

Ziomek będzie świętym • Program TV

Tygodnik Podlaski
www.kontakty-tygodnik.com.pl

KONTAKTY

Nr 6 (1941)

9 lutego 2020

cena: 2,70 zł (z VAT 8%)

Jula, Zenek, Krynicka w karykaturze



Autor: Tomasz Brański, Galeria N w Łomży (szczegóły, str. 22)

Kapucyn „Od Uśmiechu”

Chorych psychicznie
przywozili do miasta
i porzucali

Wstyd



Ilustracja: Jacek Yerka



Polacy, którzy pracowali lub przebywali w rejonie zawalonych wież World Trade Center po atakach z 11 września 2001 r., wciąż mogą starać się o odszkodowanie!

Sprawdź, czy należą ci się pieniądze z USA

Po atakach z 11 września 2001 r. na World Trade Center robotnicy, oczyszczający zgliszcza nie zostali poinformowani o niebezpiecznych dla zdrowia substancjach w powietrzu. Praca w toksycznym środowisku przyczyniła się do rozwoju chorób nowotworowych, gastrycznych i układu oddechowego. To podstawa do walki o wypłatę wysokich odszkodowań. Działalność funduszu odszkodowawczego została przedłużona do 2022 r. i zasilona dodatkowymi 10 mld dolarów.

Wszystkie spóźnione i odrzucone wcześniej wnioski będą ponownie rozpatrzone. To szansa dla tych, którzy nie dotrzykali terminów, nie wiedzieli o funduszu lub o tym, że mogą ubiegać się o odszkodowanie. Może to dotyczyć nawet 5 000 Polaków.

W przypadku chorób nienowotworowych (głównie układu oddechowego i pokarmowego) można liczyć na jednorazowe odszkodowanie do 90 tys. dolarów.

W przypadku nowotworów do 250 tys. dolarów.

Jeśli chory umrze, spadkobiercy otrzymują kolejne 250 tys. dolarów.

Jeśli chory był w związku małżeńskim, wówczas partner otrzymuje dodatkowo 100 tys. dol. I każ-



de dziecko również po 100 tys. dol. Do tego, jeśli wskutek choroby przerwało się pracę, a miało się poniżej 65 lat, można jeszcze liczyć na pieniądze wynikające ze strat związanych z niemożnością podjęcia pracy.

Zakładając, że ktoś w wieku 50 lat zachorował na raka i nie mógł z tego powodu pracować, a zarabiał 50 tys. dol. rocznie, to może liczyć na rekompensatę w wysokości 15 lat utraconych zarobków (utracone zarobki do momentu osiągnięcia 65 lat).

Nowe zapisy dotyczą także przyszłych roszczeń, które zostaną złożone do 29 lipca 2021 r. Według prawa wnioski te będą uznane za złożone w terminie.

- To odpowiedź na obawy wnioskodawców, którzy nie dotrzykali wcześniejszych terminów (datą graniczną był 2020 r.), ponieważ nie wiedzieli o istnieniu Funduszu VCF lub nie mieli w ogóle pojęcia, że mogą starać się o odszkodowanie. Być może nie byli również świadomi, że ich stan zdrowia lub śmierć bliskiej osoby były związane z przebywaniem w strefie skażonej po atakach z 11 września 2001 r. Szanse na uzyskanie odszkodowań mają więc ci, którzy nie zdawali sobie sprawy, że byli uprawnieni do złożenia roszczenia do VCF oraz ci, którzy myśleli, że jest już za późno - wyjaśnia ekspert (źródło: onet.pl)



Panu Henrykowi Trojanowskiemu
wraz z rodziną
wyrazy żalu i współczucia z powodu śmierci brata
TADEUSZA TROJANOWSKIEGO
ojca zakonnego
składają
przyjaciele z Wyższej Szkoły Agrobiznesu w Łomży



Wyrazy współczucia Panu Janowi Karwowskiemu
z powodu śmierci
BRATA
Łączymy się w żalu z rodziną
Prokurator Okręgowy w Łomży wraz z Prokuratorami
i Pracownikami Okręgu Łomżyńskiego

REKLAMA

REPORTAŻE ŚLUBNE TANIEJ NIŻ MYŚLISZ



PRZYJDŹ SPRAWDŹ OBEJRZYJ

foto
gabs
digital

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

KONTAKTY

Tygodnik Podlaski

rok założenia 1980

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

Adres:

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

Redaguje zespół:

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

Oddział w Białymstoku:

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

Stale współpracują:

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

Rysunki: Waldemar Rukś

Felieton: Adam Dobroński

Zdjęcia: Gabor Lőrinczy, Sławomir Stempczyński,
www.joemonster.org

Wydawca:

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

Adres:

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

Sekretariat i Biuro Ogłoszeń:

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

Biura Ogłoszeń:

ARIUH „Dylewski”

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

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

Obróbka zdjęć barwnych: Gabs-Foto,
Stary Rynek 16, Łomża, tel. (86) 216-77-16

DTP: GroupMedia

Druk: Drukarnia Prasowa Ignatki

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

Wydawca jest członkiem Izby Wydawców Prasy.
Materiałów nie zamówionych redakcja nie zwraca
i zastrzega sobie prawo dokonywania skrótów.

Za treść ogłoszeń redakcja ponosi
odpowiedzialność w granicach wskazanych
w ust. 2 art. 42 ustawy Prawo Prasowe.



Unoszą się ponad przeciętność



„Śmiało możemy powiedzieć, że kultura jest tą dziedziną, która wyróżnia Łomżę nie tylko w regionie, ale również i w kraju”, mówił prezydent Mariusz Chrzanowski, gratulując laureatom; na zdjęciu z Kapelą „Miód na Serce”

Kapela „Miód Na Serce” i pracownicy Miejskiego Domu Kultury-Domu Środowisk Twórczych w Łomży, to laureaci nagrody prezydenta miasta za szczególne dokonania w dziedzinie kultury za 2019 rok. Kapela „Miód Na Serce”, którą tworzą Paweł Dąbkowski, Agnieszka Zielewicz i Paweł Zielewicz, powstała w 2017 roku i wykonuje muzykę inspirowaną autentyczną pieśnią i melodią Puszczy Zielonej. Grają w składzie typowym dla kapel kurpiowskich sprzed ponad stu lat i na charakterystycznych, lokalnie wykonanych instrumentach: skrzypcach wiejskich, bassetli, bębnie obręczowym i barabanie.

Kapela, oprócz wielu występów w mieście i regionie, reprezentowała Łomżę, między innymi, na Ogólnopolskim Konkursie Kapel Ludowych w Chojnicach, gdzie zdobyła Grand Prix, w Turnieju Muzyków Prawdziwych w Szczecinie, gdzie zajęła pierwsze miejsce.

Miejski Dom Kultury-Dom Środowisk Twór-

czych organizuje takie wydarzenia, jak: Krajowe Targi Jazzowe, Gościniec Łomżyński, Wirująca Strefa, Łomżyńska Jesień Kulturalna, Łomżyńskie Wieczory Kabaretowe, Cafe Kultura, Ogólnopolski Konkurs Poetycki im. Jana Kulki, Konfrontacje Teatrów Młodzieżowych, Spotkania z kulturą Niepopularną Off Road, przeglądy muzyczne: Soundtrack i Big Bit oraz cykliczne koncerty: Gwiazdka z nieba, Przyjaciele Pani Hani.

Laureaci zostali uhonorowani nagrodami finansowymi (Kapela „Miód Na Serce” 4 500 zł i pracownicy MDK-DŚT 16 500 zł). Oprócz tego otrzymali pamiątkowe ceramiczne statuetki lotników z kamieniczkami Starego Rynku, które zaprojektowała i wykonała łomżyńska artystka Ewa Skłodowska. Mają symbolizować unoszenie się ponad przeciętność ludzi kultury.

Uroczyste wręczenie nagród odbyło się w Teatrze Lalki i Aktora w Łomży w środę, 5 lutego.

MYSŁ TYGODNIA:

Nieograniczonej władzy pragną zazwyczaj ograniczeni

Ryszard Podlewski



544 063 przypadki grypy zanotowane zostały od 1 do 31 stycznia w Polsce, wynika z danych Narodowego Instytutu Zdrowia Publicznego Państwowego Zakładu Higieny. Z powodu grypy zmarło w tym czasie 10 osób. W naszym województwie od 16 do 31 stycznia zachorowało 2050 ludzi. Do szpitala trafiło 11. Przy wystąpieniu takich objawów, jak: gorączka, bóle głowy, bóle mięśniowo-stawowe, kaszel, ból gardła lub duszność należy zgłosić się do lekarza i pozostać w domu. Zmniejsza to ryzyko groźnych powikłań i ogranicza rozprzestrzenianie się choroby.

■ Podlaski Zespół Parlamentarny powołał posłowie różnych opcji z Podlaskiego: Adam Andruskiewicz (PiS), Mieczysław Baszko (PiS), Eugeniusz Czykwini (PO), Kazimierz Gniazdowski (PiS), Lech Antoni Kołakowski (PiS), Stefan Krajewski (PSL), Paweł Krutul (SLD), Dariusz Piontkowski (PiS), Aleksandra Szczudło (PiS), Krzysztof Truskolaski (PO), Robert Tyszkiewicz (PO), Robert Winnicki (Konfederacja), Jarosław Zieliński (PiS), Jacek Żalek (PiS).

■ Będzie pomnik księcia w Łom-

ży: 5 milionów 350 tysięcy złotych unijnej dotacji otrzymała Łomża na przebudowę Starego Rynku, na którym stanie pomnik księcia Janusza, będą fontanny, nowa nawierzchnia i szklana obudowa dawnych fundamentów średniowiecznego ratusza.

■ Kandydat na prezydenta prezes PSL Władysław Kosiniak-Kamysz odwiedził Wysokie Mazowieckie, Zambrów i Łomżę w sobotę, 1 lutego. Rozmawiał z rolnikami, przedsiębiorcami i samorządowcami. Hasłem przewodnim, pod którym Władysław Kosinac-Kamysz

zamierza prowadzi kampanię jest „Odbudowanie Wspólnoty” (szerzej, str. 7).

■ O metr obniżył się poziom wody na Biebrzy, informuje dyrektor Biebrzańskiego Parku Narodowego Andrzej Grygoruk. Na suchym terenie zaczynają wyrastać krzewy i drzewa, coraz więcej jest jeleni, które mogą zagrozić łosiom, może zginąć też wiele gatunków ptaków wodno-błotnych.

■ 70 lat temu, 3 lutego 1950 r., powstała Akademia Lekarska, po miesiącu przemianowano na Akademię Medyczną. Pod tą nazwą uczelnia funkcjonowała do 2008 r., a od tamtego czasu nazywa się Uniwersytet Medyczny w Białymstoku.

■ Odwołany został wieloletni przewodniczący Rady Nadzorczej Mlekpolu w Grajewie Jan Zawadzki. Zastąpił go Sławomir Przytuła.

■ Ukazał się „Przewodnik po zabytkowym zespole cementarnym w Łomży” autorstwa Sławomira Zgrzywy i ks. Mariana Mieczkowskiego. „To nie jest książka o nagrobkach, ale o ludziach, którzy dla Łomży mieli wielkie znaczenie”, mówi Sławomir Zgrzywa.

■ Na przejeździe kolejowym w miejscowości Porosł-Kije (gm. Sokoły) pociąg jadący w kierunku Warszawy uderzył w lawetę, wiozącą samochód osobowy. Nikomu nic się nie stało.

■ 128 km pokonał Ernest Gruziński z Zambrowa w zawodach biegowych Ultra Trail Angkor w Kambodży. Do mety w limicie czasu 28 godzin dotarło 49 zawodników. Gruziński z czasem 20 godzin 57 minut i 39 sekund zajął 15 miejsce. Gratulujemy.

Znaki czasu

■ „Mówię to do młodych Polaków – nie pozwólcie, żeby ktoś wam ukraść waszą historię. Historię odwagi Lecha Wałęsy, Bronisława Geremka, Adama Michnika, Jacka Kuronia, Kornela Morawieckiego, ks. Jerzego Popiełuszki.... To właśnie dzięki ich determinacji zaczął się kruszyć mur, a Polska odzyskała pamięć”, mówił prezydent Francji Emmanuel Macron podczas wykładu na Uniwersytecie Jagiellońskim w trakcie oficjalnej wizyty w Polsce 3 i 4 lutego. W czasie konferencji prasowej po spotkaniu z Andrzejem Dudą powiedział: „Jesteśmy zaniepokojeni reformą sądownictwa w Polsce i nie naszą rolą jest krytykować Polskę, ale jesteśmy zobowiązani bronić wspólnych, europejskich wartości. Jeśli z Unii zostanie sam rynek, a zatracimy wartości, to znów będziemy podzieleni.

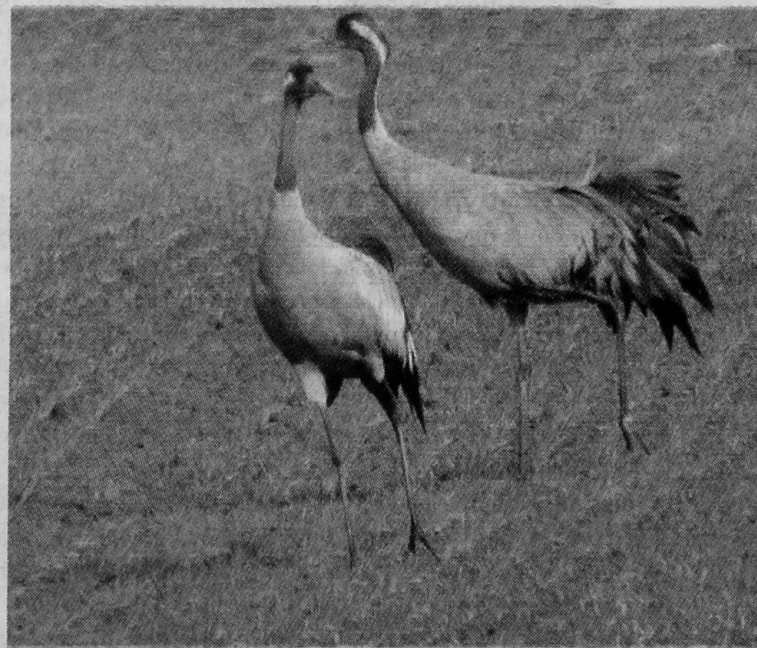
■ W ramach obchodów 100. rocznicy zaślubin Polski z morzem tablicę upamiętniającą prezydenta Lecha Kaczyńskiego miał odsłonić na pucim kościele Andrzej Duda. Przeciwni byli mieszkańcy i burmistrz Pucka. Także proboszcz zdecydował, że do tego nie dojdzie. „Będzie tablica upamiętniająca 100. rocznicę powrotu Pomorza do macierzy i zaślubin Polski z morzem”, powiedział „Dziennikowi Bałtyckiemu”. O tablicy nie wiedziały nawet władze miasta.

■ „Możliwe, że powinniśmy się obawiać koronawirusa, ale my wszyscy jesteśmy już zarażeni o wiele groźniejszym wirusem. Nie przynieśli go uchodźcy, nie rozpylili w powietrzu islamscy terroryści. Zaraził nas nim ten stary i zgorzkniały człowiek. To wirus nienawiści, zawiści, pogardy. Nieszczęśliwy starzec uczynił nas wszystkich nieszczęśliwymi”, pisze o Jarosławie Kaczyńskim były europoseł PiS Marek Migalski, wykładowca na Uniwersytecie Śląskim.

■ Ukraść prezerwatywy proboszcz z Jesionki w Biedronce w Krośnie. Zaraz potem przestał być proboszczem, według komunikatu Kurii Przemyskiej, na własną prośbę. Wcześniej wierni jeździli do biskupa w Przemyśle z prośbą o interwencję, bo obawiali się o dzieci, ale bezskutecznie.

■ Krzyż w koronie oraz złote caleszpony, a nie tylko pazury, ma mieć orzeł w godle Polski, według zmian przygotowywanych przez rząd PiS.

Żurawie i gęsi przyleciały! „To niespotykana sytuacja, by na początku lutego żurawie pojawiły się w tej części Polski”, uważa dyrektor Suwalskiego Parku Krajobrazowego Teresa Świerubska, polskiego bieguna zimna. Sama zauważyła je w poniedziałek, 3 lutego. Zwykle przylatują w marcu, a nawet w kwietniu. W tym roku na Suwalszczyźnie nie zasnęły na zimę borsuki, jenoty, nietoperze nie zapadły w stan hibernacji.



Cztery Pory Roku nad Narwią

Film, który przedstawia potencjał przyrodniczy okolic Łomży wyprodukował Łomżyński Park Krajobrazowy Doliny Narwi ze Stowarzyszeniem Przyjaciół Łomżyńskiego Parku Krajobrazowego Doliny Narwi. Jego premiera odbędzie się 7 lutego roku w Centrum Kultury w Łomży (ul. Sadowa 12 A). Organizatorzy przewidzieli 100 bezpłatnych wejściówek, które można odebrać jeszcze w czwartek, 6 lutego w szatni Centrum Kultury od 8.00 do 15.00; maksymalnie 2 wejściówki na 1 osobę).

Autorem zdjęć i scenariusza jest przyrodnik, filmowiec i fotograf Zdzisław Folga. Komentarz napisał Waldemar Krasowski, a lektorem jest znana dziennikarka pochodząca



Kraska, piękny ginący ptak Doliny Narwi

z Łomży Dorota Sokołowska. W filmie „Cztery pory roku” można zobaczyć wilki, lisy, losie, jelenie, gęsi, bekasy, łabędzie krzykliwe, błotnia-

ki, orliki krzykliwe, bąka i inne zwierzęta o bardzo skrytym trybie życia.

Trailer filmu można obejrzeć na <https://youtu.be/yJG12JsKjR0>.

Klub Seniora w Nowych Piekutach

„Chcemy nie tylko zaproponować pewne pomysły i sposób spędzania wolnego czasu, ale również skorzystać z państwa wiedzy, doświadczenia, znajomości obyczajów, tradycji kulinarnych i kulturalnych. Przede wszystkim pragniemy, abyście państwo dobrze się tu czuli”, mówił wójt gminy Nowe Piekuty Marek Kaczyński w czasie inauguracyjnego spotkania Klubu Seniora. W pierwszym spotkaniu wzięło udział 59 seniorów. Wspólnie śpiewali kolędy z chórem „Swojskie Melodie”, a policjanci z Komen-



Seniorzy na pierwszym spotkaniu Klubu Seniora w Nowych Piekutach dy Powiatowej Policji w Wysokiem Mazowieckiem powiedzieli im, jak ustrzec się oszustów, którzy podszywają się pod wnuczka lub policjanta. W programie Klubu są zaplanowane spotkania ze specjalistami, wyjazdy do kina i teatru, potańcówki, zajęcia rękodzieła.

Milionerski punkt Lotto

29 milionów 7 tysięcy 416 zł wygrał tydzień temu w czwartek, 30 stycznia szczęśliwiec, który trafił „szóstkę” w losowaniu Lotto. Kupił jeden zakład na „chybił trafił” w punkcie przy al. Legionów 2B w Łomży. To nie pierwsza tak wysoka wygrana w tym miejscu: 2 lutego 2019 roku także padła tu szóstka za 6 milionów 570 tysięcy 451,50 zł.

Bal serca dla szkoły w Jedwabnem

Na bal charytatywny 15 lutego zaprasza Stowarzyszenie Przyjaciół Szkoły Podstawowej w Jedwabnem „Bliżej Dziecka”. Koszt 120 zł od osoby. Zapisy, tel. 784 365 696, 509 547754, 662 761 660 i 505 256 215.

Będzie lepsza woda

Na przebudowę stacji uzdatniania wody w Łubach-Kiertanach wójt gminy Miastkowo uzyskał 1 240 tys. zł dotacji od marszałka województwa podlaskiego.

Place zabaw w gminie Łomża

Na wybudowanie placów zabaw dla dzieci w Siemieniu Nadrzecznym, Pniewie i Mikołajkach gmina Łomża otrzyma 250 tys. złotych dofinansowania, zdecydował we wtorek, 4 lutego, Zarząd Województwa Podlaskiego. Całkowity koszt wyniesie 351 tys. złotych.

Wraca parking w Łomży

Za 472 000 zł Łomża stanie się właścicielem całego terenu pod dawnym Urzędem Wojewódzkim (od ul. Nowej). Latem rozpocznie się tu budowa parkingu. Jest niezbędny, ponieważ w budynku mieści się dużo instytucji, ponadto do końca zbliża się modernizacja budynku Filharmonii Kameralnej im. Witolda Lutosławskiego.

Problemy z parkowaniem samochodów od strony zabytkowego cmentarza przy ul. Kopernika pojawiły się kilka lat temu, gdy prywatni właściciele odzyskali prawo własności do tych działek i zagroździł swój teren. Zgodzili się go sprzedać za prawie pół miliona zł. Pieniądze na zakup miasto otrzymało do wojewody.

REKLAMA

Zamawiaj więcej płacąc mniej!

teraz pakiety promocyjne

dla wszystkich formatów odbitek

zdjęcia 10x15 już od 0,49zł

ŁOMŻA, STARY RYNEK 16

Kodak Express
ŁOMŻA, DMOWSKIEGO 1B Digital Solutions

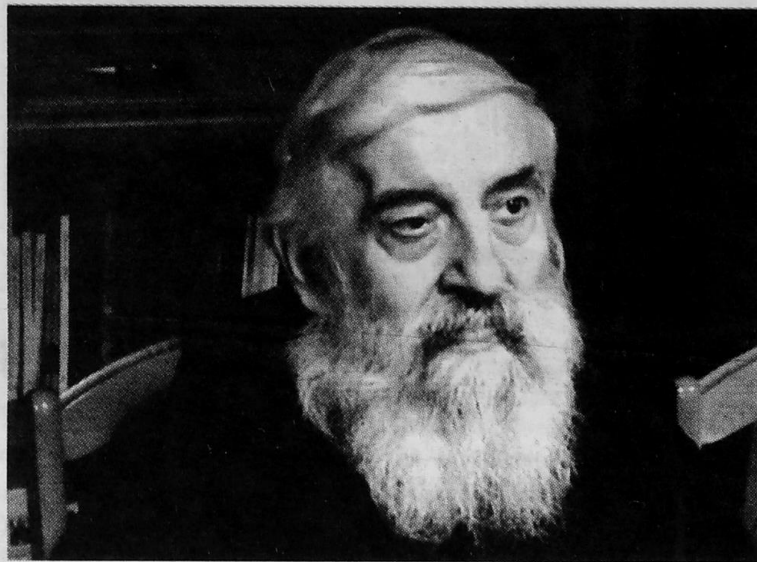
Odszedł o. Tadeusz Trojanowski „Od Uśmiechu”

Ojciec Tadeusz Trojanowski z Zakonu Braci Mniejszych Kapucynów, proboszcz parafii Matki Bożej Bolesnej w latach 1997 – 2000 w Łomży, zmarł w poniedziałek, 3 lutego. Miał 68 lat.

Urodził się w Łomży. Od najmłodszych lat był ministrantem „u Kapucynów”. Gdy miał 20 lat napisał do prowincjała Zakonu: „Uprzejmie proszę Przewielebnego Ojca Prowincjała o przyjęcie mnie do zakonu kapucynów. Decyzję swoją przemyślałem i prze-modliłem. Z zakonnikami łomżyńskimi spotykałem się już od kilkunastu lat jako ministrant. Życie zakonne podoba mi się. Mam nadzieję, że wszystkie trudności pokonam”. Pierwsze śluby zakonne złożył 15 sierpnia 1973, wieczyste 26 września 1976, a święcenia kapłańskie przyjął 28 maja 1977. Spoczął na starym cmentarzu przy ulicy Kopernika w Łomży w środę, 5 lutego.

Zojcem Tadeuszem spotkałem się w dość niecodziennych okolicznościach: w niedzielę przyleciało do mnie kilku kolegów motolotniami. Pogoda nagle tak się pogorszyła, że musieli czekać na poprawę, by odlecieć. W poniedziałek zwiedzili w mieście, co było do zwiedzenia. We wtorek Zbyszek Kędziora dowiedział się skądś, że w Łomży jest klasztor Kapucynów. Żaden nigdy nie był w żadnym klasztorze, a gdy zdradziłem, że u Kapucynów są podziemia uznali, że moja głowa w tym, by mogli je zobaczyć. Z szerokim uśmiechem przyjął nas osobiście i oprowadzał ojciec Tadeusz, który był wówczas gwardianem łomżyńskiego klasztoru. Pogodny wyjaśniał, pokazywał, sypał anegdotami. W podziemiach wskazał stare tablice nagrobne. „O, to to byli grzesznicy! Wielcy! I na koniec składali wielkie ofiary. A teraz? Malutcy. I rzucają na tacę złotych, dwa złote. Na szczęście my, Kapucyni, ślubujemy ubóstwo. Wystarczą nam mali grzesznicy”, opowiadał żartobliwie.

Na propozycję lotu w rewanżu motolotnią, ze śmiechem odpowiedział, wskazując niebo: „Lepiej nie, za blisko szefa. A ja mam



O. Tadeusz Trojanowski (1952–2020). Fot. kapucyni.pl

swoje grzeszki... Lubię, na przykład, uciec stąd z bratem Heńkiem na ryby...”. Heniek, czyli Henryk Trojanowski, znany ongiś działacz sportowy, potem przedsiębiorca, kanclerz PWSliP i zapalony wędkarz, to rodzony brat ojca Tadeusza.

Pod wieczór pogoda się poprawiła, piloci odlecieli. Ale gdy potem spotykaliśmy się na różnych łądowiskach w Polsce, długo wracała opowieść o Kapucynie „od uśmiechu” z klasztoru w Łomży.

WŁADYSŁAW TOCKI

Wieża i „szpital zwierzęcy”



Ośmiometrowa wieża widokowa w miejscowości Rakowo-Czachy (gm. Piątnica) oraz „szpital dla zwierząt” przy siedzibie Łomżyńskiego Parku Krajobrazowym Doliny Narwi (ŁPKDN) w Drozdowie, zostały otwarte w piątek, 31 stycznia.

W Rakowie od trzech lat życie bocianiej pary oraz ich potomstwa można obserwować w Internecie na stronie Polskiego Towarzystwa Ochrony Ptaków, z czego korzystali internauci z 90 krajów.

Ośrodek Rehabilitacji Ptaków opiekuje się przede wszystkim bo-

cianami, ale także innymi gatunkami ptactwa wodno-błotnego i drapieżnikami. Przed przewiezieniem do specjalistycznych ośrodków zajmuje się drobnymi ssakami: młodymi sarnami i łosiami, cielętami jeleni, jeżami.

„Ta budowa nie obyła się bez kłopotów, ale w krytycznym momencie udało się pokonać problemy finansowe dzięki wicemarszałkowi Markowi Olbrysiowi”, nie krył wdzięczności dyrektor Łomżyńskiego Parku Krajobrazowym Doliny Narwi Mariusz Sachmaciński.

Szpital bez dyrektora



Wicedyrektor Szpitala Wojewódzkiego w Łomży dr Joannie Chilińskiej marszałek województwa podlaskiego Mariusz Kosicki powierzył pełnienie obowiązków dyrektora szpitala. Konkurs na dyrektora nie został rozstrzygnięty. Doktor Chylińska jest już trzeci raz p.o. dyrektora: po odejściu Krzysztofa Bałaty, Romana Nojszewskiego, a teraz Mariusza Obyrckiego. Na konkurs zgłosiła się dwójka kandydatów, w tym była posłanka PiS Bernadeta Krynicka. Dlaczego nie został rozstrzygnięty, nie wiadomo.

Koperta życia w Piątnicy

Po odbiór „Kopert życia” zaprasza przewlekłe chorych, starszych, samotnych wójt gminy Piątnica Artur Wierzbowski. Są bezpłatne zawierają najważniejsze informacje o stanie zdrowia, przyjmowanych lekach, alergiach na leki, kontaktach do najbliższych, danych osobowych, w tym nr PESEL, co może przyczynić się do uratowania życia. Można je dbierać w Ośrodku Pomocy Społecznej w Piątnicy (ul. Stawiskowska 10).

Sybiracka rocznica w Podgórzu

Msza święta w kościele w Podgórzu rozpocznie w poniedziałek, 10 lutego (godz. 11.00), rocznicowe obchody pierwszej wywózki Polaków na Sybir. Po nabożeństwie sybiracka sesja w Bibliotece Publicznej Gminy Łomża w Podgórzu.

Trzeci żłobek w Łomży

636 tys. zł. dotacji otrzymał prezydent Mariusz Chrzanowski z Ministerstwa Rodziny, Pracy i Polityki Społecznej na utworzenie trzeciego w mieście żłobka dla 25 dzieci.

Pokoleniowy most w Nowogrodzie

Uczniowie Zespołu Szkół Samorządowych w Nowogrodzie spotkali się z uczniami z Turcji w ramach projektu „Zbudujmy most między pokoleniami”.

O lepszą i normalną Polskę

„Nie mam za sobą wielkich mediów, nie mam wielkich pieniędzy, jak inni, nie jestem też ulubieńcem celebrytów, ale mam ludzi w całej Polsce, struktury, wolontariuszy, którzy się zgłaszają. I to jest nasza siła”, mówił prezes Polskiego Stronnictwa Ludowego, kandydat na prezydenta poseł Władysław Kosiniak-Kamysz, który w sobotę, 1 lutego, odwiedził Łomżyńskie. Spotkał się z rolnikami w Wysokiem Mazowieckiem (między innymi w gospodarstwie w Brzózkach Gromkach), z przedsiębiorcami w Zambrowie i z podlaskimi działaczami PSL w Łomży.

Po pierwszych zebraniach stwierdził, że jest wiele spraw do naprawienia w służbie zdrowia, walce z ASF, szkolnictwie zawodowym, gospodarce komunalnej, segregacji odpadów. Ale najważniejsze jest odbudowanie wspólnoty.

„Wiele się mówi o potrzebie normalności w Polsce, ale czy prezydent wyłoniony z dwóch obozów, które od kilkunastu lat ze sobą walczą, doprowadzi do pojednania w Polsce? Nie sądzę, bo nie zrobili tego przez 15 lat”, mówił.

Uważa, że Podlaskie jest bardzo ważnym regionem, który w kilku kwestiach powinien być przykła-



Kandydat na prezydenta poseł Władysław Kosiniak-Kamysz z posłem PSL Stefanem Krajewskim z Zambrowa

dem dla całej Polski: „Tu tradycja nie stoi w sprzeczności z nowoczesnością. Możemy być tradycyjni, mieć piękne korzenie, szanować dorobek i jednocześnie być otwarci na innowacje, które przynosi przyszłość. Tu różnorodność, prawosławni, katolicy, Tatarzy, stanowią o sile regionu. Taka też może być Polska, gdzie europejskość nie

stoi w przeciwieństwie do patriotyzmu, tradycja łączy się z nowoczesnością, a wolność z porządkiem. Zrobię wszystko, aby Polska, którą oddamy naszym dzieciom, myślę także o swojej córce Zosi, była lepsza od tej, którą zastaliśmy, pod względem środowiska, gospodarki, zasobności i bezpieczeństwa”, powiedział kandydat na prezydenta.

Co ty na to?

Wzruszająca rocznica

„Jest cały czas wśród tych ludzi jeszcze wielu sędziów, którzy swoje pierwsze legitymacje sędziowskie otrzymali jeszcze od komunistycznej władzy. Tamto im się podobało, teraz im się nie podoba”, mówił Andrzej Duda w Brojach (woj. zachodniopomorskie) o sprzeciwie sędziów na próbę przejścia sądownictwa przez PiS. Tymczasem 30 stycznia Julia Przyłębska, prezes Trybunału Konstytucyjnego z nadania PiS, świętowała 33 rocznicę powołania (30 stycznia 1987) jej przez Radę Państwa, czyli „komunistyczną władzę”, na stanowisko sędzi. Nominację na prezes Trybunału Konstytucyjnego wręczył jej 3 lata temu osobiście Andrzej Duda. Co ciekawe, na ujawnionej niedawno przez prawnicze media liście 746 sędziów, którzy zostali nominowani w czasach PRL, nazwisko Julii Przyłębskiej się nie znalazło.

Swoi wymazują, obcy przypominają

„Wiadomości” TVP pochwały się, że Telewizja Polska jest jednym ze współorganizatorów koncertu z okazji 40 lat powstania NSZZ „Solidarność”, który ma się odbyć 29 sierpnia w Warszawie. Wyemitowały krótkie przypomnienie, czym była „Solidarność”. Czego mogli dowiedzieć się widzowie TVP? Że „Solidarność” postawiła sobie za cel niepodległość Polski, a na ekranach pojawił się Lech Kaczyński. Potem głos zabrał prezes TVP Jarosław Kurski, który wyliczał zasłużonych dla „S”: Lecha Kaczyńskiego, Krzysztofa Wyszowskiego, Andrzeja Gwiadzę. W materiale pominięty został kluczowy dla historii „Solidarności” Lech Wałęsa.

Nie pominął go prezydent Francji Emmanuel Macron w czasie pobytu w poniedziałek i wtorek, 1 i 2 lutego w Polsce: „Mówię to do młodych Polaków – nie pozwólcie, żeby ktoś wam ukradł waszą historię. Historię odwagi Lecha Wałęsy, Bronisława Geremka, Adama Michnika, Jacka Kuronia, Kornela Morawieckiego, ks. Jerzego Popiełuszki.... To właśnie dzięki ich determinacji zaczął się kruszyć mur, a Polska odzyskała pamięć”.



IX Senioriada w Borkowie

Na IX Senioriadzie bawili się w hali sportowej Szkoły Podstawowej w Borkowie seniorzy z gminy Kolno. Artystyczny program zainaugurowały organizatorki, czyli Koło Gospodyń Wiejskich w Borkowie. Po nich występowały zespoły: Borkowiaczy, Miód na Serce, Kapela Przekrój. Muzyka porwała do tańca. Wójt gminy Józef Wiśniewski obdarował tortem gospodarzy i gości. Paniom w organizacji Senioriady pomogli: Szkoła Podstawowa im. Papieża Jana Pawła II w Borkowie, Ochotnicza Straż Pożarna, sołtys Borkowa Sławomir Cudnik oraz Centrum Kultury Gminy Kolno. Na zdjęciu: rozśpiewane Koło Gospodyń Wiejskich z Borkowa.

10 lutego 80. rocznica pierwszej deportacji Polaków na Sybir

Rozkaz Stalina

„Nocne łomotanie bardzo mnie przeraziło. >Kto tam?<, pytała mama. >Otwierać! NKWD. Mamy rozkaz przeprowadzić u was rewizję! Mówiono nam, że posiadacie broń!< (...) Wtargnęli do naszego domu nieproszeni ruscy żołdaci. Nakazali ubrać się i nic nie mówić. (...) Broni nie znaleźiono. Zapytano, gdzie jest ojciec. Każde z nas odpowiedziało, że nie wie. Następnie wyczytano wyrok skazujący nas na przymusowe zesłanie. W domu powstał głośny płacz. (...) My tylko wypełniamy rozkaz Stalina, mówili żołdaci. Nic wam płacz nie pomoże, jeśli nie zechcecie jechać dobrowolnie, zwiążemy was i wrzucimy na fura jak zwierzęta, a jechać musicie”.

Tak wywózkę na Sybir w 1940 roku zapamiętała i opisała w tomiku „Sybiraczka” Jadwiga Solińska z Wąsosza. W czasie wywózki do Kazachstanu miała 11 lat. Enkawudziści zabrali jej mamę, babcię i siostrę.



Sybiraczka, poetka, pisarka, artystka ludowa Jadwiga Solińska z Wąsosza

W tomiku „Sybiraczka” opisała także dzień 19 lutego 1946 roku.

„O zmroku z Pawłodaru wyrusza, jak klucz powracających ptaków, długim szeregiem to-

warowych wagonów pociąg. (...) Gdy pociąg ruszył, jakieś dziwne uczucie szczęścia przenika wszystkich. W naszym wagonie mieściło się dziesięć rodzin. Najpierw słychać głośny płacz – to łzy radości, nie tylko, bo nie wszystkim dane było powrócić do ojczystych stron. Prawie każda rodzina zostawiła najbliższych spoczywających snem wiecznym w syberyjskiej ziemi. Później rozlega się pieśń >Kto się w opiekę podda Panu swemu...<.

Z syberyjskiej tułaczki nie wróciła babcia Jadwigi Solińskiej. Zmarła w 1943 roku.

Jadwiga Solińska mieszka w Wąsoszu. W styczniu skończyła 91 lat. Pamięta...

10 lutego 1940 roku nastąpiła pierwsza deportacja Polaków na Sybir. Później jeszcze trzy: 12 – 13 kwietnia 1940 roku, maj – lipiec 1940 roku i maj – czerwiec 1941 roku.

Nowy wodociąg

216 tys. zł unijnej dotacji otrzymała gmina Grajewo na rozbudowę wodociągu w Wojewodzinie.

Oddaj krew



Można oddać krew w ambulansie w Szczuczynie (pl. Tysiąclecia 23) w piątek, 7 lutego (godz. 9.00 – 12.30). Organizatorem krwiodawstwa jest Centrum Kultury i Urząd Miejski.

Tajemnice

kościół

w Szczuczynie

„Podziemna historia kościoła w Szczuczynie”, to tytuł konferencji, zorganizowanej przez Urząd Miejski z Instytutem Archeologii UMK w Toruniu i parafią, która odbędzie się w Pijarskim Zespole Klasztornym w Szczuczynie w sobotę, 8 lutego (godz. 10.00).

Bal z maską

w Wąsoszu

Na kostiumowy bal karnawalowy zaprasza w sobotę, 8 lutego (godz. 19.00), Gminny Ośrodek Kultury i Sportu w Wąsoszu.

Najważniejsze: równe traktowanie

„Utwardzamy we wsi pobocze. Mamy już oświetlenie, ogarniamy wieś na tyle, na ile starcza budżetu. Dużym życzeniem byłby asfalt, ale chodzę na sesje i wiem o wszystkich planach, wydatkach, o budowie sali sportowej dla dzieci. Najważniejsze, że teraz w naszej gminie wszystkie wioski przez władze są jednakowo traktowane. Nie ma tych bliższych i dalszych. Wszyscy to widzą. Wiem, że kiedyś przyjdzie czas na asfalt w Żelazkach” powiedział sołtys Żelazek (gmina Stawiski) Mirosław Konopka.

Jest sołtysem trzecią kadencję. Wcześniej, ponad 20 lat, sołtysem Żelazek był jego ojciec Eugeniusz Konopka.

Przed wyborami przyszli do Mirosława sąsiedzi i poprosili, żeby się zgodził sołtysować. A w następnych wyborach nikt nie zgłaszał innego kandydata.

„Nic nie będziemy zmieniać, bo jest dobrze. Masz być”, orzekli sąsiedzi. I nawet nie chcieli wyborów. Wybory być musiały i były, ale nic się nie zmieniło.

Gdy we wsi lampa przestanie świecić, gdy drogę trzeba naprawić, sołtys zgłasza się o pomoc do gminy. I, jak podkreśla, drobne sprawy, ale ważne dla ludzi, są załatwiane od ręki.

Żelazki, to mała wieś. Zebrania sołtys organizuje w swoim domu. Jest rolnikiem (22 ha). Z żoną Ireną są rodzicami trojga dorosłych dzieci: Ewy, Anny i Mariusza oraz dziadkami czworga wnucząt.



Powitanie

Emilia Mieczkowska z córką Alicją i burmistrz Agnieszka Rutkowską (z lewej)

Nową mieszkankę Alicję Mieczkowską, która jest pierwszym dzieckiem urodzonym w gminie Stawiski w 2020 roku, powitała burmistrz Stawisk Agnieszka Rutkowska. Obdarowała ją wózkiem, fotelikiem samochodowym i pluszakiem, a rodzicom pogratulowała córeczki. Alicja w dniu urodzin ważyła 4,330 kg i mierzyła 61 cm.

4,4 mln na odnowienie parku



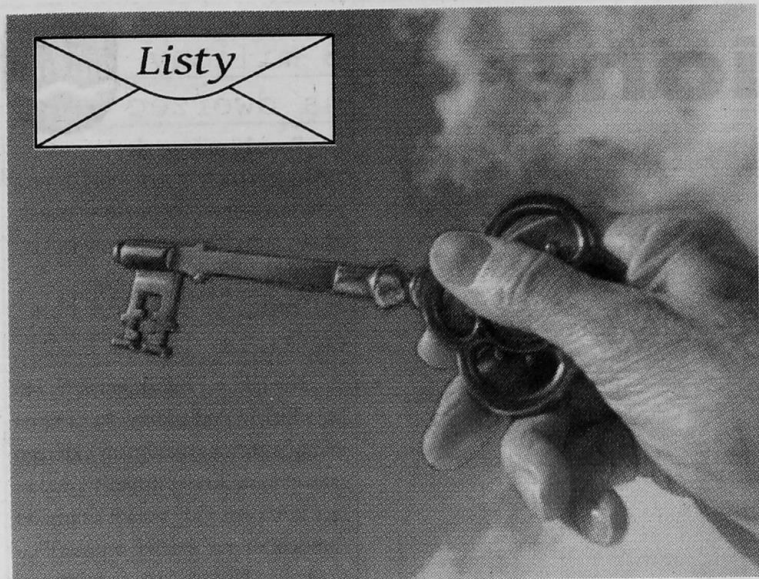
4,4 mln złotych dotacji otrzymało Kolno na adaptację placu przy ulicy Wojska Polskiego i odnowienie parku miejskiego z zachowaniem zabytkowego układu urbanistycznego.

Bal dla szkoły w Małym Płocku

I Charytatywny Bal Karnawalowy organizują dyrekcja i rodzice uczniów Szkoły Podstawowej im. Jana Kochanowskiego w Małym Płocku 15 lutego w Gminnym Ośrodku Kultury. Dochód z balu przeznaczony zostanie na potrzeby szkoły.

Równiarka na drogi

Równiarkę, niezbędną do bieżącej naprawy dróg, kupi za 250 – 300 tys. zł gmina Turośl. „Obecna równiarka jest niebezpieczna, mogłoby dojść do tragedii. Ze względu na oszczędności nie kupimy nowej, ale zakup jest konieczny”, powiedział na sesji Rady Gminy wójt Turośli Piotr Niedbała.



Klucz do nieba

Kochani mieszkańcy Łomży, otwórzmy szuflady, wyciągnijmy niepotrzebne stare klucze, kluczyki i podzielmy się naszymi „skarbmami” z biedniejszymi. Zachęcamy do udziału w akcji charytatywnej „Klucz do nieba” księży Werbistów. Nie jest prawdą, że stary, złamany czy pochodzący z wymienionego zamka klucz nie otworzy już żadnych drzwi. Jeśli jest z metalu szlachetnego i jeśli jest tych kluczy dużo, sprzedane jako kolorowy złom w dużej ilości, potrafią dokonać rzeczy niezwykłych. Mogą pomóc misjonarzom w głoszeniu Ewangelii, a tym samym pomagają w otwarciu drzwi do nieba bardzo wielu ludziom, niezależnie od rasy i kraju pochodzenia.

Klucze można składać w Szkole Podstawowej nr 2 im. Władysława Broniewskiego w Łomży (ul. Piękna 2).

Jacek Sokołowski
Łomża

Dziki Zachód w Grajewie!

Na zakończenie ferii zimowych w piątek, 31 stycznia, w Muzeum Mleka odbył się bal pt. „Dziki Zachód”. Naszym dzielnym kowbojom udało się schwytać Krówkę Matyldę, która najwidoczniej zapomniała o balu!

Maciej Domierz
Grajewskie Centrum Kultury

Feriewy Szczuczyn

Tegoroczne dwa tygodnie zimowiska zdecydowanie przebiegły pod hasłem aktywności i różnorodności. Zaczęliśmy od spotkania

ze strażakami Ochotniczej Straży Pożarnej w Szczuczynie Michałem Kaliszewskim i Hubertem Dąbrowskim oraz z prezes Katarzyną Blusiewicz, Iwoną Sypytkowską i Alicją Tonerą z Towarzystwa Opieki nad Zwierzętami w Grajewie, co zaowocowało zbiórką karmy pod hasłem „Pełna micha” dla zwierząt. Były konkursy i zagadki, przygotowane przez bibliotekarkę Annę Wojślaw, a na zakończenie dnia Amatorski Turniej Tańca, w którym rywalizowały dwie drużyny. Pierwsze miejsce zdobyła drużyna Patryka Wiśniewskiego, drugie miejsce Patrycji Chmielewskiej.

Następne dni, to między innymi, Turniej z Gwiazdą, który wygrała drużyna w składzie Olga Koniecko, Amelia Dziegielewska, Piotr Danowski i Daniel Piasecki oraz turniej Dwa Ognie, w którym zwyciężyła ekipa Agata Koniecko, Piotr Danowski, Julia Wiśniewski i Amelia Dziegielewska. Na Dzień Babci i Dziadka wykonywaliśmy dla nich ogromny transparent. Dwukrotnie odwiedziliśmy Pływalnię Miejską w Grajewie, byliśmy w Parku Trampolin w Łomży, na filmie „Śnieżka i siedmiu wspinałach” w Elku, zwie-



dzieliśmy zamek i Wielką Synagogę w Tykocinie oraz papugarnię w Elku.

W miniony piątek, 31 stycznia, w hali sportowej odbyło się „Pożegnanie ferii”, które poprowadziła Izabela Randzio z Grajewa, znana nam wszystkim jako Wodzirej Band. Był to czas turniejowych podsumowań i konkursowych rozstrzygnięć. Tytuł najbardziej aktywnego w zimowe ferie zdobył Marcel Danowski, a tytuł fair feriiowicza Julia Wiśniewska. Finałem był Konkurs Karaoke, w którym pierwsze miejsce zajęły Lena Dziegielewska i Lena Muczyńska, a drugie Lena Wiśniewska. Serdecznie dziękujemy wszystkim, dzięki którym dzieci miały tak bogato wypełniony wolny od nauki czas.

Andrzej Kosmowski
Biblioteka Centrum Kultury
w Szczuczynie

Palce lizać w Czyżewie!

W czasie ferii zimowych GOK w Czyżewie zorganizował dzieciom i młodzieży, między innymi, wyjazd do Teatru Lalki i Aktora w Łomży na spektakl „Karius i Baktus”. Po-

za przedstawienie zwiedzili słynną „wieżę z lalkami” oraz poznali tajniki przygotowania lalek do spektaklu. W Warszawie byli na lodowisku i obejrzeni barwny „Królewski Ogród Świąteł” przy Pałacu w Wilanowie. Na miejscu natomiast odbyły się warsztaty Młodzieżowej Orkiestry Dętej i mażorettek, których rezultatem był „Koncert Noworoczny”. W kawiarence GOK zajęcia szachowe dwa razy w tygodniu prowadził Krzysztof Kupniewski, a spotkania teatralne i plastyczne organizowały dzieciom Anna Kazimierzczuk i Agnieszka Ołdakowska. Ciekawą odmianą były zajęcia z teatru i rękodzieła, które w Muzeum Ziemi Czyżewskiej przeprowadziła Anna Kazimierzczuk (z pomocą pracownika Muzeum Przemysła Wasilewskiego).

Wydarzeniem były warsztaty lizakowe w świetlicy miejskiej, które poprowadzili twórcy i cukiernicy „Ciu Ciu Kaffe Elk”. Dzieci, młodzież i dorośli obserwowali skomplikowany proces tworzenia masy cukrowej, a następnie samodzielnie wykonywali lizaki.

Katarzyna Kostro
GOK Czyżew

Palce lizać w Czyżewie!



Wieś ożywiona

„Bardzo się cieszę, bo ożywiła się nasza wieś. Spotykamy się, wyjeżdżamy, razem pracujemy. I, co ważne, nikt nic nie robi z musu. Kobiety same się zgłaszają, włączają do pracy, bo chcą”, mówi z radością sołtys wsi Jabłonka-Świerczewo Joanna Mioduszevska.

Jest sołtysem drugą kadencję. Wygrała wybory z Ryszardem Roszkowskim, który sołtysował wsi od 1992 roku. Razem z mieszkańcami rozważała, na co przeznaczyć fundusz sołecki. Po dyskusji powstała we wsi altanka. Miejsce spotkań, rozmów, odpoczynku dla wszystkich. W ubiegłym roku panie od 20 do 70 lat powołały i zarejestrowały Koło Gospodyń Wiejskich „Świerczewianki”. Przewodniczącą została Izabela Jabłońska, a jej zastępczynią Anna Święcka. Spotykają się w remizie.

„Kobiety chcą wychodzić z domów, nie izolują się. To jest

najważniejsze, aby się ze sobą spotykać”, uważa Joanna Mioduszevska.

Dzięki temu było spotkanie na temat profilaktyki raka piersi, pożegnanie lata, bal ostatkowy, spotkanie wigilijne, wyjazdy na ogólnopolskie dożynki do Kolna i na jesienne targi do Szepietowa, w styczniu przygotowały przyjęcie dla małżeństw z gminy Wysokie Mazowieckie, które w tym roku obchodzą jubileusz 50. lat małżeństwa. W lutym będzie spotkanie poświęcone dbałości o zdrowie i urodę, a na pożegnanie karnawału, bal ostatkowy. Żeby nie pożyczać naczyń i urządzeń „Świerczewianki” kupiły całe „gospodarskie” wyposażenie, rozkładany stół i namiot.

Sołtys Joanna Mioduszevska mieszka w Jabłonce-Świerczewie od wyjścia za mąż, czyli od 30 lat. Zna wszystkich.

Z mieszkańcami zdecydowała, że za tegoroczny fundusz sołecki



Joanna Mioduszevska

zainstalują oświetlenie na kolonii wsi. Fundusz jest trochę za skromny, ale dołożą władze gminy.

Joanna i Mirosław Mioduszevsy są rolnikami, rodzicami trzech dorosłych córek: Katarzyny, Karoliny i Andżeliki i dziadkami sześćioletniej wnuczki Lenki.

3 miliony
na dworzec



Ponad 3 miliony złotych unijnej dotacji na remont dworca autobusowego otrzymało w piątek, 31 stycznia, Wysokie Mazowieckie.

Chciał zapalić,
dostał popalić!

Nie taki już młodzieniaszek (40 lat) z Bielska Podlaskiego skusił się na jointa (papieros z marihuany), którego zaproponowali mu poznanzi na dyskotecce kompani. Gdy wsiadł z nimi do samochodu na „bucha”, wywieźli go w okolice Plewek (gm. Szepietowo) i okradli z telefonu, zegarka i bransoletki. Wysokomazowieccy kryminalni szybko zatrzymali trzech bandytów (24, 36 i 41 lat). Usłyszeli zarzuty rozboju. Decyzją sądu jeden z nich najbliższe 3 miesiące spędzi w areszcie.

Spotkanie
seniorów

Spotkanie Klubu Seniora w Centrum Kulturalno-Bibliotecznym w Sokołach odbędzie się w czwartek, 6 lutego (godz. 18.00).

Piękne miejsce zamiast chwastów



Działka gminna w Grochach Pogorzela (gm. Zambrów) przez wiele lat była nieużytkiem z gruzem, wertepami i chwastami. Zainteresowała się nią Rada Sołecka w poprzedniej kadencji. W uporządkowanie działki i stworzenie na niej placu zabaw dla dzieci zaangażował się głównie Mirosław Falkowski.

„Wieś jest mała, 30 kominów, ale stworzyliśmy piękne miejsce wypoczynku i rekreacji. Jesteśmy z tego wszyscy zadowoleni”, mówi Mirosław Falkowski.

Kiedy 20 marca ubiegłego roku we wsi odbywały się wybory sołtysa, na których poprzedni sołtys Bogumił Krajewski oznajmił, że nie będzie kandydował, mieszkańcy z wyborem nowego sołtysa nie mieli kłopotów. Zaproponowali Mirosława Falkowskiego. Nie było innego kandydata. Został sołtysem.

Jest ekonomistą i pracuje w Zambrowie, ale w Grochach Pogorzela mieszka od urodzenia. Zna mieszkańców i sprawy, którymi żyje wieś. W tej kadencji będzie starał

się o budowę nowej drogi we wsi. Asfalt jest mocno zniszczony, droga w jednym miejscu jest węższa, w innym szersza, przebiega przez prywatne działki, nie pokrywa się z drogą wytyczoną w planach geodezyjnych.

Agnieszka i Mirosław Falkowscy są rodzicami córki Ani (klasa III) i syna Aleksandra (klasa I), uczniów Szkoły Podstawowej nr 5 w Zambrowie. Na zdjęciu: Mirosław Falkowski z Anią i Aleksandrem

Rocznica
pasterza



144 rocznica urodzin pierwszego biskupa diecezji łomżyńskiej Romualda Jałbrzykowskiego, urodzonego w Łętowie-Dębie, przypada 7 lutego. To także 15 rocznica nadania jego imienia Szkole Podstawowej w Kołakach Kościelnych.

Łapia słońce
w Zambrowie

Kolektory fotowoltaniczne chce zainstalować 80 mieszkańców Zambrowa, poinformował burmistrz miasta Kazimierz Dąbrowski.

Sesja w gminie
Zambrów

Na XI sesję Rady Gminy Zambrowa zaprasza we wtorek, 11 lutego (godz. 9.00, budynek Starostwa Powiatowego), przewodnicząca Rady Gminy Jolanta Wielgat.

Zebranie
strażaków

Walne Zebranie Sprawozdawcze OSP w Starym Laskowcu odbędzie się w sobotę, 8 lutego (godz. 19.00).

Wywód z miejsca urodzenia

Zuzela nad Bugiem, wieś, a w przeszłości nawet miasto, miejsce urodzenia 3 sierpnia 1901 r. Stefana Wyszyńskiego, leżała w dawnej ziemi nurskiej, jednej z trzech zaliczanych do Mazowsza Północno-Wschodniego, zwanego niekiedy i Mazowszem Łomżyńskim. Z czasem Nur został zdystansowany przez Ostrów (Ostrowię), niszczał w czasie wojen, cierpiał z powodu peryferyjnego położenia. Zuzela weszła po 1807 r. na krótko w skład departamentu łomżyńskiego, w 1866 r. na pół wieku do guberni łomżyńskiej i po 1975 r. na niemal ćwierć wieku do województwa łomżyńskiego. Od 1925 roku jest w diecezji łomżyńskiej.

Wywód rodowy

W herbarzach polskich Wyszyńskich dostatek. Z wielości danych można wysnuć tezę o istnieniu dwóch głównych linii. Wyszyńscy, pieczętujący się herbem Grabie rozrodzili się w województwach: poznańskim, wołyńskim i pomorskim, a Wyszyńscy herbu Trzywdar w województwie podlaskim i ruskim. Z badań bardziej szczegółowych wynika, że protoplastą „linii prymasowskiej” mógł być Stanisław herbu Roch III, pan na Wyszonkach, Skuszewie i Fideście, sędzia bielski z czasów Jana III Sobieskiego. Są i inne jeszcze wersje, ale nie ulega wątpliwości, że chodzi o ród podlaski. Co jeszcze w tym przypadku ważniejsze, przodkowie Stefana Wyszyńskiego przed niespełna dwustu laty przenieśli się do mazowieckiej ziemi nurskiej. Przyczyną mogła być nasilająca się w obwodzie białostockim rusyfikacja połączona z prześladowaniami unitów. Wyszyńscy dobrze się przyjęli w parafii Kamieńczyk, a Stanisław, ojciec Stefana, poślubił Juliannę z domu Karp w Prostyń; obie miejscowości leżą w dolinie Bugu.

Przyszły Prymas zdawał sobie sprawę, że jego rodzina miała korzenie podlaskie, choć wrosła w gościnne Mazowsze. To naturalne na pograniczu wśród swoich.

Wywód z relacji świadków

Mieszkańcy Zuzeli nie mają żadnych wątpliwości, że ich zio-

Prymas Tysiąclecia kardynał Stefan Wyszyński zostanie beatyfikowany 7 czerwca w Warszawie na pl. Piłsudskiego

Ziomek

mek Stefan Wyszyński tu czuł się najlepiej. Urodził się w zgodzie żyjącej rodzinie organisty, więc osoby o wysokim prestiżu, a został ochrzczony przez szanowanego księdza kanonika Antoniego Lipowskiego. Biegać mógł do woli wśród drzew, po łąkach, nad Bugiem. Nie brakowało chłopcu okazji do psikusów, za które po kilkudziesięciu latach przeprosił publicznie kolegów w zuzelskiej świątyni. Trochę też nadużywał dobroci swych sióstr. Sielskie to zatem było dzieciństwo, mały raj na ziemi w wydanie niemal staropolskim.

Wcześniej Stefan poznał jednak i zagrożenia, jakie niosła obca władza. Ojciec zabierał syna na nocne wypadki w lasy, gdzie trzeba było stawiać krzyże, upamiętniać przeszłość. Uczył go też historii, a wzorcem ideowym miał być książę Józef Poniatowski, patrzący z portretu wiszącego na ścianie w mieszkaniu Wyszyńskich. W szkole carskiej nauczyciel Roman Rubinkowski (pochwałę się, że jego córka Halina była moją profesorką historii) też przypominał o wartościach narodowych, wyrabiał przy tym nawyk ukrywania prawdy przed obcymi. Takie było wówczas Łomżyńskie, głęboko polskie i katolickie, a z wierzchu przyprószone rosyjskim nalotem.

O wpływie otoczenia na charakter Stefana i rodzące się powołanie kapłańskie są również przekonani mieszkańcy Andrzejewa, gdzie na cmentarzu pozostał grób 33-letniej matki, Julianny Wyszyńskiej.

To w tutejszym kościele przyszły Prymas przyjął I Komunię Świętą. Andrzejewo uchodziło za miasteczko, miało w swym składzie także ludność żydowską, co prowadziło do nowych doświadczeń.

I wreszcie kolejny etap w życiu Ziomka: Łomża z latami nauki w Gimnazjum Męskim im. ks. Piotra Skargi, wspaniałą przygodą harcerską, narastającą atmosferą czynu niepodległościowego. W tak dużym mieście i w latach wojny światowej trzeba było dotykać kwestii politycznych, uczyć się samodzielnego życia w kręgach kolegów, ale i wśród zakonspirowanych oraz jawnych wrogów. Tu poczuł uderzenia pejcem za udział w tajnych zbiórkach i było to „pierwsze cierpienia dla Ojczyzny”.

Prymas podczas pobytu w Łomży w 1959 roku mówił o tym, nie wnikając w szczegóły historyczne: „W Ziemi Łom-

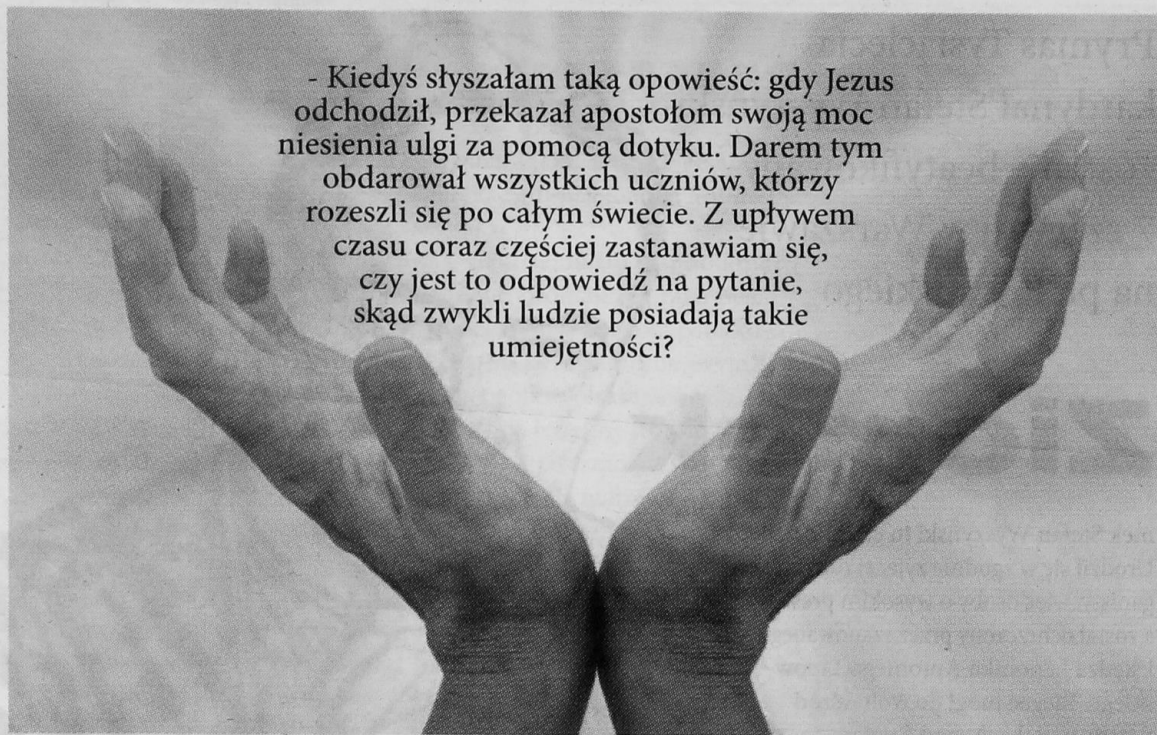
żyńskiej ujrzałem światło dzienne; ziemi tej oddałem prochy mej Matki... Danym mi było wykarmić się czarnym, razowym chlebem tej ziemi, oddychać jej powietrzem i korzystać z jej słońca”.

Gdy pozna się kartki z życia i twórczości Stefana kardynała Wyszyńskiego, tym mocniejsze staje się przekonanie, że Prymas Tysiąclecia nie tylko wyszedł z Łomżyńskiego, ale pielęgnował i rozwijał wartości tu przejęte. Wracał zresztą chętnie w strony rodzinne, wypytywał o zmiany tu zachodzące. I czuł się tu zawsze, jak wśród bliskich, czego dowodem są i zachowane zdjęcia.

To zaszczyt dla regionu. I tylko ciśnie się pytanie, na ile owe wartości, tak dobitnie prezentowane przez Prymasa, ostały się w Jego rodzimej ziemi? Trudne pytanie...

ADAM DOBRŃSKI
(Autor jest profesorem historii)





- Kiedyś słyszałam taką opowieść: gdy Jezus odchodził, przekazał apostołom swoją moc niesienia ulgi za pomocą dotyku. Darem tym obdarował wszystkich uczniów, którzy rozeszli się po całym świecie. Z upływem czasu coraz częściej zastanawiam się, czy jest to odpowiedź na pytanie, skąd zwykli ludzie posiadają takie umiejętności?

Boży dar

Jestem inna?

Na początku zwracają uwagę jej oczy. Duże, lekko skośne. Gdy rozmawia lub leczy nigdy nie odwraca wzroku. Stara się dojrzeć prawdziwą reakcję. Podobnie jest z dłońmi. Miękkie i ciepłe.

Umiejętność uśmierzenia bólu odkryła u siebie tuż po maturze. Początkowo nie wiedziała, co się z nią dzieje. Nie wierzyła, gdyż nie rozumiała.

- Uświadomiła mi to moja bratowa, której zrobiłam masaż na kręgosłup. Powiedziała, że mój dotyk przyniósł jej wielką ulgę. Mimo to niechętnie o tym rozmawiałam i nie narzucałam się nikomu z pomocą - mówi spoglądając w dal.

Nie ufała ludziom. Zbyt często spotykała się z drwiną i złośliwymi docinkami.

- Cały czas żyłam pełna rozterek. Nie wiedziałam, czy to, co robię jest dobre. Nawet rodzina podchodziła do mnie z pewną rezerwą. Słyszałam, że jestem nawiedzona - uśmiecha się.

Młodo wyszła za mąż. Chciała się uczyć, rozwijać swoje umiejętności, jednak obowiązki domowe i dzieci pochłonęły ją do reszty.

Czas na naukę znalazła dopiero niedawno. Jeździ do Warszawy, gdzie studiuje radiestezję i bioenergoterapię.

Wybór

- W czasie, gdy odkrywałam swoje umiejętności, poważnie zachorował mój wujek. Okazało się, że ma guz wielkości kurczego jajka. Był to człowiek starszy. Gdy dowiedział się o swej chorobie, po prostu się załamał. Nie wierzył w możliwość wyleczenia. Kochałam go i mimo licznych obaw, postanowiłam pomóc - wspomina.

Pomogła. Guz zniknął. Lekarze nie potrafili wytłumaczyć tego, co się stało.

- Coś wewnątrz mnie kazało mi przykładac ręce w określone miejsce. W dotyk wkładałam bardzo dużo serca. Dopiero później, podczas nauki dowiedziałam się, że wszystko robiłam zgodnie z regułami radiestezji.

Pamięta jeden szczególnie i bardzo ważny przypadek. Dziecko koleżanki z pracy bardzo ciężko chorowało. Matka, podobnie jak wielu lekarzy, była bezradna. Instynktownie wyczuwała, że chciałaby ją prosić o pomoc, ale się wstydzi. Bardzo chciała ulżyć dziecku, jednak w tym samym czasie w szpitalu umierała jej matka. Czuli, że nie da rady pomóc dwóm osobom. Jednocześnie wiedziała, że dziewczynka może zaczekać.

Pożegnanie z matką

- Mama bardzo cierpiała. Leżała wymęczona i wyniszczona przez chorobę. Wiedziała, że nie ma już siły, aby żyć. Podeszłam do niej, usiadłam przy łóżku i wzięłam ją w obie ręce. Wtedy matka głęboko westchnęła. W jej oczach ujrzałam ulgę. Spojrzałam na monitor, do którego była podłączona. Akcja bicia serca uległa wyraźnej poprawie. Chwilę później, gdy modliłam się na korytarzu, usłyszałam jak lekarz mówi do pielęgniarki, iż stan chorej uległ wyraźnej poprawie - uśmiecha się, choć łzy płyną jej po policzkach - Wtedy już byłam pewna, że udało mi się jej pomóc.

Dokładnie wyczuła moment odejścia matki. Był Sylwester. Dobiała dwunasta, gdy powiedziała do męża, że życie mamy właśnie dobiegło końca. Telefon ze szpitala potwierdził jej słowa.

- O siódmej rano zadzwoniła pielęgniarka i powiedziała, że zgon nastąpił za pięć dwunasta. Bardzo płakałam.

Życia ciąg dalszy

Nie czuła się najlepiej. Bolało ją serce i brakowało sił do dalszego życia. Położyła się do szpitala. Gdy wróciła do domu, postanowi-

ła pójść do kościoła. W drodze powrotnej wyczuła, że spotka matkę chorej dziewczynki, której kiedyś nie mogła pomóc. Spotkały się tuż pod jej blokiem.

- Zaprosiła mnie do domu. Jednak nie widziałam w niej wiary, że dziecko będzie zdrowe. Starałam się to zrozumieć. Lekarze powiedzieli, iż mała nie ma szans na przeżycie.

Postanowiła walczyć o życie dziewczynki. Zaczęła kumulować w sobie całą energię. Spotykały się często. Matki nigdy przy tym nie było. Sama podjęła decyzję o przerwaniu terapii. Ponownie spotkały się po roku.

- Zobaczyłam ją na placu zabaw. Początkowo nie byłam pewna, czy to to samo dziecko, ale gdy podeszłam bliżej nie miałam wątpliwości. Powiedziała mi, że chodzi do szkoły, co wcześniej było nie do pomyślenia, jeździ na wakacje, normalnie żyje. Zaraz potem zobaczyłam jej matkę. Odniosłam wrażenie, że nie chce ze mną rozmawiać. Niechętnie przyznała, iż córce poprawiło się niedługo po naszych spotkaniach.

Zdarza się, iż nie chce podjąć się leczenia.

- Wiem, że nie mogę pomóc, gdy człowiek ma powiększone węzły chłonne, jest po zabiegach radioterapii i fizykoterapii. Bywa też, iż instynktownie wyczuwam, że moje zdolności mogą więcej zaszkodzić niż pomóc. Wtedy wycofuję się. Nigdy nie zmieniam poleceń lekarskich. Wręcz przeciwnie, często zachęcam przychodzących do mnie ludzi do dodatkowych badań.

Zawsze podkreśla, że bez dobrej woli nic się nie uda.

To moje życie

Dzień rozpoczyna normalnie, jak każda kobieta. Wstaje rano, zajmuje się rodziną. Jednak z powodu bioenergoterapii porzuciła wszystkie swoje zainteresowania. Nie ma na nie czasu. Czyta, uczy się, doradza ludziom, jak istnieć w zgodzie z własną naturą.

- W tej chwili nie potrafiłabym już żyć inaczej. Wiem, że dopóki będę żyła, nic nie powstrzyma mnie od dalszego rozwijania się i pomagania ludziom. To moje powołanie.

RENATA MIŁKOWSKA

Psychicznie chorzy i kalecy w okresie międzywojennym często byli „wstydem” dla rodziny.

Ukrywano ich w domach albo... rodzina wywoziła ich do miasta i porzucała. Bezdomni, tułali się po ulicach. Byli obiektami drwin i kpin dorosłych i dzieci. Niektórzy byli też niebezpieczni dla innych. Wierzbowska

z gminy Szczepankowo w 1931 roku najpierw powiesiła dwoje swoich dzieci, a następnie powiesiła się sama, pisała „Wspólna Praca”.

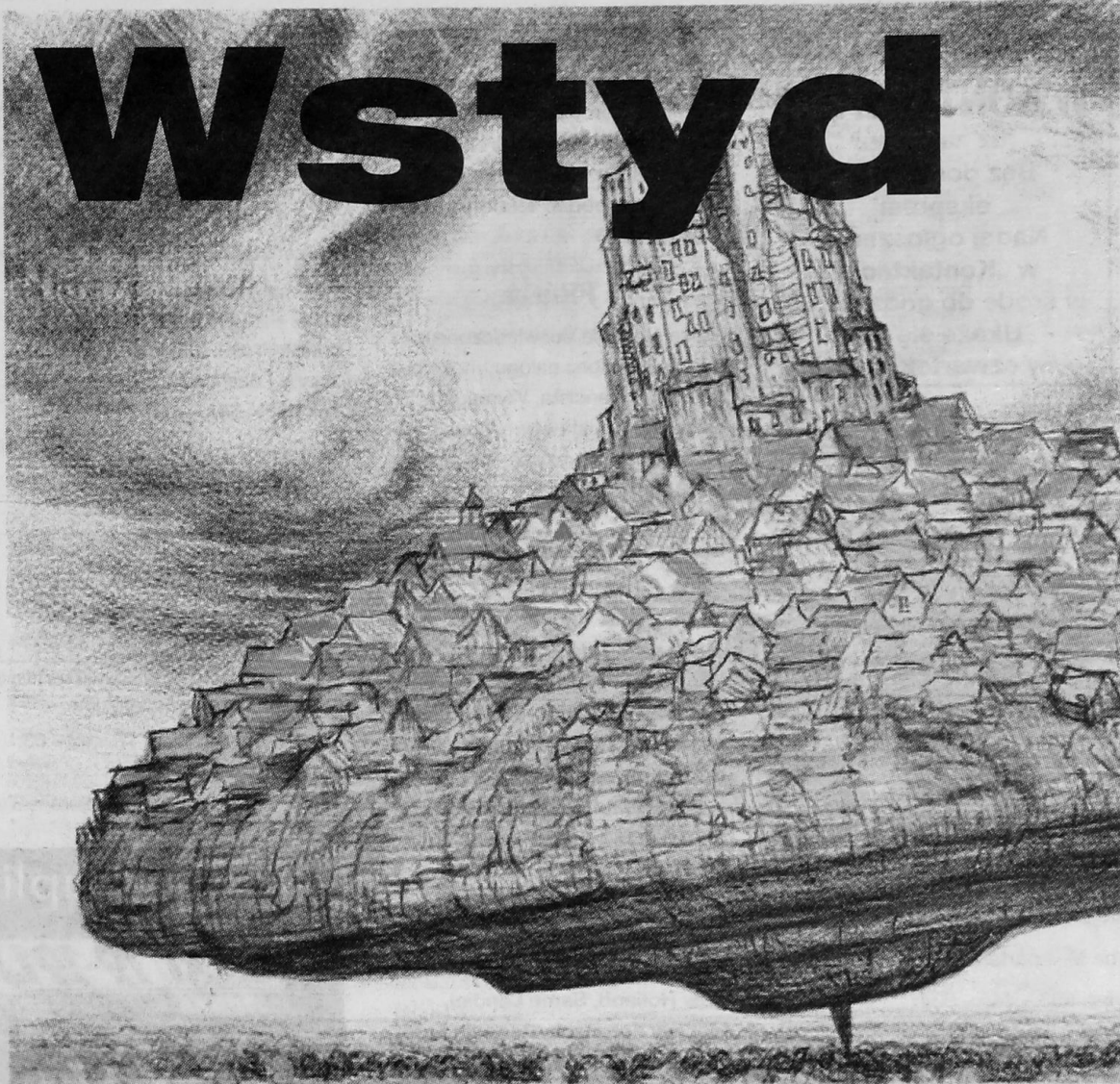
Antoni

Saraczewski z Łomży w 1927 roku odciął nożem kuchennym głowę bratowej, po czym się powiesił.

Na zgubienie

„W nocy z dnia 18 na 19 listopada 1933 r. burmistrz m. Ciechanowca Podlaskiego p. Franciszek Ksawery Brzoskiewicz zmusił pod groźbą utraty posady woźnego Jana Arnolda do wywiezienia chorej umysłowo dziewczyny w kierunku Warszawy. Woźny Jan Arnold dowiózł chorą do stacji Wołomin i pozostawiając ją w pociągu, sam wrócił z powrotem, zgodnie z poleceniem p. burmistrza”.

List o wywiezieniu umysłowo chorej napisał do redakcji białostockiego dziennika „Dzień Dobry” w styczniu 1934 roku były burmistrz Ciechanowca Jan Moczulski. Sugerował, iż sprawą powinien zająć się starosta bielsko-



podlaski. O wywiezieniu wiedzieli pracownicy magistratu w Ciechanowcu, a w dokumentach finansowych zaksięgowany był wydatek z opisem „za wywiezienie chorej umysłowo złotych 33,50 gr”. Był to koszt podróży woźnego i chorej.

Historia chorej zbulwersowała mieszkańców Ciechanowca. Wcześniej, bo już w grudniu 1933 roku, list w tej sprawie napisał do redakcji Aleksander S. Redakcja nie uwierzyła, aby opisane postępowanie burmistrza mogło być prawdziwe i listu nie opublikowała. Stało się to, gdy w styczniu 1934 roku o „niezwykłej opiece społecznej” prawie jednocześnie napisali K. Sewruk i Jan Moczulski.

Nie wiadomo, co stało się z dziewczyną i jakie konsekwencje niehumanitarnego czynu poniósł burmistrz. Na pewno poniósł zasłużoną karę w oczach opinii publicznej po ujawnieniu incydentu przez gazety.

W strojach adamowych

O ludziach umysłowo chorych, którzy w „strojach adamowych”

spacerowali po ulicach Łomży pisał w styczniu 1936 roku „Przegląd Łomżyński”. Gazeta zwracała uwagę, iż chorzy wywołują zgorzelenie publiczne i są w mieście pośmiewiskiem.

„Czas pomyśleć o tych nieszczęśliwcach, pozostawionych bez jakiegokolwiek opieki i za wszelką cenę ulokować ich w zakładach dla umysłowo chorych”, alarmował tygodnik.

Na bruku

Chorych psychicznie odsyłano z Łomży w okresie międzywojennym do specjalistycznego zakładu w Tworkach, który dysponował 662 łózkami. Od grudnia 1930 roku mieszkańcy województwa z problemami psychicznymi mogli leczyć się w utworzonym na terenie byłej fabryki włókienniczej Moessa szpitalu dla umysłowo chorych w Choroszczu. Było tam 200 łózek, a w 1933 roku już 800. Dyrektorem szpitala był dr Stanisław Deresz. Za pobyt w szpitalu chorych, którzy nie

mieli rodziny i byli biedni, płaciła gmina. Jeśli do szpitala zostali skierowani chorzy, których podrzucono do Łomży i tu byli bezdomni, płaciło za nich miasto. Przy wielu kłopotach finansowych i pilnych potrzebach (elektrownia, wodociąg, brak klas dla uczniów, brak pracy dla mieszkańców) władze nie spieszyły się z rozwiązaniem problemu chorych „podrzutków” z okolicznych wsi. Taniej było skierować ich do przytułków lub domu starców. W latach trzydziestych rocznie leczenie niezamożnej ludności (w tym psychicznie chorych) kosztowało Łomżę 50 tys. zł.

„Jeśli los zrzędzi, że pewna gmina miejska lub wiejska ma na swoim utrzymaniu większą ilość wariatów, to nie mogąc udźwignąć tego ciężaru, staje się niewypłacalną. Nic też dziwnego, że gminy wiejskie wywożą swoich wariatów do miast i zostawiają ich na bruku”, pisała „Wspólna Praca”.

MARIA TOCKA
Rys. Jacek Yerka

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.00022/20-o-i)

NIERUCHOMOŚCI

Z powodu choroby zamienię M-3,
IV piętro, ul. Dmowskiego, Łomża,
na M-4 parter.

Tel. 603 – 446 – 934

(fak/sms)

Wynajmę mieszkanie, 2 uczennice
lub panie pracujące. Łomża.

Tel. 514 – 661 – 409

(p-001227-o-i)

ODDAM

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

PRACA

Praca stała dla doświadczonego
budowlanica bez nałogu, może być
emeryt lub rencista. Wymagane
narzędzia podstawowe, rzetelność,
dokładność, szybkość, 3 000 zł.
Tel. 600 – 588 – 666

(fak/sms)

Opieka Niemcy Legalnie.
Tel. 725 – 248 – 935

(fak.00023/20-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.
Dzwoń, pisz. Tel. 660 – 795 – 977

(fak/sms)

Sprzedam działkę rolną nr 1/1
o pow. 1,0917 ha, położonej
w obrębie Starych Chojn.
Tel. 607 – 576 – 734

(p-001219-o)

SPRZEDAM

Sprzedam 30 sztuk płyt MFP 1,80 x
2,50 = 4,70 m², grubość 2,20 cm
jak OSB o dużo lepszych
parametrach. Idealna na podłogę,
ścianę i dach. 120 zł sztuka.
Tel. 600 – 588 – 666

(fak/sms)

TRANSPORT

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

(fak.00002/19-o-i)

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

(fak.00003/19-o-i)

**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



Pobierz aplikację mobilną

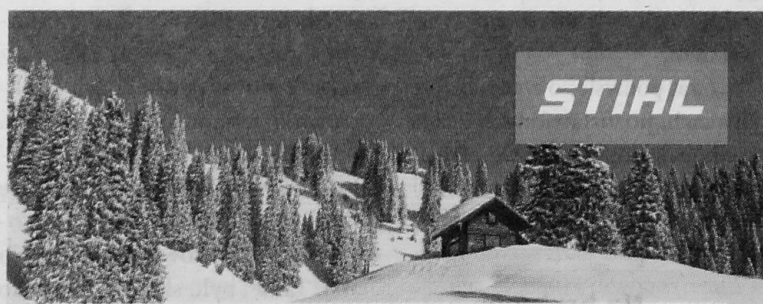


Najlepsza aplikacja w mieście

OBWIESZCZENIE STAROSTY KOLNEŃSKIEGO

Zgodnie z art. 11d ust. 5 ustawy z dnia 10 kwietnia 2003 r. o szczególnych zasadach przygotowania i realizacji inwestycji w zakresie dróg publicznych (t.j.: Dz. U. z 2018 r., poz. 1474 z późn. zm.) oraz art. 105 § 1 i art. 49 ustawy z dnia 14 czerwca 1960 r. Kodeks postępowania administracyjnego (t.j. Dz. U. z 2018 r. poz. 2096 z późn. zm.), w związku z wycofaniem wniosku przez Zarząd Powiatu Kolneńskiego w dniu 28 stycznia 2020 r., zawiadamia się, że Starosta Kolneński umorzył, decyzją nr BŚ.6740.8.1.2020 w dniu 5 lutego 2020 r., postępowanie administracyjne w sprawie udzielenia zezwolenia na realizację inwestycji drogowej pod nazwą: „Rozbudowa drogi powiatowej nr 1883B Czerwone – Kozioł – Łacha – Zimna – Leman – Ksebi – Cieloszka do drogi nr 647 na odcinku od km 10+600 do km 12+547,10” oraz zatwierdzenia projektu podziału nieruchomości. Inwestycję lokalizowano na działkach o nr geod.: 690/1 – obręb Kozioł, gm. Kolno, 671/2, 719, 671/1, 671/3, 667, 666, 323/1, 668, 309, 308, 305/2, 305/1, 704, 703, 304 – obręb Łacha, gm. Turośl.

Z wymienioną decyzją strony mogą zapoznać się w Starostwie Powiatowym w Kolnie, w Wydziale Budownictwa i Ochrony Środowiska, ul. 11 Listopada 1, pok. 203 i 204, w godzinach 8:00 – 15:00, w terminie 14 dni od dnia obwieszczenia w prasie lokalnej.



STIHL

PROMOCJE ZIMOWE



CENA
PROMOCYJNA

649,-*

STIHL MS 170

SPRZEDAŻ PROWADZĄ WYŁĄCZNIE AUTORYZOWANI
DEALERZY STIHL. ADRESY DEALERÓW NA WWW.STIHL.PL

* sugerowana cena detaliczna

OGŁOSZENIA BEZPŁATNE MOTORYZACYJNE

Sprzedam Mercedes, (1998), 2.2 diesel, auto w 100% sprawne, cena 5 000 zł do uzgodnienia, tel. 503 - 862 - 612

(o/b)

Sprzedam Opel Meriva, (2006/2007), 1.4 benzyna, szary metalik, stan bardzo dobry, Łomża, cena do uzgodnienia, tel. 668 - 208 - 817

(o/b)

Sprzedam Volkswagen Special, (2006), 2.0, 7-osobowy, 150 PS, przebieg 240 000 km, czarny metalik, cena do uzgodnienia, tel. 608 - 137 - 703

(o/b)

Sprzedam Melex, bez silnika, stan idealny, cena 1 500 zł, tel. 609 - 320 - 169

(o/b)

Sprzedam Ford Fiesta, (2005), 1.4 TDCI, 4-drzwiowy, klimatyzacja, centralny zamek, cena 3 500 zł, tel. 605 - 144 - 285

(o/b)

Sprzedam Volkswagen Golf 4, (1998), 1.9 SDI, stan bardzo dobry, cena 2 400 zł do uzgodnienia, tel. 693 - 883 - 655

(o/b)

Sprzedam przyczepkę samochodową Sam, oplanekowana, cena 2 200 zł, tel. 572 - 151 - 368

(o/b)

Sprzedam Volkswagen LT, (1995), 3,5 tony, kontener, cena 7 200 zł, tel. 572 - 151 - 368

(o/b)

Sprzedam Opel Zafira, (2001), benzyna + gaz, cena 8 000 zł, tel. 507 - 144 - 467

(o/b)

Sprzedam przyczepkę samochodową Sam, zarejestrowana, cena 1 500 zł, tel. 660 - 529 - 185

(o/b)

Sprzedam Rover 45, (2001), 2.0 diesel, stan bardzo dobry, bez rdzy, wszystkie opłaty aktualne, cena 2 600 zł, tel. 512 - 576 - 250

(o/b)

Sprzedam Ford C-Max, (2004), 1.6, 110 KM, auto sprowadzone do Polski w 2007 r., opłaty do czerwca 2020 r., cena 7 900 zł do negocjacji, tel. 506 - 395 - 892

(o/b)

Sprzedam Volkswagen Passat B5, (1998), 1.9 TDI, 90 KM, opłaty do grudnia 2020 r., diesel, 2 miesiące w kraju, cena 4 900 zł, tel. 603 - 054 - 981

(o/b)

Sprzedam BMW E46, (2002), 1.8 benzyna, środek czysty i zadbane, przebieg 290 000 km, 115 KM, cena 3 900 zł, tel. 530 - 430 - 101

(o/b)

Sprzedam Volkswagen Bora, (2005), 1.9 TDI, OC i przegląd do czerwca 2020 r., stan bardzo dobry, cena 8 600 zł, tel. 605 - 735 - 315

(o/b)

Sprzedam Mercedes C klasa, (2005), 2.2 CDI, w bardzo dobrym stanie technicznym, diesel, cena 14 500 zł do negocjacji, tel. 798 - 162 - 898

(o/b)

Sprzedam Opel Vivaro, (2008), 2.5 ctdi, 146 KM, klimatyzacja, elektryczne szyby i lusterka, centralny zamek, cena 31 800 zł, tel. 535 - 386 - 934

(o/b)

Sprzedam Opel Zafira, (2005), diesel, 120 KM, auto sprawne, 7-osobowe, przebieg 303 000 km, cena 8 500 zł, tel. 660 - 618 - 228

(o/b)

Sprzedam Skoda Fabia 2, (2008), 1.4 Tdi, klimatyzacja, aktualne opłaty, diesel, cena 8 800 zł do negocjacji, tel. 603 - 054 - 981

(o/b)

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

(o/b)

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

(o/b)

Sprzedam Volkswagen Passat, (2006), 1.9 TDI, stan bardzo dobry, przebieg 228 000 km, diesel, 107 KM, kolor srebrny, cena 14 900 zł, tel. 517 - 417 - 530

(o/b)

Sprzedam Mazda 6, (1999), 1.8 benzyna + gaz, aktualny przebieg i ubezpieczenie, cena 2 000 zł do negocjacji, tel. 510 - 182 - 079

(o/b)

Sprzedam Opel Zafira, (2001), stan dobry, długie opłaty, minivan, cena 4 000 zł do negocjacji, tel. 504 - 875 - 893

(o/b)

Sprzedam Opel Vectra C, (2006), stan bardzo dobry, 120 KM, diesel, cena 12 500 zł do negocjacji, tel. 512 - 373 - 735

(o/b)

Sprzedam Fiat 126p, (1991), kolor ciemnozielony, cena 2 900 zł, tel. 862 - 776 - 782

(o/b)

Sprzedam Audi A4, (2002), OC i przegląd ważne do kwietnia 2020 r., benzyna, ABS, EPS, centralny zamek, cena 11 500 zł do negocjacji, tel. 514 - 816 - 009

(o/b)

Sprzedam Ford Mondeo MK4, (2013), auto sprawne, nie wymaga wkładu finansowego, diesel, przebieg 225 000 km, cena 36 000 zł, tel. 510 - 873 - 354

(o/b)

Sprzedam Opel Insignia, (2015), 2.0 CTDI, auto sprowadzone z Niemiec, zarejestrowane w Polsce, kolor czarny, klimatyzacja, centralny zamek, diesel, cena 35 800 zł, tel. 792 - 830 - 005

(o/b)

Sprzedam Opel Corsa, (1999), 1.2 16V, wspomaganie kierownicy, benzyna, cena 2 200 zł, tel. 514 - 282 - 707

(o/b)

Sprzedam BMW E90, (2007), stan bardzo dobry, lekko zarysowany zderzak, cena 16 000 zł do uzgodnienia, tel. 731 - 131 - 004

(o/b)

Sprzedam Opel Vectra C, (2008), pierwszy właściciel w Polsce, stan bardzo dobry, 150 KM, diesel, klimatyzacja, cena 14 200 zł, tel. 792 - 902 - 761

(o/b)

Sprzedam Audi A6, (1995), diesel, kolor granatowy, cena 3 000 zł, tel. 518 - 072 - 260

(o/b)

Sprzedam BMW 523L, (1998), benzyna + gaz, cena 3 500 zł, tel. 518 - 072 - 260

(o/b)

Sprzedam Volkswagen Golf IV, (1998), 1.8, 125 KM, wszystko sprawne, ważny przegląd i OC, przebieg 265 000 km, cena 3 500 zł, tel. 512 - 087 - 234

(o/b)

Sprzedam BMW 520, (2006), diesel, nie wymaga wkładu finansowego, przegląd i OC ważne do grudnia 2020 r., 177 KM, cena 18 900 zł do negocjacji, tel. 519 - 618 - 377

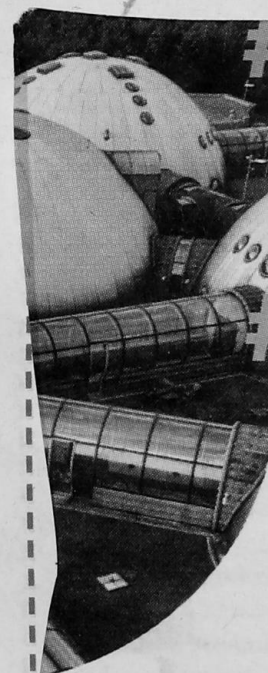
(o/b)

Sprzedam Opel Astra 2, (2000), pierwszy właściciel w Polsce, diesel, 75 KM, cena 3 500 zł do negocjacji, tel. 793 - 794 - 446

(o/b)

Sprzedam Volkswagen LT 31, (1994), dostawczy, cena 3 000 zł, tel. 786 - 010 - 611

(o/b)



#5 Strony WWW

Landing page, portale, e-commerce

#6 Eventy

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

eContentLab

KONSTAŁ PRODUCENT
GARAŻE Blaszane
BRAMY Garażowe
KOJCE dla Psów

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

GARAŻE WZMOCNIONE

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

Sprzedam ziemię rolną, 2 ha,
 Korytki, Gmina Jedwabne, cena do
 uzgodnienia, tel. 514 - 661 - 409

Sprzedam młynek bijakowy z
 silnikiem 7,5 kW, cena 1 100 zł,
 tel. (86) 218 - 06 - 04

Sprzedam ciągnik Ursus 3512,
 (1996), cena 26 500 zł,
 tel. (86) 218 - 06 - 04

Sprzedam sianokiszonkę, polną,
 pogodna, duże bele, 140 sztuk,
 cena 130 zł za sztukę,
 tel. 608 - 104 - 878

Sprzedam opryskiwacz, pojemność
 400 litrów, sprawny, cena 800 zł;
 silnik, 7 kW, cena 600 zł,
 tel. 694 - 288 - 955

Sprzedam zbiornik, 450 litrów,
 stan dobry, cena 2 000 zł,
 tel. 574 - 751 - 424

Sprzedam ciągnik C-330, (1986),
 cena 17 000 zł do uzgodnienia;
 przyczepę, wywrotka, 1-osiowa,
 zarejestrowana, cena 7 000 zł,
 tel. 503 - 862 - 612

Sprzedam krajeżę, silnik 7 kW,
 cena 1 200 zł; słomę w kostce,
 cena 4 zł za kostkę,
 tel. 503 - 862 - 612

Sprzedam rozrzutnik obornika,
 4 tony, cena 4 000 zł,
 tel. 694 - 330 - 919

Sprzedam siewnik do nawozów
 Kos, cena 550 zł,
 tel. 572 - 151 - 368

Sprzedam kosiarkę rotacyjną
 Słupsk, cena 1 700 zł,
 tel. 572 - 151 - 368

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

Sprzedam bele sianokiszonki,
 cena 100 zł za sztukę,
 tel. 721 - 091 - 913

Sprzedam siewnik do nawozów,
 stan bardzo dobry, cena 550 zł,
 tel. 660 - 529 - 185

Sprzedam ładowacz Troll,
 cena 3 000 zł, tel. 660 - 529 - 185

Sprzedam kombajn Bizon, (1989),
 jeden właściciel, cena 34 000 zł,
 tel. 665 - 741 - 797

Sprzedam przyczepę,
 samozbierająca, polska, stan
 techniczny dobry, gotowa do
 pracy, cena 3 200 zł,
 tel. 509 - 065 - 026

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

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

Sprzedam zgrabiarkę Kuhn,
 szerokość 2,80 m, cena 2 000 zł,
 tel. 798 - 634 - 097

Sprzedam dmuchawę do zboża
 i siana, silnik 11 kW, cena 2 100 zł,
 tel. 507 - 960 - 008

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

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

Sprzedam dojarę, przewodowa,
 3-letnia, cena 9 900 zł,
 tel. 517 - 715 - 348

Sprzedam Cyklop, polski,
 cena 3 200 zł, tel. 572 - 151 - 368

Sprzedam kopaczkę, elewatorowa,
 stan bardzo dobry, niebieska,
 cena 1 300 zł, tel. 505 - 072 - 637

Sprzedam agregat Bomet, (2005),
 2,70 m, podwójne wałki, stan
 bardzo dobry, gotowy do pracy,
 cena 2 600 zł, tel. 505 - 072 - 637

Sprzedam prasę belującą Metal
 Fach, cena 17 200 zł,
 tel. 660 - 529 - 185

Sprzedam opryskiwacz, szerokość
 robocza 12 m, pojemność 450
 litrów, sprawny, cena 3 000 zł,
 tel. 788 - 535 - 374

Sprzedam kosiarkę dyskową Kuhn
 GMD 66, szerokość robocza 2,40 m,
 sprawna, cena 6 000 zł,
 tel. 788 - 535 - 374

Sprzedam rozrzutnik Czarna
 Białostocka, na poduszkach, stan
 dobry, cena 2 900 zł,
 tel. 515 - 143 - 322

Sprzedam przyczepę Autosan
 D-47, wywrotka, trójstronny
 wywrot, cena 8 400 zł,
 tel. 507 - 960 - 008

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

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

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

Sprzedam bronę talerzową, 24
 talerze, mało używana,
 cena 5 000 zł, tel. 663 - 961 - 026

Sprzedam prasę belującą Claas 44s,
 cena 9 000 zł, tel. 504 - 958 - 451

Sprzedam owijkę do bel Sipma,
 stan bardzo dobry, cena 3 200 zł,
 tel. 504 - 958 - 451

Sprzedam ciągnik Ursus C-360, po
 kapitalnym remoncie,
 cena 18 000 zł do uzgodnienia,
 tel. 787 - 639 - 812

Sprzedam pług 2-skbowy, mało
 używany, cena 500 zł,
 tel. 503 - 974 - 093

Sprzedam talerzówkę 16,
 cena 2 100 zł, tel. 503 - 974 - 093

Sprzedam sieczkarnię do
 kukurydzy, 1-rzędowa, cena 1 000 zł,
 tel. 661 - 737 - 639

Sprzedam kosiarkę rotacyjną
 Samba 240, cena 13 000 zł do
 uzgodnienia, tel. 795 - 356 - 104

Sprzedam przewracarkę Vicon,
 szerokość 7,70 m, w oryginale,
 cena 9 900 zł do negocjacji,
 tel. 786 - 876 - 452

Sprzedam rozrzutnik obornika,
 8 ton, na tandemie, hydrauliczny
 posuw, wałki pionowe,
 cena 17 000 zł, tel. 690 - 656 - 353

STIHL

PROMOCJE ZIMOWE

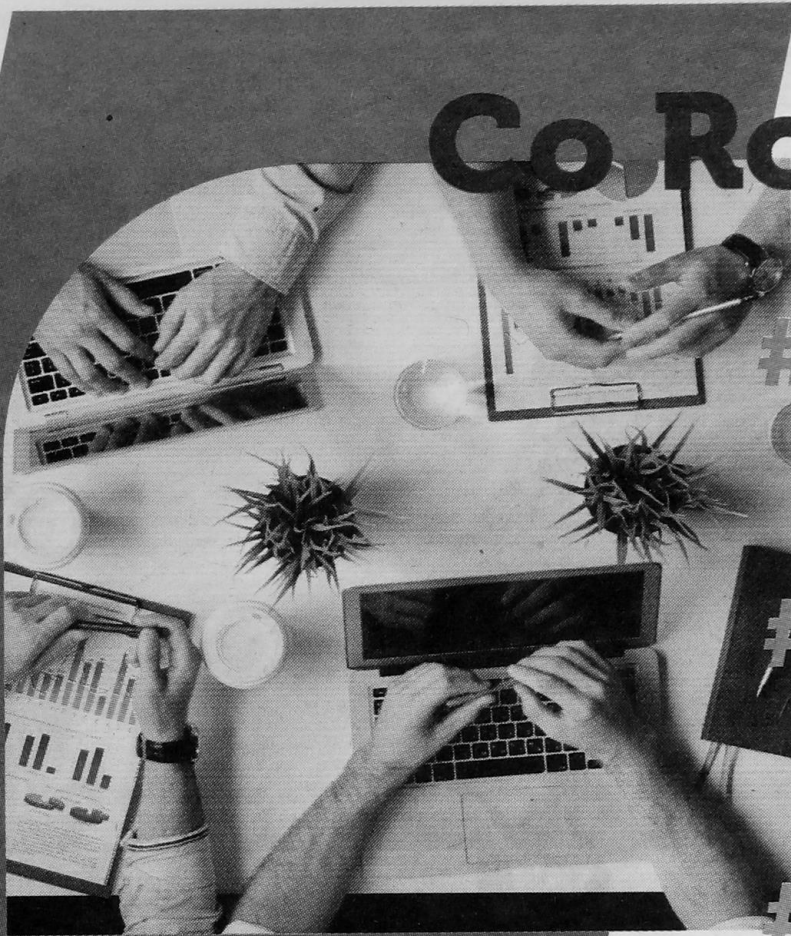
CENA PROMOCYJNA
649,-*

STIHL MS 170

SPRZEDAŻ PROWADZĄ WYŁĄCZNIE AUTORYZOWANI
 DEALERZY STIHL. ADRESY DEALERÓW NA WWW.STIHL.PL

* sugerowana cena detaliczna

Co Robimy?



#1 Social Media

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

#2 Wideo

Kreacja, storytelling, produkcja, ujęcia lotnicze, livestreaming

#3 Content Marketing

Serwisy contentowe, wideo, expert copywriting

#4 Multimedia

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

#5 Strony WWW

Landing page, portale, e-commerce

#6 Eventy

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

Wejdź na

www.eContentLab.pl

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



eContentLab

**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



**XX
Mikrolotowe Mistrzostwa
Podlaskiego
KONTAKTY 2019**

Partner Strategiczny:



Sponsor Główny:



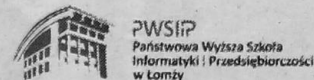
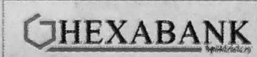
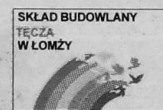
Łomża



Piątnica



Sponsorzy, partnerzy, mecenaszi:



Bar Smak Podlaski w Łomży
www.przelecie.pl | OSP w Piątnicy
Przedsiębiorstwo Ochrony Mienia „Kuguar” w Łomży
Zakład Mechaniki Pojazdowej Szczepan Grodzki w Łomży
Przedsiębiorstwo Budowlane Artur Mazurek w Pniewie



Od lipca do końca roku prawo jazdy straci dodatkowe 20 000 kierowców. W następnym roku 40 000. Tak wynika z szacunków rządu

Ostre przepisy na drodze

Projekt ustawy, który 31 stycznia 2020 roku trafił do konsultacji społecznych, zakłada trzy najważniejsze zmiany od 1 lipca:

1. Pierwszeństwo pieszych jeszcze przed przejściem. Kierowcy będą musieli ustąpić pierwszeństwa pieszym oczekującym przed pasami.
2. Ujednolicenie limitów prędkości w terenie zabudowanym, bez względu na porę dnia. Limit będzie wynosił 50 km/h. Dziś w godzinach 23.00 – 5.00 wynosi 60 km/h.
3. Utrata prawa jazdy za przekroczenie dozwolonej prędkości o ponad 50 km/h. Od 1 lipca ta zasada nie będzie ograniczała się wyłącznie do terenu zabudowanego, ale będzie obowiązywać na wszystkich drogach. Zmiany te spowodują, że wielu kierowców straci przez nie prawo jazdy.

Odnaleziony w studni

Poszukiwany po zgłoszeniu zaginięcia przez matkę mieszkaniec (33 lata) Kolna, który w ostatnim czasie pomieszkiwał w Małym Płocku, odnaleziony został w studni. Miał problemy ze wzrokiem, poruszał się przy pomocy białej laski. W związku z jego śmiercią zarzut nieudzielenia pomocy usłyszał mieszkaniec (28 lat) wsi Budy Żelazne (gm. Mały Płock). Wspólnie popijali, a gdy kolega wpadł do studni, nie pomógł mu ani nie wezwał na pomoc odpowiednich służb. Policjanci na pewnym etapie postępowania otrzymali sygnały, że ciało zaginionego może znajdować się w przydomowej studni. Potwierdziło się to po wypompowaniu wody przez strażaków. Nadal trwają jeszcze czynności procesowe pod nadzorem prokuratora w celu wyjaśnienia okoliczności tragedii. Biegły wykonujący sekcję zwłok wstępnie ustalił, że mężczyzna zmarł w wyniku utonięcia, wynika z informacji przekazanych nam przez Marcina Gajdamowicza, prokuratora rejonowego w Kolnie.

Znalazł kartę i ruszył na zakupy

Z ustaleń łomżyńskich policjantów wynika, że mieszkaniec (33 lata) miasta znalazł na chodniku kartę bankomatową i ruszył na zakupy. Zapłacił nią 10 razy, wydając prawie 290 zł. Cztery kolejne próby zapłaty znalezionej kartą nie powiodły się ze względu na jej zablokowanie. Takie postępowanie traktowane jest jako kradzież z włamaniem, za co poniesie można surową karę. Taki

Oszustwo na sms

Prawie 3000 zł znikło z konta kobiety, która postanowiła uregulować zadłużenie w wysokości 0,88 zł, wskazane w sms z linkiem do strony internetowej banku. Po kliknięciu w link została przekierowana na stronę umożliwiającą zalogowanie się do konta, a następnie na stronę logowania do swojego konta bankowego. Ponieważ strona nie wzbudziła żadnych podejrzeń, gdyż wizualnie odpowiadała stronie banku, podała swój numer klienta oraz hasło do logowania. Następnie kodem zaakceptowała przelew kwoty, która jako dług widniała w sms. Gdy zobaczyła, że z konta znikło prawie 3000 zł, zgłosiła się do Komendy Miejskiej Policji w Łomży i poinformowała, że została oszukana.

„Dostałem wiadomość mailową lub sms z informacją o konieczności uregulowania drobnej zaległości albo dopłaty do przesyłki? Uważaj, bo to kolejny sposób oszustów na wyłudzenie pieniędzy. W ten sposób nieuprawnione osoby mogą wyciągnąć hasła do aplikacji bankowych

i przejąć kontrolę nad kontem bankowym. Aby uniknąć problemów, należy uważnie czytać wszystkie otrzymywane wiadomości, a przede wszystkim nie >klikać< w podejrzane linki szczególnie, jeśli prowadzą do systemów elektronicznych płatności”, ostrzega łomżyńska policja.

„Wiadomości tego typu, jak obok, są fałszywe i zawierają link, który może być niebezpieczny”, przestrzega rzecznik prasowy z Izby Administracji Skarbowej w Białymstoku Radosław Hancewicz

+48

SMS/

środa, 22 st

Twój indywidualny rachunek podatkowy wykazuje obciążenie w kwocie 6.18 PLN. Prosi o spłaceniu zadłużenia, aby uniknąć egzekucji. <http>



Ten facet ukradł ze sklepu przy ul. Sikorskiego w Łomży 5 września 2019 roku rower. Po ustaleniu wizerunku w zapisie monitoringu, szuka go policja. Jeśli wiesz, kto to jest, zadzwoń, tel. 112.

Kawosz, „płacący” gazem

Do sklepu spożywczego w Łomży wszedł młody mężczyzna, wziął z półki kilka opakowań różnych kaw i nie płacąc za nie ruszył w kierunku wyjścia. Po drodze odepchnął interweniującą pracownicę sklepu, rozpylił w jej kierunku gaz i uciekł. Został zgarnięty przez łomżyńskich policjantów już następnego dnia z własnego mieszkania. Ma 26 lat.

Stanie przed sądem za kradzież rozbójniczą.

Pijany z dożywotnim zakazem

Kompletnie pijanego (ponad 2 prom.) kierowcę (30 lat) bmw zatrzymali w nocy policjanci na al. Legionów w Łomży. Wsiadł za kierownicę mimo dożywotniego zakazu prowadzenia pojazdów mechanicznych. Noc spędził w policyjnym areszcie.

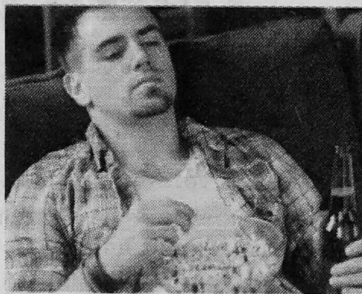
Poradnia psychologa

Mój syn bez skrupułów

Mam prawie 50 lat, wychowałam trzech synów. Z jednym mam poważny problem. Ma 25 lat, mieszka pod moim dachem, nadużywa piwa i lekko żyje. Nie mogę wyegzekwować od niego pieniędzy na jego wyżywienie, pranie itp. Istnieją tylko koledzy, jakby to nie mój syn, bez serca i skrupułów. Kiedy powiedziałam, by się wyprowadził i zaczął żyć na własny rachunek, stał się agresywny. Zaczynam się tej agresji bać. Rozmowy z braćmi i dalszą rodziną nic nie dają. Obiecuję, że się zmieni, na przykład, skosi trawę, uporządkuje pokój itp., nie dotrzymując słowa. Często nie ma go w domu po kilka dni i nocy, a ja się denerwuję. Co powinnam zrobić? Nie chcę utrzymywać dorosłego syna.

Michalina

Konflikty między wami są wynikiem wspólnego mieszkania. W pewnym wieku młody mężczyzna musi oddzielić się od domu rodzinnego. To naturalny bieg zdarzeń. Jeśli jest on naruszony, wtedy zwykle pojawiają się gorzkie konsekwencje: od zwykłych konfliktów, przez pojawienie się zaburzeń emo-



cyjnych, aż do poważnych zaburzeń psychicznych. Konflikt między wami jest wynikiem złej sytuacji. Proszę tak właśnie na to patrzeć.

Być może syn boi się realnego kroku w samodzielność, a obecne warunki są dla niego wygodne? Pani pierze jego rzeczy, przygotowuje mu jedzenie, martwi się o porządek w jego pokoju i o to, co robi. Po co? To dla niego sygnał, że wcale nie chce Pani jego przeprowadzki.

Konflikt wygaśnie, jeśli będziecie mieszkać osobno. Z punktu widzenia finansowego lepiej przeznaczyć pieniądze, za które Pani go utrzymuje, na choćby częściowe sfinansowanie wynajęcia pokoju lub kawalerki. Być może bracia też są w stanie na początku trochę go wesprzeć.

DR MARCIN FLORKOWSKI
PSYCHOLOG

Do miski włoż oba rodzaje mięsa mielonego. Wbij jajko, wysyp tartą bułkę, dodaj 1 ząbek przeciśniętego przez praskę czosnku, 1 posiekaną cebulę, posiekaną natkę pietruszki oraz sól i pieprz do smaku. Dokładnie wyrób jednolitą masę. Uformuj z niej zgrabne pulpeciki (aby mięso nie kleiło się do rąk, często zwilżaj dłonie zimną wodą). Pulpeciki obtocz w mące i usmaż na rumiano na rozgrzanym oleju. Gotowe przełóż na talerz. Przygotuj sos: 1 ząbek czosnku posiekaj, 1 cebulę pokrój w kostkę. Papryki opłucz, osusz, oczyść z pestek i potnij na mniejsze kawałeczki. Na patelni rozgrzej 2 łyżki oleju, zeszklij cebulę. Dodaj papryki. Smaż 5 minut. Dołóż pomidory, przeciśnięty 1 ząbek czosnku, przypraw 1 łyżeczką słodkiej papryki, solą, pieprzem i chili. Wlej 1 szklankę bulionu. Duś ok. 20 minut. Do tak gotowego sosu włoż usmażone pulpeciki. Podgrzewaj ok. 5 minut, by zrobiły się ciepłe w środku. Udekoruj listkami natki pietruszki.

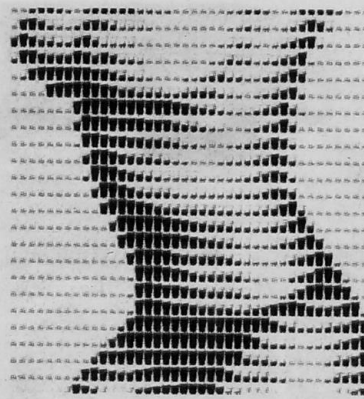


Przysmak podlaski

Hiszpańskie klopsiki

Składniki:

- 40 dag mielonej wołowiny
- 25 dag mielonej wieprzowiny
- puszka pomidorów
- 1 szklanka bulionu
- 1 jajko
- 3 łyżki bułki tartej
- 2 zębki czosnku
- 2 małe cebule
- 1/2 zielonej papryki
- 1/2 czerwonej papryki
- 1/2 zielonej papryki
- natka pietruszki
- chili
- 1 łyżeczka słodkiej papryki
- bulion
- mąka
- olej
- sól, pieprz



Pytanie intymne

Mąż ma 52 lat, na nic się nie leczy, a nie ma ochoty na seks. Chyba ukrywa kłopoty ze wzrodem. Jak już do czegoś dojdzie, nie potrafi mnie zaspokoić. To bardzo drażliwy temat. A przy tym jest rozdrażniony i nerwowy. Jak mu pomóc?

Łucja

To, że mąż się nie leczy, nie znaczy, iż nie choruje, nawet o tym nie wiedząc. Tak jest z początkiem cukrzycy, miażdżycy, awitaminozą, osłabiającym niedoborem mikro-

elementów (magnez, potas, wapń itp.). Pomocne będzie namówienie męża na kompleksowe badania i wykluczenie chorobowych przyczyn kłopotów w sypialni. Gdyby przyczyną niechęci do seksu nie były żadne dolegliwości, powinnaś spojrzeć na siebie. Może traktujesz małżeński seks jako obowiązek i przestałaś dbać o siebie? Mężczyzna jest wzrozkowcem, zaniedbana kobieta na pewno nie zachęca do seksu. Może w waszym łóżku panuje rutyna? Ciągłe te same pozycje, w tych samych okolicznościach, tej samej kolejności, o tym samym czasie? Jeżeli tak, taki seks mógł znudzić się mężowi, za chwilę znudzi się Tobie. Gdy uznasz, że przyczyną waszych kłopotów nie jest choroba, nieatrakcyjność i rutyna, lekarz może zalecić mężowi tabletki wspomagające erekcję (Viagrę lub inne przepisuje lekarz na receptę). I tu ważna uwaga: niebezpieczne jest nabywanie leków z niepewnego źródła, na targowiskach lub w przypadkowej sprzedaży internetowej.

Lekarz domowy

Zawsze zimą odkłada mi się „nadmiar” na biodrach i brzuchu. Teraz, choć zimy nie ma, też. Czy głodówka jest dobrą metodą na odchudzanie?

Dorota

Bezpieczniej jest ograniczyć jedzenie, głównie słodczyce, a w tym lody, piwo i inny alkohol (to puste kalorie, a poza tym zwiększają apetyt). Jednodniowa głodówka jest bezpieczna, bo oczyszcza organizm. Przedłużanie jej bez konsultacji z lekarzem może być niebezpieczne. Brzuch spadnie, efekt będzie

widoczny, ale jednocześnie będzie dokuczalo osłabienie, wystąpią problemy z koncentracją, mogą pojawić się omdlenia, zawroty i bóle głowy, rozdrażnienie. Poza tym, w czasie głodówki organizm uczy się oszczędzać kalorie i tak samo będzie się zachowywał po powrocie do jedzenia. Efektem tego jest szybki powrót do utraconej wagi. Aby kontrolować kalorie, ilość białka, tłuszczu i węglowodanów w pożywieniu, można skorzystać z aplikacji Fitatu na telefon. Jest prosta i o tyle dobra, że możemy jeść wszystko, byle nie przekraczać założonych przez siebie ilości.

Pod paragrafem

Za miesiąc mąż wraca z Anglii, bo nie będzie miał pracy. Czy w Polsce będzie mógł skorzystać z zasiłku dla bezrobotnych?

Anna

Mąż otrzyma w Polsce zasiłek, jeśli za granicą pracował legalnie, a jego pracodawca odprowadzał składki na ubezpieczenie społeczne. Polaka, który pracował w innym kraju Unii Europejskiej, obowiązują te same przepisy, które dotyczą bezrobotnego w kraju. Zgodnie z nimi, zasiłek otrzyma ten, kto przepracował 365 dni w ostatnich 18 miesiącach. Nie muszą to być ciągle okresy zatrudnienia w kraju albo zagranicą. Zasiłek otrzyma

także ten, kto legalnie kilka miesięcy przepracował w Polsce, a resztę z wymaganych 365 dni w innym kraju Unii Europejskiej. Pracodawcy muszą wystawić dokumenty, poświadczające przepracowany okres. Z zaświadczeniem od pracodawcy przed powrotem do kraju trzeba zgłosić się do lokalnych służb zatrudnienia (odpowiednik polskich powiatowych urzędów pracy). Tam pracownik otrzyma druk E 301 (jest to znormalizowany dokument, obowiązujący w całej Unii). Po powrocie do Polski z dokumentem E 301 trzeba zgłosić się do urzędu pracy w miejscu zamieszkania, zarejestrować jako bezrobotny i czekać na zasiłek.

Jakim byłabyś, byłbyś politykiem?

1. Decyzje podejmujesz:

- a) natychmiast – 5
- b) po długim namyśle – 3
- c) ciężar podejmowania decyzji przerzucam na innych – 1

2. Najważniejszą cechą polityka jest:

- a) bezkompromisowość i brak skrupułów – 5
- b) miła powierzchowność – 3
- c) umiejętność walki o dobro ludzi – 1

3. Co myślisz na temat polityków?

- a) karierowicze – 1
- b) wielcy ludzie – 5
- c) ludzie udający kogoś innego – 3

4. Czy lubisz osądzać innych ludzi?

- a) lubię, ale staram się tego nie robić – 3
- b) nie osądzam innych, aby i mnie nie osądzali – 1
- c) lubię i osądzam – 5

5. Jest szansa, abyś objęła/ objął kierownicze stanowisko. Jak się będziesz zachowywał/a?

- a) nic nie będę robił/a, co ma być to będzie – 1
- b) będę aktywnie starał/a się aby wybrano właśnie mnie – 3
- c) nie przebiegając w środkach, doprowadzę do mojego wyboru – 5

6. Chcesz kogoś przekonać do swoich racji, jak to robisz?

- a) nie przekonuję, mówię, że on ma rację, a i tak robię po swojemu – 5
- b) przekonuję, przekonuję, przekonuję, aż przekonam – 3
- c) nie przekonuję, raczej sam dam się przekonać – 1

7. Czy dla kariery przekroczyła-byś/łbyś pewne granice, których przekraczać nie powinno się?

- a) nie – 1
- b) można balansować na tej granicy – 3
- c) tak – 5

8. Czy lubisz czuć na sobie ciężar odpowiedzialności?

- a) tak – 5
- b) nie – 1
- c) trudno powiedzieć – 3

9. Czy masz wewnętrzne przekonanie, że to co robisz jest najlepsze?

- a) nie – 1
- b) tak – 5
- c) zależy od dnia – 3

10. Czy w trudnych sytuacjach umiesz zachować kamienną twarz?

- a) nie – 1
- b) tak – 5
- c) tylko do pewnego stopnia – 3

Masz 10 – 22 punkty: polityk byłby z Ciebie w drugim lub nawet trzecim rządzie, wykonującym polecenia „góry”. Nie masz w sobie przywódczego ducha. Nie cierpisz z tego powodu, ponieważ wolisz, aby odpowiedzialność spadała na innych. Nie zastanawiasz się nad tym, czy decyzje podjęte przez „góre” są słuszne. Nawet wtedy, gdy masz wątpliwości, nie zbuntujesz się. Wielkiej kariery więc nie zrobisz.

Masz 23 – 37 punktów: polityka z Ciebie nie będzie! Miewasz za dużo skrupułów, a głupota niektórych ludzi władzy tak Cię razi, że nie możesz powstrzymać się, aby dosadnie tego nie skomentować. Tym samym narażasz się wszystkim tym, których krytykujesz. Jednak Ci, których popierasz, też nie widzą w Tobie przyjaciela, bo zdają sobie sprawę, że kiedyś możesz zostać ich zaciekle wrogiem! Masz w sobie wiele cech prawdziwego przywódcy, ale nie potrafisz uzewnętrznić ich z taką siłą, by inni uznali Cię za swego przywódcę.

Masz 38 – 50 punktów: masz szansę zostać politykiem i to na wysokim szczeblu. Z punktu widzenia ludzi związanych z Tobą, masz w sobie coś z wodza, gdyż dominujesz, ale też posiadasz umiejętność zjednywania sobie przychylności. Jeśli ktoś chce zająć Twoje miejsce, bywasz bezwzględny w czynach, ale robisz to ze swego rodzaju wdziękiem, typowym dla wszystkich prawdziwych przywódców. I jeszcze jedno. Polityk umie łączyć w całość kilka pozornie nie pasujących do siebie elementów, a Tobie ta umiejętność jest dana.



Rok 2021. Do sklepu wchodzi przeciętnie ubrana kobieta.

– Poproszę chleb, mleko, 10 jajek, masło, pomidora i dwa jabłka.

– Ooo, pani to chyba w tolotka wygrała – mówi z zazdrością klientka za nią.

Starszy pan miał problemy ze słuchem. W końcu trafił do lekarza. Miesiąc później zjawił się na kontrolę.

– Pani doktorze, wszystko słyszę! – mówi od progu gabinetu.

– Cieszę się. I pańska rodzina musi być bardzo zadowolona, że znowu pan słyszy – mówi lekarz.

– Jeszcze im nie powiedziałem, że słyszę. Po prostu siedzę i słucham rozmów. I już trzy razy zmieniłem testament!

– Mąż panią zdradza – mówi wózka.

– Chyba pani odwrotnie rozłożyła karty.

– Proszę 8 litrów „Wyborowej”, dwie skrzynki piwa i 50 przerwa-tyw – zamawia w piątek mężczyzna.

– Czy ja mogę o coś zapytać? – nieśmiało odzywa się ekspedientka.

– Proszę bardzo.

– Zabierze mnie pan z sobą?

– Żołnierzu, po co jest wąż przy masce gazowej?

– Żeby w razie wybuchu łeb za daleko nie odleciał!

Lekarz twierdzi, że mężczyzna powinien mięć żonę, bo regularne życie seksualne zapewnia zdrowie.

Psycholog uważa, że kochanka stwarza o wiele więcej wrażeń i zapewnia lepsze samopoczucie.

Wędkarz dowodzi, że najlepiej mięć i jedną i drugą. Gdy żona myśli, że jesteś z kochanką, a kochanka że z żoną, w tym czasie ty spokojnie... tup tup z wędką nad rzekę!

Niedaleko pada elektryk od kombinerek...

– Zupełnie już przestałem rozumieć kobiety! – żali się kolega koledze – Przekłuwają sobie uszy, nosy, pępek, brodawki, wstrzykują silikon w różne części ciała, depilują gorącym woskiem włosy na nogach, pod nosem, na wzgórkach łonowych, odsysają sobie tłuszcz, operują biusty, usuwają skórki na palcach i robią mnóstwo innych bolesnych rzeczy, a nie można ich bzyknąć, bo je głowa boli!

Przybiega facet do baru i pyta barmana:

– Czy ja tu wczoraj przepiłem 5000 zł?

– Tak.

– Uff... A już się martwiłem, że mogłem zgubić.

– Co ma żołnierz w spodniach?

– Żołnierz w spodniach ma chodzić długo i oszczędnie.



Tu warto być

Grajewo

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

■ Retransmisja koncertu znanego na całym świecie holenderskiego skrzypka i dyrygenta André Rieu „70 lat młodości”, który właśnie skończył 70 lat; piątek, 7 lutego, godz. 18.00. Bilety w kasie kina.

Łomża

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

■ Karnawałowy duet Marta Matuszewska (sopran koloraturowy) i Artur Banaszkiewicz (skrzypce) i orkiestra filharmonii pod batutą Mirosława Błaszczyka w Centrum Kultury przy Szkołach Katolickich w Łomży (ul. Sadowa 12 A); czwartek, 6 lutego, godz. 18.30.

Teatr Lalki i Aktora (pl. Niepodległości 14, tel. 86 216 59 55):

■ „Madejowe łożo”, to spektakl sięgający do ludowej baśni autorstwa i w reżyserii Jarosława Antoniuka. Scenografia: Przemysław F. Karwowski. Muzyka: Bogdan E. Szczepański. Obsada: Marzanna Gawrych, Marek Janik, Eliza Mieszkiewicz, Michał Pieczatowski, Tomasz B. Rynkowski, Rafał Swaczyna; niedziela, 9 lutego, godz. 11.00.

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

■ Wystawa karykatury Tomasza Brańskiego. „To przede wszystkim pozytywny człowiek, z pasją do rysowania w sposób satyryczny. Przedstawia postaci w danych sytuacjach, momentach ich kariery zawodowej (politycznej, kulturalnej, sportowej, edukacyjnej, muzycznej) i rodzinne”, pisze o autorze prezes Stowarzyszenia Europartner Krzysztof Mnich. Wśród wielu, karykatury byłej posłanki Bernadety Krynickiej, Juli, Zenka Martyniuka. W programie, występ artystyczny Zespołu Pieśni i Tańca Łomża; wtorek, 11 lutego, godz. 18.00. Wstęp wolny.

Piątnica

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

■ Koncert Walentynkowy Roberta Ciechowicza z zespołem; czwartek, 13 lutego, godz. 18.30. Bilety w GOK.

Repertuar kin:

Kino Relax Grajewo: 8 – 9 lutego – „Tajni i fajni”, godz. 15.00 oraz „Psy 3”, godz. 17.00 i 19.00. **Kino KOKiS Kolno:** 7 lutego – „Doktor Dolittle”, godz. 16.00 oraz „365 dni”, godz. 18.00 i 20.15; 8 lutego – „Doktor Dolittle”, godz. 12.30, „365 dni”, godz. 14.30 oraz „Boże ciało”, godz. 16.45 i „365 dni”, godz. 19.15. **Kino Wars Wysokie Mazowieckie:** 7 lutego – „Jak zostałem gangsterem. Historia prawdziwa”, godz. 17.00 i „Gorący temat”, godz. 19.30; 8 lutego – „Urwis”, godz. 12.00 oraz „Gorący temat”, godz. 17.00 i „Jak zostałem gangsterem. Historia prawdziwa”, godz. 19.30; 9 lutego – „Urwis”, godz. 14.30, „Jak zostałem gangsterem. Historia prawdziwa”, godz. 12.00 i 17.00 oraz „Gorący temat”, godz. 19.30; 12 lutego – „Jak zostałem gangsterem. Historia prawdziwa”, godz. 17.00 i „Gorący temat”, godz. 19.30; 13 lutego – „Gorący temat”, godz. 17.00 i „Jak zostałem gangsterem. Historia prawdziwa”, godz. 19.30. **Kino MOK Zambrów:** 7 – 13 – „Tajni i fajni”, godz. 14.45 oraz „doktor Dolittle”, godz. 17.00 i „Jak zostałem gangsterem. Historia prawdziwa”, godz. 19.30.

Konkurs poetycki „Katyń – słowo i pamięć”

Konkurs poetycki ph. „Katyń – słowo i pamięć” dla młodzieży szkół średnich (16 – 19 lat) i dorosłych (powyżej 19 roku życia) ogłasza Książnica Podlaska w Białymstoku. By wziąć udział w konkursie, jeden twórca powinien przesłać jeden utwór na adres dzialpromocji@ksiaznicapodlaska.pl do 15 marca, w tytule maila wpisując Katyń – słowo i pamięć z wypełnio-

ną i podpisaną kartą zgłoszeniową (skan) oraz podpisaną zgodą na przetwarzanie danych osobowych (skan). Druki do pobrania na stronie ksiaznicapodlaska.pl (tam też regulamin). Rozstrzygnięcie konkursu nastąpi 31 marca w siedzibie Podlaskiego Instytutu Kultury w Białymstoku (Spodki, ul. św. Rocha 14). Więcej informacji: Justyna Sawczuk, tel. 500 002 166.

HOROSKOP

BARAN (21 III – 20 IV): nie kręć nosem na zmiany wokół Ciebie, lecz w nich uczestnicz. Kto nie idzie naprzód, ten się cofa. Wiesz dobrze, że uczucia nie będą płonąć stałym ogniem, gdy nie za dbasz, by i w Tobie i kimś Ci bliskim, nie wygasnęły.

BYK (21 IV – 21 V): sytuacje, budzące niekiedy lęk, ale niepotrzebnie, do tego możliwa wiadomość, która narobi sporego zamieszania, jednak opanujesz sytuację. Mniej suchej kalkulacji może sprawić, że pogodny nastrój sprzyjać będzie w kontaktach z ludźmi. W dodatku możesz przeżyć niezwykłość, która jest udziałem niewielu, gdy dasz czytelny sygnał.

BLIŹNIĘTA (22 V – 20 VI): przyływ aktywności, a nawet spontaniczne zrywy. Szczęśliwy okres na sprawy uczuciowe. Będziesz śmieiej poczynać sobie w sypialni i wykażesz zainteresowanie różnymi erotycznymi fantazjami. A na dokładkę, pieniądze lgną do ludzi szczęśliwych!

RAK (21 VI – 22 VII): rozwiązanie trudnych spraw, które włożyły się za Tobą jak ciężar. Możesz liczyć na życzliwość ludzi, którzy podpowiedzą Ci, co zrobić. Zajmij się swoim wyglądem, bo ktoś, na kim Ci zależy, może pomyśleć, że nie przejmujesz się, jak Cię odbiera.

LEW (23 VII – 22 VIII): dobry czas na rozwój wszelkiej artystycznej działalności i wewnętrznej pracy nad sobą. Ale fantazyjne usposobienie może odciągnąć Cię od rzeczywistości. W finansach nie za dobrze. Nie łap kilku srok za ogon! Skup się na jednym pomysle i doprowadź go do końca.

PANNA (23 VIII – 22 IX): erupcja pomysłów i planów, twórczych i ciekawych. Niestety, nie ma gwarancji, że znajdą poparcie i akceptację tych, od których mogą zależeć. W uczuciach intrygi i nieufność mogą sporo mącić!

WAGA (23 IX – 23 X): nadchodzi kres problemów, a trudne sprawy staną się łatwiejsze. Nie czyń jednak niczego pochopnie. Ważne decyzje podejmuj pod koniec miesiąca. W przeszkodach w życiu osobistym czyjeś silne wsparcie.

SKORPION (24 X – 21 XI): będziesz patrzeć na świat przez różne okulary, które przesłonią szarą rzeczywistość. I bardzo dobrze, nic Ci nie zagraża. Poświęć trochę czasu na odkładaną wizytę, napisanie zaległego listu lub wykonanie telefonu.

STRZELEC (22 XI – 21 XII): wytrwałość i upór wyjdą na dobre tym Strzelcom, które w pracy celują w „dziesiątkę”. Jednak nie stawiaj wszystkiego na jedną kartę. Zalecana oszczędność w wydawaniu pieniędzy i w słowach. Odświeżenie w uczuciach, miłosne „rumieńce”, dzięki którym od czujesz, że jesteś ponad wszystko.

KOZIOROŻEC (22 XII – 19 I): Twoja praca zostanie doceniona. Dużo zyskasz uśmiechem i optymizmem. Okazje do spotkań towarzyskich. Możesz doznać zauroczenia, które zapachnie romansem. Ktoś w Twoim otoczeniu może Cię znowu bardzo zainteresować.

WODNIK (20 I – 18 II): postaraj się wszystkie sprawy doprowadzić do końca. Uważaj na zdrowie w szczególnie sposób: nie nadużywaj leków. Nie zapominaj, że jest blisko ktoś, komu jesteś winien przede wszystkim szacunek i szczerść. W uczuciach moment spełnienia obietnic sprzed wielu miesięcy.

RYBY (19 II – 20 III): przy zmienności nastrojów, potrzebna będzie silna motywacja, bo nikt Cię nie wyręczy w obowiązkach. Zielone światło dla Twojego wielkiego marzenia, stop dla planów zawodowych. Z drugiej strony, co ciekawe, temperatura Twoich uczuć wzrośnie, zwłaszcza w kontaktach intymnych, które odkryją przed Tobą nowe doznania!

Stypendia sportowe prezydenta Łomży

120 000 zł rozdzielił prezydent Łomży Mariusz Chrzanowski na stypendia sportowe od 200 do 700 zł miesięcznie. Otrzymało je 23 sportowców łomżyńskich klubów: lekkoatleci „Prefbetu” Przemysław Łyskawy, Rafał Pogorzelski, Beata Trzonkowska i Justyna Kortykowska, piłkarze ŁKS 1926 Łukasz Korzenicki, Jakub Kotowski, Konrad Adamczyk, Daniel Kacprzyk, Krystian Boguski, Tomasz Brzozowski, Bartosz Długołęcki, Przemysław Milewski, Dawid Pastorczyk, Krystian Pawczyński i Wiktor Walczak oraz Hubert Sulewski (MMA, Fight Club Łomża), Damian Turowski (trójbój siłowy), Patryk Wieryszko (MMA, Spółdzielnia Socjalna „Black Horse”), Maciej Tercjak (Łomżyński Klub Karate), Adam Kozłowski (LKS „Narew Kurpiewski” Łomża), tenisistki stołowe AZS PWSIP Łomża Weronika Łuba-Arnista i Karolina Łada.

– Stypendia sportowe mają docenić sportowców, osiągających wyniki sportowe i dają możliwość dalszego ich rozwoju – mówi prezydent Mariusz Chrzanowski.

Gala MMA Babilon

Gala Babilon MMA odbędzie się w Hali Sportowej im. Olimpijczyków Polskich w Łomży (ul. Księżnej Anny 18) w piątek, 7 lutego. Kibice sportów walki zobaczą 10 pojedynków, w tym również zawodników z naszego miasta: Krystiana Noska (Fight Club Łomża), Patryka Wieryszko (Black Horse MMA Łomża) i Piotra Arnistę, dla którego będzie to zawodowy debiut. W walce wieczoru o pas mistrza federacji Babilon MMA w kategorii średniej zmierzą się Paweł „Plastinho” Pawlak i Adrian „Ares” Beleszyński.

Szpilka na ringu w Łomży!

W sobotę, 7 marca, w Łomży odbędzie się gala boksu zawodowego KnockOut Boxing Night 10. W walce wieczoru wystąpi Artur Szpilka, który zmierzy się z Siergiejem Radechenko. Na ringu w Łomży zobaczymy też Fiodora Czerkaszyna w pojedynku z byłym mistrzem świata IBF w wadze średniej Sam Soliman. O gali jeszcze przypomnimy, ale jeśli ktoś lubi boks, niech już dziś zarezerwuje sobie czas.

Promocja przez sport



Katarzyna Zaniewska z wójtem gminy Sylwestrem Jaworowskim

List gratulacyjny i podziękowania za godne reprezentowanie gminy Kołaki Kościelne na arenie międzynarodowej wręczył wójt Sylwester Jaworowski srebrnej medaliste Mistrzostw Świata IFA Armwrestling 2019 w Rumi Katarzynie Zaniewskiej.

Katarzyna z Kołak Kościelnych jest czołową reprezentantką Polski w armwrestlingu (siłowanie na rękę), zdobywczynią głównych miejsc na krajowych i międzynarodowych mistrzostwach. W ubiegłym roku

zdobyła dwukrotnie wicemistrzostwo świata na Mistrzostwach IFA Armwrestling w Rumi (kat. Masters 60 kg, prawa ręka oraz lewa ręka), dwukrotnie zajęła II miejsce na Mistrzostwach Polski (kat. Masters Woman 60 kg, prawa ręka oraz lewa ręka) i III miejsce na Mistrzostwach Polski w kat. Senior Woman.

Działalność sportową Katarzyny Zaniewskiej (wyjazd na mistrzostwa) wspomógł wójt Sylwester Jaworowski.



Drużyna Julki Wiszowatej zdobyła Puchar Zimy 2020 Turnieju Halowej Piłki Nożnej, zorganizowanego w ferie przez Gminny Ośrodek Kultury w Grabowie. Drugie miejsce zajął zespół Karola Melaniuka, a trzecie Oli Świdarskiej.

Łobodziński wkurzony, bo drugi!

Piotr Łobodziński tak przyzwyczaił się do wygrywania, że każde miejsce inne niż pierwsze, uważa za porażkę. Jak teraz, w stolicy Zjednoczonych Emiratów Arabskich Dubaju, gdzie od 2016 roku nasz lekkoatleta na 8 biegów, dotąd nie przegrał ani razu. Aż nastąpił ten pierwszy raz: tym razem biegacz „Prefbetu” zajął drugie miejsce, ulegając o 2 sekundy młodeму biegaczowi z Malezji.

„Jestem bardzo wkurzony, gdyż wiem, że popełniłem kilka błędów i pomimo nieidealnej formy, powinienem to wygrać. To nie jest tak, że nie wiem, co się stało. No nic, sezon się dopiero zaczyna i trzeba się będzie odkuć”.

Najbliższy start na schodach w kalendarzu Łobodzińskiego to Wieża Eifla w Paryżu 11 marca.

Bal Sportu w Grajewie

Na Bal Sportu zaprasza Miejski Ośrodek Sportu i Rekreacji w Grajewie w sobotę, 8 lutego (Restauracja Balton). Na Balu odbędzie się aukcja charytatywna, z której dochód przeznaczony zostanie na leczenie Moniki z Grajewa (pisaliśmy o niej w „Kontaktach” nr 5). Zapisy i szczegółowe informacje, tel. 86 261 11 34.

Złot morsów w Rajgradzie

„Jeśli chcesz zachować zdrowie, wskakuj z nami w zimną wodę. Gdy spróbujesz chociaż raz, będziesz morsem cały czas”. Tak zapraszają na IV Złot Morsów do Rajgrody (plaża, ul. Szkolna) w niedzielę, 16 lutego, Urząd Miejski i Dom Kultury w Rajgradzie. W programie: taneczna rozgrzewka, pokaz ratownictwa wodnego przez strażaków Państwowej Straży Pożarnej i OSP, nagroda dla najstarszego i najmłodszego morsa, konkursy, gorący bigos i kiełbaski z ogniska oraz niespodzianki.

Pierwszy złot morsów w Rajgradzie odbył się 5 lutego 2017 roku.

Atrakcje na basenie

Zjeżdżalnia dla dzieci zostanie zamontowana na basenie w Grajewie. W budżecie miasta jest na ten cel 17 tys. złotych.

PIATNICA

Piatus WSZYSTKIM DZIECIOM W SMAK!

