

Zdjął sutannę · Syn się obżera · Program TV

Tygodnik Podlaski
www.kontakty-tygodnik.com.pl

KONTAKTY

Nr 47 (1931)

24 listopada 2019

cena: 2,70 zł (z VAT 8%)

W wypadku wiatrakowca
na lotnisku w Chrcynnem
zginął Alek Dernbach,
pilot przylatujący
do Łomży na każde
z 20. Mikrołotowych
Mistrzostw „Kontaktów”

Wyrwane serca

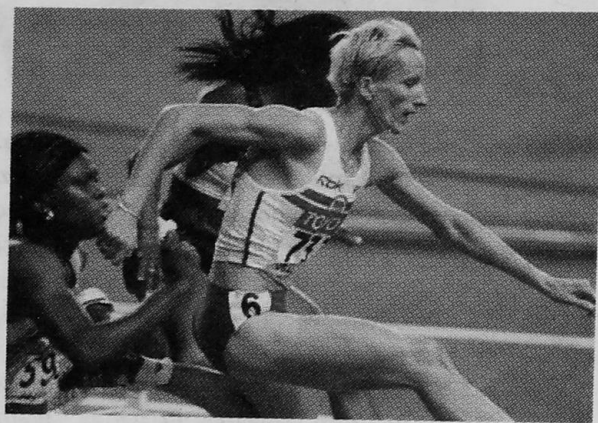
Co będą robić nasi posłowie w parlamencie?



Chodzą wszyscy lekarze z ginekologii!



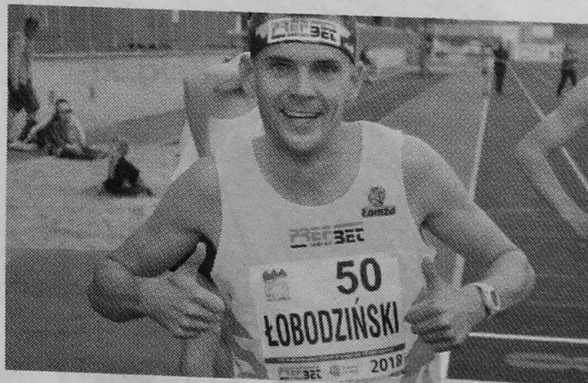
Szpital z dyrektorem i kłopotami



20 lat Klubu „Prefbet Śniadowo” Łomża



142 medale Mistrzostw Polski
72 medalistów Mistrzostw Polski
17 reprezentantów kraju
5 Rekordów Polski
2 tytuły Mistrza Świata





W wypadku wiatrakowca na lotnisku w Chrcynnem zginął w locie szkoleniowym z uczniem nasz Przyjaciół, Alek Dernbach. Pilot lotniowy, motoparalotniowy, motolotniowy, samolotowy i wiatrakowcowy. Reprezentant Polski na wszystkie najważniejsze zawody od wielu, wielu lat. Wielokrotny mistrz świata, Igrzysk Lotniczych, Europy oraz kraju. Przylatujący do Łomży na każde z 20. Mikrołotowych Mistrzostw „Kontaktów”. Alek był perfekcyjnym pilotem i instruktorem. W ten koszmarny wtorek, 19 listopada, także nie zawiódł. Zawiodła maszyna.

Wyrwane serca

Że byłeś Mistrzem – wszyscy to wiedzą.
Że wyszkoliłeś świetnych pilotów – wszyscy to wiedzą.
Że dowcipem bawiłeś każdego – wszyscy to wiedzą.
Że ripostą zagiąłeś nie jednego – wszyscy to wiedzą.
Że byłeś mądrym i dobrym człowiekiem – wszyscy to wiedzą.
Że odchodząc, wyrwałeś nam serca – wszyscy to czują...

Poznaaliśmy się, gdy miałam 9 lat. Imponowałeś mi swoimi osiągnięciami: wielokrotny motolotniowy mistrz Polski, Europy... Byłeś dla mnie Panem Alkiem, znakomitym pilotem, a ja dla Ciebie dzieckiem, córką Władka, kolegi pilota. Nie zwracałeś na mnie uwagi, a ja lgnęłam do Mistrza. Po latach śmialiśmy się wspólnie z dziecinnych maili i esemesów, z moich błędów ortograficznych. Z czasem nasza znajomość się zmieniała. Nauczyłeś mnie z dystansem podchodzić do życia, rozmawiać z mężczyznami, ironii i ciętych ripost. Może nawet

nie wiedziałeś, jaki miałeś wpływ na mój światopogląd...

Kiedy latami towarzyszyłam Mikrołotowej Kadrze Narodowej na kolejnych mistrzostwach Polski, Europy i Świata, zawsze podziwiałam Twoje skupienie i opanowanie przed każdą konkurencją. Wkrótce na własne oczy zobaczyłam we Francji, jak po raz pierwszy zdobywasz motolotniowe mistrzostwo Świata! Tak się cieszyłam Twoim sukcesem, że gratulując, prawie zniszczyłam Twoją statuetkę.

We wrześniu świętowaliśmy 20 lat znajomości przy okazji XX Mikrołotowych Mistrzostw „Kontaktów”. Jako



jedynym pilotem byłeś na wszystkich zawodach, organizowanych przez mojego tatę. Przez myśl by mi nie przeszło, że będą ostatnie...

Mikrołotowy Świat, mój świat, bez Ciebie nigdy już nie będzie taki sam...

DOMINIKA TOCKA

REKLAMA

POZNAJ NASZE WSZYSTKIE PROMOCJE

**RABATY
NAWET DO
-70%**

#CzytamBoLubię

#NajwiększaKsięgarniaInternetowa

Książki **Ebooki i Audiobooki** **i coś więcej...**

WWW.NEXTO.PL

WEJDŹ I BĄDŹ NA BIEŻĄCO

KONTAKTY

Tygodnik Podlaski

rok założenia 1980

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

Adres:

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

Redaguje zespół:

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

Oddział w Białymstoku:

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

Stale współpracują:

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

Rysunki: Waldemar Rukś

Felieton: Wiesław Wenderlich, Adam Dobroński
Zdjęcia: Gabor Lörczy, Sławomir Stempczyński,
www.joemonster.org

Wydawca:

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

Adres:

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

Sekretariat i Biuro Ogłoszeń:

Paulina Popiołek, tel. (86) 216-42-43,
tel./fax (86) 216-57-11

Biura Ogłoszeń:

ARIUH „Dylewski”

Biuro Ogłoszeń i Reklam w Ostrowi Mazowieckiej
Pl. Księżnej Anny Mazowieckiej 6
07-300 Ostrow Mazowiecka
tel. 29-642-80-34, 505-233-744
www.BiuroOgloszen.wOstrowi.pl
e-mail: reklama@w-ostrowi.pl

Kolportaż: RUCH SA, Poczta Polska, „Kolporter”,
Garmond Press, sieć własna wydawcy

Obrobka zdjęć barwnych: Gabs-Foto,

Stary Rynek 16, Łomża, tel. (86) 216-77-16

DTP: GroupMedia

Druk: Drukarnia Prasowa Ignatki

Wersja www: Marek Łapiński
(duszek) marek.lapinski@data.pl

Wydawca jest członkiem Izby Wydawców Prasy.
Materiałów nie zamówionych redakcja nie zwraca
i zastrzega sobie prawo dokonywania skrótów.
Za treść ogłoszeń redakcja ponosi
odpowiedzialność w granicach wskazanych
w ust. 2 art. 42 ustawy Prawo Prasowe.

10 kwietnia 2010. Data, która stała się symbolem scalenia po rozdarciu i rozdarcia po scaleniu Polski.

Po czterech latach rządów PiS i nieskrępowanej niczym działalności tzw. Komisji Macierewicza, która nie ogłosiła oficjalnie przyczyn katastrofy prezydenckiego samolotu w Smoleńsku wiem, kto do tego rozdarcia Polski doprowadził.

Pamiętam wystąpienie sejmowe Przemysław Gosiewskiego (który zginął w Smoleńsku, rodzinie związanego z Łomżyńskiem) w sprawie pilota ze słynnego lotu prezydenta Lecha Kaczyńskiego do Gruzji. Przypomnę: pilot nie ugiął się żądaniu prezydenta, by lądował w Tbilisi, bo uznał, że to niebezpieczne. Katastrofy nie było. Było oskarżenie pilotów o tchórzostwo i doniesienie posłów PiS do prokuratury o niewykonanie rozkazu. Ale PiS stracił władzę, a pilot kpt. Grzegorz Pietruczuk został przez szefa MON następnej ekipy odznaczony Srebrnym Krzyżem za Zasługi dla Obronności za „przestrzeganie procedur i poczucie odpowiedzialności za bezpieczeństwo czterech prezydentów na pokładzie”. Przemysław Gosiewski w poselskim zapytaniu nr 2496 z 23 września 2008 pytał wówczas szefa MON: „1. Czy pilot ma prawo odmówić wykonania rozkazu zwierzchnika Sił Zbrojnych RP? 2. Czy odznaczenie pilota za de facto zaniechanie działania tak wysokim odznaczeniem państwowym jest zgodne z obowiązującymi procedurami? 3. Czy Minister, podejmując decyzję o odznaczeniu, chciał pokazać, iż będzie premiował w przyszłości przypadki niesubordynacji, tchórzostwa i odmawiania wykonywania rozkazów? (...) 7. Jak MON zamierza reagować, jeśli w przyszłości



będą powtarzać się tego typu przypadki odmawiania zmiany kierunku lotu?”. 10 kwietnia pilot ani jego zwierzchnik nie odmówili...

Dlaczego teraz do tego wracam? Ponieważ, jak widać, polityczne zakłęcia nie chronią nas przed katastrofą. Przeciwnie, pchają nas ku niej.

Niemal co dzień dzieją się sprawy piękne i podłe, wzniosłe i plugawe. Budzące dobre i złe myśli... Mogą wzbudzić w kimś refleksję, ale mogą i złość. A złości i tak mamy dosyć. Ale choć mniej niż kiedyś wierzę, że echem gestu serca jest zawsze gest serca, nadal uważam, że jako dziennikarz mam obowiązek, zgodnie z własnym sumieniem, mówić co wiem i co myślę o tym, co wiem. Bo tylko wtedy jest szansa, że echo z czasem będzie odbijać od innego sumienia...

WŁADYSŁAW TOCKI

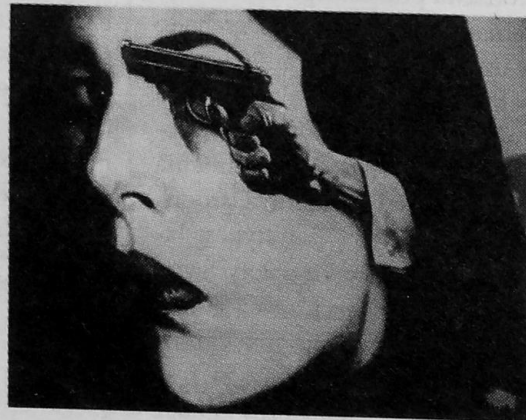
„Czarna Dama” w mrocznym pejzażu

26 marca 2020 r. na ekrany kin wejdzie pełnometrażowy film, opowiadający mroczną historię z przedwojennego Białegostoku.

Premiera pierwszej części „Czarnej Damy” odbyła się w kwietniu ubiegłego roku. Teraz zobaczymy ciąg dalszy kryminalnej historii tajemniczej kobiety.

– To historia inspirowana prawdziwymi wydarzeniami, o których usłyszałem od dyrektora Muzeum Podlaskiego Andrzeja Lechowskiego. Akcja dzieje się w dwudziestolecie międzywojennym, w takim czasie, kiedy Białystok był sterroryzowany wieściami, że po mieście krąży mordercza Czarna Dama. Historia jest mglista i niejasna, dlatego tworzy wspaniałą bazę do zbudowania historii głównej bohaterki – mówi autor scenariusza i współreżyser Krzysztof Szubzda.

Film jest w całości realizowany przez podlaskich twórców, a powstaje dzięki finansowe-



mu wsparciu m.in. samorządu województwa podlaskiego.

W filmie zobaczymy aktorów białostockich scen teatralnych m.in. Ryszarda Dolińskiego, Krzysztofa Dziermę, Katarzynę Siergiej, Patryka Ołdziejewskiego, Adama Zielenieckiego, a także pochodzącego z Białegostoku znakomitego aktora filmowego Adama Woronowicza.

MYŚL TYGODNIA:

Szczęście to jedyna rzecz, która się mnoży, jeśli się ją dzieli

■ O konieczności przestrzegania zasad bioasekuracji, aby uniknąć potencjalnej możliwości przeniesienia choroby (ASF) ze środowiska naturalnego do gospodarstwa, przypomina Główny Lekarz Weterynarii. 19 listopada potwierdził wystąpienie afrykańskiego pomoru świń u osiemnastu dzików w województwie lubuskim.

■ 7 090 sztuk nowych traktorów zarejestrowanych zostało od stycznia do września. W ubiegłym roku w tym samym czasie 6 960, podała Polska Izba Gospodarcza Maszyn i Urządzeń Rolniczych.

■ Nagrodę Polskiego Centrum Badań i Certyfikacji za promowanie międzynarodowych standardów zarządzania otrzymała Mlekovita. Uroczyste wręczenie statuetek i dyplomów odbyło się podczas XXIII Polskiego Dnia Jakości.

■ Sebastian Jaworowski z Łomży znalazł się wśród trzech nominowanych w kategorii „Człowiek-lider” do Nagrody „Dla Dobra Wspólnego”. Wyróżnienie wręczył mu prezydent Andrzej Duda podczas Gali IV Edycji Nagrody w Teatrze Narodowym w Warszawie. Jaworowski jest prezesem Funda-

cji „L”, Towarzystwa Biznesowego Łomżyńskiego i Towarzystwa Biznesowego Wileńskiego, współwłaścicielem sieci szkół językowych w Łomży.

■ Około 1800 lat ma got znaleźć w Nadleśnictwie Waliły, informuje Adam Wawrusiewicz z działu archeologii Muzeum Podlaskiego w Białymstoku.

■ Hala Kultury w Łomży jest gotowa w ponad 80 proc. Oficjalnie otwarta zostanie prawdopodobnie na początku kwietnia 2020 r. Na przeróbkę Hali Targowej w Halę

Kultury Łomża otrzymała prawie 10 mln zł z Ministerstwa Kultury i Dziedzictwa Narodowego.

■ „Weekend w Seminarium”, to propozycja Wyższego Seminarium Duchownego w Łomży dla mężczyzn, którzy zastanawiają się nad wyborem takiej drogi życiowej. Chętni mogą dwa dni spędzić z alumnami, poznając seminaryjne życie. Takie otwarcie Seminarium wiąże się ze spadkiem liczby kandydatów do stanu duchownego.

■ Nowym Królem Kurkowym Bractwa Kurkowego w Łomży został Bernard Szamański, który zwyciężył w zawodach strzeleckich, co jest tradycyjną formułą wyborczą w Bractwie. Władze miasta nadały mu przydomek „Krzewiciel”.



Nasze długi są olbrzymie!

Do 78,7 mld zł wzrosły w III kwartale długi Polaków, a liczba dłużników zwiększyła się o 31 tys. osób, wynika z danych Rejestru Dłużników BIG InfoMonitor oraz bazy Biura Informacji Kredytowej, opublikowanych przez dziennik.pl.

Najwięcej niespłaconych kredytów i innych długów mają mieszkańcy Mazowsza (13,80 mld zł), Górnego Śląska (10,54 mld zł) oraz Dolnego Śląska (7,19 mld

zł). Najmniej zalegają mieszkańcy województw: podlaskiego (1,50 mld zł), opolskiego (1,56 mld zł) oraz świętokrzyskiego (1,65 mld zł).

Zdaniem finansistów, przy spłatach kredytów opóźnienia do 30 dni nie są groźne. Z takich przejściowych kłopotów szybko się wychodzi. Niebezpiecznie jest, gdy opóźnienia przedłużają się do trzech miesięcy i dłużej.

Znaki czasu

■ Lech Wałęsa został przyjęty w Białym Domu przez wiceprezydenta USA Mike'a Pence'a we wtorek, 19 listopada. Po spotkaniu Pence napisał na Twitterze, że spotkanie z Wałęsą „było zaszczytem”. Nazwał go „zagorzałym orędownikiem wolności i demokracji” oraz że Stany Zjednoczone „będą zawsze podziwiać jego odwagę w zwracaniu Polski w kierunku demokracji i pomocy w obalaniu żelaznej kurtyny”. Kilka dni wcześniej Wałęsa przemawiał w Kongresie USA.

■ Średnie wykształcenie ma nowy minister finansów Tadeusz Kościński, ustalił „Dziennik Gazeta Prawna”. Kościński to zaufany człowiek Mateusza Morawieckiego, znają się z Banku Zachodniego WBK, którego Morawiecki był długoletnim prezesem.

■ O wynagradzania Matce Boskiej zniewag, jakie zostały jej wyrządzone w Polsce oraz na świecie, przez zakup specjalnie przygotowanych małych folderów na 28 urodziny Radia Maryja, zwrócił się do wierznych o. Tadeusz Rydzik.

■ Potrącony na trasie Józefów – Czerśl (woj. lubelskie) rowerzysta, który z ciężkimi obrażeniami został przewieziony do szpitala, nie miał wymaganego oświetlenia. Zbiegiem okoliczności dzień wcześniej dostał za to mandat. Przyjął go i zobowiązał się zaopatrzyć w światła. Wówczas policjanci odwieźli go do miejsca, w które jechał, aby nie sprawiał już zagrożenia dla siebie i innych.

■ Trzynasta emerytura będzie finansowana z Funduszu Osób Niepełnosprawnych, zdecydowali posłowie PiS (mają większość w Sejmie). Posłowie opozycji uważają, że rząd zabiera pieniądze niepełnosprawnym, aby zrealizować obietnice wyborcze.

Co ty na to?

Zgłoszeni przez PiS do Trybunału Konstytucyjnego kandydaci Krystyna Pawłowicz i Stanisław Piotrowicz nie spełniają wymagań do pełnienia urzędu sędziego Trybunału, ponieważ oboje przekroczyli 67 rok życia, a przepisy nakazują sędziom przejście w stan spoczynku w wieku 65 lat. Kuriozum sytuacji jest tym większe, że autorem przepisów, ograniczających możliwość bycia sędzią po 65 roku życia, są byli posłowie... Krystyna Pawłowicz i Stanisław Piotrowicz.

Laureaci Dni Dziedzictwa

Laureatami 27 edycji Europejskich Dni Dziedzictwa z województwa podlaskiego zostali: wicemarszałek Stanisław Derehajło w uznaniu za wspieranie działań ochrony i promocji dziedzictwa kulturowego oraz Muzeum Mleka w Grajewie za „Wspomnienia kolorowej wsi”; Gminny Ośrodek Kultury, Sportu i Turystyki w Janowie za „Janowskie sploty. Święto tkactwa i tradycji”; wójt gminy Czyże Jerzy Wasiłuk oraz Gminny Ośrodek Kultury w Czyżach za 14. Festyn Archeologiczny „Zbucz Grodzisko' 2019”; Nadleśnictwo Suwałki za imprezę „Śladem dworów i pałaców Suwalszczyzny”; Koło Naukowe „Mała Architektura” Wydziału Architektury Politechniki Białostockiej za wydarzenie we wsi Soce „Bogata w makatki drewniana chatka dziadka i babki”.

Wyrazy współczucia Pani Marii Grabowskiej
z powodu śmierci

OJCA

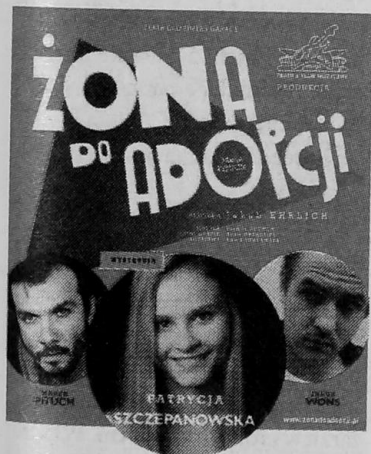
Łączymy się w żalu z rodziną
Prokurator Okręgowy w Łomży wraz z Prokuratorami
i Pracownikami Okręgu Łomżyńskiego



Dyr. Bogumiła Olbrys

„Weta” w „Pytaniu na śniadanie”

W popularnym programie „Pytanie na śniadanie” wystąpi jedyna szkoła w Polsce Zespół Szkół Weterynaryjnych i Ogólnokształcących w Łomży, reprezentowany przez dyrektora Bogumiłę Olbrys oraz uczniów, Natalię Farfułowską i Macieja Szlejerajaka, we wtorek, 26 listopada o godz. 7.15! Odcinek będzie poświęcony mleku i jego przetworom. Będą 3 wejścia na żywo w studio TVP, podczas których ekipa „Wety” będzie z mistrzami kuchni gotować potrawy i mówić o właściwościach mleka oraz jego przetworów.



Bilety na komedię dla Czytelników

Kto pierwszy zadzwoni w czwartek, 21 listopada, do redakcji (czynna od godz. 8.00) z hasłem „A to komedia!”, otrzyma dwa bilety na komedię „Żona do adopcji” ze znanymi aktorami. Spektakl wystawiony będzie w Miejskim Ośrodku Kultury w Zambrowie (ul. Wyszyńskiego 2a), w sobotę, 7 grudnia, o godz. 19.00.

Bilety prześlemy pocztą.

Co będą robić nasi w parlamencie?

Posel Kazimierz Gwiazdowski (PiS, czwarta kadencja w Sejmie) jest wiceprzewodniczącym Komisji Rolnictwa i Rozwoju Wsi oraz członkiem Komisji Ochrony Środowiska, Zasobów Naturalnych i Leśnictwa.

Posel Stefan Krajewski (PSL, pierwsza kadencja) jest członkiem Komisji Infrastruktury oraz Komisji Mniejszości Narodowych i Etnicznych.

Posel Lech Antoni Kołakowski (PiS, piąta kadencja) jest wiceprzewodniczącym i skarbnikiem Klubu Parlamentarnego PiS, członkiem Komisji Administracji i Spraw Wewnętrznych oraz Komisji do Spraw Unii Europejskiej.

Aleksandra Szczudło (PiS,



pierwsza kadencja), jest członkiem Komisji Infrastruktury i sekretarzem Sejmu.

Senator Jacek Bogucki (PiS, pierwsza kadencja w senacie, był poseł czterech kadencji) jest członkiem Komisji Budżetu i Finansów

Publicznych oraz Komisji Rolnictwa i Rozwoju Wsi.

Senator Marek Komorowski (PiS, pierwsza kadencja) jest członkiem Komisji Samorządu Terytorialnego i Administracji Państwowej oraz Komisji Ustawodawczej.

Przybędzie ratowników medycznych

„Ślubuję: zdobywać wiedzę i umiejętności dla dobra własnego, innych ludzi i Rzeczypospolitej Polskiej; kierować się ideałami humanizmu w dążeniu do prawdy; dbać o godność studenta i dobre imię Uczelni”, ślubowali w sobotę, 16 listopada, studenci Wyższej Szkoły Ochrony Zdrowia TWP w Łomży.

Najmłodsza z pięciu łomżyńskich uczelni zainaugurowała dziewiąty rok działalności. Absolwenci z kwalifikacjami ratowników medycznych nie mają żadnych kłopotów ze znalezieniem pracy, to zawód, na który jest nieustannie zapotrzebowanie. Łomżyński Oddział TWP wykształcił już ponad tysiąc ratowników medycznych (w szkole policealnej i na studiach).



W czasie uroczystości rektor prof. Witold Wincenciak został uhonorowany Medalem Niepodległości, przyznawanym przez Związek Kombatantów RP i Byłych Więźniów Politycznych. Złotą odznaką TWP Zasłużony Popularyzator Wiedzy uhonorowani zostali: Kry-

styna Brzozowska-Przychodzeń, Maria Tocka, Jan Karczewski, Lech Antoni Kołakowski, Marek Olbrys, Krystyna Ościłowicz i Paweł Piwowarski; Srebrną odznaką TWP Zasłużony Popularyzator Wiedzy: Bogusława Cymek, Katarzyna Kupiec i Robert Wincenciak.

REKLAMA

REPORTAŻE ŚLUBNE TANIEJ NIŻ MYŚLISZ



foto
gabs

ŁOMŻA, STARY RYNEK 15, tel. 66 216 77 15, studio@fotogabs.pl

ŁOMŻA

1000 „Nadziei”

Tysięczny numer gazetki „Nadzieja” wydała Parafia Krzyża Świętego w Łomży. Redaktorami pierwszych pięciu numerów w 1996 roku byli księża: proboszcz parafii Andrzej Godlewski i obecny biskup Tadeusz Bronakowski. Po nich tworzyli „Nadzieję”: do 2001 roku ks. Krzysztof Jurczak, przez trzy lata ks. Piotr Kownacki, 14 lat ks. Radosław Kubeł, a teraz redaguje ją Zbigniew Zalewski. Autorką ciekawych tekstów o żywotach świętych jest redaktor „Kontaktów” Gabriela Szczęsna. „Nadziei” i jej wydawcy Parafii Krzyża Świętego serdecznie gratulujemy.

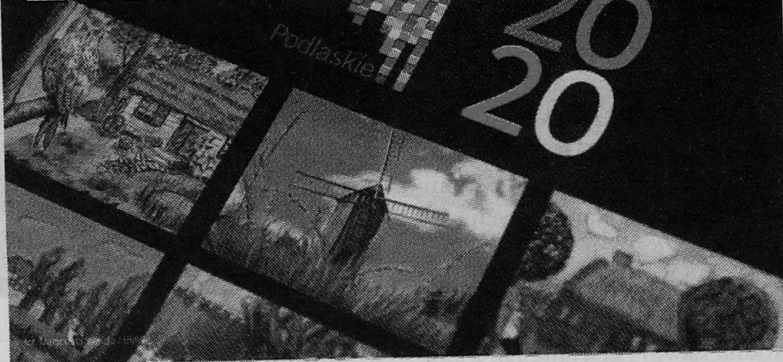
Odszedł „drogowiec”

Wieloletni dyrektor Wojewódzkiej Dyrekcji Dróg Miejskich (w czasach wojewódzkiej Łomży), do ubiegłego roku dyrektor Zarządu Dróg Powiatowych, budowniczy drugiego mostu na Narwi (Most Hubala) Janusz Świdorski nie żyje. Miał 70 lat, zmarł w łomżyńskim szpitalu. „Kontakty” pamiętają Go z wielkiej życzliwości, dzięki której powstał utwardzony zjazd z Mostu Hubala przed V Motoparalotniowymi Mistrzostwami Europy. Służył do dzisiaj i długo będzie służył rolnikom, wędkarzom, turystom udającym się na drugą stronę Narwi.

Festiwal pieśni w Jedwabnem

38 młodych wokalistów przypomniało pieśni patriotyczne i harcerskie, występując w V Festiwalu Pieśni Patriotycznej i Harcerskiej, zorganizowanym przez Miejsko-Gminny Ośrodek Kultury w Jedwabnem. W grupie najmłodszych (klasy I-III) I miejsce zajęła Wiktoria Osiecka, II – Lidia Kossakowska, III – Lena Błaszczak, a wyróżnione zostały: Gabriela Dziedzic i Natalia Niecikowska. W kategorii klas IV-VI pierwszą nagrodę wyśpiewała Oliwia Szmítkopie, II – Malwina Leszczyńska, III – Bartosz Klimowicz, wyróżnione zostały: Aleksandra Szmítko, Kinga Bagińska, Karolina Chojnowska i Eliza Szmítko. Wśród klas VII – VIII zwyciężyła Katarzyna Boguska, II miejsce – Aleksandra Świąszkowska, III – Ewelina Osiecka, wyróżnione zostały: Monika Mieczkowska i Anna Modzelewska.

Podlaski kalendarz z konkursu



Dwanaście prac laureatów VII edycji Wojewódzkiego Konkursu Plastycznego „Podlaskie – mnie ta ziemia od innych droższa” zagości w kalendarzu Województwa Podlaskiego na rok 2020. Jego prezentacji, w towarzystwie organizatorów konkursu, dokonał w środę, 14 listopada, wicemarszałek województwa podlaskiego Stanisław Derehajło.

– Praca otwierająca cały kalendarz, to podlaskie bociany. Podlaskie to ziemia ukochana również przez młodzież, która jest troszeczkę inna, bo z niepełnosprawnością intelektualną. Jest to jedyna praca w tym kalendarzu wykonana przez takiego ucznia – mówiła o obrazie absolwenta dyrektora Zespołu Szkół Specjalnych w Łomży Lucyna Aztecka.



Domki na zimę dla... jeży!

Czternaście zimowych domków dla jeży ustawili pracownicy Zakładu Dróg i Zieleni Miejskiego Przedsiębiorstwa Gospodarki Komunalnej i Mieszkaniowej na Placu Poczтовым (3 szt.), w Parku Jana Pawła II (3 szt.), w Parku im. Jakuba Wagi (4 szt.), w Parku Ludowym (4 szt.). Zostały zbudowane z pni oraz suchych liści. Dzięki „jeżowej” decyzji prezydenta, łatwiej będzie im przetrwać nadchodzącą zimę. Śmiertelność wśród jeży z roku

na rok jest coraz większa. Giną pod kołami samochodów, podczas wypalania traw lub od trucizn na gryzoni i ślimaki. A jeże to zwierzęta bardzo pożyteczne. Zmniejszają ilość szkodników i owadów, a przez to oczyszczają otoczenie człowieka z myszy, szczurów, chrząszczy, gąsienic, pajaków, ślimaków.

Prosimy, aby nie zaglądać do domku w celu sprawdzenia, czy jest w nim jeż oraz o omijanie „stref dla jeża” podczas spacerów z psem.

Ogłoszenie w gazecie żyje dzień.

Ogłoszenie w tygodniku KONTAKTY żyje tydzień

46 mln zł
Łomża dołoży do szkół!



156 mln złotych wyniosą przyszłoroczne wydatki Łomży na oświatę i edukacyjną opiekę wychowawczą. Subwencja oświatowa ma wynieść 105,5 mln zł, dotacja przedszkolna 2,7 mln zł, a fusze unijne 1,7 mln zł, wynika z projektu budżetu. Oznacza to, że miasto z własnej kasy będzie musiało dołożyć do oświaty ponad 46 mln zł.

Filharmonia z prestiżową nominacją

Płyta „Polish Contemporary Concertos” Filharmonii Kameralnej im. Witolda Lutosławskiego w Łomży, kierowanej przez prof. Jana Miłosza Zarzyckiego, która w tym roku została nagrodzona Fryderykiem, jest nominowana do międzynarodowego, prestiżowego konkursu International Classical Music Awards 2020.

Nowi radni w sejmiku

Piotr Modzelewski (PiS), Wojciech Grochowski (PSL) i Krzysztof Kondraciuk (PiS) są nowymi radnymi w Sejmiku Województwa Podlaskiego. Zajęli zwolnione miejsca przez obecnych parlamentarzystów: Aleksandrę Szczudło, Marka Komorowskiego i Stefana Krajewskiego.

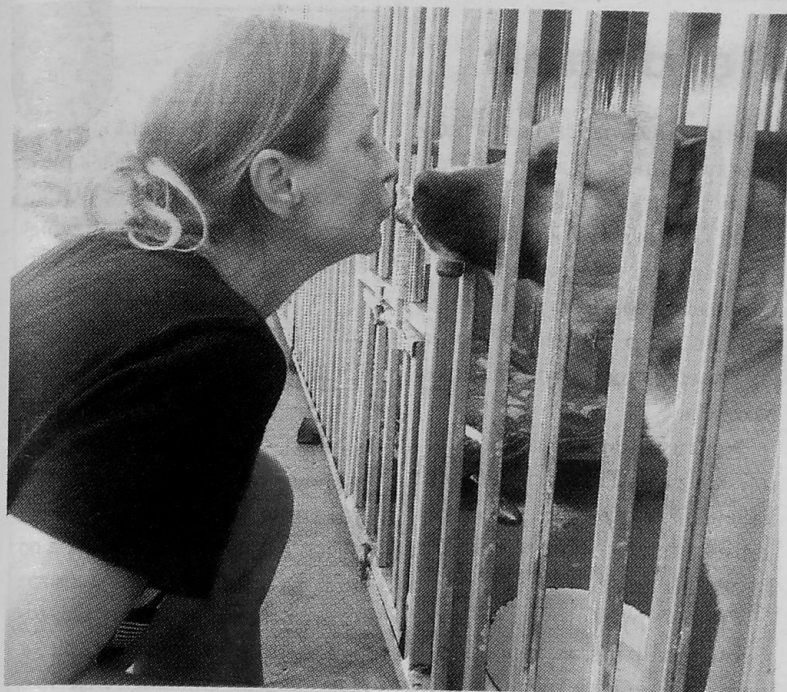
Zmarł

abp Julisz Paetz

Ordynariusz łomżyński w latach 1982 – 1996 arcybiskup Julisz Paetz zmarł w wieku 84 lat w Poznaniu i tam został pochowany na cmentarzu w grobie rodzinnym. Władze Kościoła w Poznaniu rozważały pochówek arcybiskupa w Łomży. W 2002 roku grupa księży i wykładowców Wyższego Seminarium Duchownego w Poznaniu upubliczniła zarzuty o molestowaniu kleryków z-poznańskiego Seminarium. Stolica Apostolska nałożyła na Paetza zakazy liturgiczne, a z czasem także zakazała mu udziału w publicznych uroczystościach, czego nie przestrzegał.

20 lat Edukatora

Stowarzyszenie „Edukator” w Łomży obchodziło 20 lat działalności.



Anna Marciniak

„Przez cztery lata z Czyżewa ani jeden pies nie pojechał do schroniska. Opiekuję się gminną przechowalnią, pieski oddaję w adopcję. Dobre domy znalazłam już dla ponad 70 psów”, mówi Anna Marciniak z Czyżewa.

Anna z przechowalni

Jest nauczycielką i wolontariuszką, opiekunką bezdomnych psów i kotów. W gminnej przechowalni kojce i budy są wyłożone matami, zwierzęta mają dobre warunki. Ale brakuje miejsc.

Przed oddaniem psa do adopcji Anna Marciniak sprawdza warunki, spisuje umowę adopcyjną, później odwiedza psa w nowym domu. Każdy otrzymuje od niej wyprawkę: smycz, obrozę i kocyk. Żadnego psa nie oddaje „na łańcuch”. Psy w przechowalni karmi i poi, wyprowadza na spacer, uczy je chodzić na smyczy, odrobacza, jeśli jest potrzeba zaprowadza do weterynarza. Ale przede wszystkim szuka dla nich domów.

Za każdym psem zwykle ciągnie się dramatyczny los. Porzuconą suczkę z dwoma szczeniętami znalazła w lesie; siedem szceniąt w wybetonowanym rowie z wodą; dwie suczki przywiązane do siebie i do drzewa. „Mordeczkę” w zaawansowanej ciąży zabrała spod stacji paliw. „Miaukacza” ktoś zamknął w pudełku i pozostawił na polu.

Opieka nad bezdomnymi przyjaciółmi zaczęła się od „Magnusa”, który zimą biegł za nią, gdy szła do szkoły. Szukał swojej pani lub pana. Tak było kilka dni. Anna Marciniak dała mu jedzenie, przysparzyła. Został u niej, jak inne. Dziś ma w swoim domu 16 kotów i 11 psów.

Odchodzą wszyscy lekarze z ginekologii! Szpital z dyrektorem i kłopotami



Lekarz onkolog, radioterapeuta Mariola Kucharewicz z Białegostoku od 1 grudnia będzie dyrektorem

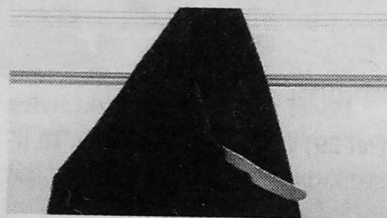
Szpitala Ogólnego w Wysokiem Mazowieckiem. Jest żoną farmaceuty, właściciela apteki Grzegorza Kucha-

rewicza (bezsukutecznie dwukrotnie ubiegał się o mandat posła z komitetu PiS, w ostatnich wyborach zdobył 712 głosów), mamą trzech córek.

Szpital w Wysokiem Mazowieckiem przeżywa poważne kłopoty. Wszyscy lekarze Oddziału położniczo-ginekologicznego złożyli wypowiedzenia z pracy.

„Nie widzę możliwości, aby ten oddział przestał istnieć. Będę rozmawiał z lekarzami”, zapowiedział starosta wysokomazowiecki Bogdan Zieliński.

Na domiar złego Szpital w ubiegłym roku poniósł straty w wysokości 1 878 tys. zł netto (strata nie przewyższa amortyzacji). Na sesji Rady Powiatu 15 listopada, radni podjęli uchwałę o kredycie w bieżącym rachunku szpitala na 2020 rok w wysokości 3,6 mln zł oraz przyjęli program naprawczy (przygotowany przez firmę zewnętrzną z Poznania za ponad 30 tys. zł).



Zdjął sutannę

Były proboszcz parafii Grądy-Woniecko Adam S. z prokuratorskimi zarzutami o molestowanie i rozpijanie małoletniego (poniżej lat 15) Tomasza R., nie jest już księdzem. Adam S. zwrócił się do papieża Franciszka z wnioskiem o przeniesienie go poza stan duchowny. Ojciec święty wyraził zgodę. Był księdzem 30 lat.

Prokuratura Okręgowa w Łomży postawiła w listopadzie ubiegłego roku proboszczowi parafii Grądy-Woniecko zarzuty molestowania małoletniego Tomasza R. od 2009 do 2013 roku. Ksiądz przyznał się. Prokuratura zastosowała wobec niego zakaz opuszczania kraju, dozór policji połączony z zakazem kontaktowania się z pokrzywdzonym oraz zakazem organizowania spotkań z udziałem małoletnich i uczestniczenia w takich spotkaniach. Adam S. miał też obowiązek stawiania się dwa razy w miesiącu w komendzie policji. Po odejściu z parafii pewien czas przebywał w Ośrodku „W drodze” w Czerwonym Borze, prowadzonym przez ks. Adama Jabłońskiego.

Razem w Kieljanach

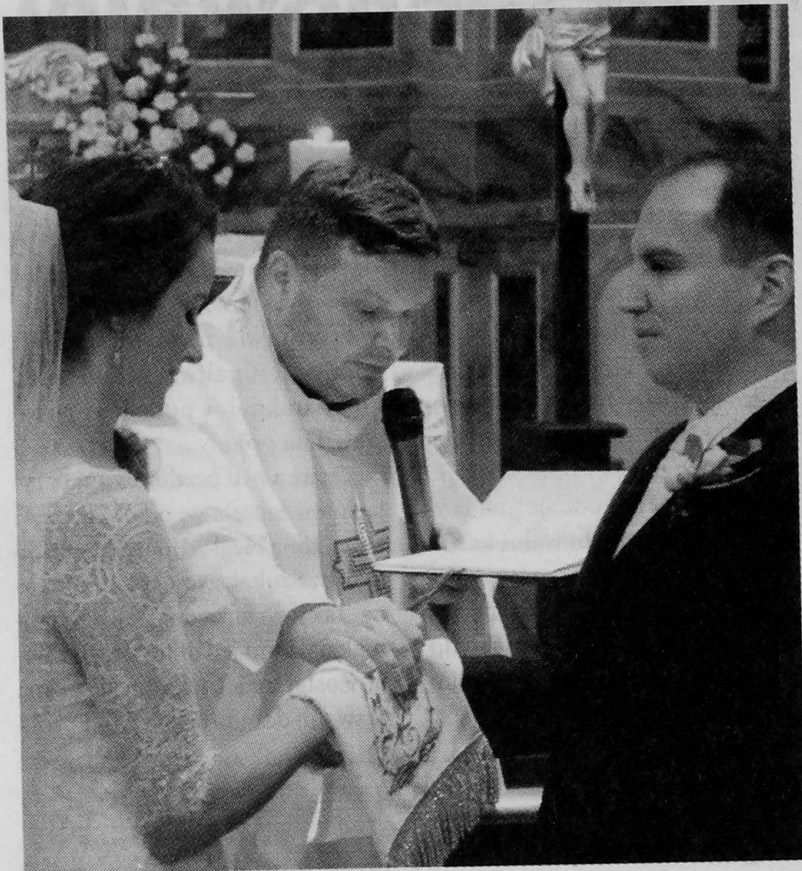


Marzyli o skwerku z ozdobnymi roślinami, placem zabaw dla dzie-

ci, miejscem wypoczynku dla dorosłych mieszkańcy Kieljan (gm.

Radziłów). Na początku wsi była gminna, zakrzaczona działka. Do pracy stanęli wszyscy: dzieci, młodzież, dorośli i seniorzy. Usunęli chwasty i samosiejki, wyrównali i uporządkowali teren, zaprojektowali swoją „rekreację”. Posadzili krzewy i sadzonki kwiatów, zaplanowali alejki. Będzie miejsce na plac zabaw. Na zdjęciu: wspólna praca mieszkańców Kieljan

Posel Andruszkiewicz się ożenił



Posel Adam Andruszkiewicz (lat 29) z Grajewa w sobotę, 16 listopada, wziął ślub z Kamilą (lat

29), pochodzącą z Małopolski. Dziewczynę poznał w restauracyjnym ogródku na Starym Rynku

w Toruniu. Oświadczył się w marcu przy słynnej fontannie di Trevi w Rzymie, a ślub odbył się w kościele św. Anny na Krakowskim Przedmieściu w Warszawie.

Weselni goście życzyli nowożeńcom dużo 500 plus. Planują, jak poseł wyznał mediom, czworo dzieci.

Andruszkiewicz mandat posła uzyskał z listy PiS (w poprzedniej kadencji z listy Kukiz'15), od roku jest sekretarzem stanu w Ministerstwie Cyfryzacji.

O pośle było głośno w Polsce z powodu 90 tys. zł, które pobrał z kasy Sejmu jako zwrot kosztów za paliwo, chociaż nie miał prawa jazdy ani samochodu. W prokuraturze od ponad 4 lat ślimaczy się śledztwo w sprawie fałszowania podpisów pod listą wyborczą Ruchu Narodowego w 2014 roku (co najmniej 300 na 400 wszystkich zebranych). Fałszywe podpisy umożliwiły wówczas m.in. jemu start w wyborach do sejmiku podlaskiego. Fot. Facebook

Nowa plebania w Turośli

Obok zabytkowego kościoła pw. św. Jana Chrzciciela w Turośli z 1871 roku (wpisany w lipcu 1980 roku do rejestru zabytków) znajdują się drewniana dzwonnica oraz drewniana plebania z 1911 roku.

W tym roku proboszcz ks. Krzysztof Karwowski wybudował nową plebanię (trwają prace wykończeniowe).

Parafię Turośl tworzy 13 wsi. Każda rodzina rocznie płaci 300 zł na utrzymanie proboszcza i kościoła.

„Pewnie nie wszyscy dają 300 zł, bo tak jest zawsze. Ale nasza parafia należy do bogatych. Tu żaden proboszcz nie narzekał na brak pieniędzy”, powiedział „Kontaktom” sołtys Nowej Rudy Antoni Kondracki.

Kościół jest zadbany i odnowiony dzięki dotacjom ministerialnym i Podlaskiego Konserwatora Zabytków. Parafianie nie mogą, niestety, doczekać się wyasfaltowania chociażby tylko głównej alejki na cmentarzu parafialnym. Latem brną w piachu, a jesienią w błocie.



Odruch wspólnego dobra

„Zawyje syrena, od razu się podrywam. Taki odruch wszedł w krew. Ale niech teraz w straży młodszy działają”, mówi Jerzy Jabłoński z Lachowa.

30 lat był naczelnikiem OSP w Lachowie. Dzięki jego staraniom została wyremontowana remiza, zakupiony pierwszy bojowy samochód. Teraz drugą kadencję jest sołtysem. Troszczy się nie tylko o straż, ale o całą wieś. Przy cmentarzu został ułożony chodnik, do świetlicy zakupione stoły i krzesła, zmywarka i naczynia. W Lachowie nie ma koła gospodyń wiejskich, ale gdy potrzeba, gospodynie włączają się w przygotowanie wiejskiej, para-

fialnej lub strażackiej uroczystości.

„Na następny rok zaplanowaliśmy budowę chodnika w stronę Kumelska, potrzebny jest też parking przy kościele”, mówi o planach sołtys Jerzy Jabłoński.

Gmina Kolno kupiła w Lachowie działkę (3 ha) z chlewami i stodołą. Akurat naprzeciw kościoła. Na niej powstanie wygodny parking oraz plac zabaw dla dzieci. W budynkach gospodarczych gmina urządzi garaże na sprzęt. Przy odśnieżaniu dróg, ciągnik z pługiem będą na miejscu.

Jerzy i Barbara Jabłońscy są rodzicami trojga dorosłych dzieci: córki Anny oraz synów Rafała i Mariusza.

Wygrał samochód!



Samochód peugeot wygrał w Grajewie mieszkaniec tego miasta, który na stacji Orlen kupił zestaw Stop Cafe i otrzymał szczęśliwą zdrapkę.

Paczka od strażaka

Do 31 listopada trwa zbiórka zabawek, książek, upominków, gier planszowych, zorganizowana przez strażaków w Grajewie pod hasłem „Paczka dla dzieciaka na święta od strażaka”. Paczki przekazane zostaną dzieciom przebywającym na Oddziale Dziecięcym Szpitala w Grajewie i na Oddziale Onkologii Dziecięcej w Białymstoku. Artykuły można składać w Fitness Club w Grajewie (ul. Wojska Polskiego 69).

Samochód dla DPS

Nowy samochód do przewozu 9 ludzi został kupiony dla Domu Pomocy Społecznej w Grajewie, w którym przebywa 39 podopiecznych. Do 80 tys. zł dotacji PFRON powiat grajewski dołożył 47,5 tys. zł.

Pamięć tragedii Wanacji



Pomnik upamiętniający 22 mieszkańców, wywiezionych do obozów koncentracyjnych 8 lipca 1944 roku, został odsłonięty w Wanacji (gm. Turośl). Okoliczności wywózki i listę wywiezionych mieszkańców gminy Turośl ustalił Andrzej Sakowski z Warszawy, którego ojciec także został wywieziony. Nazwiska zostały opublikowane w tygodniku „Kontakty” w cyklu „Akcja Turośl”, a następnie w wydanej przez Andrzeja Sakowskiego książce „Turośl 1943 – 1944”. Jej autor był także inicjatorem wystawienia w Turośli pomnika ku czci zamordowanych przez Niemców. Pomnik (dotacja Ministerstwa Kultury i Dziedzictwa Narodowego) został odsłonięty 11 listopada 2017 roku.

Nowe drogi

Nowe drogi w Stawiskach i droga gminna z Karwowa do Zalesia powstaną dzięki pozyskanej przez burmistrza Stawisk Agnieszkę Rutkowską dotacji (ponad 370 tys. zł). Umowy z wykonawcą już podpisane.



Ty i Twoje miasto w filmie

Mroczny i pełen zagadek świat thrillera szpiegowskiego może zagrozić w Twoim mieście. Amerykański producent QUPI Inc. ogłosił konkurs, dzięki któremu każdy może stać się scenarzystą i wcielić się w jedną z filmowych ról.

„No Second Chances” („Bez drugiej szansy”), to serial, którego premiera odbędzie się na jednej z popularnych platform VOD. Zdjęcia do pilotażowego odcinka były realizowane w wakacje w Wielkopolsce. Teraz jest szansa, by sprowa-

dzić filmową ekipę do ulubionego przez siebie miejsca. Jak to zrobić? Wziąć udział w ogłoszonym właśnie konkursie i napisać scenę, która zostanie wprowadzona do scenariusza serialu, a zdjęcia zrealizowane w miejscu wskazanym przez autora zwycięskiego skryptu. Dodatkowo producent oferuje jego autorowi możliwość zagrania stworzonej przez siebie postaci.

Akcja serialu rozpoczyna się w Pradze, stolicy Czech. W gęstzinie zaskakujących zdarzeń, pojawia się okazja do przeniesienia choć na chwilę planu zdjęciowego z Pragi do dowolnej miejscowości w Polsce. Może to być zarówno duże miasto, jak i niewielka miejscowość, a Wy sami możecie stworzyć postać, w którą się wcielicie, stając u boku zawodowych aktorów.

Konkursowy tekst należy opublikować na Facebooku, Instagramie, Twitterze lub blogu oraz oznakować go hasztagami #nosecondchances #tyitwojemiasztowfilmie (w przypadku blogów autor musi użyć wyrażen-

kluczowych „No Second Chances” oraz „Ty i Twoje miasto w filmie” oraz podać link: <https://no2ndchances.com>.

Regulamin konkursu oraz zarys fabuły i krótką charakterystykę głównych postaci serialu znajdziecie na <http://bit.ly/TyMiasto>.

Rafał Remont
Warszawa

Konkurs dla uczniów szkół średnich

To druga edycja konkursu myOXperience, organizowanego przez TDJ Foundation i Project Access Polska, w którym 30 uczniów i uczennic szkół średnich pojedzie na Uniwersytet Oksfordzki, by poczuć atmosferę jednej z najlepszych uczelni na świecie i przekonać się, czy warto studiować za granicą.

„Szukamy młodych, ambitnych, utalentowanych ludzi. Doceniamy osiągnięcia szkolne, ale nasz idealny kandydat to niekoniecznie najlepszy

uczeń w klasie. Szukamy pasjonatów, którzy znaleźli swoją dziedzinę oraz tych, którzy niekoniecznie wiedzą, czym chcieliby się zajmować”, mówi Aleksandra Janowska z Head Project Access Polska.

Konkurs składa się z dwóch etapów. Pierwszy, to złożenie aplikacji w języku angielskim, w której kandydat m.in. opisze swoje zainteresowania, osiągnięcia oraz sposób, w jaki doskonalili swoje umiejętności z języka angielskiego. Na zgłoszenia, które można przysłać za pośrednictwem www.myoxperience.pl organizatorzy czekają do 16 grudnia. W drugim etapie, wybrani kandydaci zostaną zaproszeni do rozwiązania zadania rekrutacyjnego oraz przesłania go na wskazany adres email. Wyniki ogłoszone zostaną 31 stycznia 2020 r. Wyjazd do Oxfordu zaplanowany jest na 15 – 20 marca 2020 r.

Więcej informacji i formularz zgłoszeniowy: www.myoxperience.pl.

Aneta Bulkowska
Katowice



Chór Szkoły Podstawowej w Rutkach-Kossakach (opiekun Marta Targońska), laureat Grand Prix Festiwalu

Chór Szkoły Podstawowej w Rutkach-Kossakach (opiekun Marta Targońska) zdobył Grand Prix XX Festiwalu Piosenki Patriotycznej i Religijnej „Bogu i Ojczyźnie”, zorganizowanego przez Centrum Kultury w Zambrowie. W konkursie wystąpiło 13 solistów i 14 zespołów.

Wśród solistów szkół podstawowych I nagrodę wyśpiewała Gabriela Zalewska z SP nr 3 w Zambrowie, opiekun Bożena Kalinowska; II – Lidia Czajkowska z SP nr 4 w Zambrowie, opiekun Katarzyna Nita Murawska; III – Maria Jastrząb

z ZS w Szumowie, opiekun Elżbieta Kotomska i Kinga Leśniewska z SP w Wiśniewie, opiekun Irena Lubiejewska. Wyróżnieni zostali: Amelia Skarzyńska z SP w Starym Skarżynie, opiekun Anna Bujko; Alicja Groszfeld z SP w Starym Laskowcu, opiekun Hanna Tomaszewicz i Michał Tyborowski z SP w Porytem-Jabłoni, opiekun Irena Lubiejewska.

W kategorii zespołów szkół podstawowych: I miejsce – Chór Szkolny SP w Rutkach-Kossakach, opiekun Marta Targońska; II – Chór Planety SP nr 5 w Zambrowie,

opiekun Michał Knapkiewicz; III – Zespół Wokalny „Tęcza” SP nr 3 w Zambrowie, opiekun Bożena Kalinowska. Wyróżnienia: Chór Szkolny SP w Starym Zakrzewie, opiekun Michał Knapkiewicz; duet Patrycja i Wiktoria Groszfeld z SP Starym Laskowcu, opiekun Małgorzata Jeziorowska; Trójkowe Nutki z SP nr 3 w Zambrowie, opiekun Tadeusz Stańczyk.

Wśród solistów szkół średnich: I miejsce – Oliwia Moczydłowska, II – Aleksandra Wojno (obie z I LO w Zambrowie, opiekun Katarzyna Nita-Murawska).

W kategorii zespołów szkół średnich: I miejsce – Julia Tyszko i Rafał Orłowski z ZS nr 1 w Zambrowie, opiekun Damian Krawczewski; II – Kwartet Wokalny ZSA w Zambrowie, opiekun Damian Krawczewski.

W grupie dorosłych i chórów: I miejsce – Środowiskowy Dom Samopomocy w Zambrowie, opiekunki Ewa Suska, Katarzyna Ogórkowska.

Wykonawców oceniało jury w składzie: Małgorzata Marczyk, Krzysztof Witkowski i Stanisław Młyński.



Dziecięcy Regionalny Zespół Pieśni i Tańca „Podlasie” z Szepietowa zaprezentował się w całej okazałości w jubileuszowym koncercie z okazji 15 lat działalności. Zespół, w którym tańczą i śpiewają dzieci z gmin Szepietowo, Nowe Piekuty, Wysokie Mazowieckie i Klukowo, od 2004 roku prowadzą Mirosław Szymański (kierownik i choreograf) i Bogdan Drozdowski (akompaniator). „Podlasie” występowało na przeglądach w Polsce oraz na Ukrainie, Litwie, Słowacji, w Niemczech, Rumunii, Bułgarii. W prezencie jubileuszowym otrzymało od burmistrza Szepietowa i marszałka województwa pieniądze na zakup 21 strojów (32 tys. zł). Na zdjęciu: jubileuszowy występ 15 listopada

Pomóżmy Kindze

Kinga Niemyjska (lat 13) z Szepietowa od roku walczy z nowotworem złośliwym mózgu (glejak wyściółkowy). Przeszła już poważną operację, chemioterapię, radioterapię, ale przed nią jeszcze długie leczenie (kolejne chemie, naświetlenia). Zbiórkę na leczenie Kingi przeprowadzili: morsy z Szepietowa i Wysokiego Mazowieckiego, uczniowie Szkoły Podstawowej

w Dąbrowie Wielkiej oraz organizatorzy jubileuszowego koncertu Dziecięcy Regionalny Zespół Pieśni i Tańca „Podlasie” z Szepietowa. Ale to za mało.

Kinga jest pod opieką Fundacji „Nasze Dzieci” przy Klinice Onkologii w Centrum Zdrowia Dziecka. Można jej pomóc wpłatą na konto Fundacji: 76 1240 1109 1111 0010 1163 7630 z dopiskiem Kinga Niemyjska.

Dyrektor zrezygnowała

Dyrektor Zespołu Szkół Ogólnokształcących i Zawodowych w Czyżewie Anna Bańkowska (była dyrektorem od 1 grudnia 2006 r.) złożyła rezygnację. Nowym dyrektorem został Przemysław Uszyński.

Kto podpalił samochody?

15 samochodów spłonęło w ko-

misie w Dąbrowce Kościelnej. Straty szacuje się na około 300 tysięcy złotych. Przyczyną pożaru było podpalenie.

Upadek cywilizacji

Wykład „Upadek cywilizacji Europy” wygłosi prof. Wojciech Roszkowski (PAN) w niedzielę, 24 listopada (godz. 17.00) w Urzędzie Miasta w Wysokim Mazowieckim.

Sołtys z zielonego centrum Czerwonego Boru

„Mamy dwa priorytety, które planujemy zrealizować w obecnej kadencji: stworzenie miejsca rekreacji z placem zabaw dla dzieci i doprowadzenie wody do ogródków działkowych. W czasie tegorocznej suszy, każdy nosił wodę ze swoich mieszkań, a to ścieżka ponad 200 metrów”, mówi sołtys Czerwonego Boru Mariusz Różański.

Jest sołtysiem pierwszą kadencję. Sołectwo tworzą Czerwony Bór Stacja i Czerwony Bór Osada (centrum). W minionych latach sołtys był wybierany „ze Stacji”. Mieszkańcy stacyjnych zabudowań żyją trochę innymi sprawami, niż mieszkańcy osady. Mariusz Różański jest z centrum. „Moje drzwi są otwarte dla wszystkich siedem dni w tygodniu przez całą dobę. Nikt



Mariusz Różański

nie ma kłopotu ze skontaktowaniem się ze mną”, podkreśla.

O planach stworzenia „rekreacji” i doprowadzenia wody sołtys i mieszkańcy już rozmawiali z wójtem gminy Zambrów Jarosławem Kosem. Sołtys złożył w Urzędzie Gminy wnioski, aby ich sprawy nie

umknęły przy planowaniu budżetu.

70 rodzinom, mieszkającym w Czerwonym Borze każdego dnia towarzyszy szum i zapach lasu, cisza, zieleń drzew, a leśne ścieżki „zapraszają” na spacer, grzyby, jagody. W tym naturalnym raju jest także Zakład Karny i Ośrodek dla Uchodźców.

„Przed powstaniem Zakładu był jakiś strach i niepokój. Ale nie przeszkadzamy sobie. Nie ma zatargów i kłopotów z tymi sąsiadami”, mówi sołtys Mariusz Różański.

Swoje miejsce pracy widzi z okna mieszkania, bo jest funkcjonariuszem Służby Więziennej.

Mariusz Różański z żoną Justyną są rodzicami dwóch córek: Julii (lat 7) i Pauliny (lat 12), uczennic Szkoły Podstawowej w Starym Zakrzewie.

Dzień Seniora

Na obchody Gminnego Dnia Seniora w Kołakach Kościelnych zapraszają w sobotę, 23 listopada (godz. 16.00) do Szkoły Podstawowej wójt Sylwester Jaworowski, dyrektor Szkoły i Koło Gospodyń Wiejskich. W programie, koncert zespołu Szansa i uczniów oraz zabawa taneczna.

Samochód dla warsztatów

Nowy samochód otrzymały Warsztaty Terapii Zajęciowej Zgromadzenia Sióstr Służek NMPN w Szumowie. Kosztował 317 tys. zł (250 tys. od PFRON i 67 tys. zł od Starostwa Zambrowskiego, Zambrowa, gminy Szumowo i gminy Zambrów).

Pomoc z ogłoszenia

1.

„2 miesiące sprzątała i gotowała u mnie. Była strasznie zabiedzona. Kupiłem jej kurtkę i szalik”, mówi o Gosi (25 lat) rencista Władysław (78 lat), który po śmierci żony zatrudnia do pomocy opiekunki z ogłoszenia.

Stać go na to. Gdy w młodości pracował w hucie na Śląsku, uległ wypadkowi i ma wysoką rentę. Płaci opiekunkom dniówkę 60 zł z mieszkaniem i wyżywieniem.

Gosia zaintrygowała go bezradnością. Był grudzień, a ona tylko w kusej dzinsowej kurteczce, bez rękawiczek, szalika i czapki, sina z zimna wysiadła z autobusu. Nie miała żadnej torby czy walizki, tylko reklamówkę. W domu przycupnęła przy kaloryferze i długo się grzała, rozmawiając przez telefon komórkowy. Władysław dokładnie przyjrzał się chudej dziewczynie o bladej cerze, zaniedbanych włosach z odrostami, czerwonym dłoniom z ogryzionymi do krwi paznokciami. Gosia rozgrzała się i przysnęła na jego wersalce! Wtedy coś chwyciło go za serce i nie chciało puścić.

Następnego dnia nie pozwolił świeżo upieczonej pomocy domowej wyjść na zakupy. Sam ubrał się i pokuśtykał do obwoźnego sklepu. I tak już zostało. Gosia sprzątała i gotowała, a on chodził po zakupy, na pocztę, do banku, do apteki. Gdy wracał, rozmawiała przez telefon. Na jego widok zamykała się w łazience i tam kończyła rozmowę. Władysław pilnie nadstawiał ucha, lecz nie udało mu się uchwycić ani jednego zdania. Pewnego razu Gosia powiedziała, że musi jechać do Łomży kupić karty do telefonu. Zaproponował, że pojedzie z nią i na rynku przy dworcu kupi jej zimową kurtkę. Ucieszyła się.

W Łomży podeszła do nich jakaś kobieta. Gosia powiedziała, że to jej matka. Razem wybrały kurtkę i szalik. Władysław zapłacił 220 zł, które miał potrącić z jej poborów. Gosia znikła na chwilę. Gdy wróciła, nie miała starej, dzinsowej kurtczyny. Władysławowi wydało się to dziwne, ale nic nie powiedział. Matka Gosi też milczała.

Wrócili autobusem do domu



Gosia zaintrygowała go bezradnością. Był grudzień, a ona tylko w kusej dzinsowej kurteczce, bez rękawiczek, szalika i czapki, sina z zimna wysiadła z autobusu. Nie miała żadnej torby czy walizki, tylko reklamówkę...

pod Łomżą. Ledwie weszli, Gosia nagle oświadczyła, że musi wracać do matki. Jak stała, tak wyszła. Zapowiedziała, że wróci w niedzielę (był piątek). Nie wróciła.

W poniedziałek Władysław znów pojechał do Łomży. Odnalazł adres na ul. Dwornej, który Gosia wpisała w jego kalendarz. Pijak, spotkany przy wejściu do rudery, skierował go na piętro. Matka nie widziała Gosi od rozstania na rynku. „Niech pan jej nie szuka. Na pewno jest u swojego chłopaka”, powiedziała.

Arek (28 lat) i Gosia znali się dwa lata, a matka nawet nie знаła jego nazwiska. Uważała, że to cham i brutal, który zastrasza jej córkę. Bała się go. W Wigilię przygotowywały kolację, gdy przyszedł Arek i kazał Gosi iść ze sobą. Gosia rzuciła wszystko i poszła. Matka została sama na święta z młodszymi dziećmi. Gośka wróciła po dwóch tygodniach głodna, brudna i wymęczona. I tak jest bez przerw. Jak tylko na nią gwizdnie, ona

wybiegła przed dom i odjechała! Gdy nie wróciła do wieczora, Władysław zadzwonił na jej komórkę. Zdążył tylko zapytać: „Żyjesz?”, gdy męski głos wrzasnął: „Skończ, k... te rozmowy!” i połączenie zostało przerwane. Zadzwonił jeszcze raz. „Ty pier...staruchu, młodej ci się zachciewa. Odwal się od niej!”, usłyszał. Przestraszył się. Zadzwonił na posterunek. Opowiedział wszystko o Gosi. „Ona jest więziona. Trzeba coś zrobić”, domagał się od dzielnicowego.

Po pewnym czasie spotkał w Łomży matkę Gosi. Powiedziała, że Gosia mieszka u Arka na wsi, ale jak wieś się nazywa, nie wie. Gosia nie chciała jej tego powiedzieć przez telefon.

Władysław przy pomocy matki Gosi zdobył telefon w domu Arka. Wydzwaniał, udawał, że się pomylił. Dopytywał się, kto mówi i jaka to miejscowość. Sprawdzał w książce telefonicznej. I ustalił adres pobytu Gosi oraz nazwisko jej „narzeczonego”. Policjanci z posterunku w S. nie chcieli jednak interweniować. „Co innego, gdyby zgłosił ktoś z rodziny”, mówili. Ale matka Gosi stanowczo odmówiła pójścia na policję. Gosia by jej tego nie darowała. Jest „wpływowa”, robi, co każe Arek.

3.

Do niewielkiej wsi w gminie Stawiski prowadzi wyboista droga. „Mieszkała u nich chyba z rok”, potwierdza siedzący na ławeczce emeryt, gdy pytam, czy u Karczewskich przypadkiem nie mieszka dziewczyna o imieniu Małgorzata.

Co to była za dziewczyna, nie wie, nie interesuje się plotkami, podkreśla ze znaczącym uśmiechem.

„Już jej nie ma. Wyjechali za granicę, a ojciec Arka umarł. Wszystko stoi puste”, pokazuje zaniedbany dom i zabudowania gospodarskie.

W mieszkaniu Władysława w łazience leży w kącie reklamówka, z którą Gosia zjawiała się zeszłej zimy. Są w niej trzy pary spranych majtek i biustonosz. Cała jej garderoba.

ZUZANNA KURPIAK

2.

Minęło parę dni i zobaczył, że pod domem zatrzymało się auto. Zadzwonił telefon Gosi. Bez słowa

Pojechał za nią i dowiedział się, że jest... mężatką, ma dwóch synów!

Hiszpańska krew

1.

Wojtek poznał Olenę koło baru w Barcelonie. Naprzeciwko baru remontował wielką kamienicę z bratem i szwagrem. Z wysokości rusztowania widział, jak codziennie jakiś facet podwozi Olenę na motocyklu. Zanim weszła do baru, gdzie pracowała jako pomywaczka, przystawała przy budowie, rozmawiała z robotnikami, żartowała... Na budowie towarzystwo było z różnych stron świata, prawdziwa międzynarodówka! Dwóch Argentyńczyków, Murzyn z Nigerii, Rumun, Ukrainiec oraz Wojtek i Andrzej Kolasowie i ich szwagier spod Radziłowa.

Wojtek nie mógł oderwać wzroku od smukłej, jasnowłosej i niebieskookiej Oleny. Od Ukrainca z budowy dowiedział się, że Olena to jego krajanka. Pochodziła z Kijowa i miała doktorat z psychologii.

Olena szybko dostrzegła, jak Wojtek wlepią w nią wzrok. Uśmiechnęła się do postawnego, spalonego hiszpańskim słońcem budowlańca i... po kilku dniach byli parą! Wojtek wyprowadził się od brata i bratowej. Zamieszkał z Oleną.

„Przesłoniła mu świat”, mówi matka Wojtka znad rozłożonych na stole albumów, pełnych zdjęć

przedstawiających sceny z hiszpańskiego życia syna.

2.

Olena i Wojtek w domu, na wycieczce, na spacerze, u przyjaciół, na plaży i w parku. Objęci, uśmiechnięci, zakochani... Ale do matki docierały nie tylko piękne zdjęcia, także wieści dość niepokojące... Olena rzuciła pracę w barze i wyjechała do Madrytu do bogatego prawnika, któremu miała prowadzić dom, opiekować się jego dziećmi. Wojtek rzucił pracę u brata na budowie, pojechał za nią...

Długo nie było o nich słyhać. Matka w każdej telefonicznej rozmowie wypytywała starszego syna, co z Wojtkiem. Odpowiadał ogólnikami, że w porządku. I nagle, na Wielkanoc 2005 roku, Wojtek i Olena bez zapowiedzi prosto z Okęcia zajechali taksówką z bagażami do wsi pod Radziłowem!

„Jak ją zobaczyłam, od razu wiedziałam, że skrzywdzi mojego chłopca. Była za ładna, za elegantska, za cwana. Fałszywie jej z oczu patrzyło. A on skakał wokół niej

jak urzeczony. Świat dla niego nie istniał”, wspomina matka.

Wojtek powiedział rodzicom, że wzięli w Hiszpanii ślub cywilny. Olena dwa tygodnie po przyjeździe urodziła w grajewskim szpitalu córeczkę.

„Śliczny dzieciak się urodził, ale jakiś nie nasz, nie Kolasów. Czarniawy za bardzo”, mówi mama Wojtka.

Pokochała wnuczkę całym sercem. Olena nazwała ją Noella. Wojtek wyjeżdżał do pracy (z drugim szwagrem wykończyli domy w okolicy Radziłowa), a Jadwiga z Oleną całymi dniami przebywały w domu. Olena przeważnie była ospała i milcząca. Nic jej nie interesowało, o nic nie pytała. Matka Wojtka sama pielęgnowała Noellę.

Nieoczekiwanie odwiedziła ich siostra Oleny ze swoim narzeczonym. Zamknęli się z Oleną w pokoju i długo rozmawiali po ukraińsku.

Gdy wieczorem Wojtek wrócił z pracy, Olena powiedziała, że... wyjeżdża do Kijowa! Po kilku dniach wyjechała z siostrą i jej narzeczonym. Wojtek został z No-

ellą, ale matka też długo się nim nie cieszyła. Powiedział, że musi wracać do Hiszpanii, gdzie miał złączyć się z Oleną...

„Jak się urządzimy, zabierzemy Noellę”, powiedział na pożegnanie.

3.

Wiele miesięcy później ze starszego syna Andrzeja wydusiła przez telefon, że gdy Olena długo nie wracała z Ukrainy, Wojtek z Madrytu pojechał szukać jej do Kijowa. Tam dowiedział się, że... jest mężatką i ma dwóch synów (7 i 10 lat). Ale Oleny w Kijowie nie zastał. Odnalazł ją w Madrycie. Mieszkała z prawnikiem, któremu wcześniej prowadziła dom. Wojtkowi powiedziała, że do niego nie wróci...

Wojtek załamał się i rozpił. Został wyrzucony z mieszkania, nocował w parku. Andrzej znalazł go, gdy był na samym dnie. Zabrał do Barcelony. Pracuje u Andrzeja, próbuje sobie ułożyć życie.

Babcia wychowuje Noellę pod Radziłowem. Ma długie, czarne włosy, czarne brwi i duże, pełne ognia, hiszpańskie oczy. Jedyna wnuczka, która jest przy niej. Choć nie przypomina ani Oleny, ani Kolasów, jest najukochańsza.

KAROL ZARĘBA

Porodowe sensacje

Pięcioraczki w „zoo”

„Zdumiewająca historia”, „Najnowsza sensacyjna wiadomość”, obwieszczała prasa, gdy 28 maja 1934 roku w rodzinie biednego rolnika Dionne w Kanadzie, urodziły się pięcioraczki. Pięć dziewczynek: Maria, Aneta, Iwona, Emilia i Cecylia. Światowa sensacja!

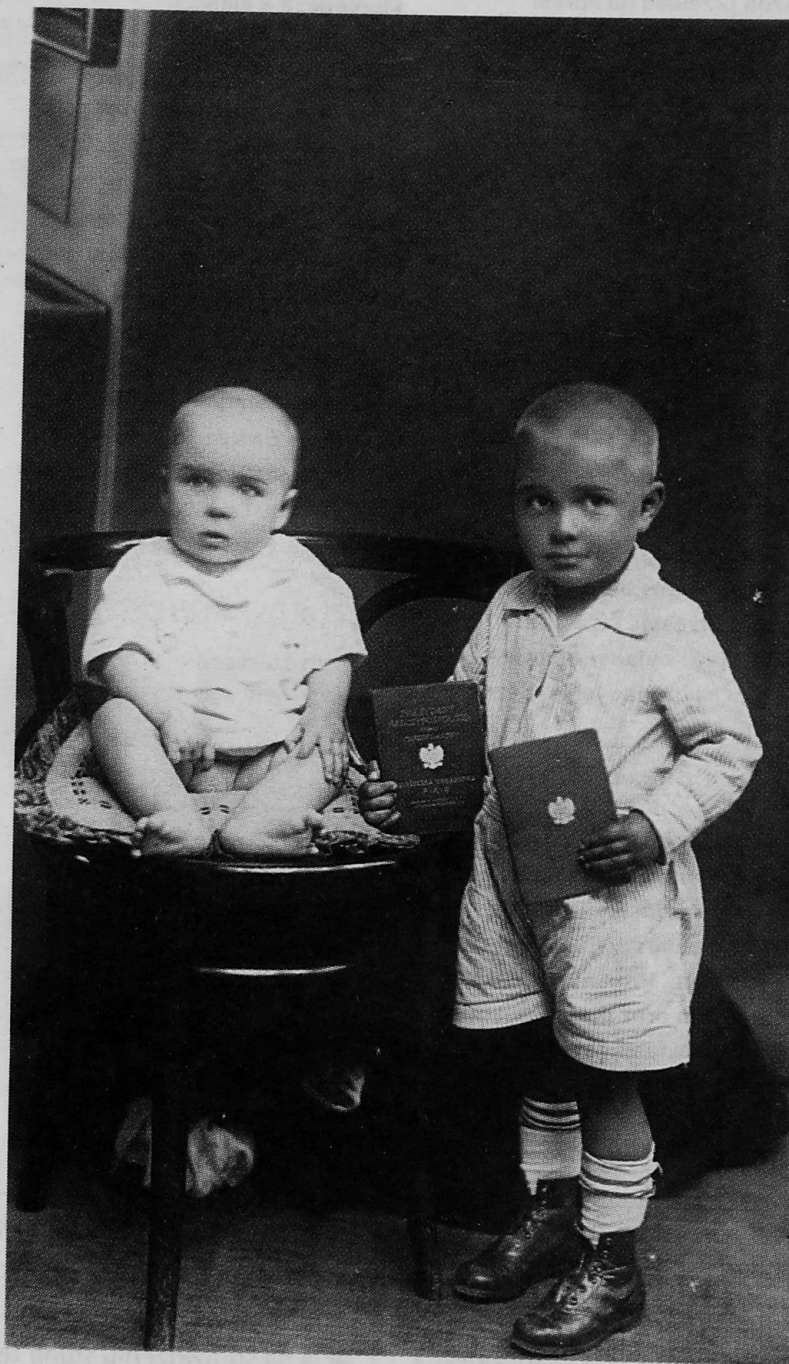
Ich rodzice mieli już pięcioro dzieci. O dzieciństwie pięcioraczek zdecydował rząd kanadyjski: zostały odebrane rodzicom i oddane pod opiekę lekarzowi Defoe. Wkrótce stały się „towarem marketingowym”. Prezentowano je na wystawach (m.in. na Światowej Wystawie w Chicago w latach 1935-1943); w sumie niczym zwierzątka w zoo, obejrzało je ponad 3 miliony ludzi. Wykorzystywano przy okazji reklam (mydeł, środków pielęgnacyjnych, odzieży dziecięcej). Na reklamach z pięcioraczkami zarabiał lekarz. Dzieci zostały oddane rodzicom w wieku 9 lat. Po przymusowym odłączeniu od rodziny, pozbawieniu kontaktu z rodzicami i rodzeństwem, powrocie w znacznie gorsze warunki bytu, siostry nie mogły się odnaleźć. Po latach wywalczyły za to od rządu kanadyjskiego odszkodowanie w wysokości 4 milionów dolarów. Żadnej nie przyniosło to szczęścia.

Trojaczki nad Narwią

W Łomży i regionie w okresie międzywojennym sensację budziły narodziny trojaczek.

W 1934 roku tygodnik „Przegląd Łomżyński” donosił, iż w Jeziorku (wówczas gmina Drozdowo, obecnie Piątnica) 17 kwietnia Julianna Szlichta urodziła trojaczki: dziewczynkę i dwóch chłopców. Julianna i Czesław Szlichtowie byli wówczas rodzicami pięcioletnich bliźniaczek. Tygodnik informował, że bliźniaczki „cieszą się dobrym zdrowiem”, a trojaczki i ich mama „są zdrowe i czują się dobrze”. Szlichtowie byli rolnikami.

5 lipca 1936 roku Stanisława Wądołowska (lat 19) z Łomży urodziła trzy dziewczynki. „Przegląd Łomżyński” informował, że dwie



„Synowie rolnika z okolic Grajewa z książeczkami oszczędnościowymi, darem od Ignacego Mościckiego”, jak informuje zdjęcie ze zbiorów Narodowego Archiwum Cyfrowego. Sygnatura: 1-A-1749

córeczki zmarły następnego dnia, a trzecia trzeciego dnia po porodzie. Stanisława była bezrobotna, mieszkała w suterenie z matką. W tygodniku nie było informacji na temat miejsca i warunków, w jakich odbył się poród.

Narodziny i śmierć

W okresie międzywojennym w Polsce rodziło się bardzo dużo dzieci. Powszechny spis ludności z 1931 roku wykazał, że przez 10 lat w kraju przybyło 5 069 581 ludzi. Ponad pół miliona rocznie. Polska, pod względem przyrostu naturalnego, przodowała w Euro-

pie. Choć była powojenna bieda, brak pracy, praktycznie opieki medycznej, niepokoje społeczne i polityczne. W takich okolicznościach Polska przodowała także, niestety, w śmiertelności dzieci w Europie. W naszym kraju umierało aż 20,3 proc. narodzonych dzieci, a w Szwecji 5,3 proc.

Przerażające łomżyńskie statystyki umieralności dzieci publikował miesięcznik „Wiadomości Parafii Łomżyńskiej”. Tylko w grudniu 1928 roku zmarło 19 dzieci: Aleksander Żelazny (17 dni), Piotr Matuszewski (1 miesiąc), Zenon Niedźwiec-

Namiastka

Namiastką pomocy państwa dla wielodzietnych rodzin był dekret prezydenta Ignacego Mościckiego z 1926 roku, którym ustanowił, że każdy siódmy syn w polskiej rodzinie zostanie jego chrześniakiem. Nie był to tylko gest honorowy, lecz dość konkretna pomoc dziecku, bo chrześniacy otrzymywali od prezydenta książeczkę oszczędnościową z wkładem na dorosły start (50 zł, połowa ówczesnej nauczycielskiej pensji) i mogli korzystać z bezpłatnej nauki (także studiów), opieki medycznej i komunikacji publicznej (były też ulgi dla rodziny chrześniaka).

Chrześniacy prezydenta otrzymywali imię Ignacy. O tych wybrańcach pisała prasa. Chrześniakiem prezydenta był Ignacy Ciecierski (ur. 1930 r.), dwunaste dziecko (siódmy syn) Marianny i Stanisława ze wsi Rybaki (gm. Miastkowo). Chrześniakiem był także Stanisław Prokop (ur. 1931 r.), syn Stanisławy i Konstantego z Białosukni (gm. Goniądz).

Wielodzietnym rodzinom pomagały władze gmin i miast oraz Kościół i liczne organizacje charytatywne, które organizowały zbiórki i kwesty dla najuboższych, najczęściej dzieci.

Starczyło tej pomocy na tyle, że nie żyły w skrajnej biedzie, ale w dużej biedzie.

MARIA TOCKA

Ogłoszenie w KONTAKTACH

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

BUDOWNICTWO

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

(fak.00230/19-o-i)

NIERUCHOMOŚCI

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

(fak/sms)

Sprzedam siedlisko 0,60 ha
z domem, ogrodem i stawem.
Tel. 600 – 343 – 819

(fak/sms)

Sprzedam mieszkanie 2-pokojowe,
4 piętro, ul. Stacha Konwy, 42 m²,
147 000 zł do remontu.
Tel. 602 – 224 – 343

(p-001188-o)

ODDAM

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

PRACA

Opieka Niemcy Legalnie.
Tel. 725 – 248 – 935

(fak.00222/19-o-i)

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

(fak.00194/19-o-i)

PRZYJMĘ

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

ROLNICTWO

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. Dzwon, pisz.
Tel. 660 – 795 – 977

(fak/sms)

Kupię ziemię, łąkę, las, teren po
wyciętym lesie, nieużytki.

W rozliczeniu dam Eclipse,
sportowa MG Cabrio lub
Mercedesa S klasę.

Tel. 600 – 588 – 666

(fak/sms)

Kupię ziemię, las, nieużytki, pole
orne, łąkę. Dam prowizję za
informację o sprzedaży, może
ktoś ma z Państwa znajomych.
W rozliczeniu mogę dać auto lub
mieszkanie. Tel. 600 – 588 – 666

(fak/sms)

Sprzedam dwie działki – w
Kupiskach Starych 8 arów – 99
tys. zł i w Zosinie 15 arów – 145
tys. zł. W rozliczeniu wezmę małe
mieszkanie. Tel. 600 – 588 – 666

(fak/sms)

TOWARZYSKIE

Poznam dziewczynę do lat 35.
Tel. 573 – 017 – 426

(p-001190-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)



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

plus kolorowy
magazyn
telewizyjny



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



Łomżyńska Spółdzielnia Mieszkaniowa w Łomży

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

- remont klatek schodowych, pomieszczeń ogólnodostępnych w piwnicach oraz robót towarzyszących w budynkach mieszkalnych wielorodzinnych przy ul. Piękna 7 i 20, Broniewskiego 1, Słowackiego 4, Kołtāja 1A, Małachowskiego 7, Śniadeckiego 2, 4 i 6 oraz docieplenie i remont budynków przy ul. Polowej 11 i 17, Moniuszki 12 i 14, Reymonta 5, Prusa 14 i Przykoszarowa 17 w Łomży.

Termin składania ofert – do 02.12.2019 r. do godz. 10⁰⁰.

Oferty należy składać w siedzibie Łomżyńskiej Spółdzielni Mieszkaniowej w Łomży – Al. Legionów 7B, w sekretariacie (pokój nr 1), w zaklejonach kopertach z napisem: „Przetarg nr 8/2019. Nie otwierać przed terminem otwarcia ofert”.

Specyfikację istotnych warunków zamówienia zainteresowani oferencji mogą pobrać ze strony internetowej ŁSM: www.lsmlomza.pl. Otwarcie ofert przez komisję przetargową nastąpi w dniu 02.12.2019 r. o godz. 10¹⁵ w siedzibie Spółdzielni, pokój nr 10 (świetlica).

Bliższych informacji udzielają: Jacek Gutowski budynki Piękna 7 i 20, Polowa 11 i 17 – tel. 86 215 26 58, Zbigniew Dziemiński budynki B. Prusa 2, Małachowskiego 7, Śniadeckiego 2, 4 i 6, Kołtāja 1A, B. Prusa 14 oraz Przykoszarowa 17 – tel. 86 215 26 97, Emilia Karwowska budynki Broniewskiego 1, Słowackiego 4, Moniuszki 12, Moniuszki 14, Reymonta 5 – tel. 86 215 26 65.

Łomżyńska Spółdzielnia Mieszkaniowa w Łomży

ogłasza przetarg nieograniczony i zaprasza zainteresowane firmy do składania ofert na wykonanie kontroli rocznej polegającej na sprawdzeniu stanu technicznego instalacji gazowych oraz przewodów kominowych w zasobach Łomżyńskiej Spółdzielni Mieszkaniowej w Łomży.

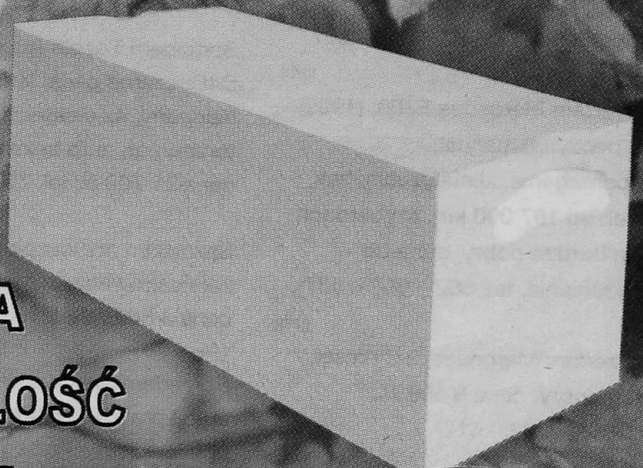
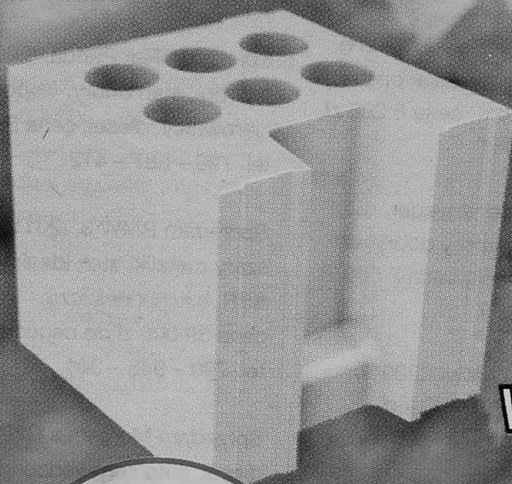
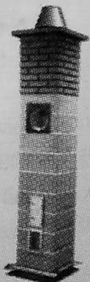
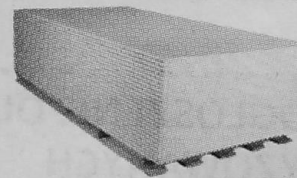
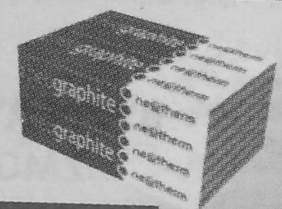
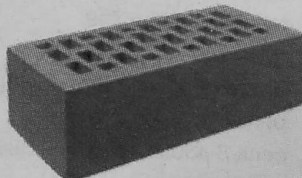
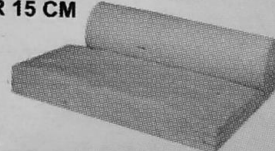
Termin składania ofert upływa w dniu 06 grudnia 2019 r. o godz. 10⁰⁰.

Oferty należy składać w siedzibie ŁSM w Łomży Aleja Legionów 7B w pokoju nr 1 (sekretariat) w zaklejonach, nieoznakowanych kopertach z adnotacją: „Przetarg – kontrola instalacji gazowej i wentylacji”.

Otwarcie ofert przez komisję przetargową nastąpi w dniu 06 grudnia 2019 roku o godz. 10¹⁰ w siedzibie ŁSM, pokój nr 10 (świetlica).

Specyfikacja istotnych warunków zamówienia dostępna jest tylko w formie elektronicznej na stronie Spółdzielni www.lsmlomza.pl lub w biurze Zarządu Al. Legionów 7B, Dział GZM, pokój nr 3.

Bliższych informacji udzielają: Piotr Pawłowski – tel. 506 230 073, Andrzej Czajkowski – tel. 506 230 189.

PREFBET
ŚNIAĐOWO**PPB „PREFBET” Spółka z o.o.**18-411 Śniadowo, ul. Kolejowa 17
tel. 86 217 62 95, fax 86 217 61 29**EKOLOGIA
WYTRZYMAŁOŚĆ
IZOLACJA
AKUSTYCZNA****3,95 zł****BŁOCZEK SILIKATOWY
N24DR KLASA 15**
Cena brutto za 1 szt
loco Śniadowo**9,22 zł****BETON KOMÓRKOWY
24 x 24 x 59**
Cena brutto za 1 szt
loco Śniadowo**KOMIN
SKORSTEN
Classic 200
- 6 mb**Teraz tylko
1590 zł
Cena bruttoTeraz tylko
16 zł
worek
Cena brutto
**ZAPRAWA
KLEJOWA
PREFBET
TERMO-BIAŁA**
Zużycie:
4kg/1 m²
Opakowanie: 25 kg;Teraz tylko
18,10 zł/szt
Cena brutto
Rigips 260 x 120
**PLYTA
KARTONOWO
-GIPSOWA**Teraz tylko
54 zł/op.
Cena brutto
**PLYTA
STYROPIANOWA
FASADA**Teraz tylko
64,50 zł/rolka
Cena brutto**PAPA
ICOPAL
W 400****CEGLA
ROBEN
NFNM16**Teraz tylko
1,59 zł/szt
Cena brutto**WEŁNA
ISOVER SUPERMATA
GR 15 CM**Teraz tylko
28,70 zł/m²
Cena brutto**CEMENT
CEMEXI 42,5**Teraz tylko
520 zł/t
Cena brutto**ODDZIAŁ ŚNIAĐOWO**tel. 86 217 62 95
poczta@prefbet.pl**ODDZIAŁ ŁOMŻA**tel. 86 218 06 72
handel@prefbet.pl**ODDZIAŁ ZAMBRÓW**tel. 86 475 04 24
www.prefbet.pl

OGŁOSZENIA BEZPŁATNE MOTORYZACYJNE

Sprzedam Opel Meriva,
(2006/2007), 1.4 benzyna, bogate
wyposażenie, srebrny metalik, stan
bardzo dobry, cena 10 800 zł,
tel. 668 - 208 - 817

(o/b)

Sprzedam Volkswagen Golf,
(2002/2003), 1.9 diesel,
stan bardzo dobry, cena do
uzgodnienia, tel. 662 - 603 - 567

(o/b)

Sprzedam Mercedes E200, (1999),
2.0 benzyna, manual,
wspomaganie, klimatyzacja, hak,
przebieg 187 000 km, szyberdach,
stan bardzo dobry, cena do
uzgodnienia, tel. 662 - 603 - 567

(o/b)

Sprzedam Mercedes, 2.2 diesel,
stan dobry, cena 5 500 zł,
tel. 503 - 862 - 612

(o/b)

Sprzedam Citroen Picasso, (2006),
benzyna + gaz, przebieg 190 000 km,
cena 5 300 zł, tel. 570 - 206 - 766

(o/b)

Sprzedam Hyundai Tucson, (2007),
2.0 LPG, stan bardzo dobry,
141 KM, przebieg 190 000 km,
cena 18 000 zł, tel. 505 - 301 - 738

(o/b)

Sprzedam Toyota Corolla Verso,
(2002), benzyna + gaz,
cena 11 500 zł, tel. 503 - 974 - 093

(o/b)

Sprzedam Opel Meriva, (2007),
75 KM, diesel, stan bardzo dobry,
cena 9 200 zł, tel. 515 - 587 - 505

(o/b)

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

(o/b)

Sprzedam Toyota Auris, (2008), 2.0
D4D, czarna perła, komputer,
halogeny, 4x elektryczne szyby,
tempomat, auto bezwypadkowe,
cena 21 700 zł, tel. 733 - 653 - 595

(o/b)

Sprzedam przyczepę kempingową,
zarejestrowana, stan dobry,
cena 8 500 zł, tel. 503 - 974 - 093

(o/b)

Sprzedam Kia Carnival, (2005),
auto sprawne, wygodne,
ubezpieczenie i przegląd do
czerwca 2020 r., cena 2 700 zł,
tel. 692 - 379 - 366

(o/b)

Sprzedam Toyota Avensis, (2002),
stan techniczny i wizualny bardzo
dobry, auto zarejestrowane,
ubezpieczone, zadbane,
cena 3 300 zł, tel. 506 - 740 - 783

(o/b)

Sprzedam motor Aprilia RS, (2002),
125 cm³, silnik po kapitalnym
remontcie, cena 4 200 zł,
tel. 518 - 237 - 853

(o/b)

Sprzedam Volkswagen Golf III,
(1994), stan dobry, badania do
listopada 2020 r., cena 1 100 zł,
tel. 516 - 941 - 295

(o/b)

Sprzedam Renault Megane 2,
(2003), 1.6 benzyna, stan jak na ten
rok bardzo dobry, cena 4 999 zł do
negocjacji, tel. 603 - 054 - 981

(o/b)

Sprzedam Renault Scenic, (2001),
1.9, sprawna klimatyzacja, opłaty
do listopada 2020 r., cena 3 200 zł,
tel. 603 - 054 - 981

(o/b)

Sprzedam Chrysler Voyager,
(1998), stan techniczny dobry, do
drobnych poprawek, cena 2 500 zł,
tel. 502 - 427 - 217

(o/b)

Sprzedam Ford C-Max, (2005),
diesel, przebieg 305 000 km,
cena 8 900 zł, tel. 570 - 206 - 766

(o/b)

Sprzedam Mercedes Vito, (2002),
2.2 cdi, diesel, opłaty do
października 2020 r., cena 3 600 zł
do negocjacji, tel. 603 - 054 - 981

(o/b)

Sprzedam przyczepkę
samochodową, zarejestrowana,
cena 2 600 zł, tel. 503 - 974 - 093

(o/b)

Sprzedam Audi A4, (2001), 2.0,
auto sprowadzone z Niemiec,
stan dobry, przebieg 230 000 km,
cena 11 100 zł do negocjacji,
tel. 505 - 837 - 739

(o/b)

Sprzedam Quad Keeway, (2007),
przebieg i OC ważne, nie wymaga
wkładu finansowego, cena 4 000 zł,
tel. 519 - 585 - 677

(o/b)

Sprzedam Volkswagen Passat B6,
(2005), 1.9 TDI, diesel, 143 KM,
przebieg 240 000 km,
cena 15 200 zł do negocjacji,
tel. 790 - 815 - 749

(o/b)

Sprzedam Fiat 126p, (1998),
benzyna, kolor czerwony,
cena 3 450 zł, tel. 784 - 388 - 457

(o/b)

Sprzedam Ford Fiesta, (2006),
auto w bardzo dobrym stanie
technicznym i wizualnym, ważne
opłaty i przegląd do lipca 2020 r.,
cena 8 000 zł do negocjacji,
tel. 513 - 301 - 468

(o/b)

Sprzedam Opel Meriva, (2007), 1.6
benzyna, auto sprowadzone
z Niemiec, gotowe do rejestracji,
cena 13 200 zł, tel. 512 - 132 - 316

(o/b)

Sprzedam Ford Focus C-Max,
(2004), 109 KM, diesel, stan bardzo
dobry, auto zadbane,
zarejestrowane, cena 9 500 zł,
tel. 502 - 131 - 499

(o/b)

Sprzedam motor Kawasaki ZZR,
(1998), cena 6 900 zł,
tel. 784 - 388 - 457

(o/b)

Sprzedam Fiat Panda, (2006),
1.3 mpi, stan dobry, wspomaganie
kierownicy, diesel, cena 3 800 zł,
tel. 796 - 887 - 412

(o/b)

Sprzedam BMW 3, (2011), 2.0,
szary metalik, stan idealny, ABS,
ASR, czujnik deszczu,
cena 39 000 zł do negocjacji,
tel. 799 - 945 - 301

(o/b)

Sprzedam Mercedes C200, (2004),
diesel, auto sprowadzone
z Niemiec w 2016 r., pierwszy
właściciel, stan bardzo dobry,
cena 15 500 zł, tel. 510 - 502 - 918

(o/b)

Sprzedam Volkswagen Passat,
(2007), auto w pełni sprawne,
zadbane, bogate wyposażenie,
diesel, przebieg 300 000 km,
cena 15 000 zł, tel. 516 - 550 - 307

(o/b)

Sprzedam motocykl Regal Raptor
125, (2009), sprowadzony
z Niemiec, cena 7 500 zł,
tel. 510 - 157 - 551

(o/b)

Sprzedam Volkswagen Passat,
(1998), diesel, bogate wyposażenie,
ubezpieczenie do marca 2020 r.,
przebieg do maja 2020 r.,
cena 4 900 zł, tel. 506 - 740 - 783

(o/b)

Sprzedam Polonez Caro Plus,
(1999), pierwszy właściciel,
auto sprawne, do poprawek
lakierniczych, przegląd i
ubezpieczenie do kwietnia 2020 r.,
cena 3 200 zł do negocjacji,
tel. 606 - 619 - 767

(o/b)

Sprzedam Ford C-MAX, (2004), 1.6
benzyna, w bardzo dobrym stanie
technicznym i wizualnym, bogata
wersja wyposażenia, cena 8 700 zł,
tel. 695 - 714 - 446

(o/b)

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

(o/b)

KUPON

BEZPŁATNE OGŁOSZENIE DLA
ZMOTORYZOWANYCH

Treść ogłoszenia do 15 słów:

Warunkiem ukazania się ogłoszenia jest podanie
ceny pojazdu!

Imię i nazwisko ogłaszającego:

Adres:

Tel.:

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

Czytelny podpis:

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

KONSTAL
PRODUKCYJA

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 wycinak do kukurydzy
Strautmann, cena 1 500 zł,
tel. 606 - 505 - 501

Sprzedam kosiarkę rotacyjną, 160
cm, szeroka, cena 1 500 zł,
tel. 606 - 505 - 501

Sprzedam słomę w kostce,
cena 4 zł za kostkę,
tel. 503 - 862 - 612

Sprzedam zagrabiarkę 5,
cena 500 zł; brony 5, cena 800 zł,
tel. 503 - 862 - 612

Sprzedam sianokiszonkę polną,
duże bele, 200 sztuk, cena 125 zł
za sztukę, tel. 784 - 136 - 103

Sprzedam siano ze stodoły,
pogodne, bez deszczu, duże bele,
200 sztuk, cena 95 zł za belę,
tel. 784 - 136 - 103

Sprzedam działkę budowlaną,
Stare Kupiski, ul. Armii Krajowej,
cena do uzgodnienia,
tel. 660 - 690 - 665

Sprzedam prasę Claas Rolland
250, sprowadzona z Francji,
testowana w Polsce, siatka, rotor,
noże, stan dobry, cena 16 200 zł
do negocjacji, tel. 516 - 369 - 605

Sprzedam agregat podorywkowy
Gruber, 5 łap, szerokość 2,10 m,
cena 3 200 zł, tel. 506 - 308 - 709

Sprzedam ciągnik MTZ, (1991),
stan bardzo dobry, cena 23 000 zł,
tel. 506 - 308 - 709

Sprzedam prasę belującą, stan
bardzo dobry, mało używana,
garażowana, podbierak
hydraulicznie podnoszony,
cena 10 900 zł, tel. 516 - 535 - 582

Sprzedam ciągnik C-360 3P
z kabiną, (1987), cena 16 500 zł,
tel. 503 - 974 - 093

Sprzedam przyczepę, wywrotka,
zrejestrowana, cena 7 500 zł,
tel. 503 - 974 - 093

Sprzedam ciągnik Zetor 57-18,
(1979), 58 KM, nowe szerokie
opony, cena 18 000 zł,
tel. 605 - 621 - 149

Sprzedam prasę Sipma, pierwszy
właściciel, stan bardzo dobry,
mało używana, cena 23 000 zł,
tel. 722 - 098 - 987

Sprzedam ładowacz Troll, (1995),
cena 4 400 zł, tel. 790 - 858 - 666

Sprzedam siewnik Poznaniak,
(1985), na docisku sprężynowym,
cena 1 600 zł, tel. 790 - 858 - 666

Sprzedam tur do ciągnika MTZ,
udźwig 1 600 kg, cena 6 900 zł,
tel. 606 - 699 - 536

Sprzedam rozsiewacz nawozów
Unia Brzeg, cena 16 000 zł,
tel. 666 - 528 - 681

Sprzedam kombajn Bizon,
w oryginale, cena 35 500 zł,
tel. 666 - 528 - 681

Sprzedam siewnik Poznaniak,
stan bardzo dobry, cena 1 700 zł,
tel. 669 - 280 - 756

Sprzedam pług 3-skibowy
Kverneland, ścinany, stan bardzo
dobry, cena 1 900 zł,
tel. 508 - 599 - 988

Sprzedam słomę w belach, sucha,
ze stodoły, cena 60 zł za sztukę,
tel. 606 - 389 - 653

Sprzedam byczka, cena 400 zł
do negocjacji, tel. 788 - 992 - 714

Sprzedam siewnik Poznaniak,
na mechanicznej skrzyni,
plastikowe rurki, garażowany,
stan bardzo dobry, cena 1 900 zł,
tel. 508 - 599 - 988

Sprzedam pług obrotowy
Kverneland, zabezpieczenia
śrubowe, szerokie koło gumowe,
regulacje szerokości orki,
przedpłuki, cena 15 900 zł,
tel. 791 - 773 - 075

Sprzedam prasę Welger RP-220,
sprowadzona, cena 35 900 zł do
negocjacji, tel. 600 - 783 - 864

OGŁOSZENIA BEZPŁATNE ROLNICZE

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

Sprzedam siewnik do zboża
Poznaniak, cena 3 000 zł,
tel. 667 - 983 - 137

Sprzedam orkan do kukurydzy,
cena 2 300 zł, tel. 667 - 983 - 137

Sprzedam kosiarkę, czeska,
cena 2 000 zł, tel. 691 - 431 - 427

Sprzedam agregat uprawowy,
2,40 m, cena 1 500 zł,
tel. 691 - 431 - 427

Sprzedam prasę belującą Sipma,
nowy typ, stan bardzo dobry,
centralne smarowanie, szeroki
podbierak, cena 34 000 zł do
negocjacji, tel. 604 - 675 - 163

Sprzedam siewnik do zboża
Poznaniak, cena 1 300 zł
do negocjacji, tel. 798 - 505 - 118

Sprzedam pługi Staltech,
cena 3 000 zł, tel. 856 - 554 - 122

Sprzedam agregat, 5 m,
cena 9 500 zł do negocjacji,
tel. 516 - 163 - 910

Sprzedam rozrutnik Deguillaume,
cena 33 900 zł tel. 539 - 360 - 844

Sprzedam jałówkę wysokocielną,
wycielenie w styczniu 2020 r.,
cena 4 600 zł, tel. 510 - 738 - 726

Sprzedam rozrutnik Czarna
Białostocka, w dobrym stanie,
2-osiowy, 4,5 tony, cena 4 300 zł,
tel. 503 - 377 - 507

Sprzedam belarkę Welger Lely
RP-220, szerokie ogumienie,
owijanie siatką, centralne
smarowanie, sprawna i gotowa do
pracy, cena 30 900 zł do
negocjacji, tel. 506 - 286 - 951

Sprzedam przewracarkę, 5,50 m,
cena 6 500 zł, tel. 510 - 403 - 419

Sprzedam siewnik do zboża,
szerokość 3 m, cena 10 500 zł,
tel. 510 - 403 - 419

Sprzedam belarkę Welger RP-12,
stan dobry, cena 10 000 zł
do negocjacji, tel. 602 - 299 - 828

Sprzedam agregat uprawowy,
składany hydraulicznie, gotowy
do pracy, 4,20 m, cena 5 800 zł,
tel. 730 - 710 - 636

Sprzedam prasę kostkującą Fahr,
stan bardzo dobry, cena 3 800 zł,
tel. 603 - 481 - 198

KUPON

BEZPŁATNE OGŁOSZENIE
ROLNICZE

Treść ogłoszenia do 15 słów:

Warunkiem ukazania się ogłoszenia jest
podanie ceny!

Imię i nazwisko ogłaszającego:

Adres:

Tel.:

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

Czytelny podpis:

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

Zaprenumeruj na rok = 15 numerów za darmo!

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

Dla prenumeratorów 5 % rabatu na ogłoszenia!

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

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

Cennik i promocje:

1 miesiąc – 10 zł (~~10,80 zł~~)

3 miesiące – 30 zł (~~35,10 zł~~)

6 miesięcy – 55 zł (~~70,20 zł~~)

12 miesięcy – 100 zł! (~~140,40 zł~~)

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

Prenumerata realizowana przez RUCH S.A:

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

Ewentualne pytania prosimy kie-

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

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



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

Zamawiaj więcej płacąc mniej!

teraz pakiety promocyjne

dla wszystkich formatów odbitek

zdjęcia 10x15 już od **0,49 zł**

foto gabs
digital

ŁOMŻA, STARY RYNEK 16

ŁOMŻA, DMOWSKIEGO 1B

Kodak Express
Digital Solutions





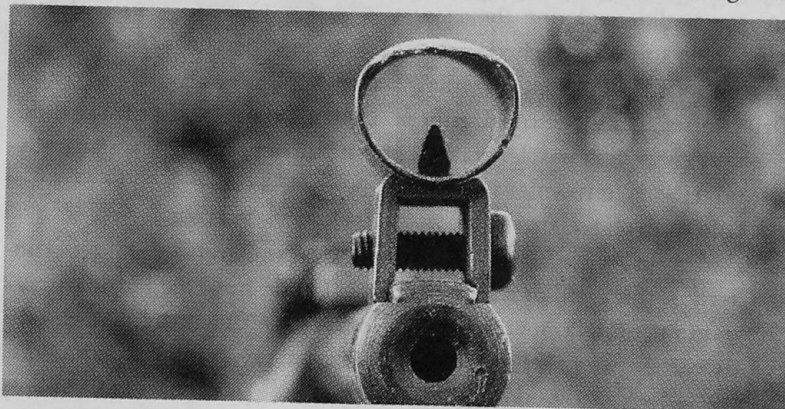
Tak zakończył jazdę audi we wsi Winna-Chroły (gm. Ciechanowiec) kierowca (24 lata) bez prawa jazdy. Z obrażeniami ciała został przetransportowany do szpitala. Fot. KPP Wysokie Mazowieckie

Myśliwym wstęp wzbroniony!

Właściciele gruntów (ziemi, łąk, lasów) mogą nie godzić się na obecność myśliwych na swojej ziemi i wyłączyć ją z obwodu łowieckiego. Dotąd obwody łowieckie wyznaczane były odgórnie, bez respektowania prawa własności. Nie można było sprzeciwić się myśliwym, gdy chcieli zbudować ambonę, rozjeżdżaniu gruntów myśliwskimi terenówkami. Teraz właściciele mogą zgłosić wyłączenie posiadanych terenów z obwodu łowieckiego. Oznacza to, że myśliwi nie będą tam mogli polować ani wykonywać żadnych innych czyn-

ności tzw. gospodarki łowieckiej. Aby tak się stało, właściciele ziemi muszą posiadać nieruchomości o „szczególnych właściwościach”

lub prowadzić działalność, którą gospodarka łowiecka ogranicza lub uniemożliwia. W praktyce oznacza to, na przykład, działalność agrotu-



rystyczną, rekreacyjną, planowanie wyodrębnienia działek budowlanych. Jako argument za wyłączeniem wystarczy brak akceptacji dla zabijania zwierząt.

Co istotne, właściciele terenów wyłączonych z obwodów zachowują prawo do odszkodowań, jeśli dziki, sarny lub jelenie wyrządzą w rolnictwie szkody. Wtedy odpowiedzialność za wypłacanie odszkodowań przejmie od koła łowieckiego lub nadleśnictwa skarbu państwa.

Szczegółowe informacje, jak wyłączyć ziemię z obwodu łowieckiego, można znaleźć na stronie www.zakazpolowania.pl.

Topielec w stawie

Ciało mężczyzny o nieustalonych dotąd personaliach zauważone zostało w stawie w gminie Kołaki Kościelne (pow. zambrowski). Na razie nie są znane okoliczności jego śmierci. Śledztwo w tej sprawie prowadzi prokuratura w Zambrowie.

Uciekinierzy

■ Na dachu zakończył przejażdżkę volkswagenem między Małym Płockiem a Rogienicami na trasie Łomża – Kolno kompletnie pijany (ponad 3 prom.). Nic mu się nie stało, więc wygramolił się z auta i uciekł. Nie na długo. Policja już go ma.

■ To przyspieszające, to hamujące bmw zauważył policyjny patrol na ulicy Grajewa. Kiedy policjanci dali znak do zatrzymania, kierowca (31 lat) bmw przyspieszył. Po chwili skasował znaki drogowe, wybiegł z auta i zaczął uciekać. Po schwytaniu okazało się, że jest pijany i pod wpływem narkotyków. W samochodzie miał zapas marihuany.



36 nowych policjantów (7 kobiet i 29 mężczyzn) złożyło ślubowanie, że będą „strzec bezpieczeństwa państwa i jego obywateli, nawet z narażeniem życia”. Zanim jednak trafią do codziennej służby, czekanie. Fot. policja



Poradnia psychologa

Mój syn się obżera!

Mój syn bardzo dużo je. Ma 10 lat, ale już jest taki gruby, że dzieci się z niego śmieją. Czy na to można coś poradzić?

Ewa

Dzieci nie rodzą się grubasami, dopiero po urodzeniu uczą się jeść nadmiernie. Jeśli dziecko je choć nie jest głodne, można mówić, że ma problem z jedzeniem. Dlaczego tak się dzieje? Najczęściej trening jedzenia zaczyna się tuż po urodzeniu. Na przykład, dziecko płacze, bo się nudzi albo dlatego, że czymś się rozzłościło, a rodzice dają mu wtedy butelkę, żeby przestało płakać. W ten sposób dzieci uczą się, że wszelkie nieprzyjemne stany wewnętrzne można rozładować przy pomocy jedzenia (lub wkładania czegoś do buzi – picia, obgryzania paznokci, ssania palca itd.). Nie uczą się odróżniać głodu od złości, nudy czy niezadowolenia i innych emocji.

W późniejszym okresie życia istotną rolę w wytworzeniu nawyku jedzenia odgrywa to, że rodzice lub opiekunowie (np. babcia) mają przekonanie, iż „dobre dziecko to najedzone dziecko”. Gdy dziecko zje kolację, są przekonani, że jesz-

cze nie najadło się do syta, zaczynają namawiać do jeszcze jednej łyżki i jeszcze jednej i tak dalej. Czasem dla zachęty rodzice wyczyniają prawdziwe cyrki przy jedzeniu: widelec zamienia się w samolot, karmią dziecko podczas oglądania telewizji, podczas spaceru, zabawy puzzlami itd. Niekiedy rodzice, myśląc o dziecku, w pierwszym rzędzie zastanawiają się, czy nie jest ono przypadkiem głodne. Pytają je o to i w ten sposób w życiu dziecka ciągle obecny jest „temat jedzenia”. Dzieci uczą się myśleć o jedzeniu bez przerwy. Oczywiście, ważną rolę odgrywają tu również nawyki jedzenia samych rodziców (to, że sami jedzą zbyt wiele).

Co robić zależy od przyczyn zachowania syna. Na pewno należy odwracać uwagę od jedzenia. Dobrze byłoby, żeby w domu były owoce i warzywa, a nie słodczyce i chipsy. Warto również zbadać syna: nadmierna otyłość może być objawem różnych chorób (choćby cukrzycy) oraz może wywoływać różnego rodzaju choroby.

Dr Marcin Florkowski
psycholog



Przysmak podlaski

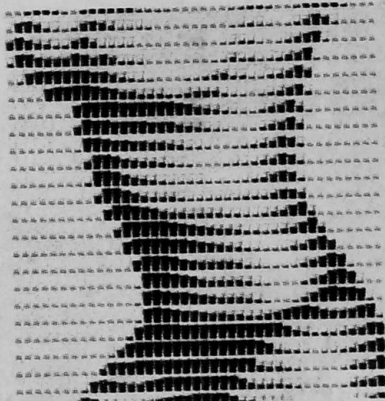
Staroświecki bigos

Składniki:

- 2,5 kg kiszonej kapusty
- 0,5 kg surowego boczku wędzonego
- 0,5 kg dobrej cienkiej kielbasy
- 1 udko kurczaka
- 0,5 kg mięsa wieprzowego
- 30 dag wołowiny
- 2 duże cebule
- 5 – 10 suszonych śliwek
- kilka suszonych grzybków
- jabłko
- ziele angielskie

- jałowiec
- pieprz ziarnisty
- liść laurowy
- sól

Grzyby wcześniej namoczyć i ugotować, udko ugotować w ok. 1 l wody. Boczek i kielbasę pokroić w kostkę i wysmażyć. Wieprzowinę udusić z przyprawami. Kapustę, jeśli jest bardzo kwaśna, przepłukać, pokroić i włożyć do garnka. Dodać ugotowane grzyby z wywarem, pokrojone mięsa, przesmażone wędliny i pokrojoną w piórka cebulę, suszone śliwki i pokrojone na ćwiartki jabłko. Włożyć liść, pieprz ziarnisty, ziele angielskie, jałowiec (ilości, jak kto lubi). Podlać wywarem po ugotowaniu udka. Gotować na wolnym ogniu. Wystudzić i powtórzyć gotowanie.



Pytanie intymne

Jesteśmy razem ponad trzy lata. Myślałam, że mój mężczyzna jest zadowolony, a on ostatnio zaczął mówić o zmianach i zaproponował miłość grecką. Jestem nieśmiała, mało odważna, ale sprzeciwiłam się dość stanowczo. Choć nie wiem, na czym to polega.

Milena

Miłość grecka, to inaczej seks analny. Najczęściej inicjują go mężczyźni, bo dostarcza im wiele odzucia innych, niż przy seksie tradycyjnym.

Lekarz domowy

Czasami drętwieją mi ręce i nogi. To nie boli, ale jednak przeszkadza. Czy zgłosić się z tym do lekarza, czy to nic poważnego?

Andrzej

Człowiek czuje się dobrze, gdy mu nic nie dolega. Także drętwienie nóg i rąk. Gdy zdrętwieje ręka albo noga z powodu długiej niewygodnej pozycji, można to zbagatelizować. Ale drętwienie może być objawem różnych chorób. Drętwienie rąk występuje przy problemach z odcinkiem szyjnym kręgosłupa, a drętwienie nogi przy kłopotach z odcinkiem lędźwiowym lub krzyżowym.

Pod paragrafem

Chciałbym skorzystać z leczenia w sanatorium. Jakie warunki należy spełnić?

Paweł

Z leczenia uzdrowskiego ma prawo skorzystać każdy ubezpieczony, który otrzymał od lekarza skierowanie na takie leczenie. Lekarz bierze pod uwagę stan zdrowia i wskazania, które uzasadniają odbycie kuracji uzdrowskiej. Skierowanie jest ważne 18 miesięcy. Zostaje przekazane do oddziału Narodowego Funduszu Zdrowia z kompletem wyników badań, które musi wykonać pacjent (badania krwi, moczu, zdjęcie klatki piersiowej, EKG). Fundusz rozpa-

cyjnym. Polega na penetracji „drugiej dziurki”. Do tego trzeba kobietę odpowiednio przygotować i przyzwyczaić. Konieczne są: brak pośpiechu, delikatność i głęboka więź. Gdy kobieta jest już podniecona, można zacząć pieścić nowe miejsce. Okolice „drugiej dziurki” są niezwykle unerwione i umiejętnie, delikatnie ich pieszczoty bardzo podniecają kobietę.

Miłość grecką można uprawiać w różnych pozycjach. Bardzo podniecająca jest pozycja bokiem z odchyleniem na plecy mężczyzny, który w efekcie jest jakby pod kobietą. Może wówczas, wykonując delikatne ruchy w „drugiej dziurce”, jednocześnie pieścić prawą dłoń pierś, a lewą łechtaczkę kobiety. Często przeżywa ona w takiej pozycji jednocześnie podwójny orgazm.

Warunek przy wszelkich nowinkach w seksie: oboje muszą tego chcieć. Jeśli jedno z partnerów czegoś nie chce, nie musi się zmuszać. Oczywiście, nie wolno też nikogo wtedy zmuszać.

tach z odcinkiem lędźwiowym lub krzyżowym. Występuje także przy przeciążeniu kręgosłupa. Bezpiecznie będzie skontaktować się z ortopedą (trzeba mieć skierowanie od lekarza pierwszego kontaktu).

Wiele chorób, objawiających się drętwieniem kończyn ma podłoże neurologiczne. Nogi drętwieją też z powodu niedoborów witamin i minerałów, zwykle magnezu lub wapnia. Wtedy także pojawiają się drżenia mięśni i bolesne skurcze.

Aby stwierdzić, co nam naprawdę dolega, potrzebna jest diagnoza, czyli trzeba udać się do lekarza.

truje skierowanie nie później niż 30 dni od daty wypłynięcia.

Przy leczeniu sanatoryjnym pacjent płaci za przejazd do i z sanatorium oraz częściowo pokrywa koszty zakwaterowania i wyżywienia (rolnicy, ubezpieczeni w KRUS, nie płacą za nic i zwraca im się koszty przejazdów). Leczenie uzdrowskowe nie stanowi podstawy do zwolnienia z pracy, pacjent może korzystać z turnusu w ramach urlopu.

Podstawą do zwolnienia z pracy jest pobyt w szpitalu uzdrowskim. Chory otrzyma wówczas zaświadczenie usprawiedliwiające czasową nieobecność w pracy. Turnus trwa 21 dni, a w określonych przypadkach 28 dni.

Zwierz i wiesz, czego chcesz



Którym zwierzęciem chętnie byś się zaopiekowała?
Wybierz jedno, a dowiesz się,
jaki mężczyzna Cię pociąga.

Łoś: szukasz spokojnego mężczyzny, najlepiej, gdyby był od Ciebie kilka lat starszy, wyważony, bez nałogów, domator, kochający rodzinę. Oczekujesz, że będzie opiekuńczy i zapewni Ci bezpieczeństwo, także ekonomiczne.

Pies: pragniesz mężczyzny kumpla, wesołego i towarzyskiego. Zgodzisz się na jego rozrywkowe życie, gdy będzie w nim miejsce dla Ciebie i wspólne szaleństwa. Chcesz liczyć na jego wyrozumiałość i wierność. I będzie tak, że nie zawiedzie, pomoże i pocieszy. W dodatku, będzie wierny, jak... pies.

Wilk: pociąga Cię mężczyzna zdecydowany i pewny siebie. Przyjaciół, można się na nim wesprzeć. Trzeba pamiętać, że wilk potrzebuje dużo przestrzeni i czasami w domu i rodzinie może mu być zbyt ciasno. Może być porywczy i wybuchowy oraz zazdrosny.

Paw: interesuje Cię mężczyzna spokojny, przywiązujący dużą wagę do dobrych manier, zasad dobrego tonu, dobrego wyglądu i detali. Nie będzie przepadał za dużym towarzystwem i za głośnymi zabawami. Raczej nieufny

i nie lubi żadnej krytyki na swój temat. Współżycie z nim może być dość trudne.

Orzeł: pociąga Cię mężczyzna z silną osobowością, ambitny i władczy. Taki, który wszystko, także uczucia, potrafi poświęcić, aby tylko osiągnąć zamierzony cel. W związku bardzo niezależny i nie da się „ugłaskać”. U innych ceni intelekt, doświadczenie i pracowitość. Zna swoją wartość, jest pewny siebie i zarozumiały. Lubi przewodzić w towarzystwie.

Kot: lubisz przebywać w towarzystwie mężczyzny, który Cię aduruje, zasypuje komplementami, zaskakuje miłymi niespodziankami. Jest lubiany, można na nim polegać. On też lubi być „głaskany” i chwਾਲony. Czasami bez powodu bywa zazdrosny i wtedy humorzasty.

Niedźwiedź: chcesz czuć się przy mężczyźnie bezpiecznie, ale ciągle osłanianie Cię przed wszystkim i wszystkimi może doprowadzić do towarzyskiej izolacji. To niebezpieczna pułapka. Nie licz na zbyt dużą pomoc w innych kwestiach, bo Twój mężczyzna będzie głównie myślał o sobie i swoich potrzebach.



– Polityków powinny łączyć wspólne cele...

– Tak! Z pryzmami i bez telewizora!

Facet spędza miłe chwile u kochanki. Nagle do domu wraca mąż. Kobieta szybko bierze worek ze śmieciami, spokojnie daje stojącemu jeszcze w drzwiach mężowi i mówi:

– Kochanie, proszę wynieś śmieci.

Mąż wychodzi ze śmieciami, kochanek w tym czasie wymyka się niepostrzeżenie i w drodze do domu myśli: „Jaka inteligentna, sprytne i co za refleks!”

Wchodzi do domu, a tu żona daje mu worek ze śmieciami i mówi:

– Kochanie, proszę wynieś te śmieci.

Facet bierze worek i w drodze do śmietnika myśli: „A to jęzda! Cały dzień w domu siedzi i nawet śmieci nie wyniesie!”

– Czym się różni alpinista od chorego na ospę?

– Alpinista drapie się tam, gdzie go nie swędzi.

Dwóch kumpli zasiedziało się do późna w barze. Do domu ruszyli na mocnym rauszu. Idą, dyskutują, nagle jeden przystaje i mówi:

– Zobacz, jaki ładny księżyc!

– To nie księżyc tylko słońce – stwierdza po wnikliwej lustracji nieba kolega. Sprzeczą się tak pewien czas, aż dostrzegają policjanta.

– Panie władzo, niech pan rozstrzygnie! To, co świeci u góry, to księżyc czy słońce? – pyta grzecznie któryś.

– Nie wiem, nie jestem stąd.

Dlaczego Jezus po zmartwychwstaniu najpierw ukazał się kobiecie, Marii Magdalenie?

– Chciał, żeby dobra nowina jak najszybciej się rozeszła.

– Ile żołnierz ma par butów i z czego?

– Żołnierz ma dwie pary butów, z czego jedną w magazynie.

Bóg wysłał na Ziemię Dziewicę Orleańską, żeby rozejrzała się, dlaczego na niej tyle zła.

Pierwszego dnia Dziewica dzwoni do Boga i mówi:

– Tu Dziewica Orleańska, nauczyłam się palić.

Drugiego dnia:

– Tu Dziewica Orleańska, nauczyłam się pić.

Trzeciego dnia:

– Tu Orleańska...



Rys. Andrzej Milewski

Tu warto być

Białystok

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

■ „Upiór w Operze”, to musical wszech czasów, najdłużej grany spektakl w historii Broadwayu. Ponadczasowa historia miłości Upiorka do ślicznej sopranistki Christine i niebywale emocjonalna muzyka Webbera od lat zachwyca i wzrusza publiczność na całym świecie. Polska interpretacja wykracza daleko poza historię miłosnego trójkąta. Jest to sztuka z niezwykle aktualnym przesłaniem dotyczącym problemu konfrontacji z „innym”, naszej tolerancji i podświadomych lęków; piątek i sobota, 22 i 23 listopada, godz. 19.00 oraz niedziela, 24 listopada, godz. 18.00.

Teatr Dramatyczny im. A. Węgierki (ul. Elektryczna 12, tel. 85 7499 196):

■ Premierowy spektakl „Samobójca” Mikołaja Erdmanna. Napisana w 1928 roku tragikomedia była oskarżeniem sowieckiego systemu, w którym jednostka nie liczy się, chyba że umiera za tzw. słuszną sprawę. Dlatego utwór był zakazany i za życia autora (zmarłego w 1970 roku) nie ujrzał sceny. Nie stracił na aktualności; sobota i niedziela, 23 i 24 listopada, godz. 16.00.

Ciechanowiec

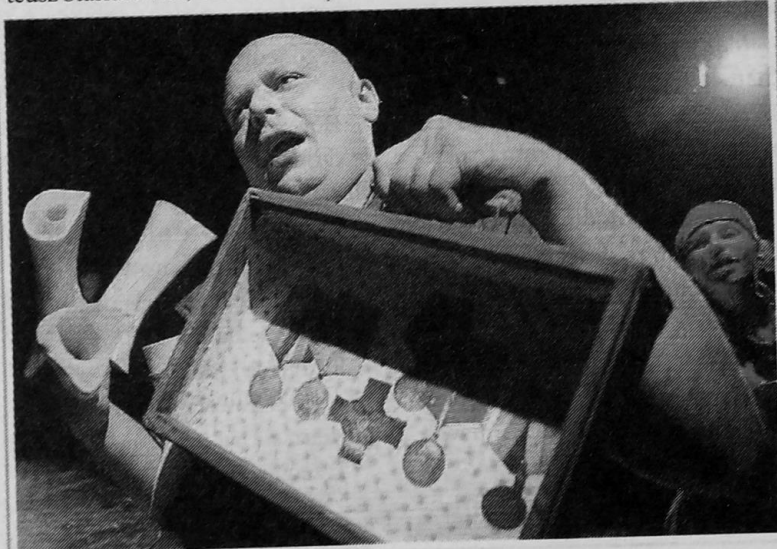
Muzeum Rolnictwa im. ks. K. Kluka (ul. Pałacowa 5, tel. 86 277 13 28):

■ XXXIX Konkurs Gry na Instrumentach Pasterskich im. Kazimierza Uszyńskiego. Przesłuchania konkursowe odbędą się w sobotę, 30 listopada. Rozstrzygnięcie Konkursu oraz koncert laureatów w niedzielę 1 grudnia.

Łomża

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

■ „Dziady. Noc Druga”, gościnny nagradzany spektakl Teatru Wierszaliński z Supraśla w reżyserii Piotra Tomaszuka. Wystąpią: w roli Konrada – Rafał Gąsowski oraz Dariusz Matys, Monika Kwiatkowska, Katarzyna Wolak, Mateusz Stasiulewicz, Mateusz Krzyżewski; czwartek, 21 listopada, godz. 18.00.



■ Koncert zespołu Sexbomba, występującego nieprzerwanie od 1986r. Jego muzyka, to kombinacja punk rocka i rockandrolla; piątek, 22 listopada, godz. 19.00.

■ Spektakl Teatru Okno pt. „Słoń, ptaki...”. Przedstawienie familijne dla widzów od 3 do 103 lat; niedziela, 24 listopada, godz. 11.00.

Galeria N (Klub Wojskowy, al. Legionów 133):

■ Otwarcie wystawy zbiorowej z okazji 35 lat Klubu Wojskowego w Łomży. W programie koncert Łukasza Jemioły; wtorek, 26 listopada, godz. 18.00.

Piątnica

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

■ Dzień Seniora z występem kabaretu Kolneńskie Dziewczyny i zabawą taneczną przy akompaniamencie zespołu muzycznego; piątek, 29 listopada, godz. 18.00.

Repertuar kin:

Kino Relax Grajewo: 22 – 24 listopada – „Rodzina Adamsów”, godz. 17.00 oraz „(Nie)znajomi”, godz. 19.00. **Kino MOK Zambrów:** 22 listopada – „Mój przyjaciel Ufik”, godz. 14.45 oraz „Nieplanowane”, godz. 16.45 i „Terminator”, godz. 19.30; 25 – 28 listopada – „Mój przyjaciel Ufik”, godz. 14.45 oraz „Terminator”, godz. 16.45 i „1800 gramów”, godz. 19.30.

HOROSKOP

BARAN (21 III–20 IV): coś trwa tak długo, że uznasz, iż sprawa Cię przerosła i postanowisz zrezygnować. Może i dobrze? Jeśli chodzi o miłość, zrobisz coś bezinteresownego.

BYK (21 IV–21 V): zatęsknisz za beztroską, skusi Cię impreza, wyjazd w ulubione miejsce? Życie jakby zatrzyma się na moment w ciszy, kontakcie z naturą i spokojem. Potem będziesz patrzeć na świat oczami szczęścia.

BLIŹNIĘTA (22 V–20 VI): zapiekuje się kimś, pomożesz. Wyjdzie na jaw Twoja romantyczna dusza, delikatność i umiejętność słuchania. W tym tygodniu zajmij się czymś, co pozwoli Ci uruchomić wyobraźnię, tworzyć, przymierzać się do różnych form. Oderwij się od ziemi, czasem to pomaga.

RAK (21 VI–22 VII): popracuj nad swoim charakterem. Nie dość, że uważasz, iż inni są na Twoje usługi, to jeszcze traktujesz ich nie najlepiej. A ludzi trzeba szanować i doceniać, kiedy Cię kochają i dobrze Ci życzą. Pogódź się z kimś, uśmiechnij się do kogoś, kto czeka od dawna na życzliwość.

LEW (23 VII–22 VIII): może praca, a może Twój związek znudził Cię. A naprawdę nie jest źle, nie ma powodu do narzekań. Przyszedł po prostu taki moment, że szukasz dziury w całym. Doceń pozytywne strony swojego życia, porozmawiaj z kimś, kto teraz naprawdę przeżywa kryzys. Dostrzeżesz, że układa Ci się nie najgorzej i jeszcze możesz wspomóc kogoś innego swoją radą.

PANNA (23 VIII–22 IX): podejmiesz próbę porozumienia się z kimś młodym, ale minie trochę czasu, zanim uda Ci się zrozumieć, o co chodzi. Ten ktoś ma problemy, nie bagatelizuj ich i nie uciekaj od prawdy. Coś trzeba będzie przełożyć na inny termin, bo za szybko się nie da.

WAGA (23 IX–23 X): będziesz prowadzić trudne, ale konieczne negocjacje. Nie ugnij się pod naporem argumentów. Z kimś bliskim mogą być nieporozumienia, bo Ty reagujesz emocjonalnie, a ktoś będzie patrzeć na chłodno i z dystansem. W tym tygodniu Twoim atutem będzie znajdowanie właściwej perspektywy, nie zagubisz się.

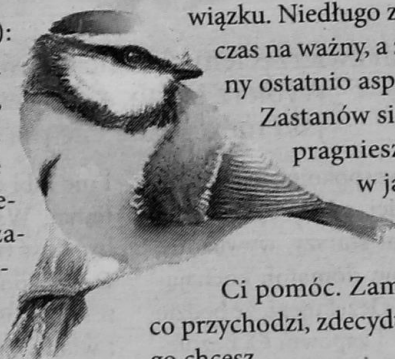
SKORPION (24 X–21 XI): do kogo przychodzi radość? Do tych, którzy mają odwagę marzyć, wyobrażać sobie szczęśliwe rozwinięcia, wizualizować sobie najlepsze możliwe rozwiązania. Odrzuć smutki i znajdź radość każdego dnia.

STRZELEC (22 XI–21 XII): jeszcze chwilę będzie Ci ciężko, ale potem odpoczniesz z poczuciem dobrze spełnionego obowiązku. Niedługo znajdziesz czas na ważny, a zaniedbany ostatnio aspekt życia. Zastanów się, jakiego pragniesz wyniku, w jakim czasie i kto mógłby Ci pomóc. Zamiast brać, co przychodzi, zdecyduj się, czego chcesz.

KOZIOROŻEC (22 XII–19 I): pomyłka? Zaufanie komuś, komu nie było warto wierzyć? No cóż, błąd może i ewidentny, jednak nie karz się za jedną sprawę wielokrotnie. Umiesz wybaczać innym, wybac też i sobie.

WODNIK (20 I–18 II): odczujesz kolejne przypomnienie o cyklicznej naturze życia, bo Koło Fortuny odwróci niekorzystne sytuacje w magiczny sposób na Twoją korzyść. Co szło źle i jak po grudzie, teraz będzie przebiegać znakomicie, aż się zdziwisz.

RYBY (19 II–20 III): zasiej ziarno pod przyszłe sukcesy. Gdy ktoś Ci coś zaproponuje, przyjmij z wdzięcznością albo podejmij kroki, żeby samemu zrealizować coś ważnego. Już teraz widać, że jesteś na dobrym kursie



Lekkoatleci „Prefbetu” startowali w 56 krajach na wszystkich kontynentach, zdobyli 142 medale Mistrzostw Polski

20 lat Klubu „Prefbet Śniadowo” Łomża



Rok 2000: wszyscy zawodnicy oraz Andrzej Korytkowski (pierwszy od prawej w trzecim rzędzie) i kierownictwo PPB Prefbet z prezesem Jerzym Michalakiem (trzeci od prawej)

„Pamiętam zawody makroregionalne młodzików w Zamościu, gdzie spałem w samochodzie, a na inne brało się śpiwór i spało na podłodze. Ale przetrwaliśmy najgorszy czas, a Przedsiębiorstwo „Prefbet” z polepszającą się sytuacją zwiększyło wsparcie Klubu”, wspomina w 20. rocznicę LŁKS Prefbet Śniadowo Łomża założyciel i prezes Klubu Andrzej Korytkowski. Dziś Klub może pochwalić się licznymi sukcesami: 142 medalami 72 medalistów Mistrzostw Polski, 17 reprezentantami kraju, 5 rekordami Polski (w tym 2 aktualne), półfinałem Igrzysk Olimpijskich w Londynie Anny Jesień na 400 ppł i 4x400, 2 tytułami Mistrza Świata i 5 razy z rzędu Pucharem Świata Piotra Łobodzińskiego w Towerrunning, 3 tytułami wicemistrza Europy (2 Łobodzińskiego oraz Joanny Fiodorow w rzucie młotem), dwoma sezonami występów w Ekstraklasie Lekkoatletycznej, udziałem w przełajowym Klubowym Pucharze Europy, czterokrotnym zwycięstwem we współzawodnictwie Sport Dzieci i Młodzieży.

Najwięcej medali zdobyli: Justyna Korytkowska (14), Emil Dobrowolski (12), Arkadiusz Wojno (10), Ewelina Lubiejewska (9), Piotr Ło-

bodziński (8), Daniel Chyliński (7), Magdalena Stankiewicz (7), Przemysław Dąbrowski (7).

„W dniu jubileuszu dziękuję prezesom PPB Prefbet ze Śniadowa Jerzemu Michalakowi, Antoniemu Chojnowskiemu i Dariuszowi Gomoliszkowi za wszystkie lata, w których nas wspierali oraz Romanowi Sznytowi, Markowi Mackiewiczowi, Czesławowi Filipkowskiemu, Krzysztofowi Piszczatowskiemu, Urzędowi Miejskiemu w Łomży z prezydentami Jerzym Brzezińskim, Mieczys-

ławem Czerniawskim i Mariuszem Chrzanowskim”, wymienia dobroczyńców Klubu Andrzej Korytkowski.

Ciesz go, że zawodnicy Klubu po zakończeniu przygody ze sportem dają sobie dobrze radę w życiu: „Mamy wśród nich księdza, stewardessę, żołnierzy zawodowych, strażaków, policjanta, pracownika ministerstwa sprawiedliwości, doktora nauk matematycznych, właściciela dużej firmy w Londynie oraz gwiazdę Disco Polo Magdę Narożną, z domu Wolińską”.



Na zakończenie sezonu: Olga Ochal z brązowym medalem Mistrzostw Polski

XXIII Turniej Tańca w Łomży



Na XXIII Ogólnopolski Turniej Tańca Towarzyskiego Sportowego, Mistrzostwa Województwa Podlaskiego i XIV Dziecięcą Galę Taneczną zapraszają Regionalny Ośrodek Kultury w Łomży i Klub Tańca Towarzyskiego „Akał” do Hali Sportowej w Piątnicy (ul. Szkolna 29). W dwudniowym Turnieju wystąpi około 450 par tanecznych z całej Polski. Rozpoczęcie Turnieju w sobotę, 23 listopada, o godz. 11.00. Wzniesienie w niedzielę, 24 listopada, o godz. 10.00. Finałową galę wieczorną poprowadzi od 17.30 jurorka Tańca z Gwiazdami Iwona Szymańska Pavlović.

Zanurzenie morsów

Wejściem do wody Zalewu otworzyły sezon morsy Ciechanowca w niedzielę, 24 listopada (godz. 14.00). Po otwarciu Morsy Ciechanowiec Team oraz Ciechanowiecki Ośrodek Kultury i Sportu zapraszają na poczęstunek i rejestrację potencjalnych dawców szpiku kostnego.

Turniej Tańca w Grajewie

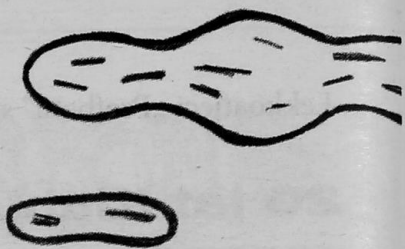
III Ogólnopolski Turniej Tańca Towarzyskiego o Puchar Burmistrza Grajewa odbędzie się w sobotę, 30 listopada w hali MOSiR (ul. Strażacka 2). Rozpoczęcie Turnieju – godz. 11.00. Gala Finałowa – godz. 18.00.

Mikołajkowy Turniej Badmintonu

Miejski Ośrodek Sportu i Rekreacji w Grajewie zaprasza na Mikołajkowy Turniej Badmintonu w piątek, 6 grudnia (godz. 17.00, MOSiR). Ostateczny termin zgłoszeń: do środy, 4 grudnia, tel. 86 261 11 34, wew. 23. W Turnieju startować może każdy chętny, udział jest bezpłatny.



Piatuś



JOGURT STWORZONY DLA DZIECI

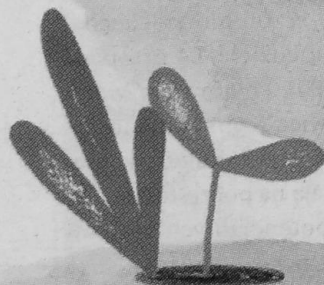


Z PIĄTNICY, NO BO SKĄD.



m

m



m

...



Pos

Tygodnik Podlaski
www.kontakty-tygodnik.com.pl

9 770208 684005 48