

Zabiła własne dziecko? • Program TV

Tygodnik Podlaski

www.kontakty-tygodnik.com.pl

KONTAKTY

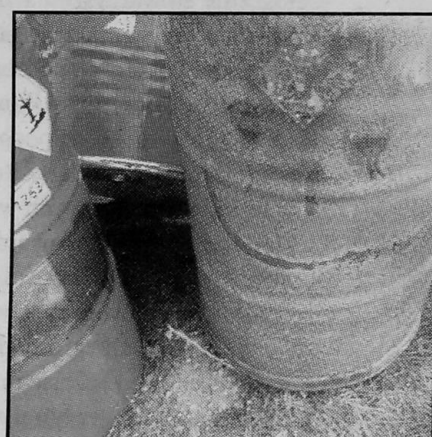
Nr 29 (1913)

21 lipca 2019

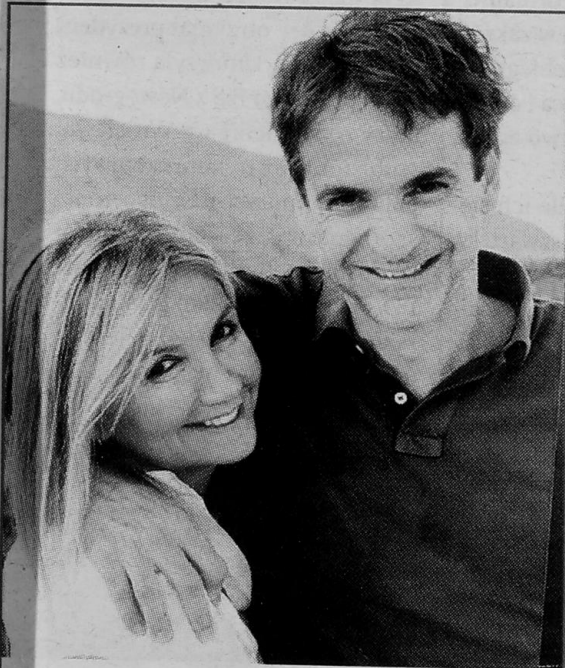
cena: 2,70 zł (z VAT 8%)

Za lada mięsnego!

Miss Polski z Kurpi

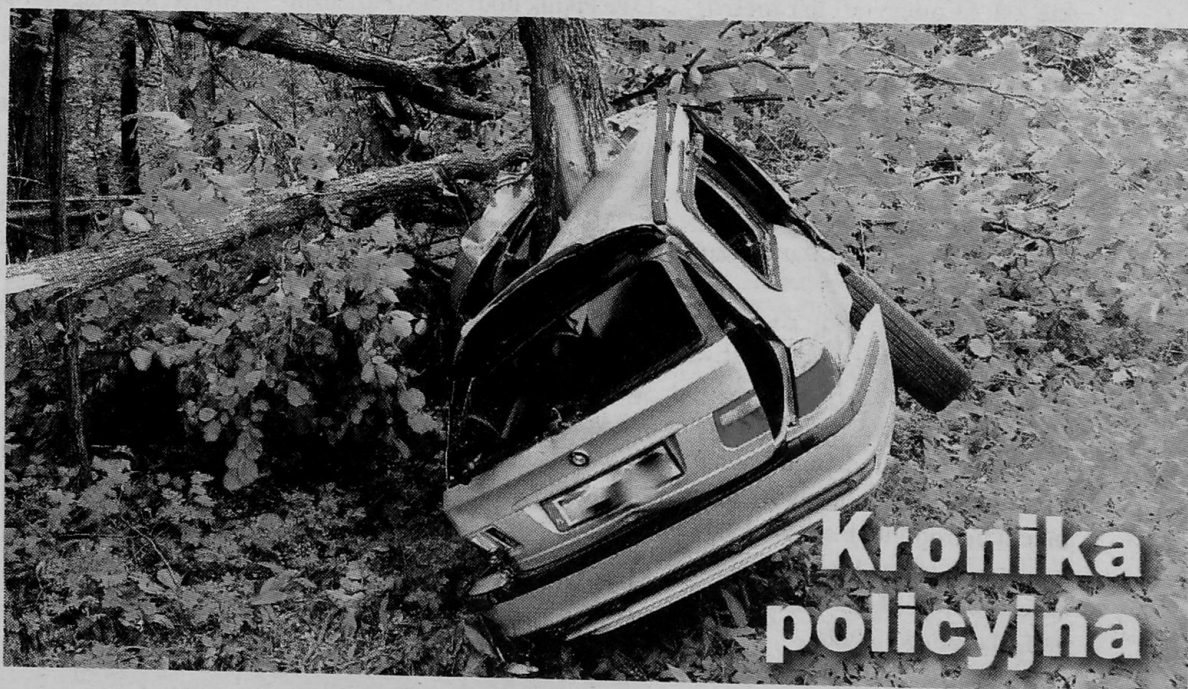


Trucizna z Przytuł w sądzie



Korzenie znad Narwi

**Dziadek żony
premiera Grecji
urodził się
w Wiźnie!**



Kronika policyjna



Kurpiowskie Prezentacje Kulturalne w Płakach

ISSN 0208-6840 INDEXS 363286



Po ogłoszeniu, że w sobotę, 20 lipca, przez Białystok przejdzie pierwszy w historii Marsz Równości, zaczęły się Marszowe hocki-klocki

Tuż po tym, jak do Urzędu Miasta w Białymstoku napłynęło zgłoszenie Stowarzyszenia Tęczowy Białystok o zamiarze organizacji Marszu Równości, pełnomocnik skrajnie prawicowej Fundacji Podlaski Instytut Rzeczypospolitej Suwerennej zgłosił „Marsz Rodzin – w obronie tradycyjnych wartości i rodziny”. W tym samym miejscu i czasie, co Marsz Równości. Jako, że zgodnie z prawem pierwszeństwo w organizacji zgromadzenia w danym miejscu i czasie mają ci, których wniosek wpłynął wcześniej, Fundacja zgody na „Marsz Rodzin” nie otrzymała.

Tadeusz Truskolaski od początku podkreślał, że zgodnie z prawem nie może zakazać Marszu Równości, choć nie weźmie w nim udziału i nie obejmie go patronatem.

W niedzielę, 7 lipca, w kościołach archidiecezji białostockiej księża odczytali list metropolity białostockiego, w którym arcybiskup Tadeusz Wojda zachęcał do przyjęcia jednoznacznej postawy wobec manifestacji środowisk LGBT. Pisał, że to czas próby sumień i nie można się zgodzić, by bezkarnie obrażano uczucia religijne.

Po odmowie zgody na Marsz Rodzin, marszałek województwa podlaskiego Artur Kosicki zgłosił zamiar organizacji Pikniku Rodzinnego na dziedzińcu Pałacu Branickich pod honorowym patronatem metropolity białostockiego ks. abpa Tadeusza Wojdy i prawosławnego arcybiskupa białostockiego i gdańskiego Jakuba.

„Marsz Równości wzbudza bardzo duże emocje wśród białostoczian, a uważam, że są one niepożądane. Dlatego jako alternatywa został zorganizowany Piknik Rodziny (od godz. 12.00 do 20.00 – przyp. red). Jeśli ktoś nie ma ochoty brać udziału w Marszu, zapraszamy na dziedziniec Pałacu Branickich”, mówi marszałek Artur Kosicki.

„Poza trybem formalnym” poinformował jednak prezydenta, że zamierza zorganizować przemarsz na dziedziniec Pałacu Branickich



od kościoła św. Rocha przez ulicę Lipową w godz. 13.00 – 17.00. O ile Piknik Rodziny na dziedzińcu Pałacu Branickich nie pokrywa się miejscem i czasem z Marszem Równości, o tyle przemarsz już tak. Co z tego wyniknie, na razie nie wiadomo.

Wiadomo natomiast, zgodnie z danymi na wtorek, 16 lipca, że białostocki magistrat zarejestrował 62 zgłoszenia o zamiarze zorganizowania zgromadzenia 20 lipca (w istocie kontrmanifestacji do

Marszu Równości). 13 z nich zostało odwołanych przez organizatorów, 41 spełnia wymogi formalne, a 6 było rozpatrywanych w zakresie ich bezpiecznego przebiegu ze względu na kolizję miejsca i czasu z mającymi pierwszeństwo zgromadzeniami.

Ostateczna decyzja, ile ich się odbędzie, będzie znana w czwartek, 18 lipca, ponieważ w środę o północy mija termin zgłaszania zgromadzeń, które miałyby się odbyć 20 lipca. Rys. Michał Tomaszek

Sprawdzian dla prokuratury

Obrażliwe maile i zawierające groźby wiadomości otrzymała rzeczniczka marszałka województwa podlaskiego Izabela Smaczna-Jórczykowska. Podejrzewa, że ma to związek z organizowanym w sobotę, 20 lipca Piknikiem Rodzinnym, który ma być alternatywą dla Marszu Równości. Złożyła zawiadomienie na policji.

Mail o obraźliwej treści wpłynął także na oficjalną pocztę urzędu marszałkowskiego w Białymstoku. Adresowany był do marszałka Artura Kosickiego. Jego rzeczniczka poinformowała, że marszałek składa zawiadomienie do prokuratury o podejrzeniu popełniania przestępstwa z wnioskiem o ściganie autora wiadomości. Chodzi o znieważenie funkcjonariusza publicznego, którym jest marszałek i kierowanie pod jego adresem groźb.

Żeby była jasność: mowa niemiłosiernie powinna być ścigana, a ci, którzy się nią posługują, karani. Będzie to jednak swego rodzaju sprawdzian dla prokuratury, która w ubiegłym roku umorzyła postępowanie wobec autorów „aktu zgonu”, który otrzymał prezydent Białegostoku. Umorzyła również sprawę radnego PiS z Nowogrodu, który wystawienie we Wrocławiu szubienic z portretami czołowych polityków opozycji (też umorzone) skomentował, że szubienic należy dostawić, by starczyło na całe PO. W tym przypadku prokuratura uważała wręcz, że jest to język... „dyskursu publicznego”.

REKLAMA

REPORTAŻE ŚLUBNE TANIEJ NIŻ MYŚLISZ

PRZYJDŹ SPRAWDŹ OBEJRZYJ

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

KONTAKTY

Tygodnik Podlaski

rok założenia 1980

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

Adres:

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

Redaguje zespół:

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

Oddział w Białymstoku:

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

Stale współpracują:

Teresa Adamowska, Adam Dobroński,
Stanisław Kędzielawski,
Krystyna Michalczyk-Kondratowicz, Mikołaj Tocki
Rysunki: Waldemar Rukś
Felieton: Wiesław Wenderlich, Adam Dobroński
Zdjęcia: Gabor Lőrinczy, Sławomir Stempczyński,
www.joemonster.org

Wydawca:

Wydawnictwo „Kontakty” Sp. z o.o.
Prezes: Władysław Tocki.
Adres:
Al. Legionów 7, 18-400 Łomża,
tel. (86) 216-42-43
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.

Majtki z żeglarzem, a wybory

Jedna kartka wyborcza prawdopodobnie nie znaczy zbyt wiele. Ale setki czy tysiące, to już wynik wyborów.

Pamiętam jedną z lekcji wychowawczych z licealnych czasów. Koniec lat osiemdziesiątych. Każdy podawał przykłady, ilustrujące groteskowość ówczesnej rzeczywistości. Tę swego rodzaju licytację wygrała Agnieszka, której mama zakupiła dywan w sklepie... warzywniczym. To był obraz tamtych dni.

Minęły lata, minęły kłopoty z zaopatrzeniem. Jednak mozaika obyczajowa trwa nadal, choć nieco zmieniło się jej oblicze. Patrzę tak sobie na znajomych i na znajomych znajomych. Zdolny absolwent wychowania plastycznego jeździ taksówką, koleżanka po biologii poszła do policji, kolega po geografii pracuje w urzędzie. Znajoma z doktoratem, również po historii sztuki, ma własną cukiernię, a kolega też z doktoratem (historia) maluje dachy, by przeżyć od publikacji do publikacji. To nasza dzisiejsza rzeczywistość.

Będziemy wybierać. Kogo? Chciałoby się mieć pewność, że każdy z „nich” to człowiek naprawdę przygotowany do czekających go godności i obowiązków, odpowiednio wykształcony, a nie tylko „przekwalifikowany” na „polityka”. Bo historia lubi się powtarzać, a źle chyba byłoby, gdyby wróciła ta z końca XVIII stulecia. Na tronie zasiadł wówczas król Stanisław August Poniatowski. Wybitny znawca sztuki i na pewno doskonały mecenas kultury. Ale to był nieodpowiedni człowiek na nieodpowiednim miejscu. Jakie były tragiczne konsekwencje złego wyboru, historia przekazała. Także słowa biskupa Ignacego Krasickiego z satyry „Świat zepsuty”:

Wzmagają się wały/ Grozi burza, grzmi niebo; okręt nie zatonię/ Majtki, zgodne z żeglarzem, gdy staną w obronie; /A choć bezpieczniejszy okręt opuścić i płynąć, /Podściwiej być w okręcie, ocalić lub zginąć”.

LENA ŚWIERSZCZ

PREZES GMINNEJ SPÓŁDZIELNI „S.CH.” W ŚNIADOWIE

Ogłasza przetarg nieograniczony na sprzedaż nieruchomości gruntowej zabudowanej tj. sklep nr 4 oznaczonej nr geodezyjnym 28/16 o powierzchni 707 m² położonym we wsi Stare Ratowo w Śniadowie przy ulicy Kolejowej 16a.

Nieruchomość posiada w Sądzie Rejonowym w Łomży urzędzoną księgę wieczystą.

Cena wywoławcza nieruchomości wynosi 250 000 zł – wadium – 25 000 zł

Ogłasza przetarg nieograniczony na sprzedaż nieruchomości gruntowej zabudowanej tj. Magazyn Nawozowy Śniadowo, magazyn opałowy, magazyn budowlany wraz z budynkiem i wagą nawozową, nieruchomość oznaczona nr geodezyjnym 33/1, 36/5, 36/14 o powierzchni 5800 m². Baza obrotu rolnego w obrębie Stare Ratowo w Śniadowie ul. Kolejowa 29.

Nieruchomość posiada w Sądzie Rejonowym w Łomży urzędzoną księgę wieczystą o nr 3481.

Cena wywoławcza nieruchomości 450 000 zł – wadium – 45 000 zł

Przetarg odbędzie się **12 sierpnia 2019 r. o godzinie 11:00** w Biurze Gminnej Spółdzielni „S.CH.” w Śniadowie.

Warunkiem uczestnictwa w przetargu jest wpłacenie wadium w Banku Spółdzielczym w Łomży Oddział Śniadowo na konto Gminnej Spółdzielni Śniadowo nr 55 8757 1024 3900 0808 2000 0010 najpóźniej do dnia **9 sierpnia 2019 r. do godziny 14:00**.

Pisemna oferta powinna zawierać:

1. imię, nazwisko i adres oferenta lub nazwę firmy oraz jej siedzibę,
2. datę sporządzenia oferty,
3. oświadczenie, że oferent zapoznał się z warunkami przetargu i przyjmuje te warunki bez zastrzeżeń,

4. oferowaną cenę i sposób jej zapłaty,

Oferty w zapieczętowanej kopercie z napisem: Przetarg na sprzedaż nieruchomości nr 28/16 lub 33/1, 36/5, 36/14 położonej w miejscowości Śniadowo wraz z dołączoną kopią dowodu wpłaty wadium należy składać w Biurze Gminnej Spółdzielni „S.CH.” w Śniadowie ul. Kolejowa 16 do dnia **9 sierpnia 2019 r. do godziny 14:00**.

5. wpłacone wadium przez uczestnika, który przetarg wygra, zostanie zaliczone na poczet ceny nabycia,

Wadium przepada w razie uchylenia się uczestnika, który przetarg wygrał od zawarcia umowy notarialnej.

Wadia wniesione przez pozostałych uczestników przetargu zostaną zwrócone w ciągu 3 dni od dnia zamknięcia przetargu. Pozostała część ceny nabycia powinna być uiszczona najpóźniej do dnia zawarcia umowy przenoszącej własność.

6. Zastrzega się prawo zamknięcia przetargu bez wybrania którejkolwiek ofert bez podania przyczyny.

Szczegółowe informacje można uzyskać w Biurze Gminnej Spółdzielni w godz. 7:00-15:00 lub pod numerem (86) 2176161.

MYŚL TYGODNIA:

I diabeł może cytować Pismo Święte

George H. Wells

■ Podlaskie.eu, to adres nowej witryny internetowej, promującej województwo podlaskie. Jak mówi marszałek Artur Kosicki, strona ma być przede wszystkim wizytówką całego regionu: przyciągać nie tylko inwestorów, ale też turystów, prezentować wspaniałe tereny, kuchnię, ludzi i wielokulturowość.

■ „Nie widzimy poważniejszego problemu z rekrutacją do szkół. Po szczególne samorządy przygotowały zdecydowanie większą liczbę miejsc, niż jest absolwentów. Tak jest w Białymstoku, Łomży czy Suwałkach”, twierdził w poniedziałek, 15 lipca, w Białymstoku minister edukacji narodowej Dariusz Piontkowski.

■ 60 000 zł wsparcia mogą otrzymać rolnicy, którzy chcą zrezygnować z chowu i hodowli świń na obszarach występowania Afrykańskiego Pomoru Świń i zamierzają przestawić się na inny rodzaj produkcji. Wnioski Oddziały Regionalne ARiMR przyjmują do 27 lipca.

■ 34 mln 539 tys. zł odzyskał Białystok prawomocnym wyrokiem od

spółki Enea Wytwarzanie, która nie chciała wypłacić tzw. resztówki ze sprzedaży komunalnej firmy ciepłowniczej MPEC.

■ Poczekalnie kolejowa i autobusowa oraz pomieszczenia dla starostwa mają być w zabytkowym dworcu PKP w Grajewie po remoncie. Starostwo dostało na to tylko 710 000 zł.

■ Około 700 pątników wyruszyło w poniedziałek, 15 lipca, w XXIX Pieszej Międzynarodowej Pielgrzymce z Suwałk do Ostrej Bramy w Wilnie na Litwie. Na miejsce mają dotrzeć 24 lipca.

■ Wyborczą „jedyneką” PiS w naszym regionie będzie minister edukacji i szef podlaskich struktur partii Dariusz Piontkowski. Porozumienie Gowina będą na liście reprezentować posłowie Jacek Żalek i Mieczysław Baszko. Jacek Żalek był już w PO, PiS, teraz jest w Porozumieniu. Mieczysław Baszko był w PSL, z którego po latach odszedł urażony, że nie otrzymał stanowiska, jakiego oczekiwał.

■ Fragmenty ludzkiego szkieletu odkryte zostały na terenie dawnej

siedziby Powiatowego Urzędu Bezpieczeństwa Publicznego w Wysokiem Mazowieckiem (jest w nim teraz Komenda Powiatowa Policji). Może to potwierdzać podejrzenie, że w latach 1948 – 56 na tyłach siedziby UB grzebani byli przeciwnicy ówczesnej władzy.

■ 13 litrów krwi oddało 28 wierznych parafii Wyszonki Kościelne w niedzielę, 14 lipca. Była to już 33 akcja krwiodawcza, zorganizowana przez OSP w Wyszonkach.

■ Pokazy artyleryjskie i sokolników, konkursy dla najmłodszych, rekonstrukcja bitwy i spektakl „Zemsta” czekały na widzów XI Zjazdu Wysokomazowieckiego w Ciechanowcu. W tym roku Zjazd nawiązywał do 280 rocznicy urodzin ks. Krzysztofa Kluka i historii rodziny Ossolińskich, właścicieli Ciechanowca.

■ Koncerty, spektakle, filmy, wystawy, warsztaty, tańce, jarmark, kuchnie, piłka błotna, to wszystko w Czeremsze na XXIV Festiwalu „Z Wiejskiego Podwórza”, na który przybędą muzycy z 14 krajów. Festiwal rozpoczyna się w piątek, 19 lipca i potrwa do niedzieli, 21 lipca. Animatorem niezwykłego wydarzenia folkowego jest znany Zespół „Czeremszyna”.

Znaki czasu

■ Przywrócenie Rosji prawa głosu w Zgromadzeniu Parlamentarnym RE poparło Polskie Ministerstwo Spraw Zagranicznych.

■ Wiceprzewodniczącą Parlamentu Europejskiego została była premier Ewa Kopacz (PO) głosami 461 posłów. W głosowaniu przepadła kandydatura Zdzisława Krasnodębskiego (PiS). Dwukrotnie przegrała również w głosowaniu była premier Beata Szydło (PiS) na stanowisko unijnego komisarza.

■ Brakuje około 500 leków w aptekach, informuje Naczelna Izba Aptekarska. Przyczyną jest głównie nielegalny wywóz leków za granicę. Wartość wywożonych leków z Polski wynosi około 2 mld złotych. Są to leki onkologiczne, na tarczycę, cukrzycę, a nawet nadciśnienie.

■ O warunkowe umorzenie postępowania przeciwko Arkadiuszowi Sz., doradcy wojewody opolskiego i miejskiego radnego PiS, który został przyłapany na jeździe samochodem mimo cofniętych uprawnień, zwróciła się do sądu Prokuratura Rejonowa w Lwówku Śląskim.

■ 51 proc. Polaków uważa reakcję Kościoła na ujawnione przypadki pedofilii wśród księży za niewłaściwą, wynika z sondażu CBOS. Przeciwnego zdania jest 38 proc. ankietowanych. Pozostali nie mają zdania.

■ 16 zarzutów dotyczących seksualnego molestowania nieletnich usłyszał emerytowany proboszcz parafii w Godowie koło Wodzisławia Śląskiego. Prokuratura skierowała do sądu wnioski o aresztowanie.

■ Z darowizn uzyskała ponad 34 mln zł w 2018 roku Fundacja Lux Veritas o. Tadeusza Rydyka. Miała 3 329 000 zł zysku.

■ 6 medali zdobyli Polacy na XXIV Mistrzostwach Świata w Lataniu Precyzyjnym w Hiszpanii. Michał Wieczorek został mistrzem świata, Krzysztof Wieczorek wicemistrzem świata, a Marcin Skalik II wicemistrzem świata. Drużynowo Polacy zostali mistrzami świata w lataniu precyzyjnym. Jerzy Markiewicz został mistrzem świata w lądowaniach. Polacy również drużynowo zostali mistrzami świata w lądowaniach.

Mieszkanka gminy Zbójna, podejrzana o zabicie noworodka, usłyszała w środę, 17 lipca, prokuratorskie zarzuty

Zabiła własne dziecko?

Jak pisaliśmy tydzień temu, w czwartek, 4 lipca znalezione zostały we wsi Gawrychy (gm. Zbójna) zwłoki noworodka, ukryte i zamaskowane w ogrodzie. Po uzyskaniu tej makabrycznej informacji Prokuratura Okręgowa w Łomży wszczęła natychmiast śledztwo w kierunku zabójstwa, ponieważ według wstępnych wyników sekcji zwłok, dziecko prawdopodobnie urodziło się żywe, zdolne do życia poza łonem matki i porzucone.

Kilka dni po porodzie matka (42 lata) w bardzo ciężkim stanie trafiła do szpitala w Łomży. Rodzina podobno nie wiedziała, że jest w ciąży, gdyż uskarżała się na różne dolegliwości i izolowała od domowników.

W środę, 17 lipca, jak poinformował zastępca Prokuratora Okręgowego w Łomży Rafał Kaczyński, zostały jej przedstawione zarzuty,



że „w zamiarze bezpośrednim pozbawienia życia dokonała zabójstwa swego nowo narodzonego dziecka w ten sposób, iż bezpośrednio po porodzie spowodowała uraz czaszkowo-mózgowy okolicą potyliczną z krwawieniem podtwardówkowym i stłuczeniem mózgu, a następnie ukryła dziecko w wiadrze, pozostawiając je bez należytej opieki, w następstwie czego doszło do

zgonu nowo narodzonego dziecka”.

Kobieta nadal jest w poważnym stanie i pozostaje w szpitalu. Dlatego decyzja o ewentualnym poddaniu badaniu psychiatrycznemu zostanie podjęta po zebraniu całego materiału dowodowego i ostatecznym sformułowaniu zarzutów, wyjaśnił prokurator Kaczyński.

Gdyby zarzut się nie zmienił, grozi jej nawet dożywocie.

Pierwsza i jedyna na razie kurpiowska Miss Polski otworzyła trzy sklepy mięsne!

Miss za ladą mięsnego

Pochodząca ze wsi Baby (między Zbójną a Łysymi) Ewa Mielnicka w 2014 roku zdobyła tytuł Miss Polski. Po wygraniu konkursu zaczęła rezygnować z celebryckich „ścianek” i imprez z udziałem gwiazd. Dwa lata po koronacji na najpiękniejszą Polkę wyszła za mąż za kolegę ze szkolnej ławki i została ambasadorką oraz rzeczniką prasową znanych zakładów mięsnych JBB z Łysych. W styczniu 2018 roku zarejestrowała z siostrą Renatą spółkę Siostry Mielnickie. Jak wynika z zapisu w Krajowym Rejestrze Sądowym, z kapitałem zakładowym 10 000 zł. Obie są członkami zarządu o równych prawach, mają też równo po 50 proc. udziałów. Siedziba spółki (z o.o.) znajduje się w samym sercu Warszawy, przy al. Jerozolimskich.

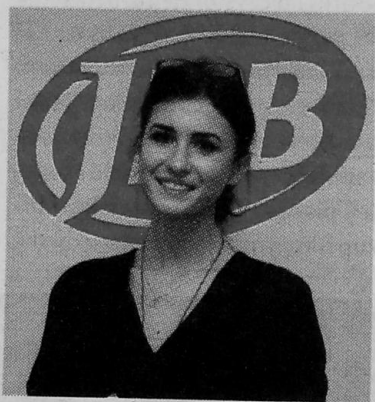
„Mamy 3 sklepy w Warszawie, pracujemy bardzo ciężko, ale staramy się ten nasz biznes rozwijać i szukamy kolejnych punktów, więc rzeczywiście ten show-biznes jest mi nie po drodze”, wyznała Ewa.

W pracy spędza po 12 godzin dziennie.

„Dobre jedzenie ma bardzo dobry zapach. Prawdziwe jedzenie, naturalne, bo takie staramy się mieć w naszych sklepach pachnie niesamowicie”, zachwala piękność z Kurpi.



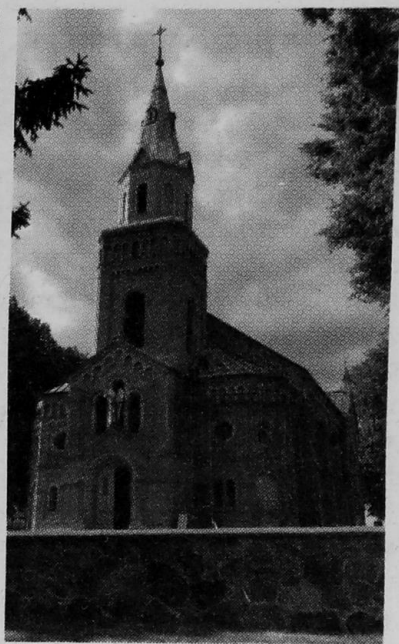
„Na Kurpiach najpiękniej tego dnia”, napisała 14 kwietnia na Facebooku i zamieściła zdjęcie z Niedzieli Palmowej w Łysych w kurpiowskim stroju



Była Miss jako twarz JBB



Na Kurpiowskich Prezentacjach Kulturalnych w Ptakach (gm. Turośl) w niedzielę, 14 lipca, prezentowały się koła gospodyń wiejskich i częstowały regionalnymi potrawami. Gości bawił kabaret Kałamasz (grają w nim aktorzy z „Rancza”), kurpiowskie zespoły, Czerwone Gitary, Basta i Matrix. Stoisko KGW z Nowej Rudy odwiedził radny Sejmiku Województwa Podlaskiego Stefan Krajewski.



Kościół w Jabłonce Kościelnej ma już wieżę. Trwają jeszcze prace przy dachu. Parafia św. Michała Archanioła w Jabłonce Kościelnej w ubiegłym roku otrzymała na to 220 tys. zł dotacji. Wieża kościoła i w znacznym stopniu sam kościół zostały zniszczone w czasie II wojny światowej, w 1944 r.



Dopłata do wapnowania gleby

300 zł do tony wapna nawozowego dla gospodarstw do 25 ha, 200 zł dla gospodarstw do 50 ha i 100 zł dla gospodarstw do 75 ha wynosi dopłata, o którą mogą stracić się rolnicy województwa podlaskiego od poniedziałku, 15 lipca. Warunkiem jest, jak informuje prezes Wojewódzkiego Funduszu Ochrony Środowiska i Gospodarki Wodnej w Białymstoku Maciej Borzyszkowski, by gleby miały pH 5,5 lub poniżej. Wnioski przyjmują Stacje Chemiczno – Rolnicze. W Białymstoku Okręgowa Stacja Chemiczno – Rolnicza znajduje się przy ul. Ogrodowej 10 (tel. 85 743 58 41).

Starosta prezesem Forum

Starosta łomżyński Lech Szablowski jest prezesem Łomżyńskiego Forum Samorządowego, wiceprezesem Andrzej Stypułkowski (wiceprezydent Łomży), a członkami Zarządu: Małgorzata Gronostajska (z UG Rutki), Piotr Kłys (wójt gminy Łomża), Dariusz Latorowski (burmistrz Grajewa), Jan Olszewski (przewodniczący Rady Miasta Łomża), Jarosław Siekierko (burmistrz Wysokiego Mazowieckiego), Józef Wiśniewski (wójt gminy Kolno) i Józef Zajkowski (wójt gminy Sokoły).

Na wystawę MPK

Starych biletów autobusowych, zdjęć i innych pamiątek związanych z komunikacją szuka Miejskiej Przedsiębiorstwo Komunikacji w Łomży. MPK z okazji 50 rocznicy powstania chce przygotować wystawę związaną z historią miejskiej komunikacji w Łomży. Materiały będą skanowane i trafią na wystawę, by pokazać, jak zmieniała się łomżyńska komunikacja miejska. Teraz obsługują osiemnaście linii.

„Natura-Inie lokalnie”

Łomżyńskie starostwo podjęło się pomocy rolnikom w sprzedaży ich produktów. Chodzi o to, żeby produkt przechodził przez ręce jak najmniejszej liczby pośredników, a wręcz trafiał z gospodarstwa do nabywcy. By się tego nauczyć 20 rolników będzie mogło skorzystać z bezpłatnych szkoleń, na których dowiedzą się także, jak zarobić na ekologicznej żywności. Chętni, którzy chcą wziąć udział w szkoleniach mogą zgłaszać się do 29 lipca. Formularz zgłoszeniowy jest na stronie www.powiatlomzynski.pl.

Szpital nie może prowadzić... apteki!

Zgodnie z nowymi przepisami, łomżyński szpital nie będzie mógł prowadzić apteki. Straci z tego powodu kilkadziesiąt tysięcy złotych miesięcznie. Aby przynajmniej odzyskać pieniądze włożone w powstanie apteki, dyrekcja szpitala postanowiła ją wynająć. Do przetargu mogą przystąpić ci, którzy zadeklarują zatrudnienie trzech obecnie pracujących w aptece farmaceutów i zapłacą czynsz w wysokości minimum 19 tys. zł netto miesięcznie. Gdy chętny się nie znajdzie, w szpitalu apteki nie będzie.

Skansen zmieni właściciela

– Jako samodzielna jednostka samorządu terytorialnego, wsparta kapitałem ekonomicznym województwa podlaskiego, ze skuteczną możliwością aplikacji do programów europejskich, Skansen zyskałby nową siłę do rozwoju i promocji kurpiowszczyzny. Chciałbym, aby Skansen rozwijał się nie tylko w aspekcie Nowogród – Łomża, ale szerzej w aspekcie kurpiowskim, łączącym województwo podlaskie i województwo mazowieckie, aby nie odróżniać

Kurpi podlaskich i mazowieckich. Jest jedna Kurpiowszczyzna, jedna kraina kurpiowska – argumentuje wicemarszałek Marek Olbryś wolę przejęcia Skansenu w Nowogrodzie od Łomży.

Chciałby, aby do przejęcia Skansenu przez samorząd województwa podlaskiego doszło od 1 stycznia 2020.

Faktem jest, że Skansen od lat bardziej trwał, niż się rozwijał, gdyż miasto nie miało dla niego za dużo serca, ani tym bardziej pieniędzy.

35 Piesza Pielgrzymka do Częstochowy

„W tym roku po raz 35 będziemy podążać do naszej Matki i Królowej. Hasłem tegorocznej pielgrzymki jest wezwanie: „Idź za Bożym Duchem”. Przemierzając drogi ojczyźnej ziemi, będziemy szli za głosem Ducha św., który zaprasza nas do przyjaźni z Jezusem Chrystusem i Jego Matką, a także odkrywania swojego miejsca w społeczeństwie, Kościele i świecie”, pisze w liście pasterskim biskup łomżyński Janusz Stepnowski.

Piesza Pielgrzymka Łomżyńska na Jasną Górę wyruszy tradycyjnie 1 sierpnia spod łomżyńskiej Katedry. Na Jasną Górę dotrze 14 sierpnia. Zapisy w parafiach rozpoczną się już w niedzielę, 21 lipca. Wpisowe na pielgrzymkę wynosi 120 zł (z koszulką w kolorze grupy). Zwolnione są dzieci do 10 lat i emeryci, ulgę ma młodzież do 15 lat i wspólnie pielgrzymujące rodziny. Wszyscy muszą opłacić koszt przewozu bagaży (60 zł).

Trasy Dwójki z przystankiem w Łomży



Koncert w ramach Wakacyjnej Trasy Dwójki w Łomży już w niedzielę, 21 lipca. Ostatecznie wystąpią Krzysztof Cugowski, Halina Mlynkova, Stachurski i Papa D., zespoły Boys i Milano. Całość będzie transmitowana przez telewizję.

Prezydent Mariusz Chrzanowski zdecydował, że w tym dniu, w godzinach od 16.00 do 24.00, będą kursowały bezpłatne autobusy komunikacji miejskiej, które ułatwią mieszkańcom dotarcie na muszlę koncertową oraz powrót do domu. O godzinie 23.30 zostanie podstawionych 5 autobusów MPK na przystanku autobusowym nr 2 (Plac Kościuszki, Jantar), 2 autobusy linii nr 8 z wariantem dojazdu do ulicy Browarnej, 2 autobusy linii nr 10 i 1 autobus linii nr 2 (kierunek Wojska Polskiego). Jeżeli zajdzie potrzeba, to po powrocie autobusów na Plac Kościuszki kierowcy wykonają drugi kurs.

Rekonstrukcja 1920 roku w Piątnicy

Na rekonstrukcję walk o forty w Piątnicy 1920 roku zaprasza 28 lipca (godz. 14.00) wójt gminy Piątnica Artur Wierzbowski i Fundacja „Sztuk i Dialogu” oraz „Logos”.

Turniej sołectw w Śniadowie

Turniej Sołectw o puchar przewodniczącego Rady Gminy Śniadowo odbędzie się 28 lipca. Zgłoszenia drużyn i szczegółowe informacje u animatora Mariusza Radgowskiego, tel. 880 299 561.

Dzień Wilka w Osowcu

Na Dzień Wilka zaprasza Biebrzański Park Narodowy w piątek, 19 lipca (godz. 9.00) do Osowca Twierdzy. W programie, wizyta w Muzeum Wilcze Wrota, spotkanie z autorem książki „Gawędy o wilkach i innych zwierzętach” Marcinem Kostrzyńskim, prezentacja multimedialna „Nasz sąsiad wilk”, warsztaty ceramiczne. Zgłoszenia udziału należy wysłać na adres mailowy: Beata.Glebocka@biebrza.org.pl lub telefonicznie: 85 738 30 09.



W drugiej połowie sierpnia powstanie mural na budynku przy ul. Polowej 11, nawiązujący do II wojny światowej, poświęcony przede wszystkim żołnierzom z 33 pułku piechoty, którzy bronili Łomży. Oficjalne odsłonięcie planowane jest na początek września; podczas łomżyńskich obchodów 80. rocznicy wybuchu największego konfliktu zbrojnego w historii świata.

W 100. procentach zdali maturę absolwenci
Technikum Rolniczego w Krzyżewie!

Mądra podróż w dorosłe życie

„Szkoła rolnicza rusza we wrześniu! Do pierwszej klasy zgłosiło się 20 uczniów. Mówię o pewniakach, którzy do dokumentów dołączyli oryginały świadectw. A ciągle są jeszcze telefony w sprawie naboru. Absolwenci klas ósmych i gimnazjów składali podania do kilku szkół, teraz podejmują ostateczne decyzje i się przenoszą. Taki ruch potrwa do końca wakacji. Zapraszamy, są wolne miejsca, nabór trwa nadal”, powiedziała „Kontaktom” dyrektorka Zespołu Szkół Rolniczych w Krzyżewie Joanna Krawczuk.



Dyplom najlepszej szkoły

Szkoła w Krzyżewie ma doskonałe warunki nauczania: trzy pracownie komputerowe, specjalistyczne wyposażenie do nauki przyszłych, nowoczesnych rolników ukierunkowanych na rolnictwo naturalne, precyzyjne i ekologiczne. Dla rozwoju fizycznego są nowoczesne boiska, korty, bieżnie. Nie bez znaczenia jest także stała współpraca szkoły ze Stacją Doświadczalnej Oceny Odmian w Krzyżewie, ośrodkiem badawczym o wielkim znaczeniu dla krajowego rolnictwa. Stacja zakłada rocznie około 12 tys. poletek doświadczalnych. Uczniowie odbywają tam zajęcia w ramach przedmiotów zawodowych i praktyk.

Ważny jest także fakt, że w Krzyżewie uczeń nie jest anonimowy, nie ginie w tłumie. Nauka odbywa się w mało licznych klasach, tu każdy uczeń będzie zauważony. Może zawsze liczyć na pomoc doświadczonych nauczycieli. Obok kierunkowego rolnictwa, w szkole jest także tworzona klasa „mundurowa”.

W miniony roku szkolnym Zespół Szkół Rolniczych w Krzyżewie im. Stefanii Karpowicz w rankingu „Perspektyw” zdobył tytuł



Dyrektorka Zespołu Szkół Rolniczych im. S. Karpowicz Joanna Krawczuk

„Złotej Szkoły”, a w maju wszyscy absolwenci Technikum Rolniczego zdali maturę!

Przy niżu demograficznym oraz z powodu niekorzystnej dla szkoły atmosfery i pomysłów tworzenia na jej bazie przez fundację inkubatora kuchennego (pisaliśmy o tym w „Kontaktach” nr 24/2019), jej dalsze funkcjonowanie było zagrożone. Dla województwa podlaskiego, a szczególnie dla powiatu wysokomazowieckiego, w którym są specjalistyczne, duże gospodarstwa, szkoła rolnicza jest konieczna. Warto w tym miejscu przytoczyć słowa diecezjalnego duszpasterza rolników ks. kan. Ryszarda

Niwińskiego z Wysokiego Mazowieckiego, który w programie telewizyjnym zwrócił uwagę na brak szkolnictwa zawodowego na poziomie średnim. Wielokrotnie też powtarzał, że rolnictwa trzeba się uczyć na wsi, w naturalnych warunkach: „Mam wrażenie, że ktoś tutaj po to wszystko rękę wyciąga. (...) Dla nas na pierwszym miejscu jest szkoła. To jest właściwy kierunek, a nie tworzenie jakichś fundacji. Ktoś nam przyjdzie i będzie mącił. On najpierw będzie pieniądze stąd wyciągał”, mówił ks. Niwiński, odnosząc się do próby panoszenia się w szkole fundacji.

O szkole w Krzyżewie w czasie jednego z nabożeństw mówił także proboszcz parafii Płonka Kościelna ks. Józef Ogórkis, który zwracał uwagę, że szkoła rolnicza w Krzyżewie nie powinna być miejscem robienia biznesu. Na cmentarzu w Płonce Kościelnej pochowana jest jej fundatorka Stefania Karpowicz. Założyła szkołę w 1913 roku. Szkoła przetrwała czas I i II wojny światowej oraz PRL. Ma ponad 5 tysięcy absolwentów. Jej byli uczniowie są doskonałymi rolnikami, a także kapłanami (absolwentem Technikum Rolniczego w Krzyżewie z 1986 roku jest proboszcz Dąbrowy Wielkiej ks. Andrzej Stypułkowski), prawnikami, przedsiębiorcami, nauczycielami. Bo dla młodzieży szkoła w Krzyżewie, tak jak pragnęła tego jej założycielka Stefania Karpowicz, była i jest początkiem mądrej podróży w dorosłe życie. (m)

Za granicę tylko z Kartą!

Jeśli wybieramy się do jednego z krajów Unii Europejskiej, należy wziąć ze sobą Europejską Kartę Ubezpieczenia Zdrowotnego (EKUZ) potwierdzającą, że mamy prawo do świadczeń zdrowotnych. Kartę otrzymamy w swoim oddziale NFZ. Wydawana jest bezpłatnie. Na jej podstawie możemy w razie potrzeby korzystać z opieki medycznej na takich samych zasadach, jakie dotyczą mieszkańców i ubezpieczonych w danym kraju. Jeżeli wyjeżdżamy z dziećmi, trzeba przygotować oddzielne wnioski dla każdego, gdyż są to karty imienne. Procedura uzyskania karty jest prosta, bo wystarczy wypełnić nieskomplikowany wniosek. Mając EKUZ za granicą, jesteśmy traktowani tak samo, jak ubezpieczeni w danym kraju.

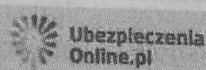
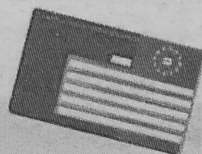
Oznacza to jednak, że jeśli są pobierane jakieś opłaty od ubezpieczonych (a są kraje, że płaci się za przyjazd karetki pogotowia, czy pomoc ratowników w górach), to choć posiada się EKUZ, będzie trzeba pokryć

część kosztów leczenia. Karta przyda się nie tylko w krajach Unii Europejskiej, ale także w Norwegii, Szwajcarii, Islandii i Liechtensteinie. EKUZ nie daje żadnych uprawnień, jeżeli celem podróży jest planowane leczenie.

Okres ważności karty EKUZ

Obowiązujący dla kart wystawionych po 13.02.2017 r.

5 lat	emeryci
1 rok	zatrudnieni, osoby prowadzące działalność gosp., studenci, renciści, członkowie rodzin ubezpieczonych
6 m-cy	osoby poniżej 18 roku życia, kobiety w okresie ciąży i porodu
2 m-ce	bezrobotni



Nieproszone żurawie

„Na świetlicę zaadoptowaliśmy budynek po byłej zlewni mleka. Jest połączony z remizą. Remontujemy go etapami, już odnowiliśmy pomieszczenia w środku. W przyszłym roku z funduszu sołeckiego wyremontujemy dach na świetlicy i naprawimy dwie drogi do łąk”, ujawnia plany sołtys Mścich Maria Gwiazdowska.

Jest sołtysem trzecią kadencję i pierwszą kobietą we wsi pełniącą tę funkcję. Jest także radną powiatu i członkiem Zarządu Powiatu Grajewo.

Zebrania sołeckie, a także wybory, wcześniej odbywały się w szkole, teraz w świetlicy. Tam też spotyka się Koło Gospodyń Wiejskich, któremu przewodniczy pani sołtys. W świetlicy są stoły, aneks kuchenny. Można więc zorganizować w niej przyjęcie rodzinne, komunijne lub inne.

Szkoła w Mścichach już nie istnieje. Gdy opustoszał budynek, wszyscy we wsi zastanawiali się, na co go przeznaczyć, aby nie niszczał.



Radna powiatu grajewskiego, sołtys Mścich Maria Gwiazdowska w czasie otwarcia oddziału angiografii w szpitalu w Grajewie

W powiecie grajewskim nie ma domu pomocy społecznej. W ubiegłej kadencji zrodził się pomysł, aby taki dom utworzyć w budynku byłej szkoły. Mieszkańcy Mścich zgodzili się na takie przeznaczenie. Wójt

Radziłowa Krzysztof Milewski uzyskał 205 tys. zł dotacji z PFRON na adaptację budynku i montaż windy. W przyszłym roku zamieszka ją pierwsi pensionariusze.

Mścichy leżą w otulinie Biebrzańskiego Parku Narodowego. Zatrzymują się tu wycieczki, turyści przemierzają ścieżki edukacyjne, zmierzają do wieży widokowej. Z myślą o nich obok świetlicy powstaje duży parking dla samochodów i autokarów. Sąsiedztwo parku cieszy i... martwi, bo żurawie niszczą zasiewy.

„To mądre ptaki, ale i szkodniki. Już w tym roku mieszkańcy gminy Radziłów zniszczyły prawie 10 hektarów kukurydzy”, mówi sołtys Maria Gwiazdowska.

28 lipca będą wybory do Izby Rolniczych. Maria Gwiazdowska będzie kandydowała do Powiatowej Rady Izby w Grajewie. Planuje ubiegać się o interesy rolników, także w walce z żurawiami.

Sołtys Maria Gwiazdowska jest żoną posła Kazimierza Gwiazdowskiego, mamą czworga dorosłych dzieci, dwóch synów i dwóch córek oraz dwutygodniowej wnuczki Antoniny.

Szczupak wygrał



I miejsce zdobyło KGW w Radziłowie w XIX konkursie „Smaki Regionów” za przygotowanego szczupaka.

Siłownie w gminie Rajgród

W Sołkach i Stoczku (gm. Rajgród) jeszcze w wakacje powstaną siłownie plenerowe.

Piknik w Radziłowie

Piknik Rodzinny odbędzie się w niedzielę, 21 lipca (godz. 14.00), na stadionie w Radziłowie. W programie: turniej piłki nożnej, pokaz sprzętu wojskowego, koncerty.

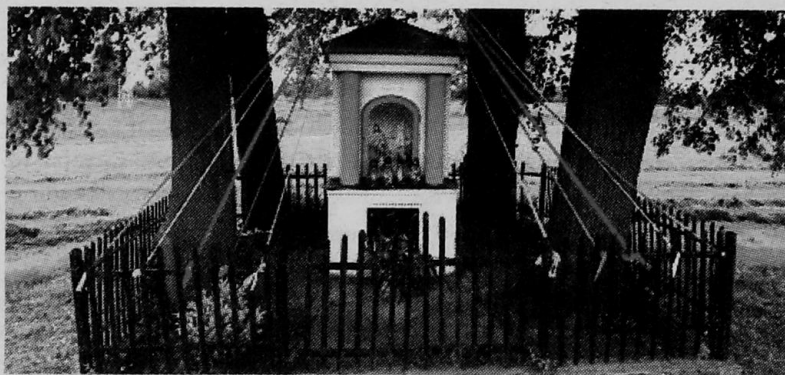
Festiwal dźwięku w Szczuczynie

Na „Letni festiwal dźwięku” zaprasza w piątek, 19 lipca (godz. 18.00) Centrum Kultury.

Pamięć mordy w Gromadzinie Starym

W 75. rocznicę zamordowania 24 mieszkańców Starego Gromadzyna (gm. Kolno) odbędzie się w niedzielę, 21 lipca (godz. 9.00) Masza święta w Kościele pw. św. Anny w Kolnie, a po niej Apel Poległych przy kapliczce w Starym Gromadzinie.

O tym, co stało się w Starym Gromadzinie Czesław Brodzicki w książce „Kolno na Mazowszu” napisał: „21 lipca 1944 roku miała miejsce krwawa masakra ludności Gromadzyna i przechodzących w tym czasie przez wieś okolicznych mieszkańców. Od żołnierzy włosowców, przebywających w tym czasie



Kapliczka upamiętniająca zamordowanych przy drodze w Gromadzinie Starym. Fot. Kamil Jarzyło

w Gromadzinie, chciano kupić broń za towar wymienny, bimber. W trakcie transakcji zabito oficera włosowców, którzy w odwecie mordowa-

li wszystkich napotkanych ludzi. Zginęły wówczas 24 osoby, wśród których pamięć zachowała: Reginę 26 lat, Antoniego 22 lata i Edwarda 18 lat Dziegielewskich, Jana 58 lat, Antoniego 41 lat, Kazimierza 16 lat Filipkowskich, Józefa Krzynówkę, Józefa Dudę, Alfonsa i Zdzisława Gromadzkich, Juliana Biedrzyckiego, Wincentego Szczecha, Jana Sarnackiego – mieszkańców Gromadzyna oraz Stanisława Szablaka z Kolna, Czesława Zakrzewskiego z Pachuczyna, Jana Głębockiego z Czerwonego i Dominika Filipkowskiego 22 lata ze Szczuczyna”.

Wakacje w Stawiskach

Ogniskiem rozpoczęły się w środę, 17 lipca, wakacyjne, darmowe atrakcje, organizowane dla dzieci przez Gminny Ośrodek Kultury i Sportu w Stawiskach, finansowane przez PZU.

W środę 24 lipca (godz. 16.00) na Orliku Dzień Sportu i Piknik Rodzinny. W niedzielę, 28 lipca ki-

no plenerowe (godz. 21.30) na placu przy GOKiS.

We wtorek, 30 lipca kurs i egzamin na kartę rowerową (godz. 11.00) na Orliku.

W sierpniu będą wycieczki na Pola Grunwaldzkie, do Rucianego Nidy i Elku; można się na nie zapisać w GOKiS do 23 lipca.

Kandydaci do Izby Rolniczych



Adam Bikowski z Górskich, Hubert Charubin z Janowa, Wojciech Chrostowski z Truszek Zalesia i Sławomir Cudnik z Borkowa są kandydatami do Powiatowej Rady Izby Rolniczej w Kolnie. Wybory odbędą się 28 lipca.

Turniej wsi gminy Kolno

II Turniej Wsi Gminy Kolno odbędzie się 4 sierpnia przy Szkole Podstawowej w Zaskrozdziu. Sołectwa mogą zgłaszać się do 29 lipca w świetlicach w Lachowie, Koźle, Zabelu i Zaskrozdziu.

Orlik czeka

Orlik przy SP w Małym Płocku w wakacje otwarty w godzinach 16.00 – 21.00.

Dla dzieci w Stawiskach

Zajęcia dla dzieci z animatorami na Orliku w Stawiskach w poniedziałki, środy i soboty (od godz. 15.00).



Fot. Bryg. Tomasz Sielawa, PSP Kolno

Czekanie na tragedię?

My, mieszkańcy bloku Wincentego Witosa 1/31 mimo wielu próśb ustnych o uporządkowanie mieszkania zajmowanego przez panią K. nie doczekaliśmy się realizacji naszej prośby. Czy dopiero otworzy oczy Zarządowi Spółdzielni nowy pożar, jak ten z dnia 1 lipca 2019 r.? Przecież nagromadzenie szmat i śmieci przez panią K. grozi pożarem, niemożliwym do opanowania. Takie samo składowisko szmat i śmieci w jej piwnicy również grozi pożarem i powstaniem zagrożenia życia ludzi i zniszczeniami mienia lokatorów jak i Spółdzielni.

Władze Spółdzielni nie wiedzą, że istnieje straż pożarna, policja, organa nadzoru sanitarnego i ośrodki pomocy społecznej, mające ustawowe obowiązki nadzorować przestrzeganie porządku i dbanie o osoby nieradzące sobie samodzielnie w życiu? Czyżby władze Spółdzielni nie radziły sobie z dbaniem o zarządzane mienie?

Zdzisława Potrzebko, Jadwiga Ziółek, Jan Sokołowski, Agata Waszkiewicz, Dawid Chojnowski, Barbara Chojnowska, Zbigniew Waszkiewicz, Krystyna Kołowska
i dwa podpisy nieczytelne
Kolno

Konkurs „Zapach lata”

Konkurs plastyczny pod hasłem „Zapach lata” dla młodzieży od 10 do 15 lat ogłasza Grajewskie Centrum Kultury. Każdy autor mo-

że przesłać tylko jedną pracę formatu A3 w dowolnej technice, poza technikami przestrzennymi i w kolorystyce czarnobiałej. Pracę należy zaopatrzyć w czytelny opis zawierający: imię i nazwisko autora, wiek, adres zamieszkania, imię i nazwisko rodzica (opiekuna), telefon kontaktowy, e-mail. Termin dostarczenia lub nadesłania (decyduje data stempla pocztowego) mija 23 sierpnia 2019 r. (Grajewskie Centrum Kultury, ul. Wojska Polskiego 20, 19 – 200 Grajewo, z dopiskiem Konkurs Plastyczny „Zapach lata”).

Jury dokona oceny prac oraz przyzna miejsca i wyróżnienia w dwóch kategoriach wiekowych: 10 - 12 lat i 13 – 15 lat.

Podsumowanie konkursu, wręczenie nagród oraz otwarcie wystawy pokonkursowej odbędzie się 30 sierpnia (godz. 11.00) w sali klubowej Grajewskiego Centrum Kultury.

Dodatkowe informacje: Jadwiga Popko i Ewelina Kruszewska, tel. 86 272 29 91.

Maciej Domitrz
Grajewskie Centrum Kultury

Kronika z wakacji w Szczuczynie

Poniedziałek. Wyjazd rowerowy do Brzeźnia. Przy świetlicy wiejskiej pobawiliśmy się (z przerwami na deszcz), korzystając z instalacji rekreacyjnych na placu, a następnie posililiśmy się kielbaskami z ogniska. W drodze powrotnej zaskoczyła nas lekka mżawka, ale raczej pomogła niż przeszkodziła. Z uśmiechami rozjechaliśmy się do domów z nadzieją, że kolejny dzień będzie słoneczny.

Wtorek. Cóż... Pada. A my? Oczywiście, jak zwykle przygotowania na każdą ewentualność!. Gry i zabawy zespołowe, a do tego spotkanie z robotami Photon sprawia-

ją, że czas ucieka niepostrzeżenie.

Środa. Brrrr... Pogoda bez zmian. Spędzamy ten dzień znowu na hali sportowej. Środa zdecydowanie jest dniem gadżetów animacyjnych. A ile przy tym zabawy!

Czwartek. Jest i pogoda! Czwarty dzień tygodnia przebiega pod hasłem #TrashTag'u. Rozmawiamy, o co w tym chodzi i po co to komu? Czy dbanie o wspólną przestrzeń, miejsca gdzie spacerujemy, bawimy się, spotykamy są dla nas ważne? Okazuje się, że tak. Sprzątamy Stary i Nowy Park, następnie dyskutujemy o przyczynach śmiecenia. Wyszło też, że jesteśmy bardzo rygorystyczni, jeśli chodzi o kary dla śmiejących. Żadnego pobłażania! Dzień kończymy wspólnym ogniskiem, smacznymi kielbaskami i grami w hali sportowej.

Piątek. Czyste szaleństwo. W ramach zajęć Nasze miasto – nasza przestrzeń udajemy się w okolice Starego Parku. Po co? A puszcza- my wodze wyobraźni i przy pomocy papierowych szablonów i spray-ów ubarwiamy jedną z ulic. Taką kreatywność cenimy i popieramy!

Drugi tydzień „Kulturalnych Wakacji” to też zajęcia w świetlicach wiejskich: w Bęćkowie, w Brzeźniu, w Bzurach, w Niećkowie, w Skajach, które prowadzili i prowadzić będą (gdyby ktoś pytał) studenci animatorzy. Zajęcia plastyczne, sportowe, seanse filmowe (w oparciu o portal Legalna Kultura), gry i zabawy integracyjne, planszówki, to pomysły na wakacyjny czas!

Z wakacyjnymi pozdrowieniami
Andrzej Kosmowski
Centrum Kultury w Szczuczynie



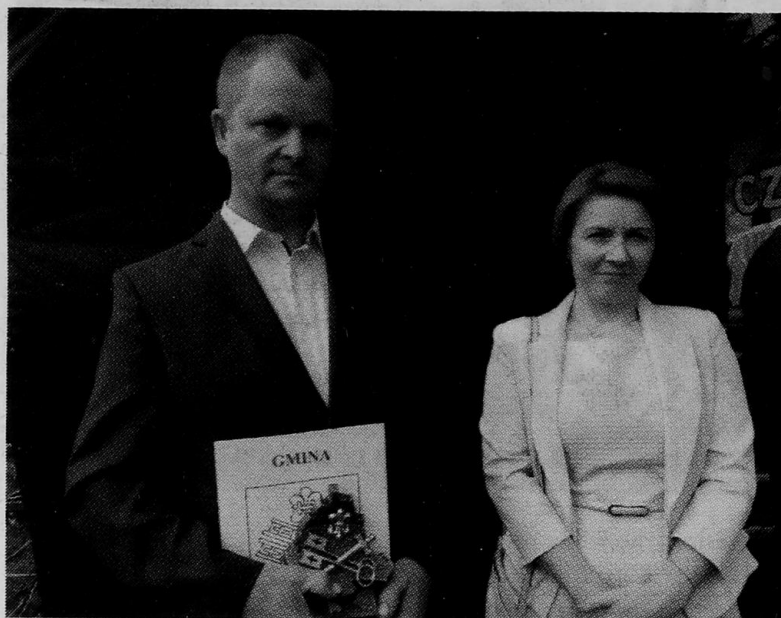
Na tytuł trzeba się bardzo, bardzo napracować!

Anna i Krzysztof Nienaltowski z Michałowa Wielkiego są laureatami tytułu „Rolnik Roku”, przyznawanego przez kapitułę Plebiscytu „Najlepsi w gminie” w gminie Czyżew.

„Trzeba dużo, bardzo dużo pracować, żeby zdobyć taki tytuł. Wyróżnienie cieszy, że nasza praca została zauważona”, mówi „Kontaktom” Krzysztof Nienaltowski.

Z żoną prowadzą i rozwijają gospodarstwo ukierunkowane na produkcję mleka. W ubiegłym roku wybudowali nowoczesną, wolnostanowiskową oborę dla bydła mlecznego. Mają 150 krów. Obora wyposażona jest w system komputerowy, który indywidualnie dawkuje krowom paszę, hałę udojową z dojarkami, które jednak trzeba podłączyć. Każdego dnia krowy doją Anna i Krzysztof oraz ich synowie.

Nienaltowski mają troje dzieci. Najstarszy syn Arkadiusz (lat 19) uczy się w Technikum Agrobiznesu w Czyżewie, Albert (lat 17) w Technikum Centrum Kształcenia Zawo-



Anna i Krzysztof Nienaltowski

dowego w Wysokiem Mazowieckiem (mechatronika), a najmłodszy Kamil (lat 9) w szkole podstawowej.

„Statuetkę postawimy w biurze na półce, obok innych pucharów”, dodała Anna Nienaltowska.

Nienaltowski sprzedają mleko do Spółdzielni Mleczarskiej Mleko-

vita w Wysokiem Mazowieckiem. Są wśród jej największych dostawców. Krzysztof Nienaltowski został uhonorowany odznaką „Zasłużony dla Rolnictwa”, przyznaną przez Ministra Rolnictwa i Rozwoju Wsi. Kilkakrotnie wyróżniany był za rozwój produkcji mleka przez Zarząd Mlekovity.

Susza na polu



Wnioski o oszacowanie szkód w gospodarstwach rolnych, spowodowane suszą od 1 maja do 30 czerwca, rolnicy z gminy Ciechanowiec mogą składać w Urzędzie Miejskim w Ciechanowcu. Burmistrz Eugeniusz Święcki powołał dwie komisje do szacowania strat w uprawach.

Goście z Kazachstanu

Trzyosobowa rodzina repatriantów z Kazachstanu od 25 czerwca mieszka w Ciechanowcu. Władze miasta zapewniły jej mieszkanie i pracę; rodzice i ich dorosła córka już pracują.

Rozbudowa szkoły

Trwa rozbudowa budynku Zespołu Szkół Zawodowych im. Stanisława Staszica w Wysokiem Mazowieckiem. Otwarcie nowego skrzydła odbędzie się 2 września i będzie połączone z wojewódzką inauguracją roku szkolnego 2019/2020.

Świat stoi otworem!



Sołtys Nowego Laskowca Wioletta Powojńska

„Są trzy wsie z nazwą Laskowiec, w każdej jest sołtys, ale dla nas to jakby jedna wieś. Mieszkańcy Nowego Laskowca Kolonii mają u nas swoje pole. Nasi mają pola w obrębie tamtej wsi. Teraz będzie budowana droga przez naszą wieś i sąsiednią”, mówi sołtys Nowego Laskowca Wioletta Powojńska.

Na drogę czekają wszyscy. Będzie asfaltowa, szeroka, ze zjazdami z kostki polbrukowej do posesji i asfaltowymi do pól. Do boiska od Starego Laskowca już prowadzi jednostronny chodnik. Wójt gmi-

ny Zambrów Jarosław Kos planuje pozyskać na budowę drogi unijne dofinansowanie. W Laskowcu jest duża fabryka. Gdy w fabryce kończy się zmiana, to nikt z miejscowych nigdzie nie wyjeżdża.

„Robią się u nas korki, jak w stolicy. Trzeba to przeczekać. Wszyscy we wsi wiedzą, w jakich godzinach jest koniec zmiany”, mówi sołtys.

Boisko, zwane przez mieszkańców Stadionem Wembley, znajdujące się na granicy obu wsi, integruje mieszkańców. Tu odbywają się festyny, zawody strażackie, me-

cze towarzyskie. Obok boiska jest plac zabaw dla dzieci i zewnętrzna siłownia.

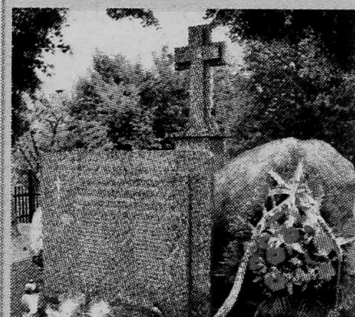
„O boisko dbamy wszyscy. Ostatnio zbieraliśmy kamienie i zasialiśmy trawę, ale jest susza”, z niepokojem mówi Wioletta Powojńska.

Wspólna jest także świetlica. Tam odbywają się zebrania, dotyczące spraw mieszkańców dwóch albo trzech wsi. Na zebrania sołectwie swojej wsi sołtys zaprasza mieszkańców do swojego domu.

„Jak jest coś do przekazania, sama chodzę do ludzi. I w różnych sprawach sąsiedzi przychodzą do mnie. Czasami drzwi się nie zamykają. I z tego bardzo się cieszę”, uśmiecha się pani Wioletta.

Jest sołtysem pierwszą kadencję, zajmuje się gospodarstwem. Ma dwóch synów: Kacper będzie uczył się w pierwszej klasie Liceum Ogólnokształcącego w Zambrowie, a Tomasz w czwartej klasie Technikum Rolniczego. Należy do Koła Gospodyń Wiejskich, które działa we wsi od kilku lat. W wakacje panie z Koła planują wyjechać na wycieczkę do Wiednia. Bo teraz świat stoi otworem!

Rocznica okrutnej zbrodni



Na obchody rocznicy pacyfikacji wsi Czarnowcu Undy z Mszą świętą polową przy pomniku zaprasza w niedzielę, 21 lipca (godz. 14.00), wójt gminy Kołaki Kościelne Sylwester Jaworowski. 21 lipca 1944 roku Niemcy spalili zabudowania i rozstrzelali 27 (niektóre źródła mówią o 29) mieszkańców.

Klub Seniora w Cieciorkach

Klub Seniora tworzy w Cieciorkach gmina Zambrów. W placówce dziennego pobytu dla mieszkańców gminy będą fotele do masażu, sprzęt RTV i kuchenny oraz biblioteczka.

W Sądzie Rejonowym w Łomży rozpocznie się w poniedziałek, 22 lipca, sprawa „Trucizny w Przytułach”



1.

Michał T. i Marek T. wynajęli w 2017 roku działkę pod Przytułami (Przytuły Las), na którą w kilkudziesięciu plastikowych pojemnikach i 250 metalowych beczkach zwieźli i nielegalnie przechowywali prawie 140 tysięcy litrów różnych substancji.

Choć zostało to odkryte w 2017 roku, postawienie ich przed sądem było możliwe, gdy prokuratura ustaliła, że składniki farb, lakierów i rozpuszczalników zdążyły przedostać się do gleby i ją zanieczyścić, informował zastępcę prokuratora okręgowego w Łomży Rafał Kaczyński. Wcześniej inspektorzy Wojewódzkiego Inspektoratu Ochrony Środowiska pobrali 7 próbek gleby z działki, na którym składowane są odpady. Ich analiza sta-

ła się dowodem o zanieczyszczeniu gleby szkodliwymi związkami chemicznymi. Poza tym okazało się, że odpady zostały przywiezione z zagranicy bez wymaganego zezwolenia, wyszło też oszustwo. Na tej podstawie obaj usłyszeli prokuratorskie zarzuty, „że działając wspólnie i w porozumieniu, wbrew przepisom składowali odpady przemysłowe, w tym łatwopalne, i odpady te

stwarzały zagrożenie pożarem i wybuchem i mogły wywołać długotrwałe, niekorzystne skutki w postaci zanieczyszczenia cieków i wód gruntowych”.

I właśnie w poniedziałek, 22 lipca staną za to przed sądem.

2.

Zalegające pod Przytułami odpady, to wielki problem dla gminy,



która musi usunąć chemikalia, do czego zobowiązała ją prokuratura.

– Poczyniliśmy wstępne rozpoznanie. Wywiezienie i utylizacja tego, co tam jest, to koszt około 5 złotych za kilogram. Całość kosztowałaby gminę ponad 500 000 zł. To oznacza dla nas rok bez inwestycji – powiedział „Kontaktom” wójt Kazimierz Ramotowski w środę, 17 lipca.

Marek T. i Michał T., to ludzie spoza gminy. Nikt ich nie zna. Działka po niedosłej wytwórni mas bitumicznych, należy do prywatnych współników. Jest duża. Dlatego wójta cieszy, że mieszkańcy szybko zareagowali na dziwne transporty i powiadomili służby. Gdyby nie to, strach pomyśleć, ile jeszcze trucizny mogłoby do Przytuł trafić.

– Mieszkańcy się denerwują, ja się denerwuję, bo nie mieliśmy z odpadami nic wspólnego, działka nie jest gminna, a mamy ponosić koszty. Występowaliśmy o pieniądze na utylizację składowiska do różnych funduszy ochrony środowiska, ale, niestety, żaden nam nie pomógł. Liczę, że jeżeli zapadnie wyrok, to z uwzględnieniem kosztów doprowadzenia działki do porządku – mówi wójt Ramotowski.

MIKOŁAJ NAWRA

Fot. Jacek Rutkowski

Mieszkańcy Srebrnego Borku i ich goście bawili się na Lipcówce, czyli festynie zorganizowanym przez Koło Gospodyń Wiejskich „Boróweczki”

Z Lipcówki do udoju

Działo się tam, oj działo. Była loteria fantowa, dobra i głośna muzyka, na stołach przygotowanych przez „Boróweczki” pierogi, kartacze, ciasta i inne pyszności. Wśród dzieci, skaczących na dmuchawcach spacerowały „bajkowe postacie”. Zabawą w Srebrnym Borku zachwycił się radny Sejmiku Województwa Podlaskiego Stefan Krajewski i europoseł Krzysztof Jurgiel, który odwiedził mleczne gospodarstwo Iwony i Mariusza Walerzaków. A w Srebrnym Borku zabawa trwała do białego rana. Niektórzy prosto z festynu szli... doić krowy.



„Boróweczki” z europosem Krzysztofem Jurgielem

Marewa

Żona premiera Grecji Kiriakosa Mitsotakisa (Narodowa Demokracja), Marewa Grabowski-Mitsotakis, jest wnuczką wielce zasłużonego dla kultury polskiej Mateusza Bronisława Grabowskiego urodzonego w Wiźnie.

Marewa (imię to utworzyła z połączenia dwóch swoich imion: Marzena i Ewa) urodziła się w Atenach. Jej ojciec jest Polakiem, a matka Greczynką. Marewa studiowała nauki polityczne w Bostonie, ekonomię polityczną na Uniwersytecie Columbia, a podyplomowo zarządzanie biznesem na Uniwersytecie Harvarda. Tam w 1995 roku poznała swojego przyszłego męża Kiriakosa Mitsotakisa, który od 8 lipca 2019 roku jest premierem Grecji. Mają trójkę dzieci. Marewa mówi po polsku.

Aptekarz

Dziadek Marewy Mateusz Bronisław Grabowski urodził się 16 lipca 1904 roku w Wiźnie. Jego rodzicami byli Marianna i Wojciech Grabowscy. Mieli troje dzieci, oprócz syna dwie córki: Franciszkę i Stanisławę.

Mateusz interesował się sztuką, marzył o studiach artystycznych. Został aptekarzem. W okresie międzywojennym prowadził w Warszawie aptekę. W czasie wojny pracował w wojskowym szpitalu. Został zmobilizowany i przez Rumunię oraz Francję dotarł do Wielkiej Brytanii. Tam pracował w zakładach farmaceutycznych. Po wojnie pozostał w Londynie.

Polscy farmaceuci w 1945 roku utworzyli Polskie Towarzystwo Farmaceutyczne za Granicą. Jego pierwszym przewodniczącym był Mateusz Bronisław Grabowski. Współpracował z Rządem Polskim na Uchodźstwie.

W Londynie w 1948 roku założył i prowadził renomowaną aptekę. Do lat sześćdziesiątych organizował pomoc medyczną dla Polaków w kraju, wysyłał leki do Polski. Zmarł 16 grudnia 1976 roku w Londynie.

Kolekcjoner

Mateusz Bronisław Grabowski był kolekcjonerem sztuki. Z powodu zawodowych zainteresowań

Dziadek żony premiera Grecji urodził się w Wiźnie!



Marewa z mężem Kiriakosem Mitsotakisem, od 8 lipca premierem Grecji

Korzenie znad Narwi

20 lat (1950–1970) zbierał naczynia apteczne. W jego kolekcji są rarytasy z XVI, XVII, XVIII i XIX wieku, wykonane w różnych europejskich warsztatach. Cenne zbiory Grabowski podarował w 1976 roku Muzeum Farmacji Collegium Medicum Uniwersytetu Jagiellońskiego w Krakowie. Przekazane eksponaty tworzą jedną z najcenniejszych tego rodzaju europejskich kolekcji.

Galeria

Zainteresowania sztuką farmaceuty z Wizny koncentrowały się także na malarstwie.

Grabowski, który kiedyś marzył o studiach artystycznych, w 1959 roku otworzył w Londynie własną galerię malarstwa pod nazwą Grabowski Gallery. Organizowanymi wystawami promował polską sztukę i młodych twórców. Na wystawie, inaugurującej działalność Galerii, prezentowane były dzieła członków Zrzeszenia Artystów Polskich w Wielkiej Brytanii. W jego Galerii, która działała do 1975 roku, zorganizowanych zosta-

ło 160 wystaw zbiorowych i 60 wystaw indywidualnych artystów polskich, mieszkających w kraju i poza jego granicami.

W Garbowski Gallery wystawiali takie sławy, jak Józef Czap-ski, Wojciech Fangor, Stanisław Frenkiel, Jan Lebenstein, Wojciech Siudmak, Kazimierz Zielenkiewicz „Kaziel”. W czasach komunizmu było to ważne miejsce dla polskich artystów, którzy tworzyli na Zachodzie. Ich twórczość w kraju nie była wystawiana. Każdej wystawie w Galerii Grabowskiego towarzyszył katalog z recenzjami uznanych krytyków sztuki.

Niezwykłym wydarzeniem artystycznym była zorganizowana w Londynie w 1964 roku wystawa twórców polskich z kraju i z Londynu „Dwa światy”. W następnym roku, dzięki zabiegom Grabowskiego, wystawę tę pokazano w Krakowie, Poznaniu i Zielonej Górze. Zapłatą za zorganizowanie wystawy i wydanie katalogu było podarowanie Galerii przez artystę jednego obrazu. W ten sposób powiększała się kolekcja Grabowskiego. Zgro-

madził 386 dzieł sztuki współczesnej. Te zbiory Mateusz Bronisław Grabowski w 1975 roku także darował swojej ojczyźnie, Muzeum Narodowemu w Warszawie i Muzeum Sztuki w Łodzi.

Śladem ojca

Syn aptekarza z Wizny, Władysław Grabowski, po śmierci ojca prowadził po nim aptekę w Londynie. Podobnie jak ojciec, otworzył w Londynie galerię sztuki pod nazwą Grabowski Gallery II. Tak jak ojciec promował polskich artystów. Jest też kolekcjonerem polskich znaczków pocztowych, porcelany oraz monet i medali związanych z pontyfikatem papieża Jana Pawła II. Zamkowi Królewskiemu w Warszawie przekazał kolekcję zabytkowej porcelany.

W 1989 roku Władysław Grabowski, dziś szwagier premiera Grecji, powrócił do Polski.

MARIA TOCKA

(O aptekarskiej kolekcji Mateusza Bronisława Grabowskiego pisała Iwona Dymarczyk „Aptekarz i majoliki”).

Zofia

Według dawnych przypowieści, dziecko urodzone w tym czasie, co Pan Jezus, miało przed sobą trudne życie i dar jasnowidzenia. Zosia przyszła na świat w chwili, gdy zapłonęła pierwsza gwiazdka na niebie i rodzina siadała do wieczerzy wigilijnej roku pańskiego 1912. Była jednym z 6 dzieci w rodzinie Górskich ze Szczuczyna. Starsze siostry powychodziły za mąż: Ania za Szymanowskiego, Jadzia za Wasilewskiego, Antosia za Kurzyńskiego. Kurzyński swoją przyszłość widział jedynie w Warszawie. Wyjechał z żoną, a wkrótce zaprosili do siebie wówczas już piętnastoletnią Zosię, znajdując jej posadę gospodyni i kucharki u kapitana Wojska Polskiego. Zosia pracowała tam 6 lat, aż do zamążpójścia.

Wacław

Wacława Szewczyka z Bydgoszy losy rzuciły z rodzicami i bratem Hubertem na Ukrainę. Gdy w latach 30. XX wieku rodzinę poddano naturalizacji zmieniając nazwisko, 14-letni wówczas Wacław został Wasylem Szewczenko, zbuntował się, nie uznał nowego imienia i przez zieloną granicę uciekł do Polski. Zamieszkał w Warszawie, podjął pracę w fabryce metalurgicznej. Zosię poznał w 1937 roku. Wycieczki do lasu białeńskiego, spacer i rozłąka z rodzinami zbliżyła ich. Pobili się w Warszawie.

Rodzina

Po ślubie zamieszkali na Żoliborzu, przy ulicy Kossaka. Zosia z mężem pracowała w fabryce. Urodziła syna Kazia. Żył tylko 9 miesięcy, zabrała go epidemia koluszu. A potem wybuchła wojna.

Basia urodziła się w lutym 1941 roku w okupowanej Warszawie. Chrzestnymi zostali: wuj Telesfor Kurzyński i sąsiadka Kąsinowska. Basia była pogodnym i rezolutnym dzieckiem, lubianym przez wszystkich sąsiadów; skradła nawet serce niemieckiego lekarza.

Powstanie

Pierwsze strzały powstańcze padły na Żoliborzu 1 sierpnia 1944 roku, na kilka godzin przed ogłoszeniem godziny W. Mieszkańcy kamienicy przy ulicy Kossaka gotowali się do walki: w piwnicy napełniano butelki benzyną, na budowaną barykadę wynoszono krzesła z mieszkań. Strzały słyhać było nie tylko w dzielnicy, powstanie

Powstanie w Warszawie zmieniło jej życie w koszmar



Zofia Szewczenko (trzecia z prawej) z córką Barbarą Jankowską (z obwarzankami) przed kościołem podczas odpustu na św. Antoniego w Szczuczynie, 13 czerwca 1962 roku

Żywot spod pierwszej gwiazdki

obejmowało stopniowo całe miasto. Rozeszła się wieść o zastrzeleniu dwóch oprawców niemieckich, wychodzących z baru. Radość była ogromna. Ok. 4.00 rano żandarmi łomotali w drzwi mieszkań. Zabrali jako zakładników wszystkich mężczyzn, mieszkających przy ul. Kossaka, wśród nich Wacława Szewczenkę. Rano kobiety z tobołkami zjawiły się w miejscowej komendanturze. Tam usłyszały, że ubrania ich mężom są już niepotrzebne. Zofia nigdy nie poznała losów męża. Została po nim jedna fotografia, którą wyniosła z płonącej stolicy.

Tulaczka

Warszawa skapitulowała. Ludność cywilna musiała opuścić miasto. Oddzielano dzieci od matek. Jakis mężczyzna bez słowa wziął Basię z rąk matki i ukrył pod płaszczem. Basia mimo przerażenia instynktownie czuła, że musi zaufać obcemu. Udało się. Na pierwszym postoju wróciła do mamy. Nikt już nie szukał dzieci w tłumie. Nad szosą, którą pędzono wygnańców, pojawiły się sowieckie samoloty. Konwojujący Niemcy chowali się w tłumie cywilów. Można było uciec w zamieszaniu. Zofia nie podjęła ryzyka ze względu na trzyletnią Basię i wczesną ciążę. Po ostrzale na drodze zostało wiele ciał, idący brnęli stopami we krwi zabitych. Zofianiosła przerażoną córkę. Dotarli do Prandocina w powiecie miechów-

skim. Tam przejęli ich Rosjanie, rozlokowali w chlewach. Październikowe chłodne noce spędzane na słomie dawały się we znaki. Właściciel majątku, w którym przebywali zaproponował Zofii, że da jej krowę w zamian za adopcję Basi. Odmówiła. Okoliczni gospodarze przynosili przybyszom chleb, mleko, ziemniaki. Warszawiacy wracali do stolicy. Wracała też Zofia.

W domu

Stolica wciąż płonęła zniszczona dynamitem i miotaczami ognia. Z domu, w którym mieszkała Zofia, zostało rumowisko; najmniej ucierpiała na wpół zrujnowana suterena. Wyremontowała ją razem z innymi lokatorami: z cegieł zebranych na ulicy zrobili piec, z rynny, komin.

Zofia cieszyła się, że przed wyjściem z miasta przezornie zakopała w ogrodzie wartościowe przedmioty (bardziej z przekory, by srebrne sztucce, biżuteria, bibeloty nie dostały się w łapy szabrujących Niemców, niż z wiary, że kiedykolwiek je odkopie). Teraz były cennym towarem. Szmugiel kwitł w mieście. Ubrania, biżuterię można było wymienić na dowożone ze wsi jedzenie. Mieszkanki sutereny piekły pączki i sprzedawały je w stojącym na ulicy zniszczonym tramwaju. Produkty żywnościowe mieli na kartki z UNRRY (amerykańskiej organizacji pomagającej Polakom po wojnie). UNRRA dostarczała mąkę, ser, olej,

mleko, konserwy, ubrania. Szczególnie dużo było produktów dla dzieci, w tym nieznane odżywki. Na świat przyszła Ela, jej chrzestnymi zostali sąsiedzi, małżeństwo Zawierskich. Zofia musiała utrzymać rodzinę. Dla Eli znalazło się miejsce w żłobku. Starsza Basia poszła do „społecznego przedszkola”, które stworzyły kobiety piekące pączki. Kiedy piekły, jedna z nich opiekowała się dziećmi wszystkich. Ludzie byli życzliwi, starali się stworzyć namiastkę normalnego życia wśród ruin.

Zofia złożyła dokumenty w sądzie grodzkim w Warszawie o uznanie męża za zmarłego. Wniosek oddalono, bo nie posiadała dokumentów, potwierdzających jego śmierć. W świetle prawa Wacław Szewczenko żył, a to nie pozwalało ubiegać się o rentę po nim.

W Szczuczynie

„Zosia, wracaj do domu”, zdecydowała siostra Ania Szymanowska, która opiekowała się 4 pasierbami. Odstąpiła Zofii połowę domu. Zofia zjawiła się w Szczuczynie w 1946 roku z Elą w ramionach i Basią, trzymającą się jej sukienki. Matka spojrzała na zawiniątko i zapytała o imię. „Elżbieta? Co to za imię? Będzie Maryśka”, zdecydowała. Ela została Marysią.

W Szczuczynie bieda była ogromna. Zofia wynajmowała się do prac gospodarskich: przy żniwach, wykopkach, zbierała jagody i grzyby. Sąd w Grajewie również odrzucił wniosek o uznanie za zmarłego Wacława, bo nie było dokumentów. Niedożywiona Ela nie chodziła, choć skończyła 2 lata. Pięcioletnia Basia poszła do szkoły, bo tam mogła zjeść i ubrać ją UNRRA. Dziewczynki marzyły o lalce, której nigdy nie miały.

Przez 10 lat od opuszczenia stolicy, można było do niej wrócić, nie tracąc zameldowania. Zofia nie miała pieniędzy na podróż, pracowała i płacono jej zwykle jedzeniem dla rodziny. Dopiero w latach 60 uzyskała pracę salowej w szczuczyńskim szpitalu. Na powrót do Warszawy było za późno. Decyzji pozostania w Szczuczynie żałowała przez resztę życia. Płakała, oglądając „Zakazane piosenki” i „O szóstej wieczorem po wojnie”. To był jej świat. Przeżyła 90 lat, kilka ostatnich w całkowitej ciemności, pod opieką córek.

BARBARA PASZKOWSKA

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.00120/19-o-i)

FINANSE

POŻYCZKI. Tel. 500 – 547 – 057
[https://wnioskomat.com/
wniosek?affiliationId=b9a04555441633c54cd-
4974fb331ec10](https://wnioskomat.com/wniosek?affiliationId=b9a04555441633c54cd-4974fb331ec10)

(fak.00132/19-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 działki 10 a i 15 a,
Stare Ratowo koło Śniadowa.
Cena do uzgodnienia.
Tel. 604 – 278 – 057

(p-001042-o)

Sprzedam mieszkanie w Łomży,
M-4, 60,50 m². Tel. 606 – 421 – 803

(p-0001060-o)

PRACA

Opieka Niemcy Legalnie.
Tel. 725 – 248 – 935

(fak.00065/19-o-i)

Murarzy, wykończeniowców,
stolarzy. Praca w UE.
Tel. 698 – 130 – 444

(fak.00130/19-o-i)

PRZYJMĘ

Ogłoszenia w rubryce „Przyjmę”
zamieszczamy bezpłatnie.

Treść można przesłać na adres:
[redakcja@kontakty-tygodnik.
com.pl](mailto:redakcja@kontakty-tygodnik.com.pl) lub podać telefonicznie:
86 216 42 43

ROLNICTWO

Skup zboża, kukurydzy, grochu,
lubinu, minimum 20 ton.
Zapewniam transport.
Tel. 504 – 082 – 106

(fak/sms)

Zakupię ciągniki Ursus, Zetor,
New Holland, Same, Landini,
Massey Ferguson, Renault,
Foton, Farmtrac, Deutz Fahr,
John Deere itd. każdy stan oraz
prasy, belarki Sipma, Warfama,
Carraro, Gallignani itd. Gotówka
od ręki. Dzwon, pisz.
Tel. 660 – 795 – 977

(fak/sms)

Poszukuję pracownika do
poprowadzenia gospodarstwa
rolnego przy produkcji mlecznej.
Wymagana obsługa maszyn
rolniczych. Wynagrodzenie do
uzgodnienia. Tel. 514 – 550 – 640

(fak.00131/19-o-i)

Rzeźnia kupi bydło ze
skierowaniem do uboju
z konieczności.
Tel. 511 – 075 – 866,
662 – 396 – 670

(fak.00121/19-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)

USŁUGI

Malowanie dachów.
Tel. 668 – 141 – 137

(p-001054-o)

Wycinka drzew niebezpiecznych,
usługi podnośnikowe.
Tel. 798 – 135 – 595

(p-001063-o)

Wójt Gminy Radziłów

informuje, iż w siedzibie
Urzędu Gminy został poda-
ny do publicznej wiadomo-
ści poprzez wywieszenie na
tablicy ogłoszeń na okres 21
dni wykaz nieruchomości ko-
munalnych przeznaczonych
do wydzierżawienia – udział
w działce nr 386 w Radziłowie.

Wójt Gminy
Krzysztof Milewski

PPB Prefbet sp z o.o. sprzeda naczepę

wywrotkę FELDBINDER

MUL 24.3

rok produkcji 1991,
podłoga i mulda
aluminiowa w dobrym
stanie, opony do jazdy,
hamulce sprawne, ogólnie
stan dobry. Naczepa
w ciągłej eksploatacji,
użytkowana na potrzeby
własne,
cena 20 000 zł (netto).

KOMUNIKAT

Burmistrz Miasta Zambrów

działając na podstawie art. 35 ust. 1 ustawy z dnia 21 sierpnia
1997 roku o gospodarce nieruchomościami (Dz. U. z 2018 ro-
ku poz. 2204 z późn. zm.) podaje do publicznej wiadomości, że
w siedzibie Urzędu Miasta Zambrów przy ul. Fabrycznej 3 wy-
wieszony został na tablicy ogłoszeń na okres 21 dni (od 11 lip-
ca 2019 roku do 1 sierpnia 2019 roku) wykaz lokalu mieszkal-
nego nr 29 przy ul. Aleja Wojska Polskiego 46 w Zambrowie
przeznaczonego do sprzedaży w drodze bezprzetargowej na
rzecz najemcy.

MASZ KILKA KREDYTÓW?

Połącz wszystkie
w jeden wygodny do spłaty
RRSO 16,9%

GET IN BANK

Zapraszamy do Placówki Partnerskiej:
18-200 Wysokie Maz., Rynek Piłsudskiego 1A
czynne: pon.-pt.: 9.00-17.00
tel. 502 399 717, 572 348 585, 502 399 728
opłata za połączenie zgodna z taryfą operatora

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

KONSTAŁ PRODUCENT

GAZARZE Blaszane
BRAMY Garażowe
KOJCE dla Psów

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

Dogodne **RATY**
GAZARZE WZMOCNIONE

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

Sprzedam Seat Cordoba, (2002), 1.4, pierwszy właściciel, hak zaczepowy, Łomża, cena 3 500 zł, tel. 510 - 173 - 043

(o/b)

Sprzedam motor Romet, 125 cm³, cena do uzgodnienia, tel. 572 - 942 - 398

(o/b)

Sprzedam Lublin II, (1999), blaszak, 9-osobowy, mały przebieg, wspomaganie, cena 2 700 zł do uzgodnienia, tel. (86) 216 - 01 - 39 lub 517 - 917 - 397

(o/b)

Sprzedam Skoda Octavia, 1.9 tdi, kombi, 110 KM, silnik w dobrym stanie, do lekkich poprawek lakierniczych, cena 4 300 zł, tel. 514 - 263 - 600

(o/b)

Sprzedam bagażnik dachowy do Audi Q5, (2018), nowy, cena 1 050 zł, tel. 692 - 569 - 722

(o/b)

Sprzedam Seat Cordoba, (1997), 1.4, sedan, cena 1 000 zł, tel. 508 - 749 - 479

(o/b)

Sprzedam Ford Fiesta, (2015), mały przebieg, nawigacja, samochód zadbane, gotowy do jazdy, bez wkładu własnego, cena 32 000 zł, tel. 517 - 820 - 092

(o/b)

Sprzedam Seat Toledo, (2001), 1.6 benzyna, wszystkie opłaty aktualne, wspomaganie kierownicy, centralny zamek, ABS, klimatyzacja sprawna i nabita, cena 4 200 zł, tel. 514 - 263 - 600

(o/b)

Sprzedam Volkswagen Golf 4, 1.9 tdi, kombi, kolor zielony, wszystkie opłaty aktualne, bogate wyposażenie, cena 4 400 zł, tel. 514 - 263 - 600

(o/b)

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

(o/b)

Sprzedam Skoda Octavia, (1999), 1.6, 101 KM, gaz sekwencja, wszystkie opłaty aktualne, bogate wyposażenie, cena 4 600 zł, tel. 505 - 597 - 120

(o/b)

Sprzedam Opel Insignia, (2010), 2.0 diesel, w idealnym stanie, oryginalny przebieg 148 000 km, kolor czarny, cena 27 500 zł do uzgodnienia, tel. 504 - 878 - 402

(o/b)

Sprzedam Opel Zafira, (2001), z gazem, cena 8 000 zł, tel. 534 - 640 - 421

(o/b)

Sprzedam przyczepkę samochodową, cena 2 000 zł, tel. 534 - 640 - 421

(o/b)

Sprzedam BMW I E87, (2006), 2.0 diesel, 122 KM, czarny metalik, klimatyzacja, tempomat, elektryczne szyby i lusterka, bezwypadkowe, cena 18 700 zł, tel. 733 - 653 - 595

(o/b)

Sprzedam BMW 730, (2006), diesel, lift, czarny, możliwa zamiana, cena 41 500 zł, tel. 572 - 103 - 812

(o/b)

Sprzedam skuter Romet 700, 50 cm³, cena 2 000 zł, tel. 698 - 837 - 080

(o/b)

Sprzedam Fiat 126P, (1991), kolor zieleń, cena 3 600 zł, tel. (86) 277 - 67 - 82

(o/b)

Sprzedam motocykl Suzuki GS 500 E (2003), ścigacz, cena 2 400 zł, tel. 513 - 682 - 092 lub (86) 277 - 67 - 82

(o/b)

Sprzedam Renault Megane, (2002), 1.9 diesel, klimatyzacja, cena 4 000 zł, tel. 790 - 324 - 705

(o/b)

Sprzedam Skoda Fabia, 1.4, stan techniczny bardzo dobry, klimatyzacja sprawna, opłaty do końca grudnia, cena 5 500 zł do negocjacji, tel. 500 - 191 - 550

(o/b)

Sprzedam Mercedes Benz A Klasa 170, (1999), ważny przegląd i ubezpieczenie, silnik w bardzo dobrym stanie, klimatyzacja, cena 3 300 zł, tel. 887 - 369 - 534

(o/b)

Sprzedam Citroen Xsara Picasso, (2001), 2.0 hdi, auto zadbane, garażowane, wspomaganie kierownicy, ABS, cena 5 500 zł do negocjacji, tel. 696 - 566 - 844

(o/b)

Sprzedam Volkswagen Passat, 2.0 TDI, 170 KM, pierwszy właściciel, salon Polska, stan idealny, cena 39 900 zł, tel. 507 - 960 - 008

(o/b)

Sprzedam Volvo XC 60, (XI.2016), salon Polska, cena 102 000 zł, tel. 507 - 960 - 008

(o/b)

Sprzedam Mazda 6, (2004), kombi, stan dobry, ważne opłaty, skórzana tapicerka, centralny zamek, cena 5 600 zł do negocjacji, tel. 604 - 952 - 920

(o/b)

Sprzedam Alfa Romeo 147, (2004), stan bardzo dobry, auto użytkowane przez kobietę, diesel, przebieg 195 000 km, cena 4 500 zł do negocjacji, tel. 726 - 071 - 501

(o/b)

Sprzedam Skoda Fabia Monte Carlo, (2012), 1.2 tsi, benzyna, 110 KM, przebieg 78 000 km, cena 27 000 zł, tel. 572 - 021 - 566

(o/b)

Sprzedam Toyota Corolla Verso, (2005), auto 7-osobowe, ABS, hak, wspomaganie kierownicy, OC ważne do 10.04.2020 r., diesel, cena 10 200 zł, tel. 518 - 634 - 453

(o/b)

Sprzedam Audi A3, (1997), auto sprawne, gotowe do jazdy, w środku zadbane i czyste, benzyna, 150 KM, cena 4 800 zł, tel. 519 - 685 - 965

(o/b)

Sprzedam Ford Fiesta, (1998), 1.2 benzyna, 75 KM, pierwszy właściciel, z salonu, przebieg 95 000 km, stan dobry, cena 1 500 zł do uzgodnienia, tel. 695 - 818 - 003

(o/b)

Sprzedam przyczepę samochodową, maszynowa, cena 1 500 zł, tel. 508 - 654 - 114

(o/b)

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

(o/b)

Sprzedam Volkswagen Sharan, (2003), 1.9 tdi, środek zadbane, przegląd na rok, OC ważne do końca roku, cena 6 200 zł do negocjacji, tel. 603 - 054 - 981

(o/b)

KUPON

BEZPŁATNE OGŁOSZENIE DLA ZMOTORYZOWANYCH

Treść ogłoszenia do 15 słów:

Warunkiem ukazania się ogłoszenia jest podanie ceny pojazdu!

Imię i nazwisko ogłaszającego:

Adres:

Tel.:

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

Czytelny podpis:

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

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

OGŁOSZENIA BEZPŁATNE ROLNICZE

Sprzedam dwie jałówki do zacielenia, cena 3 000 zł za sztukę do uzgodnienia, tel. 662 – 807 – 971

(o/b)

Sprzedam owijarki Metal Fach lub Pronar, samozaładowcze, przedni załadunek, cena do uzgodnienia, tel. 572 – 942 – 398

(o/b)

Sprzedam słomę w kostkach, cena 5 zł za sztukę, tel. 517 – 631 – 719

(o/b)

Sprzedam mieszanek zbożową, cena 800 zł za tonę, tel. 514 – 996 – 731

(o/b)

Sprzedam kosiarkę rotacyjną, cena 2 500 zł; zgrabiarkę 7 pająk, cena 500 zł, tel. 727 – 316 – 966

(o/b)

Sprzedam kosiarkę dyskową Fella, (2014), 2,80 m, stan bardzo dobry, cena 16 900 zł, tel. 508 – 585 – 394

(o/b)

Sprzedam przyczepę Autosan D-47, wywrotka, trójstronny wywrot, cena 8 900 zł, tel. 508 – 585 – 394

(o/b)

Sprzedam ciągnik C-360, (1985), w oryginale, pierwszy właściciel, stan bardzo dobry, cena 18 500 zł, tel. 606 – 403 – 642

(o/b)

Sprzedam byczka, 7-tygodniowy, mięsny, waga około 100 kg, cena 1 250 zł, tel. 692 – 569 – 722

(o/b)

Sprzedam bele sianokiszonki, (2019), z pierwszego pokosu, cena 120 zł za sztukę do uzgodnienia, tel. 511 – 742 – 450

(o/b)

Sprzedam krokodyl do tura, cena 1 200 zł, tel. 534 – 640 – 421

(o/b)

Sprzedam kosiarkę rotacyjną, szerokość 1,35 m, cena 1 400 zł, tel. 534 – 640 – 421

(o/b)

Sprzedam glebogryzarkę, szerokość 2,10 m, cena 4 400 zł, tel. 515 – 969 – 513

(o/b)

Sprzedam kosiarkę dyskową Lely Sendinio, szerokość 2,80 m, z rozbijakiem, cena 10 500 zł, tel. 515 – 969 – 513

(o/b)

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

(o/b)

Sprzedam chwytnik do bel, cena 800 zł, tel. 662 – 790 – 786

(o/b)

Sprzedam ciągnik C-330, stan dobry, cena 14 000 zł, tel. 691 – 283 – 329

(o/b)

Sprzedam prasę Sokółka, (2006), stan dobry, cena 17 000 zł do uzgodnienia, tel. 516 – 690 – 012

(o/b)

Sprzedam ładowacz Troll, cena 1 200 zł, tel. 601 – 232 – 542

(o/b)

Sprzedam zbiornik na mleko, 850 litrów, cena 1 400 zł, tel. 601 – 232 – 542

(o/b)

Sprzedam słomę, bele 150, prasa pasowa, cena 80 zł za sztukę, tel. 660 – 126 – 203

(o/b)

Sprzedam sieczkarnię Pottinger Mex 2S, 1-rzędowa, stan bardzo dobry, cena 4 500 zł, tel. 664 – 552 – 587

(o/b)

Sprzedam kopaczkę elewatorową, cena 1 300 zł, tel. 500 – 703 – 985

(o/b)

Sprzedam przyczepę, 12 ton, stan bardzo dobry, zarejestrowana, cena 9 900 zł, tel. 507 – 960 – 008

(o/b)

Sprzedam kombajn ziemniaczany Anna, pierwszy właściciel, wykopał około 30 ha, cena 15 500 zł, tel. 507 – 960 – 008

(o/b)

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

(o/b)

Sprzedam siano w belach, cena 75 zł za sztukę, tel. 609 – 320 – 169

(o/b)

Sprzedam kombajn Bizon Z-056I, stan dobry, cena 25 000 zł, tel. 696 – 527 – 834

(o/b)

Sprzedam kosiarkę dyskową Niemeyer SM 310C, stan dobry, wszystko sprawne technicznie, cena 8 200 zł, tel. 692 – 066 – 432

(o/b)

Sprzedam kombajn New Holland, stan bardzo dobry, zadbane, garażowany, heder 4 m, hydrauliczny wysyp, cena 22 500 zł, tel. 515 – 395 – 992

(o/b)

Sprzedam przewracarkę, 4-gwiazdowa, hydraulicznie rozkładana, cena 3 900 zł, tel. 793 – 666 – 449

(o/b)

Sprzedam dojarzę przewodową, 6 aparatów, myjnia automatyczna, cena 12 000 zł, tel. 506 – 413 – 185

(o/b)

Sprzedam pług 4-skibowy Rabewerk, elementy robocze w bardzo dobrym stanie, przedpłużki, możliwy transport, cena 1 050 zł do negocjacji, tel. 798 – 505 – 118

(o/b)

Sprzedam przyczepę do bel Autosan, 11 ton, na bliźniakach, cena 9 900 zł, tel. 508 – 585 – 394

(o/b)

Sprzedam wialnię do zboża, cena 850 zł, tel. 534 – 640 – 421

(o/b)

Sprzedam sadzarkę do ziemniaków, stan dobry, cena 1 000 zł, tel. 602 – 797 – 139

(o/b)

Sprzedam ciągnik International 624, stan dobry, sprawny, cena 10 500 zł, tel. 511 – 555 – 598

(o/b)

Sprzedam ciągnik C-238, stan dobry, cena 8 900 zł do uzgodnienia, tel. 511 – 555 – 598

(o/b)

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

(o/b)

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

(o/b)

Sprzedam prasę belującą Sipma, (2003), szerokie koła, zamki, stan dobry, cena 19 500 zł, tel. 503 – 974 – 093

(o/b)

Sprzedam kosiarkę rotacyjną, czeska, stan dobry, cena 1 900 zł, tel. 503 – 974 – 093

(o/b)

Sprzedam beczkowóz, 4 500 litrów, cena 7 000 zł do uzgodnienia, tel. 885 – 305 – 407

(o/b)

Sprzedam przyczepkę ciągnikową, cena 1 200 zł, tel. 573 – 094 – 934

(o/b)

Sprzedam pługi 2-skibowe, cena 350 zł, tel. 573 – 094 – 934

(o/b)

Sprzedam bele słomy ze stodoły, cena 80 zł za sztukę, tel. 516 – 047 – 296

(o/b)

KUPON

BEZPŁATNE OGŁOSZENIE ROLNICZE

Treść ogłoszenia do 15 słów:

Warunkiem ukazania się ogłoszenia jest podanie ceny!

Imię i nazwisko ogłaszającego:

Adres:

Tel.:

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

Czytelny podpis:

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

PREFBET

ŚNIAĐOWO

PPB „PREFBET” Spółka z o.o.

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

4,45 zł

PUSTAK SZALUNKOWY

Cena brutto za 1 szt
loco Śniadowo

9,22 zł

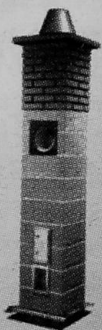
BETON KOMÓRKOWY

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

IDEALNE POŁĄCZENIE

**KOMIN
SKORSTEN
Classic 200
- 6 mb**

Teraz tylko
1590 zł
Cena brutto



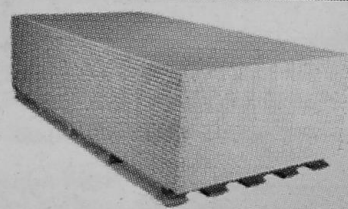
Teraz tylko

16 zł

worek Cena brutto

**ZAPRAWA
KLEJOWA
PREFBET
TERMO-BIAŁA**

Zużycie:
4kg/1 m²
Opakowanie: 25 kg;

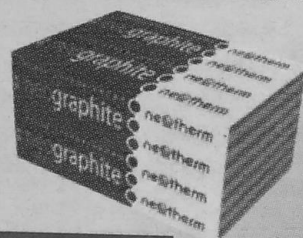


Teraz tylko

17,55 zł/szt
Cena brutto

Rigips 260 x 120

**PLYTA
KARTONOWO
-GIPSOWA**



Teraz tylko

54 zł/op.
Cena brutto

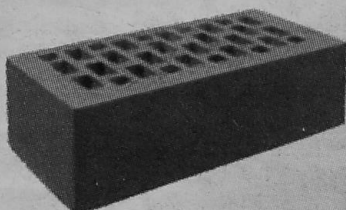
**PLYTA
STYROPIANOWA
FASADA**



Teraz tylko

64,50 zł/rolka
Cena brutto

**PAPA
ICOPAL
W 400**



**CEGŁA
ROBEN
NFM16**

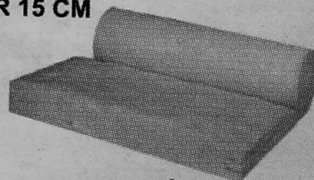
Teraz tylko

1,59 zł/szt
Cena brutto

**WEŁNA
ISOVER UNIMATA
GR 15 CM**

Teraz tylko

15,25 zł/m²
Cena brutto



**CEMENT
LAFARGE I 42,5**

Teraz tylko

480 zł/t
Cena brutto

ODDZIAŁ ŚNIAĐOWO

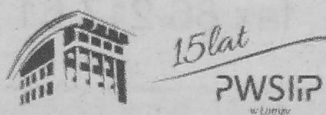
tel. 86 217 62 95
poczta@prefbet.pl

ODDZIAŁ ŁOMŻA

tel. 86 218 06 72
handel@prefbet.pl

ODDZIAŁ ZAMBRÓW

tel. 86 475 04 24
www.prefbet.pl



Państwowa Wyższa Szkoła
Informatyki i Przedsiębiorczości w Łomży

STUDIUM BEZPŁATNIE

14 kierunków

UNIKATOWE KIERUNKI

- Dietetyka
- Prawo
- Wychowanie fizyczne
- Praca socjalna
- Technologia żywności i żywienie człowieka



www.pwsip.edu.pl

Ta młoda sarna w jakiś sposób przedostała się na ogrodzone podwórko w Grajewie, ale nie potrafiła się z niego wydostać. Pomogli policjanci, którzy z pomocą lekarza weterynarii ją złapali i wynieśli na skraj pól. Wypuszczona na wolność, natychmiast pobiegła w kierunku zagajnika. Fot. policja.



Policjantem jest się zawsze

Dzielnicy z Komendy Miejskiej Policji w Łomży starszy sierżant Łukasz Ostaszewski robił po służbie zakupy, gdy zauważył poszukiwanego (23 lata) przez sąd do odbycia kary 1,5 roku więzienia. Jego szybka reakcja sprawiła, że we współpracy z policjantem Wydziału Kryminalnego unikający kary po chwili był już w kajdankach na Komendzie. Co ciekawe, kilka godzin wcześniej dzielnicowy z policjantką z Wydziału Kryminalnego zatrzymał poszukiwanego listem gończym mieszkańca (38 lat) Łomży, który także ukrywał się przed odsiadką 10 miesięcy. Fot. KMP w Łomży.

Obsikali i pobili w Łomży

Jechali z Kielc na Mazury. W Łomży jednego z nich „przycisnęło”, więc zatrzymali się w centrum miasta i poszedł się wysikać pod budynek. Gdy zauważył to właściciel lokalu i zwrócił mu uwagę, dwaj koledzy prostaka przyszli mu z „pomocą” i wspólnie pobili mieszkańca Łomży, po czym wsiedli do renaulta i ruszyli w kierunku ronda Kościuszki. Udało im się wjechać na most i tu łomżyńscy policjanci całą trójkę zatrzymali. Pobity (49 lat), na szczęście, nie odniósł poważnych obrażeń.



Aż wierzyć się nie chce, że młody (24 lata) kierowca z Zambrowa tego bmw wyszedł z niego tylko lekko potłuczony! Pijany jechał z taką prędkością, że gdy w Piaskach (gm. Ruciane Nida) uderzył bokiem auta w drzewo, dosłownie „owinął się” wokół pnia. Fot. policja

Spod szpitala do szpitala

Wyjazd spod Szpitala Wojewódzkiego w Łomży na al. Piłsudskiego, to miejsce, w którym nieustannie dochodzi do kolizji i wypadków. Był nawet plan budowy ronda, ale na tym się skończyło. Kolizje i wypadki nie. Tak jak w tym tygodniu: wyjeżdżający spod szpitala volkswagen zajechał drogę jadącej al. Piłsudskiego skodzie, w wyniku czego jej pasażerka trafiła do szpitala.

Autobusem „na bańce” w Kolnie

Kierowca zmierzający od Pisz do Kolna powiadomił policję, że jadący przez nim autobus porusza się bardzo wolno, wężykiem i co chwilę zahacza o pobocze. Policjanci zatrzymali autokar w Kolnie na ul. Wojska Polskiego i od razu wyczuli od jego kierowcy woń alkoholu. Badanie alkomatem wykazało ponad 2 prom. W trakcie kontroli autobusem jechał tylko kierowca. Policjanci od razu zatrzymali mu prawo jazdy i będą szczegółowo wyjaśniać,

czy wcześniej wiozł w takim stanie dzieci z Kolna do Jeży.

Pocisnął i dachował

Trójka młodych ludzi została ranna, gdy volvo spadło ze skarpy remontowanej drogi Łomża – Nowogród między Matwicą a Kupiskami Nowymi i dachowało w polu. Jak podaje Ewelina Sześcińska z Komendy Miejskiej Policji w Łomży, ze wstępnych ustaleń wynika, że przyczyną była nadmierna prędkość.

Głupia jazda „na ogonie”

Cztery osoby trafiły do szpitala po czołowym zderzeniu między Łomżą a Starą Łomżą na trasie do Zambrowa. Jak wynika z ustaleń policji, gdy jadący przed renault samochód przyhamował, kierowca renaulta chcąc uniknąć uderzenia w jego tył, postanowił go ominąć. Niestety, z naprzeciwka jechał samochód i doszło do czołówki. Winny jest kierowca re-

nault, który trzymał się za blisko jadącego przed nim auta. Tak głupio jeździ, według naszych obserwacji, bardzo dużo kierowców!

„Jednoręcy bandyci” w Zambrowie

Najpierw u znanego sobie mieszkańca (29 lat) Zambrowa kryminalni znaleźli w zatrzymanym do kontroli pod Szumowem volkswagenie 5 gram amfetaminy. Tego samego dnia odkryli w jednym z lokali w mieście należące do niego nielegalne automaty do gier hazardowych, zwane „jednorękimi bandytami”. Już następnego dnia usłyszał zarzuty, które zaprowadzą go przed sąd. Za posiadanie nielegalnych automatów do gier w lokalach gastronomicznych, handlowych i usługowych grozi kara do 100 tysięcy złotych od jednej maszyny. Ponieść ją może nie tylko właściciel automatów, ale również wynajmujący lokal, w którym są umieszczane.

Potrącona w Lachowie

Szła poboczem od strony wsi Kielcze Kopki do Lachowa. W pewnym momencie już w Lachowie postanowiła przejść na drugą stronę jezdni. Według wstępnych ustaleń policji zrobiła to nagle, że choć kierowca scannii próbował ją ominąć, kobieta (65 lat) została potrącona. Została przewieziona do szpitala w Łomży. Ma, między innymi obrażeniami, złamaną nogę. Kierowca był trzeźwy. Jechał z przepisową prędkością.

Zginął rowerzysta

„Ze wstępnych ustaleń policji wynika, iż kierowca volkswagena passata z niewiadomych dotychczas przyczyn potrafił ze skutkiem śmiertelnym rowerzystę (60 lat), jadącego w tym samym kierunku z Ciechanowca w stronę Czyżewa. Do tragedii doszło poza terenem zabudowanym. Badanie alkomatem wykazało, że kierowca volkswagena był trzeźwy”, informuje asp. Anna Zaremba z Komendy Powiatowej Policji w Wysokiem Mazowieckiem.



Poradnia psychologa

Ciągle mi dzwoni w uszach

Dzwonienie w uszach przeważnie nasila się wieczorem. Ale jak zacząłem się tym przejmować zauważyłem, że słyszę je też czasem z samego rana. Gdy tylko się robi cisza, to zaraz słyszę te „dzwonki”. Dlaczego? Co z tym zrobić?

Marcin

To, o czym Pan mówi, nazywa się szumami usznymi i dotyczy nawet 10 proc. ludzi. Szumy uszne nie są chorobą (choć mogą być objawem choroby, na przykład, nadciśnienia, nadczynności tarczycy lub wieńcówki), nie mają też wpływu na stan słuchu.

Dzwonienie w uszach może mieć podłoże psychologiczne albo fizyczne. Fizycznymi przyczynami są praca w dużym hałasie, mechaniczne uszkodzenie słuchu, niektóre leki, zbytne fizyczne zmęczenie (np. po bieganiu), zmiany ciśnienia krwi (następujące np. podczas nurkowania lub lotu samolotem). Jeśli chodzi o podłoże

psychologiczne, to przeważnie jest nim nadmierny, nieustający stres. Pana objaw pasuje do takiej interpretacji: gdy wieczorem jest Pan zmęczony, dzwonienie narasta, co może być związane z ciągłym emocjonalnym napięciem.

Co robić? W pierwszym rzędzie trzeba dolegliwość skonsultować z lekarzem, choćby po to, aby wyeliminować możliwość, że cierpi Pan np. na nadciśnienie. Jeśli chodzi o psychologię, to doraźną ulgę może przynieść nauczanie się relaksacji. Na dłuższą metę trzeba zredukować przyczyny zbyt dużego i częstego napięcia emocjonalnego. Bywa że ludzie boją się „szumienia”, ponieważ interpretują je jako objaw jakiejś strasznej choroby (np. guza w mózgu), co wzbudza irracjonalne lęki. W takich przypadkach wskazane są interwencje psychologiczne, nastawione na redukcję lęku.

Dr Marcin Florkowski
psycholog



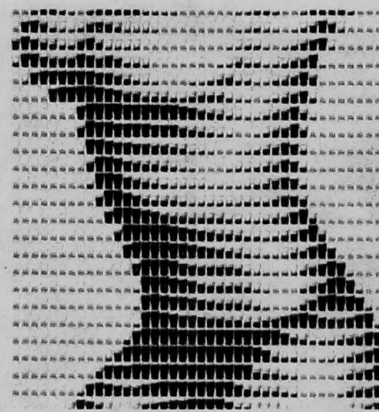
Przysmak podlaski

Syty garnek

Składniki:

- 80 dag mięsa (schab lub szynka)
- 20 dag kiełbasy
- 30 dag białej kapusty
- 2 cebule
- 2 ząbki czosnku
- 3 łyżki mąki
- 4 suszone grzyby
- 1 litr bulionu warzywnego
- 2-3 listki laurowe
- czarny pieprz ziarnisty
- ziele angielskie
- jałowiec
- 1 łyżeczka słodkiej mielonej papryki
- ¼ łyżeczki ostrej mielonej papryki
- olej
- sól i pieprz

Mięso umyj, osusz papierowym ręcznikiem i pokrój w niezbyt dużą kostkę. Oprósź mąką. Cebulę obierz, pokrój w piórka. Kiełbasę pokrój w talarki lub kostkę. Z kapusty usuń wierzchnie liście, drobno poszatkuj. Bulion podgrzej. Do garnka wlej 2 – 3 łyżki oleju. Gdy będzie już mocno rozgrzany, wrzuc mięso i mieszając smaż, aż się lekko zrumieni. Następnie dodaj cebulę i smaż jeszcze 2–3 minuty, od czasu do czasu mieszając. Dodaj przeciśnięty przez praskę czosnek oraz słodką i ostrą paprykę, wymieszaj. Wlej gorący bulion, dodaj suszone grzyby, listki laurowe, ziarenka jałowca, pieprzu oraz ziele angielskiego. Gotuj na małym ogniu pod przykryciem 45–60 minut. Następnie dodaj posiekaną kapustę, wymieszaj i gotuj jeszcze 30–45 minut. Na ok. 10 minut przed końcem gotowania dodaj pokrojoną kiełbasę. Dopraw do smaku solą oraz pieprzem. Podawaj z ziemniakami lub świeżym pieczywem.



Pytanie intymne

Wyjeżdżamy nad jezioro. Marzy mi się leżenie na piasku, a potem wchodzimy do wody i... Nie wiem, czy kochać się z prezerwatywą, czy bez niej i jak kochać się w wodzie, żeby było dobrze.

Robert

Można kochać się na stojąco, można w jakiejś wymyślnej akrobacji, która nie byłaby możliwa „na lądzie”, a jest możliwa w wo-

Lekarz domowy

Syn często choruje i prawie za każdym razem jest leczony antybiotykiem. Czy w jakiś naturalny sposób mogę go ochronić przed infekcjami?

Małgorzata

Naturalnym lekiem jest żurawina. Badania dowiodły, iż wyciągi z żurawiny niszczą aż 80 proc. szczepów bakterii, które są odporne na antybiotyki. Sok żurawinowy skutecznie zapobiega nawrotom stanów zapalnych. Leczy przeziębienia, infekcje układu moczowego, działa na bakterie, które znajdują się w jamie ustnej, na zębach, a także w żołądku. Z tego powodu żurawina chroni także przed chorobą wrzodową i zapo-

dzie, bo woda zmniejsza ciążenie i tarcie. To są niewątpliwie zalety seksu w wodzie. Ale trzeba się liczyć z minusami. W zimnej wodzie może nagle wszystko się skurczyć i będzie jak w dowcipie: „Jest gdzie, jest z kim, ale nie ma czym”. Prezerwatywa i woda też nie są najlepszym połączeniem. Jeśli już uda się ją założyć, to istnieje niebezpieczeństwo, że może się zsunąć. A ciągle uważanie odbierze spontaniczność i czar prysnie. Poza tym seks w wodzie może być... za suchy. Woda wypłukuje z ciała kobiety naturalną wydzielinę, która nawilża, a jej brak spowoduje nieprzyjemne dla obojgu kochanków otarcia miejsc intymnych. W wodzie mogą być drobnoustroje, co może skończyć się zakażeniem dróg moczowych. I jeszcze jedno, seks w miejscach publicznych jest zakazany. Można zostać ukaranym mandatem.

biega próchnicy. Owoce żurawiny można jeść na surowo (są trochę kwaśne), można je ususzyć, zrobić z nich sok lub herbatę. Aby żurawina chroniła przed infekcjami, należy dziennie pić szklankę soku albo zjeść garść surowych lub suszonych żurawin (są w sklepach spożywczych). Żurawinę po zerwaniu można w lodówce przechowywać sześć tygodni, a w zamrażalniku (nie tracą właściwości) aż rok.

Odradzamy sięganie po sok żurawinowy, oferowany w sklepach spożywczych. Zwykle zawiera on sok tylko w nazwie. Przed zakupem takiego soku należy bardzo dokładnie przeczytać etykietę i zobaczyć składniki.

Pod paragrafem

Przejeżdżałam przez Biebrzański Park Narodowy, zderzyłam się z małą sarną i uszkodziłam samochód. Posiadam tylko polisę OC. Od kogo mogę ubiegać się o odszkodowanie?

Elżbieta

Trzeba najpierw ustalić, czyja jest droga (krajowa, wojewódzka, powiatowa, gminna). Jeśli jednak na drodze był znak ostrzegający przed dzikimi zwierzętami, odpowiedzialność ponosi tylko kierujący, który nie zachował należytej ostrożności. Uzyskanie odszkodo-

wania jest praktycznie niemożliwe. Jeżeli na drodze nie było znaku, wówczas trzeba ustalić, czy w tym miejscu istnieją przesłanki do jego zamontowania. Konieczne byłoby ustalenie, czy w przeszłości na tej drodze były kolizje z dzikimi zwierzętami. Jeśli tak, to może to oznaczać, iż istnieje tu stały przecinający drogę szlak przemieszczania się zwierzyny. A to stanowiłoby podstawę wystąpienia z roszczeniem do podmiotu, który był odpowiedzialny za zamontowanie znaku ostrzegawczego, czyli do właściciela drogi.

Co mówią o Tobie zakupy



Idziesz do sklepu z listą: to oznaka dużej dyscypliny i konsekwentnego działania. Nie ulegasz pokusom, nie wydajesz lekko pieniędzy. Życie prywatne i zawodowe komplikuje Ci brak spontaniczności i elastyczności. Przy „wiernym realizowaniu listy” nie dostrzegasz, jak wiele ciekawych spraw dzieje się na innych „półkach” Twojego świata.

Idziesz po konkretną rzecz, ale trafiła się okazja: pamiętasz o obowiązkach, ale potrafisz czerpać radość ze wszystkiego, co robisz, ze spełniania małych życzeń. Nie żałujesz wydanych wówczas z rozmachem pieniędzy. Optimizm i spontaniczność towarzyszy Ci w życiu prywatnym i zawodowym. Inni cenią Cię za szczerość i wyrozumiałość.

Kupujesz różne rzeczy, bo mogą się przydać: potrafisz przewidywać i wolisz wszystko mieć pod ręką. Takie zakupy sprawiają Ci przyjemność, choć często są na zapas. Nie przywiązujesz wielkiej wagi do pieniędzy, bo... to przecież rzecz nabyta. Nabywasz je, bo jesteś prawie pracoholikiem i już nie chcesz się trudzić, aby je oszczędzać. Lubisz pomagać innym i chętnie dzielisz się tym, co masz.

Nie cierpisz zakupów: uważasz, że pieniądзом trzeba rozkazywać, a nie im służyć. Tak jest Ci wygodnie, a Ty lubisz dbać o siebie. Nie zastanawiasz się nad cenami, bo dla Ciebie największą cenę ma czas. Zamiast w sklepie, wolisz go spędzać w pracy lub z przyjaciółmi. Umiesz znaleźć się w każdej sytuacji i zwykle osiągasz zamierzony cel.



Jeśli masz worek soli, worek cukru, worek mąki, dziesięć konserw mielonki, lampę naftową z zapasem nafty, 100 litrów wody butelkowanej w spiżarni, to znaczy, że jesteś przygotowany na wprowadzenie przez rządzących w życie obietnic przedwyborczych w 2019 roku.

Właściciel gospodarstwa agroturystycznego zwraca się do turysty ze stolicy:

– Tutaj co rano będzie pana budziło pianie koguta.

– To niech go pan nastawi na dziesiątą!

Para w poradni małżeńskiej. Żona mówi:

– Skoro już pan usłyszał, jak to wygląda z mojej strony, teraz opowiem panu, jak to wygląda ze strony mojego męża...

Szef nazywał sekretarkę „swoim Słoneczkiem”. Sam przy niej promieniał. Aż któregoś dnia spontanicznie, ponieważ „Słoneczko” zaszło...

Przychodzi facet do lekarza i mówi, że trochę się wstydzi.

– Dlaczego? – pyta lekarz.

– Bo mój członek jest jak szalony koń...

– To znaczy?

– Mówię mu „stój!”, a on nie stoi!

Przychodzi mąż do domu, patrzy, a żona schylona odkurza dywan. Odsłonięte uda podziały, więc szybko rozpiął spodnie i wziął ją od tyłu. Po wszystkim żona odwraca się i mówi:

– Ty to jesteś tak samo głupi, jak moi koledzy z pracy!

Wczoraj łomżyński wędkarz wyłowił z jeziora rusalkę. Następnego dnia okazało się, że to był sum i do kaca doszedł jeszcze wstyd...

Powódź, ewakuacja ludności. Wojsko puka do kaplicy:

– Proszę księdza, niech ksiądz ucieka!

– Nigdzie nie idę, wierzę w Opatrzność Boską.

Po trzech godzinach ksiądz siedzi na ostatnim piętrze kaplicy. Podpływa motorówka:

– Proszę księdza, niech ksiądz płynie z nami! Ksiądz się utopi!

– Nigdzie nie idę, wierzę w Opatrzność Boską.

Minęły kolejne godziny, ksiądz na szczycie dzwonnicy, nadlatuje helikopter.

– Proszę księdza, niech ksiądz wsiada! Ksiądz się utopi!

– Nigdzie nie idę, wierzę w Opatrzność Boską.

Po chwili utopił się, staje przed Panem Bogiem i mówi z wyrzutem:

– Panie Boże, jak można swojego wiernego sługę utopić... A tak wierzyłem w Opatrzność...

– Głupcze! Trzy razy po ciebie ludzi wysyłałem!



Tu warto być

Paproc Duża

Koło Gospodyń Wiejskich „Paprotki”

■ Festyn Rodzinny przy remizie. Wystąpią: zespoły Pauper Band i Cygania, Teatr Form Różnych i DJ Wojsz, a jako gwiazda wieczoru Kuzyni Zenka. Atrakcje dla dorosłych i dzieci: „paprotkowe” specjały, dmuchańce, animacje i niespodzianki; niedziela, 21 lipca, od godz. 12.00. Wstęp wolny.

Piątnica

Gminny Ośrodek Kultury (ul. Szkolna 25, tel. 699 835 193):

■ XII Międzynarodowy Festiwal Muzyki, Sztuki i Folkloru pt. „Podlaska Oktawa Kultur”, który od 12 lat odbywa się w Białymstoku i kilkunastu miejscowościach Podlaskiego, pierwszy raz zawita do Piątnicy. Warto zarezerwować czas na barwne muzyczno-taneczne widowisko w Gminnej Hali Sportowej (ul. Szkolna 31), w którym wystąpią zespoły: „Woda na Młyn” (Polska), „Junii Braşovului” (Rumunia), „Siaustinis” (Litwa) i „Meandry” (Polska); piątek, 26 lipca, godz. 18.00. Wstęp wolny.

Supraśl

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

■ „Teatr, którego nie było”, to autorska sztuka Piotra Tomaszuka oparta o dramat Stanisława Wyspiańskiego „Sędziowie” i historię jego wystawienia. Obsada: Rafał Gąsowski, Piotr Tomaszuk, Dariusz Matys, Monika Kwiatkowska, Adam Milewski, Katarzyna Wolak; piątek, sobota i niedziela, 19, 20 i 21 lipca, godz. 19.00.

Zambrów

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

■ Letnia Estrada nad Zalewem, czyli zabawa taneczna, do której przygrywać będą Teatr Form Różnych, DJ Czarek i Zespół Express; niedziela, 21 lipca, godz. 18.00. Wstęp wolny.

■ Występy znakomitych zespołów w ramach XII Międzynarodowego Festiwalu Muzyki, Sztuki i Folkloru pt. „Podlaska Oktawa Kultur”: środa, 24 lipca, godz. 18.00 – „Salvia Viva” z Corii w Hiszpanii oraz piątek, 26 lipca, godz. 18.00 – Wołyński Chór Narodowy z Ukrainy. Wstęp wolny.

Repertuar kin:

■ Kino Relax Grajewo: 20–21 lipca – „Agent kot”, godz. 17.00 oraz „Laleczka”, godz. 19.00. Kino MOK Zambrów: 19–21 lipca – „Sekretne życie zwierzątek domowych 2”, godz. 15.30 i 17.30 oraz „Oszustki”, godz. 19.30; 22–25 lipca – „Sekretne życie zwierzątek domowych 2”, godz. 17.30; 22–23 lipca – „Słońce też jest gwiazdą”, godz. 19.30; 25 lipca – „Gloria Bell”, godz. 19.30.

Co, gdzie, kiedy w regionie?

XX Międzynarodowy Festiwal „Siabrouskaja Biasieda” w Gródku

„Siabrouskaja Biasieda”, to jedno z ważnych wydarzeń kulturalnych o zasięgu międzynarodowym, prezentujące dorobek kulturowy regionu i twórczość ludową z głównym naciskiem na kulturę mniejszości białoruskiej. Tegoroczna edycja festiwalu odbędzie się w sobotę, 27 lipca, na leśnym uroczysku „Boryk” w Gródku. Początek, godz. 17.00.

Muzyczne Dialogi nad Bugiem w Mielniku

Dwudniowe znakomite, doroczne prezentacje muzyki romskiej, ukraińskiej, rosyjskiej, białoruskiej i polskiej w amfiteatrze Topolina (ul. Brzeska) nad Bugiem w sobotę, 3 sierpnia. Bogaty program Muzycznych Dialogów zaczyna się o 16.00,

ale kto nie był w Mielniku, nie pożałuje, gdy wybierze się wcześniej. To naprawdę urokliwe pograniczne miasteczko. A od 16.00 w amfiteatrze zespoły „Krynica” z Radziwiłłówki, „Nowina” z Moszczony Królewskiej, „Wrzosa” z Wilanowa, „Mielnicanie” z Mielnika; od 16.55 do 17.55 – Białoruski Zespół Pieśni i Tańca „Igrica” z Mińska (muzyka białoruska), od 18.00 do 18.50 – Faina Nikolas (muzyka rosyjska), od 18.55 do 19.55 – Klezmer Band (muzyka żydowska), od 20.10 do 21.10 – Jaq Quintet (muzyka romska, cygańska), od 21.20 do 22.20 – Czeremszyńska z Czeremchy (muzyka słowiańska), od 22.30 do 23.30 – Hoyraky (muzyka ukraińska). Na koniec od 23.30 do 1.00 – zabawa z zespołem Lailand (muzyka polska, ukraińska, białoruska, rosyjska).

HOROSKOP

BARAN (21 III – 20 IV): jeśli nie masz racji, ustąp. Nie upieraj się przy swoim tylko dla zasady. Postępuj z wyczuciem. Jeśli uda Ci się zachować odpowiednie proporcje między stanowczością i ustepliwością, dobrze na tym wyjdiesz. Twój kolor: szafir. Twój dzień: wtorek. Twoja liczba: 5.

BYK (21 IV – 21 V): dobry czas na podjęcie ważnej decyzji. Przemyśl wszystko dokładnie, wysłuchaj rad przyjaciół i działaj. Czasem warto zaryzykować, aby osiągnąć coś szczególnie ważnego. Twój kolor: groszek. Twój dzień: niedziela. Twoja liczba: 9.

BLIŹNIĘTA (22 V – 20 VI): czy na pewno jesteś w stanie zrealizować wszystkie swoje plany? Może lepiej skupić się na czymś mniejszym, ale za to mieć większe szanse na powodzenie. Nie porywaj się z motyką na słońce, podążaj do celu małymi krokami. Twój kolor: beż. Twój dzień: wtorek. Twoja liczba: 4.

RAK (21 VI – 22 VII): wyjście z kłopotów sprawi, że spadnie Ci kamień z serca. W dodatku masz szansę znaleźć pocieszenie w ramionach kogoś, kto chce przyjść Ci z pomocą. Może z tego wyniknąć bardzo namiętny romans w nieoczekiwanych okolicznościach. Twój kolor: czarny. Twój dzień: piątek. Twoja liczba: 2.

LEW (23 VII – 22 VIII): zastanów się nad swoim postępowaniem. Twoje intencje nie zawsze są oczywiste dla wszystkich. Lepiej wytłumaczyć, o co Ci chodzi, niż narazić się na niesprawiedliwą ocenę, która będzie się za Tobą ciągnęła. Twój kolor: błękit. Twój dzień: piątek. Twoja liczba: 7.

PANNA (23 VIII – 22 IX): nabierzesz ochoty do życia, a dobry humor nie będzie Cię opuszczał. Może to być okres uczuciowych wzlotów i romantycznych uniesień, który doda otuchy i nadziei. W sumie, zastrzyk energii i życiowego optymizmu. Twój kolor: żółty. Twój dzień: środa. Twoja liczba: 3.

WAGA (23 IX – 23 X): zwróć szczególnie baczność na ludzi, którzy będą próbowali wkraść się w Twoje łaski. Ich intencje mogą być nie do końca takie, jak sądzisz. Nie zburzy to jednak Twojego optymizmu. Twój kolor: czerwony. Twój dzień: sobota. Twoja liczba: 5.

SKORPION (24 X – 21 XI): dobry moment na uwolnienie się od stereotypów i schematów myślenia i działania. Nie są Ci do niczego potrzebne, a tylko blokują możliwości odkrycia nieznanego Ci dotąd przeżyć i odczuć. Twój kolor: różowy. Twój dzień: piątek. Twoja liczba: 3.

STRZELEC (22 XI – 21 XII): nie pchaj się teraz „na afisz” w ważnych sprawach zawodowych, przeczekać. W sferze uczuć spontaniczność, nagłe zrywy, oryginalność i intymne kontakty. Pozwól sobie na kameralność i romantyczny nastrój. Twój kolor: biel. Twój dzień: czwartek. Twoja liczba: 1.

KOZIOROŻEC (22 XII – 19 I): ktoś może potrzebować Twojej pomocy. Nie odmawiaj nawet wrogowi, jeśli Cię o nią poprosi. Być może to będzie początek zawieszenia broni i niesnaski przerodzą się przyjaźń? Twój kolor: niebieski. Twój dzień: poniedziałek. Twoja liczba: 8.

WODNIK (20 I – 18 II): odnajdź w sobie ciszę, daj swojemu umysłowi i emocjom trochę odpocząć. Nie podejmuj zbyt skomplikowanych decyzji. Poddaj się błogiemu, zasłużonemu lenistwu, to Cię odświeży. Twój kolor: brąz. Twój dzień: środa. Twoja liczba: 1.

RYBY (19 II – 20 III): zacznij przyjmować dary, które ma dla Ciebie świat. Zrównoważ poziom przyjmowania i dawania. Nie myśl ciągle o innych, pomijając siebie. To nie egoizm, a odkryjesz głębiej odczuć i emocji. Twój kolor: karmazyn. Twój dzień: niedziela. Twoja liczba: 9.

Łomżyński „światowym” trenerem

Kierownik Zakładu Kultury Fizycznej w Państwowej Wyższej Szkole Informatyki i Przedsiębiorczości w Łomży dr Tomasz Waldziński uzyskał prestiżowe uprawnienie trenerskie w tenisie Trener Coach, przyznawane przez International Tennis Federation. W Polsce posiada je zaledwie kilka osób.



dr Tomasz Waldziński

Dr Tomasz Waldziński od 1997 roku jest trenerem Uczniowskiego Klubu Sportowego „Return” w Łomży, który zgodnie z rankingiem Polskiego Związku Tenisa jest uznawany od kilku lat za najlepszy tego typu klub w Podlaskiem. Na znakomity wynik wpływają osiągnięcia tenisistów na arenie ogólnopolskiej i międzynarodowej, ale także ranga organizowanych przez Klub imprez sportowych. Trenują w nim dzieci i młodzież do osiemnastego roku życia. Pasję do tenisa zaszczepia także w PWSliP, w praktyce i na

polu badawczym, gdzie analizuje wpływ budowy antropometrycznej oraz poziom zdolności motorycznych tenisistów na osiągnięty przez nich wynik sportowy.

Pod jego rządami kierunek wychowanie fizyczne w PWSliP wzbogacił się o dwie specjalizacje: instruktor tenisa oraz trener boksu II klasy. A studia te rekomenduje na swojej stronie internetowej Polski Związek Bokserski, którego władze liczą, że PWSliP stanie się kuźnią trenerów boksu.



„Prefbet” z medalem Mistrzostw Polski

Brązowy medal wywalczyła sztafeta 4x400 metrów chłopców „Prefbetu” na Ogólnopolskiej Olimpiadzie Młodzieży w Poznaniu. To już dziesiąty medal Mistrzostw Polski (taką rangę mają Olimpiady Młodzieży) w sztafecie 4x400 zawodników naszego klubu zdobyty w ostatnich 14 latach. Na zdjęciu: „brązowa” sztafeta w składzie Igor Duchnowski, Dawid Likwiarz, Bartosz Jurak i Piotr Dąbrowski z prezesem „Prefbetu” Andrzejem Korytkowskim

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.

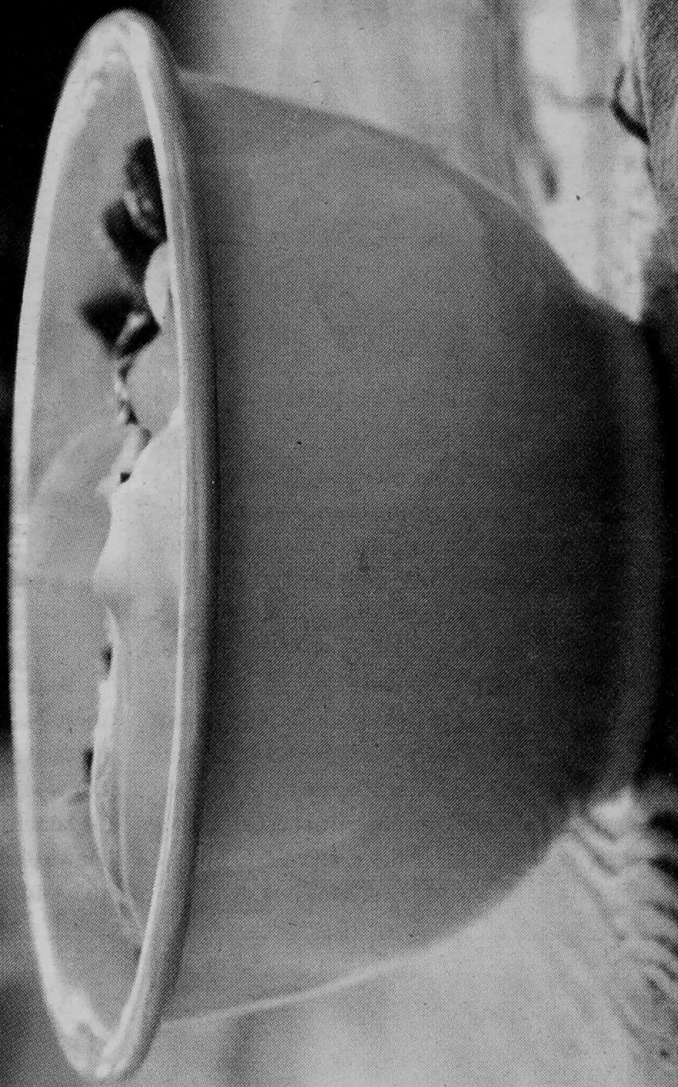
Prenumerata ze zleceniem wysyłki za granicę: informację o warunkach prenumeraty i sposobie zamawiania można uzyskać pod nr tel. +48 (22) 693 67 75, www.ruch.pol.pl, e-mail: prenumerataz@ruch.com.pl





NATURALNIE PROSTO

TYLKO MLEKO I KULTURY BAKTERII



Z PIĄTNICY, NO BO SKĄD.

