

Policjanci mają dość • Program TV

Tygodnik Podlaski
www.kontakty-tygodnik.com.pl

KONTAKTY

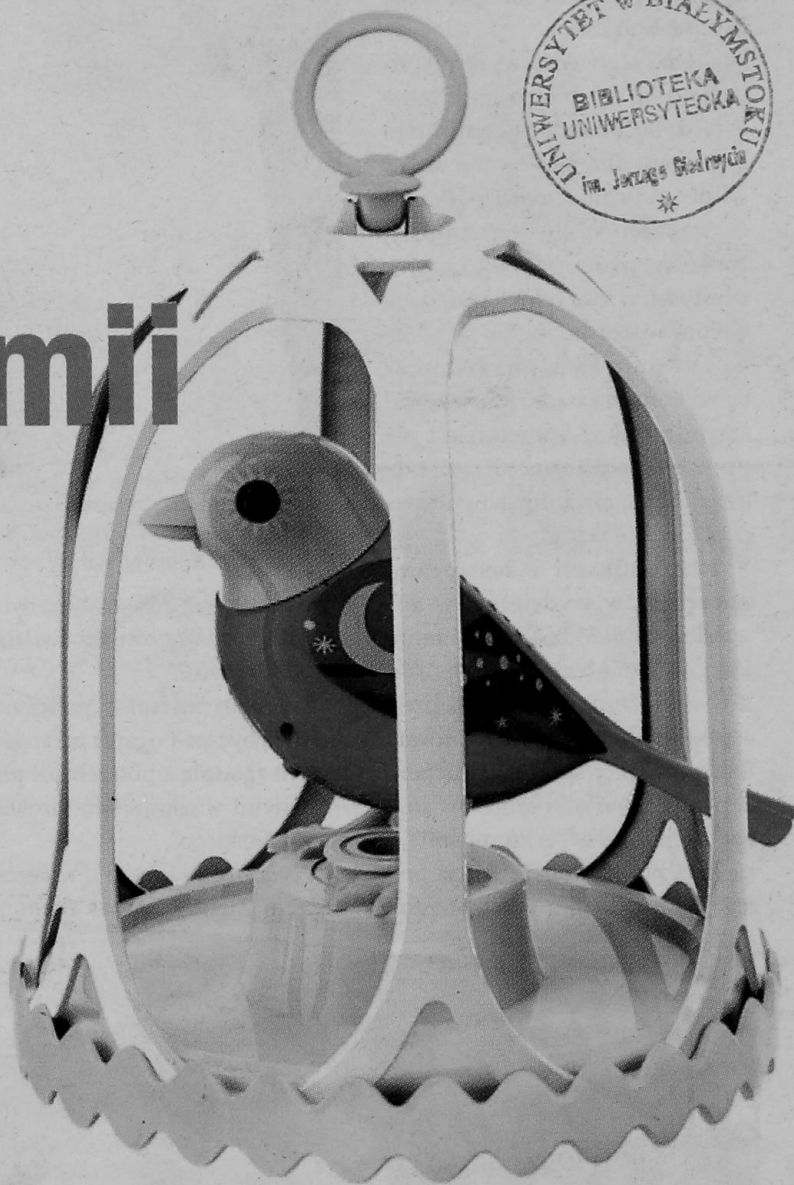
Nr 46 (1879)

18 listopada 2018

cena: 2,70 zł (z VAT 8%)

Zapomniany żołnierz Błękitnej Armii

Uciekłam przed gwałtem
Polowanie



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

 **Plus Minus**
szczegóły na stronie nr 3



Pilnowanie całą dobę posesji wiceministra Jarosława Zielińskiego, udawanie Służby Ochrony Państwa, mianowanie policjanta z kilkuletnim stażem na naczelnika, tak suwalscy policjanci opisują sytuację w Komendzie Miejskiej Policji w Suwałkach, pisze „Kurier Suwalski”.

Funkcjonariusze o interwencję w tej sprawie poprosili posłankę Bożenę Kamińską.

– Dlaczego jeden z patroli policji od blisko trzech lat pilnuje całą dobę posesji wiceministra Jarosława Zielińskiego? Z jakiego powodu miejscowi policjanci przebierają się w garnitury, zakładają okulary i podczas uroczystości, w których bierze udział wiceminister udają, że są Służbą Ochrony Państwa? Jaką pracę wykonuje ksiądz, który został zatrudniony w komendzie i nie przychodzi do pracy? – pytała poseł Bożena Kamińska podczas posiedzenia Sejmu.

Naczelnikami i zastępcami naczelników wydziałów w suwalskiej komendzie zostali m.in. sierżant sztabowy z kilkuletnim doświadczeniem lub młodszy aspirant, który nigdy nie prowadził poważnej sprawy. Policjanci pytają również, czemu ma służyć akcja „błysk”, z której śmieje się cała polska policja. Akcja polega na ustawianiu przez pół go-

Policjanci mają dość wiceministra!



W czasie wizyty Jarosława Zielińskiego w Wydminach padał deszcz, więc cały czas parasol nosił nad nim mężczyzna w cywilu. Internauci szybko znaleźli zdjęcie królowej angielskiej Elżbiety, która parasolkę nosi sama. Wiceminister stał się więc obiektem kpin internautów na Twitterze. Fot. Twitter/Marcin Kamiński

dziny radiowozów w widocznych miejscach z włączonymi światłami błyskowymi.

Zdaniem posłanki, „policjanci nie chcą być już pogardzani i traktowani zgodnie z potrzebami politycznymi wiceministra Jarosława Zielińskiego”.

Wyczyny związane z wiceministrem Zielińskim, jak demon-

taż masztu z flagą Unii Europejskiej na Starym Rynku w Łomży, gdy patronował uroczystościom w Dniu Flagi, sypanie konfetti z helikoptera w Suwałkach, policjanci na koniach ze skrzydłami aniołów, znane w całej Polsce, zupełnie niedawno uzupełniają przygotowania przed uroczystościami, upamiętniającymi roczni-

cę Bitwy Niemeńskiej w Sokółce.

„Dwóch pracowników cywilnych oraz trzech techników kryminalistycznych grabiło liście na cmentarzu św. Antoniego”, donosił portal sokolka.naszemiasto.pl. Porządki były spowodowane przyjazdem wiceministra spraw wewnętrznych i administracji Jarosława Zielińskiego.

REKLAMA

KONTAKTY

Tygodnik Podlaski

rok założenia 1980

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

Adres:

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

Redaguje zespół:

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

Oddział w Białymstoku:

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

Stale współpracują:

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

Rysunki: Waldemar Rukść

Felieton: Wiesław Wenderlich, Adam Dobroński
Zdjęcia: Gabor Lőrinczy, 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

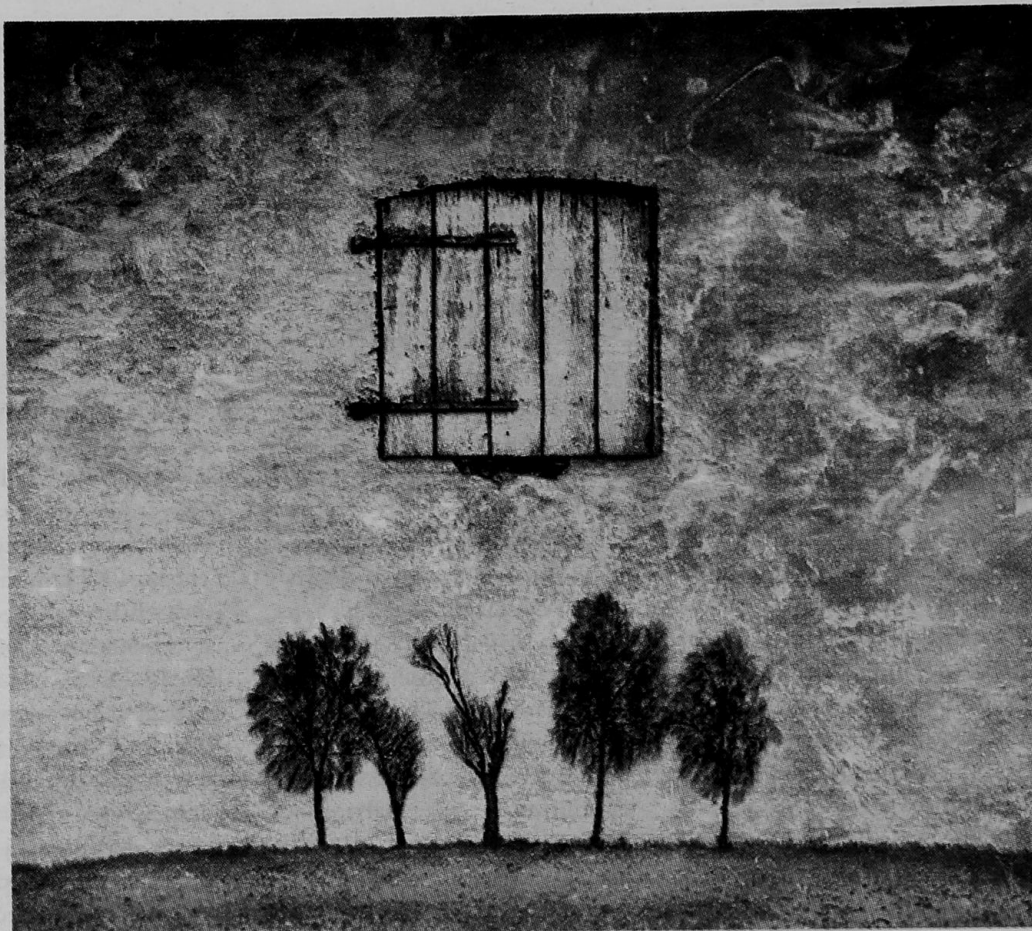
DTP: GroupMedia

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 skrótów.

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



Podaruj te słowa...

Jeśli Bóg podarował mi odrobinę życia,
oceniałbym rzeczy nie ze względu na ich war-
tość, ale na ich znaczenie.

Spałbym mało, śniłbym więcej, wiem, że
w każdej minucie z zamkniętymi oczami tra-
cimy 60 sekund światła.

Szedłbym, kiedy inni się zatrzymują, bu-
dziłbym się, kiedy inni śpią.

Gdyby Bóg podarował mi odrobinę życia,
przekonywałbym ludzi, jak bardzo są w błę-
dzie myśląc, że nie warto się zakochać na sta-
rość. Nie wiedzą bowiem, że starzeją się wła-
śnie dlatego, iż unikają miłości!

Dziecku przyprowadziłbym skrzydła, ale za-
brałbym mu je, gdy tylko nauczy się latać sa-
modzielnie. Osobom w podeszłym wieku po-
wiedziałbym, że śmierć nie przychodzi ze
starością, lecz z zapomnieniem (opuszcze-
niem).

Tyłu rzeczy nauczyłem się od was...

Nauczyłem się, że wszyscy chcą żyć na

wierzchołku góry zapominając, że prawdziwe
szczęście kryje się w samym sposobie wspina-
nia się na górę.

Nauczyłem się, że kiedy narodzone dziec-
ko chwytą swoją małą dłoń po raz pierw-
szy palec swego ojca, trzyma się go już zawsze.

Nauczyłem się, że człowiek ma prawo pa-
trzeć na drugiego z góry tylko wówczas, kiedy
chce mu pomóc, aby się podniósł.

Mów zawsze, co czujesz i czyni, co myślisz.

Gdybym wiedział, że są to ostatnie minu-
ty, kiedy cię widzę, powiedziałbym „kocham
cię”, a nie zakładałbym głupio, że przecież
o tym wiesz...

Podaruj te słowa komu zechcesz. Jeśli nie
zrobisz tego dzisiaj, jutro będzie takie samo
jak wczoraj...

GABRIEL GARCÍA MÁRQUEZ

(List, który przed śmiercią Gabriel García
Márquez, kolumbijski pisarz, laureat literackiej
Nagrody Nobla, napisał do przyjaciół).



**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 CKLM1PRMNB i czytaj!**

MYŚL TYGODNIA:

Nie można potępiać deficytu budżetowego,
nie potępiając przy tym deficytu demokracji!

Emmanuel Macron

■ Na pierwszym miejscu w Polsce w rankingu wykorzystania funduszy unijnych w latach 2014-17 jest województwo podlaskie.

■ Około 10 000 obcokrajowców pracuje legalnie w naszym województwie, według danych ZUS. Rok temu pracowało ich 7 000. Najwięcej z Ukrainy (44 proc. wszystkich cudzoziemców) i Białorusi (42 proc.).

■ Na zakup robota chirurgicznego 10,5 mln zł unijnej dotacji dostanie Szpital Wojewódzki w Białymstoku, zdecydował Zarząd województwa. Robot chirurgiczny Da Vinci pozwoli przeprowadzać małoinwazyjne operacje chirurgiczne na oddziałach: urologii onkologicznej i ogólnej, chirurgii ogólnej oraz ginekologiczno-położniczym.

■ Polscy muzułmanie w Białymstoku zmówili uroczystą modlitwę za ojczyznę w 100 rocznicę odzyskania przez Polskę niepodległości. Kilka dni temu z okazji rocznicy prezydent Andrzej Duda odzna-

czył pośmiertnie Orderem Orła Białego przedstawiciela polskich tatarów, badacza historii Leona Kryczyńskiego.

■ Koalicja w powiecie zambrowskim zawiązana: radni PiS powiatu zambrowskiego zawarli we wtorek, 13 listopada, powyborczą koalicję z radnymi Komitetu Wyborczego Nasz Zambrów. W Radzie Powiatu Zambrowskiego (17 radnych) jest 5 radnych z Polskiego Stronnictwa Ludowego, 4 radnych z Komitetu Nasz Zambrów i 8 radnych z PiS.

■ 18 studentów z dwóch chińskich uczelni rozpoczęło naukę na Uniwersytecie w Białymstoku. W roku akademickim 2018/2019 na Uniwersytecie w Białymstoku na studiach I, II stopnia i doktoranckich kształcą się na stałe prawie 470 studentów zagranicznych. Najwięcej z Litwy (289, to w większości studenci Wydziału Ekonomiczno-Informatycznego UwB w Wilnie), 150 z Białorusi i 20 z Ukrainy. Są też studenci z Rosji, Austrii, Armenii,

Brazylii, Bułgarii, Czech i Indii.

■ Brakuje lekarzy specjalistów chorób wewnętrznych, pediatrii, położnictwa, ginekologii i medycyny ratunkowej w naszym województwie. Tymczasem młodzi lekarze nie chcą się w tych dziedzinach specjalizować: o rezydentury z położnictwa i ginekologii oraz pediatrii starało się ich 2 razy mniej, niż było miejsc. Specjalizacje od listopada z medycyny ratunkowej i rehabilitacji mogło robić po 9 osób, a zgłosiło się tylko po jednej.

■ Sprzedała prawie 5 hektarów gruntu i części budynków dawnej bazy PKS Łomża spółka PKS Nova z Białegostoku. Nabywcami nieruchomości w rejonie alei Józefa Piłsudskiego, ul. Spokojnej i ul. Żabiej są dwaj łomżyńscy biznesmeni. Za prawo użytkowania wieczystego do tych działek zapłacili w sumie 3 mln 320 tys. zł netto.

■ Rodziny, które chcą w święta Bożego Narodzenia ugościć polskie dzieci z domów dziecka lub ubogich rodzin z Litwy, mogą zgłaszać się do białostockiego Stowarzyszenia „Otwarty Dom”: otwartodom@gmail.com lub telefonicznie na numer 695 629 678. Pobyt dzieci w Polsce rozpocznie się 21 grudnia i potrwa do 30 grudnia.

Znaki czasu

■ 47, 7 proc. Polaków ufa szefowi Rady Europejskiej Donaldowi Tusko-wi. Prezydent Duda jest na drugim miejscu (45,8 proc.), a premier Morawiecki na trzecim (42 proc.), wynika z sondażu IBRiS. Na czwartym miejscu znalazł się Władysław Kosiniak-Kamysz, a na piątym Robert Biedroń.

■ Sekretarz stanu USA w administracji Billa Clintona Madeleine Albright w niedawno wydanej książce „Faszyzm. Ostrzeżenie” krytycznie ocenia rządy Prawa i Sprawiedliwości, a o samym prezesie partii pisze w tonie: „Wydaje się, że znajduje lepsze porozumienie ze swoimi kotami, niż z obywatelami”.

■ Co miesiąc wydajemy na utrzymanie średnio 1572 zł, a jeszcze trzy lata temu 976 zł, wynika z najnowszego raportu Krajowego Rejestru Długów. Co podróżowało najbardziej? Jak wylicza KRD, rachunki za wodę wzrosły o 56 proc., za prąd o 65 proc., gazu wzrósł o 73 proc. Zdrożała także żywność i usługi.

■ Straciła pracę dyrektorka Regionalnej Dyrekcji Ochrony Środowiska w Gdańsku Danuta Makowska po tym, jak wydała negatywną opinię na temat przekopu Mierzei Wiślanej. Niedługo później Prawo i Sprawiedliwość informowało, że prace na Mierzei ruszą wkrótce, a Jarosław Kaczyński wbił w miejsce przekopu symboliczny słupek graniczny.

■ Nowym prokuratorem regionalnym we Wrocławiu został Artur Rogowski, czyli prokurator, który w grudniu 2017 umorzył śledztwo w sprawie wypadku prezydenckiej limuzyny na autostradzie A4.

■ Po naborze od 2,5 miesiąca do programu „Mosty dla regionów”, który ogłosił premier Morawiecki w czasie kampanii wyborczej, wpłynął 1 wniosek, choć pomysł premiera polega na dofinansowaniu nawet 80 proc. wartości budowy przepraw.

■ Od konkursu na skoczni im. Adama Małysza w Wiśle rusza tegoroczny Puchar Świata w Skokach Narciarskich. Nasza kadra na Wisłę, to: Kamil Stoch, Dawid Kubacki, Stefan Hula, Piotr Żyła, Maciej Kot, Jakub Wolny, Tomasz Pilch, Przemysław Kantyka, Klemens Murańka, Andrzej Stękała, Paweł Wąsek, Aleksander Zniszczoł. W sobotę, 17 listopada (godz. 15.55) odbędzie się konkurs drużynowy, a w niedzielę, 18 listopada (godz. 14.40) konkurs indywidualny.



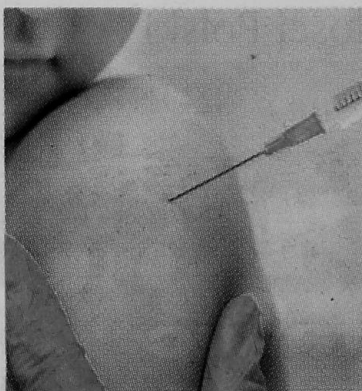
80 proc. gmin, miasteczek i miast nie ma skutecznego systemu kontroli palenisk i kotłów w domach, a palenie śmieci trwa w najlepsze, wynika z raportu Polskiego Alarmu Smogowego. Z powodu smogu umiera w Polsce 44 000 ludzi! To tyle, ile mieszkańców mają razem Zambrów i Grajewo!

Groźna odra

23 przypadki zachorowań na odrę wystąpiły w powiecie pruszkowskim. W Warszawie 7. W sumie na Mazowszu Państwowy Wojewódzki Inspektor Sanitarny odnotował kilkadziesiąt podejrzeń zachorowania.

Odra jest ostrą wirusową chorobą zakaźną. I rozprzestrzenia się. Obowiązkowe szczepienia przeciw odrze wprowadzono w Polsce w 1975 roku. Od kilku lat nie przestrzegano jednak obowiązku szczepienia dzieci.

W latach 50. i 60. na odrę chorowało w Polsce rocznie ok. 70 000 – 200 000 ludzi. Kto przeszedł w dzieciństwie tę chorobę, nabrał odporności na całe życie. Ale setki i tysiące umierały albo cierpiały do dziś po powikłaniach. Jeżeli ktoś nie wie, czy w przeszłości chorował na odrę lub nie ma dokumentacji dotyczącej szczepień przeciw odrze, powinien się zaszczepić.



Szczepienie przeciw odrze obejmuje podanie dwóch dawek skojarzonej szczepionki (przeciw odrze, śwince i różyczce) w odstępie 4 tygodni lub dłuższym.

Zaszczepić powinni się także ci, którzy mają na co dzień kontakt z dziećmi, pracują w przedszkolach, szkołach, pracownicy służby zdrowia oraz podróżujący do krajów, gdzie są epidemie odrę lub odnotowano niski stan zaszczepienia.

Targowisko niezgody

2 miliony 600 tysięcy złotych wydało Szepietowo na budowę nowego targowiska, które stało się przyczyną konfliktów. Powodem nowe stawki opłat targowych. Rolnicy za stanowisko do handlowania płacą 1 zł. Handlarze początkowo 10 zł, od miesiąca, uchwałą rad-

nich, za 20 m kw mają płacić 20 zł. Burmistrz chce porozumienia z handlarzami i zrozumienia z ich strony, sprzedawcy żądają obniżenia opłat. Czekają, by przedstawić to nowej radzie. Jeżeli ta nie obniży stawek, grożą, że w Szepietowie po prostu handlować nie będą.

REKLAMA

multi SFERA

Ubezpieczenie domu i mieszkania

Ubezpiecz dom i śpij spokojnie.

W naszej ofercie znajdziesz najlepsze Towarzystwa Ubezpieczeniowe na rynku:



Zainteresowany? Przyjdź do naszego Oddziału i dowiedz się więcej:



Zambrów
ul. Wojska Polskiego 8 / 7



608 277 645
608 277 706



Odnaką Za wybitne zasługi dla Związku Kombatantów Rzeczypospolitej Polskiej i Byłych Więźniów Politycznych został odznaczony rektor Wyższej Szkoły Ochrony Zdrowia TWP Witold Wincenciak i Odnaką Za zasługi dla Związku Kombatantów Rzeczypospolitej Polskiej i Byłych Więźniów Politycznych ks. kanonik Andrzej Godlewski. Odnaki przyznał prezes Zarządu Głównego ZKRPIBWP na wniosek prezesa Oddziału Jana Karczewskiego.

Święto Niepodległości w Bogutach

Uroczystą Mszą Świętą w kościele parafialnym Wszystkich Świętych w Bogutach Piankach, sprawowaną przez proboszcza ks. Stanisława Mikuckiego, rozpoczęły się uroczystości 100 rocznicy odzyskania niepodległości przez Polskę, zorganizowane przez wójta gminy, Szkołę Podstawową i Gminny Ośrodek Kultury i Sportu.

Druga część rocznicowych obchodów odbyła się w szkole. Uroczystość uświetnił bogaty program

artystyczny: najmłodsi zaprezentowali taniec biało-czerwonych flag, starsi uczniowie historyczne widowisko według scenariusza Izabeli Boguckiej i Albiny Zakrzewskiej, a chór szkolny, absolwent Mateusz Kawalec i zespół Żurawiacy zaśpiewali patriotyczne pieśni. W hali sportowej można było obejrzeć wystawę Orła Białego w historii Polski oraz malarstwo Zygmunta Bujnowskiego, urodzonego w Kutylowie Perysiach, który zmarł w 1927 r. w Tykocinie.

REKLAMA

KREDYT DO 2000 ZŁ Z RRSO 0%

Prosty sposób na małe potrzeby

GETIN BANK

NR1 W RANKINGU BANKÓW INTERNETOWYCH

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

Rzeczywista Roczna Stopa Oprocentowania (RRSO) wynosi 0,0%. Udzielenie kredytu uzależnione jest od wyniku badania i oceny zdolności kredytowej. Szczegóły oferty w tym opłaty i prowizje dostępne w placówkach i na getinbank.pl. Umowy zawierane u Pośrednika kredytowego. Pośrednik kredytowy jest umocowany przez Getin Noble Bank S.A. do zawierania w imieniu i na rzecz Banku umów o kredyt konsumencki i rachunek bankowy oraz wykonywania czynności faktycznych związanych ze wskazanymi umowami. Getin Bank zwycięzca rankingu Przyjazny Bank Newsweeka 2017 w kategorii „Bankowość Internetowa”. Ranking dostępny na newsweek.pl. Getin Bank jest częścią Getin Noble Bank S.A.

Homilia biskupa łomżyńskiego Janusza Stepnowskiego z okazji 100 rocznicy niepodległości Polski



**Nie możemy zostawić
tylko weksli do zapłaty**

1.

„Dzisiejszy fragment Ewangelii świętego Marka ukazuje nam dwie rzeczywistości. Rzeczywistość uczonych w piśmie i biednej wdowy. Ci uczeni w piśmie, to nie tylko znawcy teologii, to głównie ludzie prawa. Na ulicy można było ich rozpoznać w czasach Chrystusa przez ich szczególnie „mundur”. Byli odpowiedzialni za wiele aspektów prawnych życia człowieka: za małżeństwo, za podział dóbr, nieraz reprezentowali takie wdowy przed wyższym Trybunałem. Jezus Chrystus, jak czytamy w dzisiejszej Ewangelii, ich potępia za to, że zapomnieli, że ich życie, ich zdolności intelektualne, to służba. Przede wszystkim słowo Bożemu, ale też drugiemu człowiekowi. Oni tylko skoncentrowali się na sobie. Natomiast o drugim człowieku zapomnieli. Pragnęli tych pozdrowień na placach czy na ulicach, pierwszych miejsc i tych szczególnych mundurów, które podkreślały ich status.

2.

Służba publiczna to jest szczególnie służba. Służba państwu i jego instytucjom, służba społeczności lokalnej, temu miastu, służba każdemu konkretnemu człowiekowi. Oczywiście zarząd tego miasta nie jest w stanie zadowolić wszystkich pragnień, ale zapewne stara się, by wyjść naprzeciw drugiemu człowiekowi. Życie nasze to jest głównie służba naszej rodzinie, ale też tej szerszej społeczności. Jeśli z naszego słownika wyrzucimy ten termin: „służba drugiemu człowiekowi”, to będziemy tylko skoncentrowa-

ni na samych sobie. Na naszych tylko konkretnych sprawach. Ale, żeby stać się wielkim, trzeba tego słowa, tego pojęcia – służba – ciągle się uczyć. Jest to trudne. I ci, którzy mają odpowiedzialność za innych, muszą ciągle pamiętać, że czasu na ziemi nie mają. Że ten czas, który im dał Pan Bóg, te zdolności intelektualne, które posiadają, mają za zadania poświęcić dla drugiego człowieka. Ten wybór ludzi jest krótki i trwa kilka, kilkanaście, czy nieraz kilkadziesiąt lat. Ale jest to też zaufanie społeczne, zaufanie drugiego człowieka, który wierzy, że będziemy mu służyć.

3.

W przeciwieństwie do uczonych w piśmie Jezus Chrystus ukazuje nam w Ewangelii wdowę, która do skarbcza w kształcie trąby wrzuciła drobne monety. W ewangelii oryginalnej są słowa, że wrzuciła tam całe swoje życie, całe swoje utrzymanie.

W dzisiejszym dniu jako patrioci możemy się zapytać przed Bogiem i tą wdową: ile z mego życia wrzuciłem dla ojczyzny, dla mojego miasta? Ile poświęciłem dla tej konkretnej małej ojczyzny? Niemcy mają takie pojęcie heimat. To znaczy ojczyzna, ale w trochę innym sensie niż u nas. Dla nich heimat to przede wszystkim miasto, wieś, land, czyli nasze województwo, ale nie całe państwo. Naszą małą ojczyzną jest to miasto, dla którego mamy wszyscy pracować, poświęcać się całkowicie nie szczędząc naszego zaangażowania, nie zostawiając tego zaangażowania na czasy przyszłe. Pracować dla tego miasta, to znaczy kiedyś przekazać

na następny pokoleniom. Ale miasto należy przekazać w dobrej kondycji. Nie możemy przekazać następnym weksli do zapłaty. Tu jest zadanie dla każdego z nas, dla każdego obywatela, aby to miasto nie zbiedniało. Bo co będzie, jeżeli banki będą zacierać ręce i będą robić dobry biznes? Przedsiębiorcy też będą rozwijać swoje firmy, mają do tego słuszne prawo. Niektórzy będą mieli miejsca w spółkach miejskich i będą się nimi cieszyć, a miasto będzie stawiać się powoli nędzarzem.

4.

To jest zadanie dla wszystkich miast, wszystkich obywateli. Dla tych, którzy zarządzają, to wielkie zadanie. Nie dotyczy tylko naszego grodu, ale także wielu miast takich jak Łomża, które przeżywają i będą przeżywać kryzysy. Tak łatwo jest nam nieraz składać winę na tych z Białegostoku, ale czy nie wypadałoby popatrzeć na nas samych, czy wina nie leży w nas samych. Suwałki nie patrzą na Białystok, rozwijają się i my mamy za zadanie, aby patrzeć na siebie. Na cuda nie liczymy, jak śpiewała obywatelka tego miasta. Liczymy na siebie, na nasze zaangażowanie wszystkich mieszkańców naszego grodu, aby kiedyś przekazywać go następnym pokoleniom, naszym dzieciom i naszym wnuczkom w dobrej kondycji. I tego wszystkiego życzę Wam drodzy mieszkańcy i obywatele tego grodu ale też życzę zarządcom tego miasta, aby te ich pragnienia, które mają w sercu spełniły się, aby następne lata dla tego miasta były szansą na rozwój rozkwit tego grodu.”

(Podział na rozdziały, od redakcji).

Świętowanie Niepodległej



We wszystkich miejscowościach powiatu, w szkołach, domach kultury, świetlicach uroczyste była obchodzona 100. rocznica odzyskania przez Polskę niepodległości. W kościołach odprawiane były Msze święte w intencji ojczyzny, odbywały się akademie, odczyty, biegi, wspólne śpiewanie hymnu i pieśni legionowych.

Onkolog czeka

Na Dzień otwarty w onkologii zapraszają w sobotę, 17 listopada (godz. 9.00 – 13.00), Stowarzyszenie Kobiety z Problemem Onkologicznym w Łomży i Szpital Wojewódzki im. Kardynała Stefana Wyszyńskiego. To okazja, aby bez skierowania skorzystać z wizyty u onkologa i jeśli on skieruje, także z USG piersi lub mammografi.

Medale za służbę

Złotym Medalem za Długoletnią Służbę został odznaczony wójt gminy Piątница Krzysztof Kozicki oraz pracownicy Urzędu Gminy: Iwona Szymańska i Antoni Włodkowski. Srebrnym Medalem za Długoletnią Służbę Katarzyna Chilińska i Maria Dziekońska, a Brązowym Medalem Konrad Majkowski.

Akademia Biznesu

„Akademia Biznesu – obudź w sobie przedsiębiorcę”, to spotkanie, organizowane przez Państwową Wyższą Szkołę Informatyki i Przedsiębiorczości w Łomży w czwartek, 15 listopada (godz. 10.00), adresowane do uczniów liceów i techników oraz studentów. Celem Akademii jest zainspirowanie młodych ludzi ideą przedsiębiorczości. Dobre praktyki w biznesie będą prezentować przedsiębiorcy z sukcesami na rynku oraz dopiero startujący. Spotkanie w auli 315.

Ochotnicy w kadrze

„Strażacy ochotnicy”, taki tytuł nosi album fotograficzny autorstwa Marka Maliszewskiego. Zdjęcia, prezentujące strażaków w różnych akcjach, są „zatrzymanym” w kadrze czasem i dokumentem.

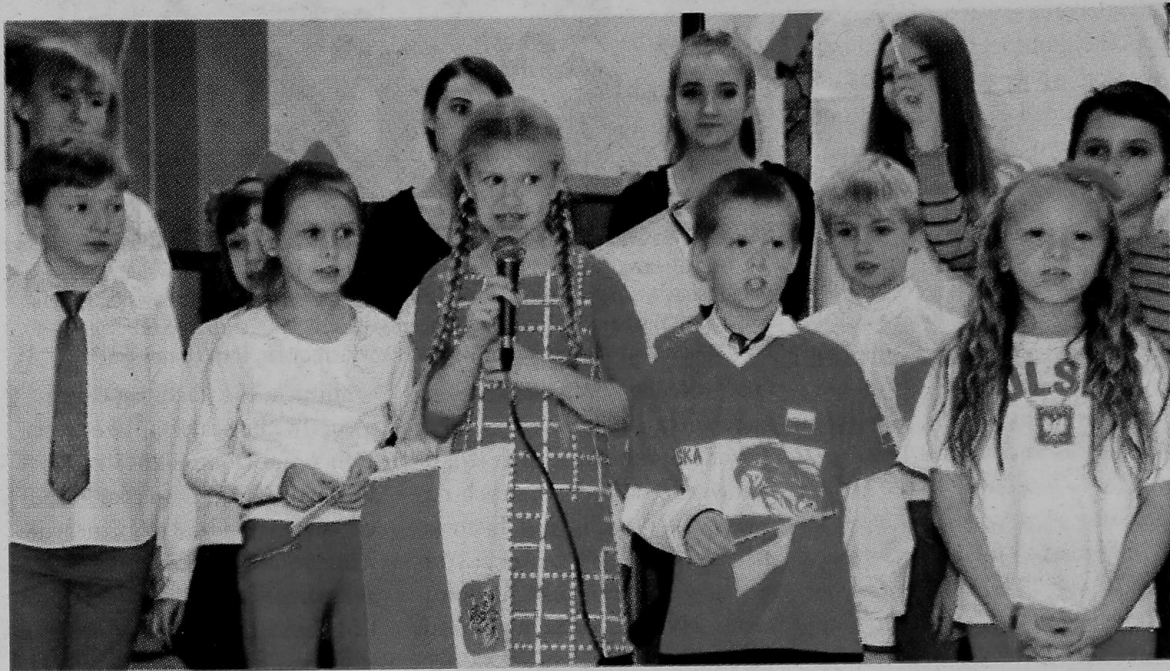
Jutro będzie takie, jakie sobie utworzycie

Korespondencja własna „Kontaktów” w USA

Adela i Łukasz Rossochaccy są uczniami Polskiej Szkoły do- kształcającej przy parafii Matki Boskiej Częstochowskiej i Świę- tego Kazimierza w Nowym Jor- ku. Ich dziadkowie, Saturnina Kozłowska z Przylu i Wojciech Pieńczykowski z Zacieczek koło Szczuczyna, wyjechali do Ame- ryki w latach 60 ubiegłego wieku.

W tym roku Święto Niepod- ległości w ich szkole było obcho- dzone dwa dni. W czasie akademii gimnazjaliści przedstawili histo- rię rozbiorów, sylwetki bohaterów (Tadeusza Kościuszkę, gen. Józefa Hallera, Marszałka Józefa Piłsud- skiego) i scenkę „Dlaczego powin- niśmy świętować Niepodległość Polski”. Konkluzją występu było stwierdzenie, że warto świętować, bo mamy wolną Ojczyznę, a szko- ła i parafia są częścią wolnej Polski.

Młodsze dzieci, a wśród nich



Adela (druga z lewej z flagą)

Adela, z białą-czerwonymi chorą- giewkami śpiewały „o niepodle- głości”, a zuchy przedstawiły „Za- ślubiny gen. Hallera z morzem”.

Drugiego dnia wszyscy w ko- ściele odśpiewali hymn państwo- wy i odmówili litanie w podzię- kowaniu Bogu za wolną Polskę, a uczniowie przedstawili program artystyczny autorstwa nauczyciel- ki religii Alicji Ptasznik.

Łukasz Rossochacki, który grał Marszałka, mówił do żołnierzy: „Spotka was ten zaszczyt nie- zmierny, że pierwsi pójdziecie do królestwa, gdy przestąpicie grani- ce zaboru rosyjskiego, jako czo- łowa kolumna wojska polskiego. Patrzę na was i pozdrawiam, ja- ko pierwszą kadrową kompanię”.

Występ zakończył Papież (od- twarzany przez kapłana): „Bracia

i siostry, jeśli pragniecie wolnej ojczyzny, nie bójcie się wyzwania. Niesprawiedliwy los Ojczyzny dziś leży w waszych rękach, jutro będzie takie, jakie sobie utworzy- cie. Oby to nie było jutro bez Oj- czyzny. Proszę Cię o Matko Jasno- górska, królowo Polski, obyś cały naród polski ogarnęła swoim mat- czynym sercem”. Na koniec wszy- scy wspólne odśpiewali „Rotę”.

REKLAMA

**REPORTAŻE ŚLUBNE
TANIEJ NIŻ MYŚLISZ**

PRZYJDŹ SPRAWDŹ OBEJRZYJ

foto gabs
digital

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

POWIAT GRAJEWSKI

„Tym, którzy poświęcili swoje życie i zdrowie dla wolnej, niepodległej oraz suwerennej Rzeczypospolitej Polskiej w 100 rocznicę Odzyskania Niepodległości – Hołd składają mieszkańcy miasta i gminy Szczuczyn”. Taka tablica, upamiętniająca poległych za Ojczyznę stanęła przy ul. Kościelnej w Szczuczynie. Aktu odsłonięcia 11 listopada podczas miejskich obchodów Narodowego Święta Niepodległości dokonali: harcerka Paulina Żebrowska i zuch Patryk Danowski z harcmistrznią Heleną Zdrońską 9 Wielopoziomowej Drużyny Harcerskiej „Złote Lwy” przy Szkole Podstawowej w Szczuczynie.

Po części oficjalnej na ulicę „wrócił” rok 1920, kiedy w Szczuczynie sadzono dęby wolności. Komentarz historyczny dyrektora Centrum Kultury Janusza Siemiona wprowadził w nastrój epoki. Aktorzy z zespołu „Szczuczyniacy” wcielili się w role mieszkańców minionego wieku: w burmistrza Teodora Błońskiego – Ryszard Rybak, księdza proboszcza Józefa Nowosadko – Andrzej Szabelski, naczelnika Straży Pożarnej Kazimierza



Jadwiga Sielawa (od lewej), Helena Grabowska, Jadwiga Dylewska, Władysław Szymanowski, Julita Żebrowska, Krystyna Rosłonievska, Helena Nagórska, Barbara Jankowska, Marianna Domiziak, Andrzej Szabelski, Barbara Paszkowska, Ryszard Rybak, Ewa Zamojska, Ewa Borawska

Olszewskiego – Witold Dylewski, kierownika Szkoły Powszechnej nr 2 Wolfa Bergsteina – Andrzej Kosmowski oraz ludzi, których nazwisk nie przechowała historia: członka Polskiej Organizacji Wojskowej – Adam Jagusz, nadleśniczego – Władysław Szymanowski, uczni – Julita Żebrowska, harcerki – Julia Kruszyńska.

W rekonstrukcji ponadto udział wzięły: Jadwiga Sielawa, Helena Grabowska, Jadwiga Dylewska, Krystyna Rosłonievska, Helena Nagórska, Barbara Jankowska, Marianna Domiziak, Ewa Zamojska, Ewa Borawska, Barbara Paszkowska. Gdy postacie z XX wieku

w futrach, toczkach, kapeluszach ustąpiły miejsca współczesności, Dąb Anno Domini 2018 zasadzili: prezes Zarządu Związku Piłsudczyków RP Oddział w Szczuczynie Anna Jagusz, zuch Ksawery Galiński, harcerka Natalia Kaliszewska i Mateusz Laszczkowski według instrukcji szkolowego Wojciecha Rutkowskiego.

Wydarzenie wzbogacił występ laureatek IV Konkursu Pieśni Patriotycznej: Nikoli Kondratowicz z Grajewa, Julity Dutkiewicz, Zuzanny Gnys, Weroniki Polińskiej, Natalii i Emilii Nagel. Gorącą grochówkę dla wszystkich przygotował Zespół Szkół w Nieckowie.

Sesja w Grajewie

I sesja Rady Miasta, na której radni i burmistrz złożą ślubowanie oraz wybiorą przewodniczącego, odbędzie się 19 listopada (godz. 10.00).

Przystań wędkarska

Budowa przystani wędkarskiej z pomostem pływającym, trapami cumowniczymi dla łodzi wędkarskich i schodami terenowymi na Jeziorze Rajgrodzkim zakończona.

Przystanki z dachem

Dwie wiaty przystankowe postawiono przy wybudowanej drodze powiatowej w Biebrzy.

Dług za mieszkania

485 tys. zł wynosi dług za czynsz mieszkańców mieszkań komunalnych w Grajewie.

Kasa na książki

12 000 zł na zakup książek do biblioteki otrzymało Technikum w Wojewodzinie.



Marszałek w trzech odsłonach

W czasie uroczystych obchodów 100 rocznicy odzyskania niepodległości w trzech miejscowościach powiatu kolneńskiego odsłonięte zostały nowe pomni-

ki. W Kolnie w centrum miasta został odsłonięty i poświęcony pomnik ku czci Marszałka Józefa Piłsudskiego. Było to jednocześnie wypełnienie testamentu



Odsłonięcie pomnika w Kolnie. Fot. A. Konopka

nauczyciela Stanisława Malinowskiego, który kamień i orla przekazał miastu. Symbolicznego zdjęcia wstęgi z pomnika dokonali Marianna Malinowska (wдова po Stanisławie), burmistrz Andrzej Duda i dziekan kolneński ks. Stanisław Uradziński.

Na placu przed szkołą w Grabowie, do głazu została przytwierdzona marmurowa tablica z napisem: „1918 – 2018 »Naród, który nie szanuje swojej przeszłości, nie zasługuje na szacunek teraźniej-

szości i nie ma prawa do przyszłości». Józef Piłsudski.

Wdzięczni za bezcenny dar wolnej Ojczyzny w roku 100. rocznicy odzyskania przez Polskę niepodległości. Nauczyciele Szkoły Podstawowej im. Antoniego i Jakuba Wagów w Grabowie”.

Pomnik Józefa Piłsudskiego został odsłonięty 11 listopada także w Małym Płocku przy ul. Ignacego Potocznego.



Pomnik w Małym Płocku. Fot. UM Mały Płock.

Boża apteka

Mieszanka ojca Klimuszki

Nadchodzi czas, że łatwo będzie się przeziębnić, zachorować na grypę. W aptekach jest sporo reklamowanych leków chemicznych o różnej skuteczności. Bez wątpienia zawsze skuteczne są zioła. Jeśli nie udało nam się ich zgromadzić, możemy się w nie zaopatrzyć w sklepach zielarskich. Poznajmy mieszanki ziołowe franciszkanina Czesława Klimuszki.

Mieszanka na napar przeciw przeziębieniu i grypie: 50 g kwiatu bzu czarnego, 50 g kwiatu lipy, 50 g kwiatu słonecznika, 50 g kwiatu wiązówki, 50 g liścia mącznicy lekarskiej, 50 g korzenia arcydzięgla, 50 g owocu maliny, 50 g owocu głogu. Wymieszać, łyżkę ziół wsypać do szklani i zalać do pełna wrzącą wodą, odstawić na 3 godziny. Pić 3 razy dziennie szklankę przed jedzeniem.

Mieszanka na napar na otyłość: 50 g morskizyny pęcherzykowego, 50 g kory kruszyny, 50 g korzenia mniszka lekarskiego, 50 g wilżyny i lubczyka, 50 g znamienia kukurydzy, 50 g strąków fasoli, 50 g ziela skrzypu polnego, 50 g srebrnika i krwawnika, 50 g liścia szalwii. Wymieszać, łyżkę ziół wsypać do szklanki i zalać do pełna wrzątkiem. Pić 3 razy dziennie po szklance.

Mieszanka na złą przemianę materii i osłabienie odporności organizmu: 50 g owocu dzikiej róży, 50 g jarzębiny i głogu, 50 g liścia czarnej porzeczki, 50 g pokrzywy i mięty pieprzowej, 50 g korzenia mniszka lekarskiego, 50 g ziela krwawnika, 50 g kłącza tataraku. Wymieszać. łyżkę ziół wsypać do szklanki i zalać wrzątkiem. Pić 3 razy dziennie pół szklanki po posiłku. Ponadto w tym samym czasie jeść na śniadanie 3 ząbki posiekanego czosnku na kromce chleba z masłem, a na kolację kanapkę, posypaną posiekaną cebulą i polaną oliwą.

Po skończeniu się pierwszy raz przygotowanej mieszanki, należy zrobić przerwę na 7 dni. Po skończeniu się drugiego zestawu, należy odstawić ziółka na 12 dni. Trzeci i ostatni zestaw przyjmuje się profilaktycznie. Ziół się nie słodzi. Pije się je powoli, małymi łykami.

Gzeczna dziewczyna zaczyna trenować boks, rodzina i znajomi nie dowierzają, odradzają, myślą, że to chwilowa fascynacja. Ma jedenaście lat, nie bierze udziału w szkolnych bójkach, dobrze się uczy. I... wchodzi na ring!

– Bokserka mierzy się ze stereotypami, że to sport nie dla kobiet. A ja nie biję się na ulicy, nie chodzę pijana. Kiedyś próbowałam tańczyć, teraz też tańczę, ale na ringu z rywalkami – mówi studentka pierwszego roku zarządzania Państwowej Wyższej Szkole Informatyki i Przedsiębiorczości w Łomży Aneta Gojko, która w październiku wywalczyła w Walczu złoty pas w młodzieżowych mistrzostwach Polski (kategoria 70 kg).

– Kobiety, trenujące boks sporadycznie przechodzą na zawodowstwo, częściej pozostają w amatorskim sporcie. Ja po ukończeniu studiów zamierzam walczyć zawodowo, ale nie wiem, co przyniesie mi życie – mówi młodzieżowa mistrzyni Polski.

– Nie wierzyłam, że jestem w finale, to był prawdziwy szok – twierdzi.

Na ringu adrenalina osiąga maksymalny poziom. Po sobotniej, zwycięskiej walce z Antoniną Lemańską ból poczuła dopiero we wtorek. Wcześniej były nieprawdopodobne emocje: euforia, radość, duma ze zwycięstwa.

Swoich sił próbowała w 2014 roku na mistrzostwach świata w Asyżu i rok później w Tajwanie. Na zgrupowaniu we Włoszech doznała kontuzji kręgosłupa. Długo leczyła przesunięty dysk, odraczając w czasie marzenia o mistrzowskich pasach.

Boks, podobnie jej inne dyscypliny sportowe, wymaga wielu wyrzeczeń: intensywnych treningów, odpowiedniego żywienia, systematyczności i wycofania się z życia towarzyskiego.

– Trzeba narzucić sobie wewnętrzny reżim, nie palić, nie pić, nie imprezować. Najgorsze są stereotypy, że kobieta powinna być delikatna, miła, lepiąca na wzór społecznych oczekiwań. Jeżeli wciągają ją sporty siłowe, to często musi się z tego tłumaczyć. Ale z pomocą przychodzi czas, bo z czasem wszyscy się przyzwyczajają do nietypowej pasji. Rodzina i znajomi, jest



Mistrzyni Polski Aneta Gojko. Fot. Edyta Szestowicka

coraz mniej złośliwych komentarzy, coraz więcej aplauzu i serdecznego kibicowania – mówi z uśmiechem młoda mistrzyni.

Urodziła się i wychowała w Sokółce, na której herbie widnieje żubr, najpotężniejszy ssak lądowy Europy, symbol siły, dostojności i mądrości. Z tymi przymiotami charakteru Aneta Gojko zamierza podbić światowe ringi, ale ma świadomość, że boks to kontuzje i nieprzewidywalne zdarzenia losowe. Dlatego zdobyła uprawnienia trenerskie i studiuje w Łomży. To jej polisa na alternatywne życie, bardziej spokojne i konwencjonalne.

Trenuje u Tomasza Potapczyka z UKS Boxing Sokółka, najmłodszego w Polsce trenera klasy mistrzowskiej. W Łomży jest dodatkowo pod skrzydłami trenera Zbigniewa Maleszewskiego, prezesa BKS „Tiger” Łomża i wielkiego pasjonaty oraz przyjaciela boks.

– Fajna, solidna i sympatyczna dziewczyna. Robi wyniki. Ciężko pracowała na swój sukces, jest ambitna i rozwojowa – mówi o Anecie trener Maleszewski.

Do Państwowej Wyższej Szkoły Informatyki i Przedsiębiorczości przywiózł ją kolega.

– Uczelnia bardzo mi się spodobała, jest nowoczesna, a kontakt z wykładowcami niezwykle serdeczny. Jestem dopiero na pierwszym roku, a znam już pana prorektora do spraw studenckich, który gratulował mi wyników sportowych. To niesamowicie miłe – komentuje.

W planach ma intensywną naukę, a od stycznia 2019 roku równie intensywnie treningi, bo gdzieś daleko, w Polsce i na świecie, młode dziewczyny i jej potencjalne rywali, coraz częściej zakładają na drobne kobiece dłonie bokerskie rękawice...

JOLANTA ŚWIEŻKOWSKA

Stadion i Dąb Niepodległości

Uchwałę o nadaniu Stadionowi Miejskiemu w Czyżewie imienia Stadionu 100-lecia Odzyskania Niepodległości podjęli w czasie uroczystych obchodów Święta Niepodległości radni Czyżewa i zasadzili Dąb Niepodległości w Parku Miejskim przy ul. Zarzecze.

Bogate uroczystości uświetniły występy Młodzieżowej Orkiestry Dętej od batutą kapelmistrza Cezarego Witkowskiego, uczniów i nauczycieli Państwowej Szkoły Muzycznej I stopnia im. Witolda Lutosławskiego w Zambrowie, uczniów Zespołu Szkół Ogólnokształcących i Zawodowych w Czyżewie oraz prezentacje w wykonaniu Orkiestry z udziałem mażorettek Gminnego Ośrodka Kultury „En Viva” pod opieką Natalii Olszewskiej.

Rozstrzygnięte zostały także okolicznościowe konkursy: historyczny „Mieszkańcy Czyżewa i okolic w walkach o odzyskanie niepodległości” i na plakat.

TO, CO ZDOŁAŁY POKOLENIA TAMTE, DLACZEGO BYŚCIE TEMU NIE MOGLI PODOŁAĆ I WY?



Podczas uroczystej Gali z okazji 100 rocznicy niepodległości w Olsztynie, prezes Mlekovity Dariusz Sapiński został uhonorowany Medalem 100-lecia Odzyskania Niepodległości, przyznany przez premiera Mateusza Morawieckiego. Najlepszym potwierdzeniem zasług twórcy potęgi Mlekovity było otwarcie w środę, 14 listopada, XXVII Targów Mleczarskich Mleko-Expo w Pałacu Kultury i Nauki w Warszawie, połączone z ogłoszeniem wyników najważniejszych dla rynku mleczarskiego rankingów, w których Mlekovita triumfowała w zestawieniu Najlepszych i Największych Spółdzielni Mleczarskich oraz w eksporcie. Na zdjęciu: rewers Medalu 100-lecia Odzyskania Niepodległości.

W Polsce jest 5 mln niepełnosprawnych!

„Po 53 latach istnienia organizacji, 14 lat temu zostałam pierwszą kobietą prezesem Zarządu Głównego Polskiego Związku Niewidomych. Wówczas na 16 okręgów wojewódzkich tylko jedna kobieta była prezesem zarządu okręgu. Ten wybór był wielkim wydarzeniem i inspirował inne kobiety, aby stanęły na czele zarządów w swoich środowiskach”, mówiła prezes Zarządu Głównego Polskiego Związku Niewidomych Anna Woźniak-Szymańska na spotkaniu poświęconym setnej rocznicy uzyskania przez Polki praw wyborczych, zorganizowanym przez Stowarzyszenie Szansa w Zambrowie.

Prezes Stowarzyszenia Teresa Szumowska jest także prezesem Zarządu Koła Terenowego Polskiego Związku Niewidomych w Zambrowie.

Dziś w dziewięciu okręgach (obszarowo obejmują teren województwa) szefami są kobiety. W Zarządzie Okręgu Podlaskiego prezesem jest Krystyna Wasi-



Teresa Szumowska (z lewej) i Anna Woźniak-Szymańska

lewska. Ale te zmiany, co podkreśliła prezes Woźniak-Szymańska, następowały wolno. Podobnie jak uzyskiwanie kolejnych praw przez kobiety w stulecie.

W rozmowie z „Kontaktami” Woźniak-Szymańska powiedziała, że w Polsce jest około pięciu milionów ludzi z orzeczeniami o niepełnosprawności, a w rzeczywistości z różnymi ułomnościami jest ich jeszcze więcej. Do tej grupy należą także ludzie po 70. roku życia,

którzy potrzebują różnej pomocy.

„Wiele zmieniło się w ostatnich latach, ale ciągle jest za mało pieniędzy na profilaktykę i wiele usług, które sprawiłyby, by otoczenie było bardziej dostępne i świat bardziej przyjazny”, oceniła.

W spotkaniu uczestniczył starosta zambrowski Robert Rosiak, przedstawiciele różnych zawodów (prawnicy, nauczyciele, pracownicy administracji) związani ze Stowarzyszeniem.

5 lat Uniwersytetu



5 rocznicę obchodzić będzie 17 listopada Uniwersytet Trzeciego Wieku w Ciechanowcu, którego od początku prezesem jest Zofia Januszkiewicz-Diakowska.

Pożegnalna sesja

Na 50., ostatnią w tej kadencji sesję Rady Miasta Wysokie Mazowieckie, zaprasza 15 listopada (godz. 11.00) przewodniczący Józef Sokolik.

Klub Mamusiek

Na spotkanie Klubu Mamusiek z wykładem dietetyka Karoliny Uszyńskiej o zdrowym odżywianiu, zaprasza Pracownia Orange w Wysokiem Mazowieckiem 16 listopada (godz. 17.00, sala konferencyjna Urzędu Miasta).

Teatr w Czyżewie

9 zespołów zaprezentuje się na XIII Regionalnych Spotkaniach Teatralnych, organizowanych przez Gminny Ośrodek Kultury w Czyżewie 15 listopada (godz. 9.00).

Nowy dyrektor LO



Krzysztof Wasilewski (lat 57), zastępca dyrektora LO w Zambrowie, został nowym dyrektorem szkoły. W 2014 roku bez powodzenia kandydował w wyborach na wójta gminy Kołaki Kościelne, przegrał z Sylwestrem Jaworowskim. W tym roku został radnym Rady Gminy Kołaki Kościelne. Dotychczasowy dyrektor Jan Pilch po 37 latach pracy w Liceum przeszedł na emeryturę.

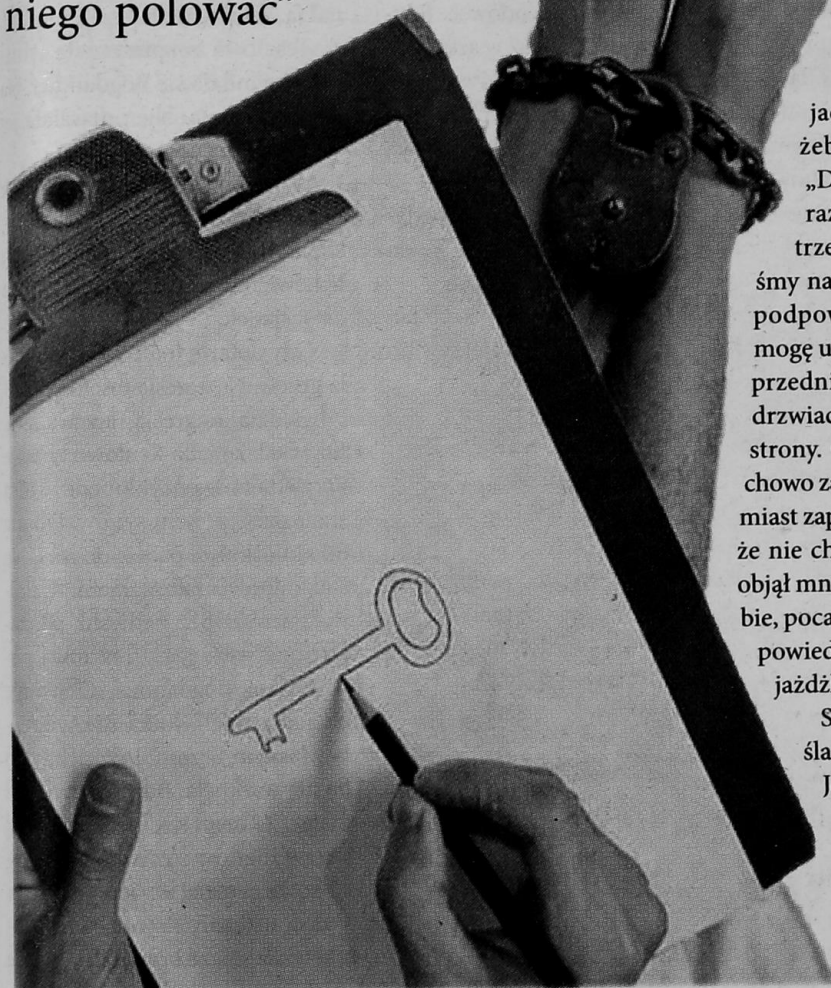
Wystawa o Legionach

Wystawę Leguny w Zambrowie można oglądać w Regionalnej Izbie Historycznej MOK w Zambrowie (al. Wojska Polskiego 25).

Ortografia za kratami

185 więźniów z 37 zakładów karnych i aresztów śledczych wzięło udział w V Ogólnopolskim Dyktandzie dla Osadzonych, zorganizowanego przez Zakład Karny w Czerwonym Borze.

Rozpinał swoje spodnie i powiedział: „Myślisz, że po co cię tu wiozłem? Pokażę ci swojego chomika. Możesz na niego polować”



Polowanie

I
„Hej, hejjjj... Nieszczęście początkiem drugiego szczęścia. Nie smuć się. Idziemy tańczyć”.

Dopiero te ostatnie trzy zdania dotarły do mojej świadomości. Wyszłam z dyskoteki. Ciemno. Oparłam się plecami o drzewo i tak stałam cała sztywna. Nic nie widziałam, nic nie słyszałam; nagle wróciło do mnie zdarzenie sprzed miesiąca.

Teraz stał przede mną Zbyszek. Znałam go, bo w ubiegłym roku skończył moją budę.

– Chodź tańczyć, dlaczego uciekaś, co się stało – zasypywał pytaniami.

II

Bałam się „Długiego”. Poznałam go na początku wakacji.

Siedzieliśmy całą paczką w pubie. Opowiadaliśmy sobie kawały, śmieszne historie, świetnie się bawiliśmy. Co chwilę wszyscy wybuchali głośnym śmiechem. Jak dochodził ktoś znajomy, przysiadł się, gdyż tu było najweselsiej. W pewnym momencie wszedł jakiś wysoki przystojniak i usiadł przy mnie, bo akurat tu było wolne miejsce. Zachowywał się swobodnie, więc sądziłam, że jest znajomym kogoś z towarzystwa. A oni myśleli, że to mój znajomy, bo jak coś opowiadał, właśnie do mnie przede wszystkim się zwracał. Szybko wtopił się w towarzystwo, jakby od niechcenia, ale dla szpanu bawił się kluczykami samochodowymi.

O sobie mówił „Długi” i my też tak do niego się zwracaliśmy.

Ciągle było wesoło. W pewnym momencie „Długi” wstał i powiedział, że przyniesie sobie sok. Mnie też przyniósł.

Niektórzy z naszej paczki pili piwo, drinki, ja nie piłam alkoholu.

Ale kiedy opróżniłam szklankę z sokiem źle się poczułam. Miałam zawroty głowy, było mi jakoś słabo.

Powiedziałam przyjaciółce, że jest mi niedobrze, żeby ze mną wyszła. Wtedy „Długi” zaproponował, żebyśmy razem wyszli na świeże powietrze. Wyszliśmy. Trochę postaliśmy na dworze i wtedy on życzliwie podpowiedział, że ma samochód, mogę usiąść i odpocząć. Usiadłam na przednim siedzeniu przy otwartych drzwiach. Za chwilę usiadł z drugiej strony. Coś opowiadał i jakby odruchowo zamknął drzwi i ruszył. Natychmiast zaprotestowałam. Powiedziałam, że nie chcę nigdzie jechać. A „Długi” objął mnie ramieniem, przytulił do siebie, pocałował we włosy i z uśmiechem powiedział, że to będzie krótka przejażdżka.

Sama siebie skarciłam w myślach, że zachowuję się jak dzika. Jechaliśmy, a on bez przerwy coś opowiadał, pytał, wciągał mnie w rozmowę.

Zorientowałam się, że już jesteśmy pod Nowogrodem i poprosiłam, żeby wracał. Tłumaczyłam, że będą się o mnie niepokoić znajomi,

iz mnie tak długo nie ma. On najpierw się śmiał, a za chwilę poprosił, żebym z nim pojechała do Balik. Nie chciałam jechać. Ukrywałam swój niepokój, ale nalegałam, aby wrócił. Tłumaczyłam, że jak zbyt późno pojawię się w domu, będę miała przechłapanie. Poprosiłam nawet, żeby mnie wysadził na przystanku w Nowogrodzie. On się śmiał. Za chwilę znów mnie do siebie przygarnął. Powiedział, że obiecywał swojemu koledze, który gdzieś wyjechał, że będzie karmił jego zwierzaki. Zapewniał, że to wszystko potrwa krótko. Uspokajał, że jak znajomi będą się o mnie niepokoić, zadzwonią na komórkę. Otworzyłam torebkę. Mój telefon komórkowy tkwił spokojnie w przegródce.

Wjechaliśmy do lasu. Było ciemno i bałam się. Zatrzymał sa-

mochód przed jakimś domkiem. Wyciągnął klucze od drzwi i zapraszał. Nie chciałam wchodzić do obcego domu. Powiedziałam, że w tym czasie zadzwonię. Wyciągnęłam komórkę i zamarałam: mój maleńki ekranik wskazywał zero zasięgu. „Długi” też to zauważył, wziął mnie za rękę i powiedział, że pokaże zwierzaki. Weszliśmy do pokoju. Na środku stał stół, a na nim dwie klatki z chomikami. „Długi” nasypał im jedzenia i wtedy zupełnie nieoczekiwanie dopadł do mnie. Nie zdążyłam się zorientować, jak mnie objął i bardzo ścisnął, że nie mogłam ruszyć żadną ręką. Zaczął mnie całować, wyrывałam się, ale nie miałam szans. Wtedy rzucił mnie na tapczan, który stał w tym pokoju i radośnie oznajmił, że będziemy się kochać. Protestowałam, krzyczałam, ale był silniejszy. Szarpałam się, on mną targał, chwycił za bluzkę, rozerwał ją, ja się wyrывałam. Znał swoją przewagę, powiedział, że tu mnie nikt nie usłyszy.

Pamiętam, jak klęczał nade mną, rozpinał swoje spodnie i mówił: „Myślisz, że po co cię tu wiozłem? Pokażę ci swojego chomika. Możesz na niego polować”.

Szarpaliśmy się dość długo, wyrывałam się i szamotałam. Uderzył mnie w twarz. Dalej się szarpałam, jakoś udało mi się wyrwać. Zahaczyłam o sznur i spadła lampka. Nagle zrobiło się ciemno. Rzucił się do światła, a ja do drzwi.

Uciekałam w las. Nie wiedziałam, czy mnie goni, czy został w domu. Ukryłam się między drzewami i krzewami i siedziałam cicho. Potem szłam na wycieczkę w kierunku Łomży. Bałam się odgłosu każdego samochodu. Płakałam z bezsilności, z własnej naiwności, z poniżenia i z niemocy.

Pieszko wróciłam do Łomży. W Balikach została moja torebka. Nie było w niej nic ważnego poza komórką. W domu powiedziałam, że w pubie ktoś mi ukradł torebkę.

III

– Chodź tańczyć. Już ci nic nie grozi. Nie smuć się – przekonywał Zbyszek.

A ja drżałam każdym milimetrem mojego ciała.

KALINA

Matka zapłała się, znaleźli ją martwą w Parku Wagów w centrum Łomży. Wtedy stała się „dzika”

Ty mała wadero, nie myśl, że będziesz tu rządzić, znajdziemy na ciebie sposób”, powiedziała do Jolki wychowawczyni w poprawczaku pierwszej nocy po jej przybyciu.

Gdy przysnęła, dziewczynny z sali nakryły ją kocem i zaczęły bić. Jolka wyswobodziła się, rzuciła się na przesładowczynię. Zadała im ciosy pięściami na oślep. Gdy chwyciły ją za ręce, pogryzła je. Wrzaski zwabiły wychowawców. Zabrali Jolkę do separatu.

Miała wtedy 14 lat. Był początek lat osiemdziesiątych. Poprawczak był daleko od Łomży.

Wysłali ją tam z łomżyńskiego Domu Dziecka, bo nie chciała chodzić do szkoły, kradła, rządziła innymi dziećmi i uciekała nocami do domu, czyli pijackiej meliny na ul. Dwornej.

Do Domu Dziecka zabrali ją trzy lata wcześniej z młodszym bratem. Pewnej nocy usłyszała krzyki. To bili się faceci, którzy przyszli poprzedniego dnia do matki i razem pili. Na jednego matka mówiła Kary, na drugiego Jebulec. Matka leżała obok pijana. Była na pół naga. Jebulec nagle chwycił taboret i uderzył Karego. Kary zalał się krwią. W tym momencie ktoś załomotał w drzwi. To byli milicjanci z długimi pałkami. Zaczęli okładać nimi Jebulca i Karego. Potem ich zabrali. Następnego dnia przyszły jakieś kobiety. Z matką nie pogadały, była otumaniona po libacji. Kazały Jolce i Witkowi ubrać się i poszły z nimi do Domu Dziecka.

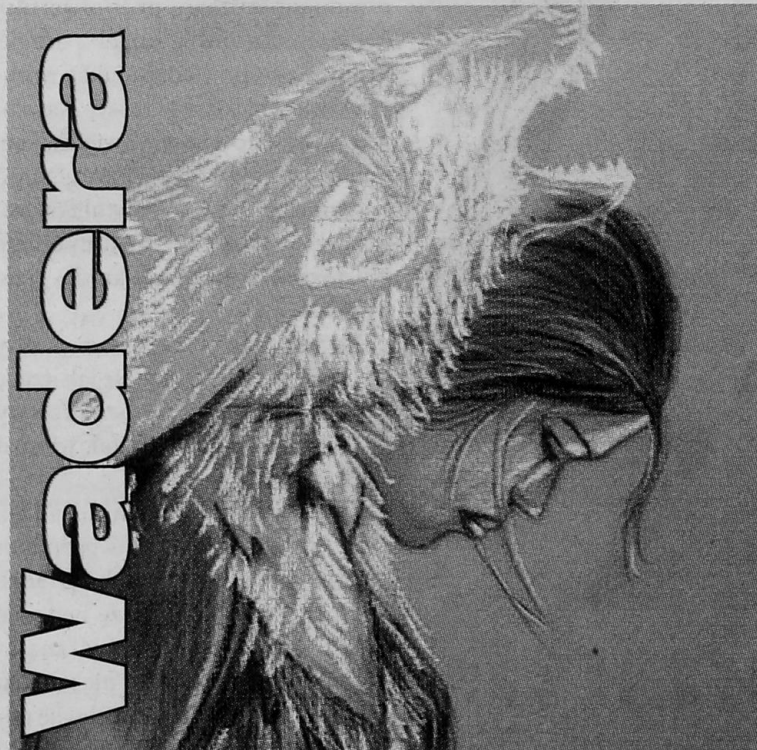
Po trzech latach pobytu Jolki i Witka w Domu Dziecka, ich matkę znaleziono martwą w Parku Wagów. Zapłała się na śmierć.

W Jolkę coś wstąpiło. Stała się „dzika”, jak mówili wychowawcy.

A pierwszej nocy w poprawczaku usłyszała to słowo: wadera. Potem jeszcze wiele razy tak się do niej zwracała ta stara k.... Tak w myślach nazywała Jolka wychowawczynię, która nazwała ją waderą, choć nie miała wtedy pojęcia, co to słowo znaczy.

Jolka była inteligentna, bystra. Szybko zauważono to w poprawczaku. Wychowawca, który prowadził kółko teatralne, zaczął dawać jej główne role. Wystawiał dobre oceny. A potem obmacywał, gdy nikt nie widział. Wychowawcy często pili na nocnych dyżurach.

Raz podпиты wezwał ją w środku nocy do dyżurki. Kazał położyć się na leżance. Jolka chwyci-



ła leżący przy okienku pęk kluczy i uderzyła go w twarz. Zalał się krwią. Zaczął krzyczeć. Zjawili się inni, także podpić. Złapali Jolkę i zamknęli w separacie. Po kilku dniach odesłano ją do Łomży...

W Domu Dziecka Witka już nie było. Zabrali go. Też stał się „dziki”.

Jolka zmądrzała. Miała piętnaście lat. Wiedziała, że mogą ją trzymać tylko do osiemnastki. Przestała uciekać. Gdy wysłali ją do zawodówki, chodziła na lekcje. W szkole poznała Bogdana. Mieszkał w domu przy szosie, a naprzeciwko niedaleko płynęła Narew. Jolka pierwszy raz zobaczyła rzekę z bliska... Bogdan nie odstępował jej przez całą zawodówkę. Odprowadzał po szkole do

Domu Dziecka. Rano czekał na nią pod drzwiami. Tańczyli ze sobą na szkolnych zabawach. Całowali się, a w końcu zaczęli współżyć.

Pewnego razu Bogdan nie przyszedł. Dyrektorka ją wezwała i powiedział, że była na nią skarga jego rodziców. Ostrzegła Jolkę, żeby „dała spokój” Bogdanowi. Był to koniec nauki w zawodówce. Bogdan nie pojawił się już w szkole.

Jolka poczuła znów „dzikość”. Zaczęła „rządzić” w Domu Dziecka. Na młodsze dzieci padł strach...

Pewnej nocy zobaczyła Bogdana przez okno. Wymknęła się do niego po okiennych kratkach.

„Skończyłem osiemnaście lat. Jak ty skończysz, weźmiemy ślub

czyła Bogdanowi i wzywa ich do siebie... Mieli już wtedy troje dzieci. Mieszkali w pokoju z kuchnią. Jolka nie pracowała. Z pensji Bogdana nie starczało na życie.

„W domu będzie nam lepiej. Jest duży. Dzieci będą miały wygodę. Będę hodował świnię albo krowy. Znam się na tym”, przekonał ją, żeby wrócili.

Teściowa rozpieszczęła wnuki i przymilała się Bogdanowi. Na Jolkę warczała. Nie pozwalała jej o niczym decydować.

„Wiadomo, jakie są takie jak ona. Żeby tylko dzieci nie przekabaciła. Cóż robić. Taka, widać, była wola boska”, powiedziała raz do sąsiadek.

Gdy dotarło to do Jolki, poczuła gniew. Na agresję teściowej odpowiedziała agresją. Jak wadera. Już wiedziała, co to słowo znaczy. Sprawdziła w encyklopedii, którą znalazła w pokoju synów. Doszła do wniosku, że pasuje do niej. Na atak odpowiadała atakiem. Atakowała zawsze bez namysłu, jak zagrożona wilczyca... Teściowa poskarżyła się Bogdanowi: „Ona mnie chciała zabić!”. Jolka nie wierzyła własnym uszom. Przecież tylko na nią warknęła. Bogdan uwierzył matce. Zmienił się, zaczął trzymać stronę matki przeciwko niej. Jolka coraz częściej wpadała w złość. Dzieci uciekały do ojca. Gdy dowiedziała się, że brat Witka będzie miał sprawę i grozi mu więzienie, wzięła wszystkie pieniądze i zapłaciła adwokatowi. Gdy rozpoczął się proces, rzuciła pracę w gospodarstwie i jeździła do sądu w Łomży. Witkowi nie pomogła. Dostał trzy lata. Po powrocie do domu zastała Bogdana pijanego.

„Gdzie są pieniądze, ty szumowino?”, rzucił się na nią, uderzył pięścią, aż się przewrócił.

Poczuła wściekłość, ale nic nie powiedziała.... Bogdan znienawidził ją, tak samo jak teściowa. Nastawili przeciwko niej dzieci.

Teściowa umarła, dzieci dorosły i odeszły z domu. Wykształciły się. Ale od niej stronią, przynajmniej z bólem serca.

Bogdan po pijanemu bije ją, wzywa, chwyta za gardło.

Zniknęły złość i sprzeciw. Pojawił się strach. Żyje w strachu przed nim już wiele lat i nie wie, jak wymknąć się z pułapki...

ANDRZEJ MOLEND

Ochotnik

Urodzony w 1891 roku w Czarnocinie Franciszek Grzanko, jako młody człowiek wyemigrował do Ameryki. Nie tylko, żeby poprawić byt, ale także, żeby uniknąć powołania do służby w wojsku carskim. W Ameryce pracował w kopalni w Saint Louis, a w czerwcu 1917 roku ożenił się. W tym czasie do Polonii amerykańskiej docierały informacje o frontach wojennych w Europie i szansie na odzyskanie niepodległości przez Polskę. Po wyrażeniu zgody przez prezydenta Stanów Zjednoczonych Wilsona na wstępowanie do Armii Polskiej we Francji obywateli amerykańskich polskiego pochodzenia, Franciszek Grzanko zgłosił się jako ochotnik. Przed wyjazdem do Francji w listopadzie 1917 roku, jego żona podpisała w centrum rekrutacji w Saint Louis zobowiązanie, w którym była klauzula, że „zrzeka się wszelkich pretensji utrzymania od męża Franciszka Grzanko na czas bytności jego w Armii Polskiej we Francji”. Był kilka miesięcy po ślubie, żona była w ciąży...

3 grudnia został wcielony do 2 pułku strzelców 1 Dywizji. Po zakończeniu szkolenia i osiągnięciu gotowości bojowej Dywizję skierowano do walki z Niemcami na froncie niemiecko-francuskim. Od pierwszych dni sierpnia 1918 r. oddziały Dywizji walczyły w rejonie Reims, później Saint-Hilarie le Grande.

Do Polski żołnierz Armii Hallera, Błękitnej Armii, jak ją nazywano od koloru długich płaszczy, przewieziono wiosną 1919 r. Franciszek Grzanko przeniesiony został do 4 pułku piechoty w Zamościu. W 1919 r. z żołnierzami z pułku brał udział w walkach polsko-ukraińskich, dzięki którym wschodnia Galicja pozostała w granicach Polski. Po zakończeniu walk z Ukraińcami dywizje Armii Hallera przeniesiono w rejon północno-zachodni, gdzie stały w pogotowiu przeciwko Niemcom. W 1920 r. Franciszek Grzanko zakończył służbę w Armii Polskiej. Na mocy dekretu Naczelnika Państwa Józefa Piłsudskiego z dnia 18 marca 1920 r. został zwol-

Zapomniany żołnierz

Żołnierz armii generała Józefa Hallera Franciszek Grzanko z Czarnocina (gm. Piątnica) ciągle czeka na przyznany mu... Krzyż Niepodległości, którego nigdy nie otrzymał za życia!

Błękitnej Armii



Żołnierz Armii gen. Hallera Franciszek Grzanko

niony z czynnej służby. Na zakończenie dostał dyplom Krzyża Żołnierzy Polskich z Ameryki z podpisem Naczelnika Państwa i Wodza Naczelnego.

Powrót

Franciszek Grzanko walczył z porywu serca, bo kochał Polskę, o której opowiadali mu ojciec i matka. Po zakończeniu wojenny żołnierze Armii Błękitnej dostali tylko bilet na statek do Ameryki. Nic więcej. Ich nagrodą i szczęściem była świadomość, że przyczynili się do wyzwolenia Polski. W urągających warunkach, obdarci i biedni powrócili do swoich rodzin. Franciszek Grzanko wstydził się pokazać

swojej żonie i jako ostatni wysiadł z pociągu.

W 1922 roku z rodziną powrócił do Polski i do śmierci mieszkał w Piątnicy.

W grudniu 1937 roku został powiadomiony listem Stowarzyszenia Weteranów Armii Polskiej we Francji o przyznaniu mu Krzyża Niepodległości. Z nieznanego powodu dotarła do niego tylko baretka.

W czasie II wojny światowej w 1944 r. dom Franciszka Grzanko w Piątnicy został spalony. Ocalały tylko dokumenty, świadczące o jego udziale w wyzwoleniu Polski, które zakopał w ogrodzie jako najcenniejszą pamiątkę. Po wojnie na honorowym miejscu

w odbudowanym domu wisiał Akt Weryfikacyjny, stwierdzający, że „Franciszek Grzanko jest byłym żołnierzem Armii Polskiej we Francji, który walczył z bronią w rękę o niepodległość”.

Do śmierci (zmarł w 1974 r.) czekał na Krzyż. Pochowany został, zgodnie z wolą, z baretką, żeby, jak powtarzał za życia, „przed Bogiem z honorem stanąć”.

Pamięć

Jestem wnuczką Franciszka Grzanko. W jego imieniu pragnę zachować od zapomnienia udział dziadka w walce o odzyskanie niepodległości Polski. Ziemia Łomżyńska nie zna jego historii. Dokumenty, dotyczące udziału dziadka Franciszka w odzyskaniu niepodległości znajdują się w Muzeum Wojska Polskiego w Warszawie oraz w Muzeum Tradycji Oręża Polskiego w Nowym Jorku.

Smutny jest fakt, że szukamy bohaterów wszędzie, tylko nie tam, gdzie byli blisko nas i swoim życiem dawali przykład patriotyzmu. Nam, wnukom, dziadkom od najmłodszych lat wpajał umiłowanie Ojczyzny. Bóg, Honor, Ojczyzna to słowa, którymi się kierował. W domu moich dziadków nawet w Boże Narodzenie śpiewało się, oprócz kołęd, również pieśni żołnierskie.

Rocznica 100 lat odzyskania niepodległości i ustanowienie Medalu Stulecia Odzyskanej Niepodległości dla zasłużonych dla Rzeczypospolitej, skłoniły mnie do przypomnienia historii dziadka.

Prezydencki medal Stulecia przyznawany jest tylko żyjącym. To tak, jakby śmierć przekreśliła zasługi tych, którzy faktycznie walczyli o Niepodległą. Franciszek Grzanko do śmierci czekał na Krzyż Niepodległości.

MARIA KONOPKA

Ogłoszenie w KONTAKTACH

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

BUDOWNICTWO

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

(fak.00210/18-o-i)

NAUKA

Studia podyplomowe: na
kwalifikacje rolnicze, wycena
nieruchomości, doradca ds.
ochrony środowiska. Kursy: na
licencję pośrednika i zarządcy
nieruchomości PFRN. www.sedpol.com.pl, tel. 22 3317633

(fak.00215/18-o-i)

NIERUCHOMOŚCI

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

(fak/sms)

Sprzedam grunt w Żelkowie
k. Siedlec 2,5 ha, tel. 602 224 161
(fak.00215/18-o-i)

ODDAM

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

PRACA

Opieka Niemcy Legalnie.
Tel. 725 – 248 – 935
(fak.00195/18-o-i)

PRZYJMĘ

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

ROLNICTWO

Zakupię ciągniki Ursus, Zetor,
New Holland, Massey Ferguson,
Same Landini, Pronar, Renault,
Foton, Farmtrac. Każdy stan oraz
prasy belujące Sipma, Warfama,
Carraro, Morra. Gotówka od ręki,
odbiór z podwórka. Dzwonić, pisać
smsa – oddzwonię.
Tel. 660 – 795 – 977

(fak/sms)

Sprzedam las 1 ha.
Tel. 600 – 062 – 532

(p-000915-o)

Sprzedam gospodarstwo rolne
3,40 ha z budynkami.
Nowe Kupiski.
Tel. (86) 217 – 92 – 34
lub 518 – 237 – 277

(p-000923-o-i)

Rzeźnia kupi za gotówkę bydło
pourazowe, uszkodzone.
Tel. 511 – 075 – 866,
728 – 581 – 064

(fak.00225/18-o)

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

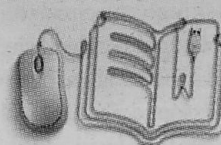
(fak.00032/18-o-i)

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 w gazecie
żyje dzień.

Ogłoszenie w tygodniku
KONTAKTY
żyje tydzień

Zamawiaj więcej płacąc mniej!

teraz pakiety promocyjne

dla wszystkich formatów odbitek

zdjęcia 10x15 już od **0,49zł**



ŁOMŻA, STARY RYNEK 16

ŁOMŻA, DMOWSKIEGO 1B

Kodak Express
Digital Solutions



**Zarządca masy sanacyjnej Danuty i Tadeusza Zaorskich
(sygn. akt odpowiednio: VIII GRs 1/18 i VIII GRs 2/18) zawiadamia,
że na podstawie Postanowienia Sędziego komisarza, Sędziego Sądu
Rejonowego w Białymstoku, VIII Wydział Gospodarczy z dnia 19 czerwca
2018 r. przystępuje do sprzedaży nieruchomości należących do Dłużnika
w postaci:**

a) działki położonej w miejscowości Przyjmy (sposób korzystania – grunty orne), oznaczonej nr ewidencyjnym 79/1 zapisanej w ramach nieruchomości, dla której Sąd Rejonowy w Ostrowi Mazowieckiej V Wydział Ksiąg Wieczystych prowadzi księgę wieczystą nr OS1M/00034965/8 o powierzchni 0,82 ha za cenę nie niższą niż **34.200,00 zł brutto**,

b) działki położonej w miejscowości Przyjmy (sposób korzystania – grunty orne), oznaczonej nr ewidencyjnym 69 zapisanej w ramach nieruchomości, dla której Sąd Rejonowy w Ostrowi Mazowieckiej V Wydział Ksiąg Wieczystych prowadzi księgę wieczystą nr OS1M/00016042/0 o powierzchni 2,68 ha za cenę nie niższą niż **118.800,00 zł brutto**,

c) działki położonej w miejscowości Przyjmy (sposób korzystania – grunty orne), oznaczonej nr ewidencyjnym 74/2 zapisanej w ramach nieruchomości, dla której Sąd Rejonowy w Ostrowi Mazowieckiej V Wydział Ksiąg Wieczystych prowadzi księgę wieczystą nr OS1M/00016042/0 o powierzchni 4,05 ha za cenę nie niższą niż **170.100,00 zł brutto**,

d) działki położonej w miejscowości Przyjmy (sposób korzystania – grunty orne), oznaczonej nr ewidencyjnym 89 zapisanej w ramach nieruchomości, dla której Sąd Rejonowy w Ostrowi Mazowieckiej V Wydział Ksiąg Wieczystych prowadzi księgę wieczystą nr OS1M/00016042/0 o powierzchni 1,92 ha za cenę nie niższą niż **83.700,00 zł brutto**,

e) działki położonej w miejscowości Przyjmy (sposób korzystania – grunty orne), oznaczonej nr ewidencyjnym 93 zapisanej w ramach nieruchomości, dla której Sąd Rejonowy w Ostrowi Mazowieckiej V Wydział Ksiąg Wieczystych prowadzi księgę wieczystą nr OS1M/00016042/0 o powierzchni 1,65 ha za cenę nie niższą niż **72.000,00 zł brutto**,

f) działki położonej w miejscowości Przyjmy (sposób korzystania – grunty orne), oznaczonej nr ewidencyjnym 112/2 zapisanej w ramach nieruchomości, dla której Sąd Rejonowy w Ostrowi Mazowieckiej V Wydział Ksiąg Wieczystych prowadzi księgę wieczystą nr OS1M/00016042/0 o powierzchni 2,21 ha za cenę nie niższą niż **90.000,00 zł brutto**,

g) działki położonej w miejscowości Przyjmy (sposób korzystania – grunty orne), oznaczonej nr ewidencyjnym 148 zapisanej w ramach nieruchomości, dla której Sąd Rejonowy w Ostrowi Mazowieckiej V Wydział Ksiąg Wieczystych prowadzi księgę wieczystą nr OS1M/00016042/0 o powierzchni 1,36 ha za cenę nie niższą niż **51.300,00 zł brutto**,

h) działki położonej w miejscowości Przyjmy (sposób korzystania – łąki trwałe), oznaczonej nr ewidencyjnym 149 zapisanej w ramach nieruchomości, dla której Sąd Rejonowy w Ostrowi Mazowieckiej V Wydział Ksiąg Wieczystych prowadzi księgę wieczystą nr OS1M/00016042/0 o powierzchni 0,86 ha za cenę nie niższą niż **33.300,00 zł brutto**,

i) działki położonej w miejscowości Przyjmy (sposób korzystania – grunty orne), oznaczonej nr ewidencyjnym 151/4 zapisanej w ramach nieruchomości, dla której Sąd Rejonowy w Ostrowi Mazowieckiej V Wydział Ksiąg Wieczystych prowadzi księgę wie-

czystą nr OS1M/00016042/0 o powierzchni 0,98 ha za cenę nie niższą niż **40.500,00 zł brutto**,

j) działki położonej w miejscowości Przyjmy (sposób korzystania – grunty orne), oznaczonej nr ewidencyjnym 154 zapisanej w ramach nieruchomości, dla której Sąd Rejonowy w Ostrowi Mazowieckiej V Wydział Ksiąg Wieczystych prowadzi księgę wieczystą nr OS1M/00016042/0 o powierzchni 7,79 ha za cenę nie niższą niż **282.600,00 zł brutto**,

k) działki położonej w miejscowości Przyjmy (sposób korzystania – grunty orne), oznaczonej nr ewidencyjnym 156 zapisanej w ramach nieruchomości, dla której Sąd Rejonowy w Ostrowi Mazowieckiej V Wydział Ksiąg Wieczystych prowadzi księgę wieczystą nr OS1M/00016042/0 o powierzchni 0,76 ha za cenę nie niższą niż **29.700,00 zł brutto**,

l) działki położonej w miejscowości Jelenie (sposób korzystania – grunty orne), oznaczonej nr ewidencyjnym 293/2 zapisanej w ramach nieruchomości, dla której Sąd Rejonowy w Ostrowi Mazowieckiej V Wydział Ksiąg Wieczystych prowadzi księgę wieczystą nr OS1M/00016042/0 o powierzchni 2,26 ha za cenę nie niższą niż **99.000,00 zł brutto**,

m) działki położonej w miejscowości Jelenie (sposób korzystania – grunty orne), oznaczonej nr ewidencyjnym 313/1 zapisanej w ramach nieruchomości, dla której Sąd Rejonowy w Ostrowi Mazowieckiej V Wydział Ksiąg Wieczystych prowadzi księgę wieczystą nr OS1M/00016042/0 o powierzchni 0,95 ha za cenę nie niższą niż **35.100,00 zł brutto**,

n) działki położonej w miejscowości Jelenie (sposób korzystania – grunty orne), oznaczonej nr ewidencyjnym 317/2 zapisanej w ramach nieruchomości, dla której Sąd Rejonowy w Ostrowi Mazowieckiej V Wydział Ksiąg Wieczystych prowadzi księgę wieczystą nr OS1M/00016042/0 o powierzchni 3,55 ha za cenę nie niższą niż **139.500,00 zł brutto**,

o) działki położonej w miejscowości Przyjmy (sposób korzystania – pastwiska trwałe), oznaczonej nr ewidencyjnym 153/2 zapisanej w ramach nieruchomości, dla której Sąd Rejonowy w Ostrowi Mazowieckiej V Wydział Ksiąg Wieczystych prowadzi księgę wieczystą nr OS1M/00016042/0 o powierzchni 4,5 ha za cenę nie niższą niż **162.900,00 zł brutto**,

p) działki położonej w miejscowości Przyjmy (sposób korzystania – grunty orne), oznaczonej nr ewidencyjnym 64/4 zapisanej w ramach nieruchomości, dla której Sąd Rejonowy w Ostrowi Mazowieckiej V Wydział Ksiąg Wieczystych prowadzi księgę wieczystą nr OS1M/00016042/0 o powierzchni 0,0369 ha za cenę nie niższą niż **1.800,00 zł brutto**.

W związku z powyższym Zarządca informuje o możliwości składania ofert na zakup nieruchomości do dnia 30 listopada 2018 r. do godziny 15:00. Skan podpisanych ofert zawierających **cenę zakupu, oznaczenie podmiotu**, który nabędzie nieruchomość oraz **wyraźne wskazanie nieruchomości objętych ofertą** należy przesłać na adres e-mail: biuro@kosmal-kwiatkowski.pl. Wszelkie dodatkowe informacje udzielane będą wyłącznie w formie elektronicznej po wysłaniu zapytania na adres e-mail: biuro@kosmal-kwiatkowski.pl

KOMUNIKAT

BURMISTRZ MIASTA ZAMBRÓW

działając na podstawie art. 35 ust. 1 ustawy z dnia 21 sierpnia 1997 roku o gospodarce nieruchomościami (Dz. U. z 2018 roku poz. 121 z późn. zm.) podaje do publicznej wiadomości, że w siedzibie Urzędu Miasta Zambrów przy ul. Fabrycznej 3 wywieszony został na tablicy ogłoszeń na okres 21 dni (od 14 listopada 2018 roku do 5 grudnia 2018 roku) wykaz lokalu mieszkalnego nr 14 przy ul. Aleja Wojska Polskiego 44 w Zambrowie przeznaczonego do sprzedaży w drodze bezprzetargowej na rzecz najemców.

e-kontakty

wydanie elektroniczne
identyczne z wydaniem
papierowym na:

kontakty-tygodnik.com.pl



OGŁOSZENIA BEZPŁATNE MOTORYZACYJNE

Sprzedam BMW X3 E83, (2006),
3.0 diesel, automat, przebieg
228 000 km, stan bardzo dobry,
cena 34 000 zł, tel. 609 - 327 - 309
(o/b)

Sprzedam skuter Suzuki Burgman
AN 400, (1999), przebieg 25 000
km, stan bardzo dobry,
cena 3 600 zł, tel. 609 - 327 - 309
(o/b)

Sprzedam Mercedes Sprinter,
(2000), po liftingu, stan dobry,
cena 13 000 zł, tel. 505 - 253 - 985
(o/b)

Sprzedam Fiat Seicento, (1999), 0.9
benzyna, stan bardzo dobry,
garażowany, ważne OC, przegląd
do 10.2019 r., cena 1 900 zł do
uzgodnienia, tel. 575 - 563 - 239
(o/b)

Sprzedam Fiat CC 700, (1998),
drugi właściciel, stan techniczny
i wizualny bardzo dobry,
garażowany, przebieg 77 000 km,
cena 1 750 zł, tel. 662 - 187 - 844
(o/b)

Sprzedam Skoda Super B, 1.9 TDI,
130 KM, bez wkładu finansowego,
bez oznak korozji, cena 11 900 zł
do uzgodnienia,
tel. 509 - 762 - 755 lub
516 - 490 - 772
(o/b)

Sprzedam Audi A6 C5, (1997), 2.4
benzyna, cena 6 500 zł,
tel. 539 - 081 - 435
(o/b)

Sprzedam Opel Astra, (1993), 2.4
benzyna, wymieniony rozrząd, olej,
aktualne ubezpieczenie i przegląd,
stan idealny, oszczędny,
cena 2 400 zł, tel. 537 - 061 - 488
(o/b)

Sprzedam Volkswagen Bora,
(1999), 2.0 benzyna + gaz, ważne
badania i OC, cena 8 000 zł,
tel. 886 - 244 - 319
(o/b)

Sprzedam Volkswagen Golf 3,
(1995), 1.8 benzyna + gaz,
ważne badania i OC, w ciągłej
eksploatacji, cena 700 zł,
tel. 886 - 244 - 319
(o/b)

Sprzedam Renault Scenic 2,
(2008), stan bardzo dobry,
cena 9 500 zł, tel. 579 - 255 - 879
(o/b)

Sprzedam skuter Kingway, (2010),
cena 1 500 zł, tel. 518 - 524 - 903
(o/b)

Sprzedam skuter Benzer, (2012),
cena 1 700 zł, tel. 518 - 524 - 903
(o/b)

Sprzedam koła zimowe 175x70
R13, cena 100 zł za sztukę do
uzgodnienia, tel. 885 - 991 - 175
(o/b)

Sprzedam Kia Picanto, (2008), 1.0,
wersja sport, przebieg 62 000 km,
stan idealny, cena 13 300 zł do
uzgodnienia, tel. 500 - 063 - 989
(o/b)

Sprzedam Peugeot 206, (2000), 1.9
diesel, 3-drzwiowy, wspomaganie,
alarm, centralny zamek, ABS,
airbag, cena 2 200 zł do
uzgodnienia, tel. 506 - 105 - 099
(o/b)

Sprzedam lawetę samochodową,
(2004), opony 14C, cena 5 500 zł,
tel. 882 - 703 - 130
(o/b)

Sprzedam Volkswagen Sharan, 1.9
diesel, stan dobry, anglik, na
części, cena 2 700 zł,
tel. 882 - 703 - 130
(o/b)

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

Sprzedam przyczepkę bagażową,
cena 1 000 zł, tel. 507 - 627 - 924
(o/b)

Sprzedam Seat Cordoba, (1997),
cena 1 500 zł, tel. 696 - 259 - 935
(o/b)

Sprzedam Mercedes Benz C180,
(2001), sport coupe, benzyna, kolor
czarny, stan techniczny bardzo
dobry, auto zarejestrowane,
cena 7 200 zł do uzgodnienia,
tel. 798 - 162 - 898
(o/b)

Sprzedam Ford Mondeo, (2005),
2.2 TDCI, diesel, kombi,
cena 6 800 zł, tel. 602 - 739 - 882
(o/b)

Sprzedam Renault Scenic II, (2005),
1.6 benzyna, 16v, przebieg 204 000
km, minivan, stan bardzo dobry,
rok w Polsce, klimatyzacja,
cena 9 900 zł, tel. 794 - 043 - 941
(o/b)

Sprzedam Fiat Albea, (2003), 80
KM, sedan, LPG, pierwszy
właściciel, auto porysowane,
cena 1 900 zł, tel. 690 - 800 - 745
(o/b)

Sprzedam Subaru Impreza, (2000),
2.0 benzyna + LPG, 125 KM,
sprawna klimatyzacja, zadbane
wnętrze, cena 5 500 zł,
tel. 666 - 157 - 345
(o/b)

Sprzedam Audi A6, (2004),
130 KM, diesel, kombi,
stan techniczny dobry,
cena 14 000 zł, tel. 500 - 276 - 401
(o/b)

Sprzedam Volkswagen Passat B7,
(2011), 160 KM, benzyna, sedan,
przebieg 77 000 km, ABS, ESP,
elektryczne szyby, cena 42 500 zł
do uzgodnienia,
tel. 600 - 312 - 452
(o/b)

Sprzedam Volkswagen Polo,
(2004), 75 KM, benzyna,
hatchback, wspomaganie,
centralny zamek, ABS,
cena 8 300 zł do uzgodnienia,
tel. 513 - 301 - 468
(o/b)

Sprzedam Opel Zafira, (2000),
101 KM, minivan, LPG, kolor
srebrny, klimatyzacja,
wspomaganie, centralny zamek,
hak, cena 6 300 zł do uzgodnienia,
tel. 798 - 591 - 128
(o/b)

Sprzedam Opel Zafira, (2004), 1.8
benzyna, 16V, po liftingu,
climatronic, alufelgi, pierwszy
właściciel, serwisowany,
cena 13 500 zł, tel. 534 - 611 - 709
(o/b)

Sprzedam Audi A6, (2002), 1.9 tdi,
130 KM, wyposażenie pełne,
welurowa tapicerka, stan dobry,
możliwa zamiana, cena 11 700 zł
do uzgodnienia,
tel. 692 - 259 - 814
(o/b)

Sprzedam Peugeot 206, (2007), 1.4
diesel, świeżo oplacony, przegląd,
ważny pół roku, drobne wgniecenia
parkingowe, cena 5 700 zł,
tel. 692 - 259 - 814
(o/b)

Sprzedam Volkswagen Jetta,
(2008), 1.9 diesel, kolor grafitowy,
wszelkie naprawy robione na
bieżąco, nie wymaga wkładu
finansowego, czysty i zadbane,
możliwa zamiana, cena 18 700 zł,
tel. 692 - 259 - 814
(o/b)

KUPON

BEZPŁATNE OGŁOSZENIE DLA
ZMOTORYZOWANYCH

Treść ogłoszenia do 15 słów:

Warunkiem ukazania się ogłoszenia jest podanie
ceny pojazdu!

Imię i nazwisko ogłaszającego:

Adres:

Tel.:

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

TAXI 19-191
RADIO MPT

TAXI POLSKA 19 100
Najlepsze korporacje w Polsce zjednoczone dla Twojego bezpieczeństwa

www.taxi.lomza.pl ☎ 86 216 32 86

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-garaże.pl

Sprzedam suche siano ze stodoły,
gmina Wizna, 200 sztuk,
cena 100 zł za sztukę,
tel. 608 - 104 - 878

Sprzedam ciągnik Zetor 7340 turbo
+ tur, (1996), stan bardzo dobry,
cena 53 000 zł, tel. 517 - 675 - 636

Sprzedam kombajn zbożowy MF
186, cena 17 000 zł,
tel. 782 - 668 - 180

Sprzedam kaczki biegusy, 4 sztuki,
cena 50 zł za sztukę,
tel. 510 - 629 - 821

Sprzedam beczkowóz 8 000 litrów,
cena 16 000 zł, tel. 668 - 101 - 431

Sprzedam kombajn Fendt 309 C,
(2001), stan dobry, cena 85 000 zł,
tel. 668 - 101 - 431

Sprzedam ciągnik Ursus C-330,
(1980), żółto-niebieski, bez kabiny,
stan dobry, cena 8 500 zł do
uzgodnienia, tel. 530 - 305 - 038

Sprzedam sianokiszonkę, bardzo
dobra jakość, cena 99 zł za sztukę,
tel. 507 - 960 - 008

Sprzedam tur 3-sekcyjny do MTZ,
cena 4 200 zł, tel. 504 - 958 - 451

Sprzedam przetrząsacz traw,
4-gwiazdowy, cena 2 300 zł,
tel. 512 - 814 - 149

Sprzedam kombajn Volvo S 830,
cena 9 400 zł, tel. 512 - 814 - 149

Sprzedam jałówkę, mleczna,
czarno-biała, wycielenie
01.12.2018 r., cena 5 000 zł,
tel. 515 - 506 - 053

Sprzedam przyczepę, wywrotka, 6
ton, cena 10 800 zł,
tel. 696 - 965 - 865

Sprzedam zbiornik na mleko Alfa
Laval, 650 litrów, listwa, zawór,
cena 2 000 zł, tel. 512 - 829 - 794

Sprzedam byczka NCB,
tygodniowy, okolice Jabłonki
Kościelnej, cena 470 zł,
tel. 609 - 372 - 586

Sprzedam kombajn zbożowy
Bizon, (1987), cena 14 500 zł,
tel. 514 - 514 - 548

Sprzedam kosiarkę rotacyjną
Agromex, (2011), 1,85 m,
hydraulicznie składana,
cena 3 800 zł, tel. 882 - 703 - 130

Sprzedam rozrzutnik Czarna
Białostocka, 2-osiowy,
stan bardzo dobry, cena 2 800 zł,
tel. 882 - 703 - 130

Sprzedam kopaczkę do
ziemniaków, cena 1 200 zł,
tel. 882 - 703 - 130

Sprzedam prasę belującą
Greveland, stan dobry,
cena 15 000 zł do uzgodnienia,
tel. 505 - 638 - 693

Sprzedam owijkę Pronar,
samozaladowcza z bocznym
załadunkiem i stawiaczem bel, stan
bardzo dobry, cena 22 700 zł do
uzgodnienia, tel. 571 - 210 - 410

Sprzedam belarkę Sipma Z-279/1,
wszystko sprawne, gotowa do
pracy, cena 13 000 zł,
tel. 668 - 439 - 067

Sprzedam zgrabiarkę karuzelową
Unia, stan bardzo dobry, szerokość
robocza 4,30, wałek ze sprzęgłem,
cena 6 600 zł, tel. 509 - 902 - 651

Sprzedam rozrzutnik obornika
Warfarma, cena 9 500 zł do
uzgodnienia, tel. 785 - 458 - 830

Sprzedam kosiarki dyskowe,
stan bardzo dobry, cena 10 000 zł
do uzgodnienia,
tel. 697 - 370 - 150

Sprzedam paszowóz Peecon,
pojemność 12 m³, stan bardzo
dobry, nowe noże, cena 20 900 zł
do uzgodnienia,
tel. 697 - 370 - 150

Sprzedam wycinak do kisonki,
w pełni sprawny, cena 1 300 zł
do uzgodnienia,
tel. 723 - 629 - 697

Sprzedam prasę belującą Metal
Fach, (2007), cena 17 500 zł,
tel. 516 - 852 - 187

OGŁOSZENIA BEZPŁATNE ROLNICZE

Sprzedam byczki HO, 3 sztuki,
tygodniowe, cena 550 zł,
tel. 661 - 737 - 639

Sprzedam młynek bijakowy do
zboża, silnik 11 KW, na jednej
stopie, stan bardzo dobry,
cena 2 200 zł, tel. 514 - 916 - 390

Sprzedam prasę belującą Metal
Fach Z-562, (2007), wiązanie siatką
i sznurkiem, stan bardzo dobry,
cena 24 000 zł do uzgodnienia,
tel. 694 - 432 - 790

Sprzedam pługi Huard, 4-skibowe,
cena 7 000 zł do uzgodnienia,
tel. 604 - 750 - 281

Sprzedam rozrzutnik obornika,
1-osiowy, stan bardzo dobry,
cena 2 100 zł, tel. 512 - 820 - 871

Sprzedam rozrzutnik, 2-osiowy,
3-burtowy, cena 5 000 zł; młynek
bijakowy Bąk, cena 800 zł; drut 8,
cena 800 zł; wialnię, cena 400 zł,
tel. 789 - 332 - 738

Sprzedam pług 3-skibowy,
cena 1 000 zł, tel. 507 - 669 - 153

Sprzedam orkan do zielonek,
cena 2 800 zł, tel. 507 - 669 - 153

Sprzedam wagę elektroniczną, stan
bardzo dobry, do 150 kg,
cena 250 zł, tel. 724 - 254 - 357

Sprzedam kultywator Grudziądz 14,
cena 550 zł, tel. 609 - 320 - 169

Sprzedam pługi 2-skibowe,
obracane mechanicznie,
niemieckie, cena 1 900 zł,
tel. 609 - 320 - 169

Sprzedam kozę, tegoroczna, biała,
bezrożna, gmina Szumowo
Łętownica, cena 200 zł za sztukę,
tel. (86) 476 - 87 - 21

Sprzedam owce, 4 sztuki,
cena 1 200 zł, tel. 515 - 554 - 517

Sprzedam przewracarko-
zgrabiarkę, (2004), 9-kołowa,
cena 1 500 zł, tel. 606 - 699 - 536

Sprzedam rozsiewacz nawozów
Unia Brzeg NX1200, hydraulicznie
otwierany, plandeka, cena 5 500 zł,
tel. 665 - 741 - 797

Sprzedam brony 5-polowe Unia
Grudziądz, cena 900 zł,
tel. 665 - 741 - 797

Sprzedam siewnik do kukurydzy,
4-rzędowy, mechaniczny,
cena 2 500 zł do uzgodnienia,
tel. 691 - 242 - 088

Sprzedam ostrówek,
cena 13 000 zł, tel. 501 - 647 - 161

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:

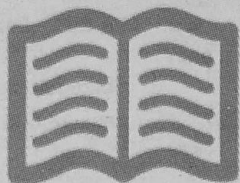
Kupon wysyłamy na adres: **Kontakty, Al. Legionów 7, 18-400 Łomża**
Wydawnictwo „Kontakty” informuje, że dane ogłaszających, będą
wykorzystane wyłącznie w celu wykonania zlecenia publikacji ogłoszenia oraz
sprawozdawczości finansowej. Nie są udostępniane osobom trzecim.



W ZUPEŁNIE **NOWEJ ODSŁONIE**

#Największa**Księgarnia**Internetowa

#CzytamBoLubię



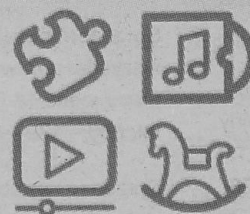
Książki

Najciekawsze
nowości wydawnicze
i klasyki literatury



**Ebooki
i Audiobooki**

Ponad
50 000 publikacji
elektronicznych



i coś więcej...

Muzyka, filmy,
zabawki
i wiele innych!

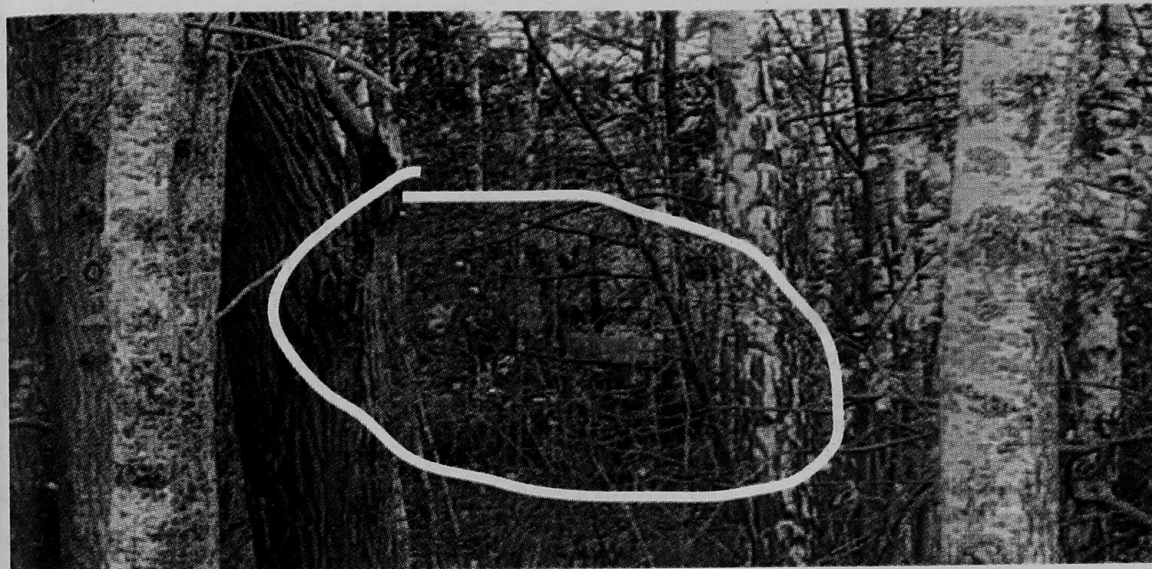
POZNAJ NASZE **WSZYSTKIE PROMOCJE**

RABATY NAWET DO -70%

WWW.NEXTO.PL

WEJDŹ I BĄDŹ NA BIEŻĄCO





W tym lesie złodziej (29 lat) ukrył skradziony rolnikowi z gminy Ciechanowiec traktor Ursus. Policjanci z Posterunku Policji w Ciechanowcu z wysokomazowieckimi już po 4 godzinach mieli w swoich rękach i traktor i złodzieja. Fot. policja

Śmierć na polnej drodze

Śmierć na miejscu poniósł jadący (41 lat) motorowerem, który przewrócił się na polnej drodze w Zabelu (gm. Kolno). Wezwani na miejsce strażacy podjęli próbę reanimacji, niestety, bezskutecznie. Na razie nie wiadomo, jak doszło do wypadku. Ustalają to policjanci pod nadzorem prokuratora.

Nękali kandydatkę

Postępowanie w sprawie tzw. stalkingu, czyli uporczywego nękania kandydatki PiS na prezydenta Łomży Agnieszki Muzyk prowadzi Prokuratura Rejonowa w Łomży. Jak twierdzi, kilka miesięcy nie reagowała na obraźliwe komentarze i słowne ataki grupy internautów. Gdy jednak stawiała się coraz bardziej natarczywie, złożyła doniesienie do Prokuratury. Agnieszka Muzyk przegrała wybory w drugiej turze z obecnym prezydentem Łomży Mariuszem Chrzanowskim. Stalking jest przestępstwem, zagrożonym karą do 3 lat pozbawienia wolności.

Prokurator oskarża: chciał zabić!

Za usiłowanie zabójstwa mieszkanka wsi Modzele Skudosz (gm. Łomża) Prokuratura Rejonowa w Łomży skierowała do Sądu Okręgowego w Łomży akt oskarżenia przeciwko Andrzejowi P. (51 lat). 24 sierpnia Andrzej P. dźgnął nożem Krzysztofa M. Według ustaleń śledczych, chciał zabić, a ranny przeżył tyl-

ko dlatego, że szybko trafił do Szpitala Wojewódzkiego w Łomży. Napastnik został natychmiast zatrzymany i osadzony w areszcie tymczasowym, w którym przebywa do dzisiaj.

Z autobusu... wypadł bagaż!

Gdy policjanci zapytali trzy płaczące na ulicy w Łomży nastolatki, co się stało, ze zdumieniem dowiedzieli się, że jechały autobusem do bursy i prawdopodobnie w trakcie jazdy między Nowogrodem a Łomżą otworzył się w nim luk bagażowy, z którego wypadły ich torby. Oprócz ubrań i „wałówki”, w jednym z nich był wart kilka tysięcy złotych smartfon. Policjanci powiadomili o sytuacji inne patrole i sami rozpoczęli poszukiwania na trasie jazdy autobusu. W tym czasie zaginione bagaże na komendę policji przywiózł mężczyzna, który torby odnalazł.

Uciekł w płot

W ogrodzenie II LO na rondzie Kościuszki w Łomży wjechał kierujący volkswagenem Passatem. Jak twierdził, uciekał przed zderzeniem z transporterem zjeżdżającym z ul. Rządowej. Nikt z podróżujących Passatem nie odniósł obrażeń.

Zderzenie w centrum Łomży

Do szpitala trafiła kobieta jadąca volkswagenem Tiguanem po zderzeniu z dostawczym fiatem Ducato na skrzyżowaniu al. Le-

gionów i ul. Sikorskiego w Łomży. Jak wynika z relacji świadków, jadąc od ul. Wojska Polskiego nie ustąpiła pierwszeństwa fiatowi, zmierzającemu al. Legionów w kierunku Warszawy. Zderzenie było na tyle silne, że volkswagen został odrzucony na słup sygnalizacji świetlnej.

Łoś pod ciężarówką

Wprost pod ciężarówkę Scanię wybiegł łoś koło Zaruzia na trasie Łomża – Ostrołęka. Łoś padł na mijesku, kierowcy tira nic się nie stało. Dyrektor Łomżyńskiego Parku Krajobrazowego Doliny Narwi Mariusz Sachmaciński przestrzega kierowców, że właśnie zaczęła się jesienna migracja zwierząt. Łosie przemieszczają się właśnie z doliny Narwi do wyżej położonych lasów Czerwonego Boru. Po drodze przechodzą przez ruchliwe drogi: Łomża – Ostrołęka, Łomża – Ostrów Mazowiecka, Łomża – Zambrów, Łomża – Mężenin, Łomża – Jeżewo. Po pierwszych opadach śniegu ruszą jelenie. Jesienne wędrówki łośi trwają około miesiąca, jeleni tydzień.

Okradł budowę

Rusztowania, drabiny oraz narzędzia budowlane wartości ponad 3 tysiące złotych ukradł na początku lipca z domu w budowie mieszkaniec (30 lat) powiatu łomżyńskiego. Minęło ponad 4 miesiące i kiedy wydawało mu się, że kradzież się udała, w świąteczny weekend zatrzymała go łomżyńska policja. Stanie przed sądem.

Zaginął mieszkaniec Rajgrodu



Kamil Nowicki (27 lat) z Rajgrodu 4 listopada w godz. 16.00 – 18.00 wyszedł z domu, nie mówiąc rodzinie dokąd się udaje ani kiedy wróci i przepadł bez wieści. Ma ok. 176 cm wzrostu, twarz owalną, nos średni, uzębienie pełne, włosy krótkie ciemne, oczy zielone.

Wszyscy, którzy widzieli go 4 listopada po godz. 16.00 i później, wiedzą, co się z nim dzieje lub mogą pomóc w jakimkolwiek sposób, proszeni są o kontakt z policją, tel. 112.

Kara za smog

Straże miejskie i gminne otrzymały nowe uprawnienia: mogą wystawić mandat za spalanie w domowym piecu mułu węglowego bądź flotokoncentratu, które zanieczyszczają powietrze. Także w przypadku niesprawnej instalacji. Sprzedaż mułów węglowych, flotokoncentratów, paliw stałych niesortowanych oraz mieszanin paliw, zawierających mniej niż 85 proc. węgla kamiennego jest zakazana. Za złamanie zakazu grozi kara więzienia. Tak więc „po nitce do kłębka” jeśli ktoś zostanie przyłapany na opalaniu nimi domu, wpadnie także handlarz.

Decyzja poszerzająca uprawnienia straży ma związek z coraz gorszą jakością powietrza w Polsce już nie tylko w dużych miastach. Poziom szkodliwych substancji we wdychanym powietrzu już dawno przekroczył dozwolone ilości także w Łomży. Szkodliwy smog jest przyczyną wielu chorób układu oddechowego i raka.

Poradnia psychologa

Jak nie zniszczyć małżeństwa?

Niebawem mój mąż wyjedzie do pracy w Holandii. Boję się tego trochę, bo znam wiele małżeństw, które z powodu oddalenia się rozpały. Co zrobić, by w takiej sytuacji nie zniszczyć małżeństwa?

Iwona

Romantycy mówią, że dla miłości rozłąka jest jak wiatr: mały ogień gasi, duży roznieca. Realisci są jednak zdania, że im rozłąka trwa dłużej, tym gorzej. Pewne zabiegi można jednak podjąć, aby rozstanie nie stało się początkiem końca miłości.

Po pierwsze, rozstanie nie może trwać w nieskończoność. Najlepiej, jeśli z góry wiadomo, kiedy się zakończy. Nawet jeśli ma trwać rok lub dłużej, powinno być to jasno ustalone. Człowiek lepiej funkcjonuje w sytuacjach czytelnych i zrozumiałych, niż niepewnych. Dlatego też termin powrotu powinien być określony konkretnie („Wracam za pół roku”), niż rozmyty („Wracam, jak zarobię na mieszkanie”).

Po drugie, trzeba dbać o to, co spaja małżeństwo. Trzy są siły, które trzymają partnerów razem: namiętność (seks, pożądanie), zaangażowanie (poświęcenie, oddanie, kredyt, wspólny majątek, dzieci) i przyjaźń (wzajemne zrozumienie, mówienie o swoich przeżyciach, pomoc, wsparcie, słuchanie siebie nawzajem, bliskość, intymność). Ten ostatni czynnik jest najważniejszy, bo decyduje o tym, czy ludzie są ze sobą szczęśliwi. Niestety, on też najbardziej cierpi, gdy



ludzie rzadko się spotykają, ponieważ aby osiągnąć pewien stopień bliskości i wzajemnego zrozumienia, trzeba ze sobą po prostu być; rozmawiać, zwierzać się i otwierać. Im więcej czasu para przeznacza na szczere, otwarte (i przyjazne) kontakty, tym lepiej dla niej. Na odległość służą temu różnego rodzaju komunikatory (telefon, Skype, gadu-gadu itp.), choć zastępują bezpośrednią rozmowę w sposób niedoskonały.

„Podtrzymuj ogień” również gesty, demonstrujące wzajemne zaangażowanie, jak drobne prezenty. Warto ulegać tęsknocie i dążyć do jak częstych spotkań, nawet jeśli jest to kosztowne lub uciążliwe.

Trzeba jeszcze powiedzieć, że rozłąka zmienia nawyki małżonków, przyzwyczajają się do nieobecności żony, męża. Bywa, że gdy rozstanie się kończy, pojawia się wiele tarć, co nie oznacza wcale, że między małżonkami jest gorzej, choć część par tak to interpretuje. Ten burzliwy okres nie trwa długo (raczej liczony jest w tygodniach, niż miesiącach) i należy go po prostu przetrwać.

DR MARCIN FLORKOWSKI
psycholog

- 1 szklanka mleka
- 2 łyżki masła
- sól i pieprz

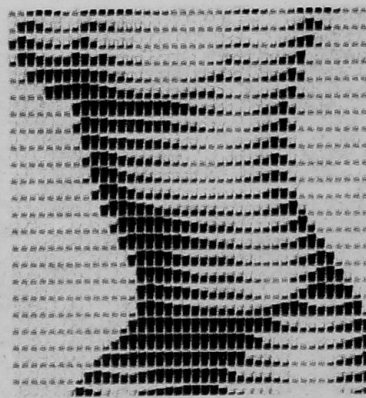


Węgierska zupa ziemniaczana

Składniki:

- 80 dag ziemniaków
- 1 litr wywaru warzywnego
- 1 duża biała cebula
- 2 ząbki czosnku
- 1 łyżeczka wędzonej papryki
- 1 łyżeczka słodkiej papryki
- 1/3 łyżeczki gałki muszkatołowej

Ziemniaki obieramy i kroimy w małą kostkę. Cebulę drobno szatkujemy. Czosnek wyciskamy. W garnku na rozgrzane masło wrzucamy cebulę i smażymy, aż cebula się zeszkli (ok. 5 minut). Dorzucamy czosnek, wędzoną oraz słodką paprykę i smażymy jeszcze minutę. Dolewamy wywar warzywny i wrzucamy pokrojone ziemniaki. Gotujemy ok. 30 minut. Pod koniec gotowania dodajemy gałkę muszkatołową i mleko. Solimy i pieprzymy do smaku. Gotujemy dwie minuty.



Pytanie intymne

Po stosunku powinienem być radosny i szczęśliwy. Tak przynajmniej jest w podręcznikach, kobiecych pismach i na filmach. A mnie często po seksie jest niewyobrażalnie smutno. Mój facet lubi się kochać, także wtedy, gdy ja wcale nie mam na to ochoty. Sam prowadzi moją rękę i pokazuje, jak mam go pieścić. Gdy spełniam jego życzenia, jest zadowolony. Szybko dochodzi i prawie od razu odwraca się na drugą stronę i zasypia. Nie zdziżyło się, żeby spytał, czy jest mi dobrze, czy chciałabym kochać się inaczej, żeby mnie przytulił lub powiedział coś miłego. Nic nie mówi, bo przy seksie wcale nie rozmawiamy. Czuję się

jak przedmiot. Jak to zmienić?

Lucyna

Seks nie jest solowym tańcem. Partnerzy powinni wzajemnie zaspokajać swoje pragnienia i oczekiwania. Dotychczasowe zachowania pewnie utrwaliły już jakiś model. Ale nie znaczy to, że trzeba się na niego godzić. Nie ma satysfakcji, więc trzeba zacząć zmieniać te przyzwyczajenia. Od rozmowy, ale nie od wylewania żalu i pretensji, tylko od sygnału: spróbujmy inaczej, może będzie lepiej. Trzeba jednoznacznie nazwać i ujawnić swoje potrzeby. Seks nie lubi milczenia, czułości rozbudzają i podniecają. Gdy zaczyna mówić jedna osoba, druga jej odpowie i milczenie zostanie przerwane. Jest szansa na uzdrowienie egoizmu w seksie, ale czasem trzeba go po prostu partnerowi uświadomić.



Lekarz domowy

Opiekuję się chorą, leżącą ciocią. Gdy ją karmię, za każdym razem boję się, żeby się nie zadławiła. A gdyby to się stało, co robić?

Robert

Ratunkiem może być uderzenie dławiącej się osoby kilka razy w środkową część pleców, między łopatkami, otwartą dłoń ułożoną w kształt łyżeczki. Gdy to nie pomaga, trzeba stanąć z tyłu

za dławiącą się, objąć ją rękoma w pasie, lekko pochylić do przodu i 5 razy zdecydowanie nacisnąć jej nadbrzusze. Zabiegi uderzeń w plecy i naciskanie nadbrzusza trzeba powtarzać do momentu, aż wytwarzane w ten sposób ciśnienie spowoduje wybitcie ciała obcego z tchawicy. Gdyby zadławiona straciła przytomność, natychmiast wezwać lekarza, a czekając na jego przyjazd, rozpocząć reanimację od masażu serca.

Pod paragrafem

Po roku znajomości zerwałam z chłopakiem. Najpierw zabiegał o powrót, a gdy stanowczo odmówiłam, zaczął przysyłać mi obraźliwe esemesy. Najpierw ze swojego telefonu komórkowego, który znam. Od momentu, gdy mu napisałam, że zgłoszę na policję, otrzymuję anonimowe esemesy z wyzwiskami i pogrózkami z obcego numeru. Podejrzewam, że są one od byłego chłopaka. Co robić?

Lidka

Takie nękanie (stalking) trze-

ba zgłosić na policję, która może pomóc w identyfikacji osoby, wysyłającej wulgarne esemesy. Dobrze, żeby do wniosku (protokołu na policji) podać dowody (nie kasować esemesów). Po nowelizacji kodeksu karnego, odpowiedzialności karnej podlega każdy, kto przez uporczywe nękanie innej osoby lub osoby jej najbliższej, wzbudza u niej uzasadnione odczucia poczucia zagrożenia lub istotnie narusza jej prywatność. Za takie zachowanie grozi kara pozbawienia wolności do trzech lat.

Co mówi o Tobie rok urodzenia?

W klasycznej numerologii obliczanie liczby, której podporządkowane jest nasze życie, polega na dodaniu kolejnych cyfr, wchodzących w skład daty urodzenia.

Każdej z nich przypisany jest konkretny zestaw cech charakteru, wad i zalet. Równie wiele można powiedzieć o człowieku na podstawie samego roku jego urodzenia. W tym przypadku nie bierzemy pod uwagę dokładnej daty, ale wyłącznie ostatnią cyfrę. Jeśli urodziłaś/łeś się w 1975 roku, Twoją cyfrą jest 5, jeśli w 1990 – 0. Ta niewinna cyfra mówi o Tobie więcej, niż przypuszczasz.

0 – jesteś osobą bardzo kontakto-
wą. Nie zwracasz wielkiej wagi na
pieniądze. Szybko się nudzisz i nie
masz oporów, by zaczynać wszyst-
ko od nowa. Czasami nie wychodzi
Ci to na dobre, ale w ostateczno-
ści osiągniesz swój cel. Można Cię
zranić, ale nie przestraszyć.

1 – w wielu sytuacjach stawiasz
wyłącznie na siebie. Takie Two-
je zachowanie może negatywnie
wpływać na relacje międzyludz-
kie. Jeśli można o kimś powie-
dzieć, że dąży po trupach do celu,
to jedynkom jest do tego najbli-
żej. Nie ulegaj złudzeniu, że za-
wsze wyjdiesz dobrze na krzyw-
dzie innych. To się kiedyś zemści.

2 – nie wyobrażasz sobie działa-
nia wyłącznie na własną rękę. Na-
wet, jeśli nie lubisz podejmować
wspólnych decyzji i zawsze masz
przekonanie o swojej nieomyln-
ości, cenisz zdanie innych i często
się nim sugerujesz. To nie Twoja
słabość, ale siła. Wyciągasz mą-
dre wnioski.

3 – na co dzień nie przejmujesz się
przyziemnymi sprawami, wolisz
marzyć o niebieskich migdałach.
Prawdopodobnie nie będzie z tego
ogromnych pieniędzy, ale na reali-
zację kilku marzeń powinno wy-
starczyć. Wychodzisz z założenia,
że życie to suma pięknych chwil,
a nie ciągła walka o każdy szcze-
gół. Masz rację, ale w wyjątkowych
sytuacjach zadbaj także o swój byt.

4 – zarażasz swoją energią i zaan-
gażowaniem, ale kiedy ktoś nadep-
nie Ci na odcisk, potrafisz eksplo-
dować, raniąc wszystkich wokół.
Chcesz mieć wszystko pod kon-
trolą, ale różnie z tym bywa. Za-
wyczaj ponoszą Cię emocje. Jeśli
się w coś angażujesz, to na poważ-
nie i do końca. Jeśli odpuszczasz,
to nie ma już o czym mówić.

5 – chyba nie ma na świecie bar-
dziej ugodowej osoby od Ciebie.
Często zapominasz o swoich po-
trzebach i pragnieniach. Wolisz

spełnić oczekiwania innych. Spró-
buj czasem zrobić coś dla siebie.
Nie stracisz w ten sposób szacun-
ku, a wręcz zyskasz w oczach in-
nych. Wszyscy Cię lubią, ale to nie
zmienia faktu, że miewasz proble-
my przy bliższych relacjach. Jeśli
wykażesz większą pewność siebie,
znajdziesz przyjaciół i miłość.

6 – w głębi duszy jesteś osobą zde-
cydowaną i trudną do zreformowa-
nia. Trochę więcej wiary w siebie
oraz bliskich, a na pewno daleko
zajdziesz. Uwielbiasz komento-
wać rzeczywistość, ale lepiej z tym
ostrożnie. Jeśli pozwalasz sobie na
chwilę szczerości, zwróć uwagę na
to, komu się zwierzasz.

7 – nie tracisz wiary w ludzi i wła-
sne szczęście. Jeśli poczujesz się
dobrze w jakimś towarzystwie,
pracy czy miejscu, postanawiasz
w tym trwać. Przy tym Twoja
osobowość jest bardzo kreatywna.
W znanym Ci towarzystwie ucho-
dzisz za osobę otwartą, ale pierw-
szy kontakt z Tobą może być dla
niektórych zaskakujący odczuwa-
nym dystansem. Uwierz w siebie,
a inni uwierzą w Ciebie.

8 – zdaje Ci się, że życie masz pod
górę. Zaczynaj postrzegać rzeczy-
wistość w jaśniejszych barwach.
Przestań ciągle myśleć o tym, co
inni myślą o Tobie. Zajmij się swo-
im życiem bez wyrzutów sumie-
nia i fałszywej skromności. Jesteś
w stanie osiągnąć wiele, ale nie
analizuj każdego swojego kroku.
Działaj.

9 – dla wielu jesteś ostatnią deską
ratunku, ale pomagaj, kiedy mo-
żesz, nie kosztem własnego kom-
fortu. Nikogo tym nie zranisz,
a zyskasz pewność siebie, któ-
rej potrzebujesz. Przy przywiąza-
niu do tradycji, duszę masz bardzo
postępową, lecz boisz się do tego
przyznać. Niepotrzebnie. Szybko
się zakochujesz, odkochujesz i tak
w kółko. Brakuje Ci stałości. Zasta-
nów się, czego oczekujesz od życia.



W małej wsi ksiądz rozmawia
z parafianką:

– Doszły mnie słuchy, cór-
ko, że wczoraj wieczorem ktoś
u was straszliwie przeklinał. Tak
nie można...

– Bardzo przepraszam, ale wła-
śnie wybieraliśmy się do kościo-
ła i mój stary się wku...wił, bo nie
mógł znaleźć książki do nabożeń-
stwa.

Kumple rozmawiają przy piw-
ku o kasie, a raczej jej braku.

– A taki jeden mój znajomy
wygrał kiedyś miliona w Lotka...
– nawija smętnie jeden.

– I co on z taką kasą zrobił? –
pyta drugi z błyskiem w oku.

– Połowę wydał na dziwki, wó-
dę i balety...

– A drugą połowę? – interesu-
je się inny.

– Eee, drugą połowę to jakoś
bezsensownie przepuścił...

Ogromny, wielopiętrowy su-
permarket, w którym kupisz
wszystko. Szef przyjmuje do pra-
cy nowego sprzedawcę, dając mu
dzień próbny. Po zamknięciu wzy-
wa nowego sprzedawcę do biura:

– Ile zrobił pan transakcji?

– Jedną, szefie.

– Co? Jedną? Nasi sprzedaw-
cy mają średnio od sześćdziesię-
ciu do siedemdziesięciu transak-
cji! Co pan robił przez cały dzień?
A właściwie, ile pan utargował?

– Trzysta osiemdziesiąt tysię-
cy dolarów.

– Co? Ile? Na Boga, co
pan sprzedał?

– No, na początku sprzedałem
mały haczyk na ryby...

– Haczyk na ryby? Za trzysta
osiemdziesiąt tysięcy?

– Potem przekonałem klien-
ta, żeby wziął jeszcze średni i du-
ży haczyk. Następnie przekona-
łem go, że powinien kupić żyłkę.
Sprzedałem mu trzy rodzaje: cien-
ką, średnią i grubą. Wdaliśmy się
w rozmowę. Spytałem, gdzie bę-
dzie łowił. Powiedział, że na Mis-
souri, dwadzieścia mil na północ.
W związku z tym sprzedałem mu
jeszcze porządną wiatrówkę, nie-
przemakalne spodnie i rybackie
gumowce, ponieważ tam mocno
wieje. Powiedziałem mu, że na
brzegu ryby nie biorą i poszliśmy
wybrać łódź motorową. Spytałem,
jakie ma auto i wydusiłem z niego,
że dość małe, aby odwieźć łódź,
w związku z czym sprzedałem
mu największą terenówkę. Gdy
się prawie zapakował, przyznał mi
rację, że przydałby mu się...

– I wszystko to sprzedał pan
człowiekowi, który przyszedł so-
bie kupić jeden, jedyny haczyk na
ryby? – przerwał wyliczankę zdu-
miony szef.

– Nie. On przyszedł z zamię-
rem kupienia podpasek dla żony.
Zaproponowałem mu, że skoro
w weekend nici z seksu, to może
pojechałby przynajmniej na ryby...



Tu warto być

Białystok

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

■ „Gałązka rozmarynu”, spektakl, który otwiera dyskusję na temat patriotyzmu. Czym dziś jest? Jaką stanowi wartość? Czym jest niepodległość? Jak te wartości budują tożsamość, integralność i wspólnotę?; sobota i niedziela, 17 i 18 listopada, godz. 17.00.

■ „Leon i Matylda”, sztuka o przekraczaniu granic moralnych, etycznych i religijnych. O tym, jak wiele jesteśmy w stanie poświęcić, aby być kochanym (dla widzów od 18 lat); sobota i niedziela, 17 i 18 listopada, godz. 20.00.

Drozdowo

„Pocztówka z Rumunii”, Muzeum Przyrody (ul. Główna 38, tel. 86 219 20 81), sobota, 17 listopada, godz. 18.30.

Koncert z cyklu Muzyczne Wieczory u Lutosławskich; wystąpią Anton Niculescu (Rumunia, wiolonczela) i Tatiana Baranowskaya (fortepian).

Grajewo

Grajewskie Centrum Kultury (ul. Wojska Polskiego 20, tel. 86 272 29 91):

■ VIII Grajewska Biesiada Literacka, w czasie której w Muzeum Mleka (ul. Konstytucji 3 Maja 36) swoją twórczość zaprezentują Grzegorz Curyło oraz Robert Cichowicz; piątek, 16 listopada, godz. 17.00.

■ Otwarcie wystawy „Stanęli o Polskę się bić...” w Grajewskiej Izbie Historycznej (ul. Elcka 30), prezentującej członków Polskiej Organizacji Wojskowej obwodu szczuczyńskiego; sobota, 17 listopada, godz. 11.00.

■ W XXX Prezentacjach Dorobku Kulturalnego Grajewa 2018; w sobotę, 17 listopada, od godz. 11.00 pokażą się formacje teatralne, a w niedzielę, 18 listopada, od godz. 11.00 soliści, zespoły wokalne i grupy taneczne z Grajewa.

Łomża

„Blizny pamięci”, Miejski Dom Kultury (ul. Wojska Polskiego 3, tel. 86 216 32 26), sobota, 17 listopada, godz. 18.00.

Spektakl „Blizny pamięci”, to opowieść o Janie Karskim, jednej z najbardziej fascynujących postaci polskiej historii. Losy opowiadane z dwóch perspektyw: młodego, rozpoczynającego życie chłopaka, wrzuconego w wir działań wojennych (w tej roli Sebastian Ryś) i doświadczonego mężczyzny u schyłku życia, do którego powracają wciąż żywe i nie dające o sobie zapomnieć obrazy tragicznej młodości (w tej roli Jerzy Zelnik). Powstaje niezwykle poruszająca wypowiedź o ludzkim wymiarze historii i bohaterstwa.

Supraśl

„Wykład”, Teatr Wierszalin (Kościelna 4, tel. 85 710 88 45), sobota, 17 listopada, godz. 19.00.

Spektakl Piotra Tomaszuka na kanwie „Ksiąg narodu polskiego i pielgrzymstwa polskiego” A. Mickiewicza. Obsada: Rafał Gąsowski, Dariusz Matys, Monika Kwiatkowska, Katarzyna Wolak, Bartłomiej Olaszewski.

Zambrów

Miejski Ośrodek Kultury (ul. Wyszyńskiego 2a, tel. 86 271 27 99):

■ Wernisaż wystawy twórczości Ewy Jamiołkowskiej w Galerii Sztuki „Labirynt”; piątek, 16 listopada o godz. 18.00.

■ XIX Festiwal Piosenki Religijnej i Patriotycznej, sobota, 17 listopada, godz. 9.00.

Repertuar kin

Kino Relax Grajewo: 16 listopada – „Kopciuszek. Historia prawdziwa”, godz. 17.00 oraz „7 uczuć”, godz. 19.00. **Kino MOK w Zambrowie:** 16 – 22 listopada – „Kopciuszek. Historia prawdziwa”, godz. 15.00 oraz „Planeta singli 2”, godz. 17.00 i 19.30.

HOROSKOP

BARAN (21 III – 20 IV): ktoś będzie usiłował narzucić Ci swoje zdanie w bezceremonialny, obcesowy sposób. Od Ciebie zależy, czy poddasz się naciskom, masz możliwość pokazania, że zasługujesz na dobre traktowanie. „Pokaż” się, a wiele się wydarzy, jeszcze więcej się zmieni.

BYK (21 IV – 21 V): możliwy przypływ gotówki. Spożytkuj to właściwie. Na horyzoncie także nowe możliwości, szansa na zmianę albo ułożenie sobie życia, również uczuciowego. Ktoś bliski zauważy Twoje starania i chętnie pomoże Ci zebrać siły.

BLIŹNIĘTA (22 V – 20 VI): w uczuciach jakby wszystko dobrze, ale wciąż doszukujesz się drugiego dna. Jeśli coś Ci wciąż nie odpowiada, zastanów się, czy chodzi o Twoje obawy, czy może o nieodpowiedni wybór. Nie wpadaj bez powodu w niepokój.

RAK (21 VI – 22 VII): nie działaj ryzykownie. Wybadaj grunt i sprawdź wszelkie możliwe scenariusze, zanim coś konkretnego zrobisz. Jakąś sytuację nie do końca rozumiesz. W uczuciach rozkojarzenie: chyba nie bardzo wiesz, czego chcesz!

LEW (23 VII – 22 VIII): zabłyśnij dla Ciebie słońce i wcale nie chodzi o aurę. Tak jak myślenie negatywne jest samospełniającą się przepowiednią, tak pozytywne nastawienie, które teraz masz, staje się samospełniającą się dobrą prognozą na przyszłość.

PANNA (23 VIII – 22 IX): zejźdź na ziemię i niech Twoje plany będą trochę bardziej realistyczne. Za dużo chcesz na raz i to jest przyczyna, że pewne rzeczy się nie udają. Przygotuj właściwy plan, żeby jedna sprawa nie nakładała się na drugą. Brak Ci równowagi i ugruntowanie, przywrócenie dobrego stanu ciała i umysłu to podstawa. Od tego zacząć tydzień.

WAGA (23 IX – 23 X): przestajesz, na szczęście, my-

śleć o działaniu, zaczynasz działać. Choć jesteś dopiero na starcie, rysują się pomyślne widoki na przyszłość. Stawiaj w dalszym ciągu na pewność siebie i zdecydowanie, nie daj się wciągnąć w jesienny marazm. Niech nie będą Ci straszne wichury, słota i szarość. Ty masz w sercu mieć jasną wizję.

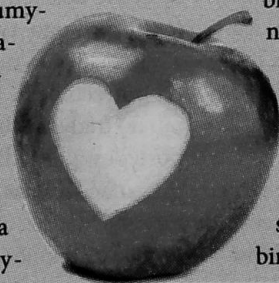
SKORPION (24 X – 21 XI): gdzie się podziała Twoja dynamika? Skąd stan, że nic nie może Cię poruszyć, jeśli nie dotyczy bezpośrednio Ciebie? Zastanów się, jak z tego wyjść, jak rozbudzić marzenia, większe niż jałowe życie z dnia na dzień. Jeśli ktoś Ci coś ciekawego zaproponuje, nie odrzucaj, przemyśl, może to początek nowej przygody?

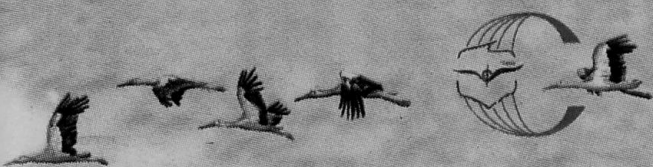
STRZELEC (22 XI – 21 XII): nie rozmieniasz się przypadkiem na drobne? Energia z Ciebie wypływa, a nic nie posuwa się do przodu. Potrzebujesz inspiracji, kogoś, kto wskaże Ci kierunek. Świat jest wciąż taki sam, był i będzie taki, jak jest, a zmiana może pochodzić wyłącznie od Ciebie, z wewnątrz. To Ty ten impuls musisz wyzwolić.

KOZIOROŻEC (22 XII – 19 I): jesteś w takim okresie, że każdego dnia trzeba działać szybko i nie wahać się ani chwili. Jeśli szukasz pracy, mieszkania, partnera, nie idź za pierwszym odruchem. Rozejrzyj się, zanim podejmiesz ostateczną decyzję.

WODNIK (20 I – 18 II): stabilizacji i spokoju nie szukaj w pomocy lub energii dodawanej Ci przez kogoś, z kim jesteś lub chcesz być. Szukaj oparcia w sobie, stawiaj w jak największym stopniu na samodzielność i samowystarczalność. Wtedy, paradoksalnie, inni będą łączyć do Ciebie, wyczuwając dobrą i silną energię.

RYBY (19 II – 20 III): wybór dokonany, teraz męczysz się, czy dobry. Nie martw się, wahania są naturalną cechą istoty ludzkiej. Potrzebna jest wiara w siebie, że obojętnie, jakie będą okoliczności, po prostu poradzisz sobie. Nie uciekaj przed intrygującą znajomością, jeśli pozwoli Ci na odrobinę zapomnienia.





XIX Mikrolotowe Mistrzostwa Podlaskiego „Kontakty” 2018



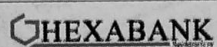
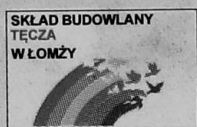
Partner Strategiczny:

PREFBET
ŚNIAĐOWO

Sponsor Główny:



Sponsorzy, partnerzy, mecenasi:



www.przelecsie.pl

Przedsiębiorstwo Ochrony Mienia „Kuguar” w Łomży

Zakład Mechaniki Pojazdowej Szczepan Grodzki w Łomży

OSP w Piątnicy

Zadanie zrealizowane przy udziale finansowym Miasta Łomża



Łomża, 28-30 września 2018

Niepodległą uczcili w Biegach Niepodległości



Justyna Korytkowska i Rafał Pogorzelski po biegu w Nieporęcie

W całym kraju odbywały się Biegi Niepodległości, w kilku z nich z dobrym efektem startowali zawodnicy LŁKS „Prefbet Śniadowo” Łomża.

W Warszawie w biegu na 10 km, w którym pobiegło 17 000 ludzi, trzeci był Jakub Nowak, szósta Anna Szyszka i dziewczęta Maciej Badurek. W Żaganiu na 10 km bezkonkurencyjny był Mateusz Demczyszak. W Krakowie bieg na 1918 m wygrała Iwona Wicha, a na 11 km była czwarta. W Nieporęcie w biegu

młodzieżowym na 3,5 km najlepsza była Karolina Dzwonkowska, wśród chłopców Dawid Likwiarz zajął 2 miejsce, Jurak Bartosz trzecie, a Marcin Suchta przybiegł czwarty. W biegu głównym na 10 km Justyna Korytkowska zajęła 2 miejsce, a Rafał Pogorzelski był trzeci. W Gdyni czwarte miejsce na 10 km zajął Piotr Milewczuk. W Białymstoku w biegu na 5 km trzeci był Paweł Grygo, a czwarty Przemysław Dąbrowski. Na 10 km czwarty był natomiast Paweł Ochal.

Dziewczęta z „Fortów” Piątnica liderem



Na półmetku rozgrywek III ligi piłki nożnej dziewcząt liderem tabeli jest pierwszy zespół „Fortów” Piątnica, który drugą w tabeli drużynę Ekosportu Białystok wyprzedza tylko lepszą różnicą bramek. Na 4. miejscu w tabeli znalazł się natomiast drugi zespół „Fortów”, w którym występują młodsze zawodniczki.

W tym sezonie w pierwszej drużynie zadebiutowała Oliwia Bałdyga (13 lat), która nie tylko zadowoliła się w pierwszej jedenastce, ale z czasem stała się głównym „reżyserem” gry swojej drużyny. Trenerem młodych piłkarek jest Maciej Tarnacki. Na zdjęciu: piłkarki z Piątnicy w czerwonych strojach.



Z PIĄTNICY,
NO BO SKĄD.

