

Padną szpitale! • Horoskop • Program TV

Tygodnik Podlaski

www.kontakty-tygodnik.com.pl

KONTAKTY



Nr 9 (1894)

3 marca 2019

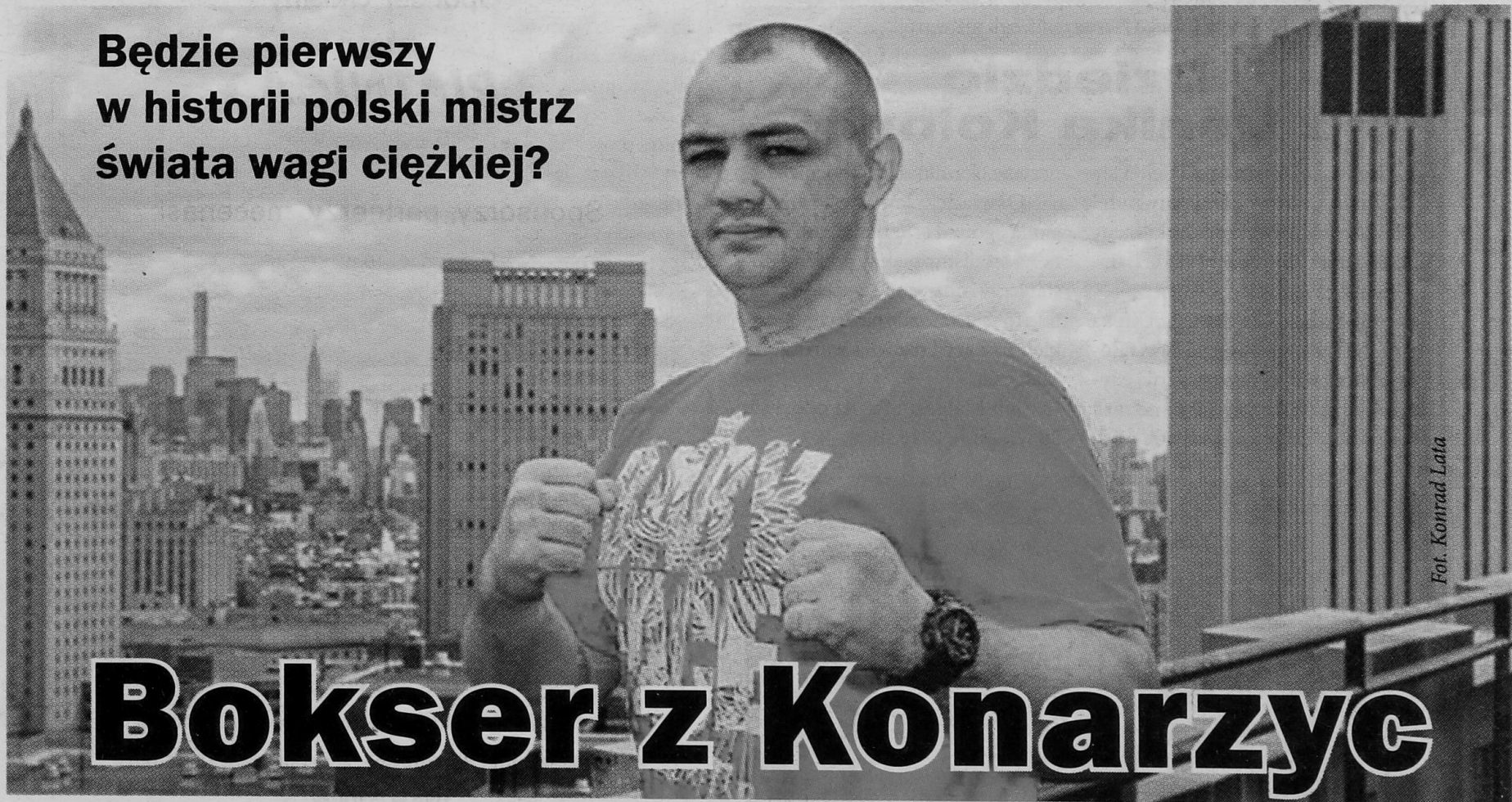
cena: 2,70 zł (z VAT 8%)



O dwóch łomżyńskich biskupach informuje papieża Franciszka „Raport” o nadużyciach seksualnych

Krzyk owieczek

**Będzie pierwszy
w historii polski mistrz
świata wagi ciężkiej?**



Fot. Konrad Lata

Bokser z Konarzyc

**4,1 kg
waży syn
pary z Uśnika
Kolonii,
która
znalazła się
w programie
„Rolnik
szuka żony”**

Urodziła dziedzica



ISSN 0208-6840 INDEKS 363286
9 1770208 1684005 0 9

Dorodnego syna, ważącego 4 100 gramów, urodziła o godzinie 4.00 w niedzielę, 24 lutego Małgorzata, która poznała męża w programie „Rolnik szuka żony”



W Święta Bożego Narodzenia byli już w trójkę...

Dziedzic z Uśnika Kolonii

Radosną nowiną podzieliła się na Instagramie: „Daliśmy radę! Nasz wcale nie taki mały owoc jest w naszych rękach! Boże dziękujemy za Rysia”.

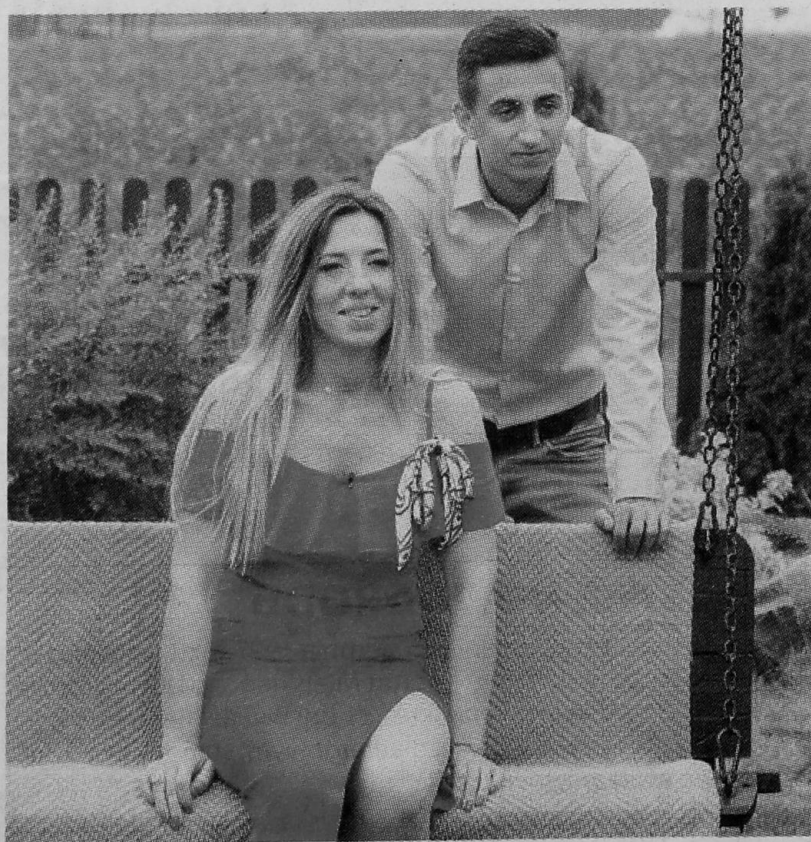
Małgorzata Sienkiewicz z Uśnika Kolonii (gm. Śniadowo) i Paweł Borysewicz poznali się w czwartej edycji „Rolnik szuka żony”. Para od razu wzbudzała najwięcej sympatii. A ich

uczucie okazało się najmocniejsze.

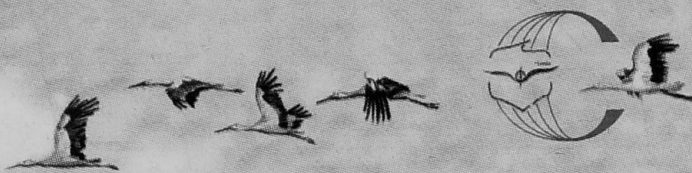
„Oświadczyłem się Małgosi, a ona zgodziła się zostać moją żoną. Dostaliśmy piękny prezent. Zostaniemy rodzicami”, wyznał Paweł.

„To uwieńczenie naszych wszystkich marzeń”, mówiła wzruszona Małgosia.

Ślub Małgosi i Pawła odbył się 28 września 2018 roku.



Małgorzata skończyła studia, wróciła do Uśnika i z rodzicami prowadziła gospodarstwo mleczarskie. Dziś rodzice mogą odpocząć i cieszyć się wnukiem; gospodarstwem zajmuje się Paweł... pod kierunkiem Gosi



XIX Mikrolotowe Mistrzostwa Podlaskiego „Kontakty” 2018



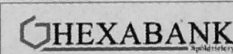
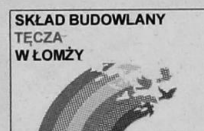
Partner Strategiczny:

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

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 Lörinczy, Sławomir Stempczyński,
www.joemonster.org

Wydawca:

Wydawnictwo „Kontakty” Sp. z o.o.
Prezes: Władysław Tocki.

Adres:

Al. Legionów 7, 18-400 Łomża,
tel. (86) 216-42-43
Księgowność:
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.

Nie ma tygodnia, żebym nie musiał zmagać się ze strasznym dylematem. Przychodzi do „Kontaktów” co dwa, trzy dni pocztą. Jeden do drugiego podobny, jak ten z wtorku, 26 lutego: „Mam na imię Oskar. Czterokończynowe dziecięce porażenie mózgowe to choroba, która przykuwa mnie do wózka inwalidzkiego od urodzenia. Przeszedłem już trzy operacje i potrzebuję pomocy”. Oskar to szczęściarz! Nie grozi mu śmierć w bardzo krótkim czasie, jak wielu dzieciom, jeżeli bliskim nie uda się błyskawicznie zebrać tysięcy, dziesiątków tysięcy, czasem setek tysięcy, a nawet milion i więcej na bardzo drogie leki lub operacje. Jako redaktor naczelny, który musi zdecydować, co w „Kontaktach” opublikować, stoję przed piekielnym wyborem: drukować wszystkie te rozpaczliwe prośby o pomoc, czy tylko niektóre? Jeżeli wybiórczo, dlaczego ten tak, a tamten nie? Gdy opublikuję wszystkie, mogą czasem zapłacić większą część tygodnika. Kto wówczas będzie chciał go czytać, czyli kupić? Jak nie kupi, może dojść do sytuacji, że „Kontakty” upadną. Jeżeli tylko wybrane, jakie kryterium zastosować do nadziei matki, ojca, że ludzie, którzy dowiedzą się o ich tragedii, pomogą wyrwać dziecko śmierci? Powiem uczciwie: staramy się zamieszczać apele o pomoc dotkniętym cierpieniem z naszego regionu. Tak więc przepraszam, Oskarze, cóż, jesteś z Włocławka...

Można pewnie wymyślić bardziej „sprawiedliwy” klucz, komu pomóc, a komu odmówić. Ale koszmar dylematu jak dławi, tak dławiłby człowieka tydzień w tydzień.

Skazuje mnie na to moje państwo, które zostawia cierpiących i chorujących na unicestwiającej chorobie samym sobie i ich najbliższym. Wielu można by ulżyć, wrócić im normalne życie, uratować przed śmiercią. Bo są na świecie skuteczne leki i metody medyczne. Nie ma tylko pieniędzy.

Odmawia im ich własne państwo! Dlatego, że nas nie stać? Kłamstwo! Dobitnie widać to zwłaszcza w tych dnach. Rządzący potrzebują naszych pieniędzy, by nie stracić władzy! Liczą je cynicznie i beczelnie jawnie: 6, 5 miliarda złotych na „trzynastki”, wypłacone w maju 6 milionom emerytów, da im w wyborach tyle i tyle ich głosów. Z potajemnych sondaży na pewno wiedzą już, ile. 500+ na dzieci samotnych matek, których jest dużo, da głosów tyle... W tym rachunku wydawanie pieniędzy na chorych, rozsyłających błagania, jest dla rządzących zupełnie nieopłacalne! Koszt duży, ewentualnych głosów mało.

Nie chcę przez to powiedzieć, że emerytom lub matkom samotnie wychowującym dzieci, nie jest ciężko. Ale tu chodzi o odrobinę lepsze życie, a tam najczęściej o życie albo śmierć. Myślę, a nawet jestem pewny, że gdyby emerytom, matkom i wszystkim innym, których głosy rządzący kupować będą za nasze wspólne pieniądze pozwolić wybrać, byłoby nawet swoim kosztem przeciw śmierci!

W tym roku wybierać będziemy dwa razy. Od nas zależy, czy handlarze głosów, kupią też nasze sumienie.

WŁADYSŁAW TOCKI



BURMISTRZ NOWOGRODU

działając na podstawie art. 35 ust. 1 ustawy z dnia 21 sierpnia 1997 roku o gospodarce nieruchomościami **informuje**, że w siedzibie Urzędu Miejskiego w Nowogrodzie przy ulicy Łomżyńskiej 41, został wywieszony na okres 21 dni wykaz nieruchomości przeznaczonej do oddania w dzierżawę w trybie bezprzetargowym, stanowiącej działkę nr 6/11, położoną w obrębie ewidencyjnym Ptaki.

Szczegółowe informacje dotyczące przetargu można uzyskać w siedzibie Urzędu Miejskiego w Nowogrodzie /pok. Nr 10/, tel. 86 217 55 20 wew. 22, na tablicy ogłoszeń urzędu oraz na stronach internetowych: <http://um-nowograd.pbip.pl/>, <http://www.nowograd.com>.

MYŚL TYGODNIA:

Władza imponuje tylko małym ludziom, którzy jej pragną, by nadrobić w ten sposób swoją małość. Człowiek naprawdę wielki, nawet gdy władza, jest służebnikiem

Kard. Stefan Wyszyński

■ 63 osoby zostały ewakuowane po informacji, że w Hotelu Gromada w Łomży podłożony jest ładunek wybuchowy w środę, 27 lutego. Przed południem ktoś wysłał mail z informacją, że w łomżyńskim hotelu Gromada podłożony jest ładunek wybuchowy. Alarm był fałszywy.

■ Prawie 700 bezdomnych żyje w Podlaskiem, ponad 33 tysiące w całym kraju. To dane z ogólnopolskiego liczenia bezdomnych, prowadzonego co dwa lata, w jedną z lutowych nocy.

■ Rezygnuje z funkcji dyrektora Szpitala Ogólnego im. W. Gineła w Grajewie Grzegorz Dembski. Szpitalem kierował 17 lat, stworzył oddziały: ortopedyczny, kardiologiczny i psychiatrii dziennej. Szpital znowu nie otrzymał ponad 12 mln zł z Narodowego Funduszu Zdrowia za zabiegi wykonane poza limitem.

■ Mieszkania w szkole: na mieszkania planuje przeznaczyć część budynku wygaszanego gimnazjum burmistrz Ciechanowca Eugeniusz Święcki. Poprzedni burmistrz chciał oddać budynek terytorialsom.

■ Centralna rejestracja pacjentów do 7 poradni w Szpitalu Ogólnym w Wysokiem Mazowieckiem zostanie uruchomiona w piątek, 1 marca.

■ Znany podlaski polityk PO, były wojewoda podlaski Maciej Żywno, złożył legitymację partyjną. Jak wyjaśnił, wystartował w konkursie na sekretarza gminy Gródek, a sprawujący tę funkcję nie może być członkiem partii politycznej.

■ 120 (o 50 więcej niż rok temu) młodych artystów z województwa podlaskiego otrzymało stypendium marszałka w wysokości 250 złotych miesięcznie (przez rok).

■ Cztery ciągniki i cztery silniki stacjonarne powiększą w tym roku największą w Polsce kolekcję traktorów (ponad 50), którą zgromadziło Muzeum Rolnictwa im. ks. Krzysztofa Kluka w Ciechanowcu.

■ Ponad 330 milionów złotych dostaną samorządy z naszego podlaskiego na budowę i modernizację dróg gminnych i powiatowych.

■ Po 8 latach przyznał się, że zabił żonę. Mieszkaniec (53 lata) Bielska Podlaskiego stanął przed Sądem Okręgowym w Białymstoku i w środę, 27 lutego, rozpoczął się jego proces. Gdy nagle zniknęła twierdził (i taką wersję przedstawiał rodzinie, sąsiadom i znajomym), że porzuciła bliskich, wyjechała za granicę i nie ma z nią kontaktu. Jej zwłoki znaleziono wiosną 2018 roku i został wówczas aresztowany.

Czy jest życie na Marsie?

O szukaniu śladów życia w teorii z Marsa pod egidą NASA, mówił na spotkaniu z mieszkańcami Szczuczyna prof. Jacek Wierzchoś.

Prof. Wierzchoś (lat 62) urodził się w Szczuczynie, jest absolwentem Technikum Chemicznego w Piastowie i Wydziału Chemii na Uniwersytecie Marii Curie-Skłodowskiej w Lublinie. Po studiach pracował w Instytucie Agrofizyki PAN w Lublinie, współpracował z Centrum Badań Środowiskowych w Madrycie. W 1993 roku został dyrektorem Serwisu Mikroskopii Elektronowej Uniwersytetu w Leridzie w Hiszpanii. Obecnie jest pracownikiem naukowym i dyrektorem Wydziału Nauk Biogeochemicznych i Ekolo-



gii Mikrobiologicznej w Muzeum Narodowym Nauk Przyrodniczych w Madrycie oraz członkiem Rady Kuratorów Wydziału Nauk Biologicznych i Rolniczych Polskiej Akademii Nauk. Uczestniczy w wyprawach naukowych na pustynie Atakama (Chile), Negev (Izrael), Dolina Śmierci i Mojave (USA) w poszukiwaniu mikroorganizmów wewnątrz skał. Warunki klimatyczne na pustyni i Marsie są podobne. Są to zatem dalsze poszukiwania śladów życia na Marsie.

Znaki czasu

■ 14 kwietnia państwowym Świętem Chrztu Polski ustanowił ustawą Sejm.

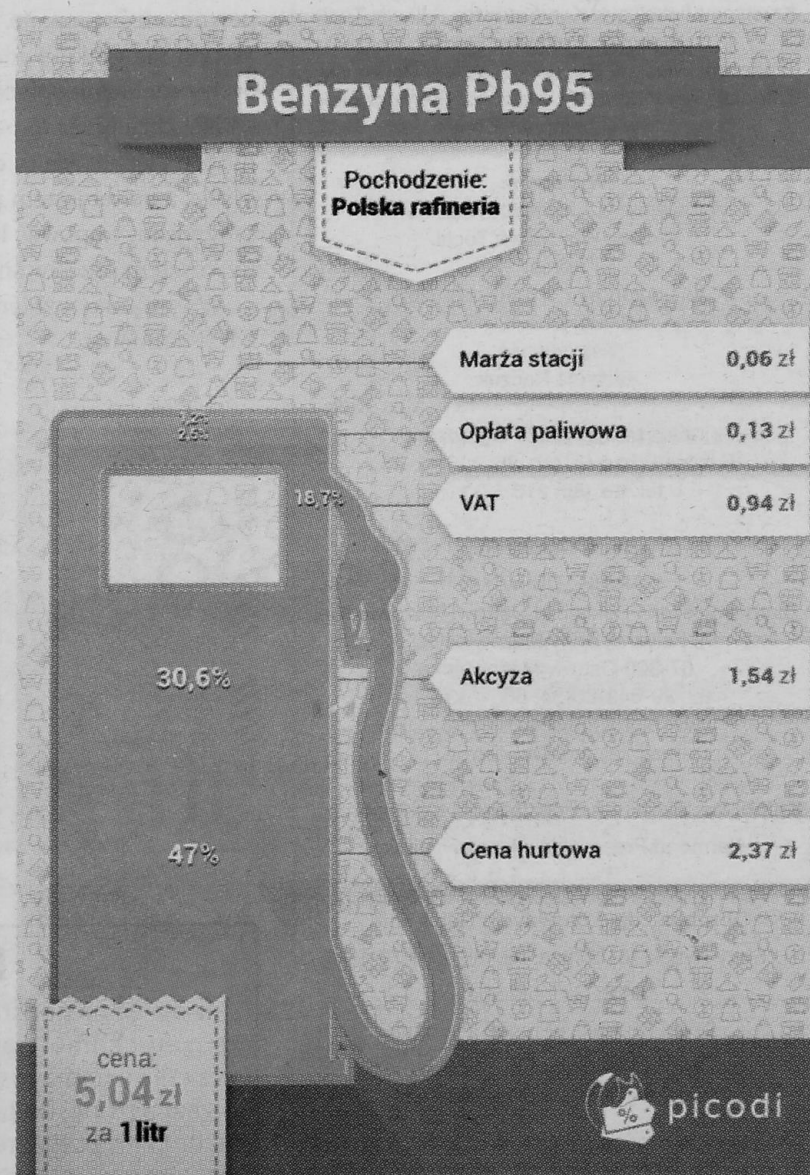
■ Ekspresowy awans szefa ABW Piotra Pogonowskiego: w 17 miesięcy awansował o czternaście stopni, od kaprała do pułkownika.

■ Funkcjonariusz SOP, który przyjechał po premiera Morawieckiego przez przypadek włączył sygnały dźwiękowe, których nie potrafił wyłączyć. Z włączonymi syrenami wrócił do siedziby jednej ze służb specjalnych, by poprosić o pomoc. Gdy wysiadł z limuzyny, ta zatrzasnęła się i trzeba było ściągnąć specjalną ekipę, aby ją otworzyć.

■ 10,92 prom. alkoholu miał w organizmie zmarły mieszkaniec (40 lat) Małopolski, ustalił Instytutu Ekspertyz Sądowych w Krakowie. Czterdziestolatek poszedł spać i już się nie obudził. Śledczy ustalili, że przed powrotem do domu był na imprezie w Ropicy Polskiej. Kole-

dzy, którzy z nim pili powiedzieli, że dołączył do nich już pijany. Przyniósł ze sobą butelkę 93 proc. denaturatu, z której co chwila popijał.

■ Ponad 120 wykonawców wystąpiło w Koncercie „Artyści przeciw nienawiści” w łódzkiej Atlas Arenie, m.in. Beata Kozidrak i BAJM, Maryla Rodowicz, Justyna Steczkowska, Grzegorz Hyży, Doda, Ewa Farna. Odbył się na apel po tragicznych wydarzeniach z 13 stycznia 2019 roku, kiedy na scenie WOŚP w Gdańsku Stefan W. zamordował prezydenta Pawła Adamowicza.



W cenie paliwa, którą płacimy przy dystrybutorze, jego koszt stanowi zaledwie 44 proc. Aż 31 proc. to podatek akcyzowy, czyli to, co zbiera państwo! 19 proc. to podatek VAT, 3 proc. marża, a kolejne 3 proc. uchwalona w ubiegłym roku opłata paliwowa.

Nie nadawał się na woźnego, będzie ministrem

Z powodu wystawienia przez PiS obecnych ministrów jako „jedynki” na listach kandydatów w wyborach do Parlamentu Europejskiego, Anna Zalewska przestanie być ministrem edukacji. Jednym z najbardziej sensacyjnie brzmiących doniesień jest to, że ma ją zastąpić poseł z podlaskiego i wiceminister MSWiA Jarosław Zieliński. Jest to prawdopodobne, bo Zieliński w PRL był nauczycielem, po jej upadku kuratorem oświaty w Suwałkach (wyciął stare kadry „równo z ziemią”), a za poprzednich rządów PiS (2005 – 2007) był wiceministrem w resorcie oświaty. Ministrem był wówczas Roman Giertych.

– To Jarosław Kaczyński zażądał ode mnie, by Jarosław Zieliński zo-



stał moim zastępcą. Ja się na to nie zgodziłem – ujawnia mediom kulisy – Moja pobieżna rozmowa z Zielińskim wskazywała, że nie nadaje

się on na woźnego w szkole, a co dopiero na wiceministra edukacji.

O tym, jak szybko pozbył się Zielińskiego z ministerstwa edu-

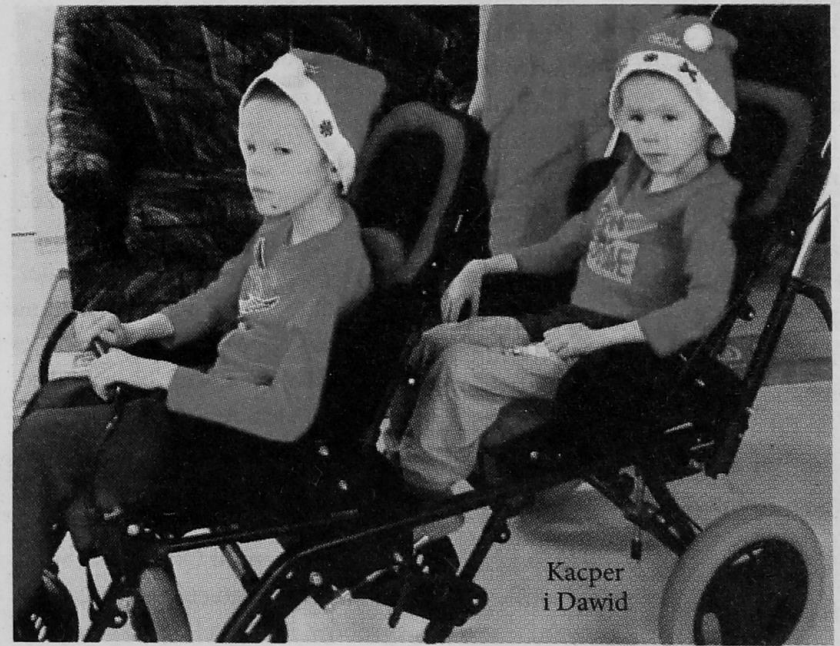
kacji Roman Giertych napisał też na Twitterze. „J. Zieliński był moim zastępcą 24 h. Potem go wywaliłem”. Fot. Newspix / Bogdan Hrywniak

Narodowy Dzień Pamięci Żołnierzy Wyklętych Wizyta prezydenta

Prezydent Andrzej Duda złoży kwiaty przy Pomniku Kapitana Kazimierza Kamińskiego Huzara i jego żołnierzy w Wysokim Mazowieckiem (ul. Ludowa) z okazji Narodowego Dnia Pamięci Żołnierzy Wyklętych w piątek, 1 marca (ok. godz. 14.00).

Uroczystości w stolicy powiatu odbywać się będą także w niedzielę, 3 marca: o godz. 11.30 Msza święta w kościele św. Jana Chrzciciela; o godz. 12.30 przemarsz pod pomnik Huzara i tutaj Apel Pamięci, salwa honorowa i przemówienia; o godz. 13.30 bieg pamięci Żołnierzy Wyklętych.

Obchody Narodowego Dnia Pamięci Żołnierzy Wyklętych w Czyżewie odbędą się w czwartek, 28 lutego. W programie: złożenie wieńców przy Pomniku Niepodległości (ul. Mały Rynek, godz. 11.00), wykład o białostockim podziemiu „Żołnierze Wyklęci Białostocczyzny 1945 – 1957” i program artystyczny w wykonaniu uczniów ZSOiZ (Gminny Ośrodek Kultury, godz. 11.30) oraz wystawa poświęcona pamięci Żołnierzy Wyklętych w Muzeum Ziemi Czyżewskiej.



Kacper i Dawid

Kupmy im schodołaz

Bliźnięta Kacper i Dawid z Zambrowa urodzili się z wrodzonym zanikiem mięśni i niewydolnością gastrologiczną. Nigdy nie będą chodzić. Od urodzenia są pod stałą opieką lekarską. Kacper jest po operacji serca w Centrum Zdrowia Dziecka w Warszawie. Chłopcy mają 9 lat, ważą po 17 kilogramów. Mają dwie siostry (lat 11 i 3).

Każdego dnia dowożeni są na zajęcia rehabilitacyjne do Specjalnego Ośrodka Szkolno-Wychowawczego w Długoborzu (przyjeżdża po nich samochód).

Mieszkają na drugi piętrze. Każdego dnia ich mama Milena Wośowska najpierw znosi do samochodu jednego syna, a drugiego w tym czasie zostawia w mieszka-

niu z trzyletnią córką. Wraca szybko i znosi drugiego. Tak samo jest, gdy bliźniaki wracają po rehabilitacji do domu: wnosi jednego i wraca pod drugiego. A chłopaki rosną... Stowarzyszenie Szansa w Zambrowie (organizacja pożytku publicznego), które niejednokrotnie pomagało pani Milenie w rozwiązywaniu różnych problemów, planuje kupić bliźniętom schodołaz (nie będzie trzeba ich dźwigać). Dlatego też za pośrednictwem „Kontaktów” zwraca się z prośbą o przekazanie procentu podatku przy rozliczeniach PIT. Ofiarowane pieniądze przeznaczone zostaną na zakup schodołazu dla bliźniąt. W rubryce formularza PIT należy wpisać numer KRS 0000042927.

REKLAMA

9,7% RRSO

NR1 W RANKINGU BANKÓW INTERNETOWYCH

POŻYCZKA GOTÓWKOWA

Z góry wiesz, ile kosztuje każda pożyczona złotówka

Zapraszamy do Placówki Partnerskiej:
Wysokie Mazowieckie, Rynek Piłsudskiego 1A
tel. 502 399 728, 502 399 717, 572 348 585
czynne: pon.-pt.: 9.00-17.00

GET IN BANK

Rzeczywista Roczna Stopa Oprocentowania (RRSO) wynosi 9,7% i została wyliczona na dzień 7.02.2018 r. na reprezentatywnym przykładzie. Oferta dotyczy pożyczki gotówkowej na kwotę od 500 zł do 5000 zł rozdzielanej na okres od 12 do 48 miesięcy i skierowana jest do osób, które w ciągu ostatnich dwunastu miesięcy nie posiadały relacji kredytowej z Getin Bankiem. Udzielenie pożyczki uzależnione jest od wyniku badania i oceny zdolności kredytowej. Pożyczka może być przyznana w czasie jednej wizyty w placówce, o ile klient będzie posiadał przy sobie dokument tożsamości i dokument potwierdzający dochody oraz nie będzie wymagana dodatkowa ocena ryzyka kredytowego. Szczegóły oferty, w tym opłaty i prowizje, dostępne są w placówkach i na getinbank.pl. Getin Bank zwycięzcą rankingu Przyjazny Bank Newsweeka 2017 w kategorii „Bankowość Internetowa”. Ranking dostępny na newsweek.pl. Getin Bank jest częścią Getin Noble Bank S.A.

W tym roku odbędą się XX Mikrolotowe Mistrzostwa Podlaskiego, organizowane przez „Kontakty”. Od początku jest z nami pilot legenda Zbigniew Kędziora

Generał

Niedziela, pan Zbyszek poleciał sobie nad jeziora. Zapatrzył się na żagle w dole. Zagapił na plaże. Zamyslił nad odbiciem w wodzie krążących wysoko bocianów. Gdy był chłopcem, leżąc z rękami pod głową, mógł patrzeć w niebo godzinami... W pewnej chwili poczuł lekki chłód. Rozejrzał się. Rzucił okiem na zegarek. I już wiedział, że przed nocą nie zdąży wrócić do domu. Szybka decyzja: wróci rano. Wystartuje skoro świt, aby wylądować, zanim do pracy przyjdzie dyrektor lotniska. Dyrektor jakoś tak Zbyszka nie lubił. A tu kilka dni temu zepsuła mu się radiostacja. W nocy rozładował się telefon. Nie mógł zgłosić opóźnionego przylotu. A przylot bez zgłoszenia, to od poniedziałku awantura gotowa!

Zbudził się z pierwszym promieniem słońca. Poranek był chłodny. W bagażu miał na taką sytuację polowy kombinezon lotniczy. Z dystynkcjami generalskimi! Wypatrzył go kiedyś na bazarze...

Zero wiatru. Lot spokojny. Niebo puste, nie licząc jakiegoś śmigłowca w oddali.

Już widać lotnisko. Ale co przed hangarem robią samochody strażackie? Jeden, dwa, trzy... Skąd się tu wzięły wozy pancerne? Co to za ludzie w kominiarkach na głowach? I karetka pogotowia? Stało się coś?

Może lotnisko zamknięte? Co robić?

Paliwa w zbiorniku tyle, co na dołot... Niech się dzieje, co chce. Musi lądować!

Wykonał perfekcyjny krąg czterozakrętowy. Niech gawiedź na dole nie myśli, że leci jakiś patałach! Niech podziwia, jak mistrz ląduje! Perfekcyjnie! A jak!

Wylądował. Podkołował pod hangar. Zatrzymał się. Co ten facet w cywilu tak patrzy? O, żesz! To minister obrony! A obok niego generał, wojewoda, prezydent miasta. I... ukochany dyrektor!

Nagle do pana Zbyszka podszedł generał. Zsalutował. Zbyszek także. Wyciągnął dłoń. Zbyszek również. Przywitali się. Generał wskazał na generalskie epolety Zbyszka i powiedział: „Jako generał nie będę robił generałowi scen. A podejdzie i lądowa-



nie, pierwsza klasa”. Uśmiechnął się. Zsalutował. Wykonał w tył zwrot. I odszedł.

Podjechały limuzyny. W minutę wszyscy odjechali.

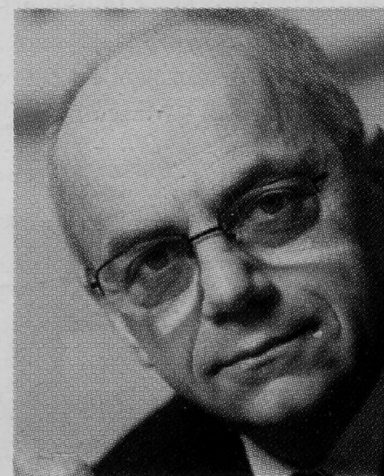
A dyrektor? Był wyjątkowo w dobrym nastroju. Opowiedział, co zaszło.

Z powodu przylotu ministra i świty, rankiem niebo w regionie miało być puste. I było. Nagle radary wychwyciły „niezidentyfikowany obiekt latający”. Zbliżał się do lotniska! Nie podejmował łączności radiowej. Dyrektor zapewnił Warszawę: nikt nie lata i nie zgłaszał przylotu.

Padł rozkaz startu pary myśliwców. Na szczęście, „obiekt”, czyli motolotnię, „zidentyfikował” pilot śmigłowca, którego wcześniej widział w oddali. Myśliwce zostały odwołane...

Autor cudu

Zbigniew Kalinowski, od 1984 roku prezes Zarządu Okręgowej Spółdzielni Mleczarskiej w Piątnicy, autor marketingowego cudu, polegającego na takim „wyśrubowaniu” jakości wyrobów, że biją rekordy sprzedaży. Produkty „Piątnicy”, z mlecznym przebojem „serkiem wiejskim” i gamą innych, mlekiem świeżym w poręcznych butelkach z uchwytem i jednym mlekiem naprawdę ekologicznym, bo od wypasających się krów, znane nie tylko są w całym kraju, ale i za granicą. Jakość, rzetelność, pomysłowość, odpowiedzialność przekładają się na zaliczenie Spółdzielni w poczet najsilniejszych polskich marek. Pod kierunkiem Zbigniewa Kalinowskiego Spółdzielnia wciąż się rozwija, a dostawcom mleka ciągle zapewnia najwyższą w kraju cenę. Zbigniew Kalinowski podkreśla, że powodzenie w biznesie opiera się na uczciwości, wiarygodności i szacunku dla konsumentów.



Wójt Gminy Radziłów informuje, iż w siedzibie Urzędu Gminy został podany do publicznej wiadomości poprzez wywieszenie na tablicy ogłoszeń na okres 21 dni wykaz nieruchomości komunalnych przeznaczonych do:

- **sprzedaży** – działki nr 328/1, 328/2, 328/3 w miejscowości **Mścichy**,
- **wydzierżawienia** – część działki nr 294/4 w **Zakrzewie**.

Wójt Gminy Krzysztof Milewski

INFORMACJA O WYKAZIE

Na podstawie art. 35 ust. 1 ustawy z dnia 21 sierpnia 1997 r. o gospodarce nieruchomościami (Dz. U. z 2018 r. poz. 2204 z późn. zm.) Burmistrz Stawisk informuje, iż w dniach od 28 lutego 2019 r. do 21 marca 2019 r. w Urzędzie Miejskim w Stawiskach, na stronie internetowej: www.stawiski.pl i w Biuletynie Informacji Publicznej www.bip.stawiski.pl zostanie podany do publicznej wiadomości wykaz nieruchomości przeznaczonych do zbycia w drodze darowizny – działka nr 558 położona w Dzierżbi na rzecz Powiatu Kolneńskiego.

BURMISTRZ STAWISK
Agnieszka Rutkowska

Co z kulturą chłopską?



Na spotkanie „Co z kulturą chłopską?” z historykiem literatury, antropologiem kultury prof. Andrzejem Mencwelem zapraszają w piątek, 1 marca (godz. 17.00) Państwowa Wyższa Szkoła Informatyki i Przedsiębiorczości w Łomży oraz Muzeum Północno-Mazowieckie w Łomży. Spotkanie, zorganizowane w ramach cyklu Uniwersytet Otwarty, odbędzie się w Muzeum (ul. Dworna 22 c). Profesor A. Mencwel jest autorem opowieści o polskiej wsi „Toast na progu”, której bohaterem stał się jego przyjaciel, Kurp z Puszczy Białej.

Giełda szkół

Na IV Miejską Giełdę Szkół Ponadgimnazjalnych i Ponadpodstawowych pod Honorowym Patronatem prezydenta Łomży, która odbędzie się we wtorek, 5 marca (godz. 11.00 – 14.30), w Hali Sportowej im. Olimpijczyków Polskich przy SP 9 w Łomży, zaprasza Łomżyńskie Centrum Rozwoju Edukacji w Łomży. Giełda stwarza możliwość gimnazjalistom, uczniom klas ósmych, rodzicom i nauczycielom zapoznania się z pełną ofertą miejskich placówek oświatowych.

Dzień Żołnierzy

Wykłetych

W Narodowy Dzień Pamięci Żołnierzy Wykłetych, w piątek, 1 marca (godz. 9.00), złożone zostaną kwiaty pod obeliskiem rotmistrza Witolda Pileckiego (ul. Pileckiego), pomnikami Żołnierzy AK Obwodu Łomżyńskiego i Żołnierzy Podziemia Narodowego Ziemi Łomżyńskiej (al. Legionów przy Szkole Muzycznej) oraz pod tablicą „Pamięć i wdzięczność”, poświęconej ofiarom Powiatowego Urzędu Bezpieczeństwa Publicznego (ul. Nowogrodzka 5). W Centrum Kultury przy Szkołach Katolickich (ul. Sadowa 12a) odbędzie się koncert „Kolor serca” w wykonaniu Studia Wokalnego eMDeK i Szkoły Podstawowej nr 4. W niedzielę, 3 marca (godz. 16.00) odprawiona zostanie Msza święta w Katedrze Łomżyńskiej (ul. Dworna), a po niej Marsz Pamięci ul. Sadową, Polową, Zawadzką, Mikołaja Kopernika, al. Legionów.



Około 30 delegatów z Zambrowa, Kolna, Grajewa, Wysokiego Mazowieckiego i Łomży uczestniczyło w XXX Okręgowym Zjeździe Pielęgniarek i Położnych w Łomży. Dyskusja dotyczyła głównie sytuacji płacowej, kadrowej, podnoszenia kwalifikacji. Wojewoda podlaski Bohdan Paszkowski w imieniu ministra zdrowia Łukasza Szumowskiego odznaczył honorowymi odznakami za zasługi dla ochrony zdrowia współtwórczynię Instytutu Medycznego Państwowej Wyższej Szkoły Informatyki i Przedsiębiorczości w Łomży i jego wykładowczynię dr Beatę Kowalewską, Alicję Ładę z wojewódzkiego ośrodka kadr medycznych, naczelną pielęgniarkę od 1986 roku szpitala powiatowego w Grajewie Krystynę Popławską i nauczycielkę przedmiotów zawodowych Hannę Waszkiewicz. Dr Beata Kowalewska została także uhonorowana przez wicemarszałka Marka Olbrysa odznaką Za zasługi dla województwa podlaskiego. Na zdjęciu: laureatki odznaczeń ministra zdrowia Łukasza Szumowskiego z wojewodą podlaskim Bohdanem Paszkowskim (w środku), wicemarszałkiem województwa Markiem Olbrysiem i przewodniczącą Okręgowej Izby Pielęgniarek i Położnych w Łomży Izabelą Metelską

Konkurs na zabytek

Konkurs na Najlepiej Zachowany Zabytek Wiejskiego Budownictwa Drewnianego w Województwie Podlaskim ogłosili Urząd Marszałkowski Województwa Podlaskiego i Muzeum Rolnictwa im. ks. Krzysztofa Kluka w Ciechanowcu.

Drewniane budowle, powstałe do 1960 roku (domy, dwory, czworaki, spichlerze, stodoły, wozownie, karczmy, szkoły, wiatraki, młyny) można zgłaszać do 17 maja w Muzeum Rolnictwa im. ks. Krzysztofa Kluka w Ciechanowcu (18 – 230 Ciechanowiec, ul. Pałacowa 5, elektronicznie na adres e-mail: zabytekpodlasia@gmail.com).

Nagroda główna Konkursu – 6 000 zł, trzy drugie po 3 000 zł, pięć trzecich po 1500 zł.



OGŁOSZENIA



Dostępność Plus

Dostępność Plus to program z korzyścią dla każdego

Zaplanowany do 2025 roku Program Dostępność Plus działa już pełną parą. Duża część inicjatyw ruszyła w ostatnich kilku miesiącach lub ruszy w 2019 roku.

Przełamać bariery

To kolejny program o charakterze prospołecznym. Efektem podejmowanych w nim działań jest swobodny dostęp do dóbr, usług, aktywnego udziału w życiu społecznym i publicznym bez większych barier dla osób o szczególnych potrzebach, z niepełnosprawnościami, seniorów, rodziców z dziećmi czy też osób poruszających się z bagażami. Z uwagi na poruszany zakres i w odpowiedzi na oczekiwania znaczącej części społeczeństwa, Program Dostępność Plus realizowany jest priorytetowo. Co niezwykle cenne, w jego przygotowanie i realizację zaangażowane są środowiska i grupy społeczne, do których jest on szczególnie adresowany.

Ustawowo znaczy systemowo

Istotnym elementem Programu Dostępność Plus jest ustawa o dostępności, pierwsza obejmująca w tej dziedzinie tak szerokie działania o charakterze systemowym. Projekt ustawy określa obowiązki podmiotów publicznych w zakresie dostępności, zakłada możliwość wniesienia skargi na brak dostępności, jak również definiuje sposób koordynacji działań na rzecz dostępności.

Zakres ustawy konsultowany był nie tylko międzyresortowo, ale do pracy nad nim włączyło się wiele środowisk skupiających osoby z niepełnosprawnościami. Resort w przeciągu kilkunastu tygodni przedłożył nowy projekt do akceptacji w rządzie, tak by jeszcze przed wakacjami trafił on do Sejmu.

Miliardy na dostępność

Wartość inwestycji przyczyniających się do realizacji Programu Dostępność Plus wyniesie w perspektywie 2018-2025 około 23 mld zł. Źródłami finansowania są Fundusze Europejskie, Fundusze Norweskie i EOG oraz środki krajowe. Co warto podkreślić, to mimo, iż od przyjęcia Programu Dostępności Plus nie minął jeszcze rok, została uruchomiona już połowa z zaplanowanych działań.

Dostępność w każdej ze sfer życia społecznego

Program Dostępność Plus przewiduje zakup do 2025 roku około 1000 dostosowanych do potrzeb wszystkich użytkowników autobusów i tramwajów oraz modernizację około 500 jednostek taboru kolejowego. Powstanie ponadto 13 zintegrowanych węzłów przesiadkowych, właściwie i w sposób spójny przygotowanych i oznakowanych np. dla osób niewidomych czy niedosłyszących. Ponad 5 tysięcy pracowników sektora transportu zostanie objętych szkoleniami z zakresu praktycznego stosowania zasad dostępności. Podobnym programem objęci zostaną również urzędnicy samorządowi.

Rząd zaakceptował już projekt ustawy o dostępności cyfrowej stron internetowych urzędów i instytucji publicznych do potrzeb osób niewidomych i niesłyszących. Przyjęto standardy dostępności, które oznaczają, że wszystkie inwestycje dofinansowane z funduszy Unii Europejskiej muszą być dostępne dla osób z niepełnosprawnościami.

W tym roku uruchomiony zostanie projekt Państwowego Funduszu Rehabilitacji Osób Niepełnosprawnych na zapewnienie usług indywidualnego transportu dla seniorów i osób z niepełnosprawnościami. Pilotażowo przeprowadzi go około 150 samorządów, w których dotychczas nie było takich rozwiązań.

Znaczące środki z programu pomogą poprawić dostępność wybranych szpitali i przychodni. Ważne jest również objęcie programem dostępności placówek edukacyjnych. Oznacza to znoszenie barier architektonicznych i komunikacyjnych poprzez zastosowanie wind, platform, lekko otwierających się drzwi, automatycznego oświetlenia czy też wygodnych podejść i podjazdów.

Trzeba patrzeć długofalowo

Minister inwestycji i rozwoju Jerzy Kwieciński, szef resortu odpowiedzialnego za realizację Programu Dostępność Plus, podkreśla, że rozwiązania te adresowane są nie tylko do osób z niepełnosprawnościami, którzy stanowią 12 proc. polskiego społeczeństwa, ale również do osób starszych, których już teraz jest 16 proc. w Polsce, a grupa ta z roku na rok będzie coraz liczniejsza.

Samą nazwę Programu Dostępność Plus można interpretować w szerszym kontekście. Podczas, gdy dostępność dotyczy osób z niepełnosprawnościami, słowo „plus” może określać nas wszystkich. Każdemu z nas w bliższej lub dalszej perspektywie potrzebny będzie swobodny dostęp do usług, czy też możliwość czynnego udziału w życiu społecznym i publicznym. Tak więc, „Dostępność Plus” to tak naprawdę program dla nas wszystkich.



Fundusze Europejskie



Rzeczpospolita Polska



MINISTERSTWO INWESTYCJI I ROZWOJU

Unia Europejska Europejskie Fundusze Strukturalne i Inwestycyjne



Projekt współfinansowany ze środków Funduszu Spójności.



POWIAT GRAJEWSKI

Rozmowa z najmłodszym szachistą Otwartego Turnieju Szachowego o Puchar Burmistrza Szczuczyna
MICHAŁEM KARWOWSKIM

– **To Twój debiut?**

– W ubiegłym roku grałem pierwszy raz w turnieju. Miałem 6 lat i byłem najmłodszy. Dziś mam 7 lat i też jestem najmłodszy.

– **Wygrałeś?**

– W szachy na razie nie. W ubiegłym roku zdobyłem Mistrzostwo Szczuczyna w Turnieju Warcabowym w kategorii do lat 13. Też byłem najmłodszy.

– **Kto cię nauczył grać w szachy?**

– Tata zagrał ze mną pierwszy raz, gdy miałem 5 lat. Z tatą gram codziennie, a przez komputer gram z zawodnikami nie tylko z Polski. Na Turniej przyszedłem z tatą, mamą, wujkiem Mirkiem i bratem Adasiem, który ma 5 lat. Tata i wujek też biorą udział w turnieju w kategorii dorosłych. Chciałbym dzisiaj zająć chociaż drugie miejsce.

– **Nie pierwsze?**

– To nierealne. Tu wszyscy są ode mnie starsi i dłużej grają. Właśnie przegrałem pierwszą partię.

Tort z Ronaldo



Michał Karwowski

– **Jesteś uczniem zerówki, lubisz szkołę?**

– Nie lubię chodzić do szkoły. Ale dobrze się uczę, bo nauka nie jest trudna. Bardziej niż szachami interesuję się piłką nożną. Chodzę na treningi piłkarskie klubu Wissa.

Chciałbym zostać zawodowym piłkarzem jak Cristiano Ronaldo. I grać w najlepszym na świecie klubie, Juventusie. Niedługo mam urodziny. Mama obiecała mi tort z Ronaldo i świeczkami.

(Wyniki Turnieju na str. 23).

Koncert uczniów

Koncert muzyki poważnej i kameralnej w wykonaniu uczniów Szkoły Podstawowej w Rydzewie odbędzie się 3 marca (godz. 12.30) w kościele w Rydzewie.

Z polszczyzną na co dzień

Uczennica I Liceum Ogólnokształcące im. Mikołaja Kopernika w Grajewie Klaudia Sobolewska zakwalifikowała się do finału XV Ogólnopolskiego Konkursu Polonistycznego „Z poprawną polszczyzną na co dzień”.

Grajewo w kwiatach

12 tysięcy kwiatów (aksamitki, begonie, pelargonie, wilce, petunie) będzie zdobiło Grajewo od wiosny do jesieni.



POWIAT KOLNEŃSKI

Uchwałę o obniżce diet, zgodnie z obowiązującymi przepisami, przyjęli radni powiatu kolneńskiego. Obecnie tzw. kwota bazowa, od której zależy dieta, wynosi 1789,42 złote, a maksymalna wysokość diety według ustawy o samorządzie powiatowym, to 2684,13 zł. W powiatach poniżej 60 tys. mieszkańców próg ustanowiono na poziomie 70 proc. maksymalnej diety, czyli nie może przekroczyć 1878,89 zł. W powiecie kolneńskim mieszka około 40 tys. mieszkańców.

Po zmianach od 1 kwietnia przewodniczący rady Michał Kulczewski otrzyma dietę w wysokości 1789,42 zł (obecnie otrzymuje 1878,89 zł). Wiceprzewodniczący Rady Lech Janusz Owczarczyk – 1610,47 zł (obecnie 1878,89 zł). Trzech członków zarządu: Tomasz Chojnowski, Jan Lutrzykowski i Zbigniew Rogowski po 1789,42 (obecnie 1878,89 zł).

Czterej przewodniczący komisji, Remigiusz Bikowski, Hubert Charubin, Monika Szymańska i Stanisław Wiszowaty będą



Ścięte diety

otrzymywać miesięczną po 1521 zł (obecnie 1800 zł). „Bezfunekcyjni” radni: Radosław Borawski, Roland Andrzej Długozima, Robert Wacław Nadara i Zdzisław Szymański po 1431,53 zł (obecnie 1697,50 zł).

Od 1 kwietnia diety wszystkich

radnych będą kosztowały łącznie 20 578,27 zł (obecnie 23 384,45 zł) miesięcznie.

Diety radnego są bez podatku (tyle otrzymują do ręki). Poza dietami radnym przysługuje zwrot kosztów podróży służbowych.

Szkoły do likwidacji

Cztery szkoły w powiecie kolneńskim zostaną zlikwidowane 31 sierpnia 2019 roku, zdecydowali radni: I Liceum Ogólnokształcące dla Dorosłych w Kolnie, wchodzące w skład Zespołu Szkół Ponadgimnazjalnych; Szkoła Policealna dla Dorosłych im. Kardynała Stefana Wyszyńskiego w Kolnie, wchodząca w skład Zespołu Szkół Technicznych oraz Liceum Ogólnokształcące dla Dorosłych w Stawiskach i Szkoła Policealna dla Dorosłych w Stawiskach, obie wchodzą w skład Zespołu Szkół Ponadgimnazjalnych w Stawiskach.

Ostatki

Na „Babskie ostatki” zaprasza 2 marca (godz. 19.00) GOK w Małym Płocku.

Dzień Kobiet

Na koncert z okazji Dnia Kobiet zaprasza wójt gminy Kolno do świetlicy w Zabelu w niedzielę, 3 marca (19.00). W programie m.in. kabaret Andrzeja Maroszką i inni artyści.

100 lat Służby Więziennej



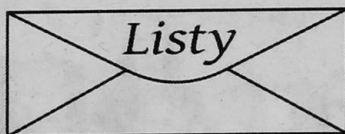
Płk Piotr Kondraciuk

„Dzisiejsze święto, to okazja, aby w szczególny sposób podziękować wam, na co dzień pełniącym służbę za murami zakładów karnych i aresztów śledczych. Funkcjonariusze, funkcjonariuszki i pracownicy cywilni, koleżanki i koledzy, dziękuję wam za to, że społeczeństwo naszego regionu może czuć się bezpiecznie, dziękuję wam za poświęcenie i służbę”, mówił Dyrektor Okręgowy Służby Więziennej w Białymstoku płk Piotr Kondraciuk, wcześniej pierwszy wieloletni dyrektor Zakładu Karnego w Czerwonym Borze (2001 – 2014), w czasie uroczystych obchodów 100 lat polskiego więziennictwa i święta Podlaskiej Służby Więziennej.

Podlaska Służba Więzienna obejmuje 4 zakłady karne: w Białymstoku, Czerwonym Borze (gm. Zambrów), Grądach Woniackich (gm. Rutki) i Przytułach Starych (gm. Rzekuń) oraz 3 areszty śledcze: w Białymstoku, Hajnówce i Suwałkach.

W więziennictwie podlaskim pełni służbę ponad 1 300 funkcjonariuszy i ok. 100 pracowników cywilnych, a w zakładach przebywa około 3 800 więźniów (miejsc jest 4 200).

Służba więzienna powołana została 8 lutego 1919 roku dekretem w sprawie tymczasowych przepisów więziennych.



Padną szpitale powiatowe!

(Stanowisko Rady Powiatu Kolneńskiego)

Rada Powiatu Kolneńskiego wyraża zaniepokojenie sytuacją finansową, jaka powstaje w Szpitalu Ogólnym w Kolnie w związku z nowelizacją przepisów, dotyczących wynagrodzeń pracowników zatrudnionych w podmiotach leczniczych, a także dotychczasowym systemem finansowania szpitali w postaci tzw. ryczałtu PSZ. (...). Wzrost kosztów pracy, spowodowany aktami prawnymi, które weszły w życie w 2018 roku, powoduje pogorszenie sytuacji finansowej szpitali powiatowych w tym Szpitala Ogólnego w Kolnie. (...). Należy pamiętać, że wzrost nagród jubileuszowych oraz odpraw, wynikający ze wzrostu wynagrodzenia, nie jest pokrywany z żadnego źródła. Szpital musi go pokryć z przychodów, uzyskiwanych za wykonane świadczenia. W 2019 r. koszt samych nagród jubileuszowych z tytułu wzrostu wynagrodzenia pielęgniarek będzie wynosił około 90 tys. zł. Należy podkreślić, że NFZ w umowach na 2019 rok uwzględnił pokrycie kosztów podwyżek dla pielęgniarek i położnych jedynie do 31 sierpnia 2019 roku.

Również koszty kontraktów lekarskich, które ze względu na wprowadzenie płacy minimalnej dla lekarza specjalisty w kwocie 6 750 zł w zamian za rezygnację z wykonywania pracy poza głównym miejscem zatrudnienia, nieuchronnie rosną. Pomimo, że lekarze w Szpitalu świadczą pracę głównie poza umową o pracę (kontrakty medyczne, umowy zlecenia) oczekują, tak jak w innych jednostkach, równo-

ległego wzrostu „płacy”. Podpisanie przez lekarza tzw. „lojalki” w głównym miejscu pracy oznacza, że zabraknie go w innym (część lekarzy świadczy pracę w kilku szpitalach jednocześnie). Wprowadzenie w/w regulacji płacy spowodowało też roszczenia ze strony lekarzy, którzy nie zdecydowali się na „lojalkę”, jednak oczekują płacy na takim poziomie w każdym miejscu pracy (w przeliczeniu na wymiar godzin świadczonych usług).

Odływ personelu lekarskiego jest odczuwalny, trudno zaś pozyskać innego lekarza, aby wypełnić luki zwłaszcza, że z podobnym problemem borykają się niemalże wszystkie szpitale.

Należy dodać, że poza podwyżkami dla poszczególnych grup zawodowych, od 01.01.2019 r. podwyższono płacę minimalną o kwotę 150 zł (co daje kwotę ponad 50 tys. zł w skali roku). Trzeba podkreślić, że poza wzrostem kosztów płacowych, pozostałe koszty również sukcesywnie rosną (np. wzrost cen prądu od stycznia 2019 r.).

Szpital Ogólny w Kolnie od IV kwartału 2017 r. znajduje się w podstawowym szpitalnym systemie zabezpieczenia świadczeń opieki zdrowotnej (tzw. „Sieć szpitali”), który jest w głównej mierze finansowany w formie okresowo stałej opłaty ryczałtowej.

Finansowanie w kolejnych okresach prognozowane było w oparciu o dane z IV kwartału 2017 r. co było niekorzystne z tej racji, że w ostatnich kwartałach roku szpitale, w tym Szpital Ogólny w Kolnie odnotowują spadek liczby hospitalizacji (święta) oraz wykonania kontraktu ogółem. (...)

Sytuacja, w której znalazły się szpitale, to efekt braku sukcesywne-

go wzrostu wyceny świadczeń w latach poprzednich (wycena punktu była przez NFZ zamrożona przez 6 lat i już wcześniej nie uwzględniała w pełni kosztów, nawet wzrostu minimalnego wynagrodzenia) oraz nie uwzględnianie w polityce zdrowotnej trendów demograficznych oraz rynku pracy. (...)

Ponadto wprowadzony przez Ministerstwo Zdrowia system zmian płacowych, uwzględniający tylko wybrane grupy zawodowe, tj. lekarzy, pielęgniarki i położne oraz ratowników medycznych powoduje rozgorzyczenie innych pracowników i tym samym stwarza trudną i niezdrową społecznie sytuację oraz prowadzi do powstawania niepokoju i konfliktów w środowisku medycznym. Wprowadzone rozwiązania wpływają destruktywnie na pracę w szpitalu. Należy pamiętać, że w systemie ochrony zdrowia wszystkie grupy zawodów medycznych i pozamedycznych są ważne i nie mogą być pomijane w regulacji płac. Są to zarówno analitycy medyczni, elektrolodzy, rehabilitanci, farmaceuci, ale także salowe, sanitariusze, rejestratorzy (...).

Powiat Kolneński rozumie potrzebę zmian i zasadność podwyżek, jednakże powinny być one w całości sfinansowane ze środków zdrowotnych lub budżetu państwa. Samorządy nie są w stanie finansować podwyżek pracowników ochrony zdrowia, a postępujące zadłużenie szpitali w dalszej perspektywie skutkować będzie ich likwidacją i pozbawieniem bezpieczeństwa zdrowotnego pacjentów. (...).

(Stanowisko Rady Powiatu wyrażone jest na ponad 6 stronach, skróty od redakcji).

POWIAT WYSOKOMAZOWIECKI



Stypendia za osiągnięcie wysokich wyników w nauce wręczył w poniedziałek, 25 lutego, 31 uczniom szkół prowadzonych przez powiat starosta wysokomazowiecki Bogdan Zieliński. Z Liceum Ogólnokształcącego w Wysokiem Mazowieckiem stypendystami są: Katarzyna Bartłomiejczuk, Adam Chlebowski, Aleksandra Grodzka, Saosan Joubar, Kinga Maciągowska, Karol Michalski, Agnieszka Mioduszevska, Anna Motybel,

Sylvia Stypułkowska, Juliusz Zagdański, Jakub Żochowski.

Z Liceum Ogólnokształcącego w Ciechanowcu: Weronika Bachorek, Adrianna Borzym, Gabriela Brulińska, Kamila Cieśluk, Paulina Grabowska, Jakub Lewandowski, Weronika Parzonko, Aleksandra Piętka, Paulina Trzcińska, Gabriela Tyminińska, Weronika Wąsak, Piotr Zawistowski.

Z Ogólnokształcącej Szkoły Sztuk Pięknych w Zespole Szkół

Ogólnokształcących i Zawodowych w Ciechanowcu: Aleksandra Radziszewska, Joanna Ryczkowska, Julia Sabak, Gabriela Wysocka, Natalia Aleksandra Ziółkowska.

Z Technikum w Zespole Szkół Zawodowych im. S. Staszica w Wysokiem Mazowieckiem: Weronika Kulesza, Wiktoria Leoniak, Natalia Truszkowska. Na zdjęciu: stypendyści ze starostą Bogdanem Zielińskim (w środku).

Pęknienie i smacznie

Na bezpłatne warsztaty kosmetyczne zaprasza 4 marca (godz. 18.30), a kulinarne 7 marca (godz. 17.30), Centrum Kultury w Sokołach.

Turniej szachowy

Na XII Turniej Szachowy o puchar Burmistrza Czyżewa zaprasza w sobotę, 2 marca (godz. 10.00) do świetlicy miejskiej Gminny Ośrodek Kultury w Czyżewie.

POWIAT ZAMBROWSKI

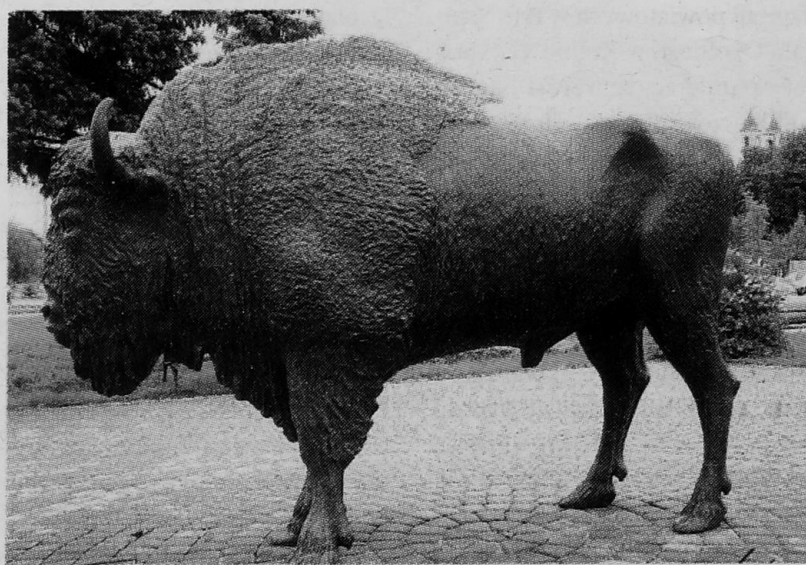
Zambrowskie Żubry poszły w miasto

Grand Prix 18 edycji Zambrowskich Żubrów, dorocznej Nagrody Burmistrza Zambrowa Kazimierza Dąbrowskiego, otrzymała Drużyna Koszykarska Dziewcząt UKS Orkan ze Szkoły Podstawowej nr 3, jednocześnie laureat Złotego Żubra w kategorii Wydarzenie roku za organizację finału Wojewódzkich Igrzysk Dzieci w Koszykówce Dziewcząt.

Kategoria Wydarzenie roku było jedyną, w której zostały przyznane trzy Żubry. Srebrnego Żubra otrzymało Stowarzyszenie Przyjaciół Czwórki i Szkoła Podstawowa nr 4 w Zambrowie za Rodzinną „Czwartakiadę”, a Brązowego Zambrowski Klub Karate za organizację IV Międzynarodowego Turnieju o Puchar Burmistrza Miasta Zambrów, połączonego z Dniem Kultury Japonii.

Osobowością roku została i statuetkę Złotego Żubra otrzymała plastyczka z Miejskiego Domu Kultury Sylwia Korpalska.

Filip Polak jest najlepszym sportowcem minionego roku, a właściciel restauracji Ashi Sushi Ja-



Pomnik żubra w Zambrowie

kub Konopka Przedsiębiorcą roku.

Złotego Żubra dla najlepszego nauczyciela odebrała Agata Czarniakowska ze Szkoły Podstawowej nr 4. Żubra dla najlepszego ucznia otrzymali gimnazjalistka Anastazja Piórkowska i Jan Krajewski ze szkoły podstawowej.

Eliza Matejkowska z portalu zambrow.org wygrała Żubra w dwóch kategoriach: za najlepszy reportaż promujący miasto (został nim do-

kument „III Inscenizacja Bitwy o Zambrów”) oraz za fotografię „Zambrów – mój dom”.

Tegorocznej Kapituły Nagrody przewodniczył Jacek Olszewski. W poprzednich 17 edycjach przewodniczącym był Zbigniew Korzeniowski, który na wniosek burmistrza Kazimierza Dąbrowskiego otrzymał także statuetkę Żubra. Uroczystą galę uświetnił Koncert Wiecheński Orkiestry Królewskiej Odessa.

Kawiarenka

Kawiarenka Volo Cafe w Ośrodku Wsparcia Rodziny „Caritas” po kilkuletniej przerwie została otwarta w piątek, 22 lutego. Kawiarnię, która będzie czynna trzy dni w tygodniu (poniedziałki, środy i piątki) będzie prowadzić Barbara Reinke z wolontariuszami. W planach są spotkania literackie, filmowe i muzyczne.

Zapusty z balem

Bał przebierańców organizuje we wtorek, 5 marca (godz. 10.00), w Bursie Szkolnej Nr 1 w Zambrowie Koło Terenowe Polskiego Związku Niewidomych (PZN).

Brydż w Szumowie

W III Turnieju Brydża Sportowego Par w Szumowie wystartowało 26 brydżystów. Wygrała para Andrzej Morawski i Zygmun Wojtaś z Ostrowi Mazowieckiej, drugie miejsce Cezary Reszeć i Jarosław Pogorzelski z Zambrowa, a trzecie Eugeniusz Nawrot i Józef Polak z Ostrowi Mazowieckiej.

24 nazwiska hierarchów

Fundacja „Nie lękajcie się” przekazała papieżowi Franciszkowi „Raport nt. naruszeń prawa świeckiego lub kanonicznego w działaniach polskich biskupów w kontekście księży sprawców przemocy seksualnej wobec dzieci i osób zależnych”.

Autorzy „Raportu” wymienili w nim nazwiska 24 hierarchów, którzy ich zdaniem, ukrywali lub przenosili księży pedofilów. Wśród tych nazwisk pojawiają się 2 z diecezji łomżyńskiej: abp Juliusz Paetz i bp Stanisław Stefanek.

Abp Juliusz Paetz był ordynariuszem łomżyńskim w latach 1983-1996, potem metropolitą poznańskim do czasu, kiedy Jan Paweł II za molestowanie kleryków pozbawił go tej funkcji.

Sprawy odnoszące się w „Raporcie” do bp. Stanisława Stefanka (ordynariusza łomżyńskiego w latach 1996-2011), dotyczą czasu, kiedy był biskupem pomocniczym szczecińsko-kamieńskim (lata 1980-1996).

Fragmenty „Raportu”, mówiące o obu hierarchach, cytujemy dosłownie (umieszczamy je w cudzysłowie).

Sprawa księdza Andrzeja D.

„W latach 90. ks. Andrzej D., ówczesny kierownik schroniska dla trudnej młodzieży i szkół katolickich, miał wykorzystać seksualnie co najmniej kilku nastoletnich chłopców w Schronisku im. św. Brata Alberta. Szczecińska kuria była alarmowana w tej sprawie, ale przez lata nie reagowała. Ludzie, którzy domagali się ustalenia prawdy, przez 13 lat słyszeli: nie działając na szkodę Kościoła.

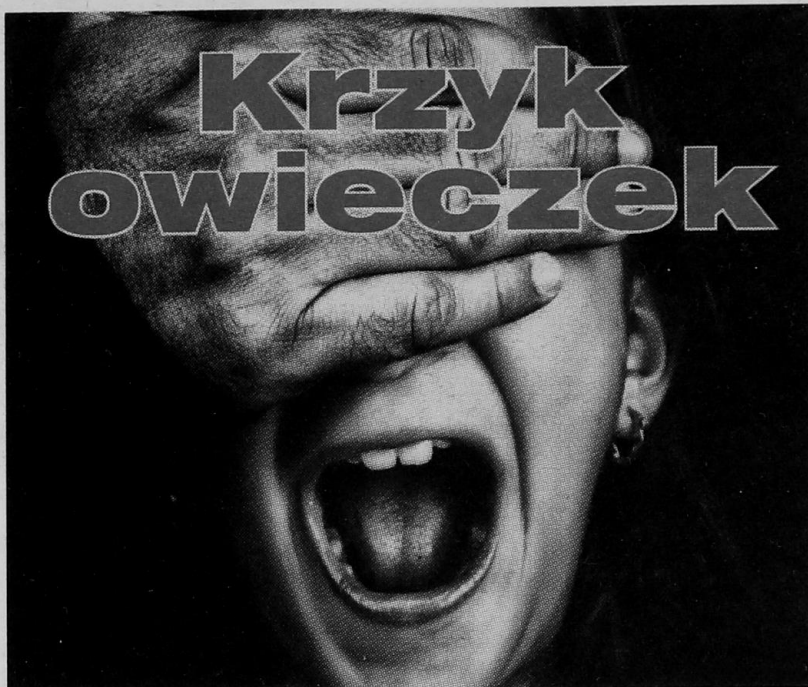
Chłopcy, wykorzystywani przez księdza zwierzyli się wychowawcom, oni zaś w 1995 roku poinformowali bp. Stanisława Stefanka, któremu podlegała oświata w archidiecezji.

Nie uznał ich relacji za wiarygodne. Nie porozmawiał z żadnym z chłopców. Rozgoryczeni wychowawcy poprosili o pomoc dwóch zakonników. Przyjął ich abp Marian Przykucki.

– Powiedział, że boleje nad sprawą i pomoże w rozwiązaniu – wspomina jeden z zakonników.

Ale arcybiskup zaufał osądowi bp. Stefanka i nie kazał sprawy dalej badać. Odsunął ks. Andrzeja od pracy w ognisku, ale wiosną 1996 roku powierzył mu nadzór nad szkołami

O dwóch łomżyńskich biskupach informuje papieża Franciszka „Raport” o nadużyciach seksualnych w polskim Kościele



katolickimi w Szczecinie. Potem ks. Andrzej kierował Liceum Katolickim w Szczecinie, przewodniczył Stowarzyszeniu Szkół Katolickich.

Wychowawcy nie dali się wygrać. W 2003 roku ich zeznania i relacje ofiar spisał dominikanin Marcin Mogielski. Jego zwierzchnik o. Maciej Zięba przekazał je obecnemu arcybiskupowi szczecińsko-kamieńskiemu Zygmuntowi Kamińskiemu. Metropolita zajął się sprawą dopiero, gdy wychowawcy zasugerowali, że pójść do prokuratury. Sąd biskupi przesłuchał tylko dwóch pokrzywdzonych. Ks. Andrzej został odsunięty od oświaty dopiero w 2007 roku. Robi karierę w szczecińskim kościele. Jest dyrektorem Instytutu Medycznego im. Jana Pawła II i tworzy Dom Pomocy Społecznej w dawnym szpitalu przy al. Wyzwolenia (gmina przekazała ten obiekt kościołowi za symboliczne 19 tys. zł). Nadzoruje też inne kościelne inwestycje, organizuje konferencje.

Ksiądz Andrzej D. jest bardzo zażenowany. Niedaleko Koszalina, w miejscowości Głusza (gmina Polanów), ma okazałą willę, stojącą na trzyhektarowym cyplu, nad prywatnym jeziorem.

Molestowanie kleryków

„Oskarżony w 2002 roku o molestowanie kleryków i księży arcybiskup senior Juliusz Paetz – mimo wyraźnego zakazu Watykanu – w dal-

szym ciągu koncelebruje msze: ostatnio 24 stycznia 2019 roku koncelebrował w katedrze mszę pogrzebową w intencji zmarłego ks. prałata Mariana Lewandowskiego z arcybiskupem Stanisławem Gądeckim, biskupami pomocniczymi Grzegorzem Balcerkiem i Damianem Brylem.

Przypominamy, że Watykan zakazał Paetzowi udzielania święceń i bierzmowania, przewodniczenia kościelnym uroczystościom, a od 2013 roku również brania w nich udziału. Jednak arcybiskup Paetz regularnie pojawiał się na różnych uroczystościach, w tym procesjach z okazji Bożego Ciała i historycznej rocznicy Poznańskiego Czerwca. W 2016 roku, gdy Paetz zapowiedział, że weźmie udział w uroczystościach z okazji 1050. rocznicy chrztu Polski, zareagował nuncjusz apostolski w Polsce arcybiskup Celestino Migliore, który pisał w imieniu papieża: „Ojciec Święty zdecydowanie ponawia zaproszenie do życia w odosobnieniu, w postawie skruchy i modlitwy”.

W nocy biograficznej Paetza na stronie internetowej archidiecezji poznańskiej czytamy: „Abp Celestino Migliore przypomniał, że Stolica Apostolska nie widzi możliwości uczestnictwa abp. Juliusza Paetza w uroczystościach kościelnych. Zdaniem nuncjatury decyzję tę należy traktować jako normę dla Konferencji Episkopatu Polski”.

Niestety, Konferencja Episkopatu Polski nie respektuje poleceń papieskich. Jednym z najbardziej aktywnych obrońców arcybiskupa Paetza był arcybiskup Marek Jędraszewski, obecnie metropolita krakowski, który uparcie ignorował delegacje kleryków, którzy przychodzili do niego z prośbami o pomoc. Organizował też akcję podpisywania listów poparcia dla Paetza. Arcybiskup Jędraszewski znany jest też ze stosowania w wypowiedziach publicznych języka nienawiści. Ludzi starających się o respektowanie w Polsce zapisów konwencji o zapobieganiu przemocy wobec kobiet i przemocy w rodzinie nazwał publicznie „lewacką zarazą” i porównywał ich do stalinowców. Atakował też niepełne pary starające się o dziecko metodą in vitro”.

„Budowniczy”

„Raport” wymienia przykłady oficjalnego udziału abp. Juliusza Paetza w uroczystościach kościelnych wbrew zdecydowanemu zakazowi papieża Benedykta II, wydanego w 2013 roku. Za przyzwoleniem innych hierarchów, którzy o zakazie wiedzieli.

Za przyzwoleniem abp Juliusz Paetz uczestniczył także w 2015 roku, czyli dwa lata po papieskim zakazie, w uroczystych obchodach 90 lat diecezji łomżyńskiej („Raport” tego nie odnotowuje). Biskupem łomżyńskim był już (od 2011 roku) bp Janusz Stepnowski.

Biskup senior Stanisław Stefanek publicznie chwalił wówczas Juliusza Paetza. „Świetnie wykorzystał swój czas mój poprzednik biskup Juliusz Paetz, żeby pokieroszowane instytucje, budynki i posiadłości Kościoła poustawiać i uporządkować”. Jego słowa wywołały reakcję Czytelnika „Kontaktów”, który w liście do redakcji pisał: „Czy naprawdę biskup Paetz zasługuje na pochwałę? Tylko i wyłącznie pochwałę? Czy biskup Stefanek uważa, że wierni nie pamiętają, że Juliusz Paetz został usunięty przez papieża Jana Pawła II z arcybiskupstwa w Poznaniu za molestowanie seksualne kleryków? Biskup Paetz może i uporządkował „pokieroszowane” budynki, ale nie wydaje mi się, żeby te jego materialne zasługi były dla katolika ważniejsze od zniszczeń w sferze duchowej, jakie swym postępowaniem Kościołowi wyrządził” („Kontakty”, nr 44/2015).

MIKOŁAJ NAWRA

Nie uprawiał ze mną seksu, bo mówił, że mnie... kocha



Katecheza i porno

1.

Daria ma 34 lata. Mężatką jest od 7 lat. Seks po poznaniu się z Pawłem od początku był wyzwaniem.

– Paweł najpierw długo powstrzymywał się i unikał kontaktów. Potem miał po każdym stosunku przed ślubem wyrzuty sumienia. Kiedy ulegał pokusie, było nam razem cudownie, jednak przez krótką chwilę, bo później Paweł zmagał się z emocjami i... chodził do spowiedzi. Tego nauczyła go jego mama, kiedy nie może poradzić sobie z uczuciami, najlepiej iść do księdza. Szanuję to i rozumiem. Sama jestem z podobnej rodziny, jednak to jego zachowanie od zawsze wydawało mi się dziwne. Seks nigdy dla Pawła nie był momentem celebrowania naszej miłości i to mnie bolało – opowiada Daria.

Bez rozmów i prawie bez seksu trwali razem przez 3 lata. Potem Paweł oświadczył się.

– To był piękny wieczór, pełen miłosnych gestów i wtedy odważyłam się zapytać Pawła, czy jeśli będziemy po ślubie kościelnym, on da sobie samemu prawo do uprawiania seksu i przestanie zadręczać się wyrzutami sumienia. Powiedział, że tak mu się wydaje. Że ślub pomoże mu się z tym uporać.

Jednak sakrament niczego nie zmienił. Paweł nadal unikał seksu, a po nim nie czuł się dobrze.

– Jednocześnie przestał chodzić

do spowiedzi i zaczął ze mną rozmawiać, tak jakby chciał odkryć, co tak naprawdę go gnębi. Wtedy po raz pierwszy usłyszałam „nie chcę seksu, bo cię kocham” – mówi Daria.

Okazało się, że akt seksualny dla Pawła nie jest świętem bliskości, lecz czymś nieczystym i zakazanym. Mówił, że za każdym razem, gdy się kochają czuje, że ją uprzedmiotawia. Seks jednoznacznie kojarzy mu się ze wstydem.

Udało się przekonać go do wizyty u specjalisty. Już po pierwszej rozmowie wydało się, że szkodliwe przekonania o seksie mają swoje źródło w wychowaniu, a konkretnie w tym, jak mama Pawła karała go za masturbację.

– Zawstydziała go, pilnowała, czy tego nie robi. Mój mąż musiał nawet spać przy otwartych drzwiach od pokoju. O sprawach cielesnych mówiła, że to uleganie pokusom. W swej „edukacji seksualnej” wspominała o miłości tylko w kontekście tego, że kobietę trzeba szanować. Że miłość jest święta, a pożądanie to kalandria prawdziwego uczucia – mówi Daria.

2.

Historia ta nie jest wyjątkiem na tle seksualnych problemów współczesnych par. Wyrzutów sumienia po seksie w związku doświadczają zarówno mężczyźni, jak i kobiety, a przyczyną wcale nie musi być ide-

ologia czystości. Wręcz przeciwnie...

– W moim gabinecie często pojawiają się osoby, które seks wiąże ze wstydem. Przychodzi do mnie wiele par, które przez lata związku uprawiały seks raptem kilka razy – opowiada Andrzej Gryżewski, seksuolog i psychoterapeuta z gabinetu CBTseksuolog.pl i dodaje, że przyczyn wyrzutów sumienia po seksie może być cała masa, jednak karanie za masturbację w okresie dorostania jest jedną z najważniejszych.

– Jeśli rodzice zawstydzają dziecko, gdy poznaje ono swoje ciało, gdy odkrywa swą seksualność, koduje sobie ono, że przyjemność seksualna jest czymś złym, brudnym, poniżającym. Dlatego tak ważne jest, by rodzice dobrze reagowali na dziecięcą masturbację. Nigdy nie karali, a pozwalali na rozwój w swoim tempie. Jeden z moich pacjentów tak silnie powiązał seks z poczuciem wstydu, że seks zaczął uprawiać dopiero w wieku 35 lat. Teraz ma 38 i nadal nie ma udanego życia seksualnego – mówi Gryżewski.

Poza wstydem do wyrzutów sumienia prowadzi również fałszywe przekonanie, że seks to uprzedmiotowienie drugiej osoby, upodlenie i skanie.

– Osoby, które myślą w ten sposób często mają wrażenie, że swoim pożądaniem „zaraża” drugą osobę, jak śmiertelnym wirusem. Że jeśli dadzą upust swego pożądania, prze-

ciągną ukochaną osobę na ciemną stronę mocy – mówi Gryżewski.

Wszystko to często ma źródło w religii oraz ideologii życia.

– Niektóre tezy, głoszone przez księży po prostu szkodzą związkom i ludziom. Mam pacjenta, który ma 48 lat i nadal nie uprawiał seksu, bo czeka na „tę jedyną”. Brzmi romantycznie, ale czy to zdrowie? Jeśli byłoby, nie przyjmowałbym go u siebie w gabinecie... – komentuje seksuolog.

3.

Powiązanie seksu z poniżeniem i wyrzuty sumienia po każdym stosunku biorą się nie tylko z ideologii, czy zawstydzania dzieci, ale również z przedwczesnego kontaktu z treściami erotycznymi.

– Jeśli mały chłopiec nakryje rodziców na seksie, który nie wygląda jak zwykłe przytulanki pod kołdrą, z pewnością się przestraszy. Małe dzieci seks interpretują jako przeemoc, nie okazywanie miłości. W takiej sytuacji dziecko może skojarzyć seks z czymś złym, upokarzającym i obrzydliwym, a to nie pomoże mu w dorosłym życiu powiązać pożądania z bliskością i ciepłem – tłumaczy seksuolog.

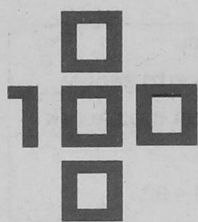
Podobne efekty przynosi wczesny kontakt z pornografią. Andrzej Gryżewski tłumaczy, że nie ma odpowiedniego wieku na kontakt z tego typu treściami.

– Pornografia jest dla ludzi dojrzałych w sensie seksualnym. Takich, które mają już doświadczenia i znają granice seksu. Jeśli ktoś chce oglądać pornografię tak, żeby nie skrzywiła jego podejścia do seksu, powinien mieć już ukształtowane swoje normy. Jeśli to pornografia nas ukształtuje i będziemy próbowali dostosować rzeczywistość do filmów porno, problemów z seksem czeka nas cała masa. A o wiązaniu miłości z pożądaniem nie będzie mowy.

Zdaniem eksperta, to tak jakby ktoś uczył się sztuk walki z filmów z Bruce'em Lee, a potem wyszedł na ring. Nokaut po pierwszym starciu murowany.

– Kiedy chłopiec wychowany na porno zakocha się, będzie w ogromnym wewnętrznym konflikcie, gdy poczuje do ukochanej pożądanie, bo rdzeniem pornografii jest uprzedmiotowienie – wyjaśnia Andrzej Gryżewski. (natemat.pl)

EWA BUKOWIECKA-JANIK



JUBILEUSZ
100-LECIA
POLSKIEGO
CZERWONEGO
KRZYŻA

Mleczna z chlebem

Dobrze wyposażony zakład położniczy, w którym kobiety mogły korzystać z darmowych porad, został otwarty w Łomży przy ulicy Wiejskiej 3 w połowie 1921 roku, dzięki finansowej pomocy Amerykańskiego Czerwonego Krzyża, pisał tygodnik „Gazeta Łomżyńska”. W tygodniku ukazały się też informacje: „Mateusz Gorwin ofiarował na PCK 500 marek jako wygrany zakład”. „Pan C. złożył 5000 marek na wyjątkową nędzę”.

Rok później PCK zorganizował zbiórkę odzieży, żywności i pieniędzy dla repatriantów, informowała „Gazeta”. W „Tygodniku Czerwonego Krzyża” 20-27 maja 1923 roku, ze zbiórek ulicznych, przed kościołami, dodatków do biletów w teatrze Reduta i kinie Mirage zebrano 2 617 078 marek, pisała „Gazeta Łomżyńska”.

Za 3 600 zł z PCK, w listopadzie 1931 roku 700 uczniów otrzymywało zupę mleczną z chlebem lub zupę mięsną, donosiła „Współna Praca”.

Zimą na przełomie lat 1938 i 1939 z dożywiania korzystało 3 155 dzieci, w tym z miasta 1 467 i z powiatu łomżyńskiego 1 688. Przeciętny dzienny koszt dożywiania na jedno dziecko wynosił 6 groszy, precyzował „Tygodnik Ziemi Łomżyńskiej”.

To tylko niektóre informacje, dotyczące działalności Czerwonego Krzyża, publikowane w łomżyńskiej prasie okresu międzywojennego. Kiedy dokładnie powołany został w Łomży oddział PCK, nie wiadomo.

Jedna organizacja

Polskie Towarzystwo Czerwonego Krzyża (PTCK) zostało powołane 18 stycznia 1919 roku.

Zdecydowali o tym przedstawiciele różnych organizacji i stowarzyszeń charytatywnych oraz rządu i wojska, którzy spotkali się w Warszawie na naradzie zwołanej z inicjatywy Stowarzyszenia Samarytanin Polski. Spotkaniu patronowała



Na wyjątkową nędzę



Znana łomżyńska stomatolog i społeczniczka Anna Jakubowska w PCK od szkoły podstawowej

Helena Paderewska, żona premiera Ignacego Jana Paderewskiego (premierem został 16 stycznia 1919 r.).

Organizacje charytatywne działały w wielu miejscowościach w czasie zaborów, a w czasie I wojny światowej powstała polska sekcja Międzynarodowego Komitetu Czerwonego Krzyża. W niepodległym państwie utworzenie jednego stowarzyszenia miało ułatwić organizowanie pomocy biednym i chorym. Zgodnie z tym zamysłem 24 lipca 1919 roku Mię-

dzynarodowy Komitet Czerwonego Krzyża zarejestrował Polskie Towarzystwo Czerwonego Krzyża i uznał je za jedyną organizację czerwono-krzyską w naszym kraju.

Pierwszym prezesem Komitetu Głównego PTCK był Paweł Sapieha. Po jego rezygnacji Helena Paderewska, a po niej Józef Haller (1920 – 1926). Rozporządzeniem prezydenta Rzeczypospolitej Ignacego Mościckiego z 1 września 1927 roku, w miejsce dotychczas-

wego PTCK powołany został Polski Czerwony Krzyż (PCK), uznany za organizację wyższej użyteczności publicznej.

Siostry pogotowia

„Każda kobieta Polka powinna zostać siostrą pogotowia sanitarnego PCK, zdobywając konieczne wiadomości na Kursach dla Sióstr pogotowia sanitarnego”, zachęcała broszura z 1932 roku. I wiele kobiet kursy takie przechodziło. W Łomżyńskim szerzyła się najpierw epidemia tyfusu, a później choroby weneryczne i gruźlica. Wolontariusze PCK angażowali się w działalność profilaktyczną, walkę z chorobami, pomoc bezdomnym. Zaczęły powstawać szkolne koła PCK.

W 1935 roku w Warszawie dr Henryk Gnoiński utworzył Instytut Pobierania i Konserwacji Krwi. Krwiodawstwem PCK zajmuje się do dziś.

W 1938 i 1939 roku, kiedy w prasie coraz częściej pisano o zagrożeniu wojennym, PCK organizował kursy dla kobiet dotyczące udzielania pierwszej pomocy.

Polski Czerwony Krzyż ma sto lat. Przez wiek, chociaż działał w różnych warunkach, skupiał się na pomocy humanitarnej, sanitarnej i medycznej.

MARIA TOCKA

(Jubileuszowy Bal 100-lecia PCK organizuje Zarząd Rejonowy PCK w Łomży w ostatnią sobotę karnawału, 2 marca, w Restauracji Polonez w Łomży).

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!

**Sprzedam działkę
rolną o powierzchni
0,4768 ha, położoną
w obrębie Bronowo,
gm. Wizna,
pow. łomżyński.
Tel. 535 – 605 – 315**

BUDOWNICTWO

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

(fak.00027/19-o-i)

NIERUCHOMOŚCI

Z powodu choroby zamienię M-3,
IV piętro, ul. Dmowskiego, Łomża,
na M-4 parter. Tel. 603 – 446 – 934
(fak/sms)

Sprzedam M-5, 80 m², 1 piętro
w Kolnie. Tel. 600 – 343 – 819
(fak/sms)

Sprzedam siedlisko 0,60 ha z
domem, ogrodem i stawem.
Tel. 600 – 343 – 819
(fak/sms)

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

(p-000986-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.00001/19-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

Sprzedam 2,76 ha lasu i 1,28 ha
pola, Jurzec Włociański.
Tel. 600 – 343 – 819

(fak/sms)

Zakupię ciągniki Ursus, Zetor,
New Holland, Massey Ferguson,
Same, Foton, Farmtrac, Farmer,
Renault itd. każdy stan oraz
prasy belujące Warfama,
Carraro, Morra, Metal Fach,
Feraboli, Gallignani, Sipma,
Pronar. Szybki odbiór, gotówka
do ręki. Tel. 660 – 795 – 977

(fak/sms)

Zakupię ciągniki rolnicze
w każdym stanie oraz prasy,
belownice, owijarki, zgrabiarki,
kosiarki, talerzówki,
przetrzaskarki, beczkowsy,
siewniki i inne.
Tel. 788 – 506 – 909

(fak/sms)

Sprzedam bele sianokiszonki
2 i 3 pokos, tegoroczne.
Więcej informacji telefonicznie
504 – 845 – 373

(fak/sms)

Wylęgarnia drobiu

Marianowo prowadzi zapisy
i sprzedaż kurcząt oraz kurek
odhodowanych.
Tel. (86) 219 – 13 – 92,
604 – 750 – 281, 608 – 620 – 245

(fak.00029/19-o-i)

Rzeźnia kupi bydło ze
skierowaniem do uboju
z konieczności.
Tel. 511 – 075 – 866,
518 – 879 – 043

(fak.00030/19-o-i)

SPRZEDAM

Sprzedam nową altankę
ośmiokątną umeblowaną. Cena
5 200 zł. Tel. 795 – 745 – 125

(fak/sms)

TRANSPORT

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

(fak.00002/19-o-i)

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

(fak.00003/19-o-i)

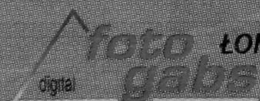
Niemcy, Holandia, Belgia – pod
adres, DVD. Tel. 604 – 458 – 244

(fak.00023/19-o-i)

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



— Z PIĄTNICY, —
NO BO SKĄD.

*Jogurt Naturalny
Nowy kubeczek
Tylko dwa składniki*



dostępne gramatury jogurtu: 330 g i 170 g

KONSTAL
PRODUKENT

GARAŻE Blaszane
BRAMY Garażowe
KOJCE dla Psów

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

GARAŻE
WZMOCNIONE

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

Sprzedam rower damkę z napędem elektrycznym, stan bardzo dobry, mało używany, cena 1 100 zł, tel. (86) 219 - 84 - 48

(o/b)

Sprzedam Volkswagen Polo, Classic, (1997), 1.4 benzyna, cena 1 300 zł, tel. 788 - 901 - 071

(o/b)

Sprzedam Volkswagen Passat, (2007/8), 2 TDI, 140 KM, garażowany, stan bardzo dobry, cena 18 700 zł, tel. 796 - 322 - 902

(o/b)

Sprzedam Fiat Punto, (2000), w całości lub na części, cena 620 zł, tel. 667 - 961 - 331

(o/b)

Sprzedam Opel Zafira, (2005), 2.0 DTI, stan bardzo dobry, przebieg 180 000 km, nowe opony, cena 8 000 zł, tel. 696 - 692 - 181

(o/b)

Sprzedam Citroen C4 Picasso, (2007), 1.6 HDI, czarny, podwyższony, oryginalny, pierwszy właściciel, możliwa zamiana, cena 12 500 zł, tel. 727 - 251 - 708

(o/b)

Sprzedam Toyota Corolla, (2004), 2.0 D4D, lift, cena 8 900 zł, tel. 727 - 251 - 708

(o/b)

Sprzedam Opel Zafira B, (XII.2007), 1.6 + gaz, nowe opony lato-zima, pierwszy właściciel w Polsce, elektryczne szyby, hak, klimatyzacja, 7-osobowy, cena 16 900 zł, tel. 693 - 897 - 548

(o/b)

Sprzedam Volvo S40, (2003), 1.9 td, stan bardzo dobry, przebieg 232 000 km, cena 7 500 zł, tel. 501 - 660 - 536

(o/b)

Sprzedam Renault Laguna, (2003), 1.9 dci, kombi, silnik pali na dotyk, bez żadnego wkładu finansowego, cena 4 200 zł, tel. 514 - 263 - 600

(o/b)

Sprzedam Toyota Avensis, (2004), 2.0 d4d, kombi, 116 KM, pali na dotyk, blachy w bardzo dobrym stanie, bogate wyposażenie, cena 10 600 zł, tel. 514 - 263 - 600

(o/b)

Sprzedam Volkswagen Sharan, (1998), 1.9 tdi, 110 KM, ładny stan, bogate wyposażenie, bez korozji, bez wkładu finansowego, cena 5 500 zł, tel. 512 - 576 - 250

(o/b)

Sprzedam Ford Fusion, (2004), 1.4, klimatyzacja, granatowy, cena 5 500 zł do uzgodnienia, tel. 571 - 241 - 644

(o/b)

Sprzedam przyczepę kempingową Niewiadów 126, zarejestrowana, stan bardzo dobry, cena 3 700 zł, tel. 573 - 094 - 934

(o/b)

Sprzedam Volvo FL, (1990), skrzyniowy, stan bardzo dobry, zarejestrowany, opłacony, cena 10 500 zł, tel. 660 - 529 - 185

(o/b)

Sprzedam Kia Rio, (2008), 1.4 benzyna, cena 13 500 zł, tel. 575 - 529 - 418

(o/b)

Sprzedam Volkswagen Bora, (2002), 1.9 TDI, czarny, kombi, uszkodzony silnik, cena 5 500 zł, tel. 661 - 802 - 011

(o/b)

Sprzedam Opel Astra 2, (2003), 1.7 DTI, climatronic, 5-drzwiowy, opony lato-zima, alufelgi, cena 6 000 zł, tel. 605 - 144 - 285

(o/b)

Sprzedam Volvo V40, (2004), pełna opcja, cena 9 900 zł, tel. 605 - 144 - 285

(o/b)

Sprzedam Audi 80 B4, (1993), 2.0 + gaz, stan dobry, cena 2 700 zł, tel. 502 - 426 - 360

(o/b)

Sprzedam Lublin blaszak, (1998), stan dobry, cena 3 200 zł, tel. 516 - 941 - 295

(o/b)

Sprzedam Daewoo Lanos, (2003), 1.6 16V, benzyna + LPG, przebieg 156 000 km, wspomaganie, czysty środek, cena 2 950 zł, tel. 600 - 025 - 648

(o/b)

Sprzedam Mazda 6, (2009), diesel, 140 KM, serwisowany, polski salon, pierwsza rejestracja w 2010 r., cena 33 000 zł do uzgodnienia, tel. 512 - 342 - 180

(o/b)

OGŁOSZENIA BEZPŁATNE MOTORYZACYJNE

Sprzedam Toyota Auris, (2008), 1.4 benzyna, auto zadbane, bezwypadkowe, stan techniczny i wizualny bardzo dobry, przebieg 166 000 km, cena 20 500 zł do uzgodnienia, tel. 604 - 246 - 561

(o/b)

Sprzedam Nissan Terrano, (1996), 118 KM, w ciągłej eksploatacji, cena 4 500 zł, tel. 514 - 546 - 735

(o/b)

Sprzedam Ford Focus, (2002), środek czysty i zadbane, w oryginale, normalne ślady użytkowania, cena 3 900 zł do uzgodnienia, tel. 530 - 430 - 101

(o/b)

Sprzedam Fiat Seicento, (1999), mechanicznie w bardzo dobrym stanie, przebieg 166 000 km, benzyna, cena 2 200 zł, tel. 798 - 591 - 128

(o/b)

Sprzedam Volkswagen Polo, (2005), 1.2 benzyna, kolor srebrny, cena 10 600 zł do uzgodnienia, tel. 884 - 235 - 229

(o/b)

Sprzedam Renault Clio III, (2011), 1.5 DCI, 90 KM, przebieg 69 400 km, bogate wyposażenie, auto użytkowane przez kobietę, cena 17 000 zł do uzgodnienia, tel. 601 - 851 - 084

(o/b)

Sprzedam Audi A3, (1999), 1.9 TDI, ekonomiczny, przebieg 320 000 km, cena 5 000 zł, tel. 733 - 606 - 669

(o/b)

Sprzedam Volkswagen Golf, (1995), 75 KM, przebieg 295 000 km, bogate wyposażenie, opłaty aktualne, auto użytkowane na co dzień, cena 2 300 zł, tel. 512 - 576 - 250

(o/b)

Sprzedam Renault Master, (2001), 2.8 izoterma, aktualne OC i przegląd, cena 3 800 zł, tel. 537 - 061 - 488

(o/b)

Sprzedam Opel Astra, (1993), 2.4 benzyna, wymieniony rozrząd, olej, aktualne ubezpieczenie i przegląd, stan idealny, oszczędny, cena 1 900 zł, tel. 537 - 061 - 488

(o/b)

Sprzedam przyczepkę samochodową, cena 2 300 zł, tel. 507 - 144 - 467

(o/b)

Sprzedam Opel Zafira, (2001), benzyna + gaz, cena 8 500 zł, tel. 507 - 144 - 467

(o/b)

Sprzedam BMW 525, (1999), 2.5 diesel, w ciągłej eksploatacji, stan dobry, cena 3 500 zł, tel. 515 - 839 - 384

(o/b)

KUPON

BEZPŁATNE OGŁOSZENIE DLA ZMOTORYZOWANYCH

Treść ogłoszenia do 15 słów:

Warunkiem ukazania się ogłoszenia jest podanie ceny pojazdu!

Imię i nazwisko ogłaszającego:

Adres:

Tel.:

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

Czytelny podpis:

Kupon wysyłamy na adres: **Kontakty, Al. Legionów 7, 18-400 Łomża**

Wydawnictwo „Kontakty” informuje, że dane ogłaszających, będą wykorzystane wyłącznie w celu wykonania zlecenia publikacji ogłoszenia oraz sprawozdawczości finansowej. Nie są udostępniane osobom trzecim.

OGŁOSZENIA BEZPŁATNE ROLNICZE

Sprzedam prasę kostkującą Sipma Z-224/1, stan bardzo dobry, cały czas garażowana, cena 12 000 zł, tel. 518 – 617 – 931

(o/b)

Sprzedam siewnik zbożowy Amazon D-4, szerokość 2,50 m, na docisku sprężynowym, stan idealny, cena 2 700 zł do uzgodnienia, tel. 508 – 599 – 988

(o/b)

Sprzedam kosiarkę rotacyjną Słupsk, cena 1 500 zł, tel. 508 – 930 – 743

(o/b)

Sprzedam sadzarkę, polska, czerwona, kubatkowa, cena 1 200 zł, tel. 508 – 930 – 743

(o/b)

Sprzedam tur do ciągnika C-360, cena 2 500 zł, tel. 667 – 961 – 331

(o/b)

Sprzedam siewnik Poznaniak, konny, przerobiony, cena 600 zł, tel. 609 – 320 – 169

(o/b)

Sprzedam owijkę Metal Fach, (2012), samozaładowcza, przedni załadunek, stan bardzo dobry, cena 19 000 zł, tel. 690 – 656 – 353

(o/b)

Sprzedam zbiornik do mleka Alfa Laval, samomyjący, stan bardzo dobry, cena 10 000 zł, tel. 661 – 737 – 639

(o/b)

Sprzedam kombajn ziemniaczany Anna, (1990), stan dobry, cena 7 800 zł, tel. 505 – 088 – 144

(o/b)

Sprzedam ciągnik C-360, (1980), stan bardzo dobry, opony tył 100%, cena 12 800 zł, tel. 505 – 088 – 144

(o/b)

Sprzedam kombajn zbożowy Bizon Z-056 z kabiną, (1993), na szerokich kołach, mało używany, cena 35 000 zł do uzgodnienia, tel. 663 – 961 – 026

(o/b)

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

(o/b)

Sprzedam kopaczkę ciągnikową, cena 900 zł, tel. 605 – 144 – 285

(o/b)

Sprzedam talerzówkę 16 talerzy, cena 900 zł, tel. 605 – 144 – 285

(o/b)

Sprzedam kombajn ziemniaczany Anna Z-644, (1990), w oryginale, cena 9 500 zł, tel. 608 – 679 – 830

(o/b)

Sprzedam prasę belującą RP-12, karbowane wałki, w oryginale, zamki, komory, cena 11 900 zł, tel. 608 – 679 – 830

(o/b)

Sprzedam rozrzutnik 2-osiowy, (1990), w oryginale, mało używany, cena 5 800 zł, tel. 663 – 723 – 655

(o/b)

Sprzedam prasę kostkującą Sipma, (1990), oryginał, cena 8 000 zł, tel. 663 – 723 – 655

(o/b)

Sprzedam ładowacz Cyklop, (1989), cena 4 500 zł, tel. 666 – 528 – 681

(o/b)

Sprzedam opryskiwacz, 400 litrów, stan bardzo dobry, cena 1 800 zł, tel. 516 – 535 – 747

(o/b)

Sprzedam siewnik do nawozów Kuhn, pojemność 600 litrów, stan bardzo dobry, cena 3 000 zł, tel. 516 – 535 – 747

(o/b)

Sprzedam siewnik Poznaniak, (1987), docisk sprężynowy, plastikowe lejki, oryginał, cena 2 400 zł, tel. 517 – 353 – 229

(o/b)

Sprzedam przyczepę samozbierającą Jugosłowianka, stan bardzo dobry, cena 2 900 zł, tel. 517 – 353 – 229

(o/b)

Sprzedam kosiarkę rotacyjną, polska, stan dobry, cena 1 500 zł, tel. 698 – 428 – 143

(o/b)

Sprzedam młynek bijakowy do zboża, 11 KW, na jednej stopie, stan bardzo dobry, cena 1 900 zł, tel. 698 – 428 – 143

(o/b)

Sprzedam ciągnik New Holland, (2001), 135 KM, nowe opony, stan bardzo dobry, ładowacz, cena 80 000 zł, tel. 608 – 511 – 154

(o/b)

Sprzedam kosiarkę dyskową Kuhn, (2004), centralne zawieszenie, szerokość 2,80 m, stan dobry, cena 8 500 zł, tel. 608 – 511 – 154

(o/b)

Sprzedam prasę belującą Metal Fach, (2006), stan bardzo dobry, cena 20 000 zł, tel. 573 – 094 – 934

(o/b)

Sprzedam siewnik do nawozów Motyl, stan bardzo dobry, cena 1 200 zł, tel. 660 – 529 – 185

(o/b)

Sprzedam owijkę do bel Zawady, (2010), z silnikiem, cena 5 500 zł, tel. 660 – 529 – 185

(o/b)

Sprzedam kosiarkę rotacyjną, polska, cena 600 zł, tel. 664 – 883 – 202

(o/b)

Sprzedam agregat talerzowy Bury, cena 11 000 zł, tel. 604 – 398 – 165

(o/b)

Sprzedam zbiornik do mleka De Laval, 2 600 litrów, odzysk ciepłej wody, cena 14 000 zł, tel. 604 – 398 – 165

(o/b)

Sprzedam siano w belach, I pokos, cena 85 zł, tel. 516 – 068 – 828

(o/b)

Sprzedam sianokiszonkę w belach, I pokos, cena 100 zł, tel. 516 – 068 – 828

(o/b)

Sprzedam spawarkę EPW 250, cena 1 800 zł, tel. (86) 271 – 38 – 53

(o/b)

Sprzedam gwintownicę do gwintowania rur, cena 200 zł, tel. (86) 271 – 38 – 53

(o/b)

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

(o/b)

Sprzedam przewracarkę karuzelową Fella, 3,60 m, stan dobry, cena 4 500 zł, tel. 515 – 969 – 513

(o/b)

Sprzedam pługi Unia Grudziądz, 4-skiłowe, cena 1 100 zł, tel. 724 – 254 – 357

(o/b)

Sprzedam siano suche w belach, 60 sztuk, cena 80 zł za sztukę, tel. 507 – 114 – 999

(o/b)

Sprzedam glebogryzarkę Corrado, szerokość 2,10 m, stan bardzo dobry, cena 4 600 zł, tel. 515 – 969 – 513

(o/b)

Sprzedam kombajn ziemniaczany Bolko, (1992), mało używany, cena 8 000 zł, tel. 609 – 320 – 169

(o/b)

Sprzedam zbiornik do mleka Alfa Laval, 1 650 litrów, samomyjący, stan bardzo dobry, cena 10 000 zł, tel. 661 – 737 – 639

(o/b)

Sprzedam ciągnik T-25 Władimirec, (1988), nowe opony, cena 9 500 zł, tel. 609 – 966 – 232

(o/b)

Sprzedam ciągnik C-330 z kabiną, (1980), opony 90%, w oryginale, zarejestrowany, ale bez prawa przerejestrowania, stan bardzo dobry, cena 11 500 zł, tel. 609 – 966 – 232

(o/b)

KUPON

BEZPŁATNE OGŁOSZENIE ROLNICZE

Treść ogłoszenia do 15 słów:

Warunkiem ukazania się ogłoszenia jest podanie ceny!

Imię i nazwisko ogłaszającego:

Adres:

Tel.:

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

Czytelny podpis:

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

ŁOMŻYŃSKA SPÓŁDZIELNIA MIESZKANIOWA W ŁOMŻY

ogłasza przetarg nieograniczony i zaprasza zainteresowane firmy do składania ofert na wykonanie robót budowlanych obejmujących swoim zakresem:

- Rozbudowę o pięć wiatrołapów, docieplenie i remont wraz z kolorystyką elewacji ścian szczytowych i ściany od strony wiatrołapów oraz roboty towarzyszące na budynku mieszkalnym wielorodzinnym przy ul. J. Bema 5 w Łomży.

Termin składania ofert – do 12.03.2019 r. do godz. 10⁰⁰.

Oferty należy składać w siedzibie Łomżyńskiej Spółdzielni Mieszkaniowej w Łomży – Al. Legionów 7 B, w sekretariacie (pokój nr 1), w zaklejonych kopertach z napisem: „Przetarg nr 3/2019. Nie otwierać przed terminem otwarcia ofert”. Specyfikację istotnych warunków zamówienia zainteresowani oferenci mogą pobrać ze strony internetowej ŁSM: www.lsm.lomza.pl

Otwarcie ofert przez komisję przetargową nastąpi w dniu 12.03.2019 r. o godz. 10¹⁵ w siedzibie Spółdzielni, pokój nr 10 (świetlica). Bliższych informacji udziela: Emilia Korytkowska tel. 86 215 26 65 – roboty budowlane i Zbigniew Mieczkowski tel. 86 215 26 77 – roboty elektryczne.

Chcesz zamieścić reklamę w „Kontaktach”?

Zadzwoń, nasi przedstawiciele
pomogą, doradzą:

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

Kom. 506-448-884

redakcja@kontakty-tygodnik.com.pl

Wszystkie reklamy zamieszczamy bez dodatkowej opłaty
na naszej stronie

www.kontakty-tygodnik.com.pl



TAXI 19-191

RADIO MPT

TAXI POLSKA 19 100

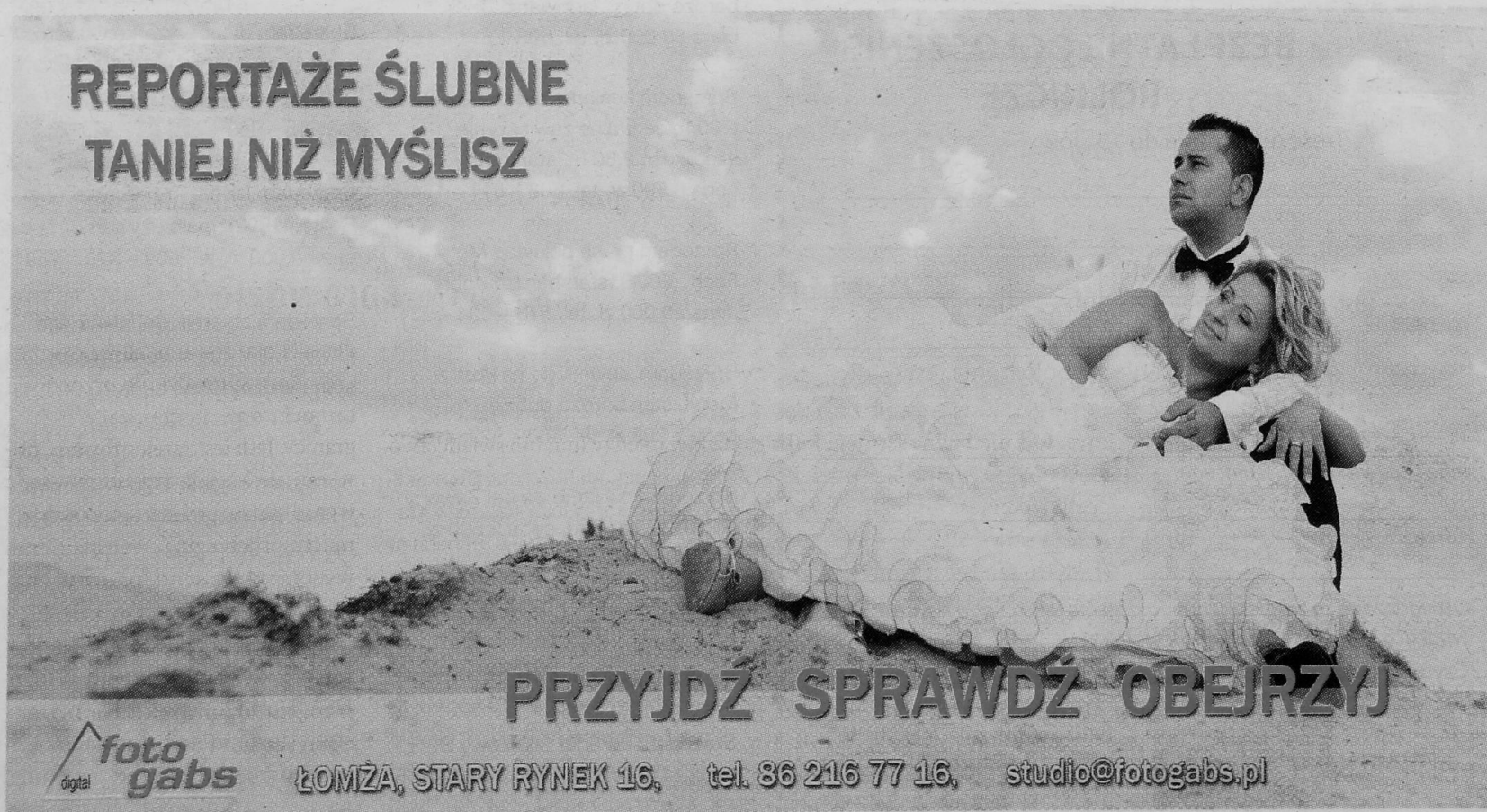
Najlepsze korporacje w Polsce zjednoczone dla Twojego bezpieczeństwa

www.taxi.lomza.pl ☎ 86 216 32 86

OGŁOSZENIE WÓJT GMINY PIĄTNICA

działając zgodnie z art. 34 i art. 35 ustawy z dnia 21 sierpnia 1997 r. o gospodarce nieruchomościami (Dz. U. z 2018 r. poz. 121 z późn. zm.) informuje, że w siedzibie Urzędu Gminy Piątnica, 18-421 Piątnica Poduchowna ul. Stawiskowska 53 w dniu 23 stycznia 2019 r. został wywieszony wykaz nieruchomości, stanowiących własność Gminy Piątnica, przeznaczonych do sprzedaży w 2019 roku.

REPORTAŻE ŚLUBNE TANIEJ NIŻ MYŚLISZ



PRZYJDŹ SPRAWDŹ OBEJRZYJ

foto
gabs

ŁOMŻA, STARY RYNEK 16,

tel. 86 216 77 16,

studio@fotogabs.pl



Kradzież paliwa w WORD

O kradzieży paliwa powiadomił wiosną 2018 roku Prokuraturę Rejonową ówczesny dyrektor Wojewódzkiego Ośrodka Ruchu Drogowego w Łomży Cezary Kisiel. Z dokumentów wynikało, że niezależnie, czy egzamin z jazdy kończył się po 15 minutach, czy po 40, samochód egzaminacyjny miał takie samo zużycie paliwa. Z analizy dokumentów wynikało, że w latach 2015–2018 WORD stracił ponad 100 tys. zł. Po kilku miesiącach Prokuratura Rejonowa umorzyła dochodzenie nie dopatrując się „czynu zabronionego”. Inaczej te same dowody zinterpretował Sąd Rejonowy po rozpatrzeniu zażalenia odwołanego niedawno dyrektora Kisiele i nakazał Prokuraturze ponowne zajęcie się sprawą. Sędzia Michał Gąsiewski w uzasadnieniu stwierdził, że „nawet laik zauważy przywłaszczenie, patrząc na zestawienie zakupów i przejechanych przez egzaminacyjne samochody kilometrów przed zwolnieniem (podejrzewanego pracownika – przyp. red) i po tym fakcie”.

Na miejscu zginęli kierowcy tych busów, które zderzyły się czołowo w okolicy wsi Jabłonka Kościelna na trasie Zambrów – Wysokie Mazowieckie. Pasażer jednego z nich został ranny. Fot. policja.

Uratowali z pożaru

Posterunkowy Adam Nietupski i podkomisarz Hubert Kulesza, policjanci z Komendy Powiatowej Policji w Grajewie, którzy 31 stycznia uratowali czterech ludzi z płonącego budynku, w poniedziałek, 25 lutego, otrzymali listy gratulacyjne i nagrody finansowe od MSWiA.

Jechał „na „haju”

Pod wpływem narkotyków jechał kierowca (28 lat) opla, któ-

rego do kontroli zatrzymali kolnieńscy policjanci za przekroczenie prędkości o 28 km/h. W samochodzie znaleźli 13 g marihuany i 5 g amfetaminy. Narkotyki miał przy sobie także jadący z nim kolega (18 lat). Obaj trafili do policyjnego aresztu.

14 punktów w 10 minut!

14 punktów karnych „zarobił” kierowca (28 lat) z powiatu białostockiego w niespełna 10 minut. Najpierw został zatrzymany ok. 2 kilometry przed Łomżą za

przekroczenie prędkości o 29 kilometrów, chwilę później o 51 kilometrów w Łomży. To efekt kaskadowego pomiaru prędkości tego dnia w całym powiecie. W sumie otrzymał za to 14 punktów karnych, dwa mandaty i stracił prawo jazdy.

Barbarzyńca na osiedlu

Kilka samochodów uszkodził w nocy na ul. Sybiraków w Łomży nieznany na razie barbarzyńca (lub barbarzyńcy). Miały wybite szyby, uszkodzone lusterka, porysowaną karoserię. Uszkodzone zostały także drzwi w pobliskim sklepie.

Zdradliwa ślıiskość

Choć mrozy i śnieg za nami, trzeba zdawać sobie sprawę, że w nocy, nad ranem, w lesie lub na mostkach może nas nagle zaskoczyć ślıiska jezdnia. Tak stało się na trasie Łomża – Ostrołęka. Najpierw nad ranem do rowu wpadł tir, potem tego samego dnia pod Miastkowem wyładowała w nim osobówka. Na szczęście, obu kierowcom nic się nie stało.

Inni kierowcy, jadący tą trasą mówili, że miejscami na jezdni było jak na lodowsku.

Tego mercedesa, rocznik 2019 (!), skradzionego z niemieckiej wypożyczalni 21 lutego odzyskała Straż Graniczna w Augustowie. Jest wart 250 tys. zł. Podróżował nim obywatel Łotwy. Został zatrzymany.



Kupujesz samochód? Jak go sprawdzić?

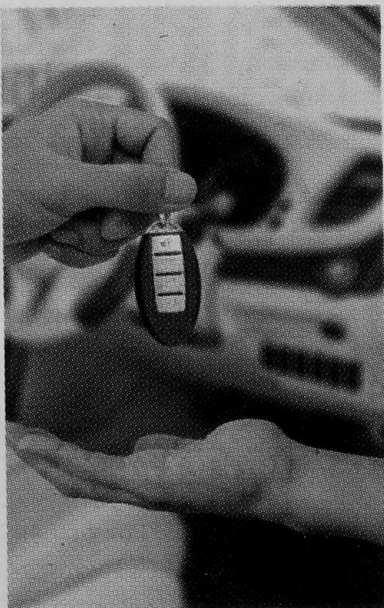
Każdego roku do Polski przyjeżdża około miliona samochodów używanych. Do tego dochodzą krajowe. Od niedawna istnieje kilka sposobów na sprawdzenie ich historii. Jeden jest bezpłatny i warto z niego skorzystać.

Po wpisaniu w wyszukiwarkę internetową hasła „sprawdź historię samochodu”, wyświetlą się dziesiątki rozmaitych stron. Zdecydowana większość z nich wymaga opłaty nawet kilkudziesięciu złotych za pełne dane. Niestety, znaczna część to zwykli naciągacze. Dlatego naj-

lepsza na sprawdzenie przeszłości auta jest rządowa strona www.historiapojazdu.gov.pl. Znajdziemy na niej między innymi: świadectwo homologacji, datę wydania aktualnego dowodu rejestracyjnego, datę wydania karty pojazdu, ostatni zarejestrowany stan licznika, rok produkcji, numer VIN, informacje o zmianie właściciela, przeprowadzonych przeglądach i kilometrażu, ważności polisy OC oraz wpisie w zastawach rejestrowych. I, co niezwykle ważne, czy nie jest oznaczone jako kradzione. Centralna Ewi-

dencja Pojazdów umożliwia również częściowe sprawdzenie przeszłości samochodów, pochodzących z zagranicy. Jeśli jest zarejestrowany, dowiemy się o kradzieży, złomowaniu, wypadkach w przeszłości, uszkodzeniach, przebiegu, ewentualnemu wycofaniu z ruchu, pracy w charakterze taksówki.

Na razie są to dane z 21 krajów, między innymi z Francji, Włoch, USA, Holandii, Szwecji. Nie ma, niestety, dostępu do informacji o samochodach z Niemiec, a stamtąd na naszym rynku jest ich najwięcej.



Poradnia psychologa

Nie jestem nikomu potrzebna

Mam 57 lat i za sobą nieudane życie. Czuję się bardzo samotna, choć mam dzieci i jeszcze mieszka ze mną siedemnastoletnia córka. Ona jest najgorsza, a ja nie wiem, jak do niej dotrzeć. Żle wychowałam swoje dzieci. Byłam nadopiekuńcza i to był mój błąd. Czasami mam ochotę uciec z domu, wyjechać gdzieś, zostawić wszystko, ale wiem, że to nie jest dobre rozwiązanie. Przegrałam. Nie jestem nikomu potrzebna, a najmłodsza córka mną rządzi. Co mam robić?

Ewa

Opisuje Pani totalną klęskę życiową. Jeśli tak podsumowuje Pani swoje życie, to oczywiście będzie się Pani źle czuć. Być może faktycznie los Pani nie sprzyjał i doznała Pani klęsk w swoim życiu. To dotyka wielu ludzi. Z pewnością jednak wiele się też udało. Styl myślenia, w którym na pierwszy plan wysuwają się jedynie porażki i klęski życiowe wskazuje na przeżywanie depresji o podłożu psychogennym. A to podpowiada konieczność psychoterapii.

Osobny problem, to konflikt z córką. Rozumiem, że ma Pani poczucie krzywdy, związane z tym, jak dziecko Panią traktuje i jednocześnie czuje się za to odpowiedzialna albo raczej winna temu. Relacje rodzice – dzieci często są szorstkie, zwłaszcza w okresie dojrzewania i ten okres trzeba umieć



przetrwąć w miarę przy zdrowych zmysłach, zachowując pogodę ducha. Jeśli czuje Pani, że zrobiła błędy wychowawcze albo że obecnie robi jakieś błędy wychowawcze, najlepiej się do tego przed sobą przyznać. Poszukać wsparcia i metod naprawienia błędów oraz uniknięcia ich w przyszłości. Tu potrzebna byłaby rada specjalisty. Wychowanie to trudna sztuka i gdy się nie udaje, trzeba szukać pomocy u psychologa w Poradni Psychologiczno-Pedagogicznej. Obwinianie się niewiele zmieni na lepsze.

Zastanawiam się także nad Pani otoczeniem społecznym. Poczucie winy, depresyjne myślenie, poczucie klęski życiowej, samotność, kłopoty rodzinne, to problemy, które aż proszą się o „wygadanie”. Czy Pani ma bliskich, z którymi może się Pani podzielić swoimi troskami? Poszukać u nich wsparcia, pocieszenia, ulgi, choćby chwilowej? Jeśli nie, to kolejna sugestia, że wizyta u psychologa jest bardzo wskazana.

Dr Marcin Florkowski
psycholog



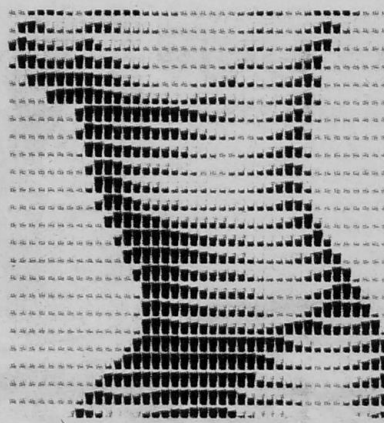
Przysmak podlaski

Dorsz pod pierzynką

Składniki:

- 4 filety z dorsza
- 1/2 kostki masła
- 2 ząbki czosnku
- po 1/4 pęczka natki bazylii i kopierku
- 7 łyżek bułki tartej
- sok i skórka z 1 cytryny
- 2 łyżki tartego parmezanu
- 2 łyżki oliwy
- 3 łyżki mielonych migdałów
- sól, pieprz

Filety z dorsza opłucz, wytrzyj do sucha. Każdy przekrój na pół. Przelóż do miseczki, oprószyć solą i pieprzem, na koniec skrop sokiem z cytryny. Przykryj i odstaw na 20 minut. Bazylię i koperek posiekaj. Połącz z masłem oraz czosnkiem przeciśniętym przez praskę. Masę przypraw do smaku solą oraz pieprzem. Tartą bułkę wysyp do miseczki. Dodaj skórkę cytrynową, mielone migdały oraz starty parmezan. Dolej oliwę. Wszystkie składniki dokładnie wymieszaj. Żaroodporną formę posmaruj masłem. Ułóż w niej porcje ryby. Na każdym kawałku rozsmaruj trochę masła ziołowego. Posyp przygotowaną wcześniej posypką. Wstaw do piekarnika rozgrzanego do temperatury 190 st. C. Piecz przez 25 – 30 minut.



Pytanie intymne

Jestem w stałym związku 9 lat. Mamy dziecko, mieszkanie, pracę. Powinnam być zadowolona, a nie jestem. Nie dopadamy do siebie tak, jak kiedyś. Nie mam ochoty na seks, bo nie czerpię z niego dawnej radości. Często jest mi niejako, ale udaję, że jest mi dobrze. I to oszukiwanie też mnie męczy. Mąż zauważył zmianę i pytał, czy jest ktoś inny w moim życiu. Nie mam innego mężczyzny, ale życie straciło kolory, a ja nie wiem dlaczego. Co robić?

Lena

Najczęściej przyczyną zmniejszenia ochoty na seks są zaburzone relacje uczuciowe między parą. Nie powstają z dnia na dzień,

tylko narastają stopniowo. Zostawiają niechęć, żal, który nie został wypowiedziany.

Może też już nie poświęćcie sobie tyle czasu, co kiedyś, przestaliście ze sobą szczerze rozmawiać?

Poza tym, naturalną sprawą jest, że po kilku latach bycia ze sobą maleje siła pożądania. Między młodymi uczucie iskrzy. Później o utrzymanie wysokiej temperatury w łóżku należy zadbać. Inaczej pojawia się nuda. Żeby do tego nie dopuścić, współżycie należy urozmaicać zmianami pozycji, miejsca (nie zawsze musi być w łóżku, a na przykład od czasu do czasu w samochodzie), nocnego ubioru (wiecznie w tym samym szlafroku lub pidżamie nie wygląda się pociągająco). Pomysłów na ożywienie seksu może być naprawdę wiele. Można zacząć od tego, by sobie wzajemnie powiedzieć o czym się w skrytości marzy i fantazuje.



Lekarz domowy

Wieczorem mam problemu z szybkim zaśnięciem, a w dzień padam na nos. Mam 22 lata i raczej jestem zdrowy. Co jest przyczyną moich problemów?

Bartek

Na zaburzenia snu cierpi już prawie połowa Polaków, pod tym względem należymy już do światowej czołówki. Starsi mają problemy ze snem, spowodowane chorobami. Natomiast przyczyną zaburzeń u młodych jest brak dbałości o siebie. Często w nocy przesiadują długo przed komputerem, czyli funkcjonują tak, jakby pracowali

Pod paragrafem

Zostałam z rozpoczętym remontem domu. Fachowiec, z którym się umawiałam zapewniał, że ma wykwalifikowaną brygadę. Okazało się, że jego brygada to przypadkowi ludzie. Więcej zniszczyli, niż zbudowali i przepadła zaliczka. Jak ustrzec się przed nieuczciwym fachowcem?

Joanna

Najbezpieczniej zawrzeć pisem-

na zmianę. W dzień są zmęczeni i senni. Ratuja się kawą lub napojami energetycznymi, ale organizmu się nie oszuka. Potrzebuje sześć, siedem godzin snu na dobę. Sen nocny jest wręcz niezbędny do życia. Jeśli jest kłopot z zaśnięciem, najpierw należy wyeliminować zachowania, które mogą to powodować. Można zastosować herbatkę z melisy, lawendy, kozłka lekarskiego. Unikać tabletek nasennych, ponieważ często uzależniają i potem bez nich się nie zasypia. Kiedy już pojawia się tak zwany lęk przed bezsennością, konieczne trzeba skontaktować się z lekarzem.

ną umowę. W umowie określić termin realizacji, cenę i formę płatności. Można dla bezpieczeństwa zapisać zakaz zlecenia prac podwykonawcom. Warto zastrzec kary umowne na wypadek niedotrzymania terminów. Umowa może także zawierać warunek o wstrzymaniu się z płatnością części wynagrodzenia do dnia, w którym obie strony podpiszą protokół bezusterkowego odbioru całości remontu.

Co mówią Twoje marzenia o domu?



Leśniczówka: ludzie myślą o Tobie, że jesteś samotnikiem, ale tak nie jest. Ty tylko nie lubisz wielkiego gwaru i tłoku. W towarzystwie zachowujesz rezerwę. Ale zawsze jesteś blisko tam, gdzie ktoś potrzebuje pomocy, można na Ciebie liczyć, dotrzymujesz danego słowa, choćbyś miał na tym stracić.

Siedlisko z ogrodem: żyjesz w tempie, ciągle na wysokich obrotach. Cele, które stawiasz przed sobą dość często zmieniasz pod wpływem innych. Brak Ci pewności siebie i siły przebicia. Gdy jesteś w swoim „ogrodzie” i analizujesz niepowodzenia, chcesz się zmienić. Ale... trudno Ci to wychodzi. Jesteś towarzyski i tryskasz optymizmem.

Mieszkanie w bloku: mało w Tobie odwagi i śmiałości, a marzenia rzadko przekraczają realistyczne możliwości. Trzeba więcej od siebie wymagać i sięgać wyżej. Jesteś serdeczny, masz wielu przyjaciół, na których zawsze możesz liczyć. Korzystaj z ich rad.

Chata nad jeziorem: nie cierpisz pedanterii, lubisz spokój, kochasz naturę. Nie masz wielu przyjaciół, bo ludzi traktujesz z dystansem. Trudno Ci ułożyć harmonijne życie. Ale, gdy się do kogoś zbliżysz, zaufasz mu bezgranicznie i będziecie razem dostrzegać piękno w trawach na brzegu jeziora.

Stara willa: kochasz to, co piękne, z rezerwą traktujesz wszelkie nowości. Potrafisz narzucić swoje zdanie. Próbuj słuchać innych, bo oni też mają wiele ciekawego do powiedzenia. Nie zamykaj się w „swojej willi”, bądź otwarty na kontakty z ludźmi i czerp z nich radość i młodość.

Apartament: w Twoim życiu osobistym i zawodowym jest wszystko uporządkowane. Nie ma w nim miejsca na porzuconą na kanapie koszulkę... Pachnie nudą. Żyjesz według schematów i dlatego łatwo Cię przewidzieć. Szybko możesz być, niezależnie od metryki, życiowym starcem.



W wieku 4 lat sukcesem jest nie robienie w majtki.

W wieku 12 lat sukcesem jest posiadanie przyjaciół.

W wieku 17 lat sukcesem jest posiadanie prawa jazdy.

W wieku 35 lat sukcesem jest posiadanie pieniędzy.

W wieku 50 lat sukcesem jest posiadanie pieniędzy.

W wieku 70 lat sukcesem jest posiadanie prawa jazdy.

W wieku 75 lat sukcesem jest posiadanie przyjaciół.

W wieku 80 lat sukcesem jest nie robienie w majtki.

– Jak brzmi liczba mnoga od słowa muzyk?

– Orkiestra.

Szef życzył mi dziś rano miłego dnia. Więc poszedłem do domu.

Rozmowa telefoniczna:

– Kochanie, odwołałam dzisiaj wizytę mojej mamy, kupiłam ci

sześciopak pszenicznego piwka, na kolację będą pyszne steki, później masaż w mojej nowej białźnie i...

– Jak mocno?

– No, wgnieciony błotnik, rozbity kierunkowskaz, lusterko urwane...

Mój sąsiad stłukł lustro i strasznie się zmartwił, że czeka go siedem lat nieszczęść. Jak się okazało niepotrzebnie, bo jeszcze tego samego dnia rozjechała go ciężarówka.

– Jesteś najpiękniejszą, najbarziej uroczą i czarującą dziewczyną, jaką kiedykolwiek widziałem...

– E tam, po prostu chcesz mnie przelecieć.

– O, w dodatku jesteś bystra!

– Kochanie, co chciałabyś na urodziny?

– Rozwód!

– Nie planowałam wydawać aż tyle...

– Tato, a co to takiego prezerwatywa?

– Synku, gdybym w twoim wieku wiedział, co to jest, to byśmy dzisiaj nie rozmawiali.

Dwóch facetów łowi ryby i popija piwo. Nagle jeden mówi:

– Chyba się rozwiodę z moją żoną. Nie odzywa się do mnie od pół roku.

Drugi łyknął piwo i mówi:

– Lepiej to przemyśl? Trudno znaleźć taką kobietę.

Młody mężczyzna poznał trzy kobiety, spośród których postanowił wybrać żonę. Każdej dał 5 000 zł. Chciał sprawdzić, co każda z nich z tym zrobi. Pierwsza pobiegła do fryzjera i kupiła sobie nowe ciuchy. Przyszła i mówi, że to wszystko dla niego, bo go tak kocha. Druga kupiła mu zestaw i kilka skrzynek piwa. Dlatego, że tak kocha. Trzecia zainwestowała pieniądze, zarobiła więcej, zainwestowała znowu i znów zarobiła. I tak kilka razy. Dorobiła się majątku, przyszła i mówi, że zrobiła to dla niego, bo go tak kocha.

Po namyśle facet wybrał kobietę z większym biustem. Jaki z tego morał?

– Mężczyźni, w przeciwieństwie do kobiet, nie lecą na pieniądze!



Tu warto być

Białystok

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

■ „Zapiski oficera Armii Czerwonej”, kultowy monodram Krzysztofa Ławniczaka, od ponad 25 lat na scenie Teatru. Błyskotliwe studium mentalności „człowieka radzieckiego” według powieści Sergiusza Piaseckiego; sobota i niedziela, 2 i 3 marca, godz. 20.00.

Łomża

Miejski Dom Kultury (ul. Wojska Polskiego 3, tel. 86 216 32 26):

■ Pokaz filmów krótkometrażowych, pokłosa jednego z najstarszych w Polsce międzynarodowych festiwali kina niezależnego, Lubelskiego Festiwalu Filmowego. W programie filmy: „Bez nieba”, reż. Jianna Maarten (USA) 2017 (25 min.), „Katastrofa”, reż. Séverine De Strecker, Maxime Feyers (Belgia) 2017 (23 min.), „Ostatni dzwonek”, reż. Hajni Kis (Węgry) 2018 (27 min.); „Ani jednej linii”, reż. Víctor E.D. Somoza (Hiszpania) 2017 (17 min.); Galeria pod Arkadami (Stary Rynek), środa, 6 marca, godz. 18.00.

Teatr Lalki i Aktora (pl. Niepodległości 4, tel. 86 473 55 67):

■ Premiera spektaklu „Król Maciuś I” według opowieści Janusza Korczaka o chłopcu, który został królem, choć był jeszcze dzieckiem... Adaptacja i reżyseria: Mateusz Szemiel. Scenografia: Anna Adasiak. Muzyka: Przemysław Michalak. Wizualizacje: Anna Szalwa. Obsada: Michał Kucharski, Marek Janik, Michał Pieczatowski, Eliza Mieleśkiewicz, Daria Głowacka, Rafał Swaczyna, Beata Antoniuk, Marzanna Gawrych; sobota, 2 marca, godz. 17.00.

Filharmonia Kameralna (ul. Nowa 2, tel. 501 609 510):

■ „Pożegnanie karnawału”, koncert orkiestry Filharmonii (Centrum Kultury przy Szkołach Katolickich w Łomży, ul. Sadowa 12A) pod batutą Szymona Kawalli i z zespołem śpiewających bandurzystek „Lvivyanky” oraz Olegiem Nastyliem z Ukrainy; czwartek, 1 marca, godz. 18.30.

Piątnica

Gminny Ośrodek Kultury (ul. Szkolna 25, tel. 86 216 44 34):

■ Krzysztof Daukszewicz z programem satyrycznym „Zjedz kawioerek”. Bilety w GOK; czwartek, 7 marca, godz. 18.00.

Supraśl

Teatr Wierszalin (ul. Kościelna 4, tel. 85 710 88 45):

■ „Wziółowstąpienie”, to opowieść o krainie, w której żyją jeszcze „wiary stare”, a szeptuchy i szeptuni szepczą swoje „zamowy” ze skutkiem potężniejszym, niż gdzie indziej... Występują: Rafał Gąsowski, Dariusz Matysek, Mateusz Krzyżewski, Bartłomiej Olszewski, Monika Kwiatkowska, Sylwia Nowak, Katarzyna Wolak; piątek i sobota, 1 i 2 marca, godz. 19.00.

Repertuar kin:

■ **Relax Grajewo:** 1 – 3 marca – „Mia i biały lew”, godz. 17.00 oraz „Planeta singli 3”, godz. 19.00. **Kino MOK Zambrów:** 1 marca – „Planeta singli 2”, godz. 17.00 i 19.30; 1 – 7 marca – „Lego przygoda 2”, godz. 14.30; 2 – 7 marca – „Kobiety mafii”, godz. 16.45 i 19.30.

Termin nadsyłania wierszy: 22 marca!

Konkurs im. Jana Kulki

Otwarty XVI Ogólnopolski Konkurs Poetycki im. Jana Kulki ogłasza Miejski Dom Kultury w Łomży. Każdy twórca może złożyć dwa utwory, niepublikowane drukiem oraz nie nagradzane w innych konkursach do 22 marca 2019 (MDK, ul. Wojska Polskiego 3, 18 – 400 Łomża, z dopiskiem „Konkurs Poetycki im. Jana Kulki”).

Tematyka utworów dowolna. Jury odrębnie nagrodzi utwór o Łomży lub okolicach (może być dodat-

kowym, trzecim utworem).

Teksty (w trzech egzemplarzach), powinny być oznaczone godłem (słownym), a w dołączonej kopercie, oznaczone tym samym godłem, należy załączyć dane autora (imię, nazwisko, adres, telefon, adres e-mailowy, nota biograficzna).

Nagroda Główna wynosi 2 000 zł. Za najlepszy wiersz o tematyce łomżyńskiej, nagroda w wysokości 1 000 zł. Szczegółowe informacje, tel. 86 216 32 26.

HOROSKOP

BARAN (21 III – 20 IV): z energią patrz w przyszłość, a zobaczysz możliwość pozytywnego przełamania. Potrzeba Ci więcej cierpliwości, bo choć chcesz już teraz, od razu, czasem trzeba poczekać. To, co robisz obecnie, przyniesie rezultaty w przyszłości.

BYK (21 IV – 21 V): masz przed sobą poważny życiowy wybór, a tylko jedna droga. W Twoim partnerze coś Cię będzie denerwować, możliwe są niesnaski, nawet awantury i czasowe rozstanie.

BLIŻNIĘTA

(22 V – 20 VI):

coś nie do końca pójdzie po Twojej myśli. Nie wiń za to okoliczności ani innych, ale opóźnienie w dociarciu do celu, to jednak Twoja „zasługa”. Jeśli uda Ci się ponownie zmobilizować siły, w krótkim czasie doprowadzisz sprawę do końca. W uczuciach jakby na dystans, najlepiej sprawdź, co się dzieje, czy to jakaś sprawa związana z nim, czy z Tobą.

RAK (21 VI – 22 VII): nie możesz zebrać myśli i dlatego nic Ci nie idzie. Wyjedź gdzieś choćby na krótko, pójdź do kina lub znajdź kilka godzin na nadrobienie zaległości książkowych. Zmniejsz wydatki. W miłości dość trudny okres, bo zmiany mogą przyjść zniemacka i nie wiadomo, co będzie.

LEW (23 VII – 22 VIII): więcej otwartości na wszystko, co się pojawia, w elastyczny sposób dostosowuj się do ludzi, których spotykasz i do nowych sytuacji. Bardziej współpracuj, a mniej walcz. Jakies plany w pracy albo w biznesie będą wymagały przekształcenia.

PANNA (23 VIII – 22 IX): będziesz urządzać się w nowym, coś przemeblowywać, zmieniać. Jeśli „odświeżysz” się, poznasz, co to radość. Nie powinno być kłopotów, więc skupisz się na życiu wewnętrznym, sprawach emocjonalnych i miłości.

WAGA (23 IX – 23 X): nowe, ciekawe wiadomości, które zdecydujesz się zinterpretować na swój prywatny sposób. Coś nie pójdzie po Twojej myśli, po czasie powiesz sobie, że to może i lepiej. Spędź więcej czasu choćby na rozmowach z kimś bliskim.

SKORPION (24 X – 21 XI): dobry moment na uwolnienie się od stereotypów, jak i schematów myślenia i działania, a nawet przełamywania tabu. Nie są Ci one do niczego potrzebne, a tylko blokują wiele życiowych możliwości. Obudź w sobie dawną ciekawość!

STRZELEC

(22 XI – 21 XII):

nie daj się zgnieść przez złych ludzi, pielęgnuj wrażliwą, emocjonalną część swojej osobowości. Wiele zdziałasz przez dobro i skupianie się na głosie serca. Wybierając znajomych, pracę lub rozrywkę, patrz na to, co Cię ciekawi, intryguje, pociąga.

KOZIOROŻEC (22 XII – 19 I): zastanów się, o co walczysz, czy stawka nie jest za wysoka i dlatego Ci nie wychodzą pierwotne plany. Za dużo w Tobie niecierpliwości, najlepiej ustal, czego tak naprawdę chcesz? Wycisz się, zatrzymaj potok myśli, wypocznij i dopiero zaczynaj od początku, na spokojnie, powoli, żeby nie wytracać zapału na długo przed finiszem.

WODNIK (20 I – 18 II): okres siły, zdecydowania; czas, kiedy poczujesz, że nic nie jest niemożliwe. Jeżeli w coś uwierzysz i poświęcisz wystarczająco dużo uwagi, uda Ci się w pełni to zrealizować, nie widać przeciwności. Możesz być nawet dla kogoś przykładem, wzorem do naśladowania.

RYBY (19 II – 20 III): wkrótce zakończy się jakaś sprawa w Twoim życiu, która Ci dużo krwi napisała i wystarczająco Cię wyczerpała. Poczujesz, że to już dość, nie ma na co czekać, tylko trzeba działać. Jeśli chodzi o miłość, za bardzo boisz się gniewu albo odrzucenia i nie jesteś zupełnie sobą.

Trzeba mieć w sobie głód

„Moja droga nie była łatwa, ale miałem w sobie głód, że się uda. Wszyscy widzą końcowy efekt, czołówkę sportowców, która bardzo dobrze zarabia. Jestem tutaj, żeby wam, młodym ludziom przekazać, żebyście mieli w sobie ten głód i chcieli coś osiągnąć”, dopinguował przyszłych mistrzów, dziś uczniów Liceum Mistrzostwa Sportowego w Łomży prowadzonego przez Państwową Wyższą Szkołę Informatyki i Przedsiębiorczości, utytułowany bokser wagi ciężkiej Adam Kownacki.

Mówił o sobie, młodym chłopaku z lekką otyłością z Konarzyc pod Łomżą, który wyjechał w dzieciństwie z rodzicami do USA, a gdy dorósł, zarabiał „na bramkach”. Mieszkał z żoną w małym pokoju u rodziców, a po kontuzji przez trzy lata walczył o odzyskanie formy. Opowiedział o swoim wielkim marzeniu: zostać pierwszym polskim mistrzem świata wagi ciężkiej. Po efektownych zwycięstwach nad Charlesem Martinem i Geraldem Washingtonem „Baby Face”, czyli jak

Przed Adamem Kownackim dwa wielkie wyzwania: bokerski pas mistrza świata wagi ciężkiej i ojcostwo



Adam Kownacki z uczniami Liceum Mistrzostwa Sportowego w Łomży

go nazywają w Ameryce i mediach, jest coraz bliżej wyznaczonego celu.

Uczennica Liceum i młoda bokserka Łucja Kulesza, słuchała wy-

powiedzi Adama Kownackiego ze szczególną uwagą. Dla niej jego opowieść o drodze do sukcesu i sławy, to interesująca wskazówka.

Prezes klubu pięściarskiego BKS Tiger Łomża Zbigniew Malesszewski poznał Kownackiego osiem lat temu w USA, gdy utalentowany Polak dopiero rozpoczynał przygodę z zawodowstwem.

„Sam talent nie wystarczy, potrzebna jest ciężka praca”, komentował sportowy sukces Adama doświadczony trener.

Kownacki urodził się i wychowywał w Konarzycach do siedmiu lat. Potem z rodziną wyemigrował do Stanów Zjednoczonych. Boks trenuje od piętnastego roku życia. W Liceum Mistrzostwa Sportowego gościł po raz trzeci.

„W kształtowaniu ambicji młodych sportowców potrzebne są wzorce osobowe. Potrzebujemy ludzi z krwi i kości, którzy dzielą się swoim życiem. Pan Adam jest ciepłym i otwartym człowiekiem, mówi młodzieżowym językiem i otwarcie opowiada o swoich doświadczeniach”, mówi dyrektorka Liceum Mistrzostwa Sportowego Iwona Puciłowska. Przed Adamem Kownackim dwa wielkie wyzwania: mistrzowski pas i ojcostwo, bo w wakacje ma przyjechać na świat jego wymarzone dziecko.

JOLANTA ŚWIEŻKOWSKA

Łomżyński Laur Sportowy

Łomżyński Laur Sportowy to wyróżnienie Prezydenta Łomży za szczególne osiągnięcia w dziedzinie sportu oraz kultury fizycznej. Tydzień temu zaprezentowaliśmy nagrodzonych sportowców, drużyny i trenerów. Dziś laureatów za:

Całokształt działalności w łomżyńskim sporcie

Danuta Mackiewicz i Roman Mackiewicz – wiele lat pracowali jako nauczyciele wychowania fizycznego w Szkole Podstawowej nr 7, potem w I Liceum Ogólnokształcącym. Dla wielu pokoleń jego absolwentów będą zawsze niezapomnianymi instruktorami narciarstwa. Dziś, jako sędziowie sportowi, zawsze obecni podczas kolejnych edycji Czwartków Lekkoatletycznych.

Wiesława Zwierzyńska – niemalże całą karierę nauczycielki wychowania fizycznego związana ze Szkołą Podstawowa nr 10 w Łomży. Pokolenia uczniów zapamiętały ją jako człowieka z niezwykłą pasją. Wiele lat sędziowała podczas



łomżyńskich Czwartków Lekkoatletycznych.

Ryszard Rogiński – na ringu bokerskim w Łomży w swojej wadze nie miał równych. Był nauczycielem wf w Zespole Szkół Weterynaryjnych i Ogólnokształcących nr 7. Teraz sędzia lekkoatletyczny.

Mirosław Skawski – wychował kilka pokoleń siatkarek. Pod jego ręką UKS „Jedynka” w 2007 roku awansowała do II ligi. Pomysłodawca i organizator Memoriału im. Eugeniusza Pietrasika. W bieżącym roku obchodzi 50 lat pracy trenerskiej.

Wacław Tarnacki – ojciec łomżyńskiego tenisa stołowego. Wieleletni nauczyciel wychowania fizycznego. Trener zawodników tenisa stołowego, którzy występowali w ligowych rozgrywkach na najwyższych szczeblach. Trener

drużyny kobiet AZS PWSliP Metal-Technik Łomża (I liga).

Osiągnięcia sportowe

Olga Kalendarowa Ochal (ŁŁKS „Prefbet -Śniadowo” Łomża) – podwójna Mistrzyni Świata Wojsk w Maratonie, 3 miejsce Mistrzostw Polski na 10 000 m, 2 drużynowo MP na 10 000 m.

Piotr Łobodziński (ŁŁKS „Prefbet-Śniadowo” Łomża) – Mistrz Świata w Towerunningu (bieg po schodach), 2 miejsce w Pucharze Świata. Zwycięzca biegu na Wieżę Eiffa. Drużynowy Mistrz Polski w biegach przełajowych.

Piotr Arnista (Black Horse MMA Łomża) – 3 miejsce w Pucharze Polski, 3 w Mistrzostwach Polski Centralnej.

Patryk Surdyn (Black Horse MMA Łomża) – tytuł mistrzowski federacji Armia Fight Night, zwycięstwo w 3 walkach zawodowych, 3 pozycja w rankingu TOP 10 kategorii 61 kg w kraju.

Damian Zorczykowski (Fight Club Łomża) – sukcesy w MMA.



Turniej szachowy w Szczuczynie

W Otwartym Turnieju Szachowym o Puchar Burmistrza Szczuczyna zagrało 18 szachistów. Wśród dzieci do lat 12 zwyciężył Rafał Szmigiel z Wierzbowa przed Michałem Dziadziakiem z Grajewa (II miejsce) i Grzegorzem Przybysem również z Grajewa (III miejsce). W kategorii młodzieżowej (13 -18 lat) wygrał Sebastian Rydzewski ze Skaj. II i III miejsca zajęły siostry Wioleta i Karolina Szczubełek z Sulewaka-Kownat. Z dorosłych triumfował Wojciech Kaczyński ze Szczuczyna przed Mariuszem Rogalskim z Grajewa (II miejsce) i Jerzym Karwowskim ze Szczuczyna (III miejsce).

Co Robimy?



#1 Social Media

Strategia, media plan, moderacja, analiza/performance, raportowanie

#2 Wideo

Kreacja, storytelling, produkcja, ujęcia lotnicze, livestreaming

#3 Content Marketing

Serwisy contentowe, wideo, expert copywriting

#4 Multimedia

Animacje, oprawa, projekty graficzne, VR/AR 3D, 360°

#5 Strony WWW

Landing page, portale, e-commerce

#6 Eventy

AlVeRnia Planet - Niesamowite miejsce do organizacji eventu, bezpieczeństwo, prywatność, elastyczność - od 10 do ponad 1200 osób

Wejdź na

www.eContentLab.pl

Jesteśmy agencją interaktywną, która rozumie potrzeby zarówno małych firm, jak i dużych przedsiębiorstw. Realizujemy wieloletnie strategie marketingowe oraz krótkofalowe projekty.



eContentLab