

Nauczyciele nie odpuszczają • Program TV

Tygodnik Podlaski
www.kontakty-tygodnik.com.pl

KONTAKTY

Nr 13 (18)

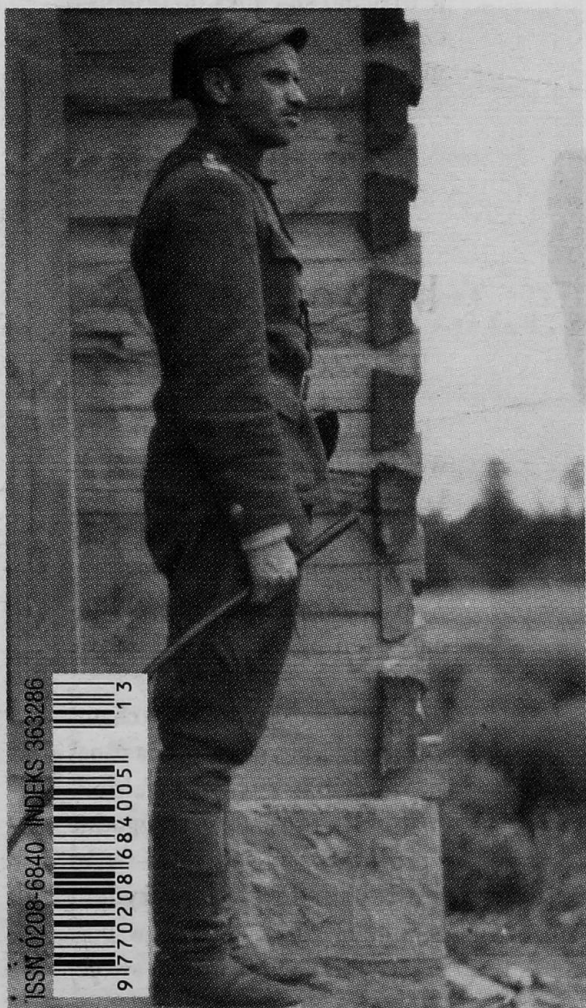
31 marca 2019

cena: 2,70 zł (z VAT 8%)



Najlepsi wśród najlepszych

Dyrektor Filharmonii Kameralnej
w Łomży Jan Miłosz Zarzycki
ze statuetką Fryderyka



ISSN 0208-6840 INDEKS 363286
9 770208 1684005 13

„Autorytet” zbrodniarza

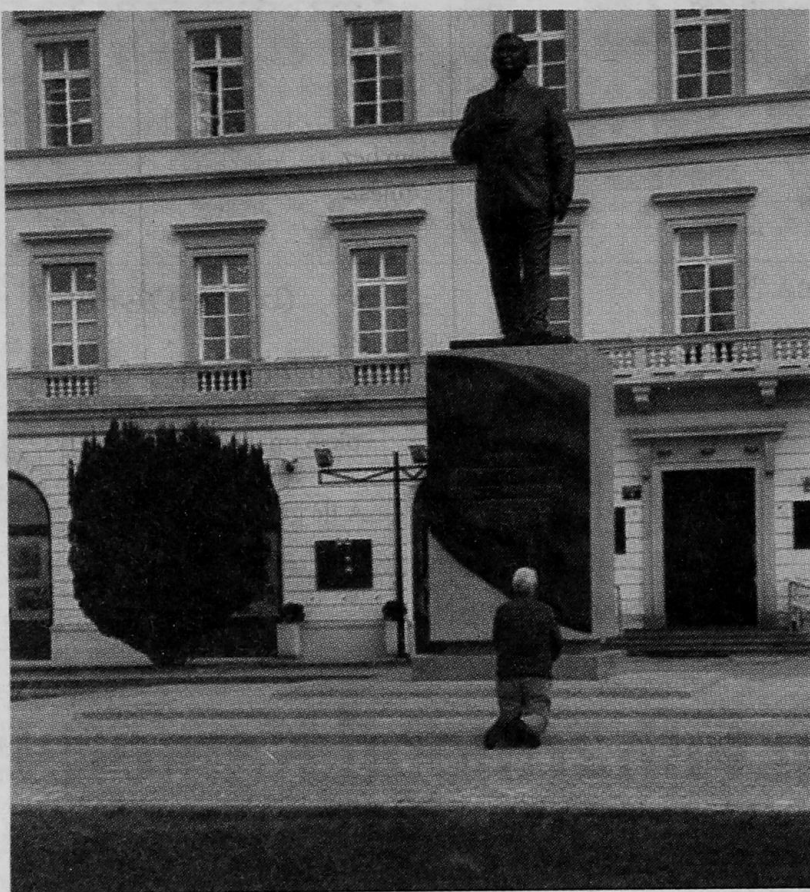
Przed kim się modlić?



Turniej Czterech Narodów



Początek
1 kwietnia
o godz.
14.00
Polska-
Turcja na
Stadionie
Miejskim
w Łomży



Przed kim się modlić?

Polemika łomżyńskiej posłanki Bernadety Krynickiej

Modlitwa w przestrzeni publicznej nie jest ani dziwna, ani zła, ani śmieszna. Problem pojawia się, gdy ktoś modli się do pomnika byłego prezydenta, a nie do posagu świętego.

Warszawska posłanka Kornelia Wróblewska zamieściła na Twitterze zdjęcie, ukazujące modlącego się mężczyznę prze pomnikiem

Lecha Kaczyńskiego w Warszawie i napisała: „Przykazanie pierwsze: >Nie będziesz miał bogów cudzych przede mną<”.

Zareagowała łomżyńska posłanka PiS Bernadeta Krynicka: „Strasznie to słabe i obce naszej polskiej kulturze sztydź z modlącego się człowieka”.

Wywiązała się polemika, gdyż Waldemar Kuczyński napisał: „Na jakiej zasadzie pani przesądza, że może rozstrzygać, co jest a co nie jest obce polskiej kulturze? Że należy do PiS, do wybranej części narodu, a co ze zdaniem reszty? Resztę, jak napisał wasz poeta Rymkiewicz „pies może j...ć”? Też uważam, że modlitwa przed LK to profanacja”.

Bernadeta Krynicka: „Rozumiem, że pańskim zdaniem sztydź z drugiego człowieka leży w polskiej naturze. Nie wiem, gdzie się pan wychowywał. Mnie w domu rodzinnym, w szkole, w kościele wpajano szacunek do drugiego człowieka. Ale pan ma najwyraźniej inne doświadczenia”.

Internauta barwpar@barwpar:

„Modlenie się do fałszywych bożków jest obce naszej kulturze.

To tak przede wszystkim. Nawet jeżeli ten ktoś modlił się do Lecha Kaczyńskiego o opamiętanie jego brata to to wciąż jest fałszywy bożek”.

Waldemar Kuczyński: „Na dodatek ten bożek, ma w bilansie 96 ofiar”.

Bernadeta Krynicka: „To chamskie i prostackie, nawet jak na pana”.

Waldemar Kuczyński: „Może chamskie i prostackie, ale zgodne z prawdą. Lech Kaczyński swym zaniechaniem „Pan prezydent nie podjął jeszcze decyzji” współprzyczynił się do śmierci swojej i 95 osób. Nie należą mu się pomniki ani Wawel, w najlepszym razie milczenie”.

Co o tym sądzą Czytelnicy „Kontaktów”? Czekamy na listy: redakcja@kontakty-tygodnik.com.pl.

REKLAMA

KREDYTY KONSOLIDACYJNE

Zadzwoń do mnie

a obniże raty
Twojego kredytu!

Raty najlepiej sptacać regularnie.
Jeśli masz ich za dużo, a Twój budżet
woła o pomoc mamy dla Ciebie rozwiązanie.



Zamień wiele rat na jedną niższą ratę.



www.multisfera.pl



Łomża, ul. Długa 1

603 818 804, 603 839 521

GRUPA ASF

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

KONTAKTY

Tygodnik Podlaski

rok założenia 1980

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

Adres:

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

Redaguje zespół:

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

Oddział w Białymstoku:

Jan 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 Lörczy, 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.

KOMENTARZ KOMENTARZ

Nauczycielu, kim ty jesteś, żeby domagać się uznania, szacunku i godziwych pieniędzy? Powiem od razu. Jesteś nieudacznikiem!

Nie potrafisz zablokować stolicy, opasać łańcuchami Sejm, nie mówiąc o paleniu opon. Przychodzisz, pomachasz flagą, hasłem bez jaj na transparencie, zaśpiewasz piosenkę i mówisz, że protestujesz. Dziecko w przedszkolu by się uśmiechało, a co dopiero śmiejąc się nieustannie nawet bez powodu twoja minister edukacji.

Poza tym nie potrafisz liczyć. Gdybyś potrafił, policzyłbyś w pamięci i wyszłoby ci, że inwestycja w ciebie jest nieopłacalna. Stopa zwrotu żadna! Bo takich jak ty jest 700 tysięcy, czyli mniej, niż rodzin z dziećmi (1 mln) i wielokrotnie mniej, niż emerytów (9 milionów). Koszt podwyżek dla was to ok. 8,5 miliardów złotych rocznie. Więcej niż 500+ na pierwsze dziecko, bo to ok. 6 miliardów i niemal tyle samo, co prezent dla emerytów: 9 miliardów.

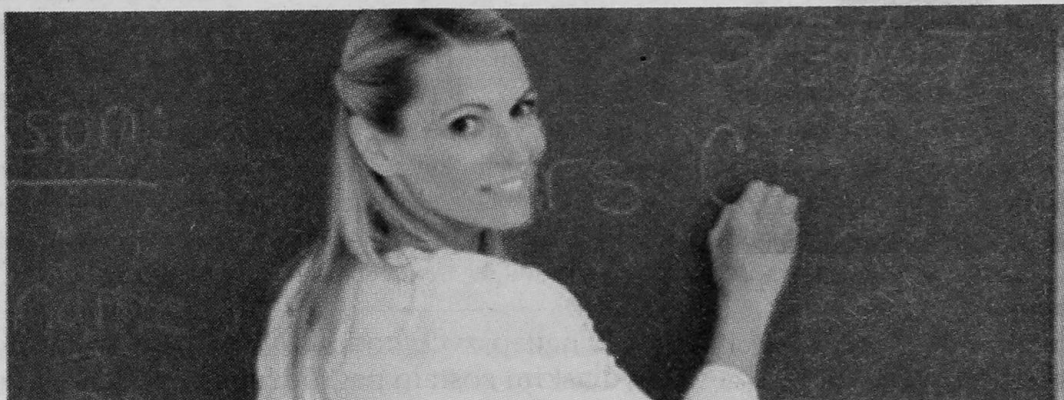
Ile głosów możecie dać władzy, gdyby była dla was łaskawa? A ile głosów za te same pieniądze mogą dać matki i emeryci? A tu wybory za wyborami.

Wszystko jasne?



Od redaktora

WŁADYSŁAW TOCKI



W Podlaskiem jest ponad 500 szkół, w ponad 410 działach ZNP. Jeżeli nie dojdzie do przełomu w negocjacjach między związkowcami a rządem, szkoły mogą stanąć 8 kwietnia

Widmo szkolnego strajku coraz bliżej

STRAJK SZKOLNY

Etapy sporu zbiorowego:

1. Składanie żądań
2. Rokowania
3. Mediacje
4. Referendum
5. Strajk

Protestujemy, bo zależy nam na przyszłości edukacji!

Z niepełnych danych wynika, że referenda strajkowe przeprowadzone zostały już w ponad 320 placówkach, z których prawie 280 zdecydowanie opowiedziało się za udziałem w strajku, informuje prezes podlaskiego okręgu ZNP Andrzej Gryguć.

Z danych z 22 marca wynika, że referenda w większości placówek oświatowych w Łomży i powiecie łomżyńskim zdecydowały o strajku, informuje prezes oddziału ZNP w Łomży Aleutyna Kołos.

Oprócz jednego z łomżyńskich zespołów szkół, w którym wyniki nie są jeszcze znane, we wszystkich pozostałych szkołach średnich nauczyciele i pracownicy opowiedzieli się za strajkiem.

Do referendum nie przystąpiła szkoła w Jarnutach, ponieważ nie ma tam związku zawodowego, a nauczyciele do ZNP zgłosili się za późno. W Szczepankowie referendum można uznać za nieważne, ponieważ nie wzięła w nim udziału wymagana liczba pracowników (minimum 50 proc.).

MYŚL TYGODNIA:

Może się zdarzyć, że komuś gnije mózg, tak jak ludziom chorym na suchoty gniją płuca. Ale nikt nie ma prawa karmić narodu zgnilizną swoich płuc lub swego mózgu. A takich jest teraz wielu

Henryk Sienkiewicz

■ Most na Bugu połączy powiaty siemiatycki i sokołowski, a tym samym województwo podlaskie i mazowieckie. Będzie miał 360 metrów długości, ale cała przeprawa 2400 metrów. Ma być gotowy na początku 2024 roku.

■ Pierwszą w Polsce operację bez usztywniania kręgosłupa u dziecka ze skoliozą przeprowadzili w Uniwersyteckim Dziecięcym Szpitalu Klinicznym w Białymstoku dr Paweł Grabala i dr Tomasz Guszczyński oraz światowej sławy chirurg kręgosłupa z USA dr Darryl Antonacci i prof. Randal Betz z Institute for Spine and Scoliosis (New Jersey). Metoda ta pozwala w 6 tygodni wrócić pacjentowi do aktywności fizycznej.

■ Prezesem Unii Metropolii Polskich został prezydent Białegostoku Tadeusz Truskolaski. Unię tworzy dwanaście największych polskich miast. Prezes Unii Metropolii Polskich zasiada w komisji wspólnej rządu i samorządu razem m.in. z ministrem spraw wewnętrznych i administracji.

■ Obornik wysypali rolnicy w proteście wobec postępowania dyrektora przed siedzibą Biebrzańskiego Parku Narodowego. Domagają się jego odwołania, gdyż uważają, że przetargi na dzierżawę łąk stawiają w lepszej sytuacji duże firmy z innych miast, niż ich. Sprzeciwiają się też wykupowi ziemi, leżącej na terenie Parku przez jego administrację.

■ Kapituła konkursu „Wójt Roku 2018”, organizowanego przez Telewizję Polską pod patronatem prezydenta Andrzeja Dudę, wyłoniła dziesięciu finalistów, wśród których znalazł się wójt Piotr Uszyński z Klukowa, jedyny z Podlaskiego.

■ Obchody 101. rocznicy proklamowania niezależnej Białoruskiej Republiki Ludowej 25 marca 1918 roku zorganizowała mniejszość białoruska. To uroczystość Białorusinów na całym świecie, nie uznawana przez władze białoruskie. Opozycja na Białorusi świętuje wtedy Dzień Wolności.

■ Sędzia Krzysztof Adamiak z Łomży od czwartku, 21 marca

jest Prezesem Sądu Apelacyjnego w Białymstoku. Karierę w sędownictwie rozpoczął w 2000 r. jako asesor w Sądzie Rejonowym w Grajewie. Następnie był sędzią Wydziału Cywilnego Sądu Rejonowego w Zambrowie, a potem jego prezesem. W Łomży był wizytatorem ds. cywilnych Sądu Okręgowego i rzecznikiem prasowym tego sądu. Stanowisko szefa białostockiej apelacji minister sprawiedliwości powierzył mu na 6 lat.

■ Dziennikarka Joanna Sikora z Radia Białystok otrzymała nagrodę w konkursie Stowarzyszenia Dziennikarzy Polskich w kategorii społecznej im. Stefana Żeromskiego za reportaż „Więzi”. Utwór opowia-

da o samotnych, schorowanych ze starości ludzi żyjących wokół nas, o trudnym losie ich rodzin, którzy w opiece nad chorym na Alzheimera, pozostają praktycznie bez wsparcia. Gratulujemy!

■ Film „Władcy Przygód. Stąd do Oblivio”, w którym wystąpili białostoccy aktorzy, a kręcony był między innymi w Białymstoku i okolicach, można już oglądać w kinach. Produkcję wsparł Urząd Miejski w Białymstoku.

■ Historię księży z archidiecezji wileńskiej, którzy w trakcie II wojny światowej ratowali Żydów, można poznać na wystawie otwartej w piątek w Białymstoku. Składają się na nią biogramy, fotografie i relacje.

■ Zginął na miejscu młody (26 lat) mieszkaniec wsi Dąbrowa-Moczydły (gm. Szepietowo). Przygniotta go ramię koparki, którą naprawiał. Strażacy wydobyli go spod maszyny, niestety, lekarz już na miejscu stwierdził zgon.

40 najlepszych hodowców bydła w województwie podlaskim zostało nagrodzonych podczas I Podlaskiej Gali Mlecznej w Podlaskim Urzędzie Wojewódzkim

Podlaska Gala Mleczna



Najlepsi hodowcy bydła z powiatu wysokomazowieckiego, nagrodzeni podczas I Podlaskiej Gali Mlecznej: Bogdan Wnorowski z Nowego Garbowa (gm. Kobylin – Borzymy), Adam Przeździecki ze wsi Grodzkie Szczepanowięta (gm. Kulesze Kościelne) i Dariusz Piekutowski z Markowej Wólki (gm. Nowe Piekuty)

Rekordzista Ryszard Dmochowski z Czartos (pow. zambrowski) w minionym roku uzyskał średnio 12 770 kg mleka od krowy w swoim stadzie. Dmochowski prowadzi niewielkie gospodarstwo (27 ha użytków rolnych), ma 18 krów mlecznych i 20 sztuk bydła mięsnego. Uważa, że tak duża wydajność, to przede wszystkim

zasługa odpowiedniego żywienia.

W minionym roku, jak wynika z danych Polskiej Federacji Hodowców Bydła i Producentów Mleka, największą wydajność mleczną uzyskiwali rolnicy z powiatu zambrowskiego. Natomiast największą ilość krów, będących pod oceną użytkowości mlecznej, ma powiat wysokomazowiecki (41 889 szt.).

Znaki czasu

■ 49,5 proc. Polaków uważa, że nauczyciele mają rację w sporze z rządem. Po stronie rządu opowiada się 24,2 proc., a „nie wiem/trudno powiedzieć” wskazało 26,3 proc., wynika z sondażu przeprowadzonego przez SW Research dla „Rzeczpospolitej”.

■ By wesprzeć nauczycieli, burmistrz gminy Czarne na Pomorzu (ok. 10 tys. mieszkańców) Piotr Zabrocki zapowiedział, że weźmie urlop i pójdzie pomagać w szkole. „Jak będzie trzeba, to wezmę urlop bezpłatny. Chcę w tym czasie być z dyrektorem, z dziećmi, z młodzieżą. Uważam, że nauczyciele upominają się o coś, co dawno powinno być spełnione. Trzymam za nich kciuki”, mówi.

■ Zatory w prokuraturze: w 2014 r. spraw prowadzonych dłużej niż 6 lat było ok. 3,8 tys. Pod rządami Ziobry i jego zastępcy Bogdana Świączkowskiego w 2018 r. było ich już 13,1 tys. To wzrost o prawie 350 proc.! Sprawy trwające od roku do 2 lat: 927 w 2014 r., 3,4 tys. w 2018. Od 2 do 5 lat było w 2018 r. o 360 proc. więcej, niż w roku 2014. Sprawy powyżej 5 lat z 75 w 2014 r. do 263 w 2018.

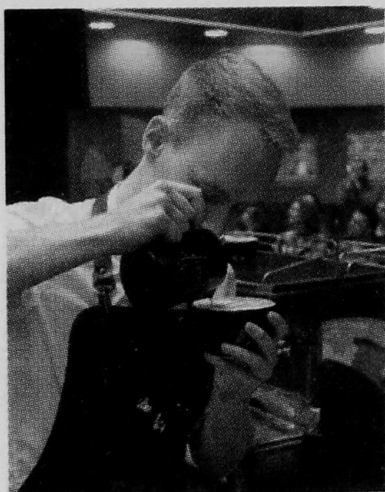
■ Pouczenie zastosowali policjanci wobec kierowcy bmw, który został zatrzymany pomiędzy Kluczborkiem a Opolem, bo w miejscu ograniczenia prędkości do 50 km/h jechał z prędkością 98 km/h. Kierowca wioził szefa MSWiA Joachima Brudzińskiego.

■ Spośród 10 badanych krajów (Polska, Hiszpania, Niemcy, Holandia, Francja, Szwecja, Włochy, Węgry, Wielka Brytania i Grecja) Unia Europejska podoba się najbardziej Polakom – 72 proc. (przy średniej 62 procent). 59 proc. Polaków wierzy, że dzięki Unii ich dzieciom będzie się lepiej powodziło.

■ Za wycięcie zdrowej nerki zamiast chorej wrocławski sąd skazał chirurga Aleksandra B. na dwa lata więzienia w zawieszeniu oraz nakazał mu wypłacić poszkodowanemu 100 tys. zł zadośćuczynienia. Do makabrycznej pomyłki doszło w Uniwersyteckim Szpitalu Klinicznym we Wrocławiu.

■ 2 500 zł miesięcznie alimentów będzie płacił córce (22 lata) wiceminister energii Grzegorz Tobiszowski, zdecydował sąd w Rudzie Śląskiej. Pozew złożyła córka studentka.

Mleko z OSM Piątnica na Mistrzostwach Polski Najlepsze do kawy



Mistrzostwa Polski Latte Art. odbyły się 23–24 marca w Rumii. Głównym ich punktem było malowanie mlekiem na kawie. Oficjalnym mlekiem Mistrzostw zostało mleko UHT 3,2% OSM Piątnica. Zwycięzca tegorocznej edycji Patryk Mazurek będzie reprezentował Polskę na Mistrzostwach Świata w Berlinie. Przygotowywał się

do nich będzie mlekiem z Piątnicy. Latte art., to wymagająca niezwykle precyzji sztuka zdobienia powierzchni kawy: malowania ornamentu na mlecznej pianie, pokrywającej jej powierzchnię, bezpośrednim nalewaniem spienionego mleka dzbankiem oraz dorysowywaniem elementów przy pomocy odpowiednich narzędzi.

Nieprzypadkowo oficjalnym mlekiem Mistrzostw zostało mleko OSM Piątnica. Dzięki najwyższej jakości oraz jego odpowiednim właściwościom, mleko to gwarantuje uzyskanie idealnie kremowej, aksamitnej pianki. Dodatkowo umożliwia łatwe teksturowanie oraz tworzenie najbardziej wyszukanego wzoru.

Ratowanie Krzyżewa

„Szkoly w Krzyżewie nie możemy pozostawić samej sobie. Nie wyobrażam sobie, aby ta szkoła została zapomniana przez Boga i ludzi. Musimy jej pomóc”, apelował na ostatniej sesji (19 marca) Rady Powiatu Wysokomazowieckiego starosta Bogdan Zieliński.

Szkole z wielkimi tradycjami, w pięknym otoczeniu, doposażonej, z bogatą bazą sportową, grozi likwidacja. Przez kolejne dwa lata nie było naboru uczniów do klas pierwszych. Dziś uczy się w niej 16 uczniów. Starosta Bogdan Zieliński poinformował radnych o możliwości przystąpienia do projektu ministerstw edukacji i obrony narodowej, w ramach którego w kraju na bazie obecnych (wymierających) szkół rolniczych miałyby powstać 16 techników wojskowych. Uczniowie kończyliby szkołę z tytułem technika i stopniem kaprała.

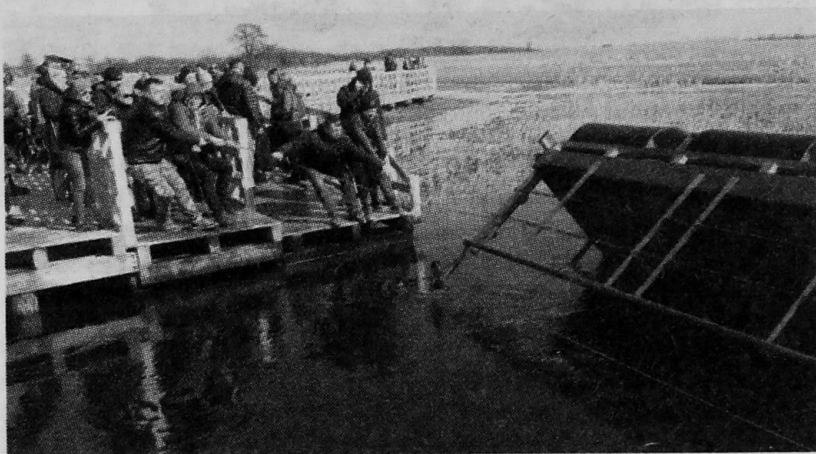
„Byłoby to szkolenie kadry do sił zbrojnych. Absolwenci mogliby kontynuować naukę na studiach wojskowych. Razem z naborem do technikum wojskowego prowadzony byłby nabór na kierunki rolnicze”, wyjaśniał starosta.

Szkoła by istniała, starostwo nie pozbywałoby się budynków, jedynie byłby nowy organ prowadzący.

„Nam nie zależy na robieniu w Krzyżewie biznesu. Zależy nam, aby szkoła nadal istniała”, podkreślił starosta.

Nabór do szkoły rolniczej jest prowadzony. Nie wiadomo, czy ministerialny projekt wejdzie w życie. Wiadomo jednak, że o utrzymanie szkoły starają się władze powiatu.

(O szkole w Krzyżewie pisaliśmy w „Kontaktach” dwa tygodnie temu, nr 11/2019).



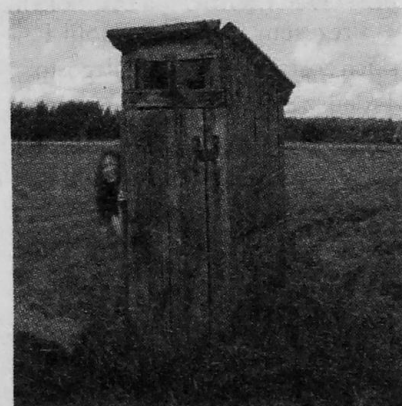
Kładka na przeprawie Waniewo-Słiwno przekształciła się w niedzielę, 24 marca i kilku turystów wpadło do Narwi. Nikomu nie stało się nic groźnego. Fot. Wojciech Winogrodzki

Sławojki nie w lamusie

Wiele osób może być zaskoczonych faktem, że w naszym kraju wciąż istnieją powiaty, w których około 40-45 proc. mieszkań (lo-

kali i domów) nie jest wyposażonych w łazienkę. W świetle danych Głównego Urzędu Statystycznego z 2017 roku, w naszym wojewódz-

twie najgorzej jest pod tym względem w powiecie bielskim – tylko 55 proc. mieszkań z łazienką, powiecie sokólskim – 59 proc., siemiatyckim – 61 proc. i hajnowskim – 61 proc. W innych regionach Polski też nie lepiej: powiat kraśnostawski – 62 proc., konecki – 62 proc., szydlowiecki – 62 proc. sokołowski – 63 proc., chełmski – 65 proc., lipski – 65 proc.



PROMOCJA



TERESA WERNER
5.04.2019
18:00
ZAMBRÓW

Miejski Ośrodek
Kultury ul. Stefana
Wyszyńskiego 2a
tel. 86 175 11 88

Bilety: Kasa MOK
oraz

kup bilecik

TERESA WERNER

ŁOMŻA

„Strajk” laborantów

Wszyscy laboranci zatrudnieni w łomżyńskim szpitalu są na zwolnieniach lekarskich. Mówią, że są przemęczeni pracą, domagają się też podwyżek płac: laboranci 1200 zł, fizjoterapeuci 1600 zł. Drugi z postulatów, które zostały przedstawione dyrekcji szpitala dotyczy zmiany organizacji pracy. Protestują też fizjoterapeuci, którzy weszli w spór zbiorowy z dyrekcją. Szpitalne laboratorium zajmuje się w tej chwili tylko pilnymi badaniami – i też w ograniczonym zakresie. Decyzję o podwyżkach podjąć może tylko nowy dyrektor, którego w tej chwili szpital nie ma. Niebawem ma odbyć się spotkanie protestujących pracowników szpitala z zarządem województwa.

„Dworzec Łomża”

Łomża znalazła się na liście planowanych połączeń kolejowych z Centralnym Portem Komunikacyjnym. „Dworzec Łomża” ma być zlokalizowany kilka kilometrów na zachód od granic miasta, w okolicach miejscowości Chojny lub Sierzputy. Zdaniem posła PiS Lecha Kołakowskiego to szansa, na którą mieszkańcy czekali od wielu lat. Możliwe będzie szybkie połączenie ze stolicą i Portem Komunikacyjnym. Lech Kołakowski starania o dworzec w Łomży rozpoczął już w 2010 roku. Proponował wówczas, by projektowana Rail Baltica z Warszawy do Suwałk przebiegała przez Ostrołękę i Łomżę.

Demonstracja pod Pałacem Biskupim

Pod hasłami „ręce precz od naszych dzieci”, „stop pedofilii w kościele” i „hańba biskupia” kilka osób demonstrowało przy nieczynnej bramie Pałacu Biskupiego od strony ul. Giełczyńskiej. Demonstracja zorganizowana została w ramach akcji Fundacji „Nie lękajcie się”, która kilka tygodni temu opublikowała raport o pedofilii w polskim kościele. W raporcie znajdują się 24 nazwiska polskich biskupów, którzy – według autorów raportu – chronili księży pedofilów. Wśród nich jest bp Stanisław Stefanek z czasów, gdy był biskupem pomocniczym w Szczecinie i miał nie reagować na alarmy wychowawców dzieci, które miały być molestowane przez ks. Andrzeja D. Jest także abp Juliusz Paetz, który molestował kleryków.

Marzenia o ul. Łomżyńskiej nad morzem



Koszalin, ratusz; Oddział Towarzystwa Przyjaciół Ziemi Łomżyńskiej w Koszalinie od 2006 roku zabiega o ul. Łomżyńską w mieście

„Chcieliśmy podkreślić łomżyńską obecność w Koszalinie i dlatego od kilkunastu lat zabiegamy o ulicę Łomżyńską”, mówi „Kontaktom” prezes Oddziału Towarzystwa Przyjaciół Ziemi Łomżyńskiej w Koszalinie Andrzej Tomaszewski. Pierwsze starania podjął ówczesny prezes Oddziału Jan Andrzej Przestrzelski w 2006 roku. W prośbie o nadanie jednej z ulic koszalińskich nazwy „Łomżyńska”, napisał: Łomża „to swoiste centrum najpiękniejszych tradycji narodowych, rozwoju gospodarczego, oświaty i kultury. Profesor Janusz Tazbir określił Łomżę jako symbol Polski”. Podkreślił także, że wielu mieszkańców Koszalina pochodzi z Ziemi Łomżyńskiej. Są wśród nich tacy, którzy zostali uhonorowani medalami „Za zasługi dla Koszalina” i „Za zasługi w rozwoju województwa koszalińskiego”. „Koszalińscy łomżanie byliby bardzo szczęśliwi, gdyby ulica Łomżyńska zaistniała w naszym Koszalinie”, zakończył wniosek prezes Przestrzelski.

Ulica Łomżyńska wówczas nie powstała „z uwagi na brak w mie-

ście terenu”, jak napisał w odpowiedzi przewodniczący Rady Miejskiej Ryszard Wiśniewski i geodeta miejski Artur Studziński.

Nowe nadzieje na „Łomżyńską” wiązały się z ustawą dekomunizacyjną. Wśród propozycji patronów nowych nazw ulic w Koszalinie byli: ks. Kazimierz Lutosławski i Wincenty Lutosławski. Prezes Oddziału Andrzej Tomaszewski ponowił prośbę o ulicę Łomżyńską. W piśmie zwrócił uwagę na szczególne daty, dotyczące Łomży: 600. rocznica nadania praw miejskich i 60. rocznica powołania Towarzystwa Przyjaciół Ziemi Łomżyńskiej.

„Na razie jest alejka łomżyńska w starej części... cmentarza. Tam pochowana została założycielka naszego Oddziału TPZŁ Elżbieta Rudzewicz-Niechciał, kilku łomżyńskich, także moja żona Bożena, której nagrobek zaprojektował Tadeusz Babel z Łomży”, mówi Andrzej Tomaszewski.

Koszaliński Oddział TPZŁ został powołany 16 września 1988 roku. Skupiał wówczas 40 członków, dziś 27. (m)

OGŁOSZENIA

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 gruntowej stanowiącej własność Gminy Nowogród, przeznaczonej do sprzedaży w trybie przetargowym, stanowiącej działkę nr 756 o pow. 0,33 ha położoną w obrębie ewidencyjnym Mątwa.

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>

„Nakręcili” na podium!



Trzy zespoły z Piątnicy nakręciły trzy filmy i wszystkie zajęły miejsca na podium konkursu filmowego „Nakręć się na zawód”, zorganizowanego przez Izbę Rzemieślniczą i Przedsiębiorczości w Białymstoku. I tak: pierwsze miejsce w subregionie łomżyńskim zajęła grupa reżyserska PIĄTNICA filmem pt. „Rzeka mleka”, drugie miejsce grupa 11KSPK11, która wykonała film pt. „Od zakwasu do bochenka”, a trzecie grupa HG1BR2TT z pt. „Z życia ogrodnika”. Na konkurs trzeba było nakręcić film przedstawiający wykonywanie wybranego zawodu lub związanego z nim stanowiska pracy albo innych elementów promujących zawód w branży rolno-spożywczej lub budowlanej. W konkursie udział wzięło 101 uczniów szkół gimnazjalnych z czterech subregionów województwa podlaskiego: białostockiego, bielskiego, łomżyńskiego, suwalskiego.

Nowy naczelnik UM w Łomży

Dariusz Boryszewski zastąpił Andrzeja Karwowskiego, który odszedł na emeryturę, na stanowisku naczelnika Wydziału Gospodarki Komunalnej i Ochrony Środowiska Urzędu Miejskiego w Łomży. Boryszewski jest absolwentem Wydziału Budownictwa i Inżynierii Środowiska Politechniki Białostockiej. W Urzędzie Miejskim w Łomży pracuje od kilku lat, ostatnie trzy był zastępcą naczelnika w wydziale, który teraz objął.

Pieniądze na fachowców

Ponad 3 mln zł unijnej dotacji otrzymają Akademska Szkoła Ponadgimnazjalna przy Wyższej Szkole Agrobiznesu oraz Zespół Szkół Weterynaryjnych i Ogólnokształcących w Łomży. 230 ich uczniów będzie mogło podnieść swoje umiejętności zawodowe, dzięki wzbogaceniu bazy dydaktycznej nauki zawodu, dodatkowym zajęciom, praktykom zawodowym, szkoleniom. Ogółem szkolnictwo zawodowe w Podlaskiem zasilone zostanie w tym roku 8,4 mln zł.

Zmiana banku? To proste!

Całe życie z jednym rachunkiem bankowym? To przeszłość. Coraz więcej osób przenosi swoje konta do Credit Agricole. To proste jak zmiana operatora telefonicznego czy dostawcy prądu.

Czasy, gdy przez całe życie przywiązani byliśmy do jednej firmy od telefonów, jednego dostawcy gazu i prądu to już przeszłość. Coraz więcej osób decyduje się pożegnać z dotychczasowymi usługodawcami i wybiera nowych. Dotyczy to również dostawców usług bankowych.

- W 2018 roku decyzję o zmianie rachunku podjęło ponad 25 tys. osób. Spośród wszystkich przeniesionych rachunków ponad 85 proc. trafiło do naszego banku – informuje Anna Czarnecka, dyrektor oddziału Credit Agricole w Łomży.

Powody zmiany banku mogą być różne: niektórzy są niezadowoleni z jakości obsługi, innym nie podoba się oferta. Są też klienci, którzy przeprowadzają się i szukają banku, który ma najbliżej oddział. Każdy powód jest dobry.

Tym, co przyciąga klientów do Credit Agricole, jest Konto dla Ciebie – pakiet bezpłatnych usług związanych z prowadzeniem rachunku osobistego, w tym: karta bankomatowa, którą można od razu płacić w kilku walutach, Indywidualna Linia Kredytowa oraz pakiet ubezpieczeń assistance obejmujący m.in. ochronę wyświetlacza telefonu. Posiadacze

Konta dla Ciebie mogą także korzystać z największego w Polsce Klubu Rabatowego i kupować ze zniżkami nawet do 55% w 10 tys. sklepów i punktów usługowych. Podobnie jak w zeszłym roku nowe konta reklamuje Dawid Podsiadło.

A przeniesienie rachunku jest banalnie proste. Wystarczy odwiedzić placówkę banku Credit Agricole, wypełnić krótki wniosek i podpisać upoważnienie dotyczące przeniesienia usług. Doradca załatwi wszystkie formalności: zamknie konto w dotychczasowym banku, przeniesie stałe zlecenia i pełnomocnictwa, a także przekaze informację o dokonanej zmianie urzędowi skarbowemu czy pracodawcy. Cały proces zajmuje najwyżej kilka dni.

Klient, który do 14 lipca założy w Credit Agricole nowe Konto dla Ciebie, będzie mógł wybrać jeden z trzech promocyjnych bonusów: do 300 zł premii za przeniesienie konta z wynagrodzeniem, do 300 zł zwrotu kosztów rachunków opłacanych z nowego konta lub 50-procentowy bonus do środków uzbieranych dzięki usłudze CAsaver (maksymalnie do 300 zł).

**AGATA
KRACZEK**



**Anna
Czarnecka,
dyrektor
oddziału
Credit Agricole
w Łomży**

Bardzo się cieszę, że osoby, które decydują się zmienić swój dotychczasowy bank, wybierają właśnie nas. To duże wyróżnienie i motywacja do ciężkiej pracy, aby nowi klienci byli z nas zadowoleni i chętnie polecali nas swoim bliskim.

Nasz bank wyróżnia wyjątkowe podejście do klientów: bardzo uważnie ich słuchamy i proponujemy dokładnie takie rozwiązania, jakich potrzebują. Mam nadzieję, że mieszkańcy Tczewa, którzy jeszcze nas nie znają, zechcą się o tym przekonać. Zapraszam do mojej placówki przy ul. Gdańskiej 7a.

 **CRÉDIT
AGRICOLE**



POWIAT GRAJEWSKI



Uczniowie ze Szczuczyna w programie Koło Fortuny

Uczniowie Zespołu Szkół im. Marszałka Józefa Piłsudskiego w Szczuczynie 18 marca już drugi raz uczestniczyli w nagraniach popularnego teleturnieju „Koło Fortuny”.

„Mieliśmy okazję dokładniej poznać pracę kierownika planu, operatorów, dźwiękowców i asystentów oraz posłuchać na żywo piosenek w wykonaniu Rafała Brzozowskiego. Czasami pewne części nagrań były po-

wtarzane. Rekompensatą za wysiłek było wspólne zdjęcie z prowadzącymi teleturniej: Izabellą Krzan i Rafałem Brzozowskim”, mówią uczniowie po powrocie do Szczuczyna.

Oni już wiedzą i tajemniczo zapowiadają, że w jednym z odcinków będą goście specjálni. Znają też zwycięzców czterech odcinków. Ale nie zdradzają, ani gości specjalnych, ani zwycięzców.

Na pierwsze nagranie teleturnieju pojechała z uczniami dyrektorka Anna Jagusz oraz nauczyciele Katarzyna Romanowska i Łukasz Kowalski. W drugim wyjeździe młodzieży towarzyszyła dyrektorka i nauczyciel Jan Wróblewski.

Uczniów ze Szczuczyna będzie można zobaczyć w programie w drugi dzień Świąt Wielkanocy (poniedziałek, 22 kwietnia).

POWIAT KOLNEŃSKI

Półwieczna dynastia sołtysów

Tabliczka z napisem „Sołtys” w Truszkach Zalesiu (gm. Kolno) od 1975 roku nie zmienia miejsca. Kazimierz Mieczkowski był sołtysem 30 lat. Zmarł w 2005 roku przed upływem kadencji. Aby nie powstało zamieszanie, do końca kadencji sołeckie obowiązki przejęła jego żona Mirosława Mieczkowska. Wiedziała o wszystkim, znała zadania, bo towarzyszyła mężowi, a czasem nawet mu pomagała. Kiedy odbywały się wybory na nową kadencję w 2006 roku, zaproponowano jej, aby kandydowała. Zgodziła się, mieszkańcy zagłosowali na nią. W następnej kadencji i dwóch kolejnych, znowu kandydowała.

„Ludzie u nas zgodni i życzliwi, może przyzwyczaili się do mnie. W tym roku w czasie wyborów miałam konkurenta. Ale mieszkańcy poparli moją kandydaturę”, powiedział Mirosława Mieczkowska.

Truszki Zalesie, chociaż mają tylko 35 mieszkańców, są samodzielnym sołectwem. W niektórych domach pozostali starsi lu-

dzie, ale jest też kilku młodych, a wśród nich gospodarz, która ma około 500 ha gruntów.

Za kadencji sołtysa Mieczkowskiego i dzięki jego staraniom we wsi został położony asfalt, założona linia telefoniczna. Sołtys Mieczkowska w ubiegłym roku zabiegała o wybudowanie placu zabaw dla dzieci. Mają teraz miejsce bezpiecznej zabawy. We wsi nie ma sklepu (przyjeżdża samochód z towarami) ani świetlicy. Zebrania sołeckie odbywają się w domu pani sołtys. Także w swoim domu organizuje przedwielkanocną „święconkę”, aby ludzie w Wielką Sobotę nie musieli jeździć z koszyczkami do kościoła

w Lachowie. Mieszkańcy przychodzą do niej ze święconką, przywożą księdza i później odwożą.

„We wsi mamy kapliczkę. Postawił ją w 1966 roku Aleksander Chrostowski. Budował ją przy mnie, bo akurat po wyjściu za mąż sprowadziłam się z Truszek Pator do męża w Truszkach Zalesiu. Fundator już nie żyje. Kiedyś kobiety przy tej kapliczce zbierały się na majowe, modliły się i śpiewały. Dziś młode gospodynie są bardziej zapracowane i tradycja majowego zanika”, mówi Mirosława Mieczkowska.

Wieś Truszki Zalesie w okresie międzywojennym była ważnym punktem na polskiej mapie. Była tu placówka Straży Celnej, pełniąca służbę ochronną na granicy polsko-niemieckiej.



W Truszkach odkryte zostało grodzisko „Okop” z wczesnego średniowiecza (X wiek), otoczone trzema osadami. Fot. Henryk Mieszkowski

Centrum w Szczuczynie



Centrum Produktu Lokalnego, w którym będzie można kupić artykuły ekologiczne, wyprodukowane w regionie oraz rękodzieła (serwety, rzeźby), powstaje w Szczuczynie.

Bojowy w Wąsoszu

Nowy samochód bojowy za 800 tys. zł otrzymali strażacy z Wąsosz. 251 tys. dołożyło Ministerstwo Spraw Wewnętrznych i Administracji, 400 tys. zł Narodowy Fundusz Ochrony Środowiska i Gospodarki Wodnej i 140 tys. zł gmina Wąsosz.

Sesja w Radziłowie

Sesja Rady Gminy Radziłów odbędzie się w czwartek, 28 marca (godz. 12.00), w Urzędzie Gminy.

Warsztaty pisanek

Warsztaty robienia pisanek metodą batiku organizuje GOKiS w Wąsoszu: dla dorosłych 4 kwietnia (godz. 14.00), dla dzieci i młodzieży 10 kwietnia (godz. 17.00).

Imieniny Marszałka



Imieniny Marszałka Józefa Piłsudskiego obchodzą władze i mieszkańcy Kolna. Przy odsłonięciu w ubiegłym roku pomnikiem zostały złożone kwiaty, a w kościele św. Anny została odprawiona msza. Imieniny Marszałka obchodzone były także w Małym Płocku.

Roboty na drodze

Prace na ulicy Wojska Polskiego (droga krajowa 63) w Kolnie po zimowej przerwie zostały wznowione. W mieście są objazdy.

Centrum w Cieloszcze

Centrum Aktywności Lokalnej w Cieloszcze (gm. Turośl) powstanie za 636,7 tys. zł dotacji Zarządu Województwa Podlaskiego. Głównym celem Centrum jest zwiększenie aktywizacji społecznej i zawodowej mieszkańców gminy Turośl, w tym zagrożonych wykluczeniem społecznym. Posłuży temu świetlica, która powstanie dzięki przebudowie budynku inwentarskiego. Gmina dołoży 112 300 zł.



Rok sukcesów

Ten rok szkolny znaczący jest sukcesami naszych uczniów: Rafał Borowy, uczący się na technika żywienia i usług gastronomicznych, tegoroczny maturzysta, uzyskał tytuł finalisty XIII Olimpiady Wiedzy o Żywieniu i Żywności i zakwalifikował się na etap ogólnopolski. Spektakularnym sukcesem może poszczycić się także Magdalena Nieszczerza, która w V Ogólnopolskim Konkursie Historycznym „Polska ... nasza Niepodległa. W stulecie odzyskania niepodległości 1918 – 2018”, zajęła II miejsce w kraju.

W Wojewódzkim Finale XXXVII Olimpiady Młodych Producentów Rolnych Zespół Szkół Ogólnokształcących i Zawodowych w Czyżewie reprezentowało 5 uczniów Technikum w zawodzie technik agrobiznesu: Michał Szepietowski, Maciej Świerżewski, Paweł Zawistowski, Adam Grodzki i Mateusz Wawrzeńczuk. Do części praktycznej zakwalifikowano 12 uczestników olimpiady, a wśród nich Adam Grodzki i Mateusz Wawrzeńczuk. W finale Adam Grodzki zajął drugie miejsce. Pokonał go jedynie starszy student kierunku rolniczego SGGW w Warszawie. Uczniów do

Olimpiady przygotował nauczyciel przedmiotów zawodowych Ludwik Zaremba.

Wkrótce również naszego ucznia Macieja Świerżewskiego czeka udział w etapie wojewódzkim konkursu Bezpieczeństwo Pracy w Gospodarstwie Rolnym.

M. W.
uczeń ZSOiZ
Czyżew

Konkurs na Pocztówkę Wielkanocną

Konkurs plastyczny dla dzieci, młodzieży i niepełnosprawnych ogłasza Stowarzyszenie Miłośników Muzyki Musica Sacra w Białymstoku.

Format prac: maksymalnie A4. Technika wykonania dowolna (rysunek, malarstwo, grafika warsztatowa, wycinanka, techniki mieszane, grafika komputerowa). Każdy może zgłosić maksimum 2 prace w różnej technice. Szkoła lub placówka może zgłosić maksymalnie 10 prac z każdej grupy wiekowej. Praca powinna być czytelnie opisana na odwrocie zgodnie ze wzor-

rem: imię i nazwisko, kategoria, pełna nazwa i adres szkoły, klasa, nazwisko nauczyciela prowadzącego, oświadczenie o zgodzie na przetwarzanie danych osobowych (do pobrania na www.trojanowscy.pl), kontaktowy adres email i numer telefonu.

Prace należy dostarczyć do 5 kwietnia (decyduje data wpływu prac, na adres: Stowarzyszenie Miłośników Muzyki Musica Sacra w Białymstoku, ul. Włociańska 79, 15 – 199 Białystok, email: musica-sacra1@poczta.fm.

W każdej kategorii przyznane zostaną trzy miejsca oraz wyróżnienia. Laureaci otrzymają: za I miejsce gawerfony, ufundowane przez Wojewodę Podlaskiego, za II i III miejsce statuetki, nagrody rzeczowe oraz dyplomy.

W tegorocznej edycji oprócz miejsc i wyróżnień w poszczególnych kategoriach przyznamy: Nagrodę Impresariatu Muzycznego Pro Art i Nagrodę Publiczności.

Uroczystość wręczenia nagród odbędzie się w Niedzielę Palmową 14 kwietnia (godz. 16.00 w Auli Magna Pałacu Branickich.

Danuta Bielecka
Białystok

6 pierwszych sygnałów, które mogą świadczyć o raku



Poradnia

Rak uprzedza

Guzki

Samo słowo guz wywołuje natychmiastowy lęk, ale najczęściej jest to po prostu tłuszczak, prosak, kaszak, torbiel, który swoim kształtem może przypominać guzka. Niestety, taki z pozoru mały guzek może przerodzić się w coś

poważniejszego. Dlatego należy obserwować, czy zmiana się zmniejsza, powiększa, zmienia kształt lub boli. Taka obserwacja pozwoli na szybkie postawienie diagnozy.

Anemia

Anemia jest bardzo powszechna. Zależy od diety, codziennych

zajęć i możliwości organizmu. Może być objawem nowotworu.

Zgaga

Wielu z nas jej „smak” jest dobrze znany. Wiemy też, że aby się jej pozbyć, powinniśmy stosować właściwą dietę, ograniczyć alkohol, wspomagać się lekami. Jeśli mimo tego nie ustępuje, warto zgłosić się do lekarza. Specjalista wyśle na badania i stwierdzi, czy za zgagą nie kryje się rak żołądka lub jelita grubego.

Tego typu nowotwory atakują po cichu.

Zmiany na jądrami

Wszelkie zmiany na jądrami mogą być niezwykle niebezpieczne. Problem tkwi w tym, że jeśli guz się nie wchłania, powiększa się, ma niepokojący wygląd, mężczyźni zazwyczaj długo podejmują decyzję z udaniem się do lekarza. Taka zwłoka może zakończyć się źle. Dlatego każda najmniejsza zmiana powinna być przebadana przez lekarza.

Ból piersi

Kobietom znane są bóle piersi, gdyż odczuwają je przed zbliżającą

się miesiączką i w jej trakcie. Jednak, gdy bóle pojawiają się zbyt często, nieustannie, są dokuczliwe, a ponadto w badaniu palpacji wyczuwalne są zgrubienia, należy natychmiast udać się do lekarza lub na USG piersi.

Ciągłe zmęczenie

Jeśli mimo wyspania, wypoczynku, braku stresu odczuwa się zmęczenie i ten stan utrzymuje się od dłuższego czasu, należy iść do lekarza. Może to być niebezpieczne (może doprowadzić do depresji) niedoczynność tarczycy albo objaw rozwijającego się nowotworu.

„Drobiazgi”

Z pozoru mało znaczący kaszel może być objawem nowotworu płuc, częste oddawanie moczu – symptomem raka nerek, albo także – raka prostaty, chudnięcie – nowotworu trzustki, chrypka – nowotworu krtani.

Najnowsze badania dowodzą, że stres ma bardzo duży wpływ na powstawanie nowotworów. Dlatego warto zachować dystans do wielu spraw.

POWIAT WYSOKOMAZOWIECKI

Gzegzółka im nie groźna

Aleksandra Zawistowska z Miejskiego Zespołu Szkół w Wysokim Mazowieckim zajęła I miejsce w XIX Powiatowym Dyktandzie Mistrzów Ortografii, zorganizowanym przez Szkołę Podstawową im. Kardynała Stefana Wyszyńskiego i Gminny Ośrodek Kultury w Szepietowie. W Dyktandzie udział wzięli uczniowie z dziewięciu szkół. Drugie miejsce zajęła Dominika Szydłowska z SP im. A. Mickiewicza w Sokołach, a trzecie: Paulina Kordulka z SP im. Kard. S. Wyszyńskiego w Szepietowie i Anna Roszkowska z SP im. Ks. P. Skargi w Kobylinie Borzymach. Kolejne miejsca zajęli: IV – Julia Gołębiewska z SP im. Ks. R. Modzelewskiego w Nowych Piekutach, V – Laura Czajkowska z SP im. A. Mickiewicza w Sokołach i Rafał Sokołowski z SP im. Kard. S. Wyszyńskiego w Szepietowie, VI – Wiktoria Sienicka z SP im. Szarych Szeregów w Czyżewie.

Urodzinowy prezent dla Szepietowa



Szepietowo ma wielki rozwojowy atut: kolej!

„Dziś Szepietowo jest zamknięte lasami państwowymi i otaczającymi je wsiami. Granica miasta przebiega po jego ulicach. I, jak w przypadku ulicy Białostockiej, tylko jej jedna strona należy do miasta. Nie mamy działek budowlanych ani inwestycyjnych. Terytorialne powiększenie miasta daje możliwość jego stopniowego, ale stałego rozwoju. Jest dwuhektarowy plac po składowisku drewna. Tam można by realizować program Mieszkanie plus. Ale to nie nasz teren”, powiedział „Kontaktom” zastępca burmistrza Szepietowa Michał Gąsowski.

W lutym w Szepietowie i Średnicy

Pawłowiętach zostały zorganizowane spotkania z mieszkańcami i przeprowadzone konsultacje społeczne na temat zmiany granic administracyjnych miasta. Na 49 osób, 47 opowiedziało się za zamianą. Szepietowo może powiększyć się o 88, 6 ha. Teraz władze Szepietowa za pośrednictwem wojewody podlaskiego skierują wniosek o zmianę granic administracyjnych do Ministerstwa Spraw Wewnętrznych i Administracji. Zmiany mogą zostać wprowadzone 1 stycznia 2020 roku, czyli w dziesiątą rocznicę nadania Szepietowu praw miejskich. Większa powierzchnia będzie jubileuszowym prezentem.

Odeszła dyrektor Krzyżewa



Dyrektor Zespołu Szkół Rolniczych w Krzyżewie Wioletta Gierlachowska (lat 49) po ciężkiej chorobie zmarła 19 marca; kierowała szkołą od września 2011 r.

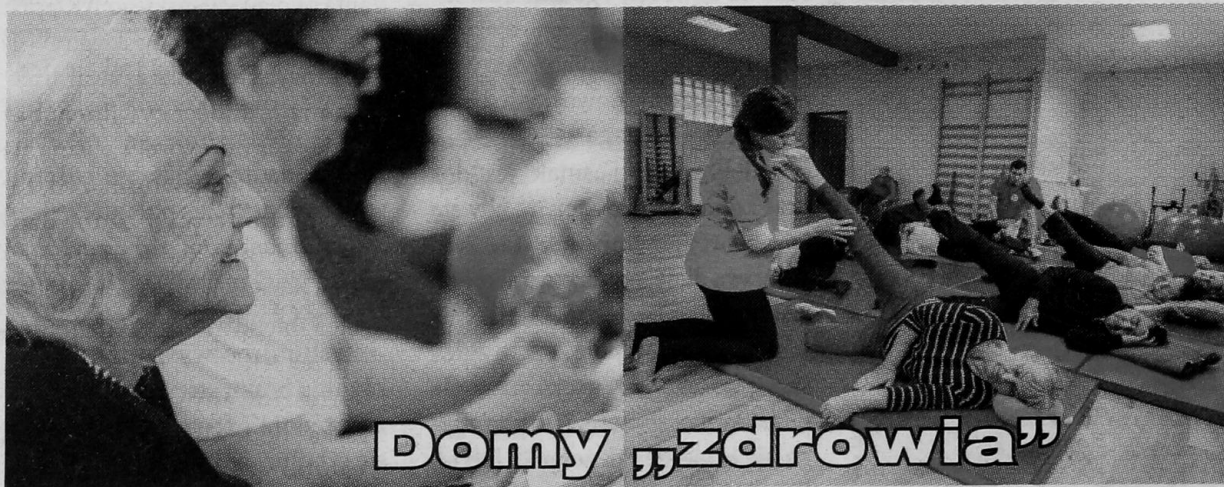
Sesja w Ciechanowcu

VIII sesja Rady Miejskiej w Ciechanowcu odbędzie się 28 marca (godz. 9.00) w Urzędzie Miejskim.

Konkurs poetycki

Na eliminacje powiatowe XXXII Konkursu Recytatorskiego „Baje, bajki, bajeczki” zaprasza Miejska Biblioteka Publiczna w Wysokim Mazowieckim w środę, 3 kwietnia (godz. 9.00), do Miejskiego Zespołu Szkół w Wysokim Mazowieckim (ul. Ludowa 5).

POWIAT ZAMBROWSKI



Domy „zdrowia”

Obrazy z Dziennego Domu Opieki Medycznej w Szumowie. Fot. zdrowie.gov

Dzienny Domu Opieki Medycznej powstaje w Zambrowie przy ulicy Białostockiej.

„Podpisałam umowę z burmistrzem Zambrowa na wynajem lokalu i jestem na etapie adaptacji pomieszczeń. Pacjentów, a będzie 25 miejsc, zaczniemy przyjmować w drugim półroczu, a Dom oficjalnie ruszy 1 stycznia 2020 roku”, powiedziała „Kontaktom” kierownik Dziennego Domu Opieki Medycznej Janina Śledziwska. Wcześniej utworzyła Dzienny Dom Opieki Medycznej w Szumowie, który działał do 30 czerwca 2018 r. Przez

dwa lata skorzystało z niego 111 pacjentów (byli dowożeni na zabiegi rehabilitacyjne i konsultacje medyczne zespołu specjalistów, otrzymywali posiłek). W Domu przebywali 8 godzin, a z jego opieki mogli korzystać od 30 do 120 dni.

„Dom w Szumowie nadal funkcjonuje, ale czeka na kontrakt z NFZ”, mówi kierownik Śledziwska.

Pacjentów do Domu będzie kierował lekarz rodzinny lub specjalista.

„Dom świadczy pomoc ludziom, którzy już nie wymagają po-

byty w szpitalu, a potrzebują opieki pozaszpitalnej. Rodzina chorego pracuje, nie może się nim zająć, pacjent często w starszym wieku przeżywa stany depresyjne. W Domu odnajduje się, zdrowieje, powraca do aktywności i sam widzi korzystne zmiany w swoim samopoczuciu”, mówi Janina Śledziwska.

Według jej rozeznania, w powiecie zambrowskim zapotrzebowanie na pobyt w Dziennym Domu Opieki Medycznej jest większe, niż ilość zaplanowanych miejsc w tworzonego Domu w Zambrowie i w obecnym w Szumowie (15).

Odszedł kapłan



Ksiądz dr Henryk Gołaszewski, urodzony w Wdziękoniu w 1933 roku, zmarł we wtorek 26 marca. Był proboszczem łomżyńskiej Katedry, a od 1 lipca 1998 roku do 1 lipca 2004 r. decyzją bp. Stanisława Stefanka, proboszczem parafii Trójcy Przenajświętszej w Zambrowie i dziekanem dekanatu Zambrow. Po przejściu na emeryturę mieszkał w Domu Wspólnoty Kapłańskiej w Łomży. Pogrzeb odbędzie się w czwartek 28 marca, msza pogrzebowa o godz. 12.00 w Katedrze Łomżyńskiej.

Sesja w Kołakach Kościelnych

Sesja Rady Gminy w Kołakach Kościelnych odbędzie się w piątek, 29 marca (godz. 10.00) w świetlicy wiejskiej.

Gaz w Rutkach?

Rozmowy w sprawie gazyfikacji gminy Rutki z Polską Spółką Gazowniczą podjął wójt gminy Rutki Dariusz Modzelewski.

Wśród „żołnierzy wyklętych” znaleźć można wielu, którzy walcząc o wolność, nie splamili się krwią niewinnych. Nie ich jednak stawia się na piedestale, a zbrodniarzy, mordujących zwłaszcza polskich obywateli innych narodowości: Białorusinów, Litwinów, Słowaków, Ukraińców, Żydów. Stoją za tym środowiska narodowe i nacjonalistyczne. I, niestety, także obecne kierownictwo IPN oraz najwyższe władze państwowe! Dlaczego?

1.

Pochodzący z Grajewa podlaski poseł i wiceminister cyfryzacji Adam Andruszkiewicz zaapelował do radnych Białegostoku, by pozostawili w mieście ulicę mjr. Zygmunta Szendzielarza „Łupaszki”. W jego ocenie „Łupaszko” był „wielkim bohaterem” i zasługuje na to, by być patronem ulicy. Według Andruszkiewicza, „jest też wielkim autorytetem dla młodego pokolenia”.

2.

Relacja Jonasa Žvinysa, księdza w Dubinkach (fragmenty):

„Idę na plebanię. Dowiaduję się, że Polacy wyszli w kierunku majątku. Mama lamentuje, mówi: rozstrzelali gajowego z rodziną i jeszcze kogoś.

Przychodzę, straszny widok. W kątach – mąż zastrzelony, żona zastrzelona i dwoje dzieciątek w kołysce zakrwawionych, nieżywych. Zamordowani też inni, którzy byli w tym domu: młynarka Šimenskienė (Rozalia Szymiańcowa), krawiec Kerulis, szwagier gajowego.

Wziąłem z kościoła stulę, olejki święte i idę do majątku. A tam słychać strzały. Przede wszystkim przychodzę do Vaidukevičiusa: wszyscy wyprowadzeni na ganek i rozstrzelani. Ojciec trzyma krzyż w ręku, matka z modlitewnikiem, chłopczyk dwunastoletni, dziewczynka dziesięcioletnia, z różańcami. I w kołysce trzymiesięczne dziecko, zalane krwią.

Idę do Gurkisa. Wchodzę – jego żona i syn rozstrzelani. (...)

Idę do Stašelisa. (...) Polacy w jego domu zastrzelili żonę i może trzyletnią córeczkę, dopiero przebudzone.

Idę do Grytė. Tam byli dwaj bracia, dwie siostry i babcia. Jednego z braci nie było w domu, drugi schował się za drzwiami, a dziewczyny w życie. Polacy przestrelili babci głowę przez skroń. Ona jeszcze żyła. Przewiązałem ranę, dałem ostatnie namaszczenie, rozgrzeszenie”.

Zbrodniarz autorytetem dla pośła



W środku: Zigmunt Szendzielarz „Łupaszka”

„Najtragiczniejszy pod względem liczby ofiar był najazd grupy kawalerzystów 5. Brygady AK na zagrodę Gylisów. Partyzanci wyprowadzili z domu żonę nieobecnego gospodarza Konstancję Gylienę z sześciorgiem dzieci oraz mieszkającego z nimi dzierzawcę części ziem Bolesława Strumiłły (Balys Strumila)”. Ten ostatni próbował się wstawić za gospodynią, ale go zastrzelili. „Konstancję Gylienę zastrzelono przy studni wraz z najmłodszą, kilkumiesięczną córką Genovaitė. Pozostałą piętkę zaprowadzono na rozstrzelanie do stodoły. Najstarsza z córek Gylisów, dwiętnastoletnia Jadvyga, została tam przed śmiercią zgwałcona. Z egzekucji ocalała jedynie ranna w szyję Terese, którą partyzanci uznali za martwą”.

Patrol 5. Wileńskiej Brygady AK dotarł do wsi Vymančiai. „W domu

pozostał Petras Vinslovans z żoną Salomėją i pięcioma córkami (w wieku od 5 do 20 lat): Liudviną, Zofiją, Oną, Leonorą i Eleną. Wszyscy oni zostali rozstrzelani”. Kilometr dalej był folwark Reputany, w którym „mieszkała rodzina Dzimidasów. W domu znajdował się w tym czasie gospodarz Povilas z pięciorgiem dzieci: jego żona przebywała w szpitalu w Malatach. W czasie najścia partyzantów (...) gospodarz ukrył się pod kanapą, a dzieci przekonały partyzantów, że ojciec wyjechał odwiedzić matkę do szpitala. W tej sytuacji rozstrzelanych zostało czworo dzieci, w wieku od 2 do 16 lat: Benediktas, Antanas, Stepanija i Bronislava. (...) Łącznie w Vymančiai i Reputanach zabito tego ranka dwanaście osób: dwóch starszych mężczyzn (w wieku 52 i 60 lat) oraz dziesięć kobiet i dzieci”.

W Ołkunach zastrzelono Mariannę Ramejkową, która trzymała „na rękach sześciolletnią córkę Aldonę Weronikę. Matka została śmiertelnie trafiona w głowę, córka zaś otrzymała dwa śmiertelne postrzały w klatkę piersiową”.

3.

Cytaty pochodzą z książki dr. Pawła Rokickiego „Gliniszki i Dubinki. Zbrodnie wojenne na Wileńszczyźnie w połowie 1944 roku i ich konsekwencje we współczesnych relacjach polsko-litewskich”. Dr Paweł Rokicki, to pracownik Wydziału Edukacji Historycznej centrali IPN. W książce wykazał, że „Łupaszka” był zbrodniarzem.

Tu należy dodać, że zbrodnie popełniał wbrew zakazowi wszelkich akcji odwetowych przez dowództwo AK i rozkazowi komendanta okręgu wileńskiego AK ppłk. Aleksandra Krzyżanowskiego „Wilka”, który wręcz nakazywał traktowanie ludności cywilnej „bez różnicy narodowości i wyznania (Polak, Litwin, Białorusin, Żyd, katolik, prawosławny). Żadne nadużycia w stosunku do ludności cywilnej nie mogą mieć miejsca. Ich życie i mienie musi być ochroniane przez AK”.

Aresztowany w 1948 r. „Łupaszka”, odpowiadał przed sądem za zbrodnie na cywilach, którzy tworzyli nową Polskę, za śmierć co najmniej 70 milicjantów i 60 żołnierzy i oficerów Wojska Polskiego oraz Korpusu Bezpieczeństwa Wewnętrznego. Nigdy jednak nie odpowiedział za zbrodnie wojenną w Gliniszkach i Dubinkach, choć te nie ulegają przedawnieniu.

4.

Apel Andruszkiewicza nie dziwi. Dzięki gloryfikacji „Burego” i „Łupaszki” stał się rozpoznawalny i zrobił karierę polityczną. Ale czy naprawdę chcemy takich „autorytetów” dla naszej młodzieży? I by przypominały im o nich nazwy ulic?

ANDRZEJ WILKOWYCKI

Z dyrektorem
Filharmonii
Kameralnej
im. Witolda
Lutosławskiego
w Łomży
prof. JANEM
MIŁOSZEM
ZARZYCKIM,
rozmawia
Maria Tocka

– Serdeczne gratulacje! Płyta łomżyńskich filharmoników Polish Contemporary Concertos, wydana przez wytwórnię DUX została nagrodzona Fryderykiem w kategorii Album Roku – Muzyka Symfoniczna. Wcześniej pięć płyt było nominowanych. Spodziewał się Pan teraz nagrody?

– Wśród nominowanych z nami były najlepsze polskie zespoły: Narodowa Orkiestra Symfoniczna Polskiego Radia w Katowicach, Orkiestra Filharmonii Narodowej w Warszawie, Sinfonia Varsovia. Orkiestry z tradycjami, prowadzone przez mistrzów Antoniego Wita, Jerzego Maksymiuka. Nie myślałem specjalnie o nagrodzie. Nie pojechałem na galę do Katowic, chociaż to moje rodzinne strony. W Katowicach mieszkałem 9 lat i rok pracowałem w Narodowej Orkiestrze Symfonicznej Polskiego Radia jako asystent Antoniego Wita, który był też nominowany do Fryderyka. Mamy teraz mnóstwo pracy, przygotowujemy projekt „Wiosna Moniuszkowska”. Telewizji nie oglądam, o gali zapomniałem.

– Skąd dowiedział się Pan o nagrodzie?

– Wieczorem, kiedy trwała gala, od wydawcy naszej płyty Łukasza Pawlaka otrzymałem SMS. Mam go jeszcze w telefonie. Napisał: „Gratuluję”. Zapytałem „Czego?”, a on odpisał „Fryderyka”.

Najlepsi wśród najlepszych!

Dyrektor Filharmonii Kameralnej im. Witolda Lutosławskiego w Łomży prof. Jan Miłosz Zarzycki ze statuetką Fryderyka. Fot. Mateusz Goc

– I była radość...

– Cieszymy się, gdy nasza praca jest zauważona, ale trzeba mieć do tego dystans. Nasza płyta ma podwójny walor oryginalności. Pierwszy: prezentuje trzy koncerty współczesnych twórców: Marcina Błazewicza, Pawła Łukaszewskiego i Sławomira Czarneckiego, które zostały nagrane pierwszy raz. I drugi: wymienieni kompozytorzy dedykowali swoje utwory solistom, z którymi nagraliśmy tę płytę. A są to: gitarzysta Marcin Dylla, saksofonista Paweł Gusnar, skrzypek Jakub Jakowicz i wiolonczelist Tomasz Strahl. Sądzę, że to wzbudzało duże zainteresowanie. Trzy współczesne dzieła na płycie są w pewien sposób spójne, nawiązują do klasyki, są wątki romantyczne, frazy z odgłosami przyrody, można rzec: „brzmia przyjaźnie”. Płyta przed Fryde-

rykiem miała dobre recenzje. Autorytet wśród krytyków muzycznych Jan Popis napisał o niej: „Płyta jakiej dawno nie było”.

– Niewielki zespół z Łomży wgrał z renomowanymi artystami z Warszawy i Katowic.

– Tak. Ale nasza płyta w pewien sposób jest związana z Katowicami. W 1995 roku, kiedy byłem studentem dyrygentury na Akademii Muzycznej we Wrocławiu, jednocześnie w Liceum Muzycznym w Katowicach prowadziłem szkolną orkiestrę. To był duży zespół, skupiał prawie 70 uczniów. Byłem wymagającym nauczycielem. Z tyłu siedział z saksofonem mały chłopczyk, dziś muzyk wielkiej sławy Paweł Gusnar. Solistą szkolnej orkiestry był gitarzysta Marcin Dylla. Po 25 latach znów spotkaliśmy się na estradzie, tym razem w Łomży, przy nagrywaniu płyty. Jak-

ba Jakowicza również poznałem w tym czasie, jako trzynastoletniego chłopca.

– Co w planach nagrodzonej Fryderykiem Filharmonii?

– Będą piękne koncerty. W kwietniu „Muzyka na Wielki Tydzień” w kościele o. Kapucynów oraz festiwal „Wiosna Moniuszkowska” w związku z Rokiem Stanisława Moniuszki i koncert w Muzeum w Drozdowie. W maju, z okazji obchodów Dnia Polonii i Polaków za Granicą, będziemy koncertować razem z Orkiestrą Symfoniczną z Grodna. Jeden koncert odbędzie się w Łomży i dwa na Białorusi: w Grodnie oraz w Zalesiu, gdzie urodził się polski kompozytor Michał Kleofas Ogiński. W maju także koncert w Noc Muzeów i „estrada młodych talentów”.

– Bardzo pracowicie. Dziękuję za rozmowę.

Ostania ustawa

Sejm V kadencji, który obradował na 31 posiedzeniach, przerwała II wojna światowa. Cztery miesiące przed jej wybuchem (w maju) posłowie udzielili rządowi pełnomocnictw, dotyczących spraw gospodarczych i obrony Państwa. W ostatnim, nadzwyczajnym posiedzeniu, 2 września 1939 roku (zebrał się o godz. 15.00), uczestniczył premier Feliks Sławoj Składkowski i marszałek Edward Śmigły Rydz. Sejm uchwalił wówczas tylko jedną, ostatnią ustawę: „O czynnej służbie wojskowej posłów i senatorów”.

Na nadzwyczajnym posiedzeniu marszałek sejmu Wacław Makowski przemawiał do posłów: „Ta wojna, której uczestnikami staliśmy się obecnie, trwa nie od dziś. Toczy się ona od tysięcy lat. Wojna pomiędzy wolnością a niewolą, pomiędzy sprawiedliwością a gwałtem, pomiędzy broniem ziemi swojej, praw swoich i najwyższych wartości ludzkich Narodu Polskiego a chciwą zaborczością zbrodniczego najeźdźcy. (...) W imię wolności, w imię prawdy i wszystkiego, co jest szlachetne w człowieku, walkę tę wygrać musimy i wygramy. (...) Tak nam dopomóż Bóg!”.

Oficjalnie obie izby (sejm i senat) zostały rozwiązane zarządzeniem prezydenta Rzeczypospolitej Władysława Raczkiewicza 2 listopada 1939 roku (wydanym w Ambasadzie RP w Paryżu).

Duch uspołeczniający

W Bibliotece Sejmowej nie ma pełnego biogramu posła z Kałęczyna (jest notka o dacie urodzin – 19 września 1905 roku).

Jego nazwisko pojawia się w publikacjach międzywojennej łomżyńskiej prasy.

18 września 1921 roku w Kałęczynie została otwarta i poświęcona szkoła. „Jest to pierwsza szkoła wybudowana w Ziemi Łomżyńskiej po odzyskaniu niepodległości. Pierwsza szkoła w Niepodległej Polsce”, pisała wówczas „Gazeta Łomżyńska”. W uroczystym otwarciu uczestniczyli mieszkańcy wsi, gminy, inspektor szkolny. „Nie wątpimy, że szkoła ta stanie się naprawdę i szkołą życia i uspołeczniający duch uczelni promieniować będzie na wszystkich”, pisał reporter.

Przerwana kadencja



Rynek w Rutkach, 1916 rok

Stanisław Śleszyński z Kałęczyna miał 33 lat, był rolnikiem i wójtem gminy Rutki.

Do Sejmu ostatniej kadencji

II Rzeczypospolitej kandydował z drugiego miejsca z listy Obozu Zjednoczenia Narodowego (ugrupowanie

prorządowe). Uzyskał 47 727 głosów. Frekwencja wyborcza w okręgu łomżyńskim przekroczyła 80 proc. (w województwie 76,7 proc.).

Poselskie ślubowanie złożył 28 listopada 1938 roku

Stanisław Śleszyński następnego dnia po otwarciu szkoły skończył 16 lat. W Kałęczynie zaraził się „duchem uspołeczniającym”.

W 1931 roku Śleszyński z nauczycielem Stanisławem Nodzeńskim powołali we wsi Koło Związku Młodzieży Ludowej. Potrafili skupić młodzież i zainteresować ją

literaturą i teatrem. W drugi dzień świąt Bożego Narodzenia członkowie Koła przedstawili spektakl „Aby handel szedł”. Na premierę zaprosili mieszkańców Kałęczyna i przy okazji zorganizowali zbiórki na założenie wiejskiej świetlicy. Publiczność wsparła pomysł: zebrali 80,80 zł. Świetlicę zorganizowali w szkole.

„Koło pomyślnie się rozwija, wykazuje żywotną pracę. W ciągu dwóch miesięcy urządzono dwa przedstawienia teatralne, reżyserowane przez nauczyciela p. S. Nodzeńskiego, wspólny opłatek i akademię w rocznicę powstania styczniowego”, opisywał aktywność Koła reporter „Przeglądu Łomżyńskiego”.

Koło organizowało także odczyty. Stanisław Śleszyński mówił o kulturze rolnej oraz o znaczeniu nawozów sztucznych w produkcji roślinnej, a nauczyciel Nodzeński o znaczeniu powstania styczniowego i obowiązkach obywatelskich wobec ojczyzny.

Wójtowanie

W latach 1931 – 1938 Stanisław Śleszyński był wójtem Rutek. Za jego kadencji zbudowany został nowy budynek szkolny. Wójt skorzystał z pomocy Towarzystwa Popierania Budowy Publicznych Szkół Powszechnych, któremu przewodniczył Marszałek Senatu Władysław Raczkiewicz. Towarzystwo udzielało gminom nieoprotentowaną pożyczkę w wysokości

25 proc. wartości na 20 lat. W Rutkach powstało koło Towarzystwa. Do budowy włączali się mieszkańcy, którzy przekazywali drewno, żwir i swoją pracę.

Gmina miała kłopot z wodą. W 1936 roku „Przegląd Łomżyński” nazwał Rutki „bezwodną pustynią”. Tygodnik opisywał dwie ogólnie dostępne studnie w gminie, z których jedna była na rynku, a druga na targowisku. Obie były „zbiornikami wszelkich nieczystości”.

Za czasów wójtowania Śleszyńskiego w Rutkach powstało Koło Rolnicze. Wójt został jego prezesem. Był propagatorem podnoszenia kultury rolnej. O jego popularności w środowisku może świadczyć wynik wyborów do sejmu.

Stanisław Śleszyński został aresztowany przez NKWD 22 grudnia 1939 roku w Kałęczynie. Do 30 grudnia był więziony w Łomży, a następnie w Homlu i Mińsku. Nie wiadomo, gdzie zginął.

Pamięć

„Planujemy upamiętnić byłego posła i byłego wójta Rutek Stanisława Śleszyńskiego”, poinformował na ostatniej sesji Rady Gminy obecny wójt Rutek Dariusz Modzelewski. Tablica poświęcona Śleszyńskiemu zostanie umieszczona na budynku Urzędu Gminy w Rutkach.

MARIA TOCKA

Ogłoszenie w KONTAKTACH

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

BUDOWNICTWO

PRODUCENT SIATKI OGRODZENIOWEJ.

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

(fak.00054/19-o-i)

FINANSE

POŻYCZKA NA DOWÓD.
Bez zaświadczeń, minimum
formalności. Zadzwoń: 857146102
(fak.00039/19-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 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)

Zatrudnię murarzy, pomocników.
Zapewniam kwaterę.
Tel. 504 – 391 – 071

(fak.00048/19-o)

PRZYJMĘ

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

ROLNICTWO

Zakupię ciągniki Ursus, Zetor,
New Holland, Same, Landini,
Massey Ferguson, Renault,
Foton, Farmtrac, Deutz, John
Deere itd. każdy stan oraz prasy,
belarki Sipma, Warfama, Carraro,
Gallignani itd. Gotówka od ręki.
Dzwoń, pisz. 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)

Wylęgarnia drobiu Marianowo
prowadzi zapisy i sprzedaż kur-
cząt oraz kurek odhodowa-
nych. 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)

RÓŻNE

Tuja szmaragd, 0,62 zł.
Tel. 518 – 518 – 835

(p-000990-o)

Gospodarstwo Rybackie.

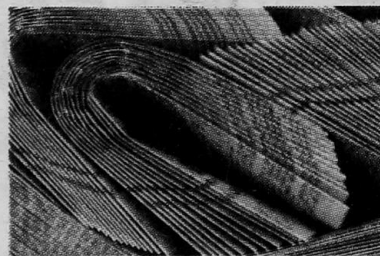
Materiał zarybieniowy.

Różne gatunki.

Łomża, ul. Wojska Polskiego 96.

Tel. 511 – 212 – 467

(fak.00053/19-o-i)



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)

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

plus kolorowy
magazyn
telewizyjny



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



Przed Sądem Rejonowym w Łomży Wydział Cywilny toczy się po-
stępowanie w sprawie sygn. akt I Ns 905/18 z wniosku Marty Go-
dlewskiej, Aleksandry Długoleckiej, Beaty Elżbiety Mieczkowskiej,
Piotra Edwarda Godlewskiego, Karoliny Boruckiej, Tomasza Boruc-
kiego o zasiedzenie nieruchomości zabudowanej budynkiem miesz-
kalnym, położonej w miejscowości Jedwabne przy ul. Nowej 12,
składającej się z działki gruntu o numerze 882, o pow. 0,0419 ha.

Wzywa się wszystkich zainteresowanych, aby w terminie 3 mie-
sięcy od daty ukazania się niniejszego ogłoszenia zgłosili się i wy-
kazali swoje prawa własności do przedmiotowej nieruchomości,
gdyż w przeciwnym razie Sąd stwierdzi zasiedzenie zgodnie
z wnioskiem, o ile zajądą ku temu przewidziane prawem przesłanki.

Ogłoszenie w gazecie
żyje dzień.



Ogłoszenie w tygodniku
KONTAKTY
żyje tydzień

**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



**DOBRY JOGURT
TO Z GRECJI**

**A NAJLEPSZY
Z PIĄTNICY**



**Z PIĄTNICY,
NO BO SKĄD.**



PIĄTNICA

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 Volkswagen Passat B6, (XI.2007), 1.9 diesel, sedan, przebieg 323 000 km, kolor srebrny metalik, cena 18 000 zł do uzgodnienia, tel. 604 - 225 - 062 (o/b)

Sprzedam Seat Arosa, (2002), 1.4 benzyna, sprowadzony z Niemiec, cena 4 200 zł, tel. 663 - 053 - 882 (o/b)

Sprzedam Nissan Almera, (2000), 1.5 16V, benzyna, 90 KM, przebieg 63 200 km, pierwszy właściciel, zadbane, serwisowany, garażowany, cena 6 000 zł, tel. 516 - 084 - 454 (o/b)

Sprzedam Ford Kuga, (2009), 2.0 TDCI, stan super, pierwszy właściciel, cena 33 000 zł, tel. 513 - 301 - 551 (o/b)

Sprzedam Mercedes W124 250D, (1992), cena 3 200 zł do uzgodnienia, tel. 530 - 046 - 258 (o/b)

Sprzedam Toyota Yaris, (2005), 1.0 benzyna, przebieg 165 000 km, 3-drzwiowy, czerwony, klimatyzacja, koła lato-zima, opłaty ważne na rok, cena 6 900 zł, tel. 507 - 636 - 751 (o/b)

Sprzedam przyczepę kempingową Niewiadów N-126, niezarejestrowana, cena 1 800 zł, tel. 660 - 270 - 956 (o/b)

Sprzedam Ford Focus, (2004), 1.8 diesel, cena 5 500 zł, tel. 667 - 961 - 331 (o/b)

Sprzedam skuter Zipp, (2017), stan bardzo dobry, cena 1 000 zł, tel. 572 - 884 - 199 (o/b)

Sprzedam Opel Movano, (2010), cena 19 500 zł, tel. 728 - 343 - 757 (o/b)

Sprzedam skuter motorower 50 cm³, (2008), stan dobry, cena 750 zł, tel. 517 - 284 - 899 (o/b)

Sprzedam Hyundai Tuscon, (2007), 2.0 diesel, 6 miesięcy w Polsce, stan bardzo dobry, nowy rozrząd, doinwestowany, bez wkładu finansowego, bogate wyposażenie, cena 17 500 zł, tel. 512 - 576 - 250 (o/b)

OGŁOSZENIA BEZPŁATNE MOTORYZACYJNE

Sprzedam Opel Vectra B, (1996), 1.8 benzyna + gaz, w całości lub na części, cena 1 550 zł, tel. 537 - 378 - 118 (o/b)

Sprzedam Renault Scenic, (1997), 1.6 B 8V, bordowy, długie opłaty, cena 1 550 zł, tel. 537 - 378 - 118 (o/b)

Sprzedam Fiat Grande Punto, (2008), 1.4 benzyna + gaz sekwencyjny, sprawne, ważny przegląd i ubezpieczenie, w ciągłej eksploatacji, cena 4 300 zł, tel. 796 - 058 - 639 (o/b)

Sprzedam Fiat Croma, (2005), 2.2 16V, benzyna, 144 KM, elektryczne szyby i lusterka, centralny zamek, klimatyzacja, hak, stan techniczny bardzo dobry, cena 12 000 zł, tel. 500 - 302 - 038 (o/b)

Sprzedam Renault Clio, (1998), 1.4 benzyna, OC i przegląd ważne, jeździ, pali, cena 1 499 zł do uzgodnienia, tel. 501 - 174 - 283 (o/b)

Sprzedam Volkswagen Vento, (1996), diesel, sedan, 90 KM, przebieg 320 000 km, cena 1 600 zł, tel. 661 - 918 - 229 (o/b)

Sprzedam Fiat Punto II, (2003), 1.2 benzyna + gaz, przebieg 133 500 km, bardzo dobry stan techniczny i wizualny, cena 4 300 zł do uzgodnienia, tel. 791 - 824 - 326 (o/b)

Sprzedam Nissan Almera, (2002), 1.8 benzyna, stan bardzo dobry, cena 4 000 zł do uzgodnienia, tel. 507 - 238 - 883 (o/b)

Sprzedam Ford Focus C-Max, (2003), 1.8 benzyna, 120 KM, elektryczne szyby, ABS, ESP, centralny zamek, cena 10 700 zł, tel. 784 - 585 - 711 (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 Renault Laguna 2, (2002), 1.9 dci, diesel, stan dobry, opłaty do stycznia 2020 r., cena 3 300 zł do uzgodnienia, tel. 603 - 054 - 981 (o/b)

Sprzedam Toyota Corolla Verso, (2002), 116 KM, diesel, auto rodzinne, cena 11 500 zł do uzgodnienia, tel. 883 - 138 - 808 (o/b)

Sprzedam Audi A6 C5, s-line, 2.4 benzyna, nowe opony, stan bardzo dobry, opłaty do grudnia, cena 8 000 zł do uzgodnienia, tel. 508 - 016 - 402 (o/b)

Sprzedam Audi A3, (2004), stan bardzo dobry, przebieg 250 000 km, cena 13 900 zł do uzgodnienia, tel. 507 - 580 - 198 (o/b)

Sprzedam Volvo S60, (2001), benzyna + LPG, stan dobry, cena 10 500 zł do uzgodnienia, tel. 502 - 960 - 021 (o/b)

Sprzedam Ford Focus, kombi, przebieg 260 000 km, ważny przegląd i ubezpieczenie, drugi właściciel, bezwypadkowy, dobry stan techniczny, cena 3 000 zł, tel. 889 - 787 - 383 (o/b)

Sprzedam Audi A4 B6, (2001), 1.9 TDI, 130 KM, klimatyzacja, centralny zamek, cena 12 900 zł do uzgodnienia, tel. 574 - 863 - 786 (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.

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

OGŁOSZENIA BEZPŁATNE ROLNICZE

Sprzedam rozrutnik Sipma,
2-osiowy, cena do uzgodnienia,
tel. 514 - 269 - 274

(o/b)

Sprzedam drut 8, cena 1,50 zł za
kg; wałek przekątnika do belarki,
cena 400 zł, tel. (86) 473 - 80 - 48

(o/b)

Sprzedam młynek bijakowy Bąk,
cena 800 zł; rozrutnik 1-osiowy,
cena 2 500 zł; rozrutnik 2-osiowy,
cena 3 800 zł,
tel. (86) 473 - 80 - 48

(o/b)

Sprzedam rozsiewacz do
nawozów, konny, z zaczepem
do ciągnika, cena 300 zł
do uzgodnienia,
tel. 665 - 825 - 441

(o/b)

Sprzedam beczkowóz, 6 000 litrów,
cena 13 500 zł; kosiarkę Claas 2,70 N,
bębnowa, cena 17 000 zł; głębosz
Lemken, 3 m, cena 9 500 zł,
tel. 663 - 053 - 882

(o/b)

Sprzedam młynek bijakowy
na jednej stopie, silnik 11 KW,
cena 1 650 zł, tel. 660 - 270 - 956

(o/b)

Sprzedam siewnik do nawozów
Amazona, ładowność 600 kg,
stan bardzo dobry, cena 3 500 zł,
tel. 509 - 912 - 644

(o/b)

Sprzedam chwytak na tył ciągnika,
masztowy, cena 3 000 zł,
tel. 509 - 912 - 644

(o/b)

Sprzedam prasę rolującą Metal Fach,
(2006), siatka, sznurek, centralne
smarowanie, cena 18 000 zł,
tel. 691 - 014 - 384

(o/b)

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

(o/b)

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

(o/b)

Sprzedam pługi 3-skibowe,
obracane, cena 2 600 zł,
tel. 667 - 961 - 331

(o/b)

Sprzedam agregat uprawowy,
cena 7 000 zł, tel. 667 - 961 - 331

(o/b)

Sprzedam słomę, bele, 15 sztuk,
cena 40 zł za sztukę,
tel. 667 - 961 - 331

(o/b)

Sprzedam ciągnik C-360, (1988),
stan dobry, cena 15 400 zł,
tel. 797 - 651 - 100

(o/b)

Sprzedam wał posiewny,
zawieszany, 4 m, cena 6 000 zł,
tel. 691 - 014 - 384

(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 Fendt 309 LS,
cena 36 000 zł, tel. 516 - 050 - 332

(o/b)

Sprzedam kosiarkę dyskową Unia
Famarol, (2005), szerokość 2,10 m,
składana hydraulicznie, stan
bardzo dobry, cena 4 700 zł,
tel. 691 - 015 - 890

(o/b)

Sprzedam owijkę Warfama,
(2012), stan bardzo dobry,
automat, załadunek przedni, dyszel
hydrauliczny, szerokie opony,
stawiacz bel, cena 28 000 zł,
tel. 691 - 015 - 890

(o/b)

Sprzedam rozrutnik 1-osiowy
Czarna Białostocka, stan dobry,
cena 3 200 zł, tel. 691 - 431 - 427

(o/b)

Sprzedam bele siana
i sianokiszonki, 50 sztuk,
cena 100 zł za sztukę,
tel. 692 - 399 - 383

(o/b)

Sprzedam prasę kostkującą Sipma,
(1992), stan bardzo dobry,
cena 8 200 zł, tel. 504 - 958 - 451

(o/b)

Sprzedam siewnik do kukurydzy
Monosem, 4-rzędowy, nowszy typ,
wysiew nawozów, cena 11 800 zł,
tel. 609 - 372 - 586

(o/b)

Sprzedam talerzówkę John Deere,
na kołach, 3,60 m, stan bardzo
dobry, cena 11 500 zł do
uzgodnienia, tel. 600 - 380 - 973

(o/b)

Sprzedam siewnik do kukurydzy,
4-rzędowy, mechaniczny,
cena 2 000 zł do uzgodnienia,
tel. 691 - 242 - 088

(o/b)

Sprzedam słomę owsianą w
belach, 7 sztuk, cena 100 zł za
szukę, tel. 669 - 833 - 609

(o/b)

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

(o/b)

Sprzedam zgrabiarkę Pottingier,
czołowa, karuzelowa, szerokość
robocza 3 m, stan bardzo dobry,
cena 3 500 zł, tel. 662 - 121 - 553

(o/b)

Sprzedam pług Lemken, wszystkie
części w stanie bardzo dobrym,
cena 13 500 zł, tel. 791 - 670 - 111

(o/b)

Sprzedam pługi 4-skibowe
Agromasz, kółko w komplecie,
nowe lemiesze z dłutami, stan
bardzo dobry, cena 2 700 zł do
uzgodnienia, tel. 500 - 320 - 840

(o/b)

Sprzedam rozrutnik obornika
Jeantil, ładowność 8-9 ton,
sprowadzony, cena 15 000 zł do
uzgodnienia, tel. 500 - 320 - 840

(o/b)

Sprzedam prasę belującą Metal
Fach, (2005), stan bardzo dobry,
sprawna, cena 18 700 zł do
uzgodnienia, tel. 660 - 529 - 185

(o/b)

Sprzedam ciągnik Ursus C-330
z kabiną, (1985), stan dobry,
cena 13 900 zł, tel. 660 - 270 - 956

(o/b)

Sprzedam sadzarkę kubelkową,
cena 950 zł, tel. 660 - 270 - 956

(o/b)

Sprzedam kosiarkę rotacyjną
Samasz, 1,85 m, hydraulicznie
składana, cena 3 500 zł,
tel. 662 - 790 - 786

(o/b)

Sprzedam rozsiewacz lejek,
cena 500 zł, tel. (86) 270 - 14 - 20

(o/b)

Sprzedam ciągnik Ursus C-330,
(1974), wszystko sprawne, ważny
przegląd i OC, stan techniczny
bardzo dobry, cena 12 500 zł do
uzgodnienia, tel. 503 - 813 - 228
lub 600 - 237 - 654

(o/b)

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

(o/b)

Sprzedam ciągnik C-330, (1988),
cena 15 000 zł, tel. 512 - 308 - 146

(o/b)

Sprzedam rozrutnik 1-osiowy
Czarna Białostocka, stan bardzo
dobry, cena 3 500 zł,
tel. 512 - 308 - 146

(o/b)

Sprzedam kosiarkę rotacyjną
Słupsk, cena 1 500 zł,
tel. 605 - 443 - 380

(o/b)

Sprzedam kombajn Bizon 56
z sieczkarnią, stan bardzo dobry,
duże koła, cena 20 000 zł,
tel. 605 - 443 - 380

(o/b)

Sprzedam pasę belującą Welger
LP-200, cena 11 000 zł,
tel. 690 - 656 - 353

(o/b)

KUPON

BEZPŁATNE OGŁOSZENIE
ROLNICZE

Treść ogłoszenia do 15 słów:

Warunkiem ukazania się ogłoszenia jest
podanie ceny!

Imię i nazwisko ogłaszającego:

Adres:

Tel.:

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

Czytelny podpis:

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

**Zaprenumeruj na rok
= 15 numerów
za darmo!**

Każde wydanie Tygodnika Podlaskiego „Kontakty” zawiera kolorowy dodatek telewizyjny.

Dla prenumeratorów 5 % rabatu na ogłoszenia!

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

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

Cennik i promocje:

1 miesiąc – 10 zł (~~10,80 zł~~)

3 miesiące – 30 zł (~~35,10 zł~~)

6 miesięcy – 55 zł (~~70,20 zł~~)

12 miesięcy – 100 zł! (~~140,40 zł~~)

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



Prenumerata realizowana przez RUCH S.A:

Prenumerata krajowa: zamówienia na prenumeratę w wersji papierowej i na e-wydania można składać bezpośrednio na stronie www.prenumerata.ruch.com.pl. Ewentualne pytania prosimy kie-

rować na adres e-mail: prenumerata@ruch.com.pl lub kontaktując się z Telefonicznym Biurem Obsługi Klienta pod numerem: 801 800 803 lub 22 717 59 59 – czynne w godzinach 7.00 – 18.00. Koszt połączenia wg taryfy operatora.

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

E-KONTAKTY wydanie elektroniczne identyczne z wydaniem papierowym na: www.kontakty-tygodnik.com.pl

Zamawiaj więcej płacąc mniej!

teraz pakiety promocyjne

dla wszystkich formatów odbitek

zdjęcia 10x15 już od **0,49 zł**

foto gabs
digital

ŁOMŻA, STARY RYNEK 16

ŁOMŻA, DMOWSKIEGO 1B

Kodak Express
Digital Solutions





Uparty bezmyślniak

Dojrzały (60 lat) mieszkaniec Kolna trafił przed sąd, gdyż policjanci przyłapali go na jeździe bez uprawnień. Po rozprawie został znowu zatrzymany, gdyż policjanci zauważyli, że spod sądu odjechał... za kierownicą chyslera. Znowu stanie przed sądem!

Handlowali bronią

Według Prokuratury Krajowej, dowody wskazują, że w latach 2016-2018 w Nurze, Szepietowie, Ciechanowcu i Sokołowie Podlaski dochodziło do nielegalnego handlu bronią i amunicją. Zarzuty w tej sprawie usłyszało 9 osób. Za nielegalny handel bronią grozi do 10 lat więzienia.

REKLAMA

Zginął na oczach ojca

W czasie rozładunku drewna, przywiezionego tuż po wycince z pobliskiego lasu, w pewnym momencie fragment ciężkiego pnia spadł z przyczepy wprost na siedmioletniego chłopca, przygniatając go do ziemi. Natychmiast wezwano na miejsce karetkę pogotowia. Obrażenia dziecka okazały się jednak zbyt poważne, nie udało się go uratować. Do tragedii doszło na wsi pod Siemiatyczami.

Złodziej za wersalką

Mieszkanka (lat 23) gminy Radziłów zgłosiła policji w Grajewie kradzież portfela z dokumentami i pieniędzmi (1700 zł). Podejrzewała, że sprawcą kradzieży był

znajomy, który ją odwiedził i nagle zniknął. Poszukiwania złodzieja nie trwały długo, został zatrzymany następnego dnia. Kiedy zobaczył policjantów wszedł za wersalkę i nie chciał wyjść. Poleżeć może nie poleży, ale posiedzieć za to może.

Pobił nauczyciela deską

Pobił deską po głowie bez powodu nauczyciela matematyki, a wychowawczyni groził śmiercią dziesięcioletniak, osadzony w białostockim poprawczaku. W środę, 27 marca, po błyskawicznej rozprawie, na której złożył wniosek o dobrowolne poddanie się karze, usłyszał wyrok 2 lat więzienia.

Bezczelny rabuś

W biały dzień ukradł w sklepie w Łomży towar za kilkaset złotych. Wybiegł, ale zaczęły go gonić pracownicy sklepu krzycząc, że to złodziej. Taki obrazek zobaczyli mundurowi Administracji Skarbowej i po chwili rabuś (29 lat) był w ich rękach. Trafił przed sąd.

Płonące bmw pod kościołem

Zwarcie instalacji elektrycznej było prawdopodobną przyczyną zapalenia się bmw na parkingu przed kościołem w Nowogrodzie. Najpierw pokazał się dym, a później ogień spod bagażnika auta. Ugasili je strażacy, nikomu się nic nie stało.



REPORTAŻE ŚLUBNE TANIEJ NIŻ MYŚLISZ

PRZYJDŹ SPRAWDŹ OBEJRZYJ

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

Poradnia psychologa

Pary w miłosnym uścisku

Czuję się nie bardzo, gdy widzę w miłosnym uścisku parę jednopłciową. Nic na to nie poradzę, zresztą nie jestem też za tym, by pary tradycyjne tak się zachowywały. Czy ze mną jest coś nie tak?

Marcin

Rozumiem, że na widok uścisków pary homoseksualnej budzi się coś w rodzaju „estetycznego niesmaku”. Niektóre rzeczy traktujemy jako brzydkie, tak jak brzydki może być budynek, samochód czy rzeźba. Widok takiego „obiektu” rodzi właśnie estetyczny niesmak. To samopoczucie może jednak wynikać również z łamania uznawanych przez nas norm społecznych. Każda kultura, cywilizacja, grupa społeczna tworzy normy, mówiące o tym, co jest dobre i słuszne, a co złe, niedopuszczalne lub karygodne. Na tej podstawie między innymi oceniamy, „co jest normalne, a co jest nienormalne” i jeśli czyjeś zachowania odbiegają znacząco od owej normy, odczuwamy nie tylko „estetyczny niesmak”, ale raczej oburzenie, zgorszenie, potępiamy, „udzielamy nagany”. Tu mamy już do czynienia z silniejszymi emocjami, niż „estetyczny niesmak” oraz negatywną ocenę moralną. Jednak widok homoseksualnej pary może wywoływać nie tylko dyskomfort estetyczny, czy oburzenie moralne, ale też emocje o wiele głębsze.

Wiemy, że ludzka psychika jest bardzo złożona i czasem posiadamy pragnienia, z których sami możemy nie zdawać sobie sprawy.



Weźmy przykład. Ktoś ma skłonności autodestrukcyjne. To niedoszły samobójca. Będzie nadmierne bać się i unikać, na przykład, latania samolotem lub prowadzenia auta, bo „na pewno zdarzy mi się wypadek i umrę”. Może nawet rozwinąć się fobia na samoloty lub samochody. Tak można wyjaśnić homofobię: czuję wstręt do homoseksualistów dlatego, że boję się własnych homoseksualnych skłonności. To rzadki przypadek, ale i on może sprawiać, że na widok homoseksualnej pary reagujemy silnymi emocjami, „dyskomfortem”.

Oczywiście, w najmniejszym stopniu nie sugeruję, że ma Pan stłumione skłonności homoseksualne i broni się przed nimi przez odczuwanie obrzydzenia wobec par jednopłciowych. Pyta Pan jednak, „czy coś jest ze mną nie tak”? Gdyby Pana „dyskomfort” wynikał z tego ostatniego mechanizmu, moglibyśmy mówić o jakimś rodzaju psychopatologii. Jeśli źródłem dyskomfortu są inne mechanizmy (a moim zdaniem tak wynika z opisanych przez Pana reakcji), nie ma tu żadnej psychopatologii.

Dr Marcin Florkowski
psycholog



Przysmak podlaski

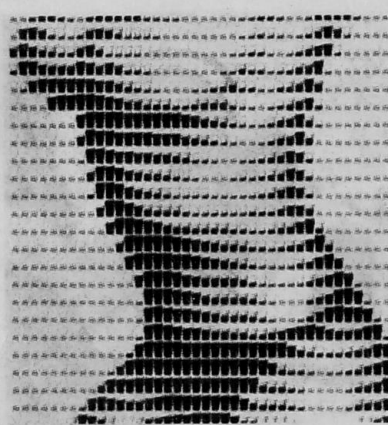
Wątróbka z fasolą

Składniki:

- 30 dag kurzej wątróbki
- 15 dag małej perłowej fasoli
- 20 dag pieczarek
- 1 łyżka oleju
- 3 łyżki masła
- mała cebula, posiekana
- 3 ząbki czosnku
- 3 łyżki octu balsamicznego
- 50 ml białego wina
- natka pietruszki

Fasolę moczymy całą noc. Odcedzamy, zalewamy świeżą wodą, solimy, gotujemy do miękkości. Odcedzamy, lekko studzimy. Wątróbki czyszcimy z żył. Na patelni rozgrzewamy olej i łyżkę masła, wkładamy cebulę, po minucie wątróbkę.

Podsmażamy razem ok. 3 min na złoty kolor, wyjmujemy. Na tę samą patelnię dajemy grzyby i czosnek, obsmażamy ok. 2 min. Dokładamy ugotowaną fasolkę, resztę masła, wątróbki, zalewamy octem i białym winem, doprawiamy do smaku solą, pieprzem i cukrem. Przykrywamy i dusimy maksymalnie 3 min. Przed podaniem mieszamy z posiekaną natką pietruszki. Jemy z chlebem.



Pytanie intymne

Chciałbym dowiedzieć się, jak długo powinien trwać normalny stosunek. Koledzy przechwalają się, że „bawią” się długo. Nigdy dokładnie nie mierzyłem swojego czasu. Najpierw długo się pieścimy, a potem kochamy około 10 minut. Nie wiem, czy to normalne? Chciałbym kochać się dłużej, ale nie wiem, jak to zrobić?

Jerzy

Z kolegami zawsze bywa tak, że lubią się przechwalać i wyolbrzy-

mić swoje erotyczne osiągnięcia i podboje. Trzeba pamiętać, że seks nie jest dziedziną sportu, w którym bije się rekordy. Trzeba kochać się normalnie, czyli tak, jak macie na to ochotę. Raz będzie dłużej, kiedy indziej krócej i zależeć to będzie od nastroju, warunków, okoliczności. Nie ma reguł, dotyczących czasu trwania stosunku. Seksuolodzy twierdzą, że w pełni satysfakcjonujący akt seksualny nie musi wcale być długi. Przeciętnie trwa od 3 do 13 minut. Za krótko trwa stosunek, gdy kończy się w minucie, za długo (może być męczący dla kobiety), gdy trwa więcej niż pół godziny. Gdy para czuje niedosyt, może przecież zawsze erotyczną rozkosz wydłużyć grą wstępną lub ją powtórzyć. Jak trochę wydłużyć stosunek? Najprościej w momencie, gdy czujecie, że zbliża się kulminacja, zwolnić lub przerwać na chwilę aktywność i trwać w zespole, a po chwilowym ochłonięciu, ponowić stosunek.



Lekarz domowy

Często puchną mi nogi, czasami bolą. Smaruję je rozgrzewającymi maściami, ale to niewiele pomaga. Czy to objawy jakiejś choroby?

Anna

Ból, zmęczenie i opuchlizna to ostrzegawcze sygnały organizmu, których nie można bagatelizować. Pojawiają się nie tylko przy zmęczeniu. Występują, na przykład,

przy zapaleniu żył. Jeśli towarzyszą im zimne stopy i bledność skóry, mogą być problemy z krążeniem. Gdy ból i obrzęk występują najczęściej rano, można podejrzewać zwyrodnienie stawów i choroby reumatyczne. Obrzęk nóg i duszności sygnalizować mogą niewydolność pracy serca. Nogi oraz ręce puchną też przy chorobie nerek. Trzeba koniecznie zgłosić się do lekarza.

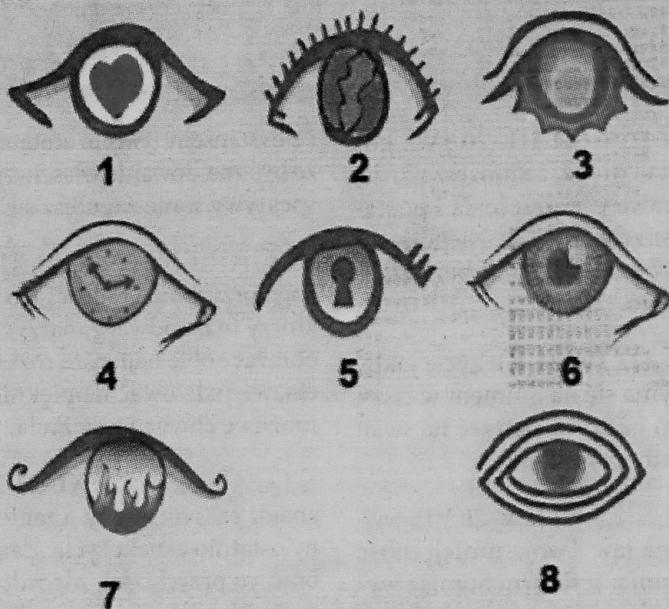
Pod paragrafem

Jestem już zdecydowana, proszę tylko o odpowiedź, czy wystarczy pójść do sądu w Zambrowie i powiedzieć, że chcę rozwód?

Aneta

O sprawach rozwodowych rozstrzyga sąd okręgowy. W Zambrowie jest sąd rejonowy. Okręgowy jest w Łomży. Nie wystarczy powiedzieć. W sądzie składa się pozew z uzasadnieniem. W uzasad-

nieniu należy opisać okoliczności rozpadu małżeństwa, przedstawić dowody, wskazać świadków. Konieczne jest podanie informacji o dzieciach, stosunkach majątkowych i zarobkach małżonków. Do pozwu trzeba dołączyć odpis aktu małżeństwa, odpis aktów urodzenia wspólnych dzieci oraz zaświadczenie o dochodach. Rozprawę o rozwód poprzedza posiedzenie pojednawcze.



Co o Tobie mówi „Twoje” oko? Wybierz jedno i sprawdź

1. Wierzysz w to, że warto każdego wpuścić do swojego serca i lepiej zaryzykować, niż zamknąć się na cały świat. Nie pokazujesz swoich lęków i niepewności, uważasz, że samotnie najlepiej sobie poradzisz ze swoimi problemami, choć masz przyjazne nastawienie praktycznie do każdego.

2. Uwielbiasz robić dobre wrażenie. Uważasz, że to, co robisz może zmienić nie tylko Twoje życie, ale także życie innych. Twoja aktywność jest godna podziwu!

3. Próbujesz nie pokazywać innym, co Cię dręczy i ukrywasz swoje czarne myśli. Potrafisz wiele wytrzymać i jesteś ekspertem od zbierania się po upadku.

4. Cenisz doszukiwanie się głębszego sensu nawet w zwykłych wydarzeniach, często zagłębiasz się myślach. Życie jest dla Ciebie jak puzzle, którymi lubisz się bawić, dopóki nie złożysz wszystkich kawałków w jedną całość.

5. Jesteś typem osoby, która sama jeszcze nie do końca poznała siebie, więc powodzenia tym, którzy

spróbują Cię poznać! Jesteś miksem wielu sprzeczności, a Twoje nastroje zmieniają się codziennie. Uwielbiasz obserwować i poznawać innych, ale nie przepadasz za opowiadaniem o sobie.

6. Widzisz wszystko i nie zapominasz o niczym. Czujesz, że najmniejsze rzeczy mają wpływ na Twoje życie i uczucia. Łatwo doprowadzić Cię zarówno do śmiechu, jak i płaczu. Często potrafisz przewidzieć, co wydarzy się w Twoim życiu.

7. Albo coś kochasz, albo nienawidzisz. Dla Ciebie nie istnieje nic pomiędzy tymi dwoma skrajnościami. Masz opinię na każdy temat i potrafisz szybko podejmować decyzje. Momentami bywasz jak granat, ale za to szybko przechodzi Ci złość.

8. Jest w Tobie wulkan energii. Nie przejmujesz się zasadami czy tradycją. Wszystko robisz na swój sposób i nie znosisz, kiedy ktoś Ci coś narzuca. Nie masz nic do ukrycia i śmiejesz się w twarz tym, którzy próbują Cię oceniać.

ROZRYWNIK ROZRYWNIK



Stary Rynek w Łomży. Kobieta sprzedaje wiosenne kwiaty:

– Kup pan bukiet! Cały tydzień będzie stał...
– Naprawdę? To poproszę cztery.

To naprawdę wkurzające, kiedy nie jesteś przesądny i nie wierzysz w żadne znaki, a policjant z drogówki wierzy.

– Co tam u ciebie? – pyta matka.
– Koleżankę zaprosiłem – odpowiada syn.
– Brawo, co przygotowałeś?
– Wszystko, co trzeba. I wszystko świeże: pościel, prześcieradło, ręcznik...

– Jak nazywa się kobieta, która zawsze wie, gdzie jej mąż znajduje się w nocy?
– Wdowa.

Dziewczyna przyszła do wróżki:
– Zakochali się we mnie dwaj chłopcy. Powiedz, któremu się poszczęści?

Wróżka rozłożyła karty, potem uważnie popatrzyła na dziewczynę i mówi:

– Poszczęści się Kubie.
– Hurra! Znaczący, że wyjdę za Kubę!
– Nie, wyjdiesz za Maćka.
– Co robi deszcz, kiedy jest zmęczony?
– Pada.

Premier Morawiecki przyjechał w towarzystwie ekipy TVP do wiejskiej szkoły w gminie pod Wysockiem Mazowieckim, która w ponad 80 proc. popiera PiS.

– Dobrze wam się żyje? – zażartował premier.

– Dobrze! – zażartowali nauczyciele.

Do domu sławnego polityka przychodzą dziennikarze.

Drzwi otwiera im jego syn.
– Twój tata jest teraz w PSL, PO, czy PiS? – pytają.

– Mój tata jest teraz w WC.

– Mój synu, moim obowiązkiem jest uprzedzić cię, iż ze względów bezpieczeństwa ta spowiedź jest nagrywana.

KLUB ANONIMOWYCH PRACOHOLIKÓW



e-kontakty

wydanie elektroniczne
identyczne z wydaniem
papierowym na:

www.kontakty-tygodnik.com.pl

Tu warto być

Białystok

Opera i Filharmonia Podlaska (ul. Odeska 1, tel. 85 306 75 01):

■ „Doktor Żywago”, musical oparty na zakazanej przez wiele lat w ZSRR powieści Borysa Pasternaka „Doktor Żywago”, uznanej za jedną z najpiękniejszych w literaturze światowej historii o miłości, nagrodzonej Nagrodą Nobla; sobota, 30 marca, godz. 19.00 oraz niedziela, 31 marca, godz. 18.00.

Grajewo

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

■ Koncert Wiosenny Grajewskiej Orkiestry Dętej, przepełniony hitami muzyki poważnej, rozrywkowej i estradowej pod batutą Ryszarda Jasionowskiego. Gościnnie wystąpią m.in. Aleksandra Czaplicka i Piotr Michalski; piątek, 29 marca, godz. 17.00. Wstęp wolny.

■ Kawiarenka Kulturalna z muzyką na żywo w wykonaniu Adama Zanio; poniedziałek, 1 kwietnia, godz. 18.30. Wstęp wolny.

■ „Wielka sława to żart”, czyli koncert operetkowy i musicalowy ze słynnymi ariami operetkowymi, pieśniami neapolitańskimi, znanymi melodiami filmowymi oraz szlagierami muzyki rozrywkowej, przeplatane humorem; piątek, 5 kwietnia, godz. 18.00.

Kolno

Kolneński Ośrodek Kultury i Sportu (ul. Konopnickiej 4, tel. 86 278 22 21):

■ Najpiękniejsze piosenki Agnieszki Osieckiej w wykonaniu Dziecięcego Teatru Muzycznego pod opieką Anny Podeszwik z akompaniamentem Pawła Podeszwika (Hotel Colnius); niedziela, 30 marca, godz. 18.00. Wstęp wolny.

Łomża

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

■ Koncert orkiestry Filharmonii, zatytułowany „Amadeus” pod gościnną batutą Giancarlo de Lorenzo (Włochy) z solistą Antonio di Cristofano (fortepian), aula PSM, Al. Legionów 36; czwartek, 28 marca, godz. 18.30.

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

■ Piano Day z solowym koncertem Kuby Płużka, jednego z najbardziej utalentowanych i kreatywnych pianistów polskiej młodej sceny jazzowej. W tym roku piąty raz świat świętuje Piano Day, który odbywa się zawsze w 88 dniu roku, ponieważ tyle właśnie klawiszy ma fortepian. Święto powstało dzięki idei niemieckiego pianisty Nilsa Frahma. Pomysł artysty szybko podchwycili inni muzycy; sobota, 30 marca, godz. 19.00.

■ Koncert zespołu metalowego Kat & Roman Kostrzewski z utworami z nowego albumu, zatytułowanego „Popiór”; niedziela, 31 marca, godz. 19.00.

Galera N (Klub Wojskowy, al. Legionów 133, tel. 261 385 239):

■ Otwarcie wystawy „Godzina z widokiem” Danuty Kasińskiej, na którą składają się gobeliny i obrazy tworzone w latach 2010 – 2018. W programie występ artystów Filharmonii Narodowej w Warszawie; wtorek, 2 kwietnia, godz. 18.00.

Zambrów

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

■ Występ znanego kabaretu „Paranienormalni”, bilety w kasie kina (tel. 86 475 44 88); sobota, 30 marca, godz. 20.00.

■ Koncert Teresy Werner, solistki Zespołu Pieśni i Tańca „Śląsk” (kariera solowa od 2011); piątek, 5 kwietnia, godz. 18.00.

Repertuar kin:

■ **Relax Grajewo:** 30–31 marca – „Gorgi, psiak królowej”, godz. 17.00 oraz „Kiedy się pojawiłaś”, godz. 19.00. **Kino MOK Zambrów:** 29 marca – „Jak wytresować smoka 3”, godz. 14.30 i 17.00 i „Zakon Św. Agaty”, godz. 19.30; 30 marca – „Jak wytresować smoka 3”, godz. 17.00 i „Zakon Św. Agaty”, godz. 19.30; 1 – kwietnia – „Chłopiec z burzy”, godz. 14.30 oraz „Kapitan Marvel”, godz. 17.00 i „Całe szczęście”, godz. 19.30.

HOROSKOP

BARAN (21 III–20 IV): coś trwa tak długo, że możesz uznać, iż sprawa Cię przerosła i postanowisz zrezygnować. Niepotrzebnie. W uczuciach coś bezinteresownego.

BYK (21 IV–21 V): życie jakby zatrzyma się na moment w ciszy. Potem będziesz patrzeć na świat oczami optymizmu.

BLIŹNIĘTA (22 V–20 VI): wyjdzie na jaw Twoja umiejętność słuchania. Jeśli uruchomisz wyobraźnię, może oderwać Cię od ziemi jakiś poryw serca.

RAK (21 VI–22 VII): Ludzi, którzy Cię kochają i dobrze Ci życzą, trzeba szanować i doceniać. Pogódź się z kimś, uśmiechnij się do kogoś, kto czeka od dawna na życzliwość.

LEW (23 VII–22 VIII): jesteś na dobrym kursie, zasiejesz ziarno pod przyszłe sukcesy, ale nie możesz czekać beczynnie, aż same wyrosną.

PANNA (23 VIII–22 IX): podejmij próbę porozumienia. Choć minie trochę czasu, zanim uda Ci się zrozumieć, o co chodzi, warto.

WAGA (23 IX–23 X): nie reaguj emocjonalnie, gdy ktoś chłodno

i z dystansem. Twoim atutem może być znajdowanie właściwej perspektywy, a nie zagubisz się.

SKORPION (24 X–21 XI): do kogo przychodzi radość? Do tych, którzy mają odwagę marzyć, wyobrażać sobie najlepsze rozwinięcia, wizualizować najpiękniejsze możliwe chwile i przeżycia...

STRZELEC (22 XI–21 XII): znajdź czas na ważny, a zaniedbany ostatnio aspekt życia. Zamiast brać, co przychodzi, zdecyduj się, czego chcesz.

KOZIOROŻEC (22 XII–19 I): zaufanie komuś, komu nie było warto wierzyć? Może błąd, ale nie karz się za to wielokrotnie. Umiesz wybaczać innym, wybaczyć też i sobie.

WODNIK (20 I–18 II): Koło Fortuny odwróci niekorzystne sytuacje na Twoją korzyść. Co szło źle i jak po grudzie, pójdzie po Twojej myśli, jeśli nie zostawisz spraw na pastwę losu.

RYBY (19 II–20 III): docenij pozytywne strony życia, porozmawiaj z kimś, kto teraz naprawdę przeżywa kryzys. Dostrzeżesz, że układa Ci się nie najgorzej i jeszcze możesz wspomóc innych życzliwością.

Konkurs jednego wiersza

XX Czerwcowy Konkurs Jednego Wiersza ogłasza Miejska Biblioteka Publiczna w Łomży. Konkurs ma charakter otwarty. Jeden autor może zgłosić tylko jeden, nigdzie wcześniej nie publikowany (także w wersji internetowej) oraz nie nagradzany w innych konkursach, utwór poetycki. Wiersz w 4 egzemplarzach, oznaczony godłem (pseudonimem) z dołączoną za-

klejoną kopertą, opisaną tym samym godłem, zawierającą dane autora (imię, nazwisko, wiek, adres, telefon/e-mail) oraz oświadczenie (o wyrażeniu zgody na przeniesienie praw autorskich, zgody na przetwarzanie

nie danych osobowych oraz zgody na wykorzystanie wizerunku), należy przesłać do Miejskiej Biblioteki Publicznej w Łomży (ul. Długa 13, 18 – 400 Łomża) do 18 maja 2019 r. (decyduje data stempla pocztowego).

O zakwalifikowaniu do finału, jego terminie i miejscu, finaliści zostaną powiadomieni przez organizatora. Finaliści osobiście zaprezentują swoje utwory przed publicznością w czasie Popołudnia Poetów. Zwycięzca otrzyma nagrodę pieniężną.

Regulamin konkursu, klauzula informacyjna dla uczestników i wzór oświadczenia o wyrażeniu zgody na przeniesienie praw autorskich, przetwarzanie danych osobowych oraz wykorzystanie wizerunku dostępne są na stronie www.mbp-lomza.pl

Dodatkowe informacje, tel. 86 216 54 81.

Turnieju Czterech Narodów

Już w poniedziałek, 1 kwietnia reprezentacja Polski do lat 16 zmierzy się z kadrą Turcji w ramach Turnieju Czterech Narodów o godz. 14.00 na Stadionie Miejskim w Łomży.

Turniej Czterech Narodów, to cykliczna impreza, organizowana przez UEFA. Biorą w niej udział reprezentacje Polski, Turcji, Grecji i Kolumbii. Mecze rozegrane zostaną na stadionach w Łomży, Zambrowie i Wysokiem Mazowieckiem. Oto terminarz.

- Poniedziałek, 1 kwietnia, godz. 11.00, Zambrow: Grecja – Kolumbia.
- Poniedziałek, 1 kwietnia, godz. 11.00, Łomża: Polska – Turcja.
- Środa, 3 kwietnia, godz. 11.00, Wysokie Mazowieckie: Polska – Grecja.

- Środa, 3 kwietnia, godz. 14.00, Łomża: Kolumbia – Turcja.
- Piątek, 5 kwietnia, godz. 11.00, Zambrow: Kolumbia – Polska.
- Piątek, 5 kwietnia, godz. 14.00, Wysokie Mazowieckie: Turcja – Grecja.

Kadra Polski na UEFA Development U-16: Brian Woschek (TSV Bayer 04 Leverkusen, Niemcy), Dominik Wasilewski (BV Borussia 1909 (Dortmund), Niemcy), Mateusz Pieńczak (Cracovia), Fryderyk Gerbowski (Escola Varsovia Warszawa), Wiktor Żurawski (Escola Varsovia Warszawa), Krzysztof Bąkowski (Lech Poznań), Patryk Gogół (Lech Poznań), Igor Ławrynów (Lech Poznań), Jerzy Tomal (Lech Poznań), Radosław Cie-



lemęcki (Legia Warszawa), Ariel Mosór (Legia Warszawa), Jakub Ojrzyński (Legia Warszawa), Szymon Włodarczyk (Legia Warszawa), Filip Balcewicz (Pogoń Szczecin), Olaf Korczakowski (Pogoń Szczecin), Mateusz Łęgowski (Po-

goń Szczecin), Bartosz Baranowicz (Rozwój Katowice), Aleksander Buksa (Wisła Kraków), Daniel Hoyo-Kowalski (Wisła Kraków), Patryk Warczak (Wisła Kraków), Patryk Kuształ (Zagłębie Lubin), Jakub Malec (Zagłębie Lubin).



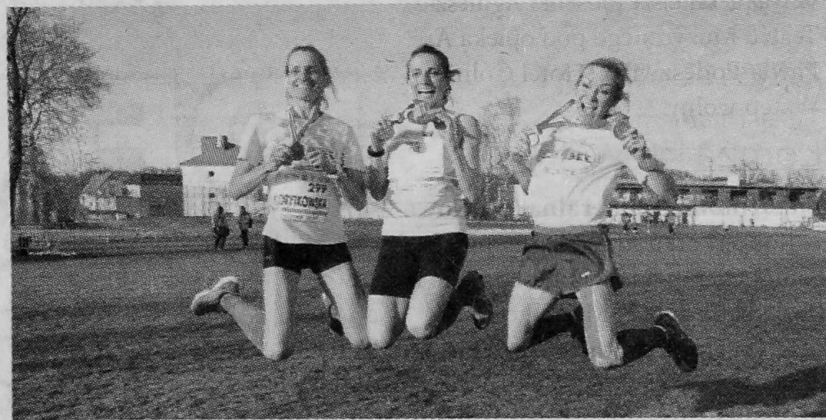
Ekipa „Prefbetu” z medalami

„Prefbet Śniadowo” Łomża najlepszy w Polsce!

Rewelacyjnie spisali się lekkoatleci „Prefbetu” podczas rozegranych w Olszynie 91 Mistrzostw Polski Seniorów w przełajach. Nasi biegacze zdobyli aż 6 medali Mistrzostw Polski (2 złote, 2 srebrne, 2 brązowe), co dało zdecydowane zwycięstwo w klasyfikacji meda-

lowej Mistrzostw. Sześć „krążków” na jednych zawodach, to najlepszy wynik w 20 letniej historii klubu.

Trener Andrzej Korytkowski: – Teraz będzie z tym trochę kłopotu, ponieważ w klubie finanse dajemy zawodnikom za wyniki, a nie za to, że zawodnik sobie jest. Ale



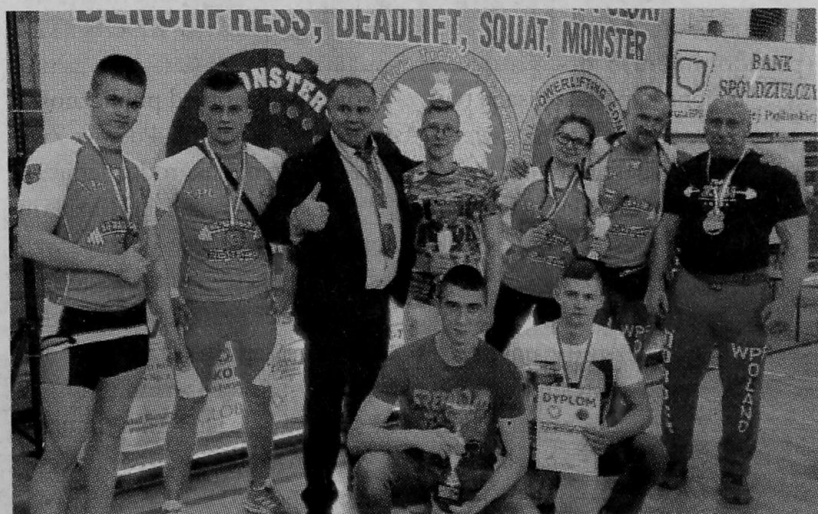
wolę taki kłopot, niż brak wyników, bo jest satysfakcja z tego, co się robi i cieszą efekty. Najbliższe duże imprezy, w których będziemy startować, to Mistrzostwa Makroregionu Młodzików, Orlen Warsaw Maraton oraz Mistrzostwa Polski na 10 000 metrów.

„Przełajowe” wyniki zawodników „Prefbetu”:

Kobiety, 4 km – 2 miejsce Ewa Jagielska, 3 miejsce Iwona Wicha;

8 km – 4 miejsce Justyna Korytkowska. Drużynowo – 1 miejsce: Jagielska, Wicha, Korytkowska.

Mężczyźni, 4 km – 4 miejsce Mateusz Demczyszak, 10 miejsce – Mateusz Niemczyk; 10 km – 2 miejsce Emil Dobrowolski, 3 miejsce Piotr Łobodziński, 5 miejsce Przemysław Dąbkowski, 8 miejsce Piotr Mielewczyk. Drużynowo – 1 miejsce: Dobrowolski, Łobodziński, Demczyszak.



Siłacze z Bursy Szkolnej nr 2 w Łomży

Ciężarowcy, trenowani przez Zbigniewa Turowskiego w Bursie Szkolnej nr 2 w Łomży, zdobyli wiele medali podczas Międzynarodowych Mistrzostw Polski w Trójboju siłowym GPC – RAW. Oto wyniki:

Wojciech Łada w grupie wiekowej 16 – 17 lat w Przysiadzie – I miejsce w kat. wag. 67,5 kg; II miejsce w kat. Open.

Arkadiusz Jakubiak w grupie wiekowej 16 – 17 lat w Wyciskaniu Sztan-

gi Leżąc – I miejsce w kat. wag. 67,5 kg i rekord Polski z wynikiem 95 kg; II miejsce w kat. Open 16-17 lat. Przemysław Lipski w grupie wiekowej 18-19 lat w Wyciskaniu Sztangi Leżąc – I miejsce w kat. wag. 67,5 kg; IV miejsce w kat. Open 18-19 lat.

Zbigniew Turowski w grupie masters + 50 lat w Przysiadzie – I miejsce w kat. wag. 90 kg i rekord Polski z wynikiem 250 kg, który wcześniej wynosił 170 kg; III miejsce w kat. Open masters + 50 lat.

PREFBET
ŚNIAĐOWO

PPB „PREFBET” Spółka z o.o.

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

IV/10-110

4,45 zł

PUSTAK SZALUNKOWY
Cena brutto za 1 szt
loco Śniadowo

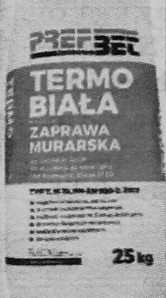
9,22 zł

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

IDEALNE POŁĄCZENIE

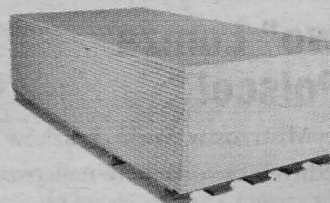
**KOMIN
SKORSTEN
Classic 200
- 6 mb**

Teraz tylko
1509 zł
Cena brutto



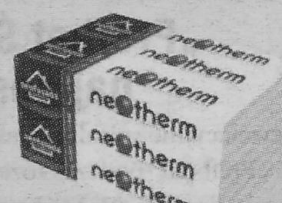
Teraz tylko
16 zł
worek
Cena brutto

**ZAPRAWA
KLEJOWA
PREFBET
TERMO-BIAŁA**
Zużycie:
4kg/1 m²
Opakowanie: 25 kg;



Teraz tylko
17,55 zł/szt
Cena brutto

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



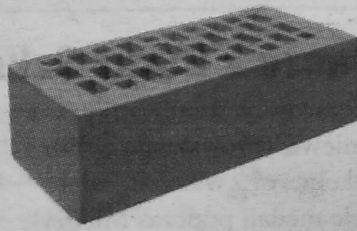
Teraz tylko
43,49 zł/op.
Cena brutto

**PŁYTA
STYROPIANOWA
FASADA**



Teraz tylko
64,50 zł/rolka
Cena brutto

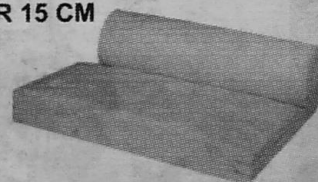
**PAPA
ICOPAL
W 400**



**CEGLA
ROBEN
NFM16**

Teraz tylko
1,59 zł/szt
Cena brutto

**WEŁNA
ISOVER UNIMATA
GR 15 CM**



Teraz tylko
15,25 zł/m²
Cena brutto



**Cement II
SKORSTEN**

Teraz tylko
450 zł/t
Cena brutto

ODDZIAŁ ŚNIAĐOWO
tel. 86 217 62 95
poczta@prefbet.pl

ODDZIAŁ ŁOMŻA
tel. 86 218 06 72
handel@prefbet.pl

ODDZIAŁ ZAMBRÓW
tel. 86 475 04 24
www.prefbet.pl