

Samobójca • Uratować Skrodę • Program TV

Tygodnik Podlaski  
www.kontakty-tygodnik.com.pl

# KONTAKTY

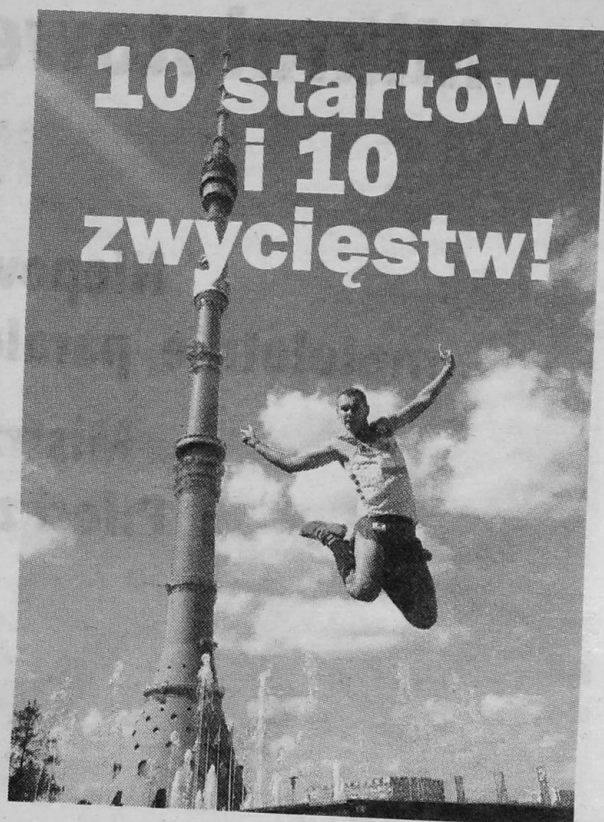
Nr 36 (1920)

8 września 2019

cena: 2,70 zł (z VAT 8%)



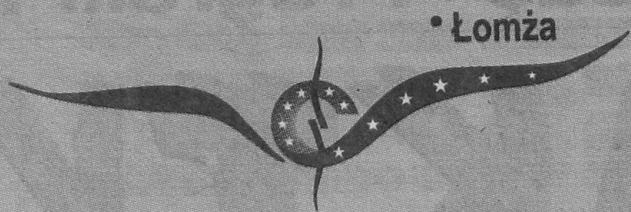
**Przestrzeń powietrzna nad Łomżą zamknięta!**



**10 startów i 10 zwycięstw!**

**Co się działo w Szumowie?**





# KONTAKTY

## XX

# Mikrolotowe Mistrzostwa Podlaskiego KONTAKTY 2019

**Niepowtarzalne widowisko lotnicze:  
motolotnie, parolotnie, wiatrakowce, samoloty ultralekkie**

**Mistrzowie Świata, Europy i Polski  
Piloci z Polski, Litwy, Białorusi, Czech**



**Sobota 14 września:  
godz. 13.00-19.00**

**Niedziela 15 września:  
godz. 9.30-15.00**

parking, wstęp wolny



Łomża



Piątnica



+++  
stary  
most

Piątnica

**SPOTYKAMY  
SIĘ TUTAJ:**

Łomża

miejska plaża

+++  
nowy  
most



**LOTNICZE KONKURSY DLA DOROSŁYCH I DZIECI  
DO WYGRANIA LOT Z MISTRZEM ŚWIATA**

szczegóły: tygodnik „Kontakty” oraz [www.facebook.com/kontaktytygodnik](http://www.facebook.com/kontaktytygodnik)

Ukaz  
woje  
Chic

Alicja M

Krystyna

Felieton  
Zdjęcia:

W

Pa

Biuro Oglo

Pl.

tel

ww

e

Kolportaż:

Garm

Obróbl

Stary Ry

Dru

We

(dus

Wydawca jes

Materiałów ni

i zastrzega s

Za tre

odpowiedz

w ust. 2

[www.kontakt](http://www.kontakt)

# 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](http://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](http://www.kontakty-tygodnik.com.pl)  
[redakcja@kontakty-tygodnik.com.pl](mailto:redakcja@kontakty-tygodnik.com.pl)

**Redaguje zespół:**

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

**Oddział w Białymstoku:**

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

**Stale współpracują:**

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

**Rysunki:** Waldemar Rukść

**Felieton:** Wiesław Wenderlich, Adam Dobroński  
**Zdjęcia:** Gabor Lörczy, Sławomir Stempczyński,  
[www.joemonster.org](http://www.joemonster.org)

**Wydawca:**

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

**Adres:**

Al. Legionów 7, 18-400 Łomża,  
tel. (86) 216-42-43  
Księgowość:  
Ełżbieta 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 Ostrów Mazowiecka  
tel. 29-642-80-34, 505-233-744  
[www.BiuroOgloszen.wOstrowi.pl](http://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](mailto: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.

31 sierpnia 1980 roku zbierałem ziemniaki za koparką. Miałem wakacje przed podyplomowymi studiami dziennikarskimi, a wówczas w wakacje dzieci i młodzież ze wsi pomagała rodzicom w polu. W październiku byłem już w Warszawie. Zaczęłem, jak wielu kolegów, krążyć między Nowym Światem a Krakowskim Przedmieściem, bo wtedy większość ciekawych spotkań i dyskusji odbywała się na Uniwersytecie Warszawskim. 16 grudnia rankiem pojechałem pociągiem do Gdańska zobaczyć odsłonięcie Pomnika Poległych Stoczniovców. Pojechałem, „by zdać sprawę” i ze świadomością, że nigdy więcej takie wydarzenie w historii Polski się nie powtórzy. Gdy ogarnęło mnie w podniosłej ciszy, przecinanej nazwiskami zabitych w grudniu 1970 roku stoczniovców, przedziwne poczucie niezwyklej jedności, wewnętrzny dystans przysł...

W tym roku 31 sierpnia nie pojechałem pod Pomnik. Bo kilka lat temu przysła pod nim podniosła cisza. Pojechałem w pole. Ktoś zapali łąty na kartoflisku. Był to jedynie prawdziwy smak ocalały po tamtym dniu...



Od redaktora

WŁADYSŁAW TOCKI

## Potafoska 12

NPK(CaS) 4-12-12-(16-30)

Zakłady Chemiczne „SIARKOPOL” Tarnobrzeg sp. z o.o., ul. Chemiczna 3, 39-400 Tarnobrzeg  
BOK: tel. +48 15 856 58 58, fax. +48 15 855 55 67, e-mail: [bok@zchsiarkopol.pl](mailto:bok@zchsiarkopol.pl)

**MYŚL TYGODNIA:**

Do tego doszło, że jeżeli ktoś nie zrobił komuś świństwa, to zaraz uważa się go za szlachetnego człowieka

Mikołaj Gogol

**Olbrzymie trudności w znalezieniu nauczycieli przedmiotów specjalistycznych mają w Podlaskiem szkoły zawodowe. Wpływają na to dwa czynniki: kumulacja dwóch roczników i niskie pensje. Specjaliście z branży szkoła można zaoferować maksymalnie pensję nauczyciela dyplomowanego, czyli po podwyżkach niecałe 3000 złotych na rękę. Nauczyciel stażysta może otrzymać nawet połowę tego. W każdej firmie specjalista zarobi dziś dużo więcej, mówi prezes podlaskiego okręgu Związku Nauczycielstwa Polskiego Andrzej Gryguć.**

**Kogo szukamy?**



**Czym Polacy kierują się przy wyborze partnera?**

Na pierwszym miejscu wcale nie jest uroda i wypchany portfel! Większość, bo według badań aż 92 proc., szuka partnerki, partnera życiowego, mającego takie cechy charakteru, jak dobroć, uczciwość, prawdomówność. Bardzo ważna jest osobowość (89 proc.) i inteligencja (82 proc.). Dużo mniej istotne okazują się wyznanie (39 proc.), narodowość (34 proc.), kolor skóry (29 proc.) i zasobność portfela (18 proc.).

- Tylko 19 samorządów w Podlaskiem zgłosiło na razie chęć uruchomienia jeszcze w tym roku lokalnych połączeń autobusowych. Dostały na to 890 tys. zł.
- Nowy rok 1441 rozpoczęli w sobotę, 31 sierpnia wyznawcy islamu. Kalendarz muzułmanów bierze swój początek od daty ucieczki Mahometa z Mekki do Medyny. W Polsce żyje około 5 tys. muzułmanów, najwięcej w naszym województwie. To potomkowie Tatarów, sprowadzanych do Polski przez królów od XV wieku.
- Trzytygodniową dziewczynkę zostawił ktoś w Oknie Życia w Białymstoku w wiklinowej kołysce. To trzecie dziecko oddane w ten sposób w Białymstoku. Zgodnie z prawem, mama dziewczynki ma 6 tygodni, aby zmienić zdanie i odebrać dziecko. Jeśli tak nie postąpi, dziewczynka trafi do adopcji. Okno Życia zostało otwarte w Białymstoku w 2009 roku. Przez 10 lat zastawiono w nim troje dzieci.
- Około 5 000 podlaskich dzieci otrzymało w tym roku szansę na bezpłatną naukę pływania. Umo-

wę na dofinansowanie programu „Umiem Pływać” podpisał z Podlaskim Wojewódzkim Szkolnym Związkiem Sportowym marszałek Artur Kosicki.

■ 35 litrów krwi oddało prawie 80 osób w Wysokiem Mazowieckiem. Współorganizatorem Bankowej Akcji Krwiodawstwa był Klub Honorowych Dawców Krwi „Kropelka” w tym mieście.

■ Utonął nurek (46 lat), który w Jeziorze Wigry przygotowywał się do uzyskania specjalistycznych uprawnień. „Nic nie było załatwione tak, jak trzeba. I doszło do takiej tragedii. Nie można tak sobie wejść do wody i nurkować. Trzeba mieć zgodę, mieć osobę towarzyszącą do asekuracji. Osoby towarzyszącej nie było”, powiedział o przyczynie dramatu prezes Wodnego Ochotniczego Pogotowia Ratunkowego w Suwałkach Mirosław Zajko.

■ Płonął w kompleksie magazynowym Uniwersyteckiego Szpitala Klinicznego w Białymstoku garaż. Poparzeniu uległ pracownik firmy sprzątającej, który próbował ugasić pożar.

■ Na XVIII Podlaski Dzień Kukurydzy zaprasza w niedzielę, 8 września (godz. 9.00 – 16.00), Podlaski Ośrodek Doradztwa Rolniczego w Szepietowie. W programie prezentacja 130 odmian kukurydzy, wykłady, pokazy oraz degustacje potraw z kukurydzy,

Martwego zuba znalazł podleśniczy Nadleśnictwa Płaska. Wezwany na miejsce Powiatowy Lekarz Weterynarii stwierdził, że przyczyną śmierci było zakażenie ran, otrzymanych w starciu z innym zębem. Fot. Emilia Puczyłowska/Nadleśnictwo Płaska.



**Znaki czasu**

■ Prezydent Donald Trump odwołał wizytę w Polsce w sobotę, 31 sierpnia, w 80 rocznicę wybuchu II wojny światowej z powodu nadciągającego na Florydę huraganu Dorian. Tymczasem dziennik „The Hill” opublikował nagranie, na którym w sobotni poranek Donald Trump gra na swoim polu golfowym na Florydzie w golfa. „Biorąc pod uwagę huragan pomyślałem, że to niefortunne, ale zrozumiałe, że Trump odwołał swoją podróż do Polski. Ale gdy poszedł i grał w golfa! Naprawdę! Mam nadzieję, że polsko-amerykańscy wyborcy zapamiętają ten akt braku szacunku podczas jednej z najbardziej uroczystych rocznic w historii Polski”, napisał były ambasador USA w Rosji Michael McFaul.

■ Gigantyczne zadłużenie Polaków: zaległości wynoszą 76,65 mld zł. Niesolidnych dłużników jest prawie 2,8 mln. Rekord należy do mieszkańca (63 lata) województwa lubelskiego, którego dług wynosi już prawie 71 mln zł.

■ Wyrzucamy w Polsce ok. 9 milionów ton jedzenia rocznie, będąc w niechlubnej europejskiej czołówce marnotrawców żywności.

■ Złote gody, czyli 50 lat małżeństwa, obchodzili Danuta i Lech Wałęsowie. „Wiele burz było w naszym życiu. Miłość zawsze zwycięży”, powiedział były prezydent, opisując burzliwą, lecz piękną relację z żoną.

■ 7,3 mld zł wydaliśmy w pierwszym półroczu na alkohol. To 8,89 proc. więcej niż w pierwszym półroczu 2018 r. Wypiliśmy za te pieniądze ponad 143 mln litrów mocnego alkoholu, czyli o 6,7 proc. więcej, niż przed rokiem, pisał „Dziennik Gazeta Prawna”.

■ Na komendę policji w Kościanie przybył mieszkaniec (41 lat) zbadany poziom alkoholu. Badanie alkoholem wykazało, że nie powinien prowadzić samochodu. Po badaniu wyszedł, wsiadł do samochodu i odjechał. Za chwilę zatrzymali go policjanci.

■ Ponad 17 mln zł wydał PiS na tegoroczne wybory do europarlamentu. Najwięcej z wszystkich partii i ugrupowań.

■ W samolocie zmarł pasażer, który leciał z Wielkiej Brytanii do Łodzi. Gdy źle się poczuł, samolot awaryjnie lądował w Poznaniu. Nie przeżył.

## 16 chętnych na 1 miejsce

Prawie 220 kandydatów ubiega się o 14 miejsc w Sejmie w naszym województwie, czyli niemal 16 na jedno miejsce. Województwo podlaskie to okręg 24. W całym regionie będzie jedna lista kandydatów, zgłoszonych przez 9 komitetów wyborczych. Oprócz znanych, jak: Koalicja Obywatelska, Prawo i Sprawiedliwość, Polskie Stronnictwo Ludowe, także powołanych na wybory, jak Akcja Zawiedzeni Emeryci – Renciści, Bezpartyjni i Samorządowcy, czy Skuteczni Piotra Liroya-Marca.

W wyborach do Senatu podlaskie podzielone jest na 3 okręgi. Tu konkurencja jest mniejsza i o 3 mandaty ubiega się 11 kandydatów.



### Jarmark przy Zaczytanej Ławeczce

Jarmark Rozmaitości przy Zaczytanej Ławeczce na Starym Rynku w Łomży oprawi inaugurację eksperymentu promującego czytelnictwo w sobotę, 7 września (godz. 10.00 – 16.00). Najmłodszy obejrzą spektakl teatrzyku multimedialnego Muppet Show wraz z ukochanymi postaciami z bajek KONY Puppets. Będzie też spotkanie z Konradem Konym Czarrowskim, twórcą lalek do filmu Planeta Singli. O godz. 11.30 bajkę o słoniku przeczyta dzieciom prezydent Mariusz Chrzanowski. Będą animacje dla dzieci, balonowe ZOO oraz spotkanie z Zaczytanym Puchaczem.

W Łomży do końca września stanie 10 Zaczytanych Ławeczek. Ich lokalizację wskazali mieszkańcy: po dwie w Parku Jana Pawła II (jedna ławka bliżej Parku Wodnego, druga bliżej Zawadzkiej) i na os. Konstytucji 3 Maja (jedna ławka między placem zabaw i kulą, a druga przy fontannie). Pozostałe znajdują się na Bulwarach, Skate Parku na os. Perspektywa, przy placu zabaw obok ul. Browarnej/Podlesnej, w Parku Ludowym przy al. Legionów, Parku im. Jakuba Wagi przy ul. Wojska Polskiego oraz ulicy Długiej (przed Miejską Biblioteką Publiczną).

Korzystający z ławki będą mogli pobrać bezpłatne utwory literackich za pomocą kodów QR, umieszczonych na tabliczkach opisujących każdą ławkę oraz przekazać używane i nowe książki we wskazane miejsce. Trafiają one do szpitali, gdzie będą mogły z nich korzystać chorzy.

Udział w Jarmarku Rozmaitości zapowiedzieli artyści, rzemieślnicy, kolekcjonerzy antyków i różnego rodzaju staroci, producenci dobrej żywności.

### Zjednoczona Prawica kontra PiS

Podlaski senator (wcześniej PiS, obecnie niezrzeszony) Jan Dobrzyński wystartuje z własnego komitetu KKW „Zjednoczona Prawica” przeciwko kandydatowi PiS Mariuszowi Gromko. Dobrzyński, były wojewoda podlaski z PiS i senator, wypadł z łask swej partii półtora roku temu, gdy media doniosły, że trafił do szpitala z rozbitą twarzą, złamanym nosem i 3 promilami alkoholu we krwi. Na dodatek interweniowała wobec niego policja.

Został wówczas w PiS zawieszony, a teraz partia nie zaproponowała mu startu ani do Sejmu, ani do Senatu.

Wyciął więc dawnym kolegom wista i w tegorocznych wyborach



ponownie wystartuje samodzielnie do Senatu w okręgu nr 60, czyli obejmującym centralną część województwa podlaskiego (powiaty białostocki i sokólski oraz miasto Białystok). W 2015 roku uzyskał tam 92,2 tys. głosów (drugi wynik miał Maciej Żywno z Platformy Obywatelskiej – 71,2 tys.).

REKLAMA



### Wystawa łomżyńskich fotografików

Fotografie Zbigniewa Ciborowskiego, Wiesława Koryckiego, Krystyny Tomaszuk, Marka Tomaszuka, Anny Worowskiej i Stanisława Zeszuta poznać będzie można na wspólnej wystawie w Galerii pod Arkadami na Starym Rynku. Otwarcie: piątek, 6 września, godz. 18.00. Zdjęcie: Wiesław Korycki.

### Łomża może być stolicą!

Łomża, Białystok i Suwałki mają szansę na tytuł i Puchar Rowerowej Stolicy Polski. W całym kraju do rywalizacji zgłosiło się ponad 20 miast.

To, które wygra, otrzyma przechodni puchar i tak zwaną „mapę ciepła”, która pokaże, jakimi drogami, ścieżkami lub szlakami poruszali się uczestnicy. Może to w przyszłości ułatwić odpowiednie planowanie nowych ścieżek. W walce o tytuł liczyć się będzie każdy kilometr przejechany do końca września.

Szczegóły są na stronie: rowe-rowastolicapolski.pl.

**Kredyt do 4000 zł**  
Darmowy kredyt na drobne potrzeby

multi SPERA

RRSO 0%

www.multisfera.pl

**Weź darmowy kredyt do 4000 zł i oddaj tyle, ile pożyczasz.**

Zainteresowany? Przyjdź do naszych Oddziałów i dowiedz się więcej:

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

Multi Sfera Sp. z o.o. działa jako pośrednik kredytowy następujących banków: Alor Bank S.A., Getin Noble Bank S.A., Nest Bank S.A., Bank Poczty S.A., Santander Bank Polska S.A. Sprzedaż produktów bankowych i pożyczkowych odbywa się również, za pośrednictwem operatorów: Helikon, Dom Finansowy OS. W zakresie umów ze współpracującymi bankami i firmami pożyczkowymi Multi Sfera Sp. z o.o. jest umocowana do: przedstawiania oferty kredytowej/pożyczkowej; przetwarzania danych, informacji i dokumentów dotyczących osób ubiegających się o kredyt/pożyczkę oraz przekazywania im informacji i dokumentów kredytowych; (w niektórych przypadkach) podpisywania umów kredytu/pożyczki i/lub wypłaty kwoty kredytu/pożyczki na podstawie otrzymanych pełnomocnictw; wyjaśniania przyczyn braku spłaty kredytu/pożyczki. Niniejsza oferta nie stanowi oferty w rozumieniu kodeksu cywilnego. Stan na dzień 10 kwietnia 2019 r.

ŁOMŻA

## Bardzo „słone” śmieci

Radni Łomży uchwalili na wniosek prezydenta bardzo „słony” cennik opłat za śmieci, który ma obowiązywać już od czwartku, 5 września, do końca roku. I tak opłata za śmieci od mieszkających samotnie wrasta z 15 zł na 29 zł miesięcznie, a w domkach jedno-rodzinnych z 24 zł na 40 zł miesięcznie.

## Zmarł warszawski przyjaciel Łomży

Nie żyje inż. Andrzej Załuska, wieloletni prezes Oddziału Warszawskiego Towarzystwa Przyjaciół Ziemi Łomżyńskiej. Miał 85 lat. Do Towarzystwa wstąpił w 2000 roku. Był sekretarzem, wiceprezsem i wiele lat prezesem Oddziału TPZŁ w Warszawie. Jego ostatnim życzeniem było, by spocząć na cmentarzu w Łomży. Uroczystość pożegnania odbędzie się w sobotę, 7 września o godz. 13.30 w kaplicy cmentarnej przy ul. Kopernika. Urna z prochami zmarłego spocznie obok rodziców.

## Pieniądze na kościół w Wiźnie

168 tys. zł dofinansowania otrzyma parafia Wizna na remont kościoła parafialnego św. Jana Chrzyciela. Przewidziane są prace konserwatorskie ścian zewnętrznej szczytu zachodniego, stworzenie tabliczek informacyjnych wewnątrz zabytku oraz folderów promocyjnych. Koszt całości: 200 tys. zł. Kościół w Wiźnie pochodzi z 1500 r., z fundacji księżnej Anny Mazowieckiej. Obecny kształt świątyni nadany został w 1884 r. Historia parafii i kościoła w Wiźnie rozpoczyna się w 1300 roku, kiedy to została wybudowana drewniana kaplica na zamku.

## Centrum ruchu drogowego w „Wecie”

W czasie inauguracji nowego roku szkolnego otwarte zostało „Centrum bezpieczeństwa ruchu drogowego” w Zespole Szkół Weterynaryjnych i Ogólnokształcących w Łomży. Od września popularną „Wetę” tworzą 33 klasy, w tym 11 klas pierwszych, w których uczniowie kształcą się na 6 kierunkach. Dyrektorem Zespołu jest Bogumiła Olbryś.

## Wojsko wraca do Łomży



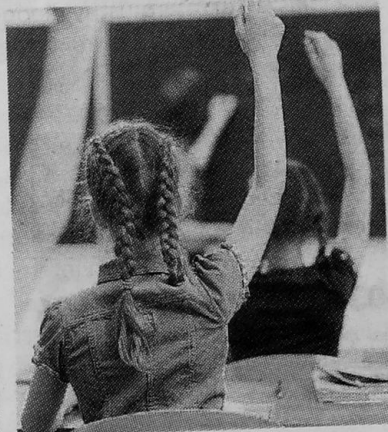
W 80 rocznicę wybuchu II wojny światowej na ul. Polowej 11 odsłonięty został mural, poświęcony pamięci 33 Pułku Piechoty

8 Pułk Logistyczny 18 Dywizji Zmechanizowanej „Żelazna Dywizja”, w skład którego wejdą bataliony remontowy, transportowy i zabezpieczenia, zostanie utworzony w naszym mieście. Dowódca 18 Dywizji gen. dyw. Jarosław Gromadziński zapowiedział, że w związku z tym w Łomży powstaną między innymi nowe magazyny, garaże oraz nowa hala remontowa. Zwiększy się ilość etatów dla cywilów i żołnierzy z obecnie 130 (głównie cywilnych) do 650. Data rozpoczęcia formowa-

nia i funkcjonowania 18 Pułku Logistycznego wyznaczona została na 17 września, czyli dzień 80 rocznicy napaści Związku Sowieckiego na Polskę w 1939 r. Z tej okazji na Starym Rynku zostanie zorganizowana wielka uroczystość. Do miasta mają przybyć przedstawiciele Dowództwa Generalnego Rodzajów Sił Zbrojnych, Dowódca 18. Dywizji Zmechanizowanej oraz Dowódca 18. Pułku Logistycznego w Łomży. Uroczysty żołnierski apel zakończy wojskowa defilada.

## Pierwszy dzwonek

Nowy rok szkolny rozpoczęło w Łomży około 4700 uczniów. Akty powołań nowym dyrektorem trzech szkół i dwóch przedszkoli wręczył w piątek, 30 sierpnia, wiceprezydent Łomży Andrzej Stypułkowski. Nowi dyrektorzy, to Jadwiga Kirejczyk – Szkoła Podstawowa nr 10 oraz Justyna Brzóska – Szkoła Podstawowa nr 7. Dyrektorem I Liceum Ogólnokształcącego w Łomży został ponownie Jerzy Łuba. Pracami Przedszkola Publicznego nr 1 w dalszym ciągu kieruje Anna Kamińska, a Przedszkola Publicznego nr 9 Maryla Łysiak.



Odrestaurowany pomnik „Młodych Bohaterów” (żołnierzy poległych w 1920 roku, wśród nich szesnastoletniego Kazimierza Moraczewskiego, syna premiera Jędrzeja Moraczewskiego) poświęcił w czasie obchodów 80. rocznicy wybuchu II wojny światowej w Nowogrodzie proboszcz parafii ks. Remigiusz Krajewski. Na renowację pomnika Miejsko-Gminny Ośrodek Kultury w Nowogrodzie uzyskał 185 tys. zł dofinansowania.

## Godny pochówek żołnierzy Września



Szczątki 35 żołnierzy, poległych we wrześniu 1939 roku złożone zostały w prostych, drewnianych trumnach, przykrytych biało-czerwonymi flagami, w symbolicznej mogile w Dolinie Pamięci przy Sanktuarium Miłosierdzia Bożego w Łomży. Odkryte zostały w Mątwicy, podczas przebudowy drogi Łomża – Nowogród w 2018 r.

## Rekonstrukcja bitwy pod Nowogrodem

Z okazji rocznicy wybuchu II wojny światowej obejrzyć można było rekonstrukcję ataku niemieckich oddziałów na polski schron nad Narwią. Obejrzało ją w niedzielę, 1 września, kilkaset osób.

## Gościniec ze smakiem

Konkurs kulinarny „Zasmakuj w Łomży” wygrało Koło Gospodyń Wiejskich z Konarzyc przepisem na gęś w kapuście. Drugą nagrodę zdobył Wojciech Ignatowicz przepisem na babkę ziemniaczaną. Trzecie miejsce zajął przepis na rejbak kurpiowski według Stowarzyszenia Kobiet Wiejskich z Jankowa Młodzianowa. Wyniki ogłoszone zostały podczas Gościńca Łomżyńskiego na muszli koncertowej przy ulicy Zjazd. Koncertami grupy Magdy Sinoff z Miejskiego Domu Kultury, znanego z The Voice of Poland 2017 Michała Szczygła, zespołu Łąki Łan oraz Sylwii Grzeszczak nastąpiło symboliczne pożegnanie lata w Łomży.

## Co się stało z wodą w Łomży?

Bakteria coli, znaleziona na przyłączy przy Szkole Podstawowej nr 5 przy ul. Polnej jest przyczyną pogorszenia jakości wody w kranach Łomży, wynika z wyjaśnień Karola Miśkiewicza z Miejskiego Przedsiębiorstwa Wodociągów i Kanalizacji. Wodociągi w Łomży wymagają czyszczenia, dlatego woda ma być chlorowana do 9 września. MPWiK zapewnia, że z wody korzystać można także do celów spożywczych.



Od piątku, 13 września do niedzieli, 15 września Polska Agencja Żeglugi Powietrznej zamknie przestrzeń powietrzną nad Łomżą! Bo odbywać się będą XX Mikrolotowe Mistrzostwa Podlaskiego „Kontakty 2019”

# Zamkną przestrzeń powietrzną nad Łomżą!

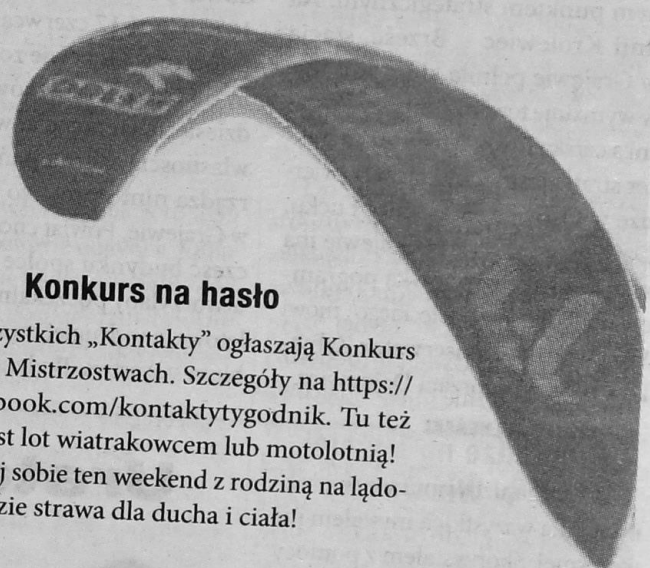
## Konkurs Fotograficzny „Lot”

Dla widzów Mistrzostw „Kontakty” ogłosiły Konkurs Fotograficzny pod hasłem „Lot”. Należy wykonać 13 (dzień przylotu zawodników), 14 lub 15 września 2019 r. zdjęcie, prezentujące XX Mikrolotowe Mistrzostwa Podlaskiego i przesłać do 15 września do godz. 12.00 z podaniem imienia, nazwiska, adresu i telefonu kontaktowego autora, maksymalnie 3 fotografie pocztą elektroniczną na adres [mmpkontakty@gmail.com](mailto:mmpkontakty@gmail.com) z dopiskiem „Konkurs foto” w tytule. (Prosimy o zapoznanie się z regulaminem konkursu: <https://www.facebook.com/notes/tygodnik-kontakty/konkurs-fotograficzny-lot-regulamin/2654120474633389/>). Jury wyłoni 3 najlepsze fotografie do tytułu Grand Prix Lot „Kontakty” 2019 oraz złotego, srebrnego i brązowego medalu. Zdobywca Grand Prix poleci motolotnią lub wiatrakowcem. Ogłoszenie wyników Konkursu i uhonorowanie autorów najlepszych zdjęć nastąpi podczas oficjalnego zakończenia XX MMP, 15 września 2019 (szczegóły <https://www.facebook.com/kontaktytygodnik>).

Medaliści Mistrzostw Świata i Europy, piloci z Polski, Czech, Litwy, zawody dla dzieci „Najdłuższy lot”, konkurs na hasło o Mistrzostwach i konkurs fotograficzny dla widzów. Każdy może wygrać lot z mistrzem świata!

Nasi przyjaciele, piloci paralotni, motolotni, wiatrakowców wrócili w tym roku z Mistrzostw Świata i Europy z naręczem medali. Będą więc z nami mistrzowie i wicemistrzowie świata i Europy, będzie złota kadra PPG i złota kadra mikrolotowa.

Mistrzostwa odbędą się na lądowisku nad Narwią między mostami w Łomży (zjazd mostem Hubala).



## Konkurs na hasło

Dla wszystkich „Kontakty” ogłaszają Konkurs na hasło o Mistrzostwach. Szczegóły na <https://www.facebook.com/kontaktytygodnik>. Tu też nagrodą jest lot wiatrakowcem lub motolotnią! Zaplanuj sobie ten weekend z rodziną na lądowisku. Będzie strawa dla ducha i ciała!

## Zawody dla dzieci

W czasie Mistrzostw rozegrane zostaną w sobotę, 14 września (między 13.00 a 18.00) oraz w niedzielę, 15 września (między godz. 10.00 a 13.00) zawody „Najdłuższy lot” dla dzieci do 13 lat. Zdobywcy 1, 2, 3 miejsca otrzymają nagrody, wszyscy startujący natomiast upominki.



## Zaproszenie

Na „Pożegnanie lata” z ogniskiem i piosenką zaprasza Zarząd Łomżyńskiego Oddziału Towarzystwa Przyjaciół Ziemi Łomżyńskiej w środę, 18 września (godz. 16.00) w Jednaczewie (ul. Leśna 5).  
Zapisy i szczegóły (będzie zorganizowany dojazd) w siedzibie TPZŁ (ul. Sienkiewicza 8) i pod telefonem: 86 216 28 33.

## BURMISTRZ NOWOGRODU

Ogłasza I przetarg ustny nieograniczony na dzierżawę działek rolnych, położonych w Nowogrodzie, nr: 638/11 o pow. 6,8865 ha, 638/16 o pow. 2,0000 ha, 128 o pow. 1,0070 ha, 129 o pow. 2,1365 ha i 1293 o pow. 0,4230 ha. Przetarg odbędzie się w dniu 09 października 2019 r. o godz. 12:00 w siedzibie Urzędu Miejskiego w Nowogrodzie przy ul. Łomżyńskiej 41, pokój nr 15 (sala konferencyjna).  
Ogłoszenie o przetargu zostało wywieszane na tablicy ogłoszeń w Urzędzie Miejskim w Nowogrodzie przy ul. Łomżyńskiej 41 oraz umieszczone na stronach internetowych: <http://um-nowogrod.pbip.pl/>, <http://www.nowogrod.com>  
Szczegółowe informacje dotyczące przetargu można uzyskać w siedzibie Urzędu Miejskiego w Nowogrodzie (pok. Nr 10), tel. 86 217 55 20 wew. 22.



Dworzec w Grajewie

## Nowa nadzieja dla dworca

„Dworzec w Grajewie był ważnym punktem strategicznym. Na linii Królewiec – Brześć, stacja w Grajewie pełniła kluczową rolę w wymianie towarów między Prusami a carską Rosją. Miała też charakter strategiczny, gdyż łączyła twierdze w Osowcu, Brześciu i Łucku. Dziś dworzec PKP w Grajewie ma szansę zostać wizytówką pogranicza podlasko-mazowieckiego”, mówi Wojewódzka Konserwator Zabytków prof. Małgorzata Dajnowicz.

Neorenesansowa okazała budowla powstała w latach 1873 – 1875. Choć 17 czerwca 1987 roku dworzec w Grajewie został wpisany do rejestru zabytków, od kilkadziesiąt lat popadał w ruinę. Jest własnością skarbu państwa, a zarządza nim starostwo powiatowe w Grajewie. Powiat chce przekazać część budynku spółce PKP, która utworzyłaby poczekalnię i kasy biletowe, a w drugiej części utworzyć biura starostwa. Budynek musi jed-

nak zostać gruntownie odremontowany. Na pierwszy etap remontu, który ma obejmować wymianę okien i drzwi, budżet państwa wyłożył 700 tys. zł.

„Zabytek musi zachować historyczną konstrukcję”, podkreśla prof. Małgorzata Dajnowicz.

Konserwator zaleciła odtworzenie stolarki okiennej i drzwiowej zewnętrznej z uwzględnieniem oryginalnego historycznego układu i kształtu. Kolor okien i drzwi ma być zgodny z kolorystyką budynków kolejowych powstałych w okresie budowy dworca w Grajewie.



Zaczęła się wymiana stolarki

„O zorganizowaniu we wsi rozrywki dla wszystkich myślałem już wcześniej. Skorzystałem z pomocy burmistrz Agnieszki Rutkowskiej i złożyłem projekt. Będzie piknik dla całej gminy”, mówi sołtys Skrody Małej, jednocześnie radny gminy Stawiski Jerzy Tyszka.

Na I Gminnym Pikniku Integracyjnym spodziewa się w niedzielę, 8 września, około 400 gości z całej gminy, a także sąsiednich. „Kontakty” też zostały zaproszone.

Jerzy Tyszka ma doświadczenie w organizowaniu „rozrywek”. „Za chłopka” zapraszał zespoły i w stodole ojca organizował zabawy. Skroda Mała należy do gminy Stawiski i łączy się z gminami Grabowo i Kolno. Na zabawy w stodole przyjeżdżała młodzież z trzech gmin, a także z Łomży. Ponad 300 ludzi. Było wesoło.

We wsi nie ma świetlicy. Gminny piknik będzie na łące, którą użyczył Marek Kielczewski (jego tata Jan Kielczewski był wieloletnim sołtysiem przed Jerzym Tyszką).

Jerzy Tyszka jest sołtysiem czwartą kadencję, a radnym pierwszą. W tym roku z funduszu sołeckiego zostanie zbudowany w Skrodzie

## Uratować Skrodę



Sołtys Skrody Małej Jerzy Tyszka odbiera zaświadczenie o wyborze na radnego od przewodniczącej Miejskiej Komisji Wyborczej w Stawiskach Teresy Zaręby

Małej chodnik. W przyszłym roku planują budowę drogi asfaltowej w kierunku Kozik Olszyn.

Największym zmartwieniem Jerzego Tyszki jest umierająca Skroda (lewy dopływ Pisy), która przepływa przez środek wsi.

„Kiedyś miała 5 metrów szerokości, dziś 1,5 metra. Zarasta i ginie. Trzeba koniecznie wyczyścić i pogłębić koryto. Nie ma na razie projektów i pieniędzy na takie ce-

le. Ale będę szukał i starał się uratować Skrodę”, zapowiada.

Z żoną Danutą są rodzicami córki Wiolety (absolwentka Uniwersytetu w Białymstoku, mężatka, mama Antosia i Mikołaja) i czterech synów (Patrik jest lekarzem weterynarii, Przemysław absolwentem Politechniki Białostockiej, Karol studentem ostatniego roku Politechniki Białostockiej, Maciej uczniem 5 klasy). Prowadzą hodowlę krów mlecznych, których mają 50.

## Rocznica i dożynki



Obchody 75. rocznicy bitwy 9 Pułku Strzelców Konnych AK z Niemcami w Osowych Grzędach odbędą się 8 września (godz. 14.00). Uroczystość poprzedzą dożynki, które rozpocznie Msza święta (godz. 11.00) na Górze Zamkowej w Rajgrodzie.

## Oddaj krew w Nieckowie

Krew można oddać w ambulansie na parkingu przy internacie Zespołu Szkół w Nieckowie w piątek, 6 września (godz. 9.00 – 13.00).

## Złot rumaków

III Grajewski Złot Motocyklowy organizuje Stowarzyszenie MotoWilki w sobotę, 7 września (godz. 11.00, parking przed Urzędem Miasta).

## Narodowe czytanie w Rudzie

Na Narodowe Czytanie zaprasza we wtorek, 10 września (godz. 14.00), Gminna Biblioteka w Rudzie (gm. Grajewo).

## Sprzęt dla geriatry



Rozpoczął się remont pododdziału geriatry w Szpitalu Ogólnym w Kolnie, który z zakupem aparatury kosztował będzie 2 mln zł.

## Piknik w Skrodzie Małej

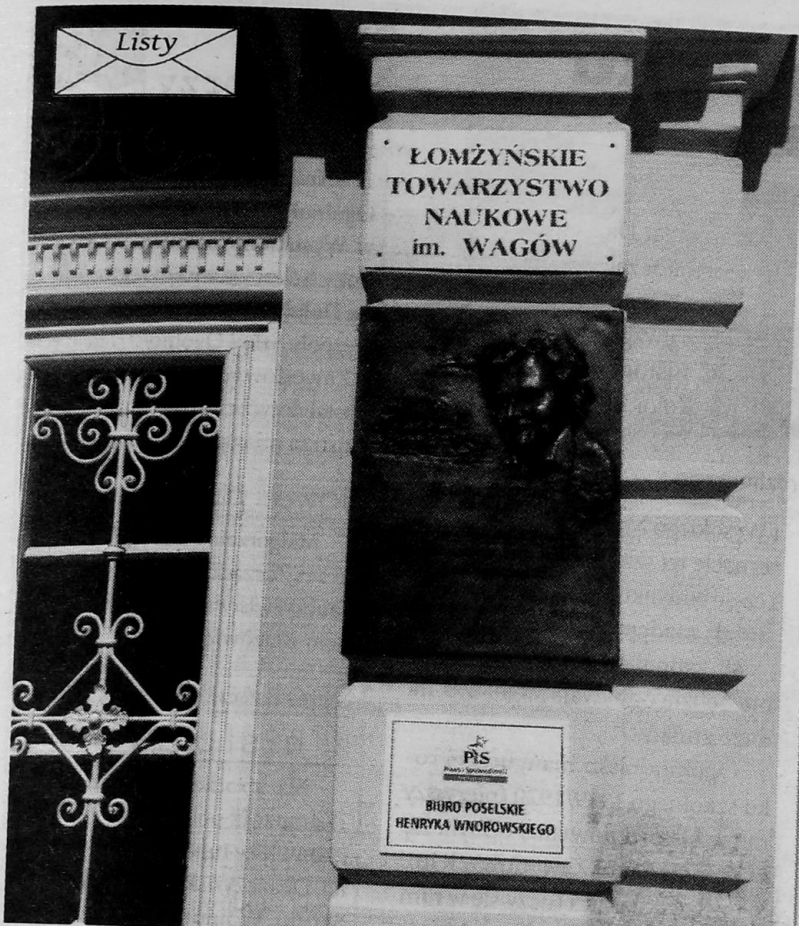
I Gminny Piknik Integracyjny organizują w Skrodzie Małej mieszkańcy z burmistrz Stawisk Agnieszka Rutkowską oraz Gminnym Ośrodkiem Kultury i Sportu w niedzielę, 8 września (godz. 15.00). W programie: zabawy i konkursy dla dzieci i dorosłych; występy zespołów disco polo (Darek Ramotowski i Imperial, Galileoritmo, Ewent i Diana Skupiewska z Czyżewa); dmuchańce, skakańce i karuzele dla dzieci. Będą też stoły z tradycyjnym jadłem, przygotowanym przez Koła Gospodyń Wiejskich.

## Bezpiecznie do szkoły

Progi zwalniające zostały zbudowane na ulicy Polowej w Stawiskach, przy której jest szkoła, orlik i cmentarz.



Listy



## Pytania o biuro posta

Na reprezentacyjnym budynku w Łomży przy ulicy Długiej, nie zawaham się nazwać go budynkiem nauki i kultury, ponieważ jest siedzibą Miejskiej Biblioteki Publicznej z czytelnią, Galerii Sztuki Współczesnej oraz Łomżyńskiego Towarzystwa Naukowego im. Wągów, pojawiła się tabliczka z informacją, iż jest tu także biuro poselskie Prawa i Sprawiedliwości Henryka Wnorowskiego.

Poseł Wnorowski jest prezesem Łomżyńskiego Towarzystwa Naukowego. Ale czy to oznacza, że biuro ŁTN może być jego biurem poselskim?

Z informacji o posle Henryku Wnorowskim na internetowej stronie Sejmu wynika, że poseł ma biuro tylko w Białymstoku. Informacji o biurze w Łomży nie ma.

Na prowadzenie biura każdy poseł otrzymuje 14 200 zł miesięcznego ryczałtu. Ciekawą sprawą jest w tej sytuacji kwestia finansowego rozliczenia prezesa ŁTN im. Wągów Henryka Wnorowskiego z posłem Henrykiem Wnorowskim, wynajmującym w Towarzystwie lokal na biuro. Jeżeli nie wynajmuje, to czy na budynkach użyteczności publicznej, takich jak biblio-

teka, każdy może przywieść sobie dowolną tabliczkę?

Do tej pory Łomżyńskie Towarzystwo Naukowe było apolityczne. I dobrze byłoby, aby tak zostało.

M. K.

(imię i nazwisko do wiadomości redakcji)  
Łomża

## Szkolne „perełki”

Zapowiada się trudny rok szkolny dla dzieci, nauczycieli, rodziców, samorządów. Żeby trochę poprawić humor, przytoczę perełki ze szkolnych wypracowań:

„Po jednej stronie rynku naszego miasta stoi kościół, po drugiej stronie ratusz, a dookoła wybudowano same nowe domy publiczne”.

„Rycerze urządzali teleturnieje”.

„W odróżnieniu od innych zwierząt, ptaki mają nakrapiane jaja”.

„Bandyci wpadli do sklepu i wymordowali samoobstugę”.

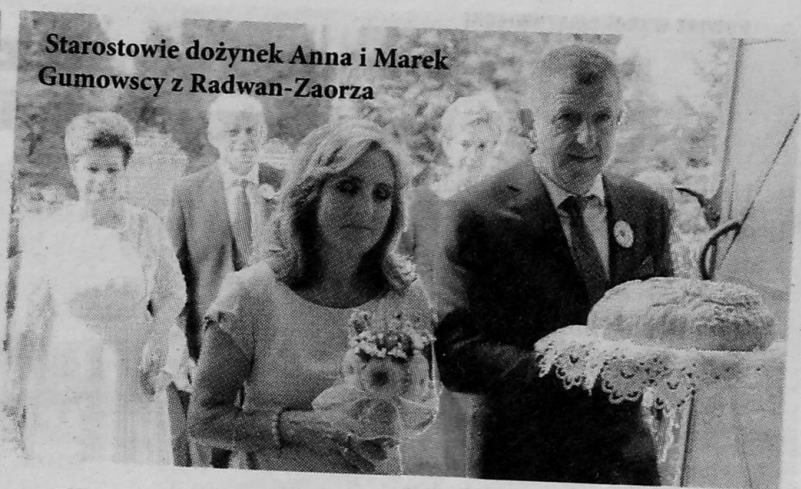
„Jest nas dziewięćdziesiąt rodzeństwa, a oprócz tego tatuś pracuje dorywczo jako monter”.

„Niektórzy Murzyni chodzą poubierani w nago”.

„Admirałowie są ubrani w marynarki wojenne”.

„Meteorolodzy wychodzą trzy razy dziennie oglądać swoje narzędzia”.

Barbara Paszkowska  
Szcuczyn



Starostowie dożynek Anna i Marek Gumowscy z Radwan-Zaorza

## Z siedmiu dziewcząt z Szumowa...

Przepiękne stoiska dożynkowe, pyszne potrawy, koncerty, wystawa zabytkowych ciągników, zawody strongmanów z Polski i Ukrainy, konkursy, ponadczasowe piosenki Janusza Laskowskiego („Z siedmiu dziewcząt z ... Szumowa”). Tak było na tegorocznych dożynkach w Szumowie. Starostowie dożynek Anna i Marek Gumowscy z Radwan-Zaorza wręczyli gospodarzowi gminy wójtowi Jarosławowi Cukiermanowi bochen chleba.

W trakcie dożynek zostały rozstrzygnięte dwa konkursy.

W rywalizacji na potrawę lokalną wygrały panie z Koła Gospodyń Wiejskich „Sreberka” w Srebrnej, któ-

re przygotowały „ser srebrzak”. Drugie miejsce zajęło KGW „Boróweczki” ze Srebrnego Borku za „zaguby podlaskie”, a trzecie mieszkańcy Radwan Zaorza i Mroczek Stylongów za „schab na runie leśnym”.

Do konkursu na najciekawsze stoisko dożynkowe zgłoszonych zostało 11 stoisk ze wsi: Głęboz Wielki, Łętownica, Ostrożne, Paproć Duża, Radwany Zaorze i Mroczki Stylongi, Srebrna, Srebrny Borek, Szumowo, Wyszomierz Wielki, Zaręby Jartuzy, Żabikowo Rządowe i Kalinowo. Wygrała straganowa kompozycja przygotowana przez mieszkańców Radwana Zaorza i Mroczek Stylongów.



Pierwsze miejsce w konkursie na stoisko dożynkowe, przygotowane przez mieszkańców Radwan Zaorza i Mroczek Stylongów



Wieniec dożynkowy Srebrnej



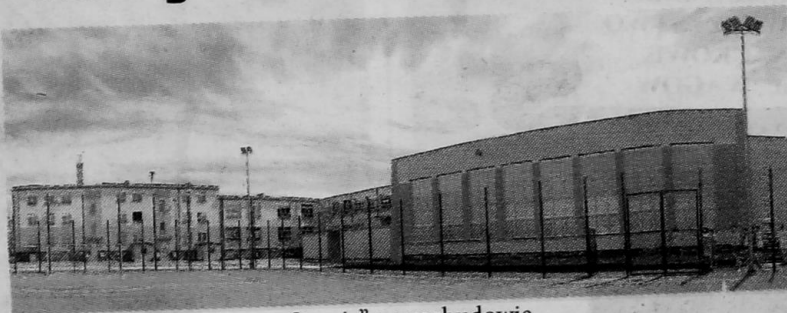
Chleb z herbem Szumowa

POWIAT WYSOKOMAZOWIECKI

## Po pierwszym dzwonku w Krzyżewie

Uczniowie w dwóch klasach (jedna absolwentów szkoły podstawowej, druga absolwentów gimnazjum) o kierunkach technik rolnik i technik agrobiznesu rozpoczęli naukę w Zespole Szkół Rolniczych im. Stefanii Karpowicz w Krzyżewie.

„Cieszę się niezmiernie, że będą w tej szkole funkcjonowały dwa oddziały. W tym miejscu chciałbym podziękować dyrektor szkoły Joannie Krawczuk. Nabór był możliwy dzięki zaangażowaniu wielu osób, wśród nich byłej zastępczyni dyrektora tej szkoły pani Jadwidze Pstrągowskiej, która dowodzi powołaną fundacją. Na jej ręce składam serdeczne podziękowania za pracę, jaka została wykonana, aby szkoła mogła uczyć rolników. Zarząd Powiatu chce pomóc, aby szkoła mogła funkcjonować”, powiedział w czasie IX sesji Rady Powiatu w piątek, 30 sierpnia, starosta wysokomazowiecki Bogdan Zieliński.



„Staszic” po rozbudowie

W szkole w Krzyżewie z wielkimi tradycjami, internatem, świetnym zapleczem dydaktycznym i sportowym, są jeszcze wolne miejsca.

W pięciu szkołach średnich w powiecie wysokomazowieckim rok szkolny rozpoczęło 973 uczniów (488 absolwentów gimnazjów i 485 absolwentów szkół podstawowych) w 37 oddziałach.

Największym zainteresowaniem młodzieży cieszył się Zespół Szkół Ogólnokształcących i Zawodowych w Ciechanowcu. W dziesięciu pierwszych klasach rozpoczęło w nim naukę 258 uczniów z Ciechanowca, Siemiatycz, Bielska Podlaskiego

i Wysokiego Mazowieckiego. W internacie tej szkoły zabrakło miejsc i część budynku szkoły podstawowej została zaadoptowana na internat.

W żadnej ze szkół w powiecie nie będzie odbywała się nauka na dwie zmiany.

Ogólnopolska inauguracja roku szkolnego 1919/1920 (pierwszy raz w historii powiatu) odbyła się w Zespole Szkół Zawodowych im. Stanisława Staszica (uczy się w nim 660 uczniów) w Wysokiem Mazowieckiem. Uroczystość została połączona z oddaniem do budowania do szkoły za unijną dotacją skrzydła z sześcioma klasami i aulą.

POWIAT ZAMBROWSKI

## Festiwalowe barwy folkloru



Laskowianki

Występami przy fontannie i barwnym korowodem z centrum Zambrowa do domu kultury rozpoczął się w Zambrowie IV Ogólnopolski Festiwal „Barwy Folkloru”, zorganizowany przez Stowarzyszenie Szansa i Miejski Ośrodek Kultury w Zambrowie.

„Pieśń ma być radosna jak

uśmiech dziecka, piękna jak młoda kobieta, doświadczona jak seniorzy, budzić zapał w sercach mężczyzn i wywoływać uśmiech i płacz w oczach kobiet”, mówił przewodniczący Rady Powiatu Zbigniew Jach, który z przewodniczącym Rady Miasta Jackiem Olszewskim oficjalnie otworzyli Festiwal.

Artystycznie zainaugurował go zespół ze Starego Laskowca „Laskowianki” (40 lat działalności) piosenką „Marysiu buzi daj, matuli nie pytaj”. Po tym występie płynęły pieśni ludowe i biesiadne w wykonaniu 15 zespołów (172 wykonawców) z Polski i jednego z Białorusi (Grodno).

### Nowi dyrektorzy szkół



Nową dyrektorką Zespołu Szkół Ogólnokształcących i Policealnych w Wysokiem Mazowieckiem jest dotychczasowa wicedyrektorka Aldona Dołubizno. Nowym dyrektorem Zespołu Szkół Ogólnokształcących i Zawodowych w Ciechanowcu został dotychczasowy zastępca burmistrza miasta Łukasz Godlewski.

### Nowa prezes ZNP

Małgorzata Mędrygał jest nową prezeską Zarządu Oddziału Związku Nauczycielstwa Polskiego w Wysokiem Mazowieckiem.

### Spotkanie z historią

Na spotkanie z wykładem „Kampania polska 1939 r. – fakty i konteksty mniej znane” dr. Marka Deszczyńskiego z Akademii Sztuki Wojennej w Warszawie zaprasza w niedzielę, 8 września (godz. 17.00, Urząd Miasta), Klub Miłośników Historii w Wysokiem Mazowieckiem.

### Pogrzeb bohatera



Uroczysty pogrzeb bezimiennego żołnierza z września 1939 roku, ekshumowanego w czerwcu z mogiły w Śledziach, odbędzie się w piątek, 13 września na cmentarzu w Zambrowie.

### Ułani w Szumowie

50 ułanów spod Krakowa przybędzie w środę, 11 września, do Szumowa.

### Samochody dla OSP

Lekki samochód ratowniczo-gaśniczy otrzymała 30 sierpnia Ochotnicza Straż Pożarna w Porzytem-Jabłoni (gm. Zambrow). Miesiąc wcześniej podobny trafił do OSP w Przeździecku-Mroczkach.

### Dla rekreacji

Strefa aktywności, czyli siłownia i plac zabaw, powstaną jeszcze w tym roku w Kozikach-Jałbrzykowie Stoku (gm. Zambrow).

To było jeszcze latem. Jechałem rowerem na przejażdżkę, kiedy nagle przed sobą zobaczyłem tłum, wpatrzony w jakiś punkt po lewej stronie. W pierwszej chwili pomyślałem: „Cud”. Ale już po chwili wiedziałem, że to coś innego. Świadczyły o tym dobitnie radiowozy, karetka pogotowia i straż pożarna.

Pewnie i tak nie uwierzycie, że zainteresował mnie nie samobójca, stojący na szczycie żurawia pobliskiej budowy, ale ludzie, którzy mu się przyglądali. Dlatego nie będę was o tym przekonywał. To zresztą nieważne. Grunt, że zatrzymałem się.

– Ciekawe, po co to robi? – zastanawiała się starsza pani.

– Pewnie chce się znaleźć w telewizji – stwierdził autorytatywnie młodzieniec z najmodniejszą obecnie fryzurą, będący w towarzystwie równie modnie uczesanej dziewczyny.

– E tam. Na pewno baba mu dokuczyła – zaprzeczył z kwaśną miną czterdziestolatek, który trzymał za rączkę najwyżej dwunastoletnią dziewczynkę.

– Ale jak, tatusiu? – spytała córka.

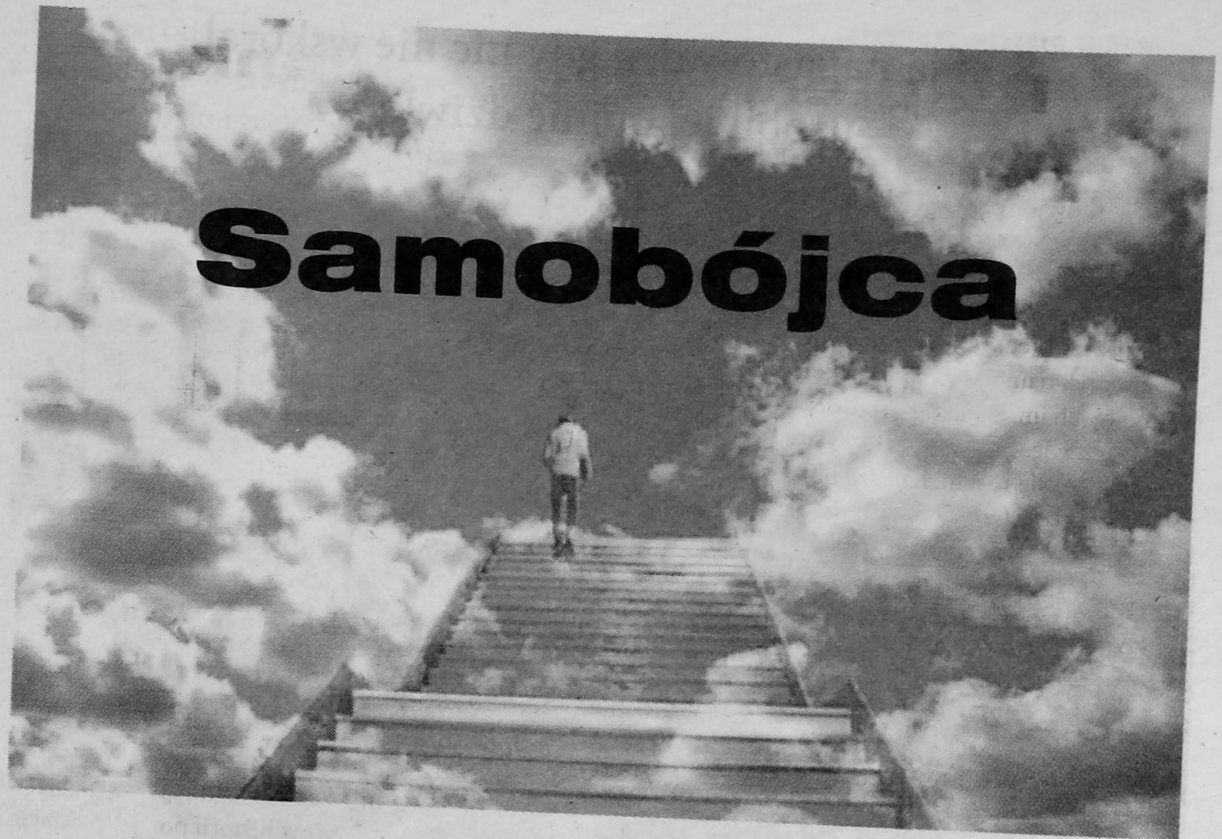
– Zapytaj się mamusi – burknął ojciec i pociągnął dziewczynkę do domu.

– Niemożliwe, żeby to przez kobietę. Teraz się już takich rzeczy nie robi przez kobietę – stwierdziła za dbana trzydziestolatka.

– To dlaczego? – dociekała starsza pani.

– Pewnie go wywalili z roboty?

– I od razu by się rzucił? – powątpiewająco skrzywił się młodzieniec.



# Samobójca

– Ty jeszcze nie wiesz, jak to jest. Jak masz pracę, to ona wypełnia ci cały czas, łącznie z każdą wolną chwilą. Śpisz, jesz, myślisz tylko o niej i dla niej. A jak ją tracisz, to znika jedyny życiowy cel. Wiem, co mówię... – pokręciła głowę ze smutkiem zadbana.

– Może ma pani rację. Jak człowiek odchodzi na emeryturę, to też sam nie wie, że popelnia samobójstwo na raty – starsza pani usiadła sobie dla wygodny na trawie.

– E tam. Ja wam mówię kurde, co oni robią? – wykrzyknął młodzieniec z najmodniejszą fryzurą.

W „koszu” strażackiej drabiny unosił się do góry szpakowaty mężczyzna, koło czterdziestki.

Wszyscy śledzili jego drogę z partym tchem. I wszyscy jęknęli z zawodu, kiedy zatrzymał się w dość sporej odległości od samobójcy, a dowódca strażaków bezradnie rozłożył ręce.

– Wiedziałem. W tym kraju nie ma nic porządnego – stwierdził tryumfalnie młodzieniec.

„Negocjator” nie przejął się jednak problemami długości drabiny i zaczął rozmawiać z mężczyzną stojącym na żurawiu. Na dole, niestety, nie było słyhać, o czym dokładnie rozmawiają.

– No, wreszcie są – ucieszył się młodzieniec na widok wozu transmisyjnego. Pociągnął w tamtą stronę dziewczynę: – Chodź, może bę-

dą chcieli porozmawiać z jakimiś świadkami.

Ale zanim dotarli do telewizyjnej ekipy, wysiłek negocjatora został nagrodzony sukcesem. Mężczyzna zaczął powoli schodzić z żurawia.

Na dole czekała na niego policja. Reporterce udało się jednak dopchnąć do niedoszedłego samobójcy.

– Dlaczego chciał się pan zabić?

– zapytała z wypiekami na twarzy.

– Nie chciałem.

– Nie chciał pan? – reporterka nawet nie próbowała ukryć rozczarowania jego słowami. – To po co pan tam wszedł?

– Chciałem sobie popatrzeć na to wszystko z góry...

KAROL TOBIASZ

## Bogucki odchodzi ze szpitala

Dyrektor Szpitala Ogólnego w Wysokiem Mazowieckiem Jacek Bogucki zrezygnował z pełnionych obowiązków. Szpitalem kieruje dotychczasowy zastępca dr. Jarosław Rogowski. Nowy dyrektor zostanie wyłoniony w konkursie.

Na facebooku 28 sierpnia Jacek Bogucki napisał: „Z dniem wczorajszym zakończyłem misję pełnienia obowiązków dyrektora Szpitala Ogólnego w Wysokiem Mazowieckiem. Przez trzy miesiące pracowałem bardzo intensywnie. Ruszyła pracownia radiologii zabiegowej (druga w województwie!!!), ruszyła poradnia kardiologiczna, przygoto-

wujemy się do kolejnych konkursów ogłaszanych przez NFZ. Ale Szpital to przede wszystkim Pracownicy. Dużo czasu poświęciłem na rozmowy i budowanie wspólnoty. Wieczory i noce wykorzystując na analizy organizacyjne i finansowe. Zakończyliśmy spór zbiorowy i uregulowaliśmy system wynagradzania. Udało się też trochę poprawić przychody. Dalsze łączenie funkcji posła i dyrektora z nowym wyzwaniem – kandydowaniem do Senatu RP jest niemożliwe. Zbliży się konkurs na dyrektora szpitala. Jestem przekonany, że są odpowiedni kandydaci. Od dziś

obowiązki przejmuje Pan doktor Jarosław Rogowski, mój znakomi-

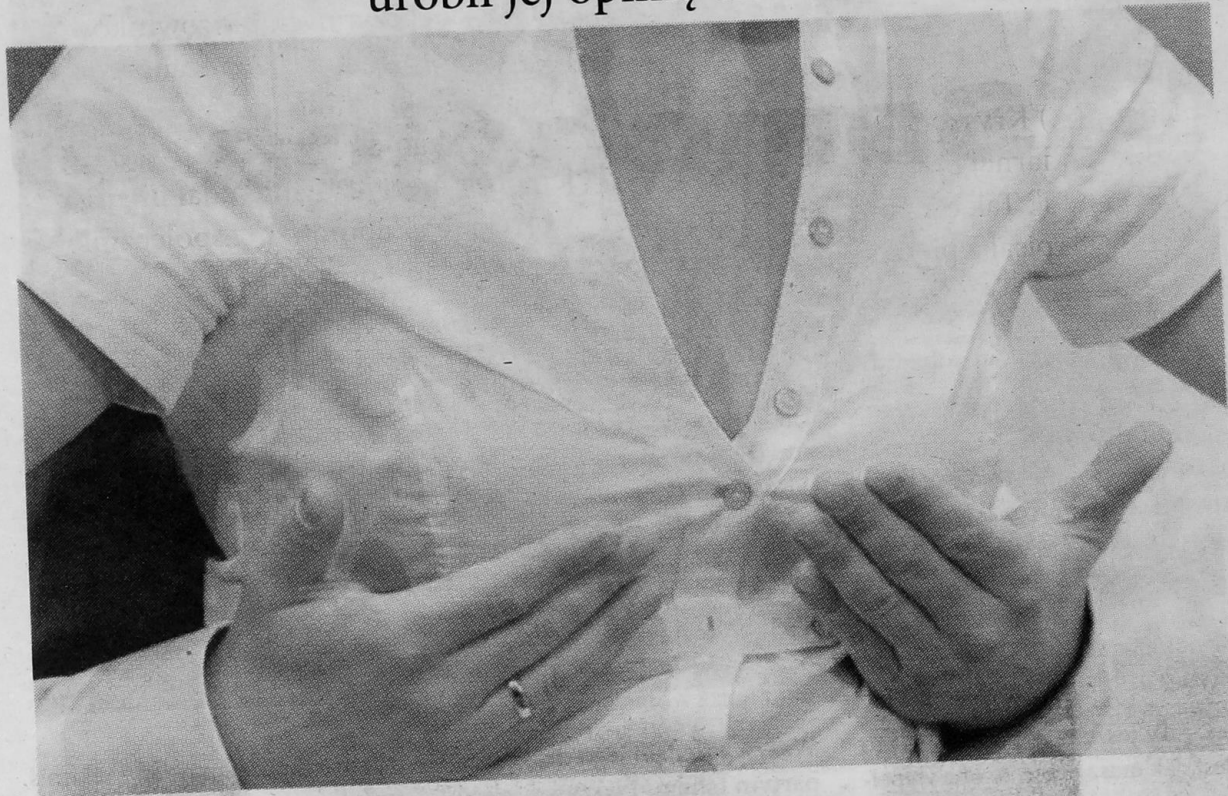


Jacek Bogucki

ty zastępca. Wiem, że wsparcie będzie miał i w załodze i w samorządzie powiatowym. Dziękuję moim współpracownikom, całej załodze Szpitala. Dziękuję Samorządowi Powiatu z Panem Starostą Bogdanem Zielińskim. Ale tak dobrze nie będzie – spraw Szpitala nie mam zamiaru opuścić”.

Jacek Bogucki był wójtem gminy Czyżew-Osada (1990-1998), pierwszym starostą wysokomazowieckim (1998-2005), posłem na sejm V, VI, VII i VIII kadencji, dwukrotnie wiceministrem rolnictwa (2007 i 2015-2018). Obecnie kandyduje do senatu.

Szef ją napastował, a gdy nic nie wskórał,  
urobił jej opinię dziwki



# Syrenka

**M**iała 24 lata. Seksowna, mubrana w ciuchy z pewexu, przyciągała spojrzenia mężczyzn. Marzyła o wielkiej miłości.

Była połowa lat 70. Do Łomży przyjeżdżali ludzie z całej Polski. Powstawało województwo. Łatwo o pracę, o mieszkanie.

Alicja wychowała się w kamienicy na ul. Dwornej. W liceum była przeciętna. Nie poszła na studia. Znajoma matki jej to odradziła: „Wezmę cię do pracy. Nie pożałujesz”.

Znajoma matki była szefową biura ogólnopolskiej organizacji, załatwiającej wyjazdy zagraniczne, promesy dolarowe, bilety lotnicze. Do biura przychodzili ważni ludzie: posłowie na Sejm, wojewodowie, sekretarze partyjni, dyrektorzy urzędów. Szefowa przyjmowała ich jak angielska lady. Skakali wokół niej w uklonach, całowali w rękę, prawili komplementy.

Goście szefowej od razu zauważyli Alicję, jej młodość i urodę. Nawet jej się to spodobało. Poczula się ważna, zaczęła dbać o siebie, prześcigać się z szefową w strojach... Jeden z gości, dyrektor ważnego

przedsiębiorstwa, zaproponował jej wyjazd w sobotę za miasto. Była w szoku, biła się z myślami. Wiedziała, że jest żonaty. Poza tym, był dwa razy starszy. Poszła na spotkanie, żeby powiedzieć mu, że nic z tego. Ale prosił ją tak, że uległa...

Dyrektor stracił dla Alicji głowę. Zaczął otwarcie przychodzić do biura i zalecać się do niej. Szefową cała sytuacja zaszokowała. Nie odprawiła jednak Alicji, lecz zaczęła ją dręczyć docinkami i groźbami, że o wszystkim powie jej rodzicom. Alicja nabrała wstrętu do siebie, szefowej i jej gości. Stała się opryskliwa, nie odpowiadała na umizgi podstarzałych „budowniczych województwa”. W końcu szefowa odprawiła ją... do innej organizacji. Także ogólnopolskiej. Jej nowy szef organizował spotkania i wykłady ważnym osobistościom, które przyjeżdżały do Łomży z Warszawy i innych miast, aby szkolić „aktyw partyjny”. Ona po staremu parzyła i podawała kawę.

Szef był po czterdziestce. Jego wygląd wzbudzał w niej mdłości. Zwłaszcza, jak zauważyła, że podnieca się, gdy ona jest w pobliżu.

Musiała jednak być dla niego miła, bo obiecał, że załatwi jej mieszkanie... Dotrzymał słowa, dostała kawalerkę na osiedlu Południe z przydziału partyjnego. Gdy się urządzała, próbował się wpraszać na parapetówkę. Poczula się osaczona. W końcu załamała się nerwowo. Schudła, bolały ją wszystkie stawy. Unikała spotkań ze znajomymi. Każdego dnia szła do biura jak na ścięcie.

**W** kolorowym piśmie, którym pełno było w biurze, zauważyła kącik matrymonialny. Swoje oferty zamieszczało biuro Syrenka z Warszawy. A może tak spróbować znaleźć miłość? Ukradkiem wrzuciła do skrzynki pocztowej swoją ofertę. Odpowiedź nadeszła po dwóch tygodniach w kopercie z firmowym nadrukiem biura. W środku była kartka z danymi kilku mężczyzn. Wiek, zawód, zainteresowania, wymagania co do partnerki, miejsce zamieszkania. Jeśli któryś jej odpowiada, niech napisze do biura, biuro przekaże zainteresowanemu ofertę. A potem będą mogli spotkać się twarzą w twarz.

Obleśny szef, jego seksualne aluzje, ogłupiające siedzenie za biurkiem, przestały istnieć. Alicja myślała tylko o mężczyznach z listu, który nosiła w torebce. Wybrała trzech kandydatów. Wszyscy mieszkali w Warszawie. Wszyscy przysłali zdjęcia. Pierwszy odwiedził ją w jej mieszkaniu. Był starszy około 10 lat. Rozejrzał się badawczo po jej skromnym gospodarstwie. Zapytał, czy ma automatyczną pralkę. Poczula się nieswojo. Z nerwów wypila prawie całe wino. On poprosił o zwrot zdjęcia, wstał, pożegnał się i wyszedł. Nigdy więcej się nie odezwał.

Z kolejnym umówiła się w Warszawie. Okazał się niepełnosprawny, miał bezwładną prawą rękę. Wpadła w panikę i uciekła...

Trzeci zaprosił ją do swojego mieszkania i zaczął się do niej dobierać. Też uciekła... Napisała do biura matrymonialnego o przysłanie kolejnej listy. Nieobecna duchem, dała się szefowi przyłapać: zauważył papier firmowy biura matrymonialnego.

„Taka z ciebie Syrenka, a mnie odmawiasz?”, zaśmiał się obleśnie i ruszył do niej. Przycisnął ją do ściany. Poczula przez sukienkę jego podniecenie... Odepchnęła go, aż się przewrócił.

Bała się, że ją wyrzuci. Nie miała się przed kim wyplakać. Wszystko jednak rozeszło się po kościach. Szef już jej nie napastował, tylko zaczął „urabiać jej opinię” przed innymi. Dla wielu stała się wręcz dziwką...

Jeszcze kilka lat „pracowała” w tym biurze. Czyli siedziała osiem godzin dziennie za biurkiem i odbierała telefony. Spotykała się z mężczyznami z ofert matrymonialnych, lecz każdy kolejny był coraz większym rozczarowaniem.

Przestała wierzyć w miłość. Za namową partyjnych znajomych, zaczęła zaocznie studiować na uczelni w Białymstoku.

**D**ziś jest na emeryturze. Elegancka, zadbana, szczupła. I samotna. Nigdy nie wyszła za mąż ani nie utrzymywała bliskich kontaktów z mężczyzną.

„Moi siostrzeńcy żartują ze mnie, że jestem okazem do badań naukowych, gdyż w wieku 60 lat nadal jestem dziewicą. I nie są dalecy od prawdy!”, śmieje się.

HANNA DUBOWSKA

W lipcu minęła 150 rocznica urodzin Franciszka Hryniewicza z Łomży

I  
Był twórcą, wydawcą i redaktorem łomżyńskiego pisma „Wspólna Praca”. O zgodę na jego wydawanie starał się w 1909 roku u władz zaborczych. Był wówczas carskim urzędnikiem. Zgodę uzyskał i pismo zaczęło się ukazywać w kwietniu 1910 roku. Było wówczas jedynym pismem wydawanym w Łomży (3 listopada 1919 r. ukazała się „Gazeta Łomżyńska”). Szybko pozyskało pół tysiąca prenumeratorów, w tym 200 w Łomży. „Wspólna Praca” wychodziła 23 lata, do końca 1932 roku, najdłużej z wszystkich łomżyńskich pism okresu międzywojennego. Hryniewicz wydawał je społecznie. Ważny był cel, aby rozpowszechnić nowe idee, budzić pragnienia odzyskania niepodległości, a później jej ochrony i dążenia do kształtowania prawego państwa.

W niepodległej Łomży Franciszek Hryniewicz z Ludwikiem Wołodkiewiczem i Józefem Ostoją-Sulnickim powołali spółkę wydawniczą i wydawali tygodnik „Ziemia Łomżyńska” (na czas wydawania „Ziemi Łomżyńskiej” zawiesił wydawanie „Wspólnej Pracy”). Pismo angażowało się w przygotowanie wyborów do Sejmu Ustawodawczego. Zachęcało do udziału w wyborach, uświadamiało, jak konieczne jest ustanowienie prawa (konstytucji). W 1921 roku powrócił do wydawania „Wspólnej Pracy”. Za odważne publikacje był dwa razy sądzony.

## II

Prawnik, przewodniczący Międzynarodowego Trybunału Sprawiedliwości w Hadze, profesor Uniwersytetu Poznańskiego Bohdan Winiarski we wspomnieniach z czasów nauki w łomżyńskim gimnazjum zanotował: „Ciekawą postacią był pan Franciszek Hryniewicz. Dobrego wzrostu, z bródką przystrzyżoną a la Mierzwiński, zimą stale chodził w obszernym >Mikołajewskim< płaszczu, bez rękawów, a za to ze wspaniałym bobrowym kołnierzem, kiedy indziej w podobnej, ale lżejszej almanawie; błyszczący cylinder dopełniał zwykle okazałego stroju. Przeciągając nieco z litewska i lekko się

„Pracował od najmłodszych lat. Wkładał dobrą wolę w każde poczynanie, był jednym z tych, którzy wierzyli w ludzi i sprawiedliwość. Bronił maluczkich i służył im wiernie. Zachęcał do pracy społecznej i był jednym z najbardziej czynnych pracowników społecznych w okresie, kiedy Ojczyzna nasza znalazła się pod uciskiem zaborców. Cierpiał za śmiało wypowiedane zdania w obronie wolności narodu polskiego, ducha i słowa. (...) Kryształowy, czysty i świetlany charakter jego dodawał mu siły do tej ciężkiej i ofiarnej pracy. Ukochał piękno – żaden czyn nieetyczny nie miał miejsca w jego życiu”. Tak o Franciszku Hryniewiczu w artykule „Zapomniany społecznik” pisał z pierwszej strony w 1936 roku „Przegląd Łomżyński”.



Od lewej siedzą: radny K. Winnicki, ławnicy: Br. Łada, A. Antosiewicz, H. Epsztejn, dr Sz. Peltyń, prezydent Wł. Świdorski, prezes Rady K. Antosiewicz, wiceprezes Z. Bielicki, sekretarz dr J. Karbowski, radni: A. Karaszewski, Wł. Żalek. Stoją w pierwszym rzędzie: A. Domowicz, M. Orłowski, dr Sz. Goldlust, P. Gajst, dr M. Czarnecki, J. Brański, W. Bielicki, Fr. Hryniewicz, B. Podsiad. Stoją w drugim rzędzie: K. Jarosiński, M. Garbarski, B. Cukierbraum, M. Fuhrer, B. Giedroń, H. Mark, J. Giełczyński.

## Zapomniany prawy człowiek

zaczynając, pan Franciszek prowadził chętnie z młodymi rozmowy o sprawach narodowych i uczestniczył w naszych naradach”.

## III

Gdy w pierwszych wyborach władz miasta, 14 stycznia 1919 roku, pierwszym burmistrzem Łomży został Władysław Świdorski, Franciszek Hryniewicz jego zastępcą. W urzędzie zajmował się opieką społeczną. Po wyborach do Rady Miejskiej w 1919 roku i w kolejnych kadencjach Hryniewicz był radnym. Angażował się w prace Towarzystwa Opieki nad Więźniami „Patronat”, które pomagało głównie więźniom politycznym, osadzonym w łomżyńskim więzieniu i ich rodzinom. Był współzałożycielem Łomżyńskiego Towarzystwa Wioślarskiego, z jego inicjatywy doszło do połączenia pięciu stowarzyszeń spożywczych i powołania pierwszej w mieście Powszechnej Spółdzielni Spożywców (kwiecień 1921). Był członkiem

Zarządu Polskiej Biblioteki Publicznej, Straży Ogniowej, Towarzystwa Muzycznego „Lutnia”, przewodniczył Zarządowi Powiatowej Kasy Chorych w Łomży. Wspierał każde działanie, które służyło rozwojowi. W uznaniu dla Marszałka Józefa Piłsudskiego i wdzięczności za przywrócenie Polsce niepodległości angażował się w organizowanie w Łomży rocznicowych obchodów oraz akademii na imieniny „Wskrzesiciela Ojczyzny”. Z listy Polskiej Partii Socjalistycznej bez powodzenia ubiegał się w 1928 roku o mandat senatora.

## IV

Franciszek Hryniewicz nie założył rodziny. Żył w skromnych warunkach. Mieszkał w budynku tzw. starego więzienia, w którym były mieszkania komunalne (budynki dziś już nie istnieje). Tam odwiedzali go ludzie ubodzy i po-

trzebujący pomocy, której nikomu nie odmawiał.

Gdy w 1936 roku w „Przeglądzie Łomżyńskim” ukazała się publikacja „Zapomniany społecznik”, Franciszek Hryniewicz był sparaliżowany, samotny, bez oszczędności, z emeryturą 100 zł miesięcznie. Miał 67 lat.

„Nie zabiegał o order i odznaczenia – pozostało mu tylko uznanie i miano prawego człowieka. Pamięć o nim zagać nie może, w wysniewionej, wymarzonej w snach Ojczyźnie swojej nie może pozostać opuszczony. O to woła, prosi, całe społeczeństwo”, apelował reporter „Przeglądu Łomżyńskiego”.

## MARIA TOCKA

(Więcej o bogatej historii wydawniczej międzywojennej Łomży, także o działalności Franciszka Hryniewicza w monografii Marii Bauchrowicz-Tockiej „Łomża i region na łamach polskiej prasy łomżyńskiej okresu międzywojennego”, Białystok 2018).

## 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](http://www.siatki-stal.pl)

(fak.00149/19-o-i)

### LOKALE

Lokal do wynajęcia na działalność  
handlowo-usługową. Łomża,  
ul. Sienkiewicza 2.  
Tel. 508 – 051 – 513

(p-001103-o)

Dobry lokal do wynajęcia na  
działalność handlowo-usługową  
i inną. Centrum Łomży, parking.  
Tel. 602 – 361 – 018

(p-001104-o)

### NIERUCHOMOŚCI

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

(fak/sms)

Sprzedam mieszkanie 51,2 m<sup>2</sup>,  
II piętro, po kapitalnym  
remontcie. Komfortowo  
urządzone do zamieszkania  
w Łomży, w bloku przy ul.  
Sadowej 4. Tel. 664 – 964 – 548

(p-001088-o-i)

### ODDAM

Ogłoszenia w rubryce „Oddam”  
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

### PRACA

Opieka Niemcy Legalnie.  
Tel. 725 – 248 – 935

(fak.00150/19-o-i)

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

(fak.00161/19-o)

Zatrudnię kierownika budowy. CV  
należy przesyłać na adres:  
[rekrutacja@skb.net.pl](mailto:rekrutacja@skb.net.pl)

(fak.00162/19-o)

Zatrudnię murarza i pomocnika.  
Tel. 504 – 391 – 071

(fak.00168/19-o)

### 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

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

(fak/sms)

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

(fak.00163/19-o)

### 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)

## e-kontakty

wydanie elektroniczne  
identyczne z wydaniem  
papierowym na:  
[kontakty-tygodnik.com.pl](http://kontakty-tygodnik.com.pl)

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

plus kolorowy  
magazyn  
televizyjny



wersja cyfrowa  
dostępna na:  
[www.kontakty-tygodnik.com.pl](http://www.kontakty-tygodnik.com.pl)



## 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

Ogłoszenie w gazecie  
żyje dzień.

Ogłoszenie w tygodniku  
KONTAKTY  
żyje tydzień

**TAXI 19-191**  
RADIO MPT

**TAXI POLSKA 19 100**

Najlepsze korporacje w Polsce zjednoczone dla Twojego bezpieczeństwa

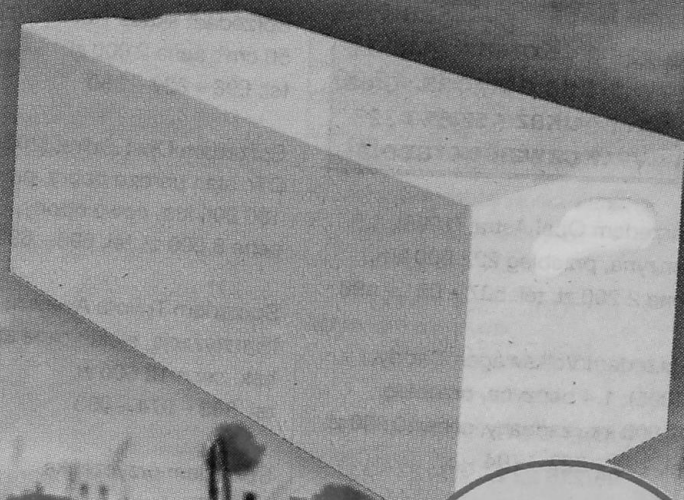
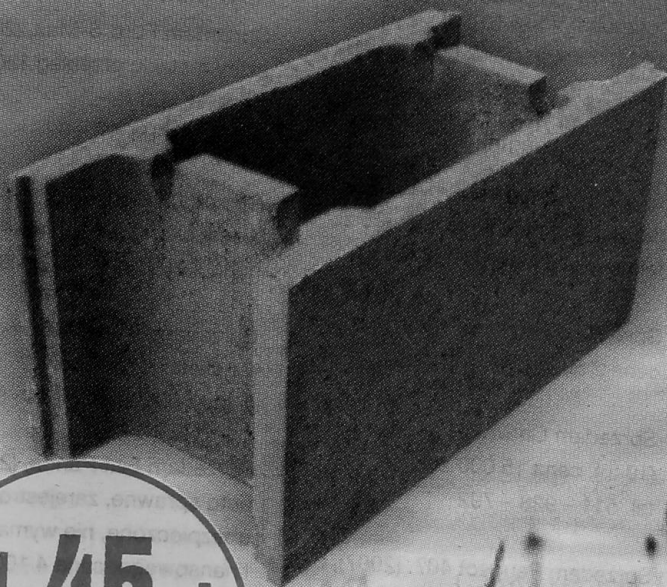
[www.taxi.lomza.pl](http://www.taxi.lomza.pl) ☎ 86 216 32 86

# PREFBET

ŚNIADOWO

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**

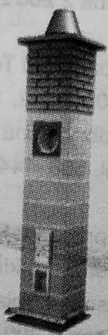
**BETON KOMÓRKOWY**

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

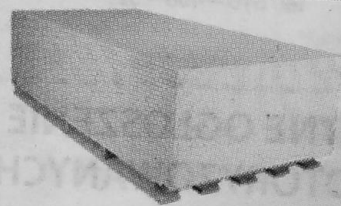
**16 zł**  
Cena brutto

**TERMO  
BIAŁA**  
ZAPRAWA  
MURARSKA

25 kg

**ZAPRAWA  
KLEJOWA  
PREFBET  
TERMO-BIAŁA**

Zużycie:  
4kg/1 m<sup>2</sup>  
Opakowanie: 25 kg;

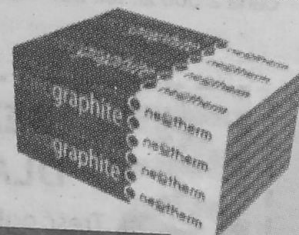


Rigips 260 x 120

Teraz tylko

**17,55 zł/szt**  
Cena brutto

**PLYTA  
KARTONOWO  
-GIPSOWA**



Teraz tylko

**54 zł/op.**  
Cena brutto

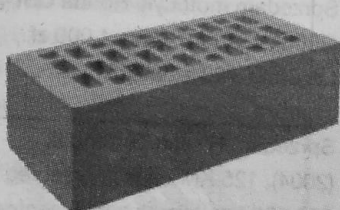
**PLYTA  
STYROPIANOWA  
FASADA**



Teraz tylko

**64,50 zł/rolka**  
Cena brutto

**PAPA  
ICOPAL  
W 400**



**CEGŁA  
ROBEN  
NFNM16**

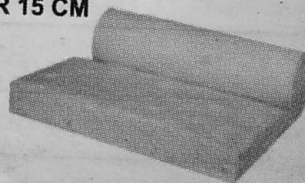
Teraz tylko

**1,59 zł/szt**  
Cena brutto

**WEŁNA  
ISOVER UNIMATA  
GR 15 CM**

Teraz tylko

**15,25 zł/m<sup>2</sup>**  
Cena brutto



**CEMENT  
LAFARGE I 42,5**

Teraz tylko

**480 zł/t**  
Cena brutto

**ODDZIAŁ ŚNIADOWO**

tel. 86 217 62 95

poczta@prefbet.pl

**ODDZIAŁ ŁOMŻA**

tel. 86 218 06 72

handel@prefbet.pl

**ODDZIAŁ ZAMBRÓW**

tel. 86 475 04 24

www.prefbet.pl

OGŁOSZENIA BEZPŁATNE MOTORYZACYJNE

**KONSTAŁ PRODUCENT**  
**GARAŻE Blaszane**  
**BRAMY Garażowe**  
**KOJCE dla Psów**

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

Dogodne **RATY** **GARAŻE WZMOCNIONE**

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

Sprzedam Opel Astra, (1996), 1.6 benzyna, przebieg 222 000 km, cena 2 200 zł, tel. 537 - 061 - 488 (o/b)

Sprzedam Volkswagen Caddy, (2005), 1.4 benzyna, przebieg 97 000 km, zadbane, cena 10 900 zł, tel. 728 - 327 - 704 (o/b)

Sprzedam Seat Cordoba, (2008), 1.4 TDI, niski przebieg 90 000 km, kolor biały, cena 11 000 zł, tel. 514 - 711 - 882 (o/b)

Sprzedam Seat Alhambra, (2001), benzyna + gaz, 7-osobowy, cena 5 000 zł, tel. 514 - 711 - 882 (o/b)

Sprzedam Melex, bez silnika, stan idealny, cena 1 500 zł, tel. 609 - 320 - 169 (o/b)

Sprzedam Opel Astra, (1999), 1.6 benzyna + gaz, kombi, cena 2 500 zł, tel. 537 - 061 - 488 (o/b)

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

Sprzedam skuter Romet 700, 50 cm<sup>3</sup>, cena 2 000 zł, tel. 698 - 837 - 080 (o/b)

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

Sprzedam Toyota Avensis, (2004), klimatyzacja, elektryczne szyby, hak, cena 12 000 zł, tel. 503 - 974 - 093 (o/b)

Sprzedam przyczepkę samochodową, zarejestrowana, stan bardzo dobry, cena 2 200 zł, tel. 503 - 974 - 093 (o/b)

Sprzedam Alfa Romeo, (2003), stan dobry, 115 KM, diesel, przebieg 280 000 km, cena 3 000 zł do negocjacji, tel. 607 - 356 - 652 (o/b)

Sprzedam Opel Zafira, (2007), ubezpieczenie do 30.05.2020 r., 101 KM, kolor biały, cena 14 000 zł do negocjacji, tel. 516 - 937 - 999 (o/b)

Sprzedam Toyota Yaris, (2003), 1.0 benzyna, cena 8 700 zł, tel. 510 - 498 - 527 (o/b)

Sprzedam Renault Laguna 2, (2002), 1.8 16v, benzyna, sedan, cena 2 500 zł, tel. 512 - 576 - 250 (o/b)

Sprzedam Volkswagen LT 31, (1994), przebieg 242 000 km, w całości lub na części, cena 3 000 zł, tel. 786 - 010 - 611 (o/b)

Sprzedam Peugeot 206, (2008), 1.4 diesel, stan dobry, cena 2 000 zł, tel. 692 - 259 - 814 (o/b)

Sprzedam Wartburg 1000, (1965), cena 2 500 zł, tel. 511 - 928 - 792 (o/b)

Sprzedam Chevrolet DeLuxe, (1946), cena 15 000 zł, tel. 511 - 928 - 792 (o/b)

Sprzedam Peugeot 407, (2007), 2.0 diesel, sedan, kolor srebrny, bogate wyposażenie, cena 12 900 zł, tel. 794 - 075 - 280 (o/b)

Sprzedam Renault Kangoo, (2003), 1.2 benzyna, stan bardzo dobry, środek zadbane, opłaty do końca roku, cena 5 900 zł do negocjacji, tel. 603 - 054 - 981 (o/b)

Sprzedam Mazda 6, (2005), 2.3 benzyna, stan jak na ten rok bardzo dobry, opłaty na rok, cena 2 999 zł, tel. 603 - 054 - 981 (o/b)

Sprzedam Renault Clio, (2003), stan dobry, nowy rozrząd, opłaty na rok, cena 3 500 zł do negocjacji, tel. 889 - 265 - 884 (o/b)

Sprzedam Toyota Corolla, (2005), benzyna, sedan, kolor srebrny, przebieg 175 000 km, cena 9 900 zł do negocjacji, tel. 506 - 123 - 417 (o/b)

Sprzedam motocykl Honda CBR, (2003), 125 cm<sup>3</sup>, cena 4 000 zł, tel. 500 - 703 - 985 (o/b)

Sprzedam Nissan Terrano II, (2004), 125 KM, diesel, przebieg 286 500 km, klimatyzacja, centralny zamek, cena 15 900 zł do negocjacji, tel. 600 - 224 - 218 (o/b)

Sprzedam Toyota RAV-4, (2006), normalne ślady użytkowania, klimatyzacja, elektryczne szyby, cena 19 900 zł do negocjacji, tel. 692 - 999 - 919 (o/b)

Sprzedam Fiat Punto, (2001), auto 3-drzwiowe, kolor czerwony, wszystkie opłaty aktualne, cena 1 700 zł, tel. 512 - 576 - 250 (o/b)

Sprzedam Ford S-Max, (2007), szary metalik, przebieg 190 000 km, cena 11 000 zł, tel. (86) 277 - 67 - 82 (o/b)

Sprzedam Opel Vectra B, (2001), diesel, stan bardzo dobry, cena 4 200 zł, tel. 608 - 694 - 653 (o/b)

Sprzedam Citroen Berlingo, (2007), 1.6 diesel, 2-osobowy, cena 7 600 zł, tel. 508 - 978 - 927 (o/b)

Sprzedam Fiat Panda, (2004), LPG, auto sprawne, zarejestrowane, ubezpieczone, nie wymaga wkładu finansowego, cena 4 100 zł, tel. 506 - 740 - 783 (o/b)

Sprzedam Volkswagen Golf, (2000), 1.9 tdi, 90 KM, kombi, dobry stan, cena 4 700 zł, tel. 505 - 597 - 120 (o/b)

Sprzedam Volkswagen Golf III, (1996), 1.6, przebieg 226 000 km, aktualne OC i przegląd, cena 1 050 zł, tel. 537 - 061 - 488 (o/b)

Sprzedam Opel Astra, (1996), 1.6 benzyna, przebieg 222 000 km, cena 2 200 zł, tel. 537 - 061 - 488 (o/b)

Sprzedam Toyota Corolla Verso, (2006), 2.2, 177 KM, stan bardzo dobry, cena 13 800 zł, tel. 506 - 446 - 512 (o/b)

Sprzedam Honda Jazz, (2004), 1.2 benzyna, klimatyzacja, centralny zamek, opłaty do stycznia 2020 r., cena 9 200 zł, tel. 516 - 949 - 978 (o/b)

Sprzedam Opel Vectra C, (2006), 1.9 CTDI, 120 KM, ABS, hak, tempomat, klimatyzacja, cena 12 000 zł, tel. 697 - 149 - 565 (o/b)

Sprzedam Mazda 6, (2004), 136 KM, diesel, kolor czarny, kombi, stan dobry, auto sprawne, cena 5 600 zł do negocjacji, tel. 604 - 952 - 920 (o/b)

Sprzedam Iveco Daily 65 C18, (2007), 3.0, do przewozu bydła, stan dobry, na bliźniaku, cena 36 000 zł, tel. 503 - 602 - 730 (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.

Sprzedam...  
 zbożo...  
 Czyż...  
 tel. 51...  
 Sprzed...  
 wyciel...  
 cena 6...  
 uzgod...  
 Sprzed...  
 Czarna...  
 cena 6...  
 Sprzed...  
 garażow...  
 tel. 789...  
 Sprzed...  
 Rolland...  
 tel. 609...  
 Sprzed...  
 Laval, sa...  
 dobry, c...  
 tel. 661...  
 Sprzed...  
 2 sztuki...  
 tel. 665...  
 Sprzed...  
 cena 5 00...  
 tel. 665...  
 Sprzed...  
 stan dobry...  
 negocjacji...  
 Sprzed...  
 założone n...  
 dobrym sta...  
 tel. 533 - 5...  
 Sprzed...  
 ziemniaków...  
 uzgodnienia...  
 Sprzed...  
 Gruber, sze...  
 stan dobry...  
 tel. 607 - 94...  
 Sprzed...  
 Rabewerk, 2...  
 cena 1 800 z...  
 Sprzed...  
 sprawny, gar...  
 niespawany...  
 cena 3 600 zł...  
 www.kontak...



OGŁOSZENIA BEZPŁATNE ROLNICZE

Sprzedam bele słomy (mieszanka zbożowa), duże bele, okolice Czyżewa, cena 60 zł, tel. 518 - 586 - 836

(o/b)

Sprzedam 3 jałówki wysokocielne, wycielenie wrzesień-październik, cena 6 300 zł za sztukę do uzgodnienia, tel. 539 - 625 - 621

(o/b)

Sprzedam rozrzutnik obornika Czarna Białostocka, 2-osiowy, cena 6 500 zł, tel. 790 - 484 - 257

(o/b)

Sprzedam przetrząsarko-zgrabiarkę 7, garażowana, cena 800 zł, tel. 789 - 156 - 717

(o/b)

Sprzedam prasę belującą Class Rolland 46, cena 14 500 zł, tel. 609 - 320 - 169

(o/b)

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

(o/b)

Sprzedam wyciąg do obornika, 2 sztuki, cena 1 300 zł za sztukę, tel. 665 - 456 - 031

(o/b)

Sprzedam jałówki wysokocielne, cena 5 000 zł za sztukę, tel. 665 - 456 - 031

(o/b)

Sprzedam rozrzutnik do obornika, stan dobry, cena 3 000 zł do negocjacji, tel. 793 - 807 - 698

(o/b)

Sprzedam rozrzutnik 2-osiowy, założone nowe taśmy, opony w dobrym stanie, cena 3 800 zł, tel. 533 - 587 - 954

(o/b)

Sprzedam kopaczkę do ziemniaków, (1988), cena 800 zł do uzgodnienia, tel. 512 - 148 - 250

(o/b)

Sprzedam agregat ścierniskowy Gruber, szerokość 3 m, 13 łap, stan dobry, cena 3 200 zł, tel. 607 - 940 - 357

(o/b)

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

(o/b)

Sprzedam ładowacz Cyklop, sprawny, garażowany, nigdzie niespawany, odświeżony lakier, cena 3 600 zł, tel. 507 - 044 - 195

(o/b)

Sprzedam rozrzutnik obornika Czarna Białostocka, 1-osiowy, stan dobry, cena 2 600 zł, tel. 660 - 529 - 185

(o/b)

Sprzedam pługi Overum 4, zabezpieczenia gumowe, bez wkładu finansowego, cena 4 900 zł do uzgodnienia, tel. 514 - 915 - 309

(o/b)

Sprzedam jałówkę, biało-czarna, do zacielenia, cena 3 500 zł, tel. 512 - 829 - 794

(o/b)

Sprzedam ciągnik C-328, stan dobry, gotowy do pracy, cena 8 900 zł do uzgodnienia, tel. 692 - 259 - 814

(o/b)

Sprzedam ciągnik International 624 z kabiną, stan dobry, cena 9 500 zł, tel. 692 - 259 - 814

(o/b)

Sprzedam przewracarko-zgrabiarkę Mesko 275, stan bardzo dobry, cena 2 700 zł, tel. 693 - 146 - 788

(o/b)

Sprzedam siewnik zbożowy Isaria, ciągnikowy, niemiecki, 2,50 m, cena 1 300 zł, tel. 693 - 146 - 788

(o/b)

Sprzedam kopaczkę do ziemniaków, cena 1 600 zł, tel. 600 - 228 - 573

(o/b)

Sprzedam ciągnik Ursus C-360 3P z kabiną, (1990), woryginalie, zarejestrowany, stan bardzo dobry, cena 20 000 zł, tel. 503 - 974 - 093

(o/b)

Sprzedam rozrzutnik 2-osiowy, na resorach, stan dobry, cena 3 900 zł, tel. 503 - 974 - 093

(o/b)

Sprzedam siewnik Poznaniak, na przekładni olejowej, stan dobry, cena 4 500 zł, tel. 503 - 974 - 093

(o/b)

Sprzedam owijkarkę Elho, stan bardzo dobry, całkowicie mechaniczna, koła tandem, cena 23 000 zł, tel. 504 - 732 - 502

(o/b)

Sprzedam kombajn zbożowy John Deere, heder 4,20 m, cena 10 500 zł do negocjacji, tel. 696 - 395 - 292

(o/b)

Sprzedam kopaczkę do ziemniaków, stan bardzo dobry, pierwszy właściciel od nowości, cena 2 700 zł, tel. 513 - 811 - 042

(o/b)

Sprzedam rozsiewacz Sulky, woryginalie, stan bardzo dobry, cena 5 500 zł do negocjacji, tel. 697 - 370 - 150

(o/b)

Sprzedam kombajn ziemniaczany Grimmie Europa, mało używany, garażowany, cena 4 300 zł do negocjacji, tel. 500 - 389 - 412

(o/b)

Sprzedam siewnik Poznaniak, (1986), stan idealny, cena 2 500 zł, tel. 609 - 320 - 169

(o/b)

Sprzedam kombajn Anna, (1985), cena 5 500 zł, tel. 609 - 320 - 169

(o/b)

Sprzedam sadzarkę, cena 500 zł, tel. 512 - 842 - 986

(o/b)

Sprzedam dmuchawę do siana, kompletna, cena 400 zł, tel. 531 - 326 - 561

(o/b)

Sprzedam ciągnik Zetor 3320, stan bardzo dobry, pierwszy właściciel, cena 45 000 zł, tel. 507 - 960 - 008

(o/b)

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

(o/b)

Sprzedam prasę belującą Metal Fach, (2010), siatka, rotor, noże, centralne smarowanie, stan bardzo dobry, cena 25 500 zł, tel. 880 - 870 - 374

(o/b)

Sprzedam owijkarkę do bel Metal Fach, (2011), szeroka folia, cena 4 000 zł, tel. 880 - 870 - 374

(o/b)

Sprzedam pług Unia, 4-skibowy, cena 10 700 zł, tel. 606 - 910 - 463

(o/b)

Sprzedam talerzówkę John Deere, na kołach, 3,60 m, stan bardzo dobry, cena 10 500 zł do uzgodnienia, tel. 600 - 380 - 973

(o/b)

Sprzedam zgrabiarkę do siana, 5-gwiazdowa, cena 500 zł, tel. 503 - 508 - 170

(o/b)

Sprzedam ostrówek, cena 12 000 zł, tel. 501 - 647 - 161

(o/b)

Sprzedam brukwiarkę do warzyw, cena 500 zł, tel. 501 - 647 - 161

(o/b)

Sprzedam kombajn ziemniaczany Anna, cena 7 500 zł, tel. 791 - 826 - 619 lub 725 - 218 - 350

(o/b)

Sprzedam ciągnik MF 3630, (1987), 136 KM, cena 31 000 zł, tel. 518 - 237 - 853

(o/b)

Sprzedam siewnik zbożowy Amazone D-4, jak nowy, szerokość 2,50 m, na docisku sprężynowym, zapasowa skrzynia, cena 2 700 zł do uzgodnienia, tel. 508 - 599 - 988

(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.

**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](http://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](http://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](http://www.prenumerata.ruch.com.pl)  
Ewentualne pytania prosimy kie-

rować na adres e-mail: [prenumerata@ruch.com.pl](mailto: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](http://www.ruch.pol.pl), e-mail: [prenumerataz@ruch.com.pl](mailto:prenumerataz@ruch.com.pl)



**PREZES GMINNEJ SPÓŁDZIELNI „S.CH.” W ŚNIADOWIE**

Ogłasza przetarg nieograniczony na sprzedaż nieruchomości gruntowej zbudowanej tj. sklep nr 4 oznaczonej nr geodezyjnym 28/16 o powierzchni 707 m<sup>2</sup> położonym we wsi Stare Radowo w Śniadowie przy ulicy Kolejowej 16a.

Nieruchomość posiada w Sądzie Rejonowym w Łomży urządzenie księgę wieczystą.

**Cena wywoławcza nieruchomości wynosi 200 000 zł – wadium – 20 000 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 m<sup>2</sup>. Baza obrotu rolnego w obrębie Stare Radowo w Śniadowie ul. Kolejowa 29.

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

**Cena wywoławcza nieruchomości 350 000 zł – wadium – 35 000 zł**

Ogłasza przetarg nieograniczony na sprzedaż nieruchomości gruntowej zabudowanej tj. Magazyn Nawozowy Szczepankowo, działka o nr geodezyjnym 1349/2, 1349/3 o łącznej powierzchni 0,7705 ha baza obrotu rolnego wraz z budynkami i budowlą położonej we wsi Szczepankowo 10A.

**Cena wywoławcza nieruchomości 600 000 zł – wadium – 60 000 zł**

Ogłasza przetarg nieograniczony na sprzedaż nieruchomości gruntowej zabudowanej tj. sklep nr 6, działka nr 1.040 o powierzchni 600 m<sup>2</sup> znajdująca się na terenie wsi Szczepankowo wraz z budynkami i budowlami.

**Cena wywoławcza nieruchomości 350 000 zł + VAT – wadium – 35 000 zł**

Przetarg odbędzie się **18 września 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 **16 września 2019 r. do godziny 14:00.**

Pisemna oferta powinna zawierać:

- imię, nazwisko i adres oferenta lub nazwę firmy oraz jej siedzibę,
- datę sporządzenia oferty,
- oświadczenie, że oferent zapoznał się z warunkami przetargu i przyjmuje te warunki bez zastrzeżeń,
- 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, nieruchomości nr 1349/2, 1349/3 lub 1.040 położonej w miejscowości Szczepankowo wraz z dołączoną kopią dowodu wpłaty wadium należy składać w Biurze Gminnej Spółdzielni „S.CH.” w Śniadowie ul. Kolejowa 16 do dnia **16 września 2019 r. do godziny 14:00.**

- 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. Wadnia 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.
- 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.

27 pielgrzymów, jadących tym autokarem z Białegostoku do Gietrzwałdu, trafiło do szpitali po tym, jak w Klewkach pod Olsztynem kierowca (32 lata) mazdy zaczął wyprzedzać tuż przed zakrętem. Wówczas kierowca jadącego z naprzeciwka autokaru, chcąc uniknąć czołowego zderzenia gwałtownie zahamował, w wyniku czego zjechał do rowu i się przewrócił. Po trzech dniach, we wtorek 3 września, w szpitalu pozostawały jeszcze 4 osoby.

Fot. policja



## „Bombiarz” z Grajewa

Najpierw podjechał niebieską skodą fabią z czarną klapą bagażnika w poniedziałek, 2 września, po godz. 20.00 pod budynek Komendy Powiatowej Państwowej Straży Pożarnej i wyrzucił paczkę o rozmiarach około 50 na 50 centymetrów. Wystawały z niej fragmenty, przypominające żółte przewody. Zauważył ją jeden ze strażaków. W związku z podejrzanym pakunkiem strażacy wyprawili tylnymi bramami garażowymi z budynku 7 samochodów z budynku, a Komendę opuściło 8 strażaków. Policjanci pirotechnicy z Białegostoku sprawdzili paczkę przy pomocy specjalnego robota. Dodatkowo sprawdził ją jeden z policyjnych pirotechników i stwierdził, że nie ma w niej ładunku wybuchowego. Podobna paczka podrzucona została pod Komendę Powiatową Policji. Charakterystyczny samochód zauważył około godz. 23.00 strażak, zatrzymał przejeżdżający radiowóz, policjanci ruszyli w pościg i zatrzymali „bombiarza” na ulicy Konstytucji. Niebieska skoda fabia z czarną klapą bagażnika została skradziona w Mońkach. W bagażniku były fajerwerki.

## Utonął w Narwi

Utonął mężczyzna (37 lat), który wskoczył do Narwi w pobliżu Jankowa Młodzianowa (gm. Nowogród). Jego ciało strażacy znaleźli w okolicy miejscowości Kule.

## Utonął w stawie

W niewielkim stawie we wsi Osipy-Lepertowizna utonął mieszkaniec (37 lat) Wysokiego Mazowieckiego. Jak poinformował rzecznik Prokuratury Okręgowej w Łomży Rafał Kaczyński, śledztwo prowadzone będzie w kierunku nieumyślnego spowodowania śmierci.

## Płonął samochód

Na parkingu przed blokiem przy ul. Bema 5 w Zambrowie doszło do zapalenia samochodu bmw na zambrowskich numerach rejestracyjnych. Ugasili je strażacy, ratując zaparkowane obok auto przed ogniem. Przyczyny pożaru bada policja.



Takiego robota użyli policyjni pirotechnicy po otrzymaniu informacji, że przed sklepem w Konarzycach (gm. Łomża) leży przedmiot przypominający bombę. Zanim okazało się, że jest to atrapa, trzeba było ewakuować około 60 mieszkańców wsi. Tego samego dnia policja zatrzymała podejrzanego (36 lat) o podłożenie atrapy ładunku wybuchowego. Na wniosek prokuratury Sąd Rejonowy w Łomży wydał postanowienie o aresztowaniu na 3 miesiące. Grozi mu do 8 lat więzienia i konieczność pokrycia kosztów akcji. Fot. policja



Śmigłowcem Lotniczego Pogotowia Ratunkowego został przetransportowany do szpitala w Białymstoku z tego miejsca w Kłóskach Młynowiętach (gm. Kobylin Borzymy) czternastolatek, którego na rowerze holował motocyklem kolega rówieśnik. Jazda zakończyła się upadkiem i poważnymi obrażeniami jednego z chłopców. Fot. policja

**Zamawiaj więcej  
płacąc mniej!**

teraz pakiety promocyjne

dla wszystkich formatów odbitek

zdjęcia 10x15 już od **0,49 zł**

LOMŻA, STARY RYNEK 16

KODAK EXPRESS

LOMŻA, DMOWSKIEGO 18

Digital Solutions

Poradnia psychologa

## Niech boksuje się z życiem!

Mąż nadużywał alkoholu, miał ciągle problemy z pracą i z perspektywy czasu widzę, że był po prostu leniwy. Bardzo lubił spełniać swoje zachcianki, więc brał pożyczki bez opamiętania. Kiedy był bez pracy, pracowałam, ile się dało, spałam po cztery godziny. W tym czasie najstarszy syn ożenił się i średnia córka wyszła za mąż, a najmłodszy syn (16 lat) mieszkał ze mną. Pewnego dnia mąż powiedział, że się zakochał i odchodzi. Zostawił mi do spłaty wszystkie długi i utrzymanie dziecka. Było mi bardzo ciężko. W tym czasie syn zmienił się bardzo, zaczął chodzić na wagar, przestał się uczyć, okłamywał mnie. Teraz ma 20 lat, bez żadnego szacunku odnosi się do mnie, dba tylko o swoje korzyści. Nie mam już sił...

Anna

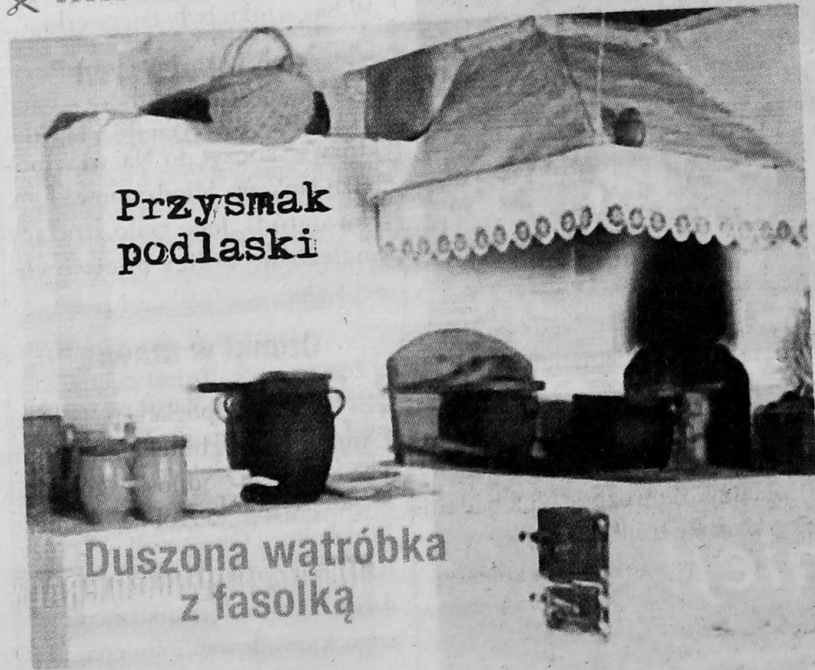
Historia, którą Pani przedstawiła jest naprawdę dramatyczna. W dodatku wygląda na to, że z synem powtarza się schemat, który utrwalił się w Pani relacji z mężem. Wtedy się Pani poświęcała, wyrę-

czała go i spotkała się z niewdzięcznością, teraz podobnie.

Rodzice czasem robią błąd, polegający na tym, że nie oczekują od dzieci wdzięczności za swoje wysiłki. Dają dzieciom wszystko bez uświadamiania im z czasem, że jest to poświęcenie, wyraz miłości, który jednak zobowiązuje. Nie uczą dzieci wypełniania swoich obowiązków, pracowitości, wdzięczności itp. Jeśli tego brakuje, dziecko wytwarza roszczeniową postawę, uważa, że wszystko mu się należy, a dawanie jest obowiązkiem rodzica.

Pani pracowitość i poświęcenie jest bardzo szlachetne. Bywa jednak, że ofiarność jest nierozsądna. Być może Pani uczucie „już dłużej nie dam rady” jest tutaj bardzo na miejscu: niech Pani naprawdę dłużej nie daje rady i zadba o swoje dobro. Pani syn ma 20 lat, może Pani bez skrupułów przestać troszczyć się o niego tak, jak dotąd. Chyba nadszedł czas, aby sam na swoje konto boksował się z życiem. Nie trzeba mu tego ułatwiać.

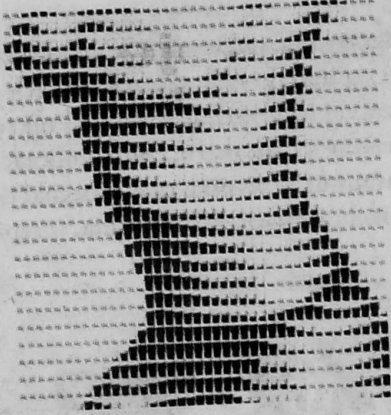
Dr Marcin Florkowski  
psycholog



### Składniki (3 porcje):

- 60 dag wątróbki drobiowej
- 40 dag zielonej fasolki szparagowej
- szklanka warzywnego wywaru
- papryka czerwona
- papryczka chili
- cebula
- 2 ząbki czosnku
- olej
- sól i pieprz

Cebulę i czosnek posiekać i zeszklić na rozgrzany oleju. Dodać pokrojoną wątróbkę i paprykę. Podsmażyc i dolać wywar. Dusić do miękkości. Pod koniec wrzucić ugotowaną fasolkę. Całość wymieszać, doprawić solą i pieprzem. Podawać najlepiej z ryżem.



### Pytanie intymne

Kładziemy się do łóżka i ona od razu zakrywa się kołdrą. Tak było nawet w upały. Nie chce też kochać się przy zapalonym świetle. Za każdym razem po omacku, a mnie najbardziej kręci, jak patrzeć na nią, gdy jest naga, gdy ruszają się jej piersi. Wydaje mi się, że ją też by podniecała nagość, ale w żaden sposób nie mogę jej do tego namówić. Co zrobić?

Marcin

Po ciemku, czy przy świetle, to osobiste upodobania. Dobrze, gdyby były takie same. Mężczyźni są wzrokowcami, lubią patrzeć. Widok napiętych pośladków lub fa-

lujących piersi, działa na nich jak mocny afrodyzjak.

Kobiety czasem wstydzą się swojej nagości, bo zwykle krytycznie oceniają swoją figurę i wyolbrzymiają nawet najmniejszy rozstęp na udzie, pryszcz na plecach, czy inne drobne niedoskonałości. Skupianie się na swoim ciele „czy dobrze wyglądam”, osłabia pożądanie.

Co zrobić? Oswoic ją z nagością. Potrzeba do tego trochę cierpliwości. A dopóki nie dojdzie do kompromisu, należy czerpać radość w egipskich ciemnościach lub nastrojowym półmroku. Też może być ekscytująco, bo niektóre kobiety lubią być poszukiwane i odnajdywane. Może właśnie tak być u was.



### Lekarz domowy

Często czuję suchość w ustach. Czy to oznaka czegoś niedobrego?

Agnieszka

Suchość w ustach nie zawsze jest objawem choroby. Może oznaczać niedobór płynów w organizmie (powinno się ich wypijać dziennie ok. dwóch litrów). To także reakcja organizmu na nadmierne spożywanie soli (nie powinno przekraczać 5 gramów dziennie), na nałogowe palenie papierosów, zażywanie narkotyków. U niektórych ludzi suchość w ustach pojawia się w sytuacjach stresowych.

Częstą przyczyną suchości w jamie ustnej są zażywane leki przeciwdepresyjne, przeciwwymiotne, przeciwnowotworowe (chemioterapia). Zmniejszenie wydzielania śliny występuje także przy niektórych chorobach: gruźlicy, cukrzycy, zakażeniu HIV, chorobie ślinianek, grzybiczy jamy ustnej.

Suchość w ustach utrudnia mówienie i połykanie, nie pozwala na odczuwanie smaków, powoduje nieprzyjemny oddech. Jest groźna, bo sprzyja namnażaniu bakterii i prowadzi do rozwoju próchnicy zębów. Dlatego trzeba udać się do lekarza.

### Pod paragrafem

Mam wiele chorób, chodzę przy balkoniku. Dwa miesiące przebywam w szpitalu, w zakładzie opiekuńczo-leczniczym. Jest tu dobra opieka, a przede wszystkim nie boję się, że coś mi się stanie i nikt mi nie pomoże. Chciałabym tu nadal pozostać, bo mieszkam sama i nie miałabym żadnej opieki. Ale doktor mówi, że wkrótce wypisze mnie do domu. Jak powiedziałam, że nie chcę być wypisana, zaproponował przeniesienie do domu po-

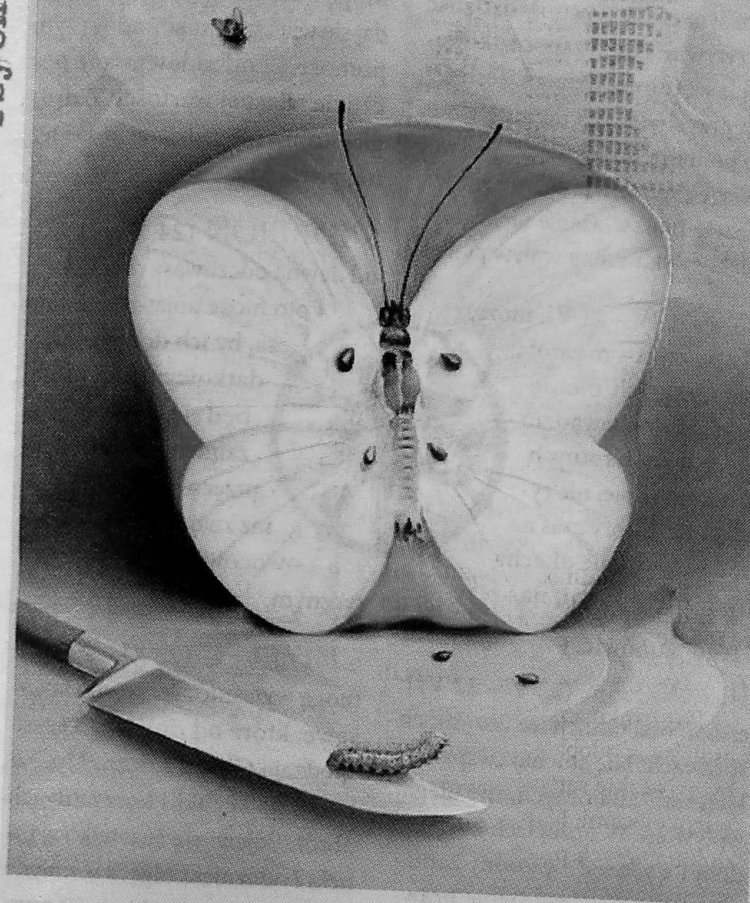
mocy społecznej. Czy może to zrobić bez mojej zgody?

Barbara

O wypisie decyduje nie pacjent, tylko szpital, a w tym przypadku zakład opiekuńczo-leczniczy. Celem pobytu w zakładzie jest poprawa stanu zdrowia, zapobieganie powikłaniom, zapewnienie bezpieczeństwa i opieki w czasie choroby.

Natomiast na pobyt w domu opieki społecznej zgodę musi wyrazić pacjent. Za pobyt w domu opieki ponosi się opłatę w wysokości 70 proc. swojego dochodu.

## Jakie są Twoje ukryte lęki?



Każdy człowiek ma jakieś lęki i fobie. Często również sami przed sobą ukrywamy, że czujemy strach. Spychamy go do podświadomości. Chcesz się dowiedzieć, jaki jest Twój największy, ukryty lęk? Pamiętaj, żeby nie analizować ani nie przyglądać się zbyt długo. Chodzi o pierwszą rzecz, która zauważysz.

**W pierwszej kolejności uważasz jabłko:** – najbardziej na świecie boisz się śmierci. Wizja umierania przeraża Cię. Wszyscy odczuwamy taki lęk, ale Ciebie ten strach wręcz paraliżuje. Obawiasz się, że stracisz wszystkich bliskich. Często miewasz koszmary senne ze śmiercią w roli głównej. Bardzo możliwe, że niedawno ktoś odszedł z Twojego życia.

**W pierwszej kolejności uważasz motyla:** – Twoim największym lękiem jest zdrada. Boisz się okłamywania. Ten strach utrudnia Ci normalne funkcjonowanie i budowanie relacji z innymi ludźmi. Nie potrafisz zaufać i obawiasz się, że wszyscy dookoła będą Cię oszukiwać. Prawdopodobnie wynika to z doświadczenia w życiu zdrady i nie potrafisz so-

bie z tym poradzić. Twój lęk może również wynikać z urazów doznanych w dzieciństwie.

**W pierwszej kolejności uważałeś nóż:** – Boisz się chorób. Przeraża Cię proces starzenia się i nieuchronny upływ czasu. Nie potrafisz pogodzić się z tym, że z czasem Twoje zdrowie będzie coraz gorsze. Twoim największym lękiem jest śmiertelna choroba i towarzyszący jej ból oraz bezradność.

**W pierwszej kolejności uważasz gąsienicę:** – Bardzo boisz się zjawisk nadprzyrodzonych. Odczuwasz silny lęk przed duchami. Wierzysz w nie i często przypisujesz im zwyczajne wydarzenia, na przykład przeciąg, który trzaśnie drzwiami. Łatwo Cię wystraszyć. Jesteś osobą bardzo łatwowierną.



– Panie doktorze, mam żółte zęby, co by pan radził?  
– Do żółtych zębów? Niebieski krawat.

– Tatusiu, upewniłam się, że mój mąż mnie zdradza. Co mam zrobić?  
– Poczekaj, aż mama wróci. Ona w tych sprawach ma większe doświadczenie.

Kowalski, wychodząc z baru, poczuł silne uderzenie w potylicę. Szybko odwrócił się i zobaczył asfalt.

– Gdzie przeprowadzane są najlepsze operacje kolan?  
– W Dolinie Pięciu Stawów!

– Dlaczego nie jesteście już razem? Mówiłaś, że coś was łączy – pyta koleżanka koleżankę.  
– Ale już wydaliśmy.

– A ja z mężem jadę na ryby!  
– Oj, ty wędkujesz? – dziwi się sąsiadka.  
– Z początku wędkowałam... Potem się wciągnęłam i piję jak wszyscy!

Przychodzi baba do lekarza psychiatry. Ten rozpoczyna badanie i pokazuje trójkąt.

– Z czym to się pani kojarzy?  
– Z seksem – odpowiada baba.  
– A to? – pyta lekarz pokazując koło.  
– Z seksem.  
– A to? – lekarz demonstruje kwadrat.

– Z seksem.  
– Cierpi pani na obsesję seksualną – pada diagnoza.  
– Ja? Przecież to pan mi te wszystkie świństwa pokazuje!

– Jaka jest różnica między kobietą mającą okres a terrorystą?  
– Z terrorystą można negocjować.

Siedzi baba na skale i liczy:  
– 121, 121, 121...  
Przechodzi turysta i pyta:  
– Co tak liczycie, baco?  
Baba strąca turystę ze skały i liczy dalej:  
– 122, 122, 122...

On i ona siedzą blisko siebie na kanapie. Dzwoni telefon. Ona odbiera:

– Kto dzwonił?  
– Mój mąż.  
– O! Co mówił?  
– Że spóźni się do domu, bo ogląda z tobą mecz.

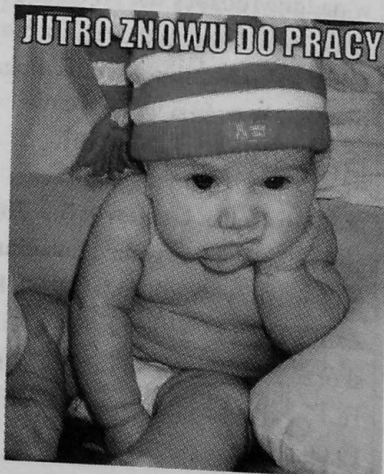
Pani na polskim poleciła dzieciom opisać, jak wygląda praca dyrektora. Po chwili pyta Jasia:  
– A ty czemu nic nie piszesz?  
– Czekam na sekretarkę.

Przychodzi facet do lekarza i pyta:  
– Panie doktorze, nie piję, nie palę, nie używam. Czy w związku z tym będę dłużej żył?  
– Teoretycznie tak, ale po co?

Policjant zatrzymuje samochód, który porusza się po drodze zyg-zakiem. W samochodzie siedzi ksiądz, pod jego nogami leży pusta butelka. Policjant patrzy niedowierzająco.

– Ta butelka jest pusta, co w niej było?  
– Woda synu, woda.  
– Czyżby? A mnie się wydaje, że wino. Ksiądz jest pijany.

Wielebny spogląda na policjanta, potem na butelkę, następnie z wyrzutem podnosi w górę oczy:  
– Znowu to zrobiłeś, Panie...



## Tu warto być

## Grajewo

**Grajewskie Centrum Kultury (ul. Wojska Polskiego 20, tel. 86 272 2991):**

- Wystawa Piotra Gajewskiego pt. „W zasięgu wzroku” w Muzeum Mleka (ul. Konstytucji 3 Maja 36), połączona ze spotkaniem autorskim i pokazem malarskim; sobota, 7 września, godz. 11.00. Wstęp wolny.
- III Grajewski Zlot Motocyklistów przy Klubie Hades: Stowarzyszenie „MotoWilki” Grajewo zapowiada atrakcje dla każdego wieku; sobota, 7 września, godz. 12.30 – 15.30. Wstęp wolny.

## Łomża

**Galeria Sztuki Współczesnej (ul. Długa 13, tel. 86 216 41 00):**

- Otwarcie wystawy prof. Jolanty Rudzkiej-Habisiak, rektor Akademii Sztuk Pięknych im. Władysława Strzemińskiego w Łodzi. Autorka prezentuje tkaniny artystyczne oraz prace graficzne; sobota, 7 września, godz. 12.00. Wstęp wolny.

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

- Koncert z cyklu festiwalu Sacrum et Musica „Znasz li ten kraj” w kościele parafialnym w Piątnicy (ul. Stawiskowska 10). Wystąpi kwartet smyczkowy Filharmonii w składzie Filip Szymaniak – I skrzypce, Agnieszka Sobolewska – II skrzypce, Adrian Stanciu (altówka) i Ewa Jankowska (wiolonczela) z solistami Anną Jeremus-Lewandowską (sopran), Martą Książek (sopran koloraturowy), Małgorzatą Kustosik (mezzosopran) i Jarosławem Domagałą (fortepian); niedziela, 8 września, godz. 12.15. Wstęp wolny.

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

- Dzień Bluesa na Starym Rynku. Na bluesową nutę zagrają: Holy Water, The BL Blues Band, Gęsia Skórka Blues Band i The Woods; piątek, 13 września, godz. 18.00. Wstęp wolny.

## Piątnica

**Gminny Ośrodek Kultury (ul. Stawiskowska 53, tel. 86 216 24 76):**

- Festiwal Smaków Regionalnych „Smak off Piątnica” w Forcie II, to konkurs kulinarny, w czasie którego potrawy konkursowe będą przygotowywane podczas festiwalu. Gośćmi specjalnymi będą Jan Kuroń, autor książki „Sprytna kuchnia, czyli kulinarna ekonomia” oraz jego żona Aneta Kuroń, ekspert w dziedzinie cukiernictwa i potraw wegetariańskich. W strefie wystawców prezentowane będą lokalne produkty. Na koniec wystąpią Tom Forester & Mateusz Kurkowski, Aleksandra Śledziwska & Dawid Litwiński, Formacja Wiszu, Instaboy oraz Zespół Majkel; sobota, 7 września, godz. 12.00. Wstęp wolny.

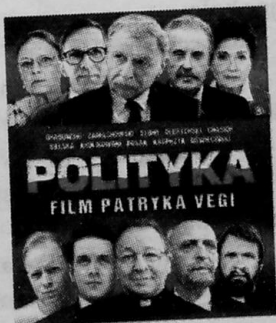
## Supraśl

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

- „Wziółowstąpienie”, opowieść o krainie, gdzie żyją jeszcze „wiary stare”, a szeptuchy i szeptuni szepczą swoje „zamowy” ze skutkiem potężniejszym, niż gdzie indziej. Spektakl przedstawia ludową wiarę w nadprzyrodzony dar i moc uzdrawiania ziołami. Obsada: Piotr Tomaszuk, Rafał Gąsowski, Dariusz Matys, Mateusz Krzyżewski/Bartłomiej, Olszewski, Monika Kwiatkowska, Sylwia Nowak/Katarzyna Wolak; piątek, 7 września, godz. 19.00.

## Repertuar kin:

- **Kino Relax Grajewo:** 6 – 8 września – „Playmobile: film”, godz. 17.00 oraz „Pewnego razu w Hollywood”, godz. 19.00. **Kino MOK Zambrów:** 14 – 19 września – „Wilk w owczej skórce 2”, godz. 14.30 oraz „Polityka”, godz. 16.15 i „Pewnego razu w Hollywood”, godz. 19.00.



## HOROSKOP

**BARAN (21 III – 19 IV):** w najbliższym czasie powinny dać znaczące pozytywne skutki zapoczątkowanych wcześniej działań. Jeśli teraz przychodzi Ci do głowy nowe pomysły, podejmuj je. W Twój związek może wkraść się zamęt, możesz mieć wrażenie nielojalności. Niewykluczony wpływ plotek.

**BYK (20 IV – 21 V):** możesz ulegać pokusom zarobienia „łatwych pieniędzy”, co doprowadzić może do odwrotnych skutków. Lepiej nie ryzykować. Dobry czas na obdarowywanie ukochanych prezentami, na szczerze rozmowy.

**BLIŹNIĘTA (22 V – 22 VI):** czas dobrej intuicji we wszystkich sprawach. Nie słuchaj „wspaniałych rad” znajomych, nie ulegaj wpływowi. W uczuciach ktoś, kto dotąd wydawał się godny zaufania, może pokazać swoje prawdziwe oblicze.

**RAK (23 VI – 22 VII):** niewykluczone, że właśnie teraz zaczniesz spełniać niezrealizowane pomysły, bo pojawi się szansa dodatkowych pieniędzy. Przed samotnymi Rakami Los postawi kogoś, kto ma szansę zagościć w ich sercu na dłużej.

**LEW (23 VII – 22 VIII):** odczujesz pozytywne skutki wcześniejszej pracy. Uznanie zachęci do nowych pomysłów. Możesz mieć pewien niedosyt brakiem zainteresowania kogoś, na kim Ci najbardziej zależy. A może Ty poświęcasz za mało uwagi?

**PANNA (23 VIII – 22 IX):** jeśli się skupisz i dokładnie zaplanujesz działania na najbliższy czas, będzie się opłacało. Na koniec tygodnia miła wiadomość. Czas lizania starych ran właśnie się kończy. Nowa znajomość Ci zaimponuje, stąd na pewne sprawy spojrzysz inaczej.

**WAGA (23 IX – 23 X):** szansa, by zabłysnąć w pracy, co bę-

dzie wymagało skupienia i czasu. Mogą odezwać się „życzliwi”, nie daj się więc sprowokować, w czym pomoże Ci odbudowywane poczucie własnej wartości. Z drugiej strony, nie zadzieraj nosa i też nie prowokuj.

**SKORPION (24 X – 21 XI):** od dawna odczuwasz chęć zmian.

I oto może pojawić się szansa, by ich dokonać. Dodatkowym impulsem będzie odczuwalne zainteresowanie u płci przeciwnej. Zawarte teraz znajomości mogą zaowocować czymś sympatycznym.

**STRZELEC (22 XI – 21 XII):** mogą wyjaśnić się kwestie finansowe, które od dłuższego czasu spędzają Ci sen z oczu. Możesz liczyć na szybki i korzystny ich obrót. Pojawi się światło w tunelu i odczujesz ulgę, a w umyśle harmonię. Nieoczekiwany poryw serca nie zmieni radykalnie stanu Twych uczuć.

**KOZIOROŻEC (22 XII – 20 I):** pomyśl dwa razy, zanim podejmiesz decyzję, zwłaszcza dotyczącą finansów. Nowe sytuacje, nowi ludzie, tak najkrócej można określić sytuację w najbliższych dniach. Dla znudzonych pojawią się okazje do skoków w bok. Kwestia: czy warto?

**WODNIK (21 I – 20 II):** nie bój się własnych pomysłów, mogą dać początek stabilizacji finansowej na długi czas. Wyjątkową intuicją wykazesz się w doborze przyjaciół, ale trzeba znaleźć czas na szczerze rozmowy. Otoczenie też będzie sprzyjało.

**RYBY (21 II – 20 III):** oczekiwane finanse mogą nie nadejść tak szybko, jak się wydawało, na szczęście możesz liczyć na pomoc rodziny i przyjaciół. W uczuciach harmonia i zrozumienie, co wytworzy serdeczną aurę wokół Ciebie.



Bie  
char W  
dzie si  
w Piąt  
nie na  
trów d  
z rodzi  
ci rocz  
trów d  
2008; 1  
i 800 m  
nik 200  
dla kob  
2004 i s  
cją „mu  
Zapis  
(do god  
mailowo  
ca.pl. W  
i nazwisk  
tegorię w  
wać oraz  
lub środ  
zentuje.  
w dniu st  
w godz. 1  
we inform  
-Laskowsk  
mocja@g

XX M



## Bieg Pamięci w Piątnicy



Bieg Pamięci Września o Puchar Wójta Gminy Piątnica odbędzie się 14 września w Forcie III w Piątnicy. Bieg rozegrany zostanie na kilku dystansach: 250 metrów dla dzieci (rocznik do 2011) z rodzicem; 500 metrów dla dzieci rocznik 2009 – 2010; 500 metrów dla dzieci rocznik 2007 – 2008; 1500 metrów dla chłopców i 800 metrów dla dziewcząt rocznik 2005 – 2006; 3 000 m open dla kobiet i mężczyzn rocznik od 2004 i starsi z odrębną klasyfikacją „mundurowi”.

Zapisy na Bieg do 10 września (do godz. 23.59) przyjmowane są mailowo: [promocja@gminapiatnica.pl](mailto:promocja@gminapiatnica.pl). W treści należy podać: imię i nazwisko, wiek, miejscowość, kategorię w której chce się wystartować oraz opcjonalnie szkołę, klub lub środowisko które się reprezentuje. Zapisać się można także w dniu startu w Biurze Zawodów w godz. 11.00 – 12.00. Szczegółowe informacje: Monika Orłowska-Laskowska, tel. 86 215 21 60, [promocja@gminapiatnica.pl](mailto:promocja@gminapiatnica.pl).

## 10 startów i 10 zwycięstw!



Piotr Łobodziński i jego żona Iwona Wicha po biegu w Karpaczu

Piotr Łobodziński udanie rozpoczął drugą część sezonu i po wakacyjnej przerwie pewnie zwyciężył w moskiewskiej wieży telewizyjnej Ostankino TV Tower, ustanawiając nowy rekord trasy. Wieża ma aż 540 metrów wysokości, zawodnicy kończą bieg na tarasie widokowym na 337 metrze. Rok temu Piotr zajął w Rosji drugie miejsce. Teraz był najlepszy.

„Przez rok zapomniałem, jak bardzo strome są tu schody. To prawdziwa wspinaczka, w niektórych momentach nie da się biec. To bardziej przypomina wejście po drabinie. Niemniej jestem bardzo zadowolony, że w tym roku wygrałem i poprawiłem

rekord trasy, należący do Christiana Riedla. Oby dalsza część jesieni była tak samo udana”, mówi zawodnik ŁŁKS „Prefbet” Śniadowo Łomża.

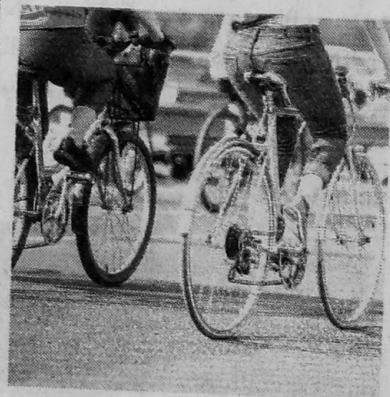
Był to 10 start Łobodzińskiego na schodach w obecnym roku i 10 zwycięstw!

Tuż po biegu w Moskwie Piotr Łobodziński wystartował w ekstremalnym VI Biegu Kill the Devil Hill w Karpaczu. Jest to krótki, ale bardzo intensywny podbieg pod skocznnię narciarską Orlinek. I tu nie dał szans rywalom, niezagrożenie wbiegając na szczyt skoczni. W biegu pań drugie miejsce zajęła żona Łobodzińskiego, również biegaczka z Łomży Iwona Wicha.

## „Gol Cup” w Kołakach Kościelnych

Dziewięć drużyn (7 dorosłych i 2 dziecięce) zagrało w II Turnieju Piłki Nożnej „Gol Cup” o Puchar Wójta Gminy Kołaki Kościelne, zorganizowanym przez KGW Złote Rączki w Zaniach-Leśnicy oraz Stowarzyszenie „mojaWieś”. Wśród dorosłych zwyciężył zespół Coco-Jumbo Zambrów, II miejsce zajął KS Modzele, III miejsce MDS Łady. Za nimi: IV – Rębiszewo-Zegadły, V – Stowarzyszenie „mojaWieś”, VI – GKS Iskra Poryte Jabłoń, VII – FC Kołaki Kościelne. Wśród dzieci mistrzem została drużyna Dzikie ze Wsi Wiśniewo, pokonując Stowarzyszenie „mojaWieś”. Mecze sędziował Jacek Cekało. Dodatkowymi atrakcjami Turnieju była strefa zabaw dla najmłodszych, stoiska z jadłem przygotowane przez KGW „Złote Rączki”, a wieczorem „dyskoteka pod gwiazdami”.

## Zambrów na rowerach do Rosochatego



Ostatni tego lata rajd w cyklu „Zambrów na rowery 2019” pojedzie w najbliższą niedzielę, 8 września, do Rosochatego Kościelnego. Start o godz. 10.00 z targowicy miejskiej przy ul. Wyszyńskiego. Po wyjeździe z Zambrowa droga będzie wiodła przez Wądołki Bućki, Stare Wądołki, Długobórz Pierwszy, Rykacze, Łosie-Dołęgi, Stary Skarżyn, Zaręby-Krzteki, Kaczyn-Herbasy. Po dłuższym przystanku (z posiłkiem, zapewnionym przez organizatora) w Rosochatem Kościelnym, powrót do Zambrowa przez Zaręby-Sasiny, Zaręby-Święchy, Zaręby-Góry Leśne, Zaręby Warchoły, Przeździecko-Grzymki, Łętownicę-Parcele, Łętownicę, Nowy Borek, Sasiny, Długobórz Pierwszy. Każdy rowerzysta powinien być zaopatrzony w kask oraz kamizelkę lub odzież odbłaskową.

## XX Mikrolotowe Mistrzostwa Podlaskiego „Kontakty 2019” 14 – 15 września



# Co Robimy?



## #1 Social Media

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

## #2 Wideo

Kreacja, storytelling, produkcja, ujęcia lotnicze, livestreaming

## #3 Content Marketing

Serwisy contentowe, wideo, expert copywriting

## #4 Multimedia

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

## #5 Strony WWW

Landing page, portale, e-commerce

## #6 Eventy

**AIVeRnia Planet** - Niesamowite miejsce do organizacji eventu, bezpieczeństwo, prywatność, elastyczność - od 10 do ponad 1 200 osób

## Wejdź na

[www.eContentLab.pl](http://www.eContentLab.pl)

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



# eContentLa



Jas  
Tygodnik Podlaski  
www.kontakty-tygodnik.com.pl  
Nr