarła. Od-tąd polskiego w jej klasie uczyli... wszyscy z doskonałości. Eliza uczyła się sama. Czytała repetytoria z matur i olimpiad. Pisała opowiadania. Zadebiutowała w „Kontaktach”, w dodatku dla dzieci i młodzieży. W trzeciej klasie zgłosiła się do kółka polonistycznego prof. Andrzeja Gniazdowskiego.

„Powiedziała, że chcę startować w olimpiadzie. Profesor wątpił, bo klasa nie miała polonisty. Uparłam się i przekonywałam. Napisałam zadaną pracę z „Ferdynandem” Gombrowicza. I spodobała się”, opowiada.

W trzeciej klasie doszła do olimpiady okręgowej w Białymstoku. W czwartej prof. Kossakowska popatrzyła na nią, jak na

Eliza uczyła się sama. Czytała repetytoria z matur i olimpiad. Pisała opowiadania. Zadebiutowała w „Kontaktach”, w dodatku dla dzieci i młodzieży. W trzeciej klasie zgłosiła się do kółka polonistycznego prof. Andrzeja Gniazdowskiego.

kosmitkę, gdy usłyszała o olimpiadzie polonistycznej. „Znow się uparłam. Profesor sprawdziła, co umiem. Była zaskoczona i... uwierzyła we mnie”.

Na eliminacjach centralnych Eliza zajęła trzecie miejsce w Polsce! To był indeks. Zdała na maturę język angielski na piątkę i zaczęła studiować filologię angielską na UW. Na drugim roku wyjechała na stypendium do Anglii. Po powrocie zrobiła w Polsce magisterium.

Na rozdrożu

W Anglii poznała Patryka z Ameryki, przyszłego inżyniera

ra mikroprocesorów. „Oświadczyny były w Anglii, u rodziców w Polsce przyjęcie zaręczynowe, w Ameryce ślub. Zamieszkaliśmy w Kalifornii, Patryk pracował w Krzemowej Dolinie. Od 11 lat mieszkamy w Kolorado”, mówi.

W Ameryce, bywało, czuła się jak na rozdrożu. Od momentu, gdy urodziła pierwszą córkę, nazywa Amerykę drugą ojczyzną. Rozdroże dotyczyło także pasji. Pierwsze dwa lata pobytu w Stanach pisała w języku angielskim.

„Nie potrafię równie dobrze pisać w obu językach na raz. Musiałam wybrać. Wybrałam polski”, wspomina. Po polsku napisała książkę dla kobiet „Dom naszych marzeń” (Wydawnictwo Zys i S-ka, 2008), tomik wierszy „Czas od dzielenia”, opowiadania dla dzieci i „Zbędnik inteligenta” (Wydawnictwo Nowy Świat, 2008).

W czasie pięciomiesięcznego pobytu w Zambrowie (przyjechała, żeby córki, dziewięcioletnia Natalia i pięcioletnia Wiktoria, doskonalili język polski) powstała druga część „Zbędnika inteligenta”. W szufladzie czekały opowiadania, a w wydawnictwie „Lot nad amerykańskim gniazdem”. Eliza pisała felietony do „Więści Zambrowskich”, „Pulsu Biznesu”, „Rzeczpospolitej”, „Życia Warszawy”, „Nowego Państwa”, „Twojego Stylu”. W czasie jednych z wyborów prezydenckich w Ameryce była korespondentką „Dziennika”. Zebrała wówczas mnóstwo komentarzy ekspertów i wywiadów, których nie wykorzystała w bieżących relacjach, a które pozwalają zrozumieć zmiany w Ameryce. Zawarła je w książce „Odziedziczona rewolucja” (Prószyński i S-ka). W 2016 r. ukazała się trzecia jej książka publicystyczna o USA pt. „Amerykańskie wstrząsy”. Teraz zapowiada serię powieści detektywistycznych dla dzieci.

Cząstka spełnienia

„To wielki przywilej, że mogę robić, to co pragnę. W jakiejś części czuję się spełniona, coś mi się udało. Ale czuję też, że jeszcze kilka rzeczy mam do powiedzenia, do napisania, do zrobienia”, mówi debiutantka „Kontaktów” Eliza Sarnacka-Mahoney.

MARIA TOCKA

„Pływadło”

Stowarzyszenie Lokalna Organizacja Turystyczna Ziemia Łomżyńska wybrało niecodzienny sposób dla uczczenia okrągłej rocznicy obchodów nadania praw miejskich Łomży. Tysiące widzów tegorocznych 23. Mistrzostw Polski w „Pływaniu na byle czym” w Augustowie pod patronatem Radia Białystok, mogło podziwiać rekonstrukcję historyczną nadania praw z parą książęcą w roli głównej na specjalnie skonstruowanym „pływadło”.

Działacze łomżyńskiego stowarzyszenia, propagującego rozwój turystyki, dla swojego pomysłu promującego Łomżę i jej związaną z Narwią historię, pozyskali najpierw patronat prezydenta Łomży Mariusza Chrzanowskiego i partnerstwo z MOSiR Łomża, a następnie akceptację organizatorów Mistrzostw. Nawiązując do ich nazwy, wyporność swojej ekologicznej konstrukcji zbudowali na kilkuset pustych opakowaniach plastikowych, zaś pokład tratwy ozdobiony został specjalnie dedykowanym dla obchodów rocznicy żaglem z ponad 100-letnią panoramą, przedstawiającą łomżyński port rzeczny.

Dwór księcia Janusza I

W czasie parady na rzece Netta, widzowie augustowskich mistrzostw, mogli na pokładzie pływającej jednostki z Łomży obejrzeć pieczołowicie odtworzoną rekonstrukcję historyczną, w trakcie której marszałek dworu książęcego w obecności pary książęcej i dworskiego duchownego, odczytał łomżyński mieszczańskiemu akt nadania przez księcia praw miejskich. Rekonstruktorzy dla zachowania klimatu historycznego mieli na sobie stylowe szaty, natomiast na szczycie masztu powiewał historyczny sztandar księcia mazowieckiego Janusza I, zwanego Starszym. Łomżyńska załoga



Jubileusz na Netcie



Załoga z Łomży przed startem (od lewej): Wiesława Krajewska, Ryszard Krajewski, Wojciech Winko, Andrzej Wszeborowski, Krystyna Faryna, Kazimierz Trzaska

otrzymała honorowy dyplom Mistrzostw, a co ważniejsze, gromkie oklaski i gratulacje publiczności za oryginalny historyczny pomysł oraz „nie byle jakie” wykonanie samej tratwy oraz żagla.

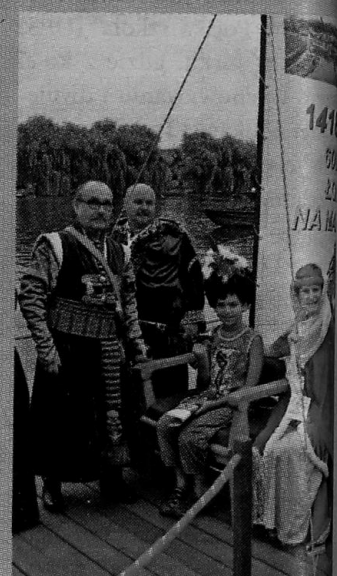
Głośno o Łomży

Start załogi z Łomży w augustowskich Mistrzostwach wzbudził wiele pozytywnych reakcji. Miejsce cumowania jednostki przy nabrzeżu Netty odwiedziło setki turystów, z których wielu skorzystało z okazji wykonania sobie pamiątkowego zdjęcia na książęcym tronie. Otrzymali też kilkaset egzemplarzy okolicznościowego wydawnictwa Urzędu Miasta, poświęconego jubileuszowi urodzin Łomży, a samą paradę obejrzało tysiące widzów, a relację z niej transmitowały ogólnopolskie telewizje i publiczne radio.

LOT Ziemia Łomżyńska na Mistrzostwach nie poprzestało i ma pomysł wykorzystania swojego „pływadła” dla dodatkowej promocji Łomży stałym cumowaniem w łomżyńskiej marinie oraz okazjonalnym uczestnictwem jednostki w wodniackich imprezach.

Podziękowania

Zarząd Lokalnej Organizacji Turystycznej Ziemia Łomżyńska, jako organizator całości prezentacji w Augustowie, dziękuje wszystkim, bez których pomocy trudno byłoby sobie wyobrazić skuteczną realizację szczytnego celu, jaki przyświecał jego realizatorom, w tym: prezydentowi Łomży Mariuszowi Chrzanowskiemu, MOSiR Łomża i pracownikom Portu Łomża, Muzeum Północno-Mazowieckiemu (a w szczególności Bolesławowi Deptule), probosz-



Pamiątkowe zdjęcie widza Mistrzostw w roli księcia mazowieckiego

czowi parafii pw. Wniebowzięcia Najświętszej Maryi Panny w Śniadowie ks. mgr Tomaszowi Wildorowi oraz firmom: Miliszkiewicz Metal Obróbka CNC w Łomży, Roboty Ogólnobudowlane konserwacja Zabytków Andrzej J. Wszeborowski, Tardex. PPHU Tarcica budowlana z Łomży, Sanmet sp.j. Metal Salon Art. Metalowych, Narzędzia i Elektronarzędzia w Łomży, Złotownia T & J Sails. Producent żagli Jarosław Wołowicz z Gizyckiej Farbox K. Tarkowski i Wspólnicy sp. j. o/Łomża, Hotel Karmel Ryszard Iwaszkiewicz w Augustowie, a także instytucjom: Liceum Plastyczne im. Wojciecha Kossaka w Łomży, Klasztor Zakonu Bractwa Mniejszych Kapucynów w Łomży, wolontariuszom Weronice, Nicołi, Malwinie, Krzysztofowi Pałskiemu i Jerzemu Konowalkowi z Łomży. (kow)

Pij polskie soki!



Owoc pracy polskich sadowników teraz na wyciągnięcie ręki.
Bogata oferta smacznych, naturalnych soków!
Dla tych, którzy są spragnieni polskich smaków, kierunek jest jeden.
Kierunek ORLEN.

#polskiesoki



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

Zlecę rozbiórkę domu
jednorodzinny w Łomży.
Tel. 602 – 224 – 343
(p-000836-o-i)

**PRODUCENT SIATKI
OGRODZENIOWEJ.**
Bramy, słupki,
PANELE OGRODZENIOWE.
86/216 22 27, 604 231 333
www.siatki-stal.pl
(fak.00127/18-o-i)

FINANSE

Expresowa gotówka.
Tel. 500 – 547 – 057
(fak.00098/18-o)

NIERUCHOMOŚCI

Z powodu choroby zamienię M3, IV
piętro, ul. Dmowskiego, Łomża, na
M4 parter. Tel. 603 – 446 – 934
(fak/sms)

Sprzedam mieszkanie 3 pokojowe,
pow. 60,7 m² w Łomży, ul. Plac
Pocztowy 2. Tel. 515 – 154 – 750
lub 501 – 846 – 195
(p-000843-o)

OKAZJA!

Do sprzedaży nieruchomość
wraz z budynkami w Łomży przy
ul. Poligonowej 18:

1. Działka o pow. 5 353 m²
uzbrojona, utwardzona,
dobra lokalizacja.
2. Budynek biurowo – socjalny
I piętrowy, podpiwniczony 212 m²
3. 2 hale o pow. 200 i 220 m²
Tel. (86) 218 – 07 – 24,
600 – 257 – 256 lub
602 – 641 – 640
(fak.00134/18-o)

ODDAM

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

Oddam kwiaty doniczkowe
i kwitnące oleandry,
ul. Ks. Janusza 4/32.
Tel. (86) 218 – 18 – 60
(o/b)

Oddam odzież używaną w dobrym
stanie. Tel. 519 – 178 – 552
(o/b)

PRACA

Zatrudnię pomocnika na budowę.
Praca w delegacji od poniedziałku
do piątku. Tel. 519 – 403 – 594
(fak/sms)

Szukam do pracy w Niemczech,
wrzesień–październik. Praca przy
kwiatkach. Tel. 692 – 059 – 736
(p-000845-o)

Opieka Niemcy Legalnie.
Tel. 725 – 248 – 935
(fak.00097/18-o-i)

PEPEES S.A. zatrudni pracowników
na okres kampanii ziemniaczanej
2018 r. Wymagane badania
sanitarno-epidemiologiczne. Mile
widziane uprawnienia na wózki
widłowe. E-mail: sprzestrzelska@pepees.pl Tel. (86) 215 – 58 – 17,
tel. (86) 215 – 58 – 18
(fak.00133/18-o)

PRZYJMĘ

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

ROLNICTWO

Zakupię ciągniki Ursus, Zetor,
New Holland, Massey Ferguson,
Same Landini, Pronar, każdy stan
oraz maszyny rolnicze. Gotówka
od ręki, odbiór z podwórka.
Dzwoń, pisz smsa – oddzwonię.
Tel. 660 – 795 – 977
(fak/sms)

TRANSPORT

Belgia, Niemcy, Holandia, soboty,
niedziele, poniedziałki, środy,
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)



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



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



OGŁOSZENIE BURMISTRZA MIASTA ZAMBRÓW

o wyłożeniu do publicznego wglądu projektu miejscowego planu zagospodarowania przestrzennego części
miasta Zambrów w rejonie ulic: Białostockiej i Papieża Jana Pawła II
wraz z prognozą oddziaływania na środowisko.

Na podstawie art. 17 pkt 9
i pkt 11 ustawy z dnia 27 marca
2003 r. o planowaniu i zagospo-
dodarowaniu przestrzennym
(tekst jednolity Dz. U. z 2017 r.
poz. 1073 z późniejszymi zmiana-
mi), uchwały nr 166/XXIX/17
Rady Miasta Zambrów z dnia
20 czerwca 2017 r. oraz art. 39
i art. 54 ust. 3 ustawy z dnia
3 października 2008 r. o udo-
stępnianiu informacji o środo-
wisku i jego ochronie, udzia-
le społeczeństwa w ochronie
środowiska oraz o ocenach
oddziaływania na środowisko
(tekst jednolity z 2017 r. poz.
1405 z późniejszymi zmiana-

mi) zawiadamiam o wyłożeniu
do publicznego wglądu projektu
miejscowego planu zagospodarowania
przestrzennego części miasta
Zambrów w rejonie ulic: Białostockiej
i Papieża Jana Pawła II wraz z
prognozą oddziaływania na środo-
wisko, w dniach
**od 21 sierpnia 2018 r. do 12
września 2018 r.**, w siedzibie
Urzędu Miasta Zambrów, ul.
Fabryczna 3, 18-300 Zambrów,
pokój nr 208, w dniach pracy
Urzędu w godzinach 8⁰⁰-15⁰⁰.

Dyskusja publiczna nad przy-
jętymi w projekcie planu miej-
scowego rozwiązaniami od-

będzie się w dniu **5 września
2018 r.** w siedzibie Urzędu
Miasta Zambrów, ul. Fabrycz-
na 3, 18-300 Zambrów, pokój
nr 214 o godzinie 12⁰⁰.

Zgodnie z art. 18 ustawy
o planowaniu i zagospodarowa-
niu przestrzennym, każdy
kto kwestionuje ustalenia przy-
jęte w projekcie miejscowego
planu, może wnieść uwagi.
Uwagi należy składać na pi-
śmie do Burmistrza Miasta Za-
mbrów z podaniem: imienia
i nazwiska lub nazwy jednostki
organizacyjnej, adresu i ozna-
czenia nieruchomości, której
uwaga dotyczy.

Jako wniesione na piśmie
uznaje się również uwagi wnie-
sione za pomocą elektronicz-
nej skrzynki podawczej w rozu-
mieniu przepisów ustawy z dnia
17 lutego 2005 r. o informatyzacji
działalności podmiotów re-
alizujących zadania publiczne
(Dz. U. z 2017 r. poz. 570):

- 1) opatrzone kwalifikowanym
podpisem elektronicznym albo
- 2) opatrzone podpisem po-
twierdzonym profilem zaufa-
nym ePUAP.

Uwagi można wносить w nie-
przekraczalnym terminie do
dnia 28 września 2018 r.

PREFBET
ŚNIADOWO

PPB „PREFBET” Spółka z o.o.

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

3,94 zł

PUSTAK SZALUNKOWY
Cena brutto za 1 szt
loco Śniadowo

8,60 zł

BETON KOMÓRKOWY
24 x 24 x 59
Cena brutto za 1 szt
loco Śniadowo

IDEALNE POŁĄCZENIE

**KOMIN
SKORSTEN
Classic 200
- 6 mb**

Teraz tylko
1509 zł
Cena brutto



Teraz tylko
15,80 zł
worek Cena brutto

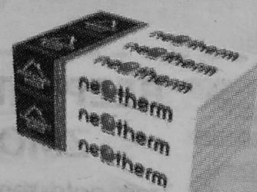
**ZAPRAWA
KLEJOWA
PREFBET
TERMO-BIAŁA**

Zużycie:
4kg/1 m²
Opakowanie: 25 kg;



Teraz tylko
17,50 zł/szt
Cena brutto

Rigips 260 x 120
**PŁYTA
KARTONOWO-
GIPSOWA**



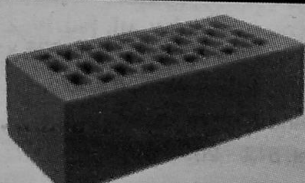
Teraz tylko
55 zł/op.
Cena brutto

**PŁYTA
STYROPIANOWA
FASADA**



Teraz tylko
65 zł/rolka
Cena brutto

**PAPA
ICOPAL
W 400**



**CEGLA
ROBEN
NFM16**

Teraz tylko
1,69 zł/szt
Cena brutto

**WEŁNA
ISOVER UNIMATA
GR 15 CM**

Teraz tylko
14,50 zł/m²
Cena brutto



**Cement II
SKORSTEN**

Teraz tylko
385 zł/t
Cena brutto



ODDZIAŁ ŚNIADOWO

tel. 86 217 62 95
poczta@prefbet.pl

ODDZIAŁ ŁOMŻA

tel. 86 218 06 72
handel@prefbet.pl

ODDZIAŁ ZAMBRÓW

tel. 86 475 04 24
www.prefbet.pl

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 Garbusa, (1999),
 cena do uzgodnienia,
 tel. 792 - 521 - 316

Sprzedam Mercedes Kaczka,
 (1994), stan dobry, cena do
 uzgodnienia, tel. 792 - 521 - 316

Sprzedam Volkswagen Jetta,
 (2008), 1.9 diesel, kolor grafitowy,
 czysty, zadbane, możliwa zamiana,
 cena 18 700 zł, tel. 692 - 259 - 814

Sprzedam Peugeot 106, (1999), 1.1
 benzyna, stan dobry, 5-drzwi, mały
 przebieg, cena 1 900 zł,
 tel. 511 - 393 - 819

Sprzedam Volkswagen Golf 3,
 (1993), 1.4 benzyna, stan dobry,
 3-drzwi, cena 1 200 zł,
 tel. 511 - 393 - 819

Sprzedam Lublin FS, (2003),
 wywrotka, 2.5 diesel, możliwa
 zamiana, cena 7 900 zł,
 tel. 660 - 636 - 023

Sprzedam Citroen Xsara Picasso,
 (2004), 1.6 HDJ, szary metalik,
 rejestracja w kraju w 2014 r.,
 cena 7 200 zł, tel. 532 - 177 - 513
 lub 660 - 636 - 023

Sprzedam Hyundai Tucson, (2008),
 2.0 benzyna, cena 24 000 zł do
 uzgodnienia, tel. 606 - 735 - 305

Sprzedam przyczepkę,
 niezarejestrowana, cena 800 zł,
 tel. 571 - 232 - 731

Sprzedam Opel Zafira, (2004), 1.8
 benzyna, 16V, po liftingu,
 climatronic, alufelgi, pierwszy
 właściciel, serwisowany,
 cena 13 700 zł, tel. 534 - 611 - 709

Sprzedam Toyota Avensis, (2004),
 2.0 D4D, kombi, czarna perła,
 climatronic 2-strefowy, elektryczne
 szyby, lusterka składane,
 tempomat, 8 poduszek,
 bezwypadkowy, cena 16 500 zł,
 tel. 733 - 653 - 595 lub
 534 - 611 - 709

Sprzedam Opel Corsa, (1995), 1.2
 benzyna, stan dobry, wymieniony
 rozrząd, przegląd i OC ważne do
 maja 2019 r., cena 2 500 zł,
 tel. 728 - 948 - 498

Sprzedam Opel Omega, (1995), 2.0
 benzyna + gaz, cena 3 000 zł,
 tel. 605 - 238 - 417

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

Sprzedam BMW E36, 1.6 B, na
 łańcuszku, silnik skrzynia, bardzo
 dobry sportowy tłumik,
 cena 1 600 zł, tel. 726 - 230 - 707

Sprzedam Volkswagen Passat B5,
 (1998), 1.9 TDI, diesel, kolor
 czerwony, stan dobry, do lekkich
 poprawek, cena 2 800 zł do
 uzgodnienia, tel. 518 - 405 - 513

Sprzedam Volkswagen Polo,
 (2009), 1.4 TDI, 5-drzwiowy, stan
 bardzo dobry, cena 16 000 zł,
 tel. 503 - 909 - 259

Sprzedam Daewoo Lanos, (2002),
 sedan, 1.4 benzyna + gaz, przebieg
 115 000 km, kolor granatowy,
 garażowany, zadbane, nie wymaga
 wkładu finansowego, okolice
 Łomży, cena 3 000 zł do
 uzgodnienia, tel. 885 - 991 - 175

Sprzedam skuter motorower 80
 cm³, zarejestrowany na 50 cm³,
 stan bardzo dobry, cena 1 500 zł,
 tel. 517 - 284 - 899

Sprzedam Mercedes A170 Long,
 (2003), kolor srebrny, przebieg
 172 000 km, automat, klimatyzacja,
 2 komplety kół, zadbane, sprawny
 technicznie, cena 7 900 zł,
 tel. 601 - 769 - 661

Sprzedam Hyundai Elantra, (2002),
 1.8 benzyna, cena 2 500 zł,
 tel. 510 - 060 - 081

Sprzedam Citroen Berlingo, (2010),
 1.6 diesel, kolor srebrny, salon
 Polska, przebieg 126 000 km,
 cena 18 000 zł do uzgodnienia,
 tel. 510 - 977 - 337

Sprzedam opony 17 cali, 235 x 55
 x 17, 40% bieżnik, 4 sztuki,
 cena 70 zł za sztukę,
 tel. 512 - 205 - 918

Sprzedam Volkswagen Golf 4,
 (1999), 1.4 benzyna, 5-drzwiowy,
 granatowa perła, przebieg 210 000
 km, cena 3 400 zł do uzgodnienia,
 tel. 604 - 588 - 305

Sprzedam Skoda Superb, (2015),
 2.0 TDI, pierwszy właściciel, stan
 idealny, cena 65 000 zł,
 tel. 508 - 585 - 394

Sprzedam Volkswagen Passat
 (2010), 2.0 TDI, 80 KM, pierwszy
 właściciel, stan idealny,
 cena 42 000 zł, tel. 508 - 585 -

Sprzedam Ford Mondeo, (1998),
 1.8 benzyna, cena 1 000 zł,
 tel. 518 - 104 - 349

Sprzedam Skoda Fabia II, (2000),
 pełne wyposażenie, nowe opony,
 hak, długie opłaty, cena 15 200 zł,
 tel. 572 - 021 - 566

Sprzedam Volkswagen Golf V,
 (2005), 1.9, 90 KM, kolor czarny,
 5-drzwiowy, w ciągłej eksploatacji,
 cena 13 000 zł, tel. 515 - 839 -

Sprzedam Toyota Avensis, (2000),
 przebieg 240 000 km, opony
 zimowe, cena 13 500 zł,
 tel. 534 - 138 - 856

Sprzedam Ford Fiesta, 1.3 16V,
 5-drzwiowy, bogate wyposażenie,
 stan bardzo dobry, cena 2 500 zł,
 tel. 512 - 576 - 250

Sprzedam Ford Focus, (2001),
 1.6 16V, kombi, cena 3 700 zł do
 uzgodnienia, tel. 724 - 391 - 4

Sprzedam Opel Astra, (2003),
 diesel, srebrny, cena 6 900 zł do
 uzgodnienia, tel. 509 - 018 - 2

Sprzedam BMW 325, (1996),
 diesel, kolor niebieski,
 cena 2 900 zł do uzgodnienia,
 tel. 509 - 018 - 212

Sprzedam Seat Cordoba, (1998),
 1.4 benzyna, cena 1 200 zł,
 tel. 505 - 859 - 186

Sprzedam Toyota Yaris, (2007),
 benzyna + gaz sekwencja,
 5-drzwiowy, srebrny metalik, stan
 bardzo dobry, cena 13 000 zł,
 tel. 502 - 787 - 601

Sprzedam Honda Jazz, (2004),
 benzyna, przebieg 100 000 km,
 książka serwisowa, cena 10 900 zł,
 tel. 607 - 326 - 189

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 niepro-
 wadzająca handlowej działalności motoryzacyjnej.

Czytelny podpis:

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

OGŁOSZENIA BEZPŁATNE ROLNICZE

Sprzedam pługi obrotowe
niemieckie, 2-skibowe,
cena 1 200 zł, tel. 609 - 320 - 169
(o/b)

Sprzedam opryskiwacz 400 litrów,
cena 650 zł, tel. 609 - 320 - 169
(o/b)

Sprzedam kosiarkę Osa, listwowa,
stan bardzo dobry, cena 750 zł,
tel. 609 - 320 - 169
(o/b)

Sprzedam rozrzutnik obornika
Cynkomet, (2003), stan dobry,
cena 7 800 zł, tel. 508 - 284 - 532
(o/b)

Sprzedam kosiarkę, bębnowa,
Samasz, szerokość robocza 1,85 m,
(2011), Gmina Rutki, cena 4 500 zł,
tel. 602 - 674 - 670
(o/b)

Sprzedam ciągnik C-330 M, (1988),
stan bardzo dobry, cena 19 000 zł,
tel. 571 - 232 - 731
(o/b)

Sprzedam przystawkę pasową
ciągnika C-330 M, cena 300 zł,
tel. 571 - 232 - 731
(o/b)

Sprzedam prosiaki 8-tygodniowe,
10 sztuk, cena 150 zł do
uzgodnienia, tel. 500 - 805 - 221
(o/b)

Sprzedam pługi 3-skibowe Unia
Grudziądz, cena 1 250 zł do
uzgodnienia, tel. 506 - 794 - 926
(o/b)

Sprzedam brony 3-polowe,
cena 300 zł, tel. 506 - 794 - 926
(o/b)

Sprzedam plug zagonowy
Kverneland AB100, 4-skibowy,
(2010), cena 18 200 zł do
uzgodnienia, tel. 507 - 626 - 400
(o/b)

Sprzedam zaczep do Ursusa
C-360, cena 150 zł,
tel. 515 - 014 - 721
(o/b)

Sprzedam sprężarkę do Ursusa,
cena 200 zł, tel. 515 - 014 - 721
(o/b)

Sprzedam maszynę do młócenia
zboża, cena 200 zł do uzgodnienia,
tel. 885 - 991 - 175
(o/b)

Sprzedam ciągnik Zetor Major
3011, cena 5 000 zł,
tel. 514 - 033 - 989
(o/b)

Sprzedam byczka, mięsny,
2-tygodniowy, okolice Czyżewa,
cena 800 zł, tel. 727 - 251 - 708
(o/b)

Sprzedam kosiarkę, rotacyjna, 1,65 m,
cena 800 zł, tel. 515 - 014 - 721
(o/b)

Sprzedam pługi 3 grudziądzkie,
polskie, cena 420 zł,
tel. 668 - 354 - 389
(o/b)

Sprzedam ciągnik MF-255, (1987),
2 400 mh, wersja angielska, kabina
fabryczna, cena 27 000 zł,
tel. 502 - 363 - 553
(o/b)

Sprzedam jałówkę, cielna,
Siemental, wycielenie wrzesień,
cena 4 700 zł, tel. 784 - 075 - 106
(o/b)

Sprzedam przyczepę 10 t,
cena 5 300 zł, tel. 696 - 097 - 722
(o/b)

Sprzedam siewnik Poznaniak,
(1997), na przekładnię olejową,
cena 4 700 zł, tel. 507 - 144 - 467
(o/b)

Sprzedam kombajn zbożowy Fahr,
(1985), w bardzo dobrym stanie,
cena 16 000 zł do uzgodnienia,
tel. 508 - 393 - 624
(o/b)

Sprzedam prasę kostkującą Welger
AP52, stan bardzo dobry,
cena 6 500 zł do uzgodnienia,
tel. 796 - 854 - 674
(o/b)

Sprzedam prasę kostkującą Sipma,
stan bardzo dobry, cena 9 500 zł
do uzgodnienia,
tel. 660 - 042 - 926
(o/b)

Sprzedam kombajn zbożowy
podczepiany do traktora, 100%
sprawny, stan bardzo dobry,
cena 2 900 zł do uzgodnienia,
tel. 509 - 917 - 610
(o/b)

Sprzedam ciągnik New Holland,
(1999), zadbane, nowe szerokie
koła z tyłu, cena 46 000 zł do
uzgodnienia, tel. 660 - 344 - 292
(o/b)

Sprzedam wagę elektroniczną do
żywca na przyczepie specjalnej,
stan bardzo dobry, zarejestrowana,
opłacone OC, aktualny przegląd
techniczny, cena 12 500 zł do
uzgodnienia, tel. 506 - 166 - 492
(o/b)

Sprzedam przyczepę, 2-osiową, na
resorach, nowe opony, stan bardzo
dobry, cena 3 900 zł do
uzgodnienia, tel. 503 - 974 - 093
(o/b)

Sprzedam młynek bijakowy do
zboża, w pełni sprawny,
cena 1 000 zł do uzgodnienia,
tel. 501 - 121 - 742
(o/b)

Sprzedamabinę do ciągnika
C-360, komplet mocowań,
cena 800 zł, tel. 690 - 881 - 027
(o/b)

Sprzedam prasę Welger 41, stan
bardzo dobry, cena 3 500 zł,
tel. 609 - 320 - 169
(o/b)

Sprzedam kłacz, 8-letnia,
kasztanka, waga około 750 kg, do
zażrebień, bardzo spokojna, do
zaprzęgania, cena 10 000 zł do
uzgodnienia, tel. 609 - 320 - 169
(o/b)

Sprzedam wagę elektroniczną, stan
bardzo dobry, do 150 kg,
cena 250 zł, tel. 724 - 254 - 357
(o/b)

Sprzedam pługi 4-skibowe Unia
Grudziądz, cena 1 100 zł,
tel. 724 - 254 - 357
(o/b)

Sprzedam pługi 4-skibowe
Stelmech, mało używane,
cena 3 200 zł, tel. 724 - 254 - 357
(o/b)

Sprzedam silos zbożowo-pasowy,
25 t, stan bardzo dobry,
cena 3 000 zł, tel. 609 - 320 - 169
(o/b)

Sprzedam bele sianokiszonki, 50
sztuk, cena 125 zł za sztukę,
tel. 508 - 521 - 278
(o/b)

Sprzedam młynek bijakowy,
cena 900 zł, tel. 508 - 521 - 278
(o/b)

Sprzedam byczki HO 2 sztuki,
6-tygodniowe, cena 600 zł,
tel. 661 - 737 - 639
(o/b)

Sprzedam prasę Welger RP-200,
cena 12 500 zł, tel. 500 - 702 - 706
(o/b)

Sprzedam słomę w belach 130, po
pasowej prasie, 36 sztuk,
możliwość dowozu, cena 70 zł za
sztukę, tel. 661 - 774 - 594
(o/b)

Sprzedam jałówkę, wysokocielna,
Siemental, cena 6 000 zł,
tel. 694 - 388 - 615
(o/b)

Sprzedam beczkowóz 7 000 litrów,
cena 12 000 zł, tel. 694 - 388 - 615
(o/b)

KUPON

BEZPŁATNE OGŁOSZENIE ROLNICZE

Treść ogłoszenia do 15 słów:

Warunkiem ukazania się ogłoszenia jest
podanie ceny!

Imię i nazwisko ogłaszającego: _____

Adres: _____

Tel.: _____

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

Czytelny podpis: _____

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

TAXI 19-191

RADIO MP

TAXI POLSKA 19 100

Najlepsze korporacje w Polsce zjednoczone dla Twojego bezpieczeństwa

www.taxi.lomza.pl ☎ 86 216 32 86

www.kontakty-tygodnik.com.pl

■ Nr 32 ■ 12 sierpnia 2018

KONTAKTY

17

REPORTAŻE ŚLUBNE TANIEJ NIŻ MYŚLISZ



PRZYJDŹ SPRAWDŹ OBEJRZYJ

foto gabs digital

ŁOMŻA, STARY RYNEK 16, tel. 86 216 77 16, studio@fotogabs.pl



**WZNIĘŚ
REC!**

I WEJDŹ NA

WWW.eContentLab.PL

Kierow
rzeniu au
za – Augu
dźwiękoc

Pijan

Śmierc
zakończył
ny (1,9 pro
yoty prius
który w Ły
Choć na m
przyleciał
Pogotowia
ratownicy
cję pasażer
matką kier
uratować.
mienią do
surowa odp

Zasłab

Źle poc
mieszkanie
na S 8 w ok
stanowił zj
pobocze. W
zahaczył o
pasem san
go, ale uda
i zatrzyma
stało, ze wz
przewiezio
Podróżując
odniosła za

Wtargna

Dwunas
dący chod
ską w Zam
z chodnika
koła volvo.
kanka Zam
liwości wyh
cia w celu u
Dziecko zos
wane heliko
teckiego Dzi
nicznego w



Kierowca i pasażerka, podróżujący lexusem, zostali ranni po zderzeniu auta z łośiem na obwodnicy Bargłowa Kościelnego (trasa Łomża – Augustów). Lexus po zderzeniu ze zwierzęciem uderzył w barierki dźwiękochłonne. Łoś zginął na miejscu.

Pijany zabił własną matkę

Śmiercią własnej matki (49 lat) zakończył jazdę kompletnie pijany (1,9 prom.) kierowca (30 lat) toyoty prius z powiatu ostrołęckiego, który w Łysych uderzył w drzewo. Choć na miejsce wypadku szybko przyleciał helikopter Lotniczego Pogotowia Ratunkowego, którego ratownicy podjęli długą reanimację pasażerki, która okazała się matką kierowcy, nie udało się jej uratować. Oprócz wyrzutów sumienia do końca życia, czeka go surowa odpowiedzialność prawna.

Zasłabł za kierownicą

Źle poczuł się kierujący mazdą mieszkaniec (45 lat) Białegostoku na S 8 w okolicach Szumowa i postanowił zjechać z lewego pasa na pobocze. Wykonując ten manewr, zahaczył o tył jadącego prawym pasem samochodu ciężarowego, ale udało mu się wyhamować i zatrzymać. Choć nic mu się nie stało, ze względu na stan zdrowia przewieziony został do szpitala. Podróżująca z nim pasażerka nie odniosła żadnych obrażeń.

Wtargnął pod samochód

Dwunastoletni chłopiec, jadący chodnikiem ul. Łomżyńską w Zambrowie nagle zjechał z chodnika na jezdnię prosto pod koła volvo. Kierująca nim mieszkanka Zambrowa nie miała możliwości wyhamowania lub odbić w celu uniknięcia zderzenia. Dziecko zostało przetransportowane helikopterem do Uniwersyteckiego Dziecięcego Szpitala Klinicznego w Białymstoku.

Dachowanie w Elżbiecinie

Dachowaniem skończyła się próba wyprzedzenia ciężarówki przez osobowy bus. Kierowca busa w ostatniej chwili zauważył jadący z naprzeciwka samochód, dość gwałtownie wrócił na swój pas, ale jego auto złapało pobocze, uderzyło w skarpetę, przewróciło się i zatrzymało na betonowym ogrodzeniu. Kierowca miał szczęście, bo nic mu się nie stało.

Nie zabijaj osy!



Przyrodnicy ostrzegają: nie zabijaj osy nawet, gdy cię użądli. Dlaczego? Zabicie jednej osy powoduje atak wszystkich z gniazda, ponieważ w chwili zabicia rozrywa się woreczek jadowy i uwalnia się substancja, której woń prowokuje owady do ataku.

Co robić, gdy osa lub pszczoła nas użądli? Jeżeli użądlny nie ma uczulenia na jad owadów, należy szybko, ale ostrożnie wyciągnąć żądło, żeby nie uszkodzić woreczka jadowego, gdyż może to zwiększyć dawkę jadu, miejsce użądlenia dokładnie umyć wodą z mydłem i przyłożyć zimny okład. Jeżeli ma uczulenie na jad, należy wypić wapno musujące, do miejsca użądlenia przyłożyć zimny okład z lodu i jak najszybciej wezwać pogotowie ratunkowe.

Patronat "Kontaktów"



IV Mistrzostwa Powiatu Zambrowskiego oraz IV Mistrzostwa Województwa Podlaskiego Służb Mundurowych w Kolarstwie Szosowym pod patronatem wiceministra MSWiA Jarosława Zielińskiego odbędą się w niedzielę, 19 sierpnia, w Paproci Dużej (gm. Szumowo). Zapisy na miejscu startu w dniu zawodów, w godz. 13.00 – 13.45. Regulamin i szczegółowe informacje na stronie internetowej www.powiatzambrowski.com. Organizatorem Mistrzostw jest powiat zambrowski oraz Sporteam Zambrów, współorganizatorem Komenda Wojewódzka Państwowej Straży Pożarnej w Białymstoku. Fot. policja

Poradnia psychologa

Mam kłótniwe córki

Moje córki (15 i 14 lat) potwornie się kłócą. Wyzywają się, obrażają, krzyczą na siebie, biją się, pyskują. Rozdzielam je, każę iść jednej do jednego pokoju, drugiej do drugiego. Mąż powiedział, że nie będzie się wtrącał, bo też kłócił się ze swoim bratem i to jest normalne. Czy to jest normalne? I co można z tym zrobić?

Ewelina

Owszem, rywalizacja między rodzeństwem jest zjawiskiem powszechnym. Nie ma na nią lekarstwa, a nawet przynosi korzyści, jeśli nie jest zbyt nasilona (np. motywuje do osiągnięć). Niektóre rodzeństwa kłócą się sporadycznie, inne bardzo często. Od czego to zależy? Na przykład, od ogólnego poziomu stresu w domu (krzyków, kar, sankcji, pretensji itp.). Zgodni rodzice mają przeważnie zgodne dzieci. Inny czynnik, to temperament. W okresie dojrzewania impulsywność emocjonalna nasila się i być może dlatego Pani córki teraz zaczęły się gwałtowniej kłócić. Impulsywność przeszkadza w rozwiązywaniu konfliktów, ponieważ przekłada się na podnoszenie głosu, przerywanie sobie, nie słuchanie drugiej strony itp. Tym samym podnosi się ryzyko kolejnego konfliktu „o nic”. Jeszcze inny czyn-

nik, nasilający kłótnie, to niedojrzałość. Wyobraźmy sobie zabawę dzieci w piaskownicy. Początek jest zgodny, ale po jakimś czasie ktoś sypnie piaskiem, wyrwie zabawkę, więc zaczyna się ogólne szarpanie, szczypanie, ciągnięcie za włosy i zabawa kończy się powszechnym płaczem. Bo dzieci nie potrafią rozwiązywać sporów. Pani córki też nie potrafią. Dlatego potrzebują pomocy, której mogliby udzielić im rodzice. Na czym ta pomoc polega? Rodzic wchodzi w rolę arbitra, negocjatora, który dba o to, aby każdy miał szansę powiedzieć swoje i jednocześnie wysłuchać i zrozumieć racje drugiej osoby bez przerywania jej, krzyczenia czy obrażania. Rodzice mogą pokazać, że obie strony mają swoje za uszami albo że jedna z nich wyraźnie przegryła. Przy takiej strategii rodzic wcale nie musi potem rozwiązywać problemu dzieci. Jeśli bowiem komunikacja jest w miarę cywilizowana, to dzieciaki zaczynają lepiej rozumieć o co chodzi drugiej stronie i to wystarcza, aby znaleźć kompromis. Pani rozdziela dziewczyny, żeby się nie kłóciły, ale oboje z mężem nie uczycie ich dogadywania się. A one tego właśnie potrzebują.

DR MARCIN FLORKOWSKI
psycholog



Przysmak podlaski

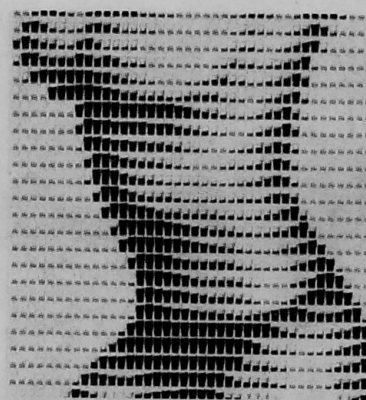
Warzywne leczo

Składniki:

- 30 dag pieczarek
- 1 mała cukinia
- 1 puszka kukurydzy
- 1 papryka czerwona
- 1 papryka biała (choć niekoniecznie)
- 5 świeżych pomidorów lub dwie puszki
- 1 cebula
- oliwa
- sól, pieprz, oregano, tymianek, bazylija, papryka słodka i ostra, cukier

Cebulę kroimy w pół talarki. Pieczarki obieramy, myjemy i kro-

imy w plasterki. Cukinię myjemy, odcinamy końce, przekrawamy wzdłuż na pół, jeszcze raz i kroimy w plasterki. Umytą paprykę pozbywamy gniazda nasiennego i kroimy w kosteczkę. Pomidory parzymy, obieramy ze skórki, usuwamy szypułki i kroimy w kosteczkę. Rozgrzewamy oliwę na dnie garnka. Dodajemy cebulę, chwilę smaży- my, następnie dodajemy pieczarki, solimy, pieprzymy, sypimy oregano i paprykę słodką, chwilę smaży- my. Dodajemy pokrojoną cukinię, jeszcze trochę słodkiej papryki. Chwilę smaży- my. Dodajemy odsączoną kukurydzę, miesza- my, chwilę smaży- my. Dodajemy pokrojone pomidory i pół łyżeczki cukru. Miesza- my, smaży- my. Sypimy oregano, bazylię i tymianek. Miesza- my i smaży- my. Dodajemy pokrojoną paprykę. Jeszcze chwilę smaży- my. Na koniec szczypta ostrej papryki i gotowe.



Pytanie intymne

Po wakacjach się żenię. Chcę mieć dobre i satysfakcjonujące pod każdym względem małżeństwo. I w związku z tym chciałbym dowiedzieć się, czy istnieje jakaś uniwersalna zasada, ile należy się kochać. Ile razy dziennie lub w tygodniu się kochać, żeby żona była zadowolona. Jak to wyczuć, żeby było do-

Lekarz domowy

Często budzi mnie w nocy ostry ból łydki. Masuję nogę, jakoś przechodzi. Mam siedzącą pracę i raczej moje nogi nie są wyjątkowo przeciążone. Co robić?

Alicja

Nocne kurcze łydek nie zawsze są objawem dużego wysiłku fizycznego. Najczęściej to oznaka niedoboru magnezu, potasu, wapnia w organizmie oraz wody. Bóle pojawiają się także przy zażywaniu niektórych leków, na przykład nasecowych lub moczopędnych. Jeśli w nocy pojawi się ostry ból, trzeba szybko podnieść się z pościeli i stanąć na podłodze. Bolące miejsce należy rozcierać w kierunku przeciwnym do promieniowa-

Pod paragrafem

Nigdy nie byłem w sądzie, a teraz czeka mnie sprawa. Obawiam się, że emocje i zdenerwowanie spowodują, że nie będę potrafił logicznie odpowiadać na pytania i przedstawić istoty sprawy. Nie stać mnie jednak na adwokata. Wiem, że można ubiegać się o adwokata z urzędu. Co należy zrobić, by skorzystać z tej możliwości?

Jakub

Wszystkie formalności załatwia się w sądzie. Jeszcze przed rozpoczęciem procesu należy złożyć prośbę o powołanie adwokata z urzędu. Pismo takie można złożyć także w trakcie trwania proce-

brze i jak sprostować wymagania

Mar

Nie ma jednoznacznej zasady, małżeństwo będzie dobre, jeśli para będzie się kochać trzy razy dziennie albo trzy razy w tygodniu lub w miesiącu. Seks według planu by być nudny. Choć częstotliwość zależy od indywidualnych preferencji, musi się znaleźć miejsce na spontaniczność. Nie ma też takiej zasady, kiedy najlepiej się kochać. Mężczyźni z reguły wolą ranne współżycie, kobiety wieczorne. Wszystko jednak zależy od wzajemnego zrozumienia. Przekonacie się także, że z różnych przyczyn, a to choroba, stresu, braku humoru, kłopoty nie będziecie mieli ochoty na seks. Wtedy wzajemne uczucia okazać sobie w inny sposób, przez przytulenie się do siebie, czy nawet tył przez to, że będziecie razem.

nia bólu. Magnez z organizm wypłukuje kawa. Dlatego, jeśli możliwe, trzeba ograniczyć jego spożycie. Dużo magnezu zawiera kakao i orzechy. W nabiałe i ryby jest dużo wapnia, a w pomidory i bananach dużo potasu. Tę dietę można uzupełnić witaminą E i pić dziennie około 2 litrów wody.

Przy siedzącym trybie pracy należy od czasu do czasu wstać i przejść przynajmniej kilkanaście kroków, jeśli to możliwe, zrobić kilka przysiadów. Siedząc przy biurku, można od czasu do czasu poruszać stopami. Nawet tak minimalne ćwiczenia powodują lepszy przepływ krwi nie tylko w nogach, ale w całym organizmie.

Swoją prośbę należy uzasadnić. Na przykład: ktoś, kto nie posiada odpowiedniego wykształcenia, może napisać, że gubi się w przepisach prawnych, a ponadto trudną sytuację materialną i nie stać go na skorzystanie z poradni adwokackiej. O przyznaniu adwokata z urzędu decyduje sąd. Jeśli sąd go przydzielił, trzeba się dowodzić, że jest się w trudnej sytuacji materialnej. W tym celu należy przedłożyć zaświadczenie o dochodach. Sąd musi uznać, że sprawa jest na tyle poważna i skomplikowana, iż pomoc prawnika jest konieczna, bo wnioskodawca sam sobie nie poradzi. Adwokat z urzędu wybiera sąd.

C
Jak
na
za

Tw
mę
szymi
rzec
Ciebie
sta
która
nie
niem
„na
wszystko
z
mego
ocz
Gdyby
mi
burzyłby
ny świat.
W
czuć się
ko
nie. Lubis
pod kontro
jesz partne
przejąć ster
Owce – w
momentów
wy z Ciebie
ner musi b
sprawić, że
brze. Jesteś
je naprawd
samej jest si
rzyć ze stra
Twój idealn
jest czuły i p
o siebie, jak

BANK

Pojawiają
Polska w rui
gnoza stanu
nica wyborcz
– Jasiu, ur
ta babcia.
– Tak, tato
– To powie
– Siedem.
– Świetnie,
– Osiem.
– Brawo, ni
a co jest po d

Co jest dla Ciebie najważniejsze w związku?

Jako pierwsze
na obrazku
zauważasz:

Twarz mężczyzny – najważniejszymi rzeczami w związku są dla Ciebie stabilność. Jesteś osobą, która nie przepada za chodzeniem „na żywioł” i lubisz mieć wszystko zaplanowane. Tego samego oczekujesz od partnera. Gdyby miał szaloną naturę, zaburzyłby Twój uporządkowany świat. Wówczas nie będziesz czuć się komfortowo i bezpiecznie. Lubisz też mieć wszystko pod kontrolą, dlatego potrzebujesz partnera, który pozwoli Ci przejąć stery w związku.

Owce – w związku potrzebujesz momentów uniesienia. Prawdziwy z Ciebie wrażliwiec. Twój partner musi być romantyczny, żeby sprawić, że będziesz czuć się dobrze. Jesteś osobą, która potrzebuje naprawdę dużo miłości, jednak samej jest się bardzo trudno otworzyć ze strachu przed zranieniem. Twój idealny partner to taki, który jest czuły i potrafi zadbać zarówno o siebie, jak i o ciebie.



Chłopca na drzewie – podstawą Twojego związku są otwarta komunikacja i zaufanie. Nie wyobrażasz sobie udanej relacji bez szczerých rozmów oraz powierzenia sobie nawzajem tajemnic. W związku jesteś typem prawdziwego przyjaciela. Dla Ciebie

miłość powinna mieć przede wszystkim charakter duchowy. Nie potrzebujesz czułych słówek i kwiatków raz na miesiąc, jedynie czego pragniesz od partnera, to wsparcia i zrozumienia.

Chaty – jesteś typem, który uwielbia niezobowiązujące rela-

cje, a to co przede wszystkim pociąga Cię w związku, to bliskość fizyczna. Nie ma w Tobie gotowości na trwałą relację, co zresztą z czasem może się zmienić. W tym momencie jedyną rzeczą, jakiej pragniesz to „przyjaźń z bonusem seksualnym”.

– Walet.

Seryjny morderca ciągnie kobietę do lasu. Kobieta krzyczy przerażona:
– Ale ponuro i ciemno w tym lesie. Bardzo się boję!

Na to morderca:

– A ja co mam powiedzieć? Będę wracał sam...

– Czemu ten pluton tak krzywo stoi? – pieni się dowódca kompanii Wojsk Ochrony Terytorialnej.
– Bo ziemia jest okrągła – mówi jeden z żołnierzy.

– Kto to powiedział?

– Kopernik.

– Kopernik wystąpi!

– Przecież umarł.

– Czemu nikt mi o tym nie zameldował!

Szpital psychiatryczny. Do gabinetu lekarskiego wbiega pielęgniarka:

– Panie doktorze, ten symulant z pokoju 123 przed chwilą umarł...

– No, tym razem to przesadził!

Przychodzi mąż do domu i widzi na stole wibrator. Wściekły pyta żony:

– Co to ma znaczyć?!

Żona odpowiada:

– Nie Twój interes.

Szedł facet koło kościoła i hupnęło go w krzyżu.

Przychodzi facet do lekarza

i mówi:

– Panie doktorze boli mnie wątroba.

– A pije pan? – pyta lekarz

– Piję, ale nie pomaga.

Co powinien zrobić żołnierz, będąc w składzie amunicji, kiedy wybuchnie pożar?

– Powinien wylecieć w powietrze!



Pojawiają się słuchy, że hasło „Polska w ruinie” to nie była diagnoza stanu państwa, tylko obietnica wyborcza.

– Jasiu, umiesz liczyć? – pyta babcia.

– Tak, tato mnie nauczył!

– To powiedz, co jest po sześciu?

– Siedem.

– Świetnie, a po siedmiu?

– Osiem.

– Brawo, nieźle cię tato nauczył, a co jest po dziesięciu?



Tu warto być

Grajewo

Grajewskie Centrum Kultury (ul. Wojska Polskiego 20, tel. 86 272 29 91), piątek, 10 sierpnia, godz. 21.00.

„Kino pod chmurką” przed Klubem Hades. Wstęp wolny.

Łomża

Miejski Dom Kultury (ul. Wojska Polskiego 3, tel. 86 216 32 26) w cyklu „Cafe Kultura”:

■ Scena z Mistrzem, występ Janusza Szromy, Stary Rynek, piątek, 10 sierpnia, godz. 18.30.

■ Joanna Zawłocka z zespołem, Stary Rynek, piątek, 10 sierpnia, godz. 19.30.

■ Paśko i zespół Co To, Stary Rynek, sobota, 11 sierpnia, godz. 19.00.

■ Nocna Zmiana Bluesa, Stary Rynek, niedziela, 12 sierpnia, godz. 19.00.

■ Magda Sinoff z zespołem, Stary Rynek, czwartek, 16 sierpnia, godz. 19.00.

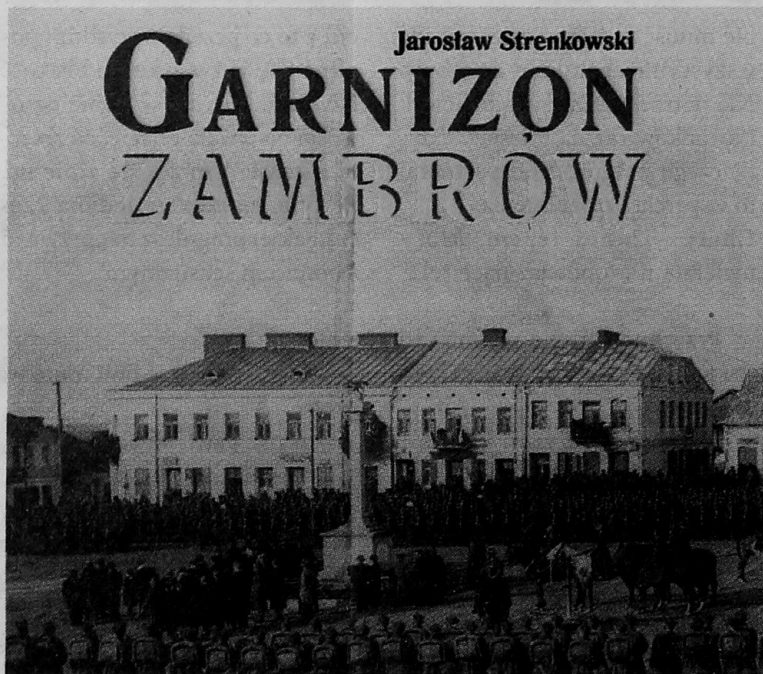
Zambrów

„Wersalinka”, Miejski Ośrodek Kultury (ul. Wyszyńskiego 2a, tel. 86 271 27 99), wtorek, 14 sierpnia, godz. 16.00.

Występ Międzynarodowej Młodzieżowej Orkiestry Dętej „Wersalinka”, którą tworzą muzycy z Estonii, Łotwy i Polski.

Repertuar kin

Kino Relax Grajewo: 11 – 12 sierpnia – „Whitney”, godz. 17.00 oraz „Soldado 2: Sicario”, godz. 19.30. Kino MOK w Zambrowie: 10 – 16 sierpnia – „Co w trawie piszczy”, godz. 15.30; 10 – 13 sierpnia – „Sztuka kłamania”, godz. 17.30 i „Drapacz chmur”, godz. 19.30; 16 sierpnia – „Nieznajomi: Ofiarowanie”, godz. 17.30 oraz „Winchester. Dom duchów”, godz. 19.30.



Urząd Miasta Zambrów wydał album historyczny autorstwa Jarosława Strenkowskiego pt. „Garnizon Zambrów” (wydanie 2, poprawione). Złożyło się na niego 270 niezwykłych zdjęć ze zbiorów Regionalnej Izby Historycznej oraz najpoważniejszych kolekcji prywatnych, dokumentujących pobyt wojska w mieście w latach 1917-1939: Legionów, Szkoły Podchorążych Rezerwy Piechoty, Mazowieckiej Szkoły Podchorążych Rezerwy Artylerii, 71 Pułku Piechoty. Zakończenie stanowią wstrząsające fotografie z działań wojennych we wrześniu 1939 r.

w Zambrowie i okolicach Andrzejewa, gdzie żołnierze 18. Dywizji Piechoty stoczyli swój ostatni bój.

„Zdjęcia są zdecydowanie niedocenianym materiałem źródłowym. Z przykrością należy stwierdzić, iż nazbyt wielu historyków traktuje fotografię wyłącznie jako element przyciągający uwagę czytelników i równocześnie swoiste urozmaicenie tekstu”, słusznie pisze autor albumu we Wstępie.

Publikacja jest dostępna w księgarni Dom Książki przy placu Sikorskiego w Zambrowie. Zamówienia przyjmuje także Biuro Promocji, e-mail: promocja@zambrow.pl

HOROSKOP

BARAN (21 III – 20 IV): czujesz się jak w zmaganiu z Losem, lecz to tylko złudzenie. Prawdziwe zaangażowanie z Twojej strony przyciągnie do Ciebie rzeczy, ludzi i wydarzenia, których pragniesz.

BYK (21 IV – 20 V): miej świadomość swoich walorów, nie chowaj się przed światem. Ktoś zwraca na Ciebie uwagę, ale Ty, tkwiąc w skorupce, tego nie dostrzegasz.

BLIŹNIĘTA (21 V – 21 VI): nie masz ochoty grać roli, że wszystko w porządku? Jeśli tak jest wiedz, że nie musisz zawsze się dopasowywać, dla odmiany, bądź sobą. W najbliższym otoczeniu ktoś przyjaźnie o Tobie myśli.

RAK (22 VI – 22 VII): coś może Ci spędzać sen z powiek. Będą i dobre tego strony, bo nauczysz się reagować ze spokojem w sytuacjach trudnych. Zwróć uwagę, czy ktoś nie zwrócił na Ciebie cieplej uwagi. Szkoda byłoby, gdyby Ci to umknęło.

LEW (23 VII – 23 VIII): nie uciekaj od decyzji, bo odkładanie jej na potem też kosztuje Cię sporo nerwów. Jak masz coś zrobić, zrób to i pozwól sobie na optymizm. Jest uzasadniony.

PANNA (24 VIII – 22 IX): zostaw przeszłość, rozejrzyj się wokół, a zobaczysz, że ludzie wcale nie są tacy źli. Jeśli tego nie przegapisz,

przed Tobą szansa na bardzo resującą znajomość.

WAGA (23 IX – 23 X): nie prowadź do sytuacji, w której rastać będą negatywne emocje. Pień oczyścić atmosferę od Przed Tobą czas na przyszłość łut szczęścia.

SKORPION (24 X – 22 XI): dobry nastrój przyniesie powieść świeżości w Twoim życiu. To na otwarcie się na nowe i niekłe. Więcej odwagi w podejmowaniu wyzwań.

STRZELEC (23 XI – 21 XII): spróbuj zrobić coś zupełnie innego niż dotychczas. Siła Twoich marzeń i emocji przyciągnie szczęśliwe zdarzenia lub emocje.

KOZIOROŻEC (22 XII – 20 I): masz ostatnio chyba niezłą się i będzie tak dalej. Zrób więc to, co od dawna planowałeś. W uczuciach ciepło, ale wiele z Ciebie.

WODNIK (21 I – 19 II): jeśli masz wątpliwości co do jej intencji, sprawdź to. Potrzeba na odzyskanie spokoju i poczucia harmonii.

RYBY (20 II – 20 III): brakuje trochę wiary w siebie i własne bry Los. Bez powodów. Otwórz się bardziej na ludzi. W uczuciach na siłę.

XVIII Podlaskie Święto Chleba



Warto w niedzielę, 12 sierpnia, wybrać się do Muzeum Rolnictwa w Ciechanowcu na znane w regionie doroczne Święto Chleba. W bogatym programie już od 12.00, między innymi: parada zabytkowych lokomobil i traktorów, pokaz młó-

cenia zboża (cepmi i młoczną napędzaną lokomobila) oraz czenia chleba, obrzęd święta zwierząt. Wszystko to przebiega koncertami wielu zespołów muzycznych, wśród stoisk piekarni i z innym jadem oraz rękodzie-

III Turnieju Dzieci i Młodzieży w Piłkę Nożną „Zbrzeźnica Cup”

9 drużyn z powiatu zambrowskiego wystartowało w III Turnieju Dzieci i Młodzieży w Piłkę Nożną „Zbrzeźnica Cup” o Puchar Wójta Gminy Zambrów w sobotę, 4 sierpnia, w Zbrzeźnicy.

Po zaciętych, mimo spiekoty, pojedynkach, zwyciężyła drużyna OSP MDP Poryte Jabłoń, drugie miejsce zajął zespół ISP MDP Stary Skarżyn, a trzecie OSP MDP Stary Laskowiec. Klasyfikacja poza podium: 4. OSP MDP Łady Borowe, 5. OSP MDP Zbrzeźnica II, 6. OSP MDP Zbrzeźnica I, 7. Łętownica, 8. OSP MDP Rutki, 9. Zanie Leśnica.

Królem strzelców został Bartosz Ołdakowski z miejscowości Zanie Leśnica, a tytuł najlepszego bramkarza uzyskał Eryk Dekutowski z OSP MDP Poryte Jabłoń.

Organizatorem Turnieju była Ochotnicza Straż Pożarna w Zbrzeźnicy. Sędzią głównym był Jarosław Pogorzelski. Opieką medyczną zawodników objęli ratownicy z Grupy Ratowniczej „Nadzieja”. Turniej wsparli: El



Zwycięska drużyna OSP MDP Poryte Jabłoń w składzie: Marcin Cudnoch, Jakub Cudnoch, Patryk Chludziński, Kacper Jankowski, Eryk Dekutowski, Kacper Modzelewski, Bartosz Dybowski, Michał Szymczuk, Artur Grądzki; z lewej wójt gminy Zambrów Jarosław Kos

li ratownicy z Grupy Ratowniczej „Nadzieja”. Turniej wsparli: El

Zaw Artur Zawadzki, Zorza Wojciech Jastrzębski oraz Sklep Spo-

żywczy w Zbrzeźnicy Katarzyna Rogowska.

Dla Niepodległej Lemman 2018



Cztery drużyny z Ksebek, Lemana, Łachy i Zimnej rozegrały II Letni Turniej Piłki Nożnej Lemman 2018 w niedzielę, 5 sierpnia, na boisku Szkoły Podstawowej w Lemanie. Zwyciężył zespół z Ksebek, drugie miejsce zajęła ekipa z Lemana, a trzecie z Zimnej i Łachy. W tym roku, z racji setnej rocznicy odzyskania niepodległości przez Polskę, Turniej nazwany

został „Dla Niepodległej”. Sędzią zawodów był Grzegorz Trzciński. Pomysłodawczynią i koordynatorem Turnieju jest Maria Czyż. Turniej wsparli: Zakład JBB z Łysych, Piekarnia Serafin, Anna Duda, Koło Gospodyń Wiejskich w Lemanie i Grupa Ratownicza „Nadzieja” z Kolna. Medale osobście wręczał wójt Gminy Turośl Piotr Niedbała.



Prawie 100 wraków, czyli samochodów, których wartość nie przekracza 1500 zł, ścigało się na Fortach w Piątncy w niedzielę, 5 sierpnia. Była to trzecia tegoroczna runda Polskiej Ligi Wraków. Wyścig na torze w Piątncy, znakomicie przygotowanym przez władze gminy, przyciągnął nie tylko tak wielu kierowców, ale tłumy widzów. Na zdjęciu: wójt gminy Piątница Krzysztof Kozicki wręcza jeden z pucharów.

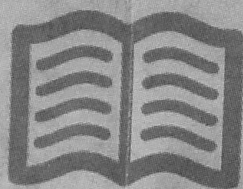




W ZUPEŁNIE **NOWEJ ODSŁONIE**

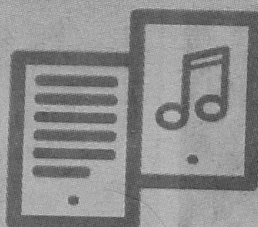
#Największa**Księgarnia**Internetowa

#**CzytamBoLubię**



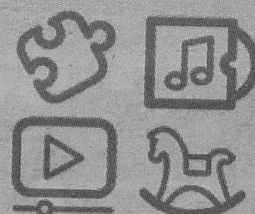
Książki

Najciekawsze
nowości wydawnicze
i klasyki literatury



**Ebooki
i Audiobooki**

Ponad
50 000 publikacji
elektronicznych



i coś więcej...

Muzyka, filmy,
zabawki
i wiele innych!

POZNAJ NASZE **WSZYSTKIE PROMOCJE**

RABATY NAWET DO -70%

WWW.NEXTO.PL

WEJDŹ I BĄDŹ NA BIEŻĄCO

