

CZYTELNIA MBP

„Zdrajcy polskiej wsi” • Covidowa poradnia

Tygodnik Podlaski
www.kontakty-tygodnik.com.pl

KONTAKTY

43 (1976)

25 października 2020

cena: 2,70 zł (z VAT 8%)

**Oto Aneta Maciejewska
z Biebrzy: gdy się o niej czyta,
świat staje się piękniejszy!**

Siłaczka czasu strachu



ISSN 0208-6840 INDEXS 363286



4 3

„Polska stanie”, „Obronimy polską wieś”, tak zapowiadany był protest rolników w środę, 21 października. Wcześniej zawieźli wielu politykom PiS gnój pod domy

Przeciw „piątce Kaczyńskiego”

Wśród rolnicy, zgodnie z zapowiedzią, ponownie wyjechali traktorami na drogi i ulice miast. Sprzeciwiają się ustawie, zwanej „Piątką Kaczyńskiego” lub „ustawą futerkową”

– Jesteśmy w Koszutach, to legendarne miejsce, gdzie strajki odbywały się w latach 90. To tutaj policja pałowała rolników, to tutaj nas bili. Tutaj nie chcieli, żeby rolnicy dochodzili do głosu. Ale dzisiaj my nie odpuszczamy. Mamy jasne warunki, żądamy spotkania z premierem i to jak najszybszego. To on jest odpowiedzialny za to, co dzieje się w kraju – mówił w Koszutach w Wielkopolsce współorganizator protestu prezes Agrounii Michał Kołodziejczak.

Droga w Koszutach została zablokowana balami słomy. Michał Kołodziejczyk został w pewnym momencie skuty kajdankami przez policję, ale po doprowadzeniu do radiowozu i wylegitymowaniu, wypuszczony.

W naszym województwie rolnicy wyjechali na drogi w powiatach łomżyńskim, zambrowskim, kolneńskim, wysokomazowieckim, siemiatyckim i sejneńskim. Zgodnie z zapowiedzią, nie blokowali dróg, tylko jechali powoli oflagowanymi maszynami.

Wyjazdy maszynami na drogi i ulice, to nie jedyna forma protestu. W całej Polsce pod domami wielu posłów i senatorów PiS i siedzibami ich biur protestujący wyrzucali obornik, wylewali gnojowice, wywieszali dosadne banery.

W naszym województwie z takim protestem spotkali się poseł Kazimierz Gwiazdowski i senator Jacek Boguski.

Przed domem posła Kazimierza Gwiazdowskiego (PiS) w Mścichach skandowali „Gwiazdowski, zdrajca wsi”. „Zdrajca, zdrajca”. „To rolnicy pana wybrali” w niedzielę, 18 października. Przed bramą na podwórko posła wyrzucili furę obornika i słomy oraz wylali gnojownicę. Na płocie zawiesi-

li baner z napisem „Tu mieszka Gwiazdowski, zdrajca polskiej wsi”. Na tablicy z nazwą miejscowości „Mścichy”, zawiesili tabliczkę „Tu mieszka zdrajca wsi”. Protestujący prosili, aby poseł wyszedł do nich. Poseł nie wyszedł.

Filmik z protestu został zamieszczony w internecie (natychmiast pojawiło się kilkaset komentarzy). Rolnicy przypominają, jak przed wyborami poseł Gwiazdowski jeździł od domu do domu i prosił ich o głosy na PiS, a potem na Andrzeja Dudę.

Kazimierz Gwiazdowski (58 lat) był rolnikiem, sołtysiem Mścich, wójtem gminy Radziłów, jest posłem czwartą kadencję. Głosował za „piątką Kaczyńskiego”, co na polskiej wsi uważane jest za zdradę.



„Dziękczynne” banery adresowane do senatora Jacka Boguckiego (PiS) oraz z treścią: „Drogi PiS-ie Rolnicy z powiatu wysokomazowieckiego nigdy wam tego nie zapomną”, „Ku-

lesze Kościelne koniec bastionu PiS. Zdrada PiS” pojawiły się dzień wcześniej, w sobotę, 17 października w Wysokiem Mazowieckim i powiecie wysokomazowieckim.



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 Rukść

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
Księgowość:
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

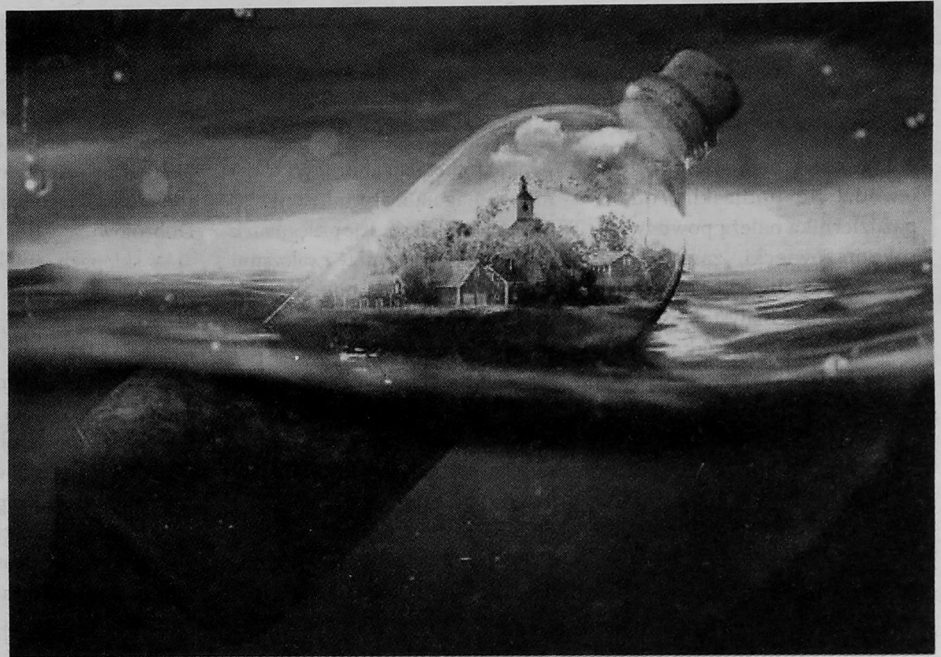
DTP: Green Flow Joanna Białecka-Rybacka

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.

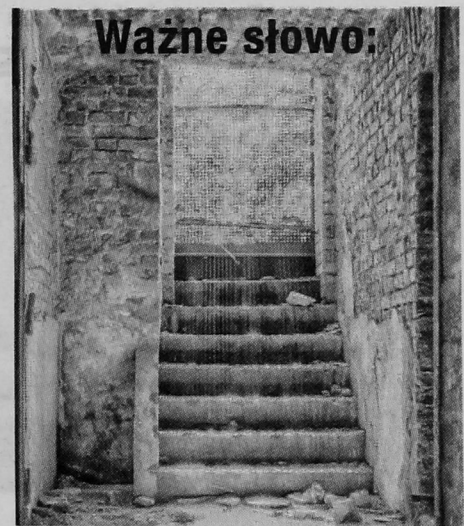


Wróg wyważa już bramy!

Karolina Lewicka, publicystka: – Stało się ostatnio tak, że Stadion Narodowy skupił pod swym dachem dwa wydarzenia. Oba odzwierciedliły dramatyczny stan, w jakim znajduje się dziś polskie państwo.

Najpierw Patryk Jaki zorganizował na Stadionie konferencję o „Zderzeniu kulturowym w UE”. Dyskutowano podczas niej o „lewackiej ekspansji” oraz „pułapce gender”, które zdaniem europośła, stanowią największe wyzwanie, z jakim przychodzi się teraz mierzyć chrześcijańskiej Polsce. Następnego dnia... ruszyła na Stadionie budowa polowego szpitala. Tak oto w jednym i tym samym miejscu, pomalowanym w narodowe barwy, wydumane „zagrożenia” Jakiego spotkały się z realnymi: by pacjenci jednak nie umierali w karetkach, stojących na podjeździe do szpitala, tylko w szpitalu polowym.

Rzeczywistość brutalnie zaskrzeczała i obnażyła nieudolność rządzących, co zapewne nie zaskakuje. Przez ostatnich pięć lat PiS przede wszystkim intensywnie niszczył państwo w tych jego obszarach, które mogły zagrozić monopolowi jego władzy (Trybunał Konstytucyjny, Sąd Najwyższy, sądy powszechne, prokuratura, media publiczne). Cała reszta państwowej tkanki, w tym służba zdrowia, była pozostawiona luzem i sama sobie. Zajmując się maksymalizacją władzy, rządzący utracili kontakt z rzeczywistością. To stały problem reżimów o autokratycznym charakterze. Uwierzyli ekranom, na których TVP Info codziennie eksponuje nie dobowe liczby zarażonych, tylko ozdrowieńców. Stąd jesienne uderzenie pandemii kompletnie zaskoczyło i zdezorientowało Zjednoczoną Prawicę.



Ważne słowo:

Najpierw lato minęło im na kłótni w rodzinie. Jakoś się jednak poukładali, bo nic nie łączy mocniej, niż władza i jej benefity. Potem nadeszła jesień, a PiS, który chyba w najczarniejszych snach nie przewidywał obecnego scenariusza wydarzeń, zaplanował ofensywę legislacyjną: dokończenie „reformy” wymiaru sprawiedliwości, repolonizację mediów, podział Mazowsza, korektę prawa wyborczego i dalszą „dekomunizację” dyplomacji. Czyli dalsze przejmowanie państwa i ugruntowywanie swego panowania. Tylko wtedy PiS jest nadzwyczaj szybki, skuteczny i przewidujący. Sprawnie robi czystki kadrowe, ale nie zmiany systemowe.

Przygotowanie kraju do drugiej fali epidemii? Nie zrobili nic. To, co robią teraz przypomina chaotyczne szykowanie się do bitwy, gdy wróg nie tylko podszedł już pod bramy, ale nawet zdążył je wyważyć (fragment, źródło: natemat.pl).

MYSŁ TYGODNIA:

Pomoc jednemu człowiekowi nie zmieni świata. Ale może zmienić świat jednego człowieka!

■ Do „czerwonej strefy” w województwie podlaskim od 17 października należą powiaty wysokomazowiecki, zambrowski, białostocki, bielski, hajnowski i sokólski oraz Białystok i Suwałki.

■ Izolatoria dla zakażonych koronawirusem powstały w 7 hotelach: w Łomży (Motel MO-SiR), w Wasilkowie (Motel Nad zalewem), w Bielsku Podlaskim (Hotel Cztery Pory Roku), w Augustowie (Hotel Karmel i Zespół Placówek Młodzieżowych), w Suwałkach (Hotel Holiday) i Serwach. Izolatoria są pod bezpośrednią opieką szpitala i służb medycznych. Lekarze będą do nich kierowali chorych z łagod-

nym przebiegiem choroby, którzy nie wymagają hospitalizacji.

■ Lekarza i kilkanaście pielęgniarek skierował do pracy przy zwalczaniu epidemii wojewoda podlaski. Lekarz i trzy pielęgniarki pracę przyjęły, poinformował Podlaski Urząd Wojewódzki w Białymstoku. 5 osób odwołało się od decyzji, żadna nie została uchylona. Tylko pacjentami z koronawirusem zajmować się będą szpitale powiatowe w Bielsku Podlaskim i Augustowie. Decyzje w tej sprawie wydał wojewoda podlaski. Decyzje ukazały się we wtorek w Biuletynie Informacji Publicznej Podlaskiego Urzędu Wojewódzkiego w Białymstoku. Łącznie w obu tych szpitalach ma być 318 łóżek

dla pacjentów (więcej w tekście „Na ostrym dyżurze”, str. 5).

■ Wstrzymane są przyjęcia na oddział wewnętrzny Szpitala Ogólnego w Kolnie z powodu 8 zakażonych pielęgniarek, poinformowała dyrektor kolneńskiego Szpitala Krystyna Dobrołowicz.

■ W sklepach, aptekach i drogeriach w dni powszednie wprowadzone zostały godziny dla seniorów: 10.00 – 12.00.

■ Współpracę z uniwersytetem z Japonii i z Albanii podjęła Państwowa Wyższa Szkoła Informatyki i Przedsiębiorczości w Łomży, która współpracuje już prawie z setką uczelni zagranicznych z 26 krajów.

■ Zmarł ksiądz prałat Zygmunt Sędzia (89 lat), w kapłaństwie 63 lata. Pracował w parafiach Śniadowo, Mały Płock, Ostrów Mazowiecka, Sejny, Suwałki, Łomża, Bakalarzewo. Został pochowany w Ełku.

Znaki czasu

■ „Widzisz, co się dzieje, od Białorusi po Polskę, Węgry i wzrost totalitarnych reżimów? Obecny prezydent popiera wszystkich zbirów na świecie. Wysyła miłosne listy do koreańskiego dyktatora i nie jest w stanie zganić Putina”, mówił o Donaldzie Trumpie kandydat Demokratów na prezydenta USA Joe Biden podczas spotkania z wyborcami, transmitowanego na antenie telewizji ABC.

■ 17 biskupów zachorowało w Polsce na koronawirusa od początku pandemii. Choruje nadal 14 hierarchów. Biskup senior archidiecezji poznańskiej Bogdan Wojtuś zmarł we wtorek, 20 października.

■ Nagrody za około 6 mln zł w ostatnim dniu pracy na stanowisku wicepremiera i szefowej resortu rozwoju Jadwiga Emilewicz rozdała swoim podwładnym. Dyrektorzy departamentów otrzymali półtoręj dodatkowej pensji, a duża grupa pracowników otrzymała ponad połowę miesięcznego wynagrodzenia.

■ Zakazać o. Tadeuszowi Rydzkowi głoszenia kazań i prowadzenia zbiórek pieniężnych na terytorium USA chce Amerykańskie Centrum Szymona Wiesenthala. Wszczęte zostały już procedury po tym, jak Departament Stanu USA w oficjalnym raporcie uznał Radio Maryja za najbardziej antysemitką rozgłośnię radiową w całej Europie. Zakaz głoszenia kazań i zbiórek wydało już Rydzkowi kilku biskupów w Kanadzie.

■ Zmarła wnuczka Henryka Sienkiewicza, Jadwiga Sienkiewicz. Miała 94 lata. „Piękny człowiek, świadek wieku, zawsze po stronie wolności”, napisał prawnuk wielkiego pisarza Bartłomiej Sienkiewicz, poseł Koalicji Obywatelskiej.

■ Dwa pozwy przeciwko Archidiecezji Łódzkiej złożyli w sądzie wierni uznając, że opłaty za miejsce na cmentarzu w Brzezinach pod Łodzią i wykopanie grobu, to wyzysk. Za kopanie grobu przy pomocy koparki archidiecezja, jako administrator cmentarza, pobiera 2 000 zł. W sumie trzeba zapłacić 5 000 zł (opłata za otwarcie bramy cmentarnej, za możliwość postawienia pomnika).

■ Na pomnik poświęcony ofiarom deportacji do ZSRR chcą wydać pieniądze z rządowego funduszu walki z koronawirusem władze Katowic, choć w środę, 21 października odnotowano rekord zakażeń w województwie śląskim.

Typowe i nietypowe objawy zakażenia koronawirusem Co robić, gdy się pojawią?

Do typowych objawów koronawirusa zaliczamy suchy kaszel, gorączkę oraz duszności. Wśród nietypowych objawów wyróżnia się biegunkę, bóle głowy, zaburzenia węchu i smaku, nerwowość, dezorientacja.

Co robić, gdy zaobserwujemy je u siebie?

Należy jak najszybciej skontaktować się z lekarzem rodzinnym (teleporada). Po przeprowadzonym wywiadzie lekarz może skierować nas na test, badanie wymazu z gardła w kierunku zakażenia. W takim wypadku udajemy się do jednego z punktów wymazowych (wykaz na stronie 6). Po dobie, półtoręj od badania powinniśmy otrzymać wynik (jeżeli będzie pozytywny, sanepid nakłada na nas izolację).

Jeżeli objawy są cięższe, lekarz rodzinny decyduje o badaniu lub nawet kieruje bezpośrednio do szpitala.

W przypadku, gdy mamy objawy wskazujące na infekcję koronawirusem, a jest już po godzinach pracy przychodni, należy udać się do szpitala zakaźnego lub na oddział zakaźny. W tej sytuacji nie powinniśmy korzystać z transportu zbiorowego.

Gdy mamy wynik, potwierdzający zakażenie, a objawy są bardzo



nasilone (na przykład, pojawiły się duszności), wzywamy pogotowie informując, że mamy pozytywny

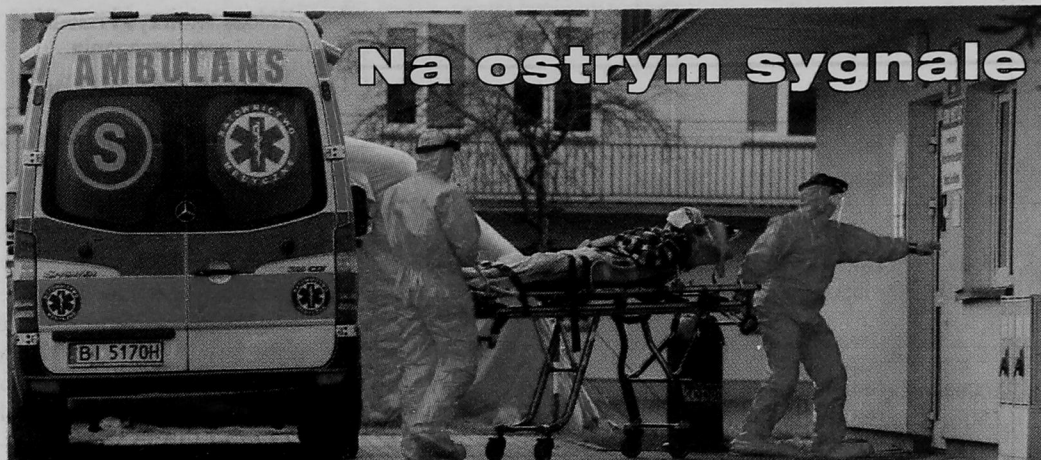
wynik testu na obecność koronawirusa (dzwoniemy na numer alarmowy 112 lub 999).

Gdzie szpital polowy w Podlaskiem?

Hala sportowa Uniwersytetu Medycznego w Białymstoku wydaje się najbardziej prawdopodobnym miejscem na szpital tymczasowy do walki z koronawirusem – powiedział w środę wojewoda podlaski Bohdan Paszkowski. Zaznaczył, że ostateczne decyzje jeszcze nie zapadły. Hala znajduje się w bliskim sąsiedztwie kilku szpitali w Białymstoku: Uniwersyteckiego Szpitala Klinicznego, Uniwersyteckiego Dziecięcego Szpitala Klinicznego (oba szpitale kliniczne podlegają Uniwersyte-

towi Medycznemu w Białymstoku – UMB) i wojewódzkiego szpitala zespólnego.

Podlaski Urząd Wojewódzki informuje, że (dane na 20 października) w regionie jest zajętych 329 z 838 łóżek covidowych i że zajętych jest 19 z 43 respiratorów. W środę służby sanitarno-epidemiologiczne poinformowały o kolejnych 268 potwierdzonych przypadkach COVID-19. Liczba chorych w regionie od początku pandemii przekroczyła 5 tys., łącznie zmarło 87 osób.



Na ostrym sygnale

Brakuje miejsc

W Podlaskiem zaczyna brakować miejsc w szpitalach dla chorych na koronawirusa.

Były przyziarniki, aby w każdym szpitalu powiatowym utworzyć oddział covidowy. Szpital Ogólny w Wysokiem Mazowieckim już nawet otrzymał polecenie utworzenia oddziału z 30 łózkami dla chorych koronawirusowych. Odwołał się od tej decyzji.

„Przekonaliśmy władze i udało się na chwilę obecną wycofać polecenie utworzenia 30 łóżkowego oddziału covidowego w naszym szpitalu!”, napisał w poniedziałek na swoim profilu Facebooka starosta wysokomazowiecki Bogdan Zieliński.

W powiecie we wtorek, 20 października, koronawirusa miało 126 mieszkańców, z których 34 przebywało w szpitalu.

W poniedziałek, 19 października, sytuację w województwie omawiał Zespół Zarządzania Kryzysowego z udziałem wojewody Bohdana Paszkowskiego, starostów, prezydentów i dyrektorów szpitali. Wojewoda zdecydował o przekształceniu szpitali

li w Augustowie (150 łóżek) i Bielsku Podlaskim (173 łóżka) wyłącznie dla chorych covidowych. Pacjenci z różnymi schorzeniami z obu placówek do końca tygodnia zostaną przewiezieni do szpitali ościennych w Grajewie, Hajnówce, Siemiatyczach, Wysokiem Mazowieckim, Białymstoku.

W województwie każdego dnia przybywa ponad 200 nowych chorych (19 października – 283, 20 października – 209) i średnio 20 trafia do szpitali. Zostanie utworzony szpital polowy. Nie ma jeszcze konkretnej lokalizacji, ale wiadomo, że powstanie w Białymstoku, w którym jest największe w województwie skupisko ludzi i najwięcej pracowników medycznych.

35 „ognisk”

Obecnie w województwie podlaskim jest 35 aktywnych ognisk koronawirusa.

W Łomży i powiecie: przedsiębiorstwo handlowo-usługowe w mieście (od 11 października 9 pracowników ze zdiagnozowanym koronawirusem) i zakład branży spożywczej w Piątuni

cy (od 19 października 9 osób, w tym 8 pracowników).

W powiecie grajewskim zakład spożywczy w Grajewie (od 15 października, 6 osób, w tym 5 pracowników).

W powiecie kolneńskim Szpital Powiatowy w Kolnie (od 18 października 9 osób, w tym 7 personelu).

W powiecie wysokomazowieckim Szpital Ogólny (od 22 września 13 osób, w tym 12 personelu) i zakład branży spożywczej (od 30 września 11 osób, w tym 10 pracowników).

W powiecie zambrowskim Szpital Powiatowy (od 1 października 31 osób, w tym 19 personelu), Specjalny Ośrodek Szkolno-Wychowawczy w Długoborzu (od 24 września 25 osób, w tym 11 pracowników) i Urząd Miejski w Zambrowie (od 10 października, 11 pracowników).

Największe ogniska w województwie, to Dom Pomocy Społecznej w Choroszczy (188 osób, w tym 54 personelu), Szpital w Choroszczy (176, w tym 70 personelu) i Uniwersytecki Szpital Kliniczny w Białymstoku (79 osób, w tym 3). Fot. oko.press

40 lat temu

„Kontakty” 26 października 1980:

Dzień Nauczyciela

Dzień Nauczyciela uczczono w Zbójnej uroczystą akademią, zorganizowaną w Zbiorczej Szkole Gminnej oraz przekazaniem nauczycielom dwóch budynków mieszkalnych. W Łomży spotkali się nauczyciele tajnego nauczania podczas okupacji hitlerowskiej. W czasie spotkania pedagogom – dziś w większości emerytom – wręczono medale Komisji Edukacji Narodowej.

Brak cukru

Kierownik Wydziału Handlu i Usług Urzędu Miejskiego Kazimierz Smeloch poinformował nas, że niedobór cukru w łomżyńskich sklepach spowodowany jest złym przebiegiem zbiorów buraka cukrowego i wynikającym stąd opóźnieniami kampanii cukrowniczej. Wystarczające dostawy cukru powinny nastąpić w pierwszej dekadzie listopada. Wszystkie niezrealizowane bony są ważne do końca br.

Blotka w Szczuczynie

„Z przyjemnością informujemy, że dzięki inicjatywie dyrektora Miejsko-Gminnego Ośrodka Kultury w Szczuczynie Jarosława Sarnackiego, utworzono przy tym Ośrodku Klub Brydza Sportowego „Blotka”. Grono miłośników brydza w naszym mieście stale wzrasta, a w tej chwili Klub skupia już 36 osób. Korzystając z gościnności MGOK spotykamy się w każdy czwartek na tzw. seansach brydżowych. Rozgrywamy również turnieje z miłośnikami brydza z Grajewa. Kończąc, mamy propozycję, aby Szanowna Redakcja rozpatrzyła możliwość utworzenia w dziale rozrywek umysłowych kącika brydżowego”. W imieniu członków Klubu Marian Mieczkowski, prezes.

„Wykształciuch” z Zambrowa

Naczelnik Zambrowa zbywa ostatnio interesantów poważnie brzmącym argumentem: – Dajcie mi spokój, bo robię magistra! Różne rzeczy człowiek w życiu popełnia, dlatego jesteśmy skłonni zrozumieć przejęcie naczelnika, a nawet mu pomóc w wyborze tematu pracy dyplomowej. Proponujemy: „Służebną rolę organów administracji państwowej wobec obywatela”.

Coraz więcej samobójstw!

W Polsce każdego dnia 15 osób popełnia samobójstwo. To więcej, niż ginie w wypadkach samochodowych. W 2018 roku samobójstwo popełniło 4 441 Polaków według danych GUS, a według statystyk Komendy Głównej Policji 5 182. W 2019 roku już 5 255 (to najnowsze dane). Prób samobójczych było prawdopodobnie od 10 do 15 razy więcej. Spośród 5 255 samobójców, ponad 4 500 stanowili mężczyźni. Polska jest na drugim miejscu w Europie pod względem samobójstw nieletnich.

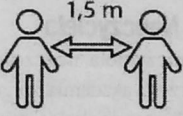
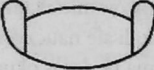


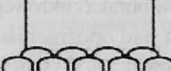


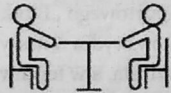



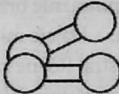
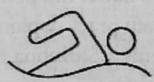
Kościół w statystyce

Jak podaje Rocznik Statystyczny Kościoła katolickiego w Polsce „Annuaire Statisticum Ecclesiae in Polonia AD 2020”, w naszym kraju jest 10,356 parafii katolickich, w których posługuje ponad 20,5 tys. księży. Łącznie kapłanów jest prawie 25 tys., a do święceń w diecezjach w 2018 roku przygotowywało się 2,2 tys. alumnów.

Żeńskich wspólnot zakonnych jest 2,2 tys., a posługuje w nich 17,6 tys. siostr. Najliczniejsze zgromadzenia żeńskie, to Służebniczki NMP Starowiejskie, elżbietanki oraz szarytki. Liczba



zakonników oraz członków stowarzyszeń życia apostołskiego w 2018 roku wynosiła 11,4 tys. Święcenia kapłańskie posiada z nich 9 tys. (79 proc.). Najliczniejszymi męskimi zgromadzeniami są franciszkanie, salezjanie oraz pallotyni.

| | ● STREFA ŻÓŁTA | ● STREFA CZERWONA |
|---|--|--|
|  1,5 m DYSTANS SPOŁECZNY | obowiązek zachowania dystansu społecznego | |
|  MASKI | obowiązek zakrywania ust i nosa w przestrzeni publicznej (nie dotyczy lasów, parków, zieleńców, plaż) | |
|  TRANSPORT ZBIOROWY | 100% liczby miejsc siedzących / 50% liczby wszystkich miejsc siedzących i stojących | 50% liczby miejsc siedzących / 30% liczby wszystkich miejsc siedzących i stojących |
|  WYDARZENIA KULTURALNE | 25% publiczności Na otwartej przestrzeni: limit 100 osób | ✗ zakaz |
|  KINA | 25% publiczności | |
|  GASTRONOMIA | 1 osoba na 4 m ² | 1 osoba na 4 m ² , otwarte w godz. 6:00–22:00 (nie dotyczy dostaw i jedzenia na wynos) |
|  WESELA I INNE UROCZYSTOŚCI „RODZINNE” | maks. 100 osób, z wyjątkiem obsługi | maks. 50 osób, z wyjątkiem obsługi |
|  INNE IMPREZY I SPOTKANIA | maks. 100 osób, z wyjątkiem obsługi; obowiązek zakrywania ust i nosa | maks. 50 osób, z wyjątkiem obsługi; obowiązek zakrywania ust i nosa |
|  KOŚCIOŁY | obowiązek zakrywania ust i nosa | 50% obłożenia budynku (kościola) lub innego obiektu kultu religijnego |
|  ZGROMADZENIA | maks. 150 osób, zakrywanie ust i nosa, odległość między zgromadzeniami nie może być mniejsza niż 100 m | |
|  WYDARZENIA SPORTOWE | 25% widowni | bez widowni |
|  SIŁOWNIE | 1 osoba na 7 m ² | 1 osoba na 10 m ² |
|  AQUAPARKI I BASENY | obowiązuje ograniczenie do 75% obłożenia obiektu | |

Należy wietrzyć i nawilżać pomieszczenia Wirus lubi sucho!

Podniesienie wilgotności powietrza w pomieszczeniach może zmniejszyć ryzyko rozprzestrzeniania się koronawirusa, ocenili japońscy badacze na podstawie eksperymentu. Porównali liczbę kropelek, jakie po kichnięciu osiadały na twarzy osoby siedzącej 1,8 metra od kichającego. Okazało się, że przy wilgotności 30 proc. kropelek było trzy razy więcej, niż gdy wilgotność wynosiła 90 proc.

Do podobnych wniosków doszli wcześniej naukowcy z Niemiec i Indii, którzy przeanalizowali 10 badań z całego świata. Stwierdzili oni, że przy niskiej wilgotności wirus nie tylko dłużej utrzymuje się w powietrzu, ale również łatwiej wnika do organizmu.

Zima oznacza zwiększone ryzyko dla milionów ludzi, przebywających w ogrzewanych pomieszczeniach, ponieważ ogrzewanie osusza powietrze. Zaleca się utrzymywanie względnej wilgotności 40-60 proc.

Punkty pobrań wymazu do testu na koronawirusa w Łomżyńskim

SZPITAL OGÓLNY W GRAJEWIE
ul. Konstytucji 3 Maja 34. Numer telefonu dla pacjentów umawiających się na wymaz: 86 272 32 71, w. 233. Przyjmowania pacjentów: od poniedziałku do niedzieli, godz. 8.00 – 12.30

SZPITAL OGÓLNY W KOLNIE
ul. Wojska Polskiego 69. Numer telefonu dla pacjentów umawiających się na wymaz: 607 690 219. Przyjmowania pacjentów: od poniedziałku do niedzieli, godz. 7.00 – 10.30 oraz 15.30 – 16.30

SZPITAL WOJEWÓDZKI W ŁOMŻY al. Piłsudskiego 11. Numer telefonu dla pacjentów umawiających się na wymaz: 86 473 35 10, 473 32 91. Przyjmowania pacjentów: od poniedziałku do niedzieli, godz. 9.00 – 13.00 i 16.30 – 17.30

SZPITAL OGÓLNY W WYSOKIEM MAZOWIECKIEM ul. Szpitalna 5. Numer telefonu dla pacjentów umawiających się na wymaz: 602 382 054
Przyjmowania pacjentów: od poniedziałku do niedzieli, godz. 15.00 – 19.30

SZPITAL POWIATOWY W ZAMBROWIE ul. Jana Pawła II 3. Numer telefonu dla pacjentów umawiających się na wymaz: 86 276 36 32
Przyjmowania pacjentów: od poniedziałku do niedzieli, godz. 9.00 – 11.30 oraz 15.00 – 17.00.



Jedno z zabudowań Wierszalina, stan obecny

Magiczny Wierszalin

W latach 20 i 30 XX w. na wschodnich terenach Polski pojawiło się wielu cudotwórców, uzdrowicieli i mesjaszów. Jednym z nich był Eliasz Klimowicz pochodzący ze Starej Grzybowszczyzny. Klimowicz, nazywany Prorokiem Ilją, był prostym chłopem, nie potrafił pisać ani liczyć, ale umiał doprowadzić do tego, że jego myśli były spisywane i drukowane. Z czasem zebrał wokół siebie grupę oddanych wyznawców. Prorok Ilja wybudował cerkiew we wsi Grzybowszczyzna, a potem założył koło niej osadę Wierszalin, którą ogłosił centrum świata i która miała stać się „Nowym Jeruzalem”. Zdołał postawić trzy drewniane budynki, a w Wierszalinie zaczęli osiedlać się jego wyznawcy. Wielu z nich zerwało z poprzednim życiem, sprzedali

majątki i opuścili rodziny. Układali psalmy i akafisty gloryfikujące Klimowicza, redagowali też ulotki zawierające przesłania proroka. Jednak w wyniku niespełnionych zapowiedzi o końcu świata, Proroka Ilję zaczęli opuszczać nawet najwierniejsi zwolennicy. Po wybuchu II wojny światowej i wkroczeniu na tereny Armii Czerwonej, Klimowicz zniknął i dalszy jego los jest nieznanany.

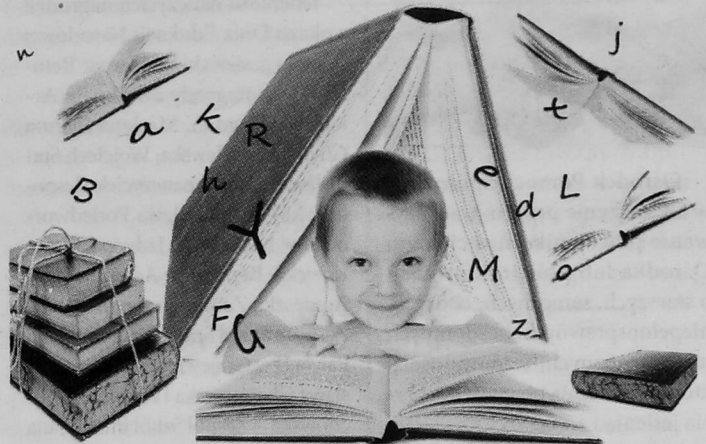
Mówiono, że został rozstrzelany na miejscu przez komunistów albo wywieziony w głąb sowieckiej Rosji, gdzie zmarł.

Zabudowania Wierszalina zostały opuszczone i obecnie nikt w nich nie mieszka, ale są pod opieką Nadleśnictwa Krynki.

Niezwykłość ruchu religijnego Eliasza Klimowicza opisał Włodzimierz Pawluczuk w książkach pt. „Wierszalin. Reportaż o końcu świata” w 1974 r. oraz „Wierszalin. Reportaż o końcu świata trzydzieści lat później” w 1999 r.

Teatr Wierszalin w Supraślu od 2007 roku co jakiś czas wystawia znakomity spektakl „Wierszalin. Reportaż o końcu świata” (najbliższe przedstawienie w sobotę, 31 października, godz. 19.00; tel. 85 710 88 45).

Życiowe lekcje dla wszystkich



„Pandemia krzyżuje wiele naszych planów, ale też często uświadamia najistotniejsze kwestie. Edukacja jest tym szczególnym obszarem, gdzie w ostatnich miesiącach odebraliśmy szereg życiowych lekcji. Najważniejszą z nich jest ta, że w prawidłową realizację procesu edukacji musimy angażować się wszyscy. Zdalne nauczanie, a teraz nauka z zachowaniem zasad reżimu sanitarnego dowiodła, że obok ucznia, nauczyciela i dyrektora równie ważni w tym procesie są rodzice, ale też pracownicy administracji i obsługi szkół”, napisała w liście do nauczycieli w Dniu Edukacji Narodowej burmistrz Stawisk Agnieszka Rutkowska.

Z okazji ich święta Medalem Komisji Edukacji Narodowej za szczególne zasługi dla rozwoju oświaty i wychowania uhonorowani zostali nauczyciele Szkoły Podstawowej im. Tadeusza Kościuszki w Stawiskach: Barbara Paczoszka, Sławomir Chodnik i Andrzej Kępa. Burmistrz Agnieszka Rutkowska nagrodziła 14 nauczycieli ze szkół w Stawiskach i Porytem: Halinę Bałdygę, Iwonę Bogdańską, Tomasza Chojnowskiego, Bożenę Łosiewską, Mariolę Olender, Barbarę Paczoszkę, Grzegorza Paczoszkę, Helenę Pajer, Elżbietę Sokołowską, Artura Sutkowskiego, Aldonę Wesołowską, Małgorzatę Zajączkowską, Dorotę Zalewską, Bogumiłą Żochowską.



Piętnaście małżeństw obchodziło 50 lat wspólnego życia w gminie Czyżew: Alicja i Józef Brzozowscy, Barbara i Kazimierz Dyszczykowie, Anna i Andrzej Gąsowscy, Barbara i Stanisław Godlewscy, Krystyna i Henryk Godlewscy, Danuta i Eugeniusz Goskowie, Irena i Stanisław Gradowscy, Krystyna i Mieczysław Kaletowscy, Elżbieta i Leon Kutyłowscy, Halina i Stanisław Murawscy, Janina i Tadeusz Szeligowscy, Jadwiga i Marian Walkowscy, Zofia i Zdzisław Zalewscy, Maria i Jan Zalińscy oraz Zofia i Eugeniusz Zarebowie. Jubileusz rozpoczął się Mszą Świętą w Kościele św. Piotra i Pawła w Czyżewie, celebrowaną przez proboszcza ks. Eugeniusza Sochackiego w intencji Jubilatów. W czasie oficjalnych uroczystości w Gminnym Ośrodku Kultury, burmistrz Czyżewa Anna Bogucka złożyła im gratulacje i wręczyła medale „Za długoletnie pożycie małżeńskie” oraz kwiaty.

POWIAT GRAJEWSKI

Pomóżmy innym pomóc



Ośrodek Pomocy Społecznej w Szczuczynie prosi o przekazywanie pracownikom socjalnym Ośrodka lub policji informacji o starszych, samotnych, chorych, niepełnosprawnych, bezdomnych lub zagrożonych bezdomnością, którzy wymagają pomocy i wsparcia jesienią i zimą.

„Jesteśmy przekonani, że skoordynowane działania wszystkich służb oraz instytucji jak również pomocy międzysąsiedzkiej, pozwolą uniknąć tragicznych w skutkach następstw osamotnienia i bezradności”, apeluje Ośrodek.

Informacje można zgłaszać do Ośrodka Pomocy Społecznej w Szczuczynie, tel. 86 273 50 81; policji w Szczuczynie, tel. 86 474 10 15; Powiatowego Centrum Zarządzania Kryzysowego w Grajewie, tel. 86 273 84 60.

POWIAT KOLNEŃSKI

Pierwsza sołtys w Kozikach-Olszynch

– Co roku fundusz sołtyski przeznaczamy na wytyczanie i zwirowanie dróg do pól. A dróg u nas dookoła dużo i jest co naprawiać – mówi sołtys Kozik-Olszyn (gm. Kolno) Danuta Kozikowska.

Sołtysuje trzecią kadencję i jest pierwszą kobietą w historii wsi, pełniącą tę funkcję. W wyborach tylko raz miała kontrkandydata. Ale mieszkańcy ją wybrali ponownie. Za „jej czasów” we wsi została zbudowana droga asfaltowa.

– Na sołtysowanie namawiałam męża, ale nie chciał. Może rzeczywiście mnie łatwiej odebrać się od gospodarstwa, jak jest potrzeba gdzieś pojechać, coś załatwić, z ludźmi porozmawiać – ocenia Danuta Kozikowska.

Koziki-Olszyny liczą 29 domów, ale gospodarzy tylko 8. Wśród nich Kozikowscy. Prowadzą hodowlę krów na mleko. Teraz wieś przeżywa niepokój. Nie tylko związany z rozprzestrzenianą się pandemią, ale z przymiarkami rządu do zmian ustaw. Ob-

serwują i czekają, co się wydarzy.

Danuta i Andrzej Kozikowscy są rodzicami czterech dorosłych synów. Karol jest inżynierem budownictwa po Politechnice Białostockiej, Marcin informatykiem po Wojskowej Akademii Technicznej w Warszawie, Maciej jest mechanikiem samochodowym, a Jakub studiuje technologię żywności na Uniwersytecie Warmińsko-Mazurskim w Olsztynie.

– Był czas, że było trudno. Dzieci były małe, mąż uległ wypadkowi i nie mógł pracować. Musiałam poradzić sobie z dziećmi, domem i gospodarstwem. Może to zabrzmia nieskromnie,

Nagrody i stypendia starosty

Jedenastu nauczycieli nagrodził z okazji Dnia Edukacji Narodowej starosta grajewski Waldemar Remfeld. Jego nagrody otrzymali: Arkadiusz Bogdan, Marlena Joanna Chylińska-Zalewska, Wojciech Stanisław Czerkas – nauczyciele Zespołu Szkół im. Bolesława Podedwor-nego w Nieckowie; Jadwiga Teresa Kozicka, Remigiusz Adam Serafin, Agnieszka Zamojska – nauczyciele Zespołu Szkół Specjalnych im. Jana Pawła II w Grajewie; dyrektor Zdzisława Choynowska i Karolina Obuchowska – Zespół Szkół im. ks. Jana Krzysztofa Kluka w Wojewodzinie; Marzena Sosnowska – wicedyrektor I Liceum Ogólnokształcącego w Grajewie; Janusz Wróblewski – nauczyciel Zespołu Szkół im. Marszałka Józefa Piłsudskiego w Szczuczynie; Grzegorz Wysocki – nauczyciel Zespołu Szkół nr 2 im. 9 Pułku Strzelców Konnych w Grajewie.

Wręczenie nagród odbyło się na uroczystej sesji Rady Powiatu.

Za wieloletnią współpracę starosta podziękował także byłej dyrektorce Zespołu Szkół im. Marszałka



Stypendyści Kamila Grzymała i Wojciech Cimochoński

Józefa Piłsudskiego w Szczuczynie Annie Jagusz i byłemu dyrektorowi Zespołu Szkół Nr 1 w Grajewie Grzegorzowi Curyłe.

Starosta nagrodził także dyplomami i stypendiami sześciu uczniów, wyróżniających się w nauce, sporcie i kulturze. Są to: Wojciech Cimochoński (Technikum w Nieckowie), Kamila Grzymała (Technikum w Wojewodzinie), Krystian Jazwiński (Branżowa Szkoła I stopnia Specjalna w Grajewie), Natalia Kozicka (Technikum w Grajewie), Weronika Kruszyńska (I Liceum Ogólnokształcące w Grajewie) i Hubert Strzałko (Technikum w Szczuczynie).

Mają czym na ratunek



Nowy samochód dla OSP Boczki-Świdrowo za prawie 800 tys. zł kupiła gmina Grajewo. 50 tys. zł dołożył powiat grajewski.

Nowy komendant strażaków

St. kpt. Andrzej Beczko został powołany na stanowisko Komendanta Powiatowego Państwowej Straży Pożarnej w Grajewie.

Kwesta w Szczuczynie

VII kwesta z cyklu „Ratujmy zabytki szczuczynskiej nekropolii” odbędzie się w sobotę, 31 października oraz w niedzielę i poniedziałek, 1 i 2 listopada.

Bieg Niepodległości

Do startu w III Rajgrodzkim Biegu Niepodległości, organizowanym 8 listopada (godz. 11.00 – 14.00) przez Urząd Miejski w Rajgrodzie, zgłaszać się można do 25 października. Szczegółowe informacje, tel. 86 272 19 40.

Dzień Papięski



Koncertem poezji Jana Pawła II, zorganizowanym w parku przez Stowarzyszenie Integracyjno-Sportowe, obchodzili mieszkańcy Stawisk Dzień Papięski. Była to także możliwość rozmowy z burmistrzem miasta Agnieszką Rutkowską o gminie.

Zdalna szkoła

Z powodu zakażenia koronawirusem 2 nauczycielek, Szkoła Podstawowa w Porytem (gm. Stawiski) prowadzi naukę zdalną.

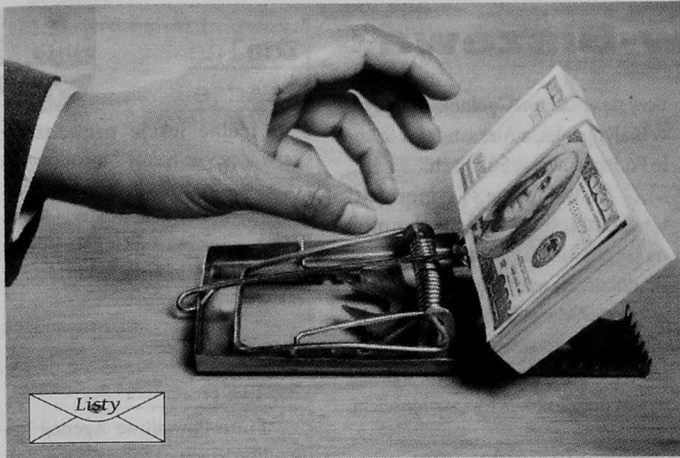
Koronawirus w sutannie

Dwaj wikariusze parafii Św. Anny w Kolnie zakażeni. Sanepid prosi o kontakt ludzi, którzy 5 - 11 października korzystali z usługi lub kontaktowali się z nimi. Zakażonych jest także 2 wikariuszy z parafii Chrystusa Króla, a proboszcz przebywa na kwarantannie. W tym wypadku sanepid także prosi o kontakt tych, którzy przystępowali do spowiedzi, komunii, mieli styczność z kapłanami, tel. 86 278 31 91, 692 452 624.



Danuta Kozikowska

ale z mężem jesteśmy dumni z synów. Nie mieliśmy z nimi kłopotów, pomagali i pomagają w gospodarstwie. Znają wartość i smak ciężkiej pracy na wsi – mówi ze słuszną dumą Danuta Kozikowska.



Fajna grzywna!

Właśnie dowiedziałem się, że 50 złotych grzywny nałożył Wojewódzki Sąd Administracyjny na burmistrza Wasilkowa Adriana Łuczkiewicza. To, jak orzekł sąd, ma zdyscyplinować burmistrza, aby odpowiadał na pisma mieszkańców ulicy Niemeńskiej w Białymstoku. Bardzo mnie to ucieszyło! Mniejsza o co mieszkańcom ul. Niemeńskiej chodzi. Ważne, że nie tylko oni otrzymali sygnał, iż na lekceważenie urzędników jest sposób i wyrok, na który w podobnej sytuacji inni mogą się powołać. Myślę, że po wyroku niejeden urzędnik zastanowi się, czy opłaci mu się demonstrowanie obywatelom, że może ich mieć w głębokim poważaniu.

Ze swego doświadczenia z urzędami i urzędnikami podpowiem jeszcze ważną rzecz. Nigdy nie załatwiają z nimi nic na „gębę”. Gdy ma się do nich jakkolwiek sprawę, należy usiąść i napisać pismo w dwóch egzemplarzach. Wręczyć jeden nawet, gdy się dostąpi zaszczytu „audiencji” i dopilnować, by na drugim znalazł się opis: „Wpłynęło dnia...” i podpis urzędnika, który je przyjął. Zaręczam, że sprawa potoczy się inaczej, niż tylko przekazana ustnie. A gdyby tak się nie stało i któryś uznał, iż na nasze pismo nie musi odpowiedzieć, mamy fajny wyrok, który go na pewno do tego zmobilizuje.

Marek Arcimowski
Łomża

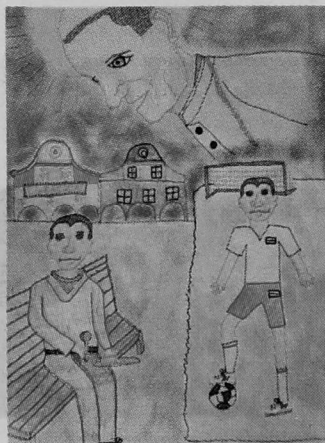
Przerwa na czytanie

W ramach Międzynarodowego Miesiąca Bibliotek Szkolnych oraz V Ogólnopolskiej Akcji Bicia Rekordu Czytania, w Szkole Podstawowej nr 1 w Łomży była „przerwa

na czytanie”, z czasie której czytali uczniowie, nauczyciele, pracownicy administracji, obsługi i dyrekcja. W zależności od wieku i preferencji, wybierali bogato ilustrowane baśnie, aktualnie omawiane lektury, powieści Tolkiena lub Sapkowskiego, a kilku czytelników szkolnej biblioteki poezję Wisławy Szymborskiej, Edwarda Stachury i Marii Pawlikowskiej-Jasnorzewskiej.

Halina Rogowska
Szkoła Podstawowa nr 1
Łomża

„Papieski” konkurs plastyczny



Praca Pawła Mitterera, II miejsce

Dzień wyboru Polaka na papieża, 16 października, od 15 lat obchodzony jest jako Dzień Jana Pawła II. Miejska Biblioteka Publiczna w Łomży wyjątkowy rok 2020 postanowiła uczcić to wieloma wydarzeniami, między innymi konkursem plastycznym pt. „Lubił stać na bramce i jeść kremówki” dla uczniów szkół podstawowych z Łomży i powiatu łomżyńskiego, którego podsumowanie odbyło się w Filii nr 1 w czwartek, 16 października 2020 r. Na konkurs wpłynęło

70 prac. Jury w składzie: Anna Bureś – instruktor plastyk w MDK-DŚT, Renata Orchowska-Kowalczyk – nauczyciel kreatywności w Zespole Szkół Specjalnych i Bożena Kozłowska – nauczyciel w Ośrodku Rewalidacyjno-Wychowawczym w Łomży brało pod uwagę samodzielność i staranność wykonania pracy oraz ogólne wrażenie artystyczne. Nagrodziło ich autorów w dwóch kategoriach wiekowych.

W grupie uczniów klas I – IV nagrody otrzymali za: I miejsce – Amelia Galanek z kl. II d, II miejsce – Lena Sakowska z kl. I, Paweł Mitterer z kl. III a, Maja Kuczyńska z kl. IV c III miejsce – Natalia Przestrzelska z kl. IV b i Laura Góralczyk z kl. III b, wszyscy ze Szkoły Podstawowej nr 1 w Łomży. Wyróżnienia: Adrianna Mieczkowska z kl. II c i Michał Lichomski z kl. II f, Jeremi Sokół z kl. III b, Aleksandra Mika z kl. III b i Karolina Kukso, wszyscy z SP nr 1 oraz Paweł Bożomański ze Szkoły Podstawowej nr 2 w Łomży i Magdalena Kalinowska z kl. IV d Szkoły Podstawowej nr 5 w Łomży.

W grupie uczniów klas V – VIII laureatami zostali: I miejsce – Dominika Żelechowska z kl. VII c SP nr 5, II miejsce – Patryk Wiśniewski z kl. V Szkoły Podstawowej w Podgórzu i III miejsce – Nikola Góralczyk z kl. VII c SP nr 1. Wyróżnienia: Wiktor Szczepkowski i Łukasz Gryczewski z SP nr 2, Patrycja Wachuta z SP nr 5, Jan Bruliński z SP nr 1 i Wiktor Ostrowski z SP w Podgórzu.

Zachęcamy do obejrzenia wystawy pokonkursowej w Filii nr 1 (ul. Polna 16) oraz na stronie internetowej biblioteki.

Teresa Fromelc-Pawelczyk
dyrektor Miejskiej Biblioteki Publicznej
Łomża

Losy dziadka z „Akcji Turośl”

Przeczytałem artykuł pt. „Akcja Turośl” w „Kontaktach” nr 18 z 30 kwietnia 2017 r. Mój dziadek ze strony mamy Stanisław Szok ze wsi Pupkowiżna został aresztowany w opisanym w artykule obławie w lipcu 1944 r. i osadzony w obozie koncentracyjnym Stutthof. Dziadek nie wrócił już z obozu i nie mamy żadnej informacji o dacie jego śmierci.

Poniżej informacje o dziadku z bazy danych www.straty.pl. Jeżeli podczas zbierania dokumentacji o obławie natknął się Pan na jakiegokolwiek informację o moim dziadku, to bardzo byłbym wdzięczny za ich przekazanie. Poszukiwałem też informacji o dziadku w IPN i mam ksero dokumentów, z których niewiele wynika więcej, niż z bazy straty.pl. Jeżeli jest Pan zainteresowany tymi dokumentami (są tam też informacje o innych więźniach KL Stutthof), to chętnie prześlę.

Pozdrawiam
Michał Bałdyga
Warszawa

Od redakcji: list przekazaliśmy Andrzejowi Sakowskiemu, autorowi książki „Turośl 1943 – 1944”, w której zawarł losy aresztowanych w niemieckiej obławie w lipcu 1944 ok. 400 mieszkańców wsi Kozioł, Szablaki, Turośl, Cieloska, Leman, Nowa Ruda, Wanacja, Cieciora, Popiołki. Jednym z nich był jego ojciec, Józef Sakowski (lat 33), zakatowany w więzieniu w Działdowie 12 dnia od aresztowania. 11 listopada 2017 roku w Turośli odsłonięty został pomnik (na zdjęciu poniżej z inicjatorem jego powstania Andrzejem Sakowskim), upamiętniający ofiary obławy.



„Mały duży wójt” Bujnow-Biszewa

– Młodzi chcą mieć miejsce spotkań, kobiety planują działać w kole gospodyń wiejskich. A we wsi nie ma świetlicy ani remizy. Stara remiza jest u sąsiadów w Starej Rusi. Potrzebujemy odnowienia. Zdecydowaliśmy z mieszkańcami, że naszym funduszem sołectkim dołożymy się do remontu – mówi sołtys Bujnow-Biszewa (gm. Wysokie Mazowieckie) Tomasz Mościcki.

Podobną decyzję podjęli mieszkańcy Nowej Rusi. Będzie świetlica dla trzech sąsiednich wsi, z których mieszkanki powołują koło gospodyń.

W Bujnach-Biszewie jest tylko 5 domów. W latach dwudziestych minionego wieku było sześć.

– Wszyscy się znamy, jesteśmy taką większą rodziną. Nasza wieś się nie wyludnia – zapewnia sołtys.

Żartobliwie mówi o sobie, że w Bujnach-Biszewie jest „małym wójtem”. W rzeczywistości „dużym”, bo sołtysuje 26 lat. Reprezentował mieszkańców wsi, gdy wójtem gminy był Kazimierz Włostowski (1992 – 1995), Henryk Wyszyński (1995 – 2010) i od

dziesięciu lat współpracuje z Krzysztofem Krajewskim. W tym czasie wieś się unowocześniła, została zbudowana nowa droga, przystanek, zmieniono oświetlenie na energooszczędne.

Sołtys jest rolnikiem, prowadzi mleczne gospodarstwo. Z żoną Wioletą są rodzicami czterech córek: Marta jest studentką Uniwersytetu Medycznego w Białymstoku, Sylwia studentką Politechniki Białostockiej, Mariola

uczy się w Liceum Ogólnokształcącym w Białymstoku, a Aleksandra w Szkole Podstawowej w Sokolach.

– Na wsi ludzie są odporniejsi i u nas szczęśliwie nikt nie chorował na korobawirusa. Tylko od pracy często dokuczają nam kręgosłupy. Wtedy ratuje nas Marta, która już jest technikiem masażystą i studiuje fizjoterapię. Jej rehabilitacyjne masaże stawiają nas na nogi – mówi Tomasz Mościcki.



Będzie zabawa. Zestaw mebli kuchennych i łazienkowych, zmywarkę, 100 krzeseł bankietowych i 12 stołów kupiło Koło Gospodyń Wiejskich „Basiewianki” z Koców-Baś (gm. Ciechanowiec) za pieniądze od burmistrza Ciechanowca (13 100 zł) i marszałka województwa (7700 zł).

Dyrektor Szkoły Podstawowej w Porytem-Jabłoni Anna Kalinowska z nagrodą ministra Nauczyciele nagrodzeni

Nie było w Zambrowie wspólnych miejskich obchodów Dnia Edukacji Narodowej z powodu pandemii. Ale władze miasta pamiętały o nauczycielach oraz pracownikach szkół i przedszkoli. Wszystkie odwiedził burmistrz Zambrowa Kazimierz Dąbrowski, złożył im życzenia i, jak co roku, nagrodził.

Nagrody burmistrza w Miejskim Przedszkolu nr 1 otrzymali dyrektor Elżbieta Jakubiak i nauczycielka Małgorzata Eliza Kunikowska, w Miejskim Przedszkolu nr 3 dyrektor Kazimiera Kropiewnicka i Iwona Szymańska, w Miejskim Przedszkolu nr 4 dyrektor Jolanta Laskowska i Izabela Kasza, w Miejskim Przedszkolu nr 5 dyrektor Anna Biała i Katarzyna Pomazańska, w Miejskim Przedszkolu nr 6 dyrektor Elżbieta Bienkowska i Barbara Janina Wyszomirska, w Szkole Podstawowej (SP) nr 3 dyrektor Bożena Przeździecka i Grzegorz Zawistowski, w SP nr 4 dyrektor Ryszard Świdorski i Joanna Ługowska, w SP nr 5 dyrektor Andrzej Szeligowski i Ewa Zofia Grajewska.

Podobny charakter miały obchody Dnia Edukacji Narodowej w gminie Za-



Burmistrz Zambrowa Kazimierz Dąbrowski (z lewej) z dyrektorem Szkoły Podstawowej nr 3 Bożeną Przeździecką i nauczycielem tej szkoły Grzegorzem Zawistowskim. Fot. J. Włodkowska-Kurpiewska

mbrów. Wójt Jarosław Kos odwiedził wszystkie szkoły z życzeniami, listami gratulacyjnymi, nagrodami i kwiatami.

Nagrodę Ministra Edukacji Narodowej (7,5 tys. zł brutto) otrzymała dyrektor Szkoły Podstawowej w Porytem-Jabłoni Anna Kalinowska, która 21 lat kieruje „wielokulturową” szkołą (uczą się w niej z polskimi dziećmi uczniowie z Ośrodka dla Uchodźców w Czerwonym Borze).

Nagrodzeni przez wójta Jarosława Kosa zostali dyrektorzy szkół:

w Starym Skarżynie Alina Bożena Caputa, w Porytem-Jabłoni Anna Kalinowska, w Osowcu Dariusz Krystosiak, w Wiśniewie Krzysztof Ignacy Morysewicz, w Starym Laskowcu Magdalena Olender, dyrektor Przedszkola Samorządowego Gminy Zambrów Barbara Magdalena Jasińska oraz nauczycielki Joanna Gniazdowska z SP w Starym Skarżynie i Marta Gołaszewska z SP w Wiśniewie. Gratulujemy wszystkim nagrodzonym.

Zdalne lekcje



Zdalne lekcje prowadzone są w Zespole Szkół Zawodowych i Ogólnokształcących w Ciechanowcu. Uczniowie, którzy nie mają odpowiednich warunków nauki w domu, mogą zamieszkać w internacie, korzystając także z wyżywienia.

Agencja zamknięta

Biurowo Powiatowe Agencji Restrukturyzacji i Modernizacji Rolnictwa w Wysokim Mazowieckiem kontaktuje się z interesantami tylko telefonicznie (86 275 14 00) i elektronicznie (BP200_Kancelaria@arim.gov.).

Muzeum zamknięte

Zamknięte dla zwiedzających do odwołania jest Muzeum Rolnictwa w Ciechanowcu.

Pusta kultura

Gminny Ośrodek Kultury w Szepietowie do odwołania zawiesił organizację imprez z udziałem widzów.

Czyn społeczny



Mieszkańcy Kossaków-Falk w czynie społecznym uporządkowali działkę, na której urządkowano plac zabaw. Wartość ich pracy to kilkadziesiąt tysięcy złotych, ocenił wójt gminy Rutki.

Zdalne szkoły

Wszystkie szkoły ponadpodstawowe w Zambrowie oraz SP nr 4 i SP w Wiśniewie (gm. Zambrów) pracują zdalnie.

Wirus

w urzędzie

Urząd Gminy Szumowo i Ośrodek Pomocy Społecznej w Szumowie zamknięte do odwołania z powodu wykrycia zarażenia koronawirusem u pracowników.

Zamknięta kultura

Miejski Ośrodek Kultury w Zambrowie i Miejska Biblioteka Publiczna zawiesiły działalność do 31 października.

„Trzeba mieć kogoś, do kogo można zadzwonić, gdy jest źle i wysłać radosnego esemesa, gdy jest dobrze”,
mówi Aneta Maciejewska z Biebrzy

Esesemes z serduszkciem

– Ludzie potrzebują siebie. Ważniejsza od pozostawionej torby z żywnością lub z lekami i wyniesienia w pośpiechu śmieci, jest rozmowa. Nawet krótka czyjaś obecność. Musi być ktoś, komu można coś powiedzieć. Musi być ktoś, do kogo można wysłać esemesa – mówi Aneta Maciejewska z Biebrzy pod Grajewem.

Ludzi samotnych z różnych życiowych powodów jest wielu.

Danuta z Grajewa jest wdową. Jej córki z rodzinami mieszkają zagranicą. Gdy wybuchła epidemia, gdy telewizja emitowała przerażające zdjęcia z Włoch o umierających na koronawirusa, gdy pokazywała statystyki, lęk Danuty przerodził się w chorobę. Bała się o córki i o siebie. „Zostań w domu, zostań w domu”, powtarzały się komunikaty. Wprowadzono obowiązkowe maseczki, a Danuta ma kłopoty z płucami i nie mogła ich nosić. Została zamknięta w domu. Sama z natłokiem czarnych myśli, których nikt nie rozpraszał. W takim stanie zastała ją Aneta Maciejewska.

– Rozmowa, tylko rozmowa i obecność drugiego człowieka jest skutecznym lekiem, przekonuje.

Pamięta sytuacje, kiedy po wizycie u pani Danuty dojeżdżała już do swojego domu w Biebrzy (od Grajewa ponad 10 km) i nagle otrzymywała od niej telefon. Pani Danuta płakała, powróciły do niej myśli pełne lęku. Powtarzała, że ma wszystkiego dosyć, że się boi. Nie uspokajała jej rozmowa telefoniczna. Aneta zawracała i jechał z powrotem do Grajewa.

Pani Danuta wyszła z depresji. Lęka się, jak każdy, ale rozmowy są inne. Aneta Maciejewska otrzymuje od niej esemesy z serduszkami. Bo, jak powtarza, trzeba mieć kogoś, do kogo można zadzwonić, gdy jest źle i wysłać radosnego esemesa, gdy jest dobrze.

– A pan Józef... Odwiedzałam go regularnie. Cieszył się z każdego spotkania. Był bardzo schorowany, a wizyty i kontakty z lekarzem ograniczone... Miał 79 lat. Przeżyłam jego odejście...

Pani Danuta, pan Józef, inne adresy... Gdy wybuchła pandemia,

Siłaczka czasu strachu



wolontariusze Grupy Ratowniczej „Nadzieja” w Grajewie odwiedzali seniorów, pomagali skontaktować się z lekarzem, wozili ich do przychodni, zawozili im paczki żywnościowe, przygotowane przez MOPS w Grajewie.

– Przecież ktoś musi im pomóc. Nie bałam się, że się zarażę. Gdy woziliśmy paczki do przebywających na kwarantannie, nikt nie otworzył drzwi, żeby nas nie narażać. Pomoc nie jest niebezpieczna. Trzeba tylko przestrzegać reżimu sanitarnego – mówi z przekonaniem.

W karetkce

W młodości Aneta Maciejewska myślała o „ratowniczym” zawodzie. Po szkole podstawowej uczyła się w liceum medycznym. Ale coś było nie tak, zmieniła szkołę, poszła do ogólniaka. Potem rodzina, syn Mateusz, praca. Pracuje w spółdzielni mleczarskiej, jest

mistrzem produkcji. Syn założył swoją rodzinę, z synową Izabelą czekają na urodziny Jasia. Aneta ma więcej czasu. W ubiegłym roku zaangażowała się w zorganizowanie Grupy Ratowniczej „Nadzieja” w Grajewie. Grupa działa od marca 2019 r. Z Anetą Maciejewską, która jest ratownikiem, jest ich w „Nadziei” 7, a 5 nowych wolontariuszy się szkoli.

Na początku pandemii łomżyńskie pogotowie poszukiwało kierowców z uprawnieniami do prowadzenia pojazdów uprzywilejowanych. Zapisła się na kurs w Mławie (nie było bliżej), zdała egzamin i zdobyła uprawnienia. Od trzech lat jest żołnierzem Wojsk Obrony Terytorialnej. Podnosi swoje kwalifikacje. Od października studiuje ratownictwo medyczne w Wyższej Szkole Ochrony Zdrowia TWP w Łomży.

Pandemia się rozszerza. Brakuje medyków, ratowników i kierowców

z uprawnieniami do prowadzenia karetek. Także w łomżyńskim pogotowiu. Aneta Maciejewska jest w bazie rezerwowej. Jako wolontariuszka jeździła karetką covidową. Nadal jeździ, gdy otrzyma sygnał z pogotowia, że jest potrzebna i wyjazd nie koliduje z pracą zawodową. Zakłada kombinezon i rusza z pomocą.

Cieszy się, kiedy odwozi ze szpitala do domu ozdrowieńców. Tak wiozła ze szpitala matkę z noworodkiem. Matka ozdrowiała, a dziecko nie było zakażone. Ale widzi też u ludzi strach, bo nikt nie wie, jak może rozwinąć się choroba. Czasem dostrzega nadzieję, że pomogą lekarze w szpitalu.

– Ratownik przed swoje życie stawia życie drugiego człowieka. Musi być bezpieczny. Trzeba przestrzegać reżimu, bo martwy ratownik, to żaden ratownik – uśmiecha się Aneta Maciejewska.

MARIA TOCKA

Samotność to trwoga, chyba jedna z najgorszych kar, jaka może spotkać człowieka...

Mama czyli córka!

1.

Halina fotek miała w randkowym profilu co niemiara, ale opis banalny: jestem jaka jestem. W tym wypadku zdecydował wygląd. Seksowna, ładna trzydziestoparolatka.

Po wymianie kilku maili, postanowiliśmy się spotkać. Zaproponowała: kawiarnia w jej miasteczku. Zdziwiony byłem troszkę, że nie obawia się ludzkich języków, plotek, ale to jej wybór.

Niedzielne popołudnie, zająłem miejsce przy stoliku i czekałem na Halinkę. Przyszła dziewczyna na oko 18 – 19 lat, około 165 wzrostu, szczupła, ubrana gustownie, bez tzw. lansu i rzecze, iż jest córką i przyszła w imieniu mamy, ponieważ mamie coś wypadło, za co bardzo przeprasza. Miała na imię Alicja, zwracałem się do niej Alu. Mógłbym być jej ojcem, więc byłem powściągliwy. Wypytywałem o matkę, rozmawialiśmy o literaturze, sztuce, modzie. Taka gadka szmatka. Ala cały czas mnie bacznie obserwowała. Nie dziwiłem się, w końcu chciała przyjrzeć się ewentualnemu mężowi jej matki. Gdy się rozstawaliśmy poprosiłem, aby pozdrowiła mamę, podziękowałem za mile spędzony czas i ruszyłem w drogę powrotną. W domu wysmarowałem email do Halinki, pochwaliłem córcię, podziękowałem, że nie wystawiła mnie do wiatru i dała tak urocze zastępstwo. Cały tydzień pisaliśmy ze sobą, umawiając spotkanie w następną niedzielę.

Niedziela nadeszła. Ja pachnący, ogolony. Ta sama kawiarnia, ten sam stół, kelnerka zdaje się inna. Punktualnie o umówionej godzinie pojawiła się w kawiarni... Ala! Co znowu? Ala dosiadła się do stolika i oświadczyła, iż tym razem mamę dopadła straszna depresja. Coś mi tu nie gra, pomyślałem. Albo Halinka kombinuje, albo rzeczywiście jest niezrównoważona emocjonalnie. Troszkę byłem wnerwiony i już chciałem prosić Alę, żeby zaprowadziła mnie do mamy, ale tak przekonująco mi to wyperswadowała, że pozostałem na miejscu. Wypiliśmy po kawie, jakieś ciastko i Ala zaproponowała spacer, by pokazać mi miasteczko. Pięknie o nim opowiadała, co poniekąd związane było z jej zawodem, bo zamierzała zostać przewodnikiem turystycznym. Spa-

cerowaliśmy jak para kochanków, co mnie troszeczkę zawstydzało, gdyż miałem ponad 40 lat. Ale lechało również moje ego, bo towarzystwo tak uroczej młodej kobiety podbudowywało moją męskość.

Wróciwszy do domu zdałem Halince relację ze spotkania z Alą, ona zaś opisała mi wrażenia córki. Wypadałem w nich nadzwyczaj korzystnie.

2.

Halinka coraz bardziej mnie intrygowała. Postanowiłem, że co by się nie działo, tym razem muszę ją ujrzeć, choćbym miał siłą wtargnąć do jej mieszkania.

Tydzień minął szybko, przygotowywałem się na niedzielę nadzwyczajnie, bardziej niż zwykle byłem podekscytowany.

Ta sama kawiarnia, ten sam stół, piękne letnie niedzielne popołudnie, ja dostojnie ubrany, pełen radości życia. Ten dobry nastrój zmaćnia... Ala, bowiem znowu ujrzałem ją, za miast mamy!

„Co się stało, że widzę ciebie, a nie mamę?“, zapytałem lekko nerwowym głosem.

I tu nastąpiły wyjaśnienia, które przyprawiły mnie o zawrót głowy. Otóż wszystko się zgadzało, oprócz paru szczegółów. Mama wcale nie szuka partnera, jest szczęśliwą żoną. Ma na imię... Ala, a Halinka to... jej imię! Chciała poznać dojrzałego faceta, więc wcieliła się w postać trzydziestokilkulatki, a fotki zaczerpnęła z domowego albumu, przedstawiają mamę i... ciotkę, która jest do mamy bardzo podobna. Nie chciała zamieszczać anonsu jako dziewiętnastoletka, bo propozycje panów byłyby ukierunkowane na jedno, mianowicie seks, co już wcześniej przerabiała. Nie była również zainteresowana sponsoringiem, stąd pomysł taki, a nie inny. Powiedziała, że bardzo, ale to bardzo jej się podobam, jest zauroczona, fascynuje ją i pragnie, byśmy kontynuowali znajomość!

Nie powiem, że nie byłem zaskoczony, ale mile, również bardzo mi się podobała.

Opowiadała tej niedzieli o całym swym świecie, o facetach/chłopcach, którzy wcale a wcale jej nie pociągali, wręcz irytowali. We mnie, twierdziła,



Fot. pixabay

znalazła to wszystko, czego pragnęła, czego oczekuje od mężczyzny.

Okazało się również, że nie mieszka w tym miasteczku, a wybrała je, ponieważ lubi takie klimaty. Nie chciała spotykać się w stolicy pełnej komercji, tłoku, etc.

3.

Postanowiliśmy, że w następną niedzielę spotkamy się w stolicy. Halinka wynajmowała kawalerkę na obrzeżach miasta. Pierwsza nasza wspólna noc była bardzo upojna. Kochaliśmy się bardzo długo, pieściliśmy, poznawaliśmy siebie. Nie pamiętam, kiedy smakowała mi tak miłość, ale chyba wówczas, gdy miałem tyle lat, co Halinka.

Początkowo mieszkaliśmy oddzielnie, ale szybko postanowiliśmy zamieszkać razem. Halinka pracowała w jakimś biurze turystycznym, dodatkowo pogłębiała wiedzę zaocznie. Ja też pracowałem, więc dzień mieliśmy wypełniony własnymi obowiązkami. Pozostawały nam wieczory, noce i całe weekendy. Było nam wspaniale, niczym się nie krępowaliśmy, mieliśmy wiele wspólnych zainteresowań, nuda nam nie groziła, co i raz zaskakiwaliśmy siebie. Byłem zauroczony Halinką, jej świeżością, delikatnością, pięknem ciała, tym, jak się poruszała, mówiła. W łóżku cudownie. Kochaliśmy się w różnych sytuacjach i pozycjach, kiedy przyszła nam ochota na seks.

4.

Czasem targały mną sprzeczności, głównie z powodu różnicy wieku.

Gdy byliśmy sami, wszystko było dobrze, ale gdy znaleźliśmy się w lokalu, na mieście, eksponując nasze przywiązanie, widziałem spojrzenia ludzkie pełne dezaprobaty lub zazdrości. Większość jej znajomych sądziła, że jest ze mną z powodu kasy i wiele była zszokowana, iż tak nie jest.

Czarę wypelniło, gdy Halinka zaproponowała przedstawienie mnie swoim rodzicom. Nie wyobrażałem siebie w takiej sytuacji, mówiłem jej to wielokrotnie, ona zaś twierdziła, iż rodzice o wszystkim wiedzą i są tolerancyjni. Odwlekałem tę chwilę, jak tylko było to możliwe, w końcu nie wytrzymałem napięcia i... uciekłem! Odszedłem po prostaku, zwyczajnie nie wróciłem do mieszkania, nie zostawiłem nawet listu, napisałem tylko SMS, że nie wracam. Halinka prosiła mnie długo, abym wszystko przemyślał i wrócił. Mówiła, że mnie kocha, tęskni...

5.

Czasami jeszcze żałuje swego zachowania, mogłem w końcu zdobyć się na więcej odwagi, ale czy by to miało sens? Myślę teraz, że nie byłbym jednak chyba zakochany, bardziej zauroczony. Gdybym kochał, zapewne zrobiłbym o wiele więcej. Tak czy owak, skończyła się nasza sielanka. Ja wróciłem do siebie, Halinka poznała innego „czterdziestolatka“, o czym nie omieszkała mnie poinformować.

A ja mam miłe wspomnienia...

JANUSZ JANOWICZ

Ksiądz Aleksander Łada pozwał do sądu 18 nauczycieli i redaktora

Strój na wokandzie

„Publiczne ukazywanie się uczennic na stadionie wojskowym w strojach gimnastycznych, rozbieganie się tam wobec żołnierzy wywołało wielkie wrzenie wśród opinii katolickiej”, zeznawał w styczniu 1933 roku w Sądzie Okręgowym w Łomży ks. infulat Stanisław Szczęsnowicz. Dodał, że żołnierze pomagali uczennicom przy wykonywaniu skoków. Żołnierze byli tylko w spodenkach sportowych, a uczennice w strojach gimnastycznych i grały wspólnie w siatkówkę. Poza tym żołnierze częstowali uczennice lemoniadą.

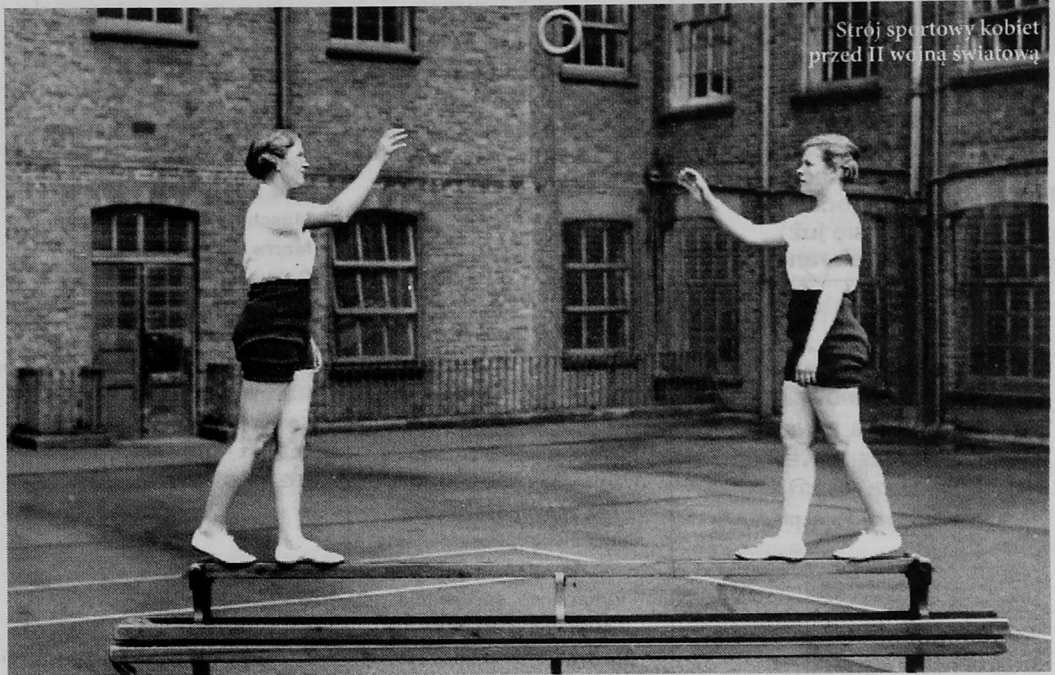
Ksiądz Eugeniusz Kłoskowski mówił w sądzie, że widział ćwiczące w strojach gimnastycznych uczennice, ale widok ten tak bardzo go zdenerwował, że nie pamiętał jak wyglądały stroje dziewcząt.

Zdaniem prefekta Państwowego Seminarium Nauczycielskiego Żeńskiego w Łomży ks. Aleksandra Łady, kostiumy dziewcząt były „nieprzepisowe i nieskromne”.

„Nagość na stadionie”, a dokładniej rzekomo zbyt śmiałe stroje sportowe dziewcząt, stały się pretekstem poważnego konfliktu między nauczycielami Seminarium Nauczycielskiego Żeńskiego i księżmi. O sprawie pisały łomżyńskie pisma: „Przegląd Łomżyński”, „Wspólna Praca”, „Życie i Praca”. Biskup łomżyński Stanisław Kostka Łukomski wydał specjalne orędzie. Na łamach ogólnopolskich „Wiadomościach Literackich” polemizował z biskupem Tadeusz Boy Żeleński.

Strój na ambonie

W maju 1932 roku na stadionie w Łomży uczennice Seminarium Nauczycielskiego pod kierunkiem nauczycielki wychowania fizycznego przygotowywały się do zawodów, które miały odbyć się w Święto Sportu. Był to czas, gdy ministerstwo edukacji i władze szkoły przywiązywały dużą wagę do sprawności fizycznej młodzieży. Zajęcia nie spodobały się księdzu prefektowi Aleksandrowi Ładzie. Kilka dziewcząt związanych ze szkolną Sodalnością Mariąnską pod wpływem księdza wycofało się z zawodów. Ostatecznie dyrektor Seminarium zawody odwołał. Jednakże w Boże



Strój sportowy kobiet przed II wojną światową

Nagość na stadionie

Ciało w Katedrze zostało odczytane orędzie ks. biskupa łomżyńskiego Stanisława Kostki Łukomskiego. Ordynariusz potępiał fakt, że „w szkołach żeńskich odbywają się ćwiczenia gimnastyczne w takich ubiorach, iż obrażają uczucia wstydlivosti młodzieży, zmuszonej do ich używania”, a na „publicznym boisku odbywają się harce, dające okazję do zgorzenia i licznych grzechów”. Biskup wzywał rodziców, aby „córcom swoim stanowczo zabronili występowania w ubraniach gimnastycznych”, a młodzież, aby „sprzeciwiała się przepisom szkolnym w myśl nakazu św. Piotra, że więcej trzeba słuchać Boga i jego przepisów moralnych, niż ludzi”. Niezastosowanie się do tego wezwania będzie poczytane opornym za grzech, upominał biskup.

Ksiądz nie kolega

Nauczyciele Seminarium byli oburzeni. Uważali, iż powodem publicznej nagany biskupiej były oceny ks. Aleksandra Łady, który w szkole uczył religii. Napisali do księdza oficjalne pismo: „Na skutek orędzia biskupiego, odczytanego w kościołach tutejszej diecezji w dniu 26 V 1932 r. zebrali się niżej podpisani i stwierdzili, że orędzie to zostało wywołane niekoleżeńskim postępowaniem Księdza w stosunku do nas i fałszy-

wą interpretacją faktów. Wobec tego uważamy, że Ksiądz ponosi odpowiedzialność za: wprowadzanie destrukcji w pracy wychowawczej na terenie szkoły, rozdźwięku między nauczycielstwem a młodzieżą, kopanie przepaści między społeczeństwem a nauczycielstwem. W wyniku powyższego przestajemy uważać Księdza za kolegę i nie podajemy mu ręki”. Pismo podpisało 18 nauczycieli: Witczak, Zarośliński, Gulbińska, Grzymkowska, Zdziarski, Korynkiewiczówna, Kronenberg, Kronenbergowa, Piotrowska, Gawarecka, Jaworowski, Żarnoch, Filipczuk, Muszyńska, Kochański, Cywińska, Folwarczna, Kozłówna. Nie podpisała tylko jedna nauczycielka Strzemecka.

Pismo 5 czerwca ukazało się w „Przeglądzie Łomżyńskim”.

Wyrok

Ksiądz czuł się znieważony i zniesławiony. Szukał sprawiedliwości w Kuratorium w Białymstoku, ale urząd, mimo obietnicy, zignorował sprawę. Ksiądz żądał od nauczycieli przeprosin i odwołania zarzutów w prasie. Nauczyciele tłumaczyli, że żadnej informacji do prasy nie podawali. To sprawa redaktora Konstantego Piotrowskiego. Zatem ksiądz Łada pozwał do sądu w Łomży 18 nauczycieli i redaktora.

Oskarżonych broniło dwóch adwokatów, Zygmunt Graliński z Warszawy i Lachowicz. Ksiądz Ładę wspierali mecenasi Jan Jodziewicz i Czarkowski oraz koledzy księdza. Proboszcz Szczęsnowicz rozpytywał czterech mieszkających przy stadionie gospodarzy o to, jak wyglądały zajęcia na stadionie. I tu padały najcięższe oskarżenia: „żołnierze trzymali linki, przez które uczennice skakały, uczennice z żołnierzami piły lemoniadę, bawiły się w siatkówkę, były nieskromnie ubrane”. Zarzuty te odparli nauczyciele, którzy zeznawali, iż linki są przytwierdzone do stojaków, w czasie zajęć nie było na stadionie żołnierzy, a kostiumy gimnastyczne są zgodne z wytycznymi ministerstwa.

Proces toczył się dwa dni. 19 stycznia 1933 roku Sąd Okręgowy w Łomży ogłosił wyrok uniewinniający nauczycieli i redaktora Piotrowskiego. Ksiądz Łada musiał zapłacić koszty procesu.

MARIA TOCKA

(O ciekawych wydarzeniach z Łomży i regionu: bohaterach, romansach, procesach, konfliktach, można przeczytać w książce „Łomżyńskie historie prawdziwe. Ludzie, miejsca, zdarzenia”, wydanej przez „Kontakty”; do nabycia w redakcji, Łomża, al. Legionów 7).

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.00209/20-o-1)

FINANSE

Pożyczki pozabankowe pod grunty
rolne bez BIK i weryfikacji baz.
Umowa notarialna, RRSO 36% rok.
Szybko, uczciwie i profesjonalnie
24/h.

Tel. 510 - 908 - 900

(fak/sms)

NIERUCHOMOŚCI

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

Tel. 603 - 446 - 934

(fak/sms)

Sprzedam mieszkanie 60,67 m²
z wyposażeniem.

Ul. Ks. Anny, 3 piętro.

Tel. 604 - 875 - 447

(p-001312)

ODDAM

Ogłoszenia w rubryce „Oddam”
zamieszczamy bezpłatnie. Treść
można przesłać na adres:
redakcja@kontakty-tygodnik.
com.pl lub podać telefonicznie:
86 216 42 43
Oddam odzież używaną i pierzynę.
Tel. 519 - 178 - 552

(o/b)

PRACA

Opieka Niemcy Legalnie.
Tel. 725 - 248 - 935

(fak.00162/20-o-1)

Firma REMAX
oferuje stałą lub sezonową
pracę w Niemczech
bez znajomości języka
niemieckiego. Poszukujemy
osób do załadunku paczek
kurierskich, sortowania
surowców wtórnych,
pracowników śmieciarek.
Zapewniamy zakwaterowanie
i transport.

Telefon: 727 - 001 - 704

(fak.00210/20-o)

PRZYJMĘ

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

ROLNICTWO

Zakupię ciągniki Ursus,
Zetor, New Holland, Same
Landini, Massey Ferguson,
Renault, Foton, Farmtrac,
Deutz Fahr, John Deere,
Pronar, Farmer itd. każdy stan
oraz prasy, belarki Sipma,
Maschio Feraboli, Gallignani,
Morra Carraro itd.
Gotówka od ręki.
Dzwoń, pisz.
Tel. 660 - 795 - 977

(fak/sms)

Rzeźnia kupi bydło pourazowe
do uboju z konieczności.
Tel. 511 - 075 - 866,
662 - 396 - 670

(fak.00131/20-o)

RÓŻNE

Wróżka Kasia - tarot.
Tel. 607 - 191 - 070

(p-001314-o)

TRANSPORT

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

(fak.00035/20-o-1)

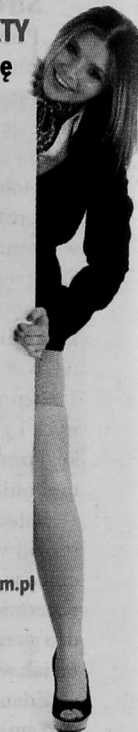
Frankfurt n/Menem i okolice
- soboty, środy,
85 747 - 43 - 63, 602 - 681 - 677

(fak.00036/20-o-1)

Tygodnik KONTAKTY
to wydatek na prasę
raz w tygodniu
i wiesz wszystko
o regionie
plus kolorowy
magazyn
televizyjny



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



GARAŻE Blaszane
BRAMY Garażowe
KOJCE dla Psów

Najniższe **CENY**
Automatyka do bram
Transport i montaż
GRATIS cały KRAJ
Dogodne **RATY**



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

centrum kredytowe

• nawet **300 000 zł** w gotówce
• szybka decyzja kredytowa
• bez dokumentowania,
na co chcesz przeznaczyć kredyt

- gotówkowe
- konsolidacyjne
- hipoteczne
- dla rolnika
- dla firm
- chwilówki

Wysokie Mazowieckie, ul. Długa 8
tel. 505 725 110

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

Ogłoszenie w gazecie
żyje dzień.

Ogłoszenie w tygodniku
KONTAKTY
żyje tydzień

Pobierz aplikację mobilną



Najlepsza aplikacja w mieście



OGŁOSZENIA BEZPŁATNE MOTORYZACYJNE

Sprzedam przyczepkę do samochodu osobowego, zarejestrowana, ubezpieczona, cena 600 zł, tel. (86) 272 – 57 – 02

(o/b)

Sprzedam Audi A4 B5, (2003), 2.0, kombi, klimatyzacja dwusferowa, auto zadbane, cena 13 500 zł do uzgodnienia, tel. 513 – 771 – 544

(o/b)

Sprzedam Opel Astra 2, (1999), diesel, stan bardzo dobry, wszystkie opłaty aktualne, 70 KM, cena 3 500 zł, tel. 512 – 576 – 250

(o/b)

Sprzedam Renault Master, (2001), izoterma, aktualne OC i przegląd, cena 3 700 zł, tel. 537 – 061 – 488

(o/b)

Sprzedam Mercedes E klasa, (2002), diesel, bardzo niskie spalanie, ważne OC i przegląd, kombi, automat, stan bardzo dobry, cena 3 300 zł, tel. 537 – 061 – 488

(o/b)

Sprzedam Fiat Ducato, (1996), przystosowany do przewozu zwierząt, winda, boczne drzwi, cena 4 000 zł, tel. 727 – 664 – 308

(o/b)

Sprzedam Fiat 126p, (1997), stan bardzo dobry, kolor czerwony, zarejestrowany, ubezpieczony, cena 4 500 zł, tel. 517 – 267 – 374

(o/b)

Sprzedam Audi A4, (1993), 1.9 TDI, sedan, diesel, 90 KM, opłaty do lutego, cena 1 600 zł, tel. 510 – 609 – 937

(o/b)

Sprzedam Volkswagen Passat, (2000), 1.9 TDI, kombi, hak, sprawny, auto gotowe do jazdy, cena 3 900 zł, tel. 665 – 803 – 746

(o/b)

Sprzedam Peugeot 206 CC, (2002), w pełni sprawny, zadbane, wszystko pracuje idealnie, benzyna, cena 8 200 zł do negocjacji, tel. 720 – 704 – 707

(o/b)

Sprzedam Audi A4, (1995), 1.8 benzyna + gaz, stan mechaniczny i blacharski bardzo dobry, przebieg 336 000 km, cena 4 000 zł do negocjacji, tel. 519 – 656 – 743

(o/b)

Sprzedam Volkswagen Polo 6r, (2012), stan bardzo dobry, bardzo niskie spalanie, diesel, przebieg 215 000 km, cena 17 500 zł do negocjacji, tel. 518 – 066 – 439

(o/b)

Sprzedam Ford Mondeo MK4, (2007), 2.0 diesel, wersja Titanium X, 140 KM, cena 20 700 zł, tel. 728 – 390 – 135

(o/b)

Sprzedam Skoda Fabia Elegance, (2000), 1.9 TDI, klimatyzacja, centralny zamek, wspomaganie kierownicy, diesel, cena 5 900 zł do negocjacji, tel. 661 – 660 – 151

(o/b)

Sprzedam Volkswagen Golf, (2000), 1.4, auto garażowane, użytkowane przez kobietę, ważny przegląd, nowy akumulator, cena 6 000 zł do negocjacji, tel. 503 – 944 – 810

(o/b)

Sprzedam Peugeot 407, (2006), 2.0 diesel, przegląd do grudnia 2020 r., OC do lipca 2021 r., 136 KM, cena 5 000 zł do negocjacji, tel. 530 – 027 – 700

(o/b)

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

(o/b)

Sprzedam Volkswagen Golf, (2006), 1.6 benzyna, środek czysty i zadbane, elektryczne szyby, lusterka, klimatyzacja, cena 9 800 zł do negocjacji, tel. 782 – 655 – 614

(o/b)

Sprzedam Ford Mondeo, (2007), diesel, przebieg 232 000 km, auto w ciągłym użytkowaniu, doinwestowane, cena 17 900 zł do negocjacji, tel. 504 – 055 – 998

(o/b)

Sprzedam Skoda Octavia, (2010), 1.9 TDI, 105 KM, stan bardzo dobry, wnętrze czyste i zadbane, auto nie wymaga wkładu finansowego, cena 21 800 zł, tel. 508 – 481 – 807

(o/b)

Sprzedam Volkswagen V GTI, (2008), po wymianie rozrządu, czarne skórzane wnętrze, benzyna, 200 KM, cena 21 000 zł do negocjacji, tel. 695 – 653 – 465

(o/b)

Sprzedam Toyota Corolla E11, (2001), 1.4 benzyna, wszystko sprawne, przebieg 305 000 km, cena 3 500 zł do negocjacji, tel. 534 – 201 – 986

(o/b)

Sprzedam Skoda Felicia, (1999), 1.4, przebieg 140 000 km, auto garażowane, wnętrze jak nowe, technicznie w bardzo dobrym stanie, cena 1 900 zł, tel. 510 – 458 – 290

(o/b)

Sprzedam Opel Astra, (1999), benzyna + gaz, kombi, cena 3 600 zł, tel. 537 – 061 – 488

(o/b)

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

(o/b)

Sprzedam Volkswagen Polo, (2006), 1.2 benzyna, niskie spalanie, świeżo po przeglądzie, auto użytkowane przez starszą osobę, cena 10 500 zł do negocjacji, tel. 516 – 982 – 006

(o/b)

Sprzedam Opel Vectra, (1996), benzyna, przebieg 210 000 km, wszystko sprawne, w dobrym stanie, cena 1 500 zł, tel. 512 – 576 – 250

(o/b)

Sprzedam Honda Civic, (2007), auto sprowadzone z Niemiec, bogate wyposażenie, książka serwisowa, 95 KM, przebieg 130 000 km, cena 15 000 zł do negocjacji, tel. 502 – 413 – 080

(o/b)

Sprzedam Opel Zafira, (2004), LPG, 125 KM, przebieg 277 000 km, stan dobry, naprawy robione na bieżąco, cena 6 900 zł, tel. 696 – 907 – 092

(o/b)

Sprzedam Opel Vectra, (2006), 1.8 benzyna, auto w bardzo dobrym stanie, garażowane, klimatyzacja, ABS, cena 12 900 zł do negocjacji, tel. 505 – 437 – 751

(o/b)

Sprzedam Hyundai Santa Fe, (2003), 2.4 benzyna, 136 KM, stan bardzo dobry, centralny zamek, wspomaganie, cena 10 600 zł do negocjacji, tel. 693 – 424 – 666

(o/b)

Sprzedam Opel Vectra C GTS, (2003), diesel, auto zadbane, bezwypadkowe, 167 KM, przebieg 300 000 km, cena 13 000 zł do negocjacji, tel. 517 – 875 – 601

(o/b)

Sprzedam Mercedes W124, (1993), stan bardzo dobry, diesel, 113 KM, ważne opłaty, centralny zamek, cena 11 500 zł, tel. 510 – 389 – 160

(o/b)

KUPON

BEZPŁATNE OGŁOSZENIE DLA ZMOTORYZOWANYCH

Treść ogłoszenia do 15 słów:

Warunkiem ukazania się ogłoszenia jest podanie ceny pojazdu!

Imię i nazwisko ogłaszającego:

Adres:

Tel.:

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

Czytelny podpis:

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

OGŁOSZENIA BEZPŁATNE ROLNICZE

Sprzedam bele sianokiszonki, polna, bez deszczu, duże bele, 120 sztuk, okolice Wizny, cena 115 zł za sztukę, tel. 608 – 104 – 878

(o/b)

Sprzedam siano pogodne, bez deszczu, duże bele, 180 sztuk, okolice Wizny, cena 85 zł za sztukę, tel. 608 – 104 – 878

(o/b)

Sprzedam siano, 10 sztuk i kiszonkę w belach, 30 sztuk, cena 100 za sztukę, tel. (86) 271 – 08 – 55

(o/b)

Sprzedam kombajn zbożowy Fahr, cena 7 000 zł do uzgodnienia, tel. 503 – 862 – 612

(o/b)

Sprzedam przyczepę, wywrotka, niemiecka, cena 7 000 zł do uzgodnienia, tel. 503 – 862 – 612

(o/b)

Sprzedam ciągnik C-360, cena 16 000 zł do uzgodnienia, tel. 503 – 862 – 612

(o/b)

Sprzedam siano w kostce, cena 4 zł za kostkę do uzgodnienia, tel. 503 – 862 – 612

(o/b)

Sprzedam ciągnik John Deere, 4x4, stan dobry, tur 3-sekcyjny, cena 30 000 zł, tel. 514 – 620 – 316

(o/b)

Sprzedam byczka, mięsny, 2 tygodnie, cena 600 zł, tel. 796 – 393 – 327

(o/b)

Sprzedam głębosz Lemken, 3 m, 7 łap, cena 10 000 zł, tel. 604 – 672 – 605

(o/b)

Sprzedam kosiarkę dyskową Claas 3450, (2010), szerokość koszenia 3,40 m, cała w oryginale, niespawana, niemalowana, cena 13 200 zł, tel. 792 – 776 – 610

(o/b)

Sprzedam owijkę samozaładowczą Sipma, tylny załadunek, szeroka folia, cena 9 500 zł, tel. 609 – 611 – 438

(o/b)

Sprzedam kosiarkę rotacyjną, czeska, stan dobry, cena 1 350 zł, tel. 609 – 611 – 438

(o/b)

Sprzedam siewnik Poznaniak, rurki plastikowe, grabki w komplecie, garażowany, cena 1 700 zł, tel. 516 – 640 – 387

(o/b)

Sprzedam kosiarkę Deutz Fahr, 1,85 m, sprawna, wałek w komplecie, cena 1 100 zł, tel. 516 – 640 – 387

(o/b)

Sprzedam kopaczkę do ziemniaków, w pełni sprawna, gotowa do pracy, cena 1 100 zł do negocjacji, tel. 516 – 550 – 307

(o/b)

Sprzedam prasę belującą Metal Fach Z 562-40 RN, (2015), rotor, 13 noży, aparat do podawania siatki i sznurka, bardzo mało używana, cena 38 000 zł do negocjacji, tel. 796 – 373 – 403

(o/b)

Sprzedam kosiarkę dyskową Kuhn, szerokość robocza 2,10 m, sprawna, bardzo cicho pracuje, bez luzów, cena 4 450 zł do negocjacji, tel. 571 – 870 – 720

(o/b)

Sprzedam schładzalnik do mleka DeLaval, pojemność 2 500 litrów, stan bardzo dobry, cena 9 500 zł, tel. 797 – 831 – 601

(o/b)

Sprzedam rozrzutnik obornika, z adapterem poziomym i zastawkami do kukurydzy, 12 ton, cena 21 000 zł do negocjacji, tel. 669 – 299 – 397

(o/b)

Sprzedam opryskiwacz Holder, (2000), świeżo sprowadzony z Niemiec, cena 9 000 zł do negocjacji, tel. 663 – 087 – 085

(o/b)

Sprzedam agregat Rabewerk, szerokość 6 m, hydrauliczny docisk wałków, cena 6 300 zł, tel. 798 – 591 – 128

(o/b)

Sprzedam pługi obrotowe Lemken, 3-skibowe, cena 6 600 zł, tel. 697 – 370 – 150

(o/b)

Sprzedam kombajn John Deere 330, kosił mało hektarów rocznie, od 2 lat nieużywany, ciągle garażowany, cena 9 500 zł do negocjacji, tel. 662 – 753 – 199

(o/b)

Sprzedam talerzówkę Unia Grudziądz, szerokość 2,40 m, cena 2 700 zł, tel. 510 – 478 – 952

(o/b)

Sprzedam rozsiewacz do wapna, 6 ton, świeżo sprowadzony z Holandii, stan bardzo dobry, cena 15 500 zł do negocjacji, tel. 662 – 731 – 569

(o/b)

Sprzedam krokodyl do obornika Metal Technik, 1,40 m, stan jak nowy, cena 2 900 zł, tel. 531 – 496 – 677

(o/b)

Sprzedam kosiarkę dyskową Kuhn, w bardzo dobrym stanie, świeżo sprowadzona, nie pracowała w Polsce, cena 22 500 zł do negocjacji, tel. 608 – 457 – 219

(o/b)

Sprzedam jałówkę wysokocielną, ponad 600 kg, wycielenie na listopad, cena 6 000 zł do negocjacji, tel. 791 – 047 – 499

(o/b)

Sprzedam działkę 15 arów i 15 arów łąki, cena do uzgodnienia, tel. 614 – 697 – 796

(o/b)

Sprzedam byczki HF, 4-8 tygodni, cena 350-600 zł za sztukę, tel. 503 – 009 – 752

(o/b)

Sprzedam kosiarkę dyskową Vicon, szerokość 2,40 m, od nowości w gospodarstwie, cena 10 000 zł, tel. 501 – 319 – 305

(o/b)

Sprzedam zgrabiarkę Kuhn, (2009), szerokość 4,12 m, cena 11 000 zł, tel. 690 – 419 – 435

(o/b)

Sprzedam kombajn zbożowy Bizon, stan bardzo dobry, cena 38 000 zł, tel. 606 – 467 – 648

(o/b)

Sprzedam rozrzutnik 2-osiowy, sprawny, na 2 walki, cena 2 550 zł, tel. 856 – 551 – 279

(o/b)

Sprzedam przyczepę do bel, długość 6 m, szerokość 2,50 m, stan dobry, cena 2 800 zł, tel. 512 – 245 – 574

(o/b)

Sprzedam przyczepę wywrotkę Autosan D-47, trójstronny wywrot, cena 7 900 zł, tel. 508 – 585 – 394

(o/b)

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

(o/b)

Sprzedam kosiarkę dyskową, szerokość 3,20 m, cena 5 000 zł, tel. 664 – 778 – 536

(o/b)

KUPON

BEZPŁATNE OGŁOSZENIE ROLNICZE

Treść ogłoszenia do 15 słów:

Warunkiem ukazania się ogłoszenia jest podanie ceny!

Imię i nazwisko ogłaszającego: _____

Adres: _____

Tel.: _____

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

Czytelny podpis: _____

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

OGŁOSZENIE

o wyłożeniu do publicznego wglądu projektu zmiany Studium uwarunkowań i kierunków zagospodarowania przestrzennego związanej z wyznaczeniem terenów udokumentowania złoża piasków "Mściwuje I" z przeznaczeniem pod powierzchnią eksploatację kopalni wraz z prognozą oddziaływania na środowisko

Na podstawie art. 11 pkt. 7 i 8 ustawy z dnia 27 marca 2003 r. o planowaniu i zagospodarowaniu przestrzennym (Dz. U. z 2020 r. poz. 293; zm.: Dz. U. z 2020 r. poz. 471 i poz. 1086) oraz w związku z art. 54 ust. 2 i 3 ustawy z dnia 3 października 2008 r. o udostępnianiu informacji o środowisku i jego ochronie, udziale społeczeństwa w ochronie środowiska oraz o ocenach oddziaływania na środowisko (Dz. U. z 2020 r. poz. 283; zm.: Dz. U. z 2020 r. poz. 284, poz. 322 i poz. 471) zawiadamiam o wyłożeniu do publicznego wglądu projektu zmiany Studium uwarunkowań i kierunków zagospodarowania przestrzennego związanej z wyznaczeniem terenów udokumentowania złoża piasków "Mściwuje I" z przeznaczeniem pod powierzchnią eksploatację kopalni wraz z prognozą oddziaływania na środowisko w dniach **od 30.10.2020 r. do 01.12.2020 r. (włącznie)** w siedzibie Urzędu Gminy w Małym Płocku w godzinach od 8.00 do 15.00 (ul. Jana Kochanowskiego 15, 18-516 Mały Płock).

Dyskusja publiczna nad przyjętymi w projekcie zmiany studium rozwiązaniami odbędzie się w dniu 18.11.2020 r. w siedzibie Urzędu Gminy w Małym Płocku, w sali konferencyjnej Urzędu Gminy w Małym Płocku o godz. 12.00.

Zgodnie z art. 11 pkt 8 ustawy, osoby prawne i fizyczne oraz jednostki organizacyjne nieposiadające osobowości prawnej mogą wносить uwagi do projektu zmiany studium.

Uwagi należy wносить do Wójty Gminy Mały Płock w formie papierowej (na adres: ul. Jana Kochanowskiego 15, 18-516 Mały Płock) lub elektronicznej, w tym za pomocą środków komunikacji elektronicznej, w szczególności poczty elektronicznej (na adres: ugmalyplock@gminamalyplock.pl). Wnoszący uwagi podaje swoje imię i nazwisko albo nazwę oraz adres zamieszkania albo siedziby oraz podaje oznaczenie nieruchomości, której uwaga dotyczy, w nieprzekraczalnym terminie do dnia **23.12.2020 r. (włącznie)**.

Organem właściwym do rozpatrzenia uwag jest Wójt Gminy Mały Płock.

Informacja dotycząca przetwarzania danych osobowych w toku sporządzenia projektu studium uwarunkowań i kierunków zagospodarowania przestrzennego:

- 1) Administratorem Pani/Pana danych osobowych jest **Wójt Gminy Mały Płock**, ul. Jana Kochanowskiego 15, 18-516 Mały Płock, tel. 86 279 13 12, e-mail: ugmplock@malyplock.pl.
- 2) Dane osobowe podane przez Panią/Pana będą przetwarzane w związku z wypełnieniem obowiązku prawnego ciążącego na administratorze (art. 6 ust. 1 lit. c RODO) oraz na podstawie zgody osoby, której dane będą przetwarzane (art. 6 ust. 1 lit. a RODO) w zakresie np. nr telefonu, w celu realizacji procedury zmiany studium uwarunkowań i kierunków zagospodarowania przestrzennego gminy Mały Płock.
- 3) Posiada Pani/Pan prawo do żądania od administratora dostępu do danych osobowych (jeżeli dane nie zostały bezpośrednio zebrane od Pani/Pana – wszelkie dostępne informacje o ich źródle, jeżeli nie wpływa na ochronę praw i wolności osoby, od której dane te pozyskano), ich sprostowania, usunięcia lub ograniczenia przetwarzania (wystąpienie z żądaniem ograniczenia przetwarzania nie wpływa na przebieg i wynik postępowań dotyczących sporządzania aktów planistycznych), w przypadkach określonych w przepisach RODO.
- 4) Dane osobowe w zakresie numeru telefonu przetwarzane są na podstawie zgody. Przysługuje Pani/Panu prawo do cofnięcia zgody w zakresie przetwarzania tych danych w dowolnym momencie bez wpływu na zgodność z prawem przetwarzania, którego dokonano na podstawie zgody przed jej cofnięciem.
- 5) Pełną informację dotyczącą przetwarzania danych osobowych można znaleźć na stronie www.malyplock.pl w zakładce ochrona danych osobowych lub w siedzibie Administratora.

OGŁOSZENIE

Burmistrz Miasta Zambrów ogłasza przetarg ustny nieograniczony Wyciąg z ogłoszenia o przetargu

Na sprzedaż niezabudowanej nieruchomości stanowiącej własność Miasta Zambrów oznaczonej w operacie ewidencji gruntów działką nr 512 o powierzchni 0,0421 ha położonej w Zambrowie przy ul. Wilsona. Nieruchomość posiada urządzoną księgę wieczystą LM1Z/00000334/1.

Dział III oraz IV księgi wieczystej LM1Z/00000334/1 wolne są od wpisów.

Na nieruchomość będącą przedmiotem przetargu zawarta jest od dnia 1 kwietnia 2015 roku umowa dzierżawy w celu poprawy warunków zagospodarowania sąsiedniej działki zabudowanej budynkiem mieszkalnym.

Dla nieruchomości będącej przedmiotem przetargu brak jest miejscowego planu zagospodarowania przestrzennego i nie było wydawanej decyzji o warunkach zabudowy.

Cena wywoławcza – 78.702,00 zł.

Wadium (wpłacone w pieniądzu) – 8.000,00 zł.

Zaoferowana w przetargu cena przedmiotowej nieruchomości zwolniona jest z podatku VAT na podstawie art. 43 ust. 1 pkt 9 ustawy o podatku od towarów i usług.

Przetarg odbędzie się w dniu 27 listopada 2020 roku o godz. 10⁰⁰ pokój nr 214 Urzędu Miasta Zambrów przy ulicy Fabrycznej 3.

Ogłoszenie o przetargu podaje się do publicznej wiadomości poprzez wywieszenie na tablicach ogłoszeń Urzędu Miasta Zambrów.

Ogłoszenie o przetargu dostępne są na stronie internetowej Urzędu Miasta Zambrów www.zambrow.pl oraz Biuletynie Informacji Publicznej <http://um.zambrow.bip-gov.info.pl> lub w pokoju nr 211 tut. Urzędu.

Blizszych informacji można zasięgać w Urzędzie Miasta Zambrów ul. Fabryczna 3 pokój nr 211 lub telefonicznie (086) 271 – 22-10 w. 32.

**Zamawiaj więcej
płacąc mniej!**

teraz pakiety promocyjne
dla wszystkich formatów odbitek

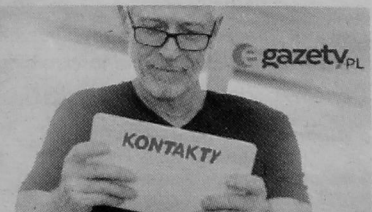
zdjęcia 10x15 już od **0,49zł**

foto gabe LOMZA, STARY RYNEK 16 Kodak Express LOMZA, DMOWSKIEGO 18 Kodak Solutions

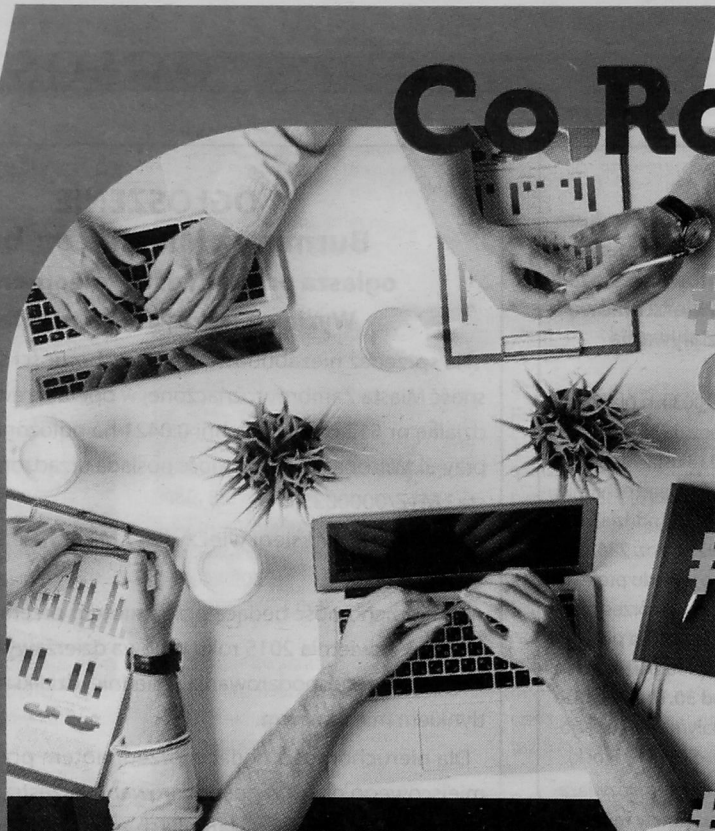
e-kontakty

wydanie elektroniczne
z wydaniem papierowym na:

www.egazety.pl



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 1200 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



Wyrok 2 lat więzienia dla byłej głównej księgowej Spółdzielni Mieszkaniowej w Ciechanowcu, która wyprowadziła z jej kasy ponad 1 mln zł, utrzymał w mocy Sąd Apelacyjny w Białymstoku.

Od wyroku Sądu Okręgowego w Łomży odwołała się księgowa. Jej obrońca podnosił w apelacji, że Sąd pierwszej instancji nie uwzględnił wielu okoliczności łagodzących, w konsekwencji czego kara 2 lat pozbawienia wolności jest rażąco nadmierne surowa. Domagał się jej złagodzenia do 1 roku z warunkowym zawiesz-

niem na 3 lat. Sąd Apelacyjny wykaż, że Sąd Okręgowy uwzględnił wszystkie istniejące w sprawie okoliczności łagodzące, czyli fakt uprzedniej niekaralności księgowej, przyznanie się przez nią do winy oraz częściowe naprawienie szkody. Ale musiał też wziąć pod uwagę okoliczności obciążające, w tym długi okres przestępczej działalności, sposób jej działania i wyrządzenie szkody majątkowej w wielkim rozmiarze. Także to, że jako główna księgowa cieszyła się dużym zaufaniem, które wykorzystała do osobistych, przestępnych celów. Fot. pixabay

Zabójstwo w Białaszewie

Ciało mieszkańca (55 lat) Białaszewa z gminy Grajewo znalezione zostało w jego mieszkaniu. Bez wątplenia śledczych, został zamordowany. Jak informuje Prokurator Rejonowy w Grajewie Bogusław Dereszewski, wytypowany został podejrzany. To, jak nieoficjalnie się dowiedzieliśmy, mężczyzna mieszkający niedaleko Białaszawa, który podobno wcześniej groził zabitemu pobiciem. Został zatrzymany do wszczętego przez Prokuraturę w Grajewie śledztwa.

Okrutna opiekunka skazana!

Rodzina dała w internecie ogłoszenie o poszukiwaniu stałej opiekunki nad seniorką (80 lat) po poważnej operacji, z paralizem lewej połowy ciała. Przyjęte zostały dwie opiekunki, które pracowały w cyklach tygodniowych. Któregoś dnia jedna z nich zastała poturbowaną staruszkę, o czym poinformowała rodzinę. Rodzina zawiadomiła pogotowie i policję. Jak wynikało z opinii biegłego, obrażenia były poważne: dwumiejscowe złamanie ręki, rany klute zadane nieustalonym narzędziem, siniaki na całym ciele. Finałem sprawy jest wyrok Sądu Rejonowego w Białymstoku, który zgodnie z aktem oskarżenia, wniesionym przez prokuraturę, uznał okrutną opiekun-

kę za winną i skazał ją na osiem miesięcy więzienia bez zawieszenia oraz zapłatę 10 tys. zł nawiazki. Kluczowe były zeznania staruszki, która wiedziała, kto ją pobił.

Szpital z niedoświadczenia?

Kierująca oplem astrą dziewczyna (19 lat) trafiła do szpitala po tym, jak doprowadziła do zderzenia z ranaul, wyjeżdżając z podporządkowanej ul. Kazańskiej na ul. Piłsudskiego w Łomży.

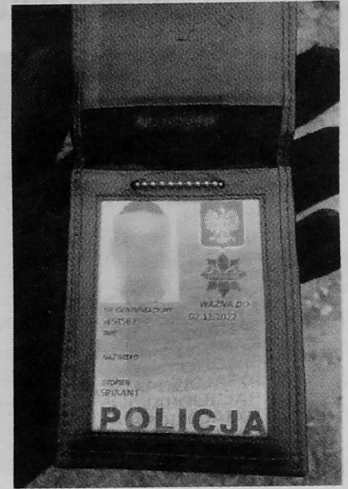
Na Podkarpaciu na piechotę?

Około 1,3 promila „wydmuchal” kierowca seata z Przeworska (Podkarpacie), który wczoraj wjechał w ogrodzenie przed domem na ul. Wojska Polskiego w Łomży, zniszczył skrzynkę gazową i ostatecznie zatrzymał się w... altance. Noc spędził w policyjnym areszcie, seat trafił na parking. Kierowca bez prawa jazdy, które stracił „od ręki”, do domu na drugi koniec Polski już nim nie wróci.

„Zaradny” małałat

70 gramów marihuany i 180 paczek papierosów z przemytu znaleźli łomżyńscy policjanci w mieszkaniu, które zajmował szesnastolatek. Ilości wskazują, że miał je na handel. Zarobił zarzut, po którym stanie przed sądem rodzinnym.

Grał przed żoną policjanta



Falszywki, by udawać przed rodziną policjanta

Kilka lat wmawiał żonie, że jest policjantem. Prawda wyszła na jaw, gdy podczas domowej awantury do jego mieszkania w gminie Juchnowiec Kościelny przyjechali prawdziwi policjanci. Od zgłaszającej interwencję żony usłyszeli wówczas, że jej awanturowany się mąż też jest policjantem. Szybko okazało się, że od początku ich znajomości przez kilka lat mówił żonie i jej rodzi-

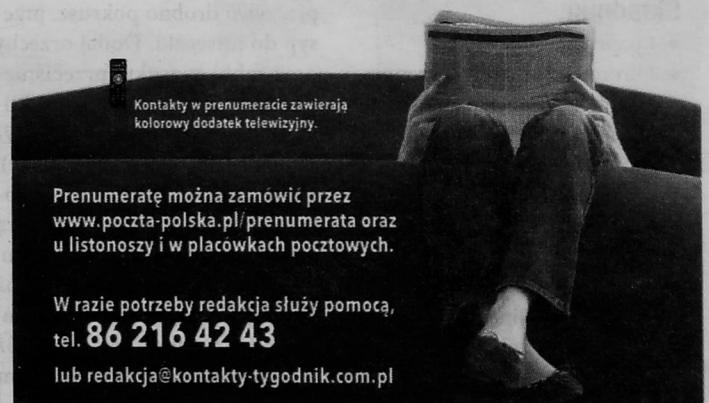
nie, że jest policjantem. Pokazywał im nawet legitymację służbową i tzw. policyjną „blachę”. Teraz okazało się, że legitymację podrobił sam, a „blachę” kupił w internecie. Został zatrzymany z fałszywymi dokumentami. Usłyszał zarzut nie tylko znęcania się nad żoną, ale także podrabiania, fałszowania i posługiwania się dokumentami. A za to w sumie grozi już niemała kara.

„Kontakty” wprost do domu!

Zaprenumeruj „Kontakty” na pocście albo u listonosza, a co czwartek otrzymasz je prosto do domu lub do swojej skrzynki pocztowej!

W prenumeracie taniej (porównaj z ceną w nawiasie):

- 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)



Prenumeratę można zamówić przez www.poczta-polska.pl/prenumerata oraz u listonoszy i w placówkach pocztowych.

W razie potrzeby redakcja służy pomocą, tel. **86 216 42 43**

lub redakcja@kontakty-tygodnik.com.pl

Poradnia psychologa

Jestem bardzo zazdrosny!



Fot. pixabay

Spotkałem miłość mojego życia. Zależy mi na niej bardzo. Ale powiedziała mi, że jestem za bardzo zaborczy. I chyba ma rację, nigdy nie byłem o nikogo tak zazdrosny. Czuję, że to jest nienormalne, ale nie potrafię się wyzbyć tej zazdrości. Choć widzę, że psuje między nami.

Michał

Zazdrość jest naturalną konsekwencją silnych związków między ludźmi. „Naturalną” to znaczy, że bardzo wielu mężczyzn i bardzo wiele kobiet jest zazdrosna o tych, z którymi się związały.

W samej tej zazdrości nawet nie ma nic złego. Niestety, zazdrość jako uczucie może być motorem różnych zachowań. Może pchać do dbania o partnera, troszczenia się o to, aby

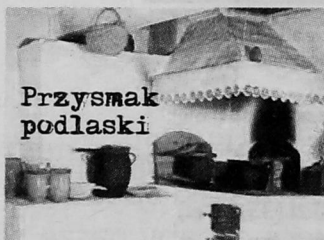
nas cenil, kochał, aby mu na nas zależało. Ale zazdrość może też pchać do ograniczania partnera, redukowania jego związków ze światem, odcinania go od innych ludzi, kontaktów społecznych itp.

Na szczęście, mamy wybór.

Jeśli zazdrość pcha Pana do ograniczania partnerki, robienia jej scen, zmuszania do redukowania jej kontaktów, istnieje duże ryzyko, że zazdrość zniszczy wasz związek.

Jeśli jednak zazdrość przetwarza się bardziej w to, aby była z Panem jak najbardziej szczęśliwa, widziała w Panu kogoś wartościowego, czuła się w związku bezpiecznie, taka zazdrość wam się przysłuży.

DR MARCIN FLORKOWSKI
PSYCHOLOG



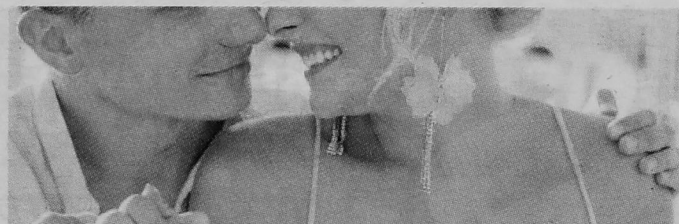
Przysmak podlaski

Gruzińskie roladki

Składniki:

- 4 papryki czerwone
- 2 kromki czerstwego pszennego chleba lub 1 mała bułeczka
- 1 szklanka mielonych orzechów włoskich
- 2 ząbki czosnku
- 1 łyżeczka mielonej kolendry
- 1 łyżeczka mielonej kozieradki
- 1 łyżka z octu winnego czerwonego wina
- 1/2 pęczka świeżej kolendry
- oliwa
- sól, pieprz

Paprykę opłucz, wytrzyj, do sucha, posmaruj cienko oliwą i ułóż na blasze. Wstaw do piekarnika rozgrzanego do temp. 200 °C. Piecz 20 minut, często obracając. Upieczone papryki wyjmij, przykryj folią aluminiową. Po 20 minutach wyjmij papryki z folii, obierz ze skórki, oczyść z nasion, każdą pokrój na 4 części. Czerstwe pieczywo drobno pokrusz, przesymp do miseczki. Dodaj orzechy oraz ząbki czosnku, przeciśnięte przez praskę. Domieszaj kilka łyżek gorącej wody (do uzyskania gęstej, lepiałej się masy). Całość przypraw do smaku solą, pieprzem, mieloną kolendrą oraz kozieradką i octem winnym. Na każdej częście papryki połóż 1 łyżkę masy orzechowej i zwiń, formując zgrabne roladki. Ułóż je na półmisku. Przed podaniem udekoruj listkami kolendry.



Pytanie intymne

Mam satysfakcjonujące życie erotyczne, choć nie zawsze osiągam orgazm. Bywa, że mąż jest już po wszystkim, a ja zatrzymałam się w pół drogi. Nie mówię mu wtedy o tym. Cieszę się, że jest mu dobrze. Ale zastanawiam się, czy są jakieś sposoby, żeby przedłużyć stosunek?

Hanna

Udany seks to niekoniecznie za każdym razem orgazm. Ale jest pięknym dopełnieniem i można go osiągnąć. Pierwsza rzecz, aby kobieta zdążyła osiągnąć rozkosz, to gra wstępna. Mężczyzna może tak długo pieścić kobietę, że samo w nią wejście nastąpi na chwilę przed orgazmem. A ta chwila może być taka, w jakiej dochodzi mężczyzna. Poza tym są sposoby na przedłużenie stosunku. Mężczyzna może nauczyć się panować nad wytryskiem. Sposób pierw-

szy: gdy czuje, że zbliża się wytrysk, powinien wykonać 3 – 5 skurczów identycznych do tych, jakie powodują przerwanie oddawania moczu. Można to przeciwyczyć samemu właśnie w czasie siusiania. Drugi sposób wymaga wspólnego treningu. W czasie czułych pieszczot, trzeba obserwować reakcję członka. Gdy widać, że jest mocno pobudzony i za moment nastąpi wytrysk, przerwać pieszczoty. Tylko na chwilę, aby nie dopuścić do zupełnego zniknięcia podniecenia. Ćwiczenie nie jest trudne, a pomaga mężczyźnie w przedłużeniu stosunku i panowaniu nad wytryskiem. I jeszcze jeden prosty sposób: gdy mężczyzna przyspiesza i widać, że zbliża się do własnego orgazmu, można wtedy rozchylić uda. Zmaleje wówczas napięcie mięśni kobiety, stanie się „luźniejsza” i na chwilę opadnie także napięcie seksualne mężczyzny.

Lekarz domowy

Nie wiem, od czego czasami mam biegunkę. Czy można jakoś zaradzić domowymi sposobami?

Michał

Biegunka najczęściej jest objawem zakażenia przewodu pokarmowego. Może być także reakcją na zatrucie (grzybami, jadem kiełbasianym), leki, silne zdenerwowanie, alkohol. Skutecznym i popularnym domowym środkiem jest siemię lniane. Działa osłono-

wo i stabilizująco. Siemię (2 duże łyżki) trzeba ugotować w pół litrze wody. Zawiesinę, przypominającą kisiel (po odcedzeniu rozgotowanych ziaren), spożywać dwa razy dziennie. Bardzo skuteczne są czarne jagody (świeże, suszone, jagodowe nalewki) oraz ugotowana w małej ilości wody i zmiksowana marchew. Gdy biegunka powtarza się często albo występuje dłużej, konieczny jest kontakt z lekarzem.

Pod paragrafem

Jakie trzeba spełnić warunki, by uniknąć płacenia podatku od spadku i darowizny?

Mirosław

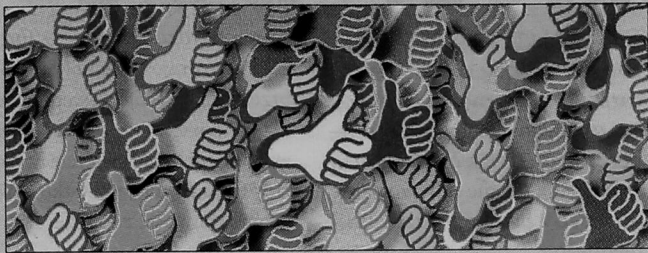
Ze zwolnienia podatkowego przy spadku i darowiznie może skorzystać tylko najbliższa rodzina. Nie ma znaczenia, czy spadek lub darowizna dotyczą mieszkania, ziemi, dworu, jachtu, samochodu, samolotu, kolekcji biżuterii, monet lub futra. Trzeba tylko pamiętać, że określenie „najbliższa rodzina” oznacza żonę (lub męża), rodziców, dziadków, dzieci, wnuków, pasierbów, ojczyma, macochę oraz rodzeństwo. Przy spadku lub darowiznie od cioci, wujka,

kuzyna, teścia i teściowej, zięcia i synowej nie ma zwolnień od podatku.

Gdy spadek lub darowizna mają być zwolnione od podatku, trzeba je zgłosić (są specjalne formularze) naczelnikowi urzędu skarbowego w swoim miejscu zamieszkania. Brak zgłoszenia jest równy z brakiem zwolnienia. Obowiązek zgłoszenia dotyczy spadków i darowizn, których wartość przekracza 9 637 zł od jednej osoby w ostatnich 5 latach (spadek i darowizny kumulują się w takim okresie).

Nie trzeba składać w urzędzie skarbowym formularza, gdy spadek lub darowizna zostały przekazane aktem notarialnym. Informację tę przekaże notariusz.

Czy potrafisz zmierzyć się z kłopotami?



1. **Uważasz się za twardziela?**
 - a) nie – 1
 - b) trudno powiedzieć – 3
 - c) tak – 5
 2. **Gdy ktoś mówi „nie”, to:**
 - a) znaczy, że „nie” – 1
 - b) denerwuję się – 3
 - c) robię wszystko, by powiedział „tak” – 5
 3. **Czy jesteś pewna/y siebie?**
 - a) nie – 1
 - b) czasami – 3
 - c) zazwyczaj tak – 5
 4. **Czy mimo zmęczenia starasz się kończyć rozpoczętą pracę?**
 - a) nie – 1
 - b) zależy od sytuacji – 3
 - c) tak – 5
 5. **Czy potrafisz zrobić krok w tył, by potem zrobić dwa kroki do przodu?**
 - a) nie – 1
 - b) trudno powiedzieć – 3
 - c) tak – 5
 6. **Czy zdarza się, że dajesz za wygraną?**
 - a) często – 1
 - b) czasami – 3
 - c) nigdy – 5
 7. **Jak często tracisz nadzieję?**
 - a) często – 1
 - b) czasami – 3
 - c) nigdy – 5
 8. **Twoim życiem kieruje:**
 - a) ślepy los – 1
 - b) ja sam, ale i przypadek – 3
 - c) ja sam – 5
 9. **Jak często bywasz oszukana/y?**
 - a) często – 1
 - b) czasami – 3
 - c) bardzo rzadko lub nigdy – 5
 10. **Czy bywają takie dni, że nic Ci się nie chce?**
 - a) tak i to często – 1
 - b) tak, ale rzadko – 3
 - c) nigdy – 5
- Masz 10 – 22 punkty:** nawet najdrobniejsze problemy powodują, że tracisz chęć do ży-

cia. Wystarczy, że na drodze do celu wyrośnie mała przeszkoda, a w Twoich oczach urasta ona do monstrualnych rozmiarów. Większość ludzi pokonałaby ją szybko i bezboleśnie, a Ty dajesz za wygraną. W swoim życiu rozpoczynając/łaś wiele spraw, a skończyłaś/łaś niewiele i tylko dlatego, że w tych przypadkach wszystko szło jak po maśle. Na razie nie umiesz zmierzyć się z życiowymi problemami, bo brakuje Ci przede wszystkim wiary w siebie. Niepotrzebnie, gdyż masz możliwości, jak każdy inny. **Masz 23 – 37 punktów:** małe problemy nie spędzają Ci snu z powiek, ale większe powodują, że Twój zapal do danej sprawy opada i czasami odkładasz wszystko na później. Nawet w Twoim mieszkaniu jest wiele rzeczy, które przypominają Ci, że czegoś nie skończyłaś/łaś. Bywa, że musi minąć wiele miesięcy, a nieraz i lat, abyś doprowadziła/a do końca swoje zamierzenia. Kryje się często za tym zwykłe... lenistwo! Problemy często nie są prawdziwe, lecz wymyślone przez Ciebie dla samousprawiedliwienia. **Masz 38 – 50 punktów:** nawet, gdyby na drodze do sukcesu piętrzyły się problemy i niedogodności, to do miejsca, które sobie wyznaczyłaś/łaś dojdiesz choćby po trupach. Czasami jednak przegrywasz, bo sytuacja Cię przerosła albo inni byli od Ciebie sprytniejsi. Mimo to nie możesz sobie nic zarzucić, bo zawsze walczysz ze wszystkich sił do końca. Jednocześnie rozumiesz, że nie zawsze można wygrywać. Zdasz sobie sprawę, że mogą stać przed Tobą problemy, ale nie zniechęca Cię to, bo wiesz, że nie ma nic za darmo.



Do kancelarii premiera przychodzi na rozmowę kwalifikacyjną młody człowiek. Kadrowiec pyta:
– Tak szczerze, to co pan umie?
– Tak szczerze, to nic.
– Hm, jeśli chodzi o ten zakres kwalifikacji, to wszystkie stanowiska mamy, niestety, obsadzone.

Podczas wizyty w szpitalu psychiatrycznym prezydent pyta ordynatora, jakie kryteria stosują, aby zdecydować, czy ktoś powinien zostać zamknięty w zakładzie, czy nie.

– Napelniamy wannę, a potem dajemy człowiekowi łyżeczkę do herbaty, kubek i wiadro i prosimy, aby opróżnił wannę – odpowiada ordynator.

– Aha, rozumiem. Normalny użyje wiadra, bo jest większe, niż łyżeczka lub kubek.

– Nie. Normalny wyjąłby korek. Chce pan pokój z widokiem, czy bez? – pyta ordynator.

Po długim śledztwie pod osobistym nadzorem prokuratora ge-

neralnego Zbigniewa Ziobry, Izba Dyscyplinarna Sądu Najwyższego ostatecznie skazała adwokata Romana Giertycha na zaledwie 10 lat zakazu wykonywania zawodu za oszustwa o wielkiej skali. Jako okoliczność łagodzącą Izba Dyscyplinarna uwzględniła fakt, że to jednak nie on dokonał oszustw.

Na lekcji religii ksiądz prosi, aby dzieci narysowały aniołka. Wszystkie dzieci rysują aniołki z dwoma skrzydełkami, a Jasio narysował z trzema.

– Jasiu, czy widziałeś kiedyś aniołka z trzema, a nie dwoma skrzydełkami? – pyta ksiądz.

– Nie. A ksiądz widział z dwoma?

Przychodzi baba do lekarza i mówi:

– Panie doktorze, bardzo swędzi mnie między palcami u nóg.

– Między którymi?

– Między dużymi.

– Panie doktorze, czy operacja się udała?

– Tak. Jest pan od wczoraj w 100 procentach kobietą.

– Ale ja miałem mieć usunięty wyrostek robaczkowy!

– No masz! Babie to nigdy nie do-godzisz!

– Podobno bardzo nieładnie prze-klinasz w piaskownicy – mówi babcia do wnuczka.

– To nieprawda, a kto tak babci powiedział?

– Ptaszki mi wyćwierkały.

– A ja te kur...y chlebkiem kar-milam!

Kiedy to wszystko się skończy, będziemy musieli nosić maseczki w taki sposób przez następne 2 miesiące, aby nasze uszy odzyskały swój dawny stan:



Tu warto być

Białystok

Teatr Dramatyczny im. Aleksandra Węgierki (ul. Elektryczna 12, tel. 85 74 99 184, 85 74 99 185):

■ „Treny” (spektakl na podstawie poezji Jana Kochanowskiego) w reżyserii Grzegorza Suskiego. Wrażliwość i talent zespołu, połączone z kunsztowną poezją renesansową to nici, z których przędzie się wyjątkowa, nigdy niekończąca się historia, w której każdy odnajdzie coś dla siebie; sobota, 24 października, godz. 20.00. **Z ostatniej chwili:** spektakl z powodu zakażenia aktorów odwołany.

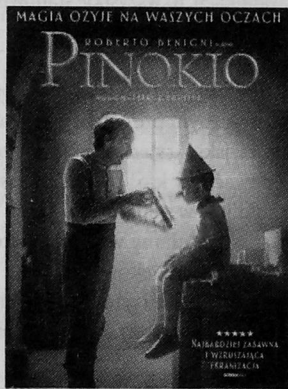
Łomża

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

■ Koncert „Klasycznie i filmowo” w wykonaniu orkiestry Filharmonii pod gościnną batutą Giancarlo de Lorenzo (Włochy) oraz solistami na klarnetach Romanem Widaszkim i Agnieszką Natanek Centrum Kultury przy Szkołach Katolickich, ul. Sadowa 12); czwartek, 29 października, godz. 18.30.

Repertuar kin:

■ **Kino „Relax” Grajewo:** 24 – 25 października – „Mulan”, godz. 16.30 oraz „25 lat niewinności. Sprawa Tomka Komendy”, godz. 19.00. **Kino „Wrzos” Kolno: nieczynne.** **Kino „Wars” Wysokie Mazowieckie:** 23 października – „Jak zostać gwiazdą”, godz. 17.200 oraz „Skandal. Ewenement Molesty”, godz. 20.00; 24 października – „Solan i Ludwik. Misja Księżyc”, godz. 14.00 oraz „Skandal. Ewenement Molesty”, godz. 17.00 i „Jak zostać gwiazdą”, godz. 20.00; 25 października – „Solan i Ludwik. Misja Księżyc”, godz. 14.00 oraz „Jak zostać gwiazdą”, godz. 17.200 oraz „Skandal. Ewenement Molesty”, godz. 20.00. **Kino MOK Zambrów:** 23 – 29 października – „Pinokio”, godz. 14.30 oraz „Czyścić”, godz. 17.00 i „Jak zostać gwiazdą”, godz. 19.00.



Łomżyńska recepta na kulturę

Wirtualna działalność łomżyńskiego Miejskiego Domu Kultury w okresie kwarantanny zaprezentowana została na Ogólnopolskiej Giełdzie Pomysłów wśród 30 wybranych z całego kraju, jako jedynej instytucji kultury z województwa podlaskiego.

– Spotkanie ludzi kultury w cieniu pandemii również dawało wiele inspiracji. Najciekawszą wydał mi się „Wideopamiętnik z czasów kwarantanny” Fundacji Inicjatyw Twórczych Fordewind, jedno z działań łączących wiele sposobów komunikacji online, budowanie związków, społeczności, wreszcie współtworzenie jednego dzieła – mówi dyrektor MDK-DŚT Krzysztof Zemło.

Czym nasza instytucja kultury zażyła na zauważenie i docenienie?

Po „pandemicznym” zawieszaniu imprez i edukacji kulturalnej, instruktorzy przez 61 dni codziennie przedstawiali wyselekcjonowane propozycje najbardziej wartościowych wydarzeń kulturalnych w sieci



Dyrektor Krzysztof Zemło

pod hasłem „Pełna kultura w domu”. Wernisaże, warsztaty i zajęcia były realizowane online. Instruktorzy nagrywali filmy z zajęciami, a uczestnicy zajęć przygotowywali nagrania wideo swoich osiągnięć i dzielił się nimi w mediach społecznościowych. Wirtualnie spotykali się jurorzy konkursu poetyckiego i online odbywało się jego rozstrzygnięcie.

„Pełna kultura w domu” dotarła do 95 509 odbiorców.

HOROSKOP

BARAN (21 III – 20 IV): pohamuj swą przekorę i poddaj się wydarzeniom. Los chce Ci przekazać coś ważnego. Nie bądź ślepcem, nie chwytaj go jak cma promień światła, ale też nie odwracaj się od niego z przekory i założonej nieufności.

BYK (21 IV – 20 V): słuchaj uważnie, wnikliwie czytaj to, co Ciebie dotyczy i tym razem unikaj kompromisów w obliczu dość ważnej decyzji. Tylko cierpliwość, rozsądek, kierowanie się własnym zdaniem, opanowanie emocji i głos intuicji pozwolą dokonać właściwego wyboru.

BLIŹNIĘTA (21 V – 21 VI): obawa przed zmianami, odwlekanie decyzji, może spowodować, że czekać Cię będzie żmudne odrabianie zaległości. Musisz przełamać lęk przed nowym, który opanował Cię od pewnego czasu.

RAK (22 VI – 22 VII): spłynie na Ciebie nastrój, który sprawi, że wyda Ci się, iż możesz sięgnąć po wszystko, czego zapragniesz. Ale pamiętaj, że przy puszczonej samopas emocjach, łatwo rozmięnie złoto na błyskotki.

LEW (23 VII – 23 VIII): podejmij możliwości, które masz przed sobą i nie bój się zmian. Skoncentruj się i zacznij wykorzystywać wiedzę i umiejętności. Obudzi się w Tobie twórczy potencjał, ale tylko od Ciebie zależy, czy go nie zmarnujesz.

PANNA (24 VIII – 22 IX): ktoś, kto będzie Cię chciał wykorzystać, ale masz szansę w porę to dostrzec. Nie odgradzaj się jednak od innych nieufnością. Pojawią się przed Tobą nowe „drzwi”. Tylko od Ciebie zależy, czy je otworzysz i przejdziesz w nowe, które za nimi czeka.

WAGA (23 IX – 23 X): uświadomiasz sobie,

że nie bardzo rozumiesz ludzi. A czy rozumiesz siebie? Spróbuj, przeanalizuj swoje postępowanie. Da Ci to większy wgląd nie tylko w swoje życie, ale i w życie innych. Gdy to Ci się uda, wszystko wokół Ciebie stanie się prostsze.

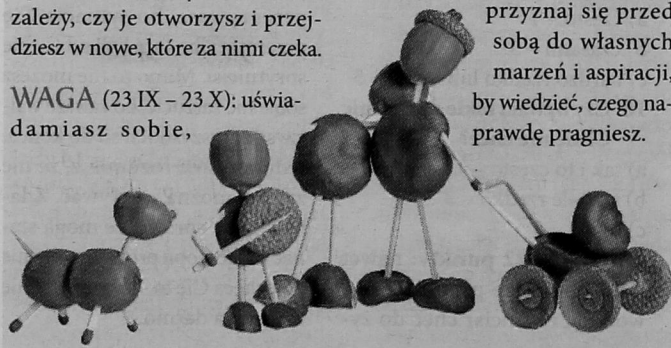
SKORPION (24 X – 22 XI): pokonasz wszystkie zawirowania, jeśli bardziej otworzysz się na ludzi. Przemyśl czasem dwa razy sprawę, zanim coś powiesz, bo może to oddalać Twoje pragnienia, a czasu coraz mniej, by je odkładać.

STRZELEC (23 XI – 21 XII): przed Tobą tydzień niezwykle intensywny. Postaraj się uzbroid w cierpliwość. Wszystko dzieje się dokładnie tak, jak powinno i nie sie ze sobą pewne lekcje, z których możesz skorzystać.

KOZIOROŻEC (22 XII – 20 I): uświadom sobie, w jakich tkwisz schematach i barierach. Gdy zaczniesz je przełamywać, coś w Twoim życiu ulegnie zburzeniu. Jeśli się nie wystraszysz, możesz zbudować coś znacznie silniejszego. Otworzy to przed Tobą nowe możliwości.

WODNIK (21 I – 19 II): uporządkuj nagromadzone myśli. Nie bierz na siebie zbyt wiele. Posłuchaj głosu intuicji, która pomoże Ci dokonać właściwego wyboru. Pamiętaj, że nie jesteś w stanie pomóc wszystkim, zacznij od siebie.

RYBY (20 II – 20 III): czas, w którym wszystko jest możliwe. Także uwolnienie z czegoś, w co zbyt daleko zabrnęło. Zaczniesz budować niektóre rzeczy od początku. Nie bój się wyrażać siebie, przyznaj się przed sobą do własnych marzeń i aspiracji, by wiedzieć, czego naprawdę pragniesz.



Zamknięte pływalnie

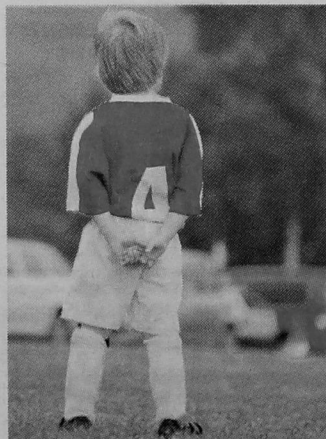
Do odwołania nieczynne będą Park Wodny (ul. Wyszyńskiego) i Pływalnię (ul. Niemcewicza) w Łomży. To skutek nowych obostrzeń od dnia 17 października, w wyniku których pływalnie w Polsce zostały zamknięte, a wydarzenia sportowe mogą się odbywać bez udziału publiczności. Z tego samego powodu nieczynne są pływalnie Delfin w Zambrowie, miejskie w Kolnie, Wysokiem Mazowieckiem i Grajewie.

Skrzaty potęgą tenisową Łomży

Bartek Biedrzycki wygrał Mistrzostwa Województwa Podlaskiego Skrzatów w Tenisie. Młody tenisista UKS Return Łomża zmierzył się w finale z klubowym kolegą Szymonem Klewickim. Trenerem chłopców jest Tomasz Waldziński.

GKS 1984 Rutki zaprasza dzieci

„Jeśli twoje dziecko lubi grać w piłkę nożną i sport ten sprawia mu radość, to zapisz je do drużyny GKS 1984 Rutki, gdzie zajęcia prowadzą wykwalifikowani trenerzy”, zachęca Dom Kultury w Rutkach, ogłaszając nabór do dziecięcych drużyn piłkarskich GKS 1984. Zajęcia prowadzi trener Andrzej Modzelewski i jego asystent Paweł Staniszewski. Młodzi piłkarze zostaną podzieleni na dwie kategorie wiekowe: rocznik 2008 i młodsi oraz rocznik 2010 i młodsi. Treningi odbywają się we wtorki i czwartki na obiektach sportowych Szkoły Podstawowej w Rutkach. Szczegółowe informacje: Paweł Staniszewski, tel. 509 968 049.



Kimchi, to najpopularniejsza koreańska potrawa, która znajduje się w rankingu najzdrowszych dań świata i na liście światowego dziedzictwa UNESCO. W Polsce głównym jej składnikiem może być czerwona kapusta. Należy ją zakisić, gdyż podczas kiszenia rośnie liczba szczepów probiotycznych, bakterii octowych i polifenoli, które poprawiają odporność, walczą z otyłością, cukrzycą i nowotworami. Ukiszona kapusta ma też więcej witamin A, B, C, B2 i PP.

Składniki kimchi: 1–2 główki czerwonej kapusty, 30 dag małych ryb (stynek, płotek lub uklei), główka czosnku, 200 ml oleju słonecznikowego tłoczonego na zimno, 4 łyżki mąki gryczanej, 2 łyżki miodu gryczanego, 3 łyżki czarnego pieprzu, 1 łyżka ziela angielskiego, 1 łyżka kminku, 1 gwiazdka anyżu, 0,5 kg soli.

Jak przyrządzić kimci? Ryby rozłożyć na blasze wyłożonej papierem do pieczenia. Piec 30 min w temp. 100°C, zmniejszyć temperaturę do 80°C i piec dalej 30 minut. W tym czasie przygotować solankę: zagotować ok. 2 litrów wody i wsypać 0,5 kg soli. Wlać roztwór do 3 litrów wody. Wyciąć głąb z kapusty i liście pokroić w poprzek na kawałki wielko-

„Boża apteka” wzmocni organizm



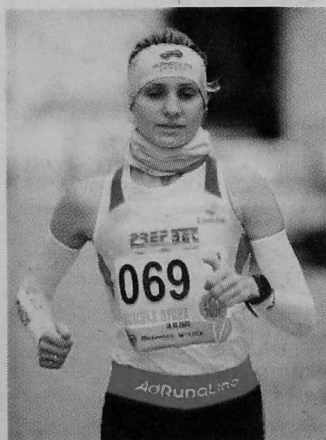
Kiszonką z kapusty w choróbska!

ści paczki do zapalek. Wrzucić do garnka z solanką przynajmniej na godzinę. Zmiksować przyprawę blenderem na wysokich obrotach. Dodać wodę, mąkę, obrany czosnek i miksować 3 minuty bez podgrzewania. Wyplukać kapustę 2–3 razy, aby pozbyć się całej soli. Wkładać po 3 liście z wysuszonymi rybami i przelewać uzyskanym płynem. Na koniec zalać wszystkim olejem i włożyć do garnka, przykryć i zostawić w tempe-

raturze pokojowej na 24 godziny. W tym czasie zacznie się fermentacja. Masa może podnieść się do góry, więc garnek musi być odpowiednio większy. Po dobie wstawić garnek do lodówki na 3–4 doby. Potem przełożyć w słoiki, zakręcić i trzymać w lodówce. Odkręcać słoiki codziennie przez pierwszy tydzień. Po zakręceniu wstrząsać nim energicznie. Spożywać po 3–6 tygodniach jako dodatek do różnych potraw.



Podwójne zwycięstwa Justyny Korytkowskiej



Najpierw zwyciężyła w VII Biegu Siedmiu Róż w Czerwoncu koło Różana, pokonując dystans 10 km w 37.41sek. Następnie lekkoatletka „Prefbetu Śniadowo” zajęła drugie miejsce w XII memoriale Wołńskiego w Skarżysku Kamiennej. Trasa liczyła 10 km, a naszą biegaczką do zwyciężczyni Sabiny Jarząbek



(KKL Kielce) straciła około 20 sekund, uzyskując wynik 36.49 sek. Następnego dnia wygrała IX Tumską Dychę (bieg na 10 km).

U Justyny, jedenastokrotnej medalistki Mistrzostw Polski w biegach na 3 000 m z przeszkodami i 10 000 m, prawie dwa lata temu lekarze zdiagnozowali nowotwór.



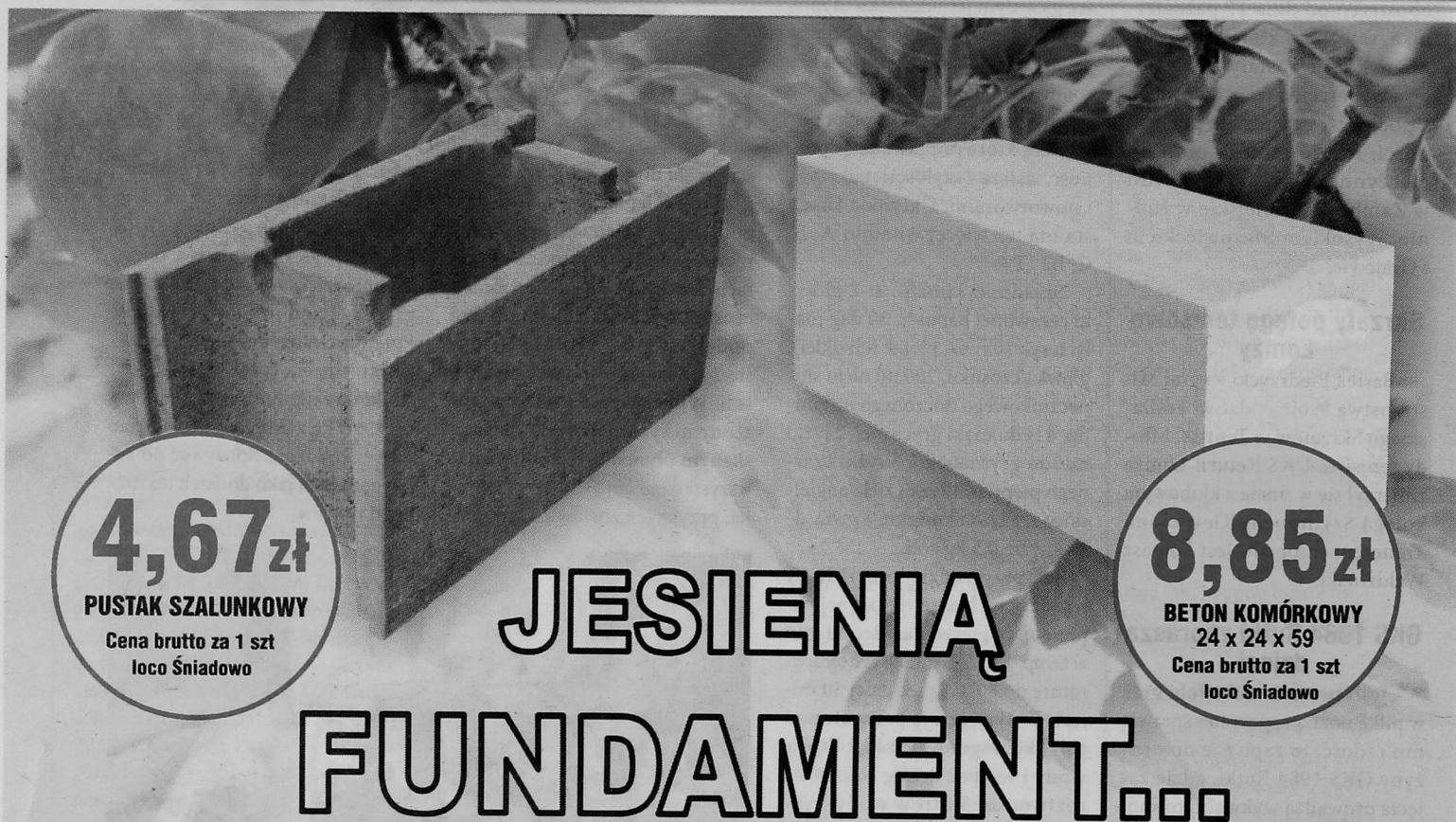
Po operacji i leczeniu wróciła do treningów i startów. Wykazując niezwykle hart ducha, odnosząc zwycięstwa na trasach biegowych i nad chorobą, która w wielu pokonuje wolę walki o normalne życie. Dlatego każde zwycięstwo Justyny Korytkowskiej jest, uważamy, podwójne!

PREFBET

ŚNIADOWO

PPB „PREFBET” Spółka z o.o.

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



4,67zł

PUSTAK SZALUNKOWY

Cena brutto za 1 szt
loco Śniadowo

8,85zł

BETON KOMÓRKOWY

24 x 24 x 59

Cena brutto za 1 szt
loco Śniadowo

JESIENIA

FUNDAMENT...

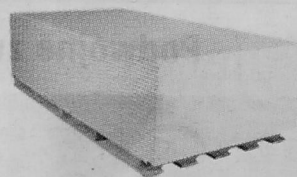
**PREFBET
CEGLA N24**

Teraz tylko
3,45zł
Cena brutto

Teraz tylko
15,60zł
worek
Cena brutto

**ZAPRAWA
KLEJOWA
PREFBET
TERMO-BIAŁA**

Zużycie:
4kg/1 m²
Opakowanie: 25 kg;



Teraz tylko
18,50zł/szt
Cena brutto

Rigips 260 x 120

**PŁYTA
KARTONOWO
-GIPSOWA**



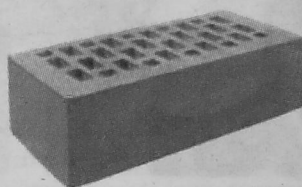
Teraz tylko
40,60zł/op.
Cena brutto

**PŁYTA
STYROPIANOWA
FASADA**



Teraz tylko
63,65zł/rolka
Cena brutto

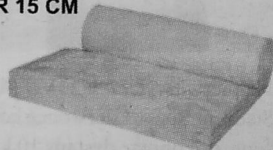
**PAPA
ICOPAL
W 400**



**CEGLA
ROBEN
NFN16**

Teraz tylko
1,55zł/szt
Cena brutto

**WEŁNA
ISOVER UNIMATA
GR 15 CM**



Teraz tylko
15,25zł/m²
Cena brutto



**CEMENT
CEMEX**

Teraz tylko
510zł/t
Cena brutto

ODDZIAŁ ŚNIADOWO

tel. 86 217 62 95
poczta@prefbet.pl

ODDZIAŁ ŁOMŻA

tel. 86 218 06 72
handel@prefbet.pl

ODDZIAŁ ZAMBRÓW

tel. 86 475 04 24
www.prefbet.pl