

MIEJSKA BIBLIOTEKA PUBLICZNA

Ile emerytury otrzymasz? • Ciekawy świat • Psychozabawa

18-400 Łomża, ul. Ks. Anny 2
tel. 86 218 43 65

Tygodnik Podlaski

www.kontakty-tygodnik.com

KONTAKTY

7 (2045)

20 lutego 2022

cena: 3,50 zł (z VAT 8%)

**Podał się za Jana
Kowalskiego z Łomży**

**Zabił wujka
dla spadku**

**Chciał być piłkarzem,
odmroził stopy**

**Przybysz
z Ghany**

**„Tur” z Ciechanowca
zastrzelony, wdowa
z Zambrowa zarżnięta**

Oprawcy



Fot. Pixabay

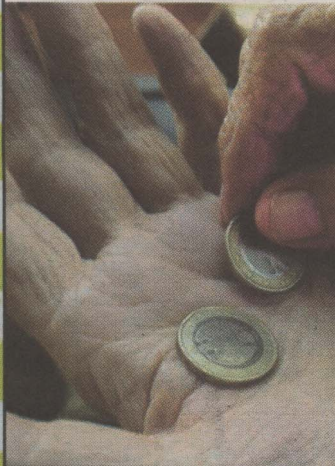
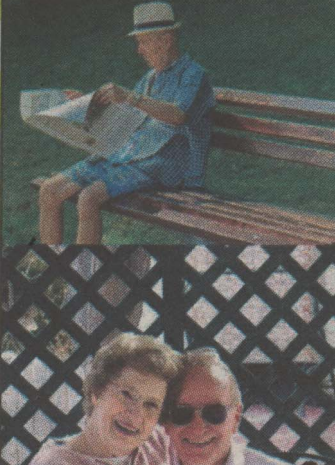
ISSN 0208-6840 INDEXS 363286



07

0 7 proc. wzrosną od 1 marca emerytury. W styczniu inflacja wzrosła do 9,2 proc. W całym roku 2021 wyniosła 8,6 proc. To najwyższy wzrost cen w Polsce od 22 lat. Rada Polityki Pieniężnej od października kilka razy podniosła stopy procentowe z 0,1 proc. do 2,75 proc., co skutkuje wzrostem rat pożyczek i kredytów

Ile otrzymasz emerytury od 1 marca?

1	2	3	1. Obecna emerytura brutto 2. Emerytura w lutym na rękę 3. Emerytura w marcu na rękę	1	2	3
600 zł	546,00 zł	584,22 zł		2350 zł	2138,50 zł	2285,82 zł
700 zł	637,00 zł	681,59 zł		2400 zł	2184,00 zł	2325,32 zł
800 zł	728,00 zł	778,96 zł		2450 zł	2229,50 zł	2365,00 zł
900 zł	819,00 zł	876,33 zł		2500 zł	2275,00 zł	2404,50 zł
1000 zł	910,00 zł	973,70 zł		2550 zł	2311,50 zł	2444,18 zł
1050 zł	955,50 zł	1022,38 zł		2600 zł	2349,00 zł	2483,68 zł
1100 zł	1001,00 zł	1071,07 zł		2650 zł	2385,50 zł	2523,35 zł
1150 zł	1046,50 zł	1119,75 zł		2700 zł	2423,00 zł	2562,86 zł
1200 zł	1092,00 zł	1168,44 zł		2750 zł	2459,50 zł	2602,54 zł
1250 zł	1137,50 zł	1217,12 zł		2800 zł	2497,00 zł	2642,04 zł
1300 zł	1183,00 zł	1265,81 zł		2850 zł	2533,50 zł	2681,72 zł
1350 zł	1228,50 zł	1314,50 zł		2900 zł	2571,00 zł	2721,12 zł
1400 zł	1274,00 zł	1363,18 zł		2950 zł	2607,50 zł	2769,90 zł
1450 zł	1319,50 zł	1411,86 zł		3000 zł	2645,00 zł	2800,40 zł
1500 zł	1365,00 zł	1460,55 zł		3100 zł	2719,00 zł	2879,58 zł
1550 zł	1410,50 zł	1509,23 zł		3200 zł	2793,00 zł	2958,76 zł
1600 zł	1456,00 zł	1557,92 zł		3300 zł	2867,00 zł	3037,94 zł
1650 zł	1501,50 zł	1606,60 zł		3400 zł	2941,00 zł	3117,12 zł
1700 zł	1547,00 zł	1655,29 zł		3500 zł	3015,00 zł	3196,30 zł
1750 zł	1592,50 zł	1703,97 zł		3600 zł	3089,00 zł	3275,48 zł
1800 zł	1638,00 zł	1752,66 zł		3700 zł	3163,00 zł	3354,66 zł
1850 zł	1683,50 zł	1801,34 zł		3800 zł	3237,00 zł	3433,84 zł
1900 zł	1729,00 zł	1850,03 zł	Fot. pixabay	3900 zł	3311,00 zł	3513,02 zł
1950 zł	1774,50 zł	1898,71 zł		4000 zł	3385,00 zł	3592,20 zł
2000 zł	1820,00 zł	1947,40 zł		4250 zł	3570,00 zł	3790,24 zł
2050 zł	1865,50 zł	1996,08 zł		4500 zł	3755,00 zł	3988,10 zł
2100 zł	1911,00 zł	2044,77 zł		4750 zł	3939,50 zł	4198,80 zł
2150 zł	1956,50 zł	2093,45 zł		5000 zł	4132,00 zł	4417,39 zł
2200 zł	2002,00 zł	2142,14 zł		5500 zł	4541,00 zł	4854,75 zł
2250 zł	2047,50 zł	2190,82 zł		6000 zł	4949,00 zł	5292,20 zł
2300 zł	2093,00 zł	2239,51 zł				

Ciekawy świat

Wrony pozbierają... niedopałki!

Do zbierania niedopałków z ulic i placów władze szwedzkiego Södertälje, miasta partnerskiego Łomży leżącego nieopodal Sztokholmu, zatrudniają... wrony! W ten zaoszczędzą sporo na sprzątaniu ulic, na które wydają 20 milionów koron szwedzkich (ok. 2 mln dolarów).

Jak wyjaśnia firma, która się tym zajmuje, przeszkolone ptaki będą nagradzane jedzeniem za każdy niedopałek, który wrzucą do specjalnie zaprojektowanej maszyny.

Fundacja Keep Sweden Tidy wyliczyła, że każdego roku na szwedzkich ulicach pozostaje ponad miliard niedopałków papierosów, co stanowi 62 proc. wszystkich śmieci.

Oryginalny pomysł Szwedów spotkał się z dużym zainteresowaniem mediów na całym świecie.

Gdy się sprawdzi, zostanie zastosowany w Łomży?

Co ty na to

Miliony na propagandę

Ponad 12 mln zł poszło na antyunijną kampanię, dotyczącą cen prądu. Wymyśliło ją Ministerstwo Aktywów Państwowych, kierowane przez Jacka Sasina, a energetyczne firmy państwowe zostały zmuszone do zrzucenia się na realizację pomysłu. „Dowiedzieliśmy się, że 1,5 mln zł zapłaciła Enea Połaniec. Tę kwotę potwierdziło nam kolejne źródło. Tyle samo Enea Wytwarzanie. Po 3 mln PGE GiEK, Tauron Wytwarzanie i Energa, a PGNiG Termika 400 tys. W sumie daje to 12,4 mln zł”, pisze wirtualnapolska.pl. Tymczasem rzeczywisty wpływ tego, co nazywamy unijną polityką klimatyczną na rachunkach dla odbiorców indywidualnych, to około 20 proc., czyli trzy razy mniej, niż wskazują na to plakaty.

Według obliczeń analityków, cena prądu w grudniu 2021 r. była dwa razy wyższa, niż koszt produkcji w typowej elektrowni na węgiel. Są to głównie elektrownie państwowe, czyli taką marżę nie mogły zastosować bez wiedzy rządu. Dzieje się to w momencie, gdy polskie koncerny winą za podwyżki cen prądu obarczają unijną politykę klimatyczną.

KONTAKTY

Tygodnik Podlaski

rok założenia 1980

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

Adres:

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

Redaguje zespół:

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

Oddział w Białymstoku:

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

Stale współpracują:

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

Rysunki: Waldemar Rukść

Felieton: Adam Dobroński

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

Wydawca:

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

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.

Od pewnego czasu coraz trudniej o komentowanie tego, co dzieje się w Polsce. Natłok niedobrych zdarzeń jest tak duży, że emocje biorą we mnie górę nad rozumem, a z tego nigdy nic dobrego w nikim się nie rodzi. W dodatku w oficjalnych informacjach prawda miesza się z kłamstwem, manipulacją i propaganda. Ale milczeć się nie da. I nie można! Ponieważ uważam, że w moim kraju dzieje się naprawdę źle. A to budzi zwyczajny ludzki lęk o przyszłość córki, syna, przyjaciół, swoją. Co nas czeka? Takich jak teraz momentów osamotnienia w Europie i świecie, niesnasek z sąsiadami przez miedzę, do tego wewnętrznego rozdarcia, prywaty i partyjniactwa, Polska w swej historii miała niemało. I zawsze, a historię naprawdę znam dość dobrze, kończyły się źle. Dla państwa, narodu, pokolenia, czyli córek, synów, przyjaciół. Często aż po ich wnuków. Tak to widzę. Czarno. Zbyt czarno? Obym się mylił! Oby mi język kołkiem stanął, byleby historia się nie powtórzyła!



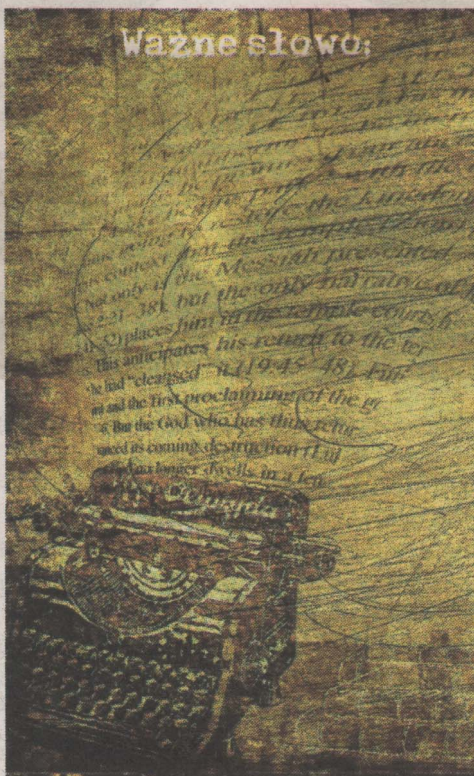
Od redaktora

WŁADYSŁAW TOCKI



Fot. pixabay

Ważne słowo:



O przyzwoitości

Władysław Bartoszewski: – Czy z przyzwoitością, w dodatku chrześcijańską, a w Polsce głośno przyznajemy się do chrześcijaństwa, można pogodzić nienawiść, ksenofobię, a choćby obojętność? W liturgii Kościoła katolickiego i innych kościołów chrześcijańskich jest rachunek sumienia, który mówi o grzechach popełnionych myślą, mową, uczynkiem i zaniedbaniem. Ludzie to klepią, a przecież zaniedbanie jest tam postawione na równym poziomie: i zaniedbaniem! Grzech zaniedbania to odwrócenie głowy, nie zrobienie tego, co można było zrobić w obliczu zła. A ktoś to przecież powinien zrobić. Ktoś powinien reagować. Ktoś powinien się przeciwstawić. Ktoś powinien protestować. Kto? Ja sobie też zadawałem takie pytanie. I znajdowałem odpowiedź: jeżeli ktoś, to dlaczego nie ja? A istnieją sytuację, w których należy przeciwstawić się powszechnemu prądowi. I trzeba pamiętać: zawsze niewielu jest takich, którzy mają na to siłę.

Na pewno nie wszystko, co warto, się opłaca. Ale jeszcze pewniej nie wszystko, co się opłaca, jest w życiu coś warte.

■ „Polska granica to jest świętość. Ten, który nie potrafi obronić swojej granicy, naraża się na ogromne niebezpieczeństwo, nie jest szanowany przez innych i pokazuje swoją słabość”, mówił premier Mateusz Morawiecki w Kuźnicy w środę, 16 lutego, w czasie spotkania z przedstawicielami Ministerstwa Spraw Wewnętrznych i Administracji, Polskiej Policji i Straży Granicznej.

■ 5 rolników zginęło, a ponad 1 000 uległo większym lub mniejszym obrażeniom podczas pracy w gospodarstwie w naszym województwie w 2021 r. W całej Polsce w ponad 12 000 wypadków zginęło 45 rolników.

■ Maksymalną podwyżkę diety przewodniczącemu Sejmiku Województwa Podlaskiego uchwalili radni wojewódzcy. Będzie zarabiał 4 294,61 zł miesięcznie. Diety wiceprzewodniczących Sejmiku, przewodniczących komisji – 4 205,14 zł. Wiceprzewodniczący komisji i radni niefunkcyjni będą zarabiać 4 026,20 zł miesięcznie. Pod koniec listopada 2021 roku radni wojewódzcy uchwalili też wzrost uposażenia dla marszałka Artura Kosickiego do ponad 20 tys. zł brutto miesięcznie. Od piątku, 11 lutego marszałek Kosicki jest członkiem Rady Nadzorczej Narodowego Funduszu Ochrony Środowiska i Gospodarki Wodnej. To dodatkowo ok. 10 000 zł miesięcznie.

Co ty na to

Manipulacje TVP

Widzowie „Wiadomościach” TVP dowiedzieli się, że „inwestycje napędzają polską gospodarkę”, a tych jest ostatnimi czasy wyjątkowo dużo. Wszystko to oczywiście zasługa rządu PiS, Polskiego Ładu i programów rozwojowych. „Wiadomości” przemilczały kluczową kwestię: skąd rząd wziął pieniądze na programy, z których tak jest dumny? A są to pieniądze z funduszy unijnych. Pokazały również premiera Mateusza Morawieckiego, który zachwalał program „Wsparcie dzieci i wnuków byłych pracowników PGR w rozwoju cyfrowym – Granty PPGR”. Chodzi o 500 mln zł, przeznaczone na komputery i tablety dla dzieci i młodzieży w szkołach popegeerowskich. „Wiadomości” TVP dały jasny przekaz, że wszelkie inwestycje rozwojowe to inicjatywa rządu. Ani razu jednak nie wspomniały, że „Granty PPGR” są w 100 proc. finansowane z funduszy Unii Europejskiej.

MYŚL TYGODNIA

Radę, którą dajesz innemu, zastosuj również do siebie

Mikołaj Gogol



Pod koniec ubiegłego tygodnia przyleciały pierwsze żurawie, informują Czytelnicy. Nad Narwią między starym a nowym mostem, w Kalinowie, Drozdowie aż do mostu w Bronowie gniazduje co roku około 20 par. Skrzydła żurawia osiągają rozpiętość 180 – 200 cm, ale dochodzą nawet do 240 cm. Jest ptakiem wszytkożernym.

Zniknęły Zambrów, Szczuczyn, Nowogród i Stawiski!



Fot. pexels

29 883, dokładnie tylu Polaków zmarło z powodu covid-19 od 1 listopada ubiegłego roku do 7 lutego 2022 roku. To ofiary czwartej i piątej fali koronawirusa, w trakcie których rząd nie podjął żadnych zdecydowanych działań, zmierzających do ograniczenia liczby zakażeń i śmiertelności wśród Polaków.

Śmiertelne żniwo koronawirusa z ostatnich trzech miesięcy jest równoznaczne z tym, jakby z ma-

py Polski zniknęły: Zambrów (ok. 22 000 mieszkańców), Szczuczyn (ok. 3 500), Nowogród (ok. 2 100) i Stawiski (ok. 2 200).

Według danych Ministerstwa Zdrowia ze środy, 16 lutego, dzień wcześniej na covid-19 zmarły 372 osoby. A to znaczy, że jednego dnia zniknęła trochę większa wieś, niż Kisielnica przy trasie Łomża – Grajewo (ponad 350 mieszkańców)!

Znaki czasu:

■ Trybunał Sprawiedliwości Unii Europejskiej oddalił w środę, 16 lutego, skargę Polski i Węgier na mechanizm warunkowości, wiążący wypłatę pieniędzy z unijnego budżetu z zasadą praworządności. Może to oznaczać, że Polska nie otrzyma 770 miliardów złotych z Europejskiego Planu Odbudowy.

■ „Polska armia jest w stanie zapaści, jakiej nie notowaliśmy po 1945 roku”, ocenia szef Sztabu Generalnego Wojska Polskiego w latach 2013 – 2017 gen. Mieczysław Gocuł.

■ Zaledwie 5 500 spośród 21,9 mln w pełni zaszczepionych w Polsce przeciw covid-19 zostało zakażonych. Od rozpoczęcia szczepienia drugą dawką zanotowano 71 705 zgonów. Wśród nich w pełni zaszczepionych po upływie 14 dni od pełnej dawki, to 9 493. Od 4 marca 2020 r., gdy wykryto w Polsce pierwsze zakażenie, zmarło na koronawirusa 107 757, podało Ministerstwo Zdrowia.

■ Prawie 39 tysięcy wniosków o rozwód wpłynęło w I połowie 2021 roku do sądów okręgowych w Polsce, informuje resort sprawiedliwości. To 14 proc. więcej, niż w analogicznym okresie roku 2020. Najczęściej rozwody w naszym kraju kończą się bez orzekania o winie. Przy orzekaniu o winie, przyczynami są zdrada, alkoholizm, agresja.

Ciekawy świat

Strasliwa ironia losu

Fritz Haber, naukowiec żydowskiego pochodzenia, podczas I wojny światowej zasłynął jako wynalazca śmiertelnych gazów bojowych, używanych przez niemieckie wojska. W 1918 roku odebrał Nagrodę Nobla w dziedzinie chemii. Jego późniejsze dzieło, gaz Cyklon B, miało służyć jednak wyłącznie jako środek dezynfekcyjny. Gdy w Niemczech do władzy doszedł Hitler i faszyzm, Haber opuścił kraj i zmarł na emigracji. Nie doczekał strasliwej ironii losu. Po wybuchu II wojny światowej większość krewnych żydowskiego noblisty trafiła do obozów zagłady, gdzie czekała na nich śmierć w komorach gazowych. Gazem, który w ten sposób pozbawił życia 1,7 miliona więźniów, w większości Żydów, był ... Cyklon B!

Nawet najwspanialsze wynalazki w złych rękach mogą stać się narzędziem zbrodni.

23 twórców wsparł stypendiami marszałek województwa podlaskiego Artur Kosicki Stypendia artystyczne marszałka



Stypendium na tom reportażu „Mój dom. Artyści Podlasia” odbiera z rąk marszałka Artura Kosickiego red. Dorota Sokołowska

– Stypendia mają pomóc realizować państwu swoje projekty. A są to przeróżne dzieła sztuki, filmy, książki, publikacje, przez które promujemy Podlasie i za które, jako zarząd, dziękujemy – mówił w poniedziałek, 14 lutego, w czasie uroczystości wręczania stypendiów marszałek Artur Kosicki.

Z Łomży laureatami rocznego stypendium są: dyrektor Muzeum Diecezjalnego ks. Tomasz Grabowski, który opracuje i wyda „Katalog kościołów diecezji łomżyńskiej” na jej stuletni jubileusz (1925 – 2025).

Instruktor folkloru i plastyki Regionalnego Ośrodka Kultury Izabela Cierpikowska, która namaluje cykl obrazów „Podlaskie Kurpie Zielone regionu łomżyńskiego”, ilustrujących obrzędowość i tradycje.

Duet kompozytorów i wokalistów Marcin Fabiszewski i Przemysław Piotrowski (każdy z nich osobne stypendium), którzy przygotowują

i wydadzą płytę „Kolekcjoner” z autorskimi utworami o charakterze rozrywkowym.

Monika Smakowska i Anna Zarzecka (jedno stypendium) z Łomżyńskiego Towarzystwa Naukowego im. Wągów, które spopularyzują na stronie internetowej akta sejmikowe ziemi łomżyńskiej z lat 1674 – 1794.

Roczne stypendium otrzymała także pochodząca z Łomży (absolwentka I LO), dziennikarka i reporterka Polskiego Radia Białystok Dorota Sokołowska, która wyda cykl dziesięciu reportażów literackich „Mój dom. Artyści Podlasia”.

Laureatami stypendiów półrocznych z Łomży są: aktorka Teatru Lalki i Aktora Julia Sacharczuk, która zrealizuje spektakl dla dzieci „Mądrość lasu” oraz artysta plastyk Andrzej Żmuda, który przygotuje cykl prac ceramicznych „Nowe spojrzenie na stare ilustracje”.

Tatarskie pamiątki dostępne

Pisane ręcznie Korany i chamiąły (muzułmańskie modlitewniki), kroniki tatarskie, a także fotografie ze zbiorów Centrum Edukacji i Kultury Muzułmańskiej Tatarów Polskich w Kruszynianach zostały zdigitalizowane i udostępnione w internecie. W Kruszynianach są zabytkowe meczet i mizar (muzułmański cmentarz). Centrum powstało w 2015 roku, jego częścią jest muzeum, które gromadzi pamiątki o historii, tradycji i kulturze Tatarów na ziemiach polskich.

Jako datę dobrowolnego osadnictwa tatarskiego w Wielkim Księstwie

Litewskim i Rzeczypospolitej Jan Długosz podaje rok 1397. Na ziemi polskie Tatarzy przynieśli ze sobą islam. Już jednak w XVI-XVII wieku zatarcili swój język i wiele obyczajów, nazwiska rodowe uległy spolszczeniu.

Według szacunków Muzułmańskiego Związku Religijnego w RP, Polaków wyznających islam jest ok. 5 tys., głównie są to właśnie polscy Tatarzy. W ostatnim spisie powszechnym (dokładnych danych ze spisu z 2021 roku jeszcze nie ma) przynależność do tatarskiej mniejszości etnicznej zadeklarowało 2 tys. osób.

Na koniec 2021 r. w Krajowym Rejestrze Długów było 4 366 rolników



Rolnicy mogą utonąć w długach

Zadłużeni rolnicy mają do odroczenia prawie 499,3 mln zł, a średni dług wynosi od ponad 114,2 tys. zł.

– Zadłużenie rolników ewidentnie rośnie ze względu na inflację. To jasno wynika z danych KRD, dotyczących zadłużenia rolników – mówi prezes Krajowej Rady Izby Rolniczych Wiktor Szmulewicz.

– Ze wszystkich danych, które do nas docierają wynika, że zadłużenie pojedynczego gospodarstwa jest coraz większe. Rolnicy to jedyna grupa zawodowa, która została całkowicie bez tarczy antykryzysowej, poza wąskim gronem hodowców zwierząt. I dlatego napotykał na brak chęci współpracy ze strony banków i firm. Nie chciały one dawać kredytów czy podpisywać umów – stwierdza lider Agrounii Michał Kołodziejczak.

Zwraca uwagę na jeszcze jedno: rolników jest coraz mniej i dlatego liczba dłużników może maleć.

Dla przykładu, w ubiegłym roku prawie 40 tys. gospodarstw w Polsce zrezygnowało z hodowli świń. Część z nich wkrótce zaprzestanie jakiejkolwiek produkcji rolnej, co zaszkodzi producentom pasz i właścicielom małych przetwórców mięsa. Wielu z nich będzie spłacało swoje długi już nie jako rolnicy, a to też zmieni obraz danych.

Kołodziejczak uważa, że jesteśmy tuż przed wysypem nie tylko zadłużenia popandemicznego, ale też wynikającego ze zmian rynkowych.

– W tym roku wysokość zadłużenia rolników będą kształtować głównie ceny nawozów i środków ochrony roślin, które drożeją błyskawicznie. Ważnym elementem w zatrzymaniu zadłużenia rolników pod koniec roku będzie terminowa wypłata zaliczek na płatności obszarowe – uważa prezes Krajowej Rady Rolniczych Wiktor Szmulewicz.

Można rozliczyć podatek za 2021

Można już rozliczać podatek za ubiegły rok tradycyjnie lub przez internet.

„Namawiam wszystkich bardzo gorąco do korzystania z formy elektronicznej. Usługa Twój e-PIT to usługa, o której podatnicy mówią, że tak naprawdę prościej się chyba już rozliczyć nie da” – mówi rzecznik prasowy Krajowej Administracji Skarbowej w Białymstoku Radosław Hancewicz.

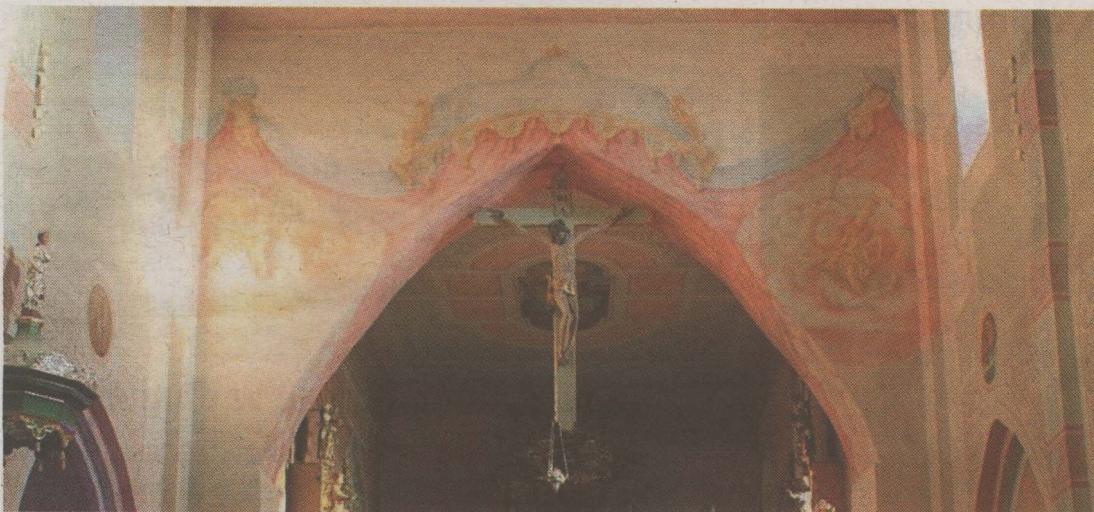
W usłudze Twój e-PIT, w elektronicznym urzędzie skarbowym, znajdziemy wypełnione zeznania podatkowe: PIT – 37 i PIT-38 oraz PIT-28 i PIT-36. Jak wyjaśnia Radosław Hancewicz, Krajowa Ad-



ministracja Skarbowa te zeznania przygotowuje w oparciu o informacje pochodzące od pracodawców i inne dane, które ma w swoich bazach. Takie jak ulga na dziecko, czy ulga dla osób do 26 roku życia.

PIT 28 obowiązujący osoby, które mają dochody z wynajmu, należy złożyć do 28 lutego.

Zabytkowa polichromia w Szczepankowie



– Podczas badań konserwatorskich prowadzonych w 2019 r. w kościele św. Wojciecha Biskupa Męczennika w Szczepankowie na ścianie tęczowej kościoła odkryta została polichromia, przedstawiająca aniołki z motywem arma Christi. Przeprowadzone badania oraz analizy historyczne pozwoliły datować ją na połowę XVIII w. (po 1740 r.). Po analizie wyników badań podjęto decyzję o usu-

nięciu późniejszych warstw polichromii i wyeksponowaniu barokowego przedstawienia – informuje w decyzji o wpisie polichromii do rejestru zabytków Wojewódzka Konserwator Zabytków prof. dr hab. Małgorzata Dajnowicz.

Kościół w Szczepankowie, który powstał w latach 1537-1547, jest zabytkiem od 51 lat. Fot. parafia św. Wojciecha BM w Szczepankowie.

Ciepło w Łomży w 2022 nie zdrożeje!

„Mieszkańcy nie będą mieli większych rachunków niż w 2021 roku”, zapewnia publicznie prezes Miejskiego Przedsiębiorstwa Energetyki Ciepłej Radosław Żegalski. Jak twierdzi, jest to możliwe dzięki modernizacji ciepłowni, w wyniku której od prawie 2 lat działa kocioł biomasowy i MPEC nie musi płacić wysokich cen za dwutlenek węgla. Co więcej, ciepłownia zaoszczędziła około 18 mln zł na zakupie uprawnień do emisji CO₂. Gdy uruchomiony zostanie drugi kocioł na biomasę (trwa budowa), produkcja ciepła i prądu z odnawialnych źródeł energii ma zwiększyć się do ponad 80 proc.

Autobus Kulturalny

Miejski Dom Kultury w Łomży zaprasza do Autobusu Kulturalnego. To pomysł, by przybliżyć mieszkańcom wydarzenia artystyczne na scenach teatrów, oper i sal koncertowych w całej Polsce. Częstotliwość wyjazdów na spektakle i koncerty zależeć będzie od zainteresowania. Pierwsza kulturalna propozycja, to wyjazd na musical „Waitress” w warszawskim Teatrze Muzycznym Roma 27 marca. Szczegółowe informacje: AutobusKulturalny@interia.pl. Na ten mailowy adres można również zgłaszać propozycje innych wydarzeń kulturalnych, na które warto pojechać.

Zgłoś do nagrody prezydenta

Do końca marca 2022 r. można zgłaszać kandydatów do Nagrody Prezydenta Miasta Łomży za osiągnięcia w dziedzinie twórczości artystycznej, upowszechnianiu kultury i ochrony kultury.

Kogo można zgłosić do nagrody?

Do nagrody mogą być zgłaszani twórcy (sztuki wizualne, muzyka, literatura, sztuki estradowe i sceniczne), animatorzy i popularyzatorzy kultury oraz osoby i podmioty zajmujące się ochroną kultury i dziedzictwa narodowego. Kandydaci powinni mieć związek z Łomżą przez miejsce zamieszkania, działalność, łomżyńską tematykę lub też działania kulturalne, promujące miasto niezależnie od miejsca zamieszkania.

Kto może zgłaszać kandydatów?

Wnioski mogą składać dyrektorzy instytucji kultury, związki twórcze, stowarzyszenia i fundacje, prowadzące działalność kulturalną, lokalne uczelnie wyższe i szkoły artystyczne, związki zawodowe oraz grupy co najmniej 5 osób reprezentujących środowiska twórcze, dziennikarskie i in-



ne zajmujące się popularyzacją kultury.

Do kiedy i jak zgłaszać?

Komputerowo wypełniony i podpisany wniosek z podpisanym oświadczeniem należy złożyć w zamkniętej kopercie w Wydziale Kultury, Sportu i Inicjatyw Społecznych Urzędu Miejskiego w Łomży (ul. Farna 1, pok. 5) do 31 marca 2022 r. Formularz wniosku z oświadczeniem można pobrać ze strony internetowej www.lomza.pl lub może być przesłany na adres e-mail, wskazany przez wnioskodawcę. Szczegółowe informacje, tel. 86 307 00 44 lub 86 216 24 63, mail: r.borawski@um.lomza.pl.

Kandydatury zostaną rozpatrzone przez komisję powołaną przez prezydenta Łomży, który podejmie ostateczną decyzję o przyznaniu nagród.

Medale

za pamięć



Synowie Sybiraka, Józef i Tadeusz Babiele oraz wnuk Mariusz Chrzanowski i nauczycielka historii w Nowogrodzie, współautorka filmu dokumentalnego „Przeżyć Sybir”, który przez IPN jest rekomendowany dla szkół, uhonorowani zostali przez wojewodę podlaskiego Bohdana Paszkowskiego medalami „Pro Patria” podczas uroczystości upamiętniających 82 rocznicę pierwszej masowej deportacji, które odbyły się w Podgórzu koło Łomży. Odznaczeni zostali za zasługi w pielęgnowaniu pamięci o deportowanych na Syberię.

Pogrzeb

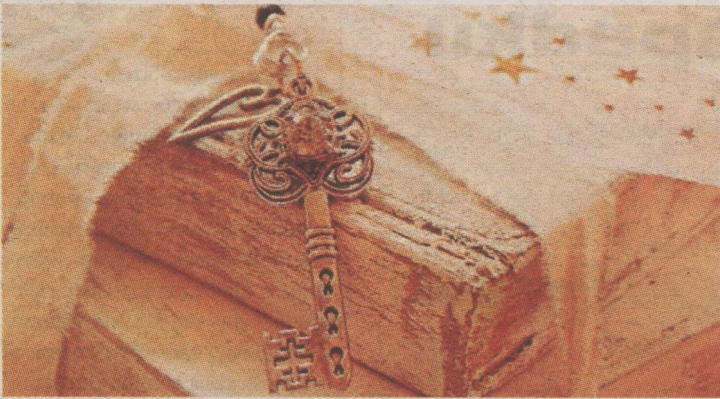
po 79 latach w Jedwabnem!

„11 sierpnia 1943 r. w Jedwabnem, w lesie przetrzelskim, niemieccy żandarmi bestialsko zamordowali czworo Polaków, Władysławę i Franciszka Mościckich oraz Annę i Józefa Bronakowskich. Zostali zamordowani za pomoc Polskiemu Państwu Podziemnemu, za to, że byli Polakami”, opisuje tragedię czasu okupacji Stowarzyszenie Wizna 1939. Ich szczątki ekshumowane zostały w czerwcu 2021 r. przez stowarzyszenie „Wizna 1939”, żołnierzy WOT i Laboratorium Kryminalistyczne Żandarmerii Wojskowej. W sobotę, 12 lutego, odbył się pogrzeb w kościele Świętego Jakuba w Jedwabnem. Mszy św. pogrzebowej przewodniczył biskup łomżyński Janusz Stepnowski. Spoczęli na cmentarzu parafialnym.

Obniżyli, chcą podwyżki!

Niespełna półtora miesiąca temu większość radnych przegłosowała obniżkę diet, a już pod projektem uchwały, podnoszącym diety, zbierane są podpisy radnych! I to do prawie maksymalnych stawek: od 60 do 98 proc! Na razie nie wiadomo, kto się pod pomysłem podpisał i punktu o podwyżce nie ma w programie sesji Rady, która odbędzie się w środę, 23 lutego. Wtedy wszystko wyjdzie. Dla przypomnienia: Łomża, owszem, rozwija się, ale jest dość solidnie zadłużona. Zaciąga kredyty, by spłacać zaciągnięte kredyty.

Mieszkania dla medyków



O przygotowanie mieszkań dla lekarzy specjalistów Szpitala Ogólnego w Wysokim Mazowieckiem oraz jego oddziałów w Ciechanowcu i Krzyżewie wnioskował na sesji Rady Powiatu w poniedziałek, 14 lutego radny Marek Skarżyński.

W interpelacji dowodził, iż mieszkanie byłoby ważnym argumentem dla zatrudnienia lekarzy na stałe. Obecnie większość specjalistów, pracujących w szpitalu, nie jest związana miejscem zamieszkania w mieście ani w powiecie.

Mieszkania mogłyby być przydzielane lekarzom specjalistom

z rodzinami, lekarzom rezydentom, także lekarzom spoza kraju (Białoruś, Ukraina), którzy posiadają nostryfikację dyplomu.

„Przy poczynionych olbrzymich nakładach finansowych powiatu na infrastrukturę Szpitala, realizacja wniosku byłaby bardzo istotnym wsparciem tej instytucji w pozyskiwaniu i tworzeniu własnej kadry medycznej, powiązanej miejscem zamieszkania z naszym powiatem i zapewniającej dobry poziom szpitalnej opieki medycznej mieszkańcom powiatu”, argumentował radny Skarżyński.

Zasiłek opiekuńczy dla rolników

Od 1 do 22 lutego przywrócony został zasiłek opiekuńczy dla ubezpieczonego rolnika lub domownika, informuje Kasa Rolniczego Ubezpieczenia Społecznego w Białymstoku. Przysługuje w przypadku zamknięcia z powodu covid-19 żłobka, przedszkola, szkoły lub innej placówki, do której uczęszcza dziecko albo nieemożności sprawowania nad nim opieki przez nianię lub dziennego opiekuna z powodu koronawirusa i z tych powodów konieczności osobistego sprawowania opieki przez rodzica (opiekuna prawnego). Dotyczy dziecka do ukończenia 8 lat, do ukończenia 16 lat z orzeczoną niepełnosprawnością, do 18 lat z orzeczeniem o znacznym lub umiarkowanym stopniu niepełnosprawności, do 24 lat z orzeczeniem kształcenia specjalnego.

Aby otrzymać zasiłek opiekuńczy w powyższych sytuacjach, należy złożyć wniosek. Zasiłek ten nie przysługuje, jeśli drugi z rodziców dziecka może zapewnić dzie-

ku opiekę (np. jest bezrobotny, korzysta z urlopu rodzicielskiego albo urlopu wychowawczego).

Maselkowa energia

– Masło to produkt niezbędny w diecie każdego człowieka. Tłuszcz mleczny jest najlepiej przyswajalny ze wszystkich tłuszczów spożywczych, proces jego trawienia zachodzi znacznie szybciej, a więc szybko zamienia się w energię i zwiększa siły vitalne organizmu – mówi prezes Mlekovity Dariusz Sapiński.

Mlekovita z Wysokiego Mazowieckiego jest największym producentem masła w Polsce oraz

czołowym producentem w Europie. Produkuje Masło Polskie oraz bez laktozy, ekologiczne BIO, masła z dodatkami smakowymi. Masła wygrywały w konkursach Hit Handlu i Złoty Paragon – Nagroda Kupców Polskich.

Jedna łyżka masła pokrywa w ok. 20 proc. zalecanego dziennego spożycia witaminy A (masło jest najłatwiej przyswajalnym źródłem tej witaminy), w ok. 6 proc. witaminy E oraz witamin D i B.



Na zajęciach teatralnych w Walentyńki w Gminnym Ośrodku Kultury w Rutkach – Kossakach było artystycznie i... smacznie.



Zbigniew Derewońko napsał słowa, Sławomir Leszczyński skomponował muzykę, Alan Niewiarowski zaśpiewał z chórkami męskiej części Zespołu Wokalnego Miasta Ciechanowiec w składzie: Teodor Niemyjski, Paweł Janiak, Dawid Koc, Zbigniew Derewońko, Stanisław Szczeniak i gościnnie Paweł Kłopotowski. Wykonali, nagrali, zamieścili na you tube i z okazji Walentynek napisali „Naszą autorską piosenkę dedykujemy wszystkim kobietom bliskim naszym sercom: naszym przyjaciółkom z zespołu, żonom, sympatiom, córkom, kochanym mamom oraz wszystkim fankom naszego zespołu”. Można? Można!

Przy kupnie samochodu podał się za Jana Kowalskiego z Łomży **Zabił wujka dla spadku**

W lipcu 2019 roku nieznany wówczas sprawca potrącił niedaleko Makowa Mazowieckiego samochodem rowerzystę i uciekł. Rowerzysta uderzył jeszcze rowerem w drzewo, a potem wpadł do rowu. Ciężko ranny trafił do szpitala, gdzie po ponad tygodniu zmarł wskutek obrażeń głowy.

Początkowo śledztwo ostrołęckiej prokuratury okręgowej dotyczyło wypadku drogowego ze skutkiem śmiertelnym. Jednak wkrótce śledczy wpadli na nowy trop. Ustalili, że mogła to być próba pozabawienia życia dla spadku, a w sprawę zamieszany może być bratanek ofiary wypadku, jedyny spadkobierca jego majątku, który potrzebował pieniędzy na spłatę długów.

Jak usatliła prokuratura, w ramach przestępczych planów doszło do zakupu samochodu, którym miał być celowo spowodowany wypadek drogowy. Auto kupione zostało na fałszywe dane. Jako nabywcę wpisano Jana

Kowalskiego, mieszkańca Łomży, (podany został też fałszywy PESEL), by nie można było ustalić jego właściciela po porzuceniu w lesie auta, które dodatkowo po wypadku zostało zniszczone, usunięto też z niego tablice rejestracyjne.

W czerwcu 2021 roku Sąd Okręgowy w Ostrołęce dwóch głównych oskarżonych, którym prokuratura zarzuciła zabójstwo, skazał nieprawomocnie na 15 i 12 lat więzienia. Trzeciego, na rok w zawieszeniu za utrudnianie postępowania przez zacieranie śladów przestępstwa w miejscu wypadku drogowego.

Apelacje złożyła prokuratura i obrońcy.



Oskarżyciel chciał 25 lat dla mężczyzny skazanego na 15 lat więzienia. Jednak w styczniu do Sądu Apelacyjnego nadeszło faksem pismo z prokuratury, iż zamierza zmodyfikować apelację i domagać się nie 25 lat, a dożywocia.

Na rozprawie prokurator poparł swój wniosek. W tej sytuacji sąd zdecydował o odroczeniu, by obrona miała możliwość przygotowania się do rozprawy przy tym zmodyfikowanym wniosku prokuratury. Poza tym przy apelacji dotyczącej dożywocia konieczny jest skład nie trzy, a pięćosobowy.

Strefa rozwoju



Szczuczynska Strefa dla przedsiębiorców wciąż się rozwija. Właśnie powstaje Lokalny Inkubator Przedsiębiorczości, w którym specjalne warunki i pomoc otrzymają ci, którzy chcą prowadzić własną działalność lub firmę. Ściany gotowe, kładziony jest dach. Hala produkcyjna ma już żelbetonowe słupy nośne, niebawem powinna być konstrukcja stalowa. Całość ma być oddana do użytku w drugiej połowie tego roku. Inkubator pobudzi rozwój lokalnej przedsiębiorczości przez kolejne lata. Będzie jednostką Urzędu Miasta w Szczuczynie. Wszystko po to, aby nie tworzyć zbędnych, dodatkowych kosztów. Wznoszony jest za dotację unijną i pieniądze gminy Szczuczyn.

„Ci, którzy jako ostatni zamysłali drzwi po Państwowym Ośrodku Maszynowym nie myśleli pewnie, że po kilkunastu latach właśnie w tym miejscu powstanie inwestycja o takim charakterze”, pisze z satysfakcją na facebooku burmistrz

Zamiast się kochać, demolował pokój!



Przybył do Kolna na randkę z województwa lubelskiego. Już w połowie stycznia zarezerwował pokój w hotelu. W tym mieście umówił się ze znajomą, a spotkanie przeniosło się do pokoju hotelowego. Tam para piła alkohol. W pewnym momencie randkowicz (47 lat) zrobił się bardzo nerwowy i zaczął niszczyć sprzęty w po-

koju. Uszkodził też ściany, telewizor i drzwi wejściowe do pokoju. Na chwilę wybiegł z hotelu w samej bieliźnie. Po kilku minutach wpadł w ręce zaalarmowanej policji. Właściciel hotelu straty oszacował na ponad 5 tys. zł. Awanturnik usłyszał zarzut zniszczenia mienia. Stanie przed sądem. Na zdjęciu: zdemolowany pokój hotelowy.

Relikwie Krzyża



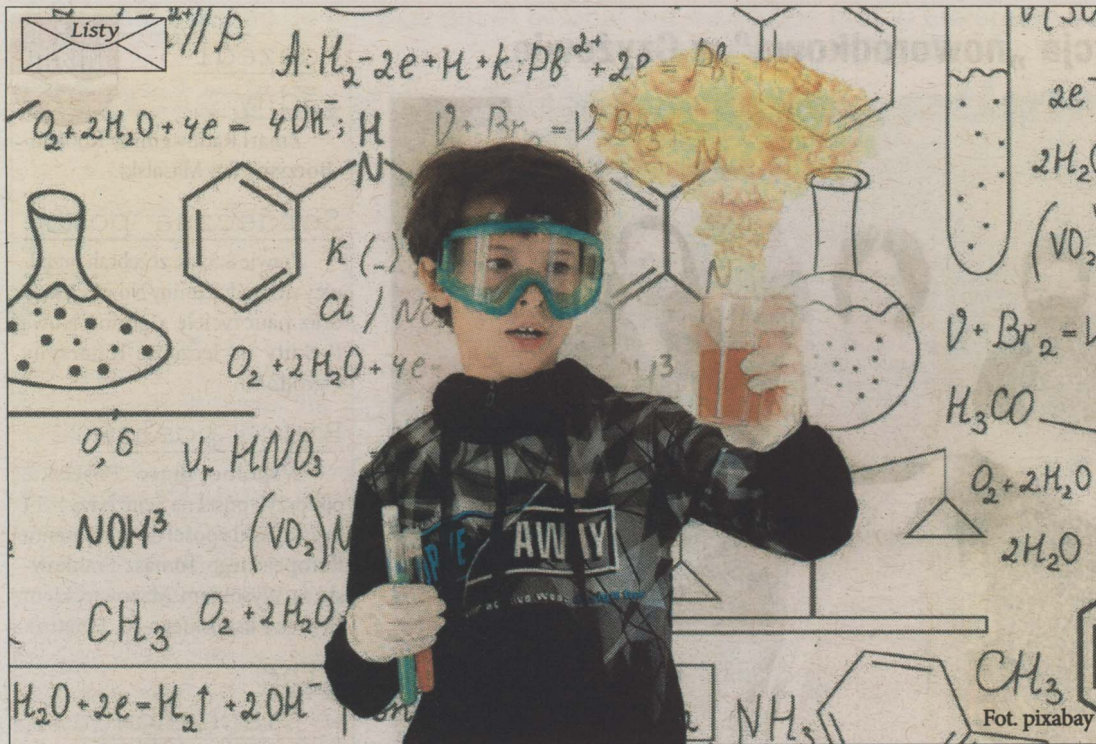
Relikwie Krzyża Chrystusowego, które mają ponad 2000 lat, pozyskała z dokumentem potwierdzającym ich autentyczność parafia w Małym Płocku z nieistniejącego już klasztoru w południowej Belgii. Uroczyste wprowadzenie relikwii do kościoła zaplanowane zostało na pierwszą niedzielę wielkiego postu.

Nie żyje Jolanta Banachowska

Zmarła długoletnia księgowa w Kolneńskim Ośrodku Kultury i Sportu Jolanta Banachowska. Miała 41 lat. Spoczęła na cmentarzu w Stawiskach.

Mamamografia w Kolnie

Bezpłatne badania mammograficzne dla kobiet od 50 do 69 lat odbędą się w piątek, 25 lutego (godz. 9.00 – 17.00) w mammobusie, który stanie na parkingu przy Kolneńskim Ośrodku Kultury i Sportu (ul. Marii Konopnickiej 4). Konieczna wcześniejsza rejestracja telefoniczna: 58 767 34 44.



Stypendium dla ósmoklasistów

„Wiele dróg, jedno stypendium”, pod takim hasłem Fundacja EFC rozpoczęła rekrutację do Programu Stypendialnego Horyzonty dla ósmoklasistów z miejscowości do 30 000 mieszkańców, którzy chcieliby uczyć się w jednej ze szkół średnich współpracujących z Fundacją EFC, a średni miesięczny dochód w ich rodzinie nie przekracza 1 550 zł netto na osobę.

Stypendium otrzymują na cały okres nauki w szkole średniej. Zgłoszenia przyjmowane są do 31 marca 2022 roku. Wystarczy wypełnić formularz na stronie www.efc.edu.pl.

O jakiej szkole marzysz? Wybierasz profil humanistyczny, a może chcesz iść do technikum? Czy dam sobie radę w obcym mieście, z dala od rodziny? Jak wyobrażam sobie swoją przyszłość? Jak mogę mieć wpływ na życie swoje i mojej lokalnej społeczności?

Fundacja wspólnie ze stypendystami szuka odpowiedzi na te wątpliwości. Pomaga im w przejściu do kolejnego etapu edukacji. Towarzyszymy w budowaniu poczucia własnej wartości, w odkrywaniu mocnych stron, zainteresowań i ich rozwijaniu.

Stypendyści Horyzontów mogą liczyć na pokrycie kosztów nauki w liceum lub technikum w jednym z 12 dużych miast w całej Polsce, w Gdańsku, Warszawie, Krakowie, Wrocławiu lub Krośnie (lista szkół do wyboru na naszej stronie www.horyzonty.pl).

efc.edu.pl). Fundacja pokrywa koszty związane z mieszkaniem w bur-
sie, wyżywieniem, nauką języków
obcych. Finansowe wsparcie doty-
czy także pasji i zainteresowań, któ-
re stypendyści rozwijają z zespołem
Fundacji. Wspólnie spędzają letnie
wakacje i zimowe ferie, biorąc udział
w warsztatach. To fundament oferty
stypendialnej.

Nad stypendystami czuwa kompetentny zespół z wiedzą pedagogiczną i psychologiczną, który towarzyszy im na co dzień. W trudnych sytuacjach nigdy nie są sami. Uczą się współpracować ze sobą, ale też wzmacniają swoje poczucie samodzielności.

O szczegółach można przeczytać na www.efc.edu.pl. Kontakt: Iza-bela Buczek, ibuczek@efc.edu.pl, tel. 606 770 906.

Izabela Buczek
koordynatorka regionalna
na województwo podlaskie

Ciekawie i wesoło

Za nami ferie, a my... działamy dalej. Ale warto je przypomnieć, bo trochę się działo w ośrodku kultury w Czyżewie. Było wesoło i ciekawie. Popołudniami młodzież i dzieci chętnie korzystały z atrakcji „kawiarenki”, oblegały bilard i stół tenisa stołowego. Nie mniejszym powodzeniem cieszyły się puzzle, malowanki, planszówki.

ki retro i karty. Dla niektórych był to czas nauki gry w szachy. Dla innych odkrywanie tajemniczego wiązania makramy. Było też magiczne spotkanie teatralne z przedszkolakami i projekcje filmów w naszym kinie.

Głośno i wesoło działa się na zajęciach nauki śpiewu, tańca i gry na instrumentach muzycznych. Na codziennych zajęciach plastycznych powstawały obrazy podlaskich chat (tu inspiracją była publikacja wydana przez Urząd Marszałkowski „Podróż po drewnianym Podlasiu”, co zostało zauważone i promowane przez jej autorów), zabawnego Spongeboba i jego przyjaciół, walentynkowe serca, ilustracje do utworu „Na jagody” Marii Konopnickiej, która patronuje rokowi 2022.

Powodzeniem cieszyły się dwa pomysły fotograficzne: „Choinki w naszych domach” i „Pozdrowienia z Czyżewa”.

To wszystko będzie można obejrzeć w holu GOK na przygotowywanej właśnie wystawie. A już teraz prezentację multimedialną można oglądać na facebooku GOK w Czyżewie.

Wszystkie prace plastyczne, wykonane w czasie ferii, decyzją dyrektora Katarzyny Kostro zostaną ocenione w konkursie plastycznym o zasięgu gminnym. Podsumujemy również plon fotograficzny.

Zajęcia prowadzili: Anna Oulińska (taniec), Zuzanna Wyszyńska (śpiew, instrumenty), Krzysztof Kupniewski (szachy) i ja (plastyka, teatr).

Anna Kazimierczuk
GOK w Czyżewie



Rodzi się tradycja „noworodkowa” w Czyżewie



Urząd Miejski w Czyżewie zainicjował tradycję witania nowo narodzonych mieszkańców gminy Czyżew. Pierwszą jej odsłoną było powitanie przez burmistrz Annę Bogucką siedmioro

obywateli, narodzonych w styczniu 2022 r.: Michalinę, Gamiłę, Zuzannę, Rafała, Alana, Huberta oraz Kacpra. Rodzice z rąk burmistrz otrzymali pamiątkowe listy gratulacyjne, a każdemu

maluchowi został wręczony подарunek z wyhaftowanym symbolem miasta w postaci pięknie zapakowanego okolicznościowego kocyka, poduszki, ręczniczka oraz uszka z gryzaczkiem.

POWIAT ZAMBROWSKI

Artur Krajewski sołtysem Ożar

Artur Krajewski od środy, 16 lutego, jest nowym sołtysem Ożar Wielkich (gm. Rutki). To dziś znacznie mniejsza wieś, niż 101 lat temu. Liczy ok. 160 mieszkańców, a według Powszechnego Spisu Ludności z 1921, mieszkało w niej wówczas 317.

Klub Seniora czeka

Do 15 marca trwa nabór do Klubu Seniora w Zambrowie, którego zajęcia rozpoczną się 1 kwietnia. Chętni (kobiety 60+ i mężczyźni 65+) mogą zgłaszać się telefonicznie: 86 475 47 00.

Sesja w Szumowie

Sesja Rady Gminy Szumowo odbędzie się w piątek, 18 lutego (godz. 9.00), w Gminnym Ośrodku Kultury.

Wystawa w Zambrowie

Na wystawę malarstwa „Daleko i blisko” Barbary Pełszyk zapraszają autorka i Galeria Sztuki „Labyrynt” MOK w Zambrowie w piątek, 18 kwietnia (godz. 18.00).

Nie tylko dla zakochanych

75 prac plastycznych i 35 wierszy zgłoszonych zostało do konkursu „Nie tylko dla zakochanych”, ogłoszonego przez Gminne Centrum Biblioteki, Kultury i Sportu w Osowcu (gm. Zambrów).

A oto nagrodzeni i wyróżnieni w konkursie plastycznym przez komisję konkursową pod przewodnictwem Sylwii Korpalskiej z udziałem Magdaleny Rusieckiej i Anny Turowskiej.

Przedszkolaki i klasa „0”: I miejsce – Blanka Łada (Przedszkole Samorządowe Gminy Zambrów), II miejsce – Krzysztof Michalski (Miejskie Przedszkole nr 5 w Zambrowie), III miejsce – Maciej Mioduszewski (Przedszkole Samorządowe). Wyróżnienia: Julia Przeździecka (Oddział Przedszkolny SP w Wiśniewie), Kornelia Gawkowska i Alicja Górka (obie Przedszkole Samorządowe).

Uczniowie klas I-III: I miejsce – Bartłomiej Gosk, II miejsce – Szymon Gosk, III miejsce – Maria Tyborowska (wszyscy z SP w Starym Skarżynie).

Klasy IV-VIII: I miejsce – Jakub Michalski (SP Nr 3 w Zambrowie), II miejsce – Karol Narożny (SP w Starym Skarżynie), III miejsce – Mikołaj Kulesza (SP w Starym Laskowcu). Wyróżnienia: Patrycja Groszfeld i Dawid Zaniewski (oboje z SP w Starym Laskowcu).

Wiersze oceniała komisja pod przewodnictwem Jolanty Chrostowskiej-Sufy z udziałem Urszuli Krajewskiej-Szeligowskiej i Bogdana Paca.

Laureaci wśród uczniów klas IV-VIII: I miejsce – Karol Dąbrowski, II miejsce – Karolina Gosk (oboje z SP w Starym Skarżynie), III miejsce ex aequo – Anna Jarząbek (SP w Starym Laskowcu) i Martyna Pietkiewicz (SP 3 w Zambrowie).

Laureaci wśród dorosłych: I miejsce – Tadeusz Charmuszko (Suwałki), II miejsce – Bogdan Nowicki (Świętóchłowiec), III miejsce ex aequo – Anna Piliszewska (Wieliczka) i Maciej Modzelewski (Białobrzegi).

Jak widać gminny konkurs poetycki urosł do ogólnopolskiego!

Odszedł radny

Zmarł Radny gminy Kobylin-Borzymy Jan Masalski.

Serdeczna pomoc

Prawie 8,5 tys. zł zebrali urzędnicy z Urzędu Gminy Nowe Piekuty oraz nauczyciele z gminy Nowe Piekuty na leczenie Katarzyny Ogrodnik.

Biuro posłów

Wspólne Biuro Poselskie otworzyli poseł na Sejm Krzysztof Truskolaski i poseł do Parlamentu Europejskiego Tomasz Frankowski w Wysokiem Mazowieckiem (Rynek Piłsudskiego 10, 1 piętro).

Kino

w Ciechanowcu

Kino „Meteor” (Miejska Biblioteka Publiczna) Ciechanowiec zaprasza w piątek, 18 lutego, na trzy filmy: „Sing 2”, godz. 16.00 oraz „Miłość jest blisko”, godz. 18.00 i „Miłość, sex & pandemia”, godz. 20.00. Rezerwacja biletów tel. 518 877 020.

Zasilani słońcem

150 instalacji fotowoltaicznych zostanie zainstalowanych przez mieszkańców gminy Kołaki Kościelne za 1,2 mln zł unijnej dotacji, przydzielonej przez Urząd Marszałkowski. Umowę z wicemarszałkiem Markiem Olbrysiem podpisał wójt gminy Sylwester Jaworowski.

Zbadaj się bezpłatnie

Ambulans, w którym kobiety od 50 do 69 lat będą mogły za darmo wykonać badania mammograficzne, przyjedzie do Rutek-Kossaków (parking przy GOK) w środę, 23 lutego; w czwartek, 24 lutego, do Zambrowa (parking przy ZKS Olimpia, ul. Wyszyńskiego 8) i do Szumowa (parking przy GOK, ul. XXX-lecia 2). Badania będą wykonywane od godz. 9.00 do 17.00. Wcześniej należy się zarejestrować, tel. 58 767 34 44.

Badanie pozwala na wykrycie zmian w piersiach, kiedy nie są jeszcze wyczuwalne. Podjęcie jak najwcześniejszego leczenia, jest dużą gwarancją na wygranie z chorobą.

Przyleciał z Ghany do Mińska, agent obiecał mu, że będzie grał w białoruskiej drużynie. Gdy okazało się to kłamstwem, ruszył do Polski

Chciał być piłkarzem, odmroził stopy

1.

Osiemnastoletni Manuel przyleciał do Mińska z Akry, stolicy Ghany. Marzył o wielkiej karierze piłkarskiej. Zamiast do klubu sportowego, trafił do lasu przy polsko-białoruskiej granicy, gdzie przez pięć dni błąkał się z grupą Nigeryjczyków, aż odmroził sobie nogi. Amputacja jest nieunikniona, choć lekarze z Wrocławia walczą o każdy centymetr jego stóp.

Manuel grał w piłkę od dziecka. Najpierw na podwórku i na ulicy, potem w szkolnych drużynach. Marzył o wielkiej karierze, jak jego piłkarscy idole: Francuz N'Golo Kante i Robert Lewandowski. Dlatego chciał wyjechać do Europy.

W telefonie ma filmiki, jak gra w piłkę i strzela gole.

2.

Gdy jeden z agentów w Ghanie zaproponował mu wylot na Białoruś, gdzie miał trafić do profesjonalnego klubu piłkarskiego, zgodził się bez wahania. Wkrótce potem wylądował w Mińsku. Była połowa stycznia. Na lotnisku nikt jednak na niego nie czekał. Nikt nie trzymał kartki z jego imieniem. Był sam w obcym kraju, daleko od domu. Zaczął szwendać się po mieście i spać na ulicy. Po kilku dniach przyłączył się do grupy Nigeryjczyków, która zmierzała w stronę polsko-białoruskiej granicy.

– Wierzyłem, że Polska będzie krajem, w którym zacznę nowe życie – mówi.

Razem z grupą Nigeryjczyków przeniosł się do Brześcia. W ten sposób zamiast do klubu piłkarskiego, trafił do lasu. Przez pięć dni błąkał się z Nigeryjczykami po puszczy. Większość czasu już po polskiej stronie, bo granicę pokonali bez trudu. Dopiero 26 stycznia w Dubiczach Cerkiewnych zatrzymali ich polscy pogranicznicy. Nigeryjczycy wrócili na Białoruś, a młody Ghanijczyk z odmrożonymi nogami został przewieziony do szpitala w Hajnówce. Poza dżinsami i kurtką miał nieocieplane kalosze, które kupił jeszcze na Białorusi i które wypełniły się wodą i śniegiem. Mróz szybko zrobił swoje.



Osiemnastoletni Manuel (przy piłce) z Ghany przyleciał do Europy, bo marzył, by być piłkarzem. Zdjęcie z jego telefonu

Manuel nie był przyzwyczajony do niskich temperatur. Czuł, że nogi mu sztywnieją, ale nie zdawał sobie sprawy, jakie mogą być tego konsekwencje.

– Gdy po pięciu dniach wędrowki próbował zdjąć buty, zerwał je razem ze skórą. To był koszmarny widok. Strażnicy byli przerażeni, podobnie jak chirurg w szpitalu, który obawiał się, że wszystkim palcom i stopom grozi amputacja – mówi Onetowi Agata Wilczek, działająca na polsko-białoruskiej granicy, która została pełnomocniczką Manuela.

3.

Agata Wilczek, która codziennie odwiedza Manuela w szpitalu w Hajnówce, podkreśla, że cały zespół lekarzy i pielęgniarek z oddziału chirurgii cudownie się nim opiekował. Wszyscy się bardzo o niego troszczyli.

Gdy historię Manuela opowiedziała Urszula Glensk, która także pomaga cudzoziemcom przy granicy, ta błyskawicznie skontaktowała się z dr. Adamem Domanasiewiczem, światowej sławy chirurgiem, który z zespołem od replantacji kończyn pracuje we wrocławskim szpitalu przy ul. Ka-

mieńskiego i specjalizuje się m.in. w leczeniu odmrożeń.

Doktor zgodził się pomóc, a dyrektor szpitala prof. Wojciech Witkiewicz zgodził się przyjąć chłopaka do siebie.

3 lutego Manuel został przewieziony karetką z Hajnówki do Wrocławia.

4.

– Stan chłopaka jest dość poważny. Jego największym talentem, na który postawił, jest piłka nożna. Z punktu widzenia przyszłości jego zawodu obrażenia są krytyczne – mówi Onetowi dr Adam Domanasiewicz.

– Trafił do nas poza okresem, kiedy można było bardzo skutecznie zadziałać i odwrócić skutki odmrożenia. W tej chwili poważne części stopy są objęte martwicą. Robimy wszystko, by ograniczyć te skutki oraz żeby straty, jakie ten chłopak poniesie, były jak najmniejsze – dodaje.

Bo to, że młody Ghanijczyk poniesie straty, jest nieuniknione. Lekarze walczą jednak o każdy centymetr jego stóp. Walczą, by mógł samodzielnie chodzić. Leczą go tlenem w komorze hiperbarycznej. Podają mu antybiotyki i leki poprawiające ukrwienie.

– Nie spieszymy się z amputacją. Wczesna amputacja jest błędem, dlatego, że istnieją jeszcze szanse na regenerację tkanek – przekonuje dr Domanasiewicz.

Leczenie w komorze hiperbarycznej ma potrwać dwa tygodnie. Później chirurdzy ocenią zakres martwicy i zdecydują, co dalej. Na razie nie wiadomo, jaką część stóp trzeba będzie amputować.

– On pochodzi z religijnej rodziny, jest protestantem, synem pastora. Do Europy przyleciał z pismem świętym. To wszystko, co miał – mówi Agata Wilczek.

Dlatego Manuel wierzy, że wszystko będzie dobrze, że jeszcze będzie grał w piłkę. Nie przyjmuje do wiadomości, że może być inaczej. Jak sam mówi: futbol to całe jego życie. Straż Graniczna wyraziła już wstępną zgodę, żeby po zakończonym leczeniu mógł pozostać we Wrocławiu.

Wilczek i Glensk już teraz szukają dla niego miejsca, w którym mógłby się zatrzymać po wyjściu ze szpitala. Chłopak nie ma matury, ale umie czytać i pisać. Łatwo można się z nim porozumieć po angielsku. (Źródło: onet).

TOMASZ PAJĄCZEK

„Party & Zumba® dla Kasi”

Radna Katarzyna Ogrodnik, pielęgniarka, zasłużony dawca krwi, współorganizatorka akcji charytatywnych od jesieni 2020 roku choruje na złośliwy nowotwór jelita grubego. Po operacji i półrocznej chemioterapii wyniki kontrolne były dobre. Niestety, pod koniec roku 2021 doszło do przerzutów do węzłów chłonnych i na płuca. Została skierowana na chemioterapię paliatywną. W Polsce w chwili obecnej nie kwalifikuje się do żadnego leczenia refundowanego przez NFZ. Nadzieją jest immunoterapia, która kosztuje 350 000 zł.

„Brak leczenia oznacza, że została mi zaledwie rok życia. Nie chcę takiego końca. Dopóki jest nadzieja, będę prowadziła walkę. Niestety, sama nie mam szans. Potrzebuję twojej pomocy!”, pisze na stronie zbiórki.

I pomoc się otworzyła. Oto instruktorzy zumbi Ewa Niemyjska, Anna Dymitrasz, Małgosia Stachelek oraz Patrycja Cholewa organizują i zapraszają na „Party & Zumba® dla Kasi”. Szczegóły na plakacie. Cały dochód na leczenie Katarzyny Ogrodnik. Właściciele Hotelu Odessa bezpłatnie udostępnił salę bankietową, a cały utarg ze sprzedaży posiłków z tego dnia przekazał do puszeki „Dla Kasi”! Brawo!

Kontakt w sprawie przybycia na Party: Ewa Niemyjska, tel. 882 483 001.

POMAGAJ I BAW SIĘ RAZEM Z NAMI!

PARTY & ZUMBA® DLA KASI

20:00 MASTER CLASS Zumba®
21:00 IMPREZA DJ PRZEMO
ANIMACJE ZUMBA PRZEZ CAŁĄ IMPREZĘ!

PREZENTERZY ZIN:
EWA NIEMYJSKA, ANNA DYMISTRASZ,
MAŁGOSIA STACHELEK, PATRYCJA CHOLEWA,
PAULINA TYMIŃSKA

26.02.2022 HOTEL ODESSA
WYSOKIE MAZOWIECKIE

WSTĘP CEGIEŁKA MIN. 50 ZŁ

OBOWIAZUJĄ ZAPISY!

MILE WIDZIANY AKCENT KARNAWAŁOWY!

REPORTAŻE ŚLUBNE TANIEJ NIŻ MYŚLISZ



PRZYJDŹ SPRAWDŹ OBEJRZYJ

foto gabs digital

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

Józef Piotrowski z Ciechanowca zastrzelony! Helena Penska z Zambrowa zarżnięta!

Wyrok śmierci

„Jak cała Polska obchodzi jako swe święto wyzwolenie, tak Ciechanowiec dzień uwolnienia od Piotrkowskiego, dzień 30 października 1934 r.”, powiedział jeden ze świadków w sądzie w Wysokiem Mazowieckiem w 1935 r.

Ciechanowiec, a głównie siebie i pięcioletnią córkę, uwolniła od terrorysty jego żona, Stanisława Piotrowska.

Piotrkowski wymuszał na żonie, by usługiwała prowadzonym do domu „dziewkom publicznym”, z którymi uprawiał „czyny lubieżne” w jej obecności i przy córce. Katował ją i córkę.

„Całe miasteczko stale słyszało krzyki maltretowanej kobiety”, pisała białostocka prasa. Ludzie nie reagowali w obawie przed zemstą Piotrkowskiego (w prasie określono go jako „140 kilowego tura”), który przewodził miejscowemu gangowi złodziei, koniokradów i podpalaczy. Przyzwyczaili się do tej tyranii.

Bezkarnie znęcał się nad bliskimi, wydał na żonę i córkę wyrok śmierci! Z rewolwerem w ręce kazał im zgłosić się następnego dnia, czyli 30 października, o godzinie 5 rano na rozstrzelanie! Wcześniej zmusił Stanisławę do napisania oświadczenia, że „nikogo w swej śmierci nie wini i popełniła samobójstwo”. Prerażliwy płacz córki nakazywał matce szukać ratunku. To sprawiło, że Piotrkowska nie czekała biernie na śmierć. Rano, tuż przed godziną wyznaczoną egzekucji, bezszelestnie weszła do pokoju męża. Kat spał, na stoliku obok leżał przygotowany rewolwer. Zegar wybił godzinę piątą. Tyran się poruszył. Stanisława chwyciła za rewolwer... Jej krzyk przerażenia zagłuszyło pięć strzałów! Zastrześliła oprawcę! Wiedziała, że nie ma innego ratunku dla niej i dla córki.

Rozprawa sądowa odbywała się w Sądzie Grodzkim w Wysokiem Mazowieckiem na sesji wyjazdowej Sądu Okręgowego z Łomży. Na ławie oskarżonych siedziała Stanisława Piotrowska, cień kobiety.

„Długi snur świadków ani jednym słowem nie opowiedział się na korzyść zabitego tyra Józefa Piotrkowskiego”, zanotował reporter.

Świadkowie przypominali jego „przepodłe czyny”.



Oprawcy

Prokurator Kazimierz Szretter przywołał piąte przykazanie: „nie zabijaj”.

Sąd pod przewodnictwem sędziego Eugeniusza Wiszniewskiego skazał Stanisławę Piotrowską na sześć miesięcy aresztu w zawieszeniu!

Na sali sądowej było ponad stu ludzi. Po wyroku niektórzy ocierali łzy. Reporter napisał, że były to „łzy radosnego współczucia dla oskarżonej i łzy uznania dla sprawiedliwego orzeczenia sądu”.

Zemsta kochanka

Wdowa Helena Penska z Zambrowa mieszkała z dziećmi i matką (lat 80). O jej względy zabiegało dwóch amantów: Leon Kulesza i Żelechowski.

Helena dłuższy czas nie dokonywała wyboru, obserwowała rywali. Obaj wyznawali miłość, odwieczali ją i adorowali. Obaj żyli nadzieją... Jesienią 1934 r. Helena zdecydowała. Odrzuciła Kuleszę, wybrała Żelechowskiego.

Kulesza nie rezygnował, nachodził Helenę, zapewniał o miłości,

oświadczał się kilkakrotnie i namawiał na ożenek. Niecierpliwił się, ale nie zrażał. Walczył.

Nieoczekiwanie w październiku 1934 r. znów przyszedł do Heleny. Zastał ją w towarzystwie Żelechowskiego. Nie wyszedł z mieszkania, kiedy zobaczył konkurenta.

Wcześniej Helena dokonała wyboru, a teraz Żelechowski postanowił ostatecznie wyjaśnić i zakończyć sprawę rywalizacji. Powiedział Kuleszy, że jego starania są beznauczajne i poprosił, aby więcej nie napastował i nie nachodził Heleny. Tytułem swego rodzaju „odczepnego”, jak określono to w prasie, dał mu weksel wartości 40 zł i 8 zł w gotówce. Zaskoczony Kulesza po chwili namysłu zgodził się. Ugodę rywali należało uczcić. Kulesza z otrzymanej gotówki dał Żelechowskiemu trzy złote i polecił mu, aby kupił wódkę. Żelechowski od razu wyszedł po alkohol. Wtedy urażony i odrzucony Kulesza chwycił leżącą na stoliku brzytwę i rzucił się na Helenę. Ponderał jej gardło!

Zraniona kobieta pobiegła po ręcznik i próbowała tamować gwałtownie wyciekającą krew. Na skutek jej upływu, straciła przytomność. Z wódką wrócił Żelechowski. Natychmiast podniósł alarm i pobiegł po lekarza. Helena zmarła.

Kulesza wybiegł z mieszkania i ukrywał się w mieście kilkanaście godzin. Później sam zgłosił się na policję. Nie udało się ustalić, jaki wyrok spotkał mordercę.

W latach 1934 – 1935 w Polsce za zabójstwa na karę więzienia zostało skazanych 1 245 sprawców. W tym okresie wykonano 23 kary śmierci: w 1934 r. – 13, w 1935 r. – 10. („Mały rocznik statystyczny 1937”).

MARIA TOCKA

(O ciekawych wydarzeniach z międzywojennej 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, tel. 86 216 42 43).

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.0003/2022-o-i)

NIERUCHOMOŚCI

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

(fak/sms)

Mieszkanie 50 m² i kawalerka
do wynajęcia w pełni wyposażone,
po remoncie. Centrum Łomży,
3 Maja, blisko Starego Rynku.
1 000 zł.
Tel. 535 – 480 – 220

(fak/sms)

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 razem, dwumiesięczne,
czarne kotki.
Ładne, zabawne, samodzielne.
Tel. 696 – 904 – 345

(o/b)

PRZYJMĘ

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

(fak/sms)

ROLNICTWO

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

(fak.0004/2022-o)

Kupię las iglasty lub liściasty
z gruntem lub tylko drzewo
z lasu. Płatność gotówką.
Tel. 500 – 722 – 472

(fak/sms)

Zakupię ciągniki, każdy model,
rok, stan, całe i uszkodzone.
Ursus, Massey Ferguson, John
Deere, Same Lamborghini,
Deutz, Polmot, Farmer, Pronar,
MTZ Belarus, Kioti, Kubota, New
Holland, Ford, Fiat, Zetor,
Landini, Valtra, Valmet, Farmtrac,
Foton, Case, Renault, Władimirec
itd. Dzwon. Tel. 660 – 795 – 977

(fak/sms)

Zakupię każdy stan, całe
i uszkodzone prasy belujące
Sipma, Warfama, Metal Fach itd.
Dzwon. Tel. 660 – 795 – 977

(fak/sms)

TRANSPORT

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

(fak.0046/2021-o-i)

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

(fak.0071/2021-o-i)



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

plus kolorowy
magazyn
telewizyjny
w prenumeracie



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



Prezydent Miasta Łomży

podaje do publicznej wia-
domości, że w jego siedzibie
w Łomży, przy ul. Stary Rynek 14,
na tablicy ogłoszeń wywieszony
został wykaz pomieszczeń, znaj-
dujących się w budynku Miasta
Łomża na Prawach Powiatu, po-
łożonym w Łomży przy ul. Krzy-
we Koło 1, przeznaczonych do
oddania w użyczenie.

Twoje

„Kontakty” wprost do domu!

Zaprenumeruj „Kontakty” na pocztę 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 13,00 zł (14,00 zł)
3 miesiące 35,00 zł (45,50 zł)
6 miesięcy 70,00 zł (91,00 zł)
12 miesięcy 135,00 zł (182,00 zł)

Kontakty w prenumeracie zawierają
kolorowy dodatek telewizyjny.

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

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

lub redakcja@kontakty-tygodnik.com.pl

Chcesz zamieścić ogłoszenie lub reklamę w „Kontaktach”?

Zadzwoń, napisz

nasi przedstawiciele pomogą, doradzą:

tel. 86 216 42 43, fax. 86 216 57 11

kom. 506 448 884

redakcja@kontakty-tygodnik.com.pl

Wszystkie ogłoszenia i reklamy
zamieszczamy bez dodatkowej opłaty
na naszej stronie

www.kontakty-tygodnik.com.pl



OGŁOSZENIA BEZPŁATNE MOTORYZACYJNE

KONSTAL PRODUCENT
GARAŻE Blaszane
BRAMY Garażowe
KOJCE dla Psów

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

GARAŻE WZMOCNIONE

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

Sprzedam Volkswagen Polo, (2004), 1.2, cena 9 000 zł, tel. 694 - 288 - 955

(o/b)

Sprzedam Volkswagen Passat B6, (2007), 1.9tdi, auto zadbane, wszystko sprawne, diesel, 105 KM, cena 15 000 zł do negocjacji, tel. 537 - 403 - 044

(o/b)

Sprzedam Ford Focus, (2008), 1.4 benzyna, 80 KM, kolor biały, cena 13 900 zł do negocjacji, tel. 600 - 235 - 420

(o/b)

Sprzedam Mercedes 180B, (2008), diesel, cena 14 000 zł, tel. 792 - 521 - 316

(o/b)

Sprzedam przyczepkę samochodową, 2-kołowa, zadbane, stelaż, cena 1 900 zł, tel. 513 - 771 - 544

(o/b)

Sprzedam Skoda Fabia, (2010), auto serwisowane, 2 komplety kół, przebieg 123 000 km, cena 19 000 zł, tel. 514 - 743 - 671

(o/b)

Sprzedam Opel Corsa, (2003), diesel, długie opłaty, cena 5 400 zł, tel. 519 - 819 - 441

(o/b)

Sprzedam Opel Meriva, (2005), cena 13 500 zł, tel. 572 - 656 - 784

(o/b)

Sprzedam Renault Laguna III, (2012), diesel, przebieg 156 000 km, opony lato, zima, cena 31 900 zł do negocjacji, tel. 692 - 833 - 863

(o/b)

Sprzedam Volkswagen Golf V, (2005), 1.9tdi, 105 KM, auto dobrze wyposażone, w ciągłym użytku, blacharsko do lekkich poprawek, cena 7 000 zł do negocjacji, tel. 519 - 761 - 323

(o/b)

Sprzedam Daewoo Lanos, (2002), benzyna + gaz, opłacone ubezpieczenie, przegląd na rok, opony zimowe i letnie, cena 1 900 zł, tel. 519 - 819 - 441

(o/b)

Sprzedam Citroen C3, (2003), 1.4 hdi, diesel, stan dobry, 70 KM, kolor srebrny, cena 4 999 zł, tel. 607 - 447 - 991

(o/b)

Sprzedam Audi A4 B5, (1998), stan dobry, ważne opłaty, benzyna, przebieg 260 000 km, cena 3 700 zł, tel. 660 - 678 - 104

(o/b)

Sprzedam Fiat Panda, (2006), 1.3jtd, diesel, wspomaganie, ABS, hak, elektryczne szyby, centralny zamek, cena 6 200 zł, tel. 603 - 084 - 458

(o/b)

Sprzedam Volkswagen Passat B6, (2006), 1.9 TDI, 105 KM, diesel, stan bardzo dobry, brak oznak korozji, klimatyzacja sprawna, OC i przegląd do 10.2022 r., cena 13 800 zł do negocjacji, tel. 694 - 114 - 287

(o/b)

Sprzedam Citroen C5, (2009), 2.0 diesel, pierwszy właściciel w kraju, auto sprowadzone w 2011 r., przebieg 157 600 km, w bardzo dobrym stanie technicznym, cena 21 000 zł, tel. 725 - 300 - 981

(o/b)

Sprzedam Volkswagen Passat B7, (2011), 1.8 tsi, benzyna, przebieg 181 000 km, stan techniczny bardzo dobry, nadwozie nosi drobne ślady użytkowania, cena 29 000 zł do negocjacji, tel. 692 - 105 - 927

(o/b)

Sprzedam Renault Megane 2, (2004), benzyna, przebieg 295 000 km, ABS, wspomaganie kierownicy, elektryczne szyby, lusterka, cena 3 900 zł, tel. 510 - 316 - 364

(o/b)

Sprzedam Opel Astra F, (1998), 1.4 benzyna, instalacja gazowa, salon Polska, ważne badania techniczne i OC, cena 3 400 zł, tel. 505 - 632 - 217

(o/b)

Sprzedam Renault Clio, (2005), 1.2 benzyna, klimatyzacja, elektryczne szyby i lusterka, centralny zamek, cena 4 600 zł do negocjacji, tel. 509 - 363 - 392

(o/b)

Sprzedam Peugeot 206, (2005), benzyna, auto w dobrym stanie, 2x elektryczne szyby, przebieg 160 000 km, cena 6 500 zł do negocjacji, tel. 784 - 670 - 221

(o/b)

Sprzedam Skoda Octavia II, (2005), 2.0 FSI, auto w pełni sprawne, serwisowane, klimatyzacja, elektryczne szyby, lusterka, hak, cena 10 500 zł, tel. 604 - 106 - 136

(o/b)

Sprzedam Audi A6 C5, (2000), benzyna + LPG, 4 elektryczne szyby, centralny zamek, 3 kluczyki, cena 8 500 zł, tel. 780 - 092 - 800

(o/b)

Sprzedam Toyota Verso, (2011), możliwa zamiana na Toyota Auris, cena 39 900 zł, tel. 694 - 947 - 689

(o/b)

Sprzedam Citroen Xsara Picasso, (2006), diesel, aktualne ubezpieczenie, hak, drugi właściciel, auto sprawne, nieuszkodzone, cena 5 000 zł do negocjacji, tel. 885 - 559 - 061

(o/b)

Sprzedam Audi A6 C6, (2005), 2.0TDi, 140 KM, diesel, przebieg 296 000 km, kolor czarny, cena 17 200 zł do negocjacji, tel. 505 - 273 - 301

(o/b)

Sprzedam Citroen C3, (2009), auto sprowadzone z Niemiec, opłacone, gotowe do rejestracji, środek czysty i zadbane, benzyna, cena 8 900 zł, tel. 506 - 546 - 584

(o/b)

Sprzedam Peugeot 307SW, (2006), 1.6 benzyna, 110 KM, wersja wyposażenia Oxygo, cena 9 900 zł, tel. 661 - 408 - 255

(o/b)

Sprzedam Renault Laguna 2, (2001), 1.8 benzyna, stan techniczny bardzo dobry, przebieg 236 400 km, proszę dzwonić po godz. 14, cena 4 800 zł do negocjacji, tel. 728 - 986 - 085

(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.

Pobierz aplikację mobilną

TAXI 19-191
MPT

POBIERZ Z
Google Play

Pobierz z
App Store

Najlepsza aplikacja w mieście

OGŁOSZENIA BEZPŁATNE ROLNICZE

Sprzedam zbiornik do mleka, 2 000 litrów, stan bardzo dobry, cena 11 500 zł, tel. 514 – 996 – 731

(o/b)

Sprzedam pług Overum 3+1, obrotowy, zabezpieczenia hydrauliczne, stan dobry, cena 8 400 zł do negocjacji, tel. 536 – 778 – 073

(o/b)

Sprzedam owijkę Metal Fach, stacjonarna, stan bardzo dobry, mało używana, cena 3 500 zł do negocjacji, tel. 695 – 391 – 285

(o/b)

Sprzedam rozrzutnik dwuosiowy, oryginał, na kolce, cena 7 000 zł, tel. 507 – 938 – 978

(o/b)

Sprzedam podnośnik do bel, masztowy, w bardzo dobrym stanie, cena 3 000 zł do uzgodnienia, tel. 507 – 938 – 978

(o/b)

Sprzedam ciągnik Ursus C-360, (1989), z kabiną, cena 20 000 zł, tel. 503 – 974 – 093

(o/b)

Sprzedam rozrzutnik 2-osiowy, na resorach, cena 4 500 zł, tel. 503 – 974 – 093

(o/b)

Sprzedam prasę Claas Rollant Roto Cut 454, (2010), walcowa, 25 noży, opuszczana podłoga, owijanie siatką, cena 58 900 zł do negocjacji, tel. 511 – 125 – 992

(o/b)

Sprzedam kosiarkę dyskową Deutz Fahr, szerokość robocza 2,40 m, cała w oryginale, w bardzo dobrym stanie, gotowa do sezonu, cena 8 800 zł do negocjacji, tel. 502 – 071 – 797

(o/b)

Sprzedam rozrzutnik 2-osiowy, stan dobry, garażowany, cena 7 000 zł, tel. 507 – 938 – 978

(o/b)

Sprzedam owijkę samozaładowczą Pronar Z-245, (2014), z bocznym załadunkiem, stan bardzo dobry, mało używana, cena 29 500 zł, tel. 798 – 062 – 674

(o/b)

Sprzedam rozsiewacz nawozów, 800 litrów, tarcze ze stali nierdzewnej, regulacja szerokości rozrzutu nawozu, cena 2 600 zł, tel. 786 – 048 – 890

(o/b)

Sprzedam wycinak szczękowy do kisonki, duży, 2 m szerokości, cena 4 000 zł, tel. 511 – 125 – 992

(o/b)

Sprzedam wał, gładki, szerokość 3 m, podnoszony hydraulicznie, świeżo sprowadzony z Holandii, cena 4 850 zł do negocjacji, tel. 662 – 731 – 569

(o/b)

Sprzedam rozsiewacz Vicon, 500 litrów, świeżo sprowadzony z Holandii, cena 1 150 zł do negocjacji, tel. 662 – 731 – 569

(o/b)

Sprzedam rozsiewacz nawozów Amazone, 800 litrów, w bardzo dobrym stanie, wałek WOM, w oryginale, zaczep do przyczepy, wysiew do 15 m, cena 2 400 zł, tel. 797 – 651 – 100

(o/b)

Sprzedam siewnik Poznaniak, drobny wysiew, mało używany, cena 2 600 zł, tel. 516 – 023 – 797

(o/b)

Sprzedam kosiarkę dyskową Lely Splendimo 320, w stanie bardzo dobrym, wałek WOM, cena 14 600 zł do negocjacji, tel. 502 – 071 – 797

(o/b)

Sprzedam agregat uprawowy, 2,80 m szerokości, cena 2 500 zł do negocjacji, tel. 518 – 981 – 925

(o/b)

Sprzedam zgrabiarkę Krone Swardo 1201A, (2006), cena 34 900 zł, tel. 660 – 483 – 141

(o/b)

Sprzedam owijkę bel Sipma, cena 4 000 zł, tel. 660 – 135 – 124

(o/b)

Sprzedam agregat uprawowy Amazone, stan techniczny dobry, sprowadzony z Holandii, cena 9 600 zł, tel. 660 – 327 – 522

(o/b)

Sprzedam przenośnik ślimakowy do zboża, 140x600, sprawny, cena 3 200 zł, tel. 785 – 189 – 063

(o/b)

Sprzedam beczkowóz Veenhuis, (1987), 6 000 litrów, stan bardzo dobry, kompletny, nie wymaga wkładu finansowego, cena 15 000 zł do negocjacji, tel. 690 – 662 – 249

(o/b)

Sprzedam przewracarkę Mesko-Rol, (2007), mało używana, w stanie oryginalnym, wałek przekątny, cena 4 600 zł do negocjacji, tel. 666 – 528 – 681

(o/b)

Sprzedam zgrabiarkę Kverneland, 8,50 m, sprowadzona, kompletna, wałek przekątny, tylna oś skrzepna, cena 31 000 zł, tel. 517 – 976 – 109

(o/b)

Sprzedam opryskiwacz Agrifac 3900GS, ciągany, sprowadzony z Holandii, kompletny, wałek szerokokątny, cena 22 500 zł, tel. 517 – 976 – 109

(o/b)

Sprzedam siewnik Poznaniak, sprawny technicznie, trzeba uzupełnić rurki, szerokość robocza 2,70 m, skrzynia olejowa, cena 2 200 zł, tel. 509 – 628 – 118

(o/b)

Sprzedam wał łąkowy, uprawowy, zawieszany, szerokość robocza 3 m, średnica 60 cm, stan bardzo dobry, wykonany z grubego materiału, cena 2 400 zł do negocjacji, tel. 509 – 628 – 118

(o/b)

Sprzedam paszowóz Faresin 1050, 10 m³, stan bardzo dobry, cena 28 000 zł do negocjacji, tel. 662 – 397 – 420

(o/b)

Sprzedam zbiornik na mleko Alfa Laval, agregat wymieniony kilka lat temu na nowy, odzysk ciepła, cena 9 500 zł do negocjacji, tel. 502 – 381 – 765

(o/b)

Sprzedam siewnik Poznaniak, stan bardzo dobry, cena 2 500 zł, tel. 517 – 353 – 229

(o/b)

Sprzedam przyczepę Jugosławianka I, samobieżną, stan bardzo dobry, cena 2 700 zł, tel. 517 – 353 – 229

(o/b)

Sprzedam belarkę Simpa Classic 1210, (2019), zakupiona w 2020 r., jak nowa, w 2021 r. nieużywana, wykonała około 200 bel, cena 49 900 zł do negocjacji, tel. 662 – 252 – 144

(o/b)

Sprzedam siewnik do zboża Poznaniak, w dobrym stanie, cena 1 600 zł, tel. 725 – 182 – 710

(o/b)

Sprzedam agregat talerzowy Staltech, (2016), 3 m, jak nowy, pracował na niewielkiej ilości hektarów, cena 22 500 zł do negocjacji, tel. 513 – 557 – 644

(o/b)

Sprzedam siewnik Gaspardo MTE 300, (2014), stan bardzo dobry, cena 56 500 zł, tel. 609 – 711 – 272

(o/b)

Sprzedam rozsiewacz Lely, w oryginale, bardzo dobry stan, cena 6 500 zł do negocjacji, tel. 881 – 557 – 119

(o/b)

Sprzedam talerzówkę Gregoire Besson SX, (2004), niespawana, hydraulicznie rozkładana, szerokość robocza 4 m, duże talerze, cena 25 000 zł, tel. 518 – 867 – 636

(o/b)

Sprzedam kopaczkę do ziemniaków, wszystko sprawne, stan dobry, cena 1 600 zł, tel. 532 – 113 – 250

(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.



— NIEZMIENNIE DOBRY —
JUŻ OD 30 LAT



Z PIĄTNICY, NO BO SKĄD.



Pobierz **e-kontakty** z www.egazety.pl
i czytaj na komputerze, tablecie lub telefonie.

Pijana zazdrośnica

– Sejneński dyżurny dostał informację, że w jego volkswagena uderzał jadący za nim inny samochód. Z późniejszych ustaleń policjantów wyszło, że zdarzenie miało „sercowy” kontekst. Kierująca bmw dziewczyna (18 lat) w jadącym przed nią volkswagenie zauważyła swojego byłego chłopaka. Jechał w towarzystwie innych kobiet. Widząc to w zazdrości zaczęła najeżdżać i uderzać w tylny zderzak volkswagena – relacjonuje rzecznik podlaskich policjantów podinsp. Tomasz Krupa.

Na widok patrolu dziewczyna zaczęła oddalać się w kierunku Sejnu. Po niedługim czasie inny patrol zatrzymał ją w Sejnach. Badanie alkomatem wykazało, że miała ponad promil alkoholu w organizmie. Została zatrzymana, straciła prawo jazdy. Odpowie za jazdę po pijanemu i zniszczenia mienia.

Nietrzeźwy „trzeźwy poniedziałek”

Ponad 170 policjantów podlaskiej drogówki przez kilka

godzin sprawdzało trzeźwość kierowców. Przebadali alkomatem niemal 10 300 kierowców. 34 jechało po pijanemu. Jednym z nich był obywatel Białorusi. Próbował uniknąć kary i oferował 20 euro łapówki. Łomę i drogi powiatu łomżyńskiego od godz. 4.00 do 8.00 w trzech punktach kontrolowali policjanci łomżyńskiej drogówki. Zatrzymali 708 kierowców. Pięciu z nich po alkoholu.

W 2021 r. policjanci na podlaskich drogach zatrzymali aż 2 258 kierowców, jadących po alkoholu. W 2020 r. było ich 2 183. Zaostrzone kary jakby nie odstraszały.

Ślisko!

Na prostej drodze między Rydzewem i Miastkowem (trasa Łomża – Ostrołęka) z nieustalonych przyczyn, kobieta wjechała swym samochodem do rowu. Nic jej się, na szczęście, nie stało. Przyczyną była zapewne śliska nawierzchnia.

Nagroda za wskazanie, czyje to auto



500 złotych nagrody wyznaczył właściciel stacji paliw w Wygodzie (gm. Łomża) za wskazanie kierowcy tego niebieskiego volkswagena golfa IV, który nie zapłacił za paliwo i odjechał. Złodziej podjechał pod dystrybutor i zatankował prawdopodobnie dużą ilość paliwa do pojemników w bagażniku auta. Zapewne tablice rejestracyjne golfa zostały wcześniej skradzione. Sam złodziej podczas tankowania miał założoną kominiarkę. Właściciel zapewnia dyskrecję po wskazaniu człowieka przy dystrybutorze i aucie, którym podjechał. Fot. monitoring



Zaginęła seniorka

Helena Gnatowska (73 lata) ze wsi Twarogi Lackie (gm. Perlejewo) wyszła z domu w niedzielę, 6 lutego, po południu nie informując nikogo. Ostatni raz widziano ją tego samego dnia wieczorem kilka kilometrów dalej, w miejscowości Miodusy Pokrzywne.

Helena Gnatowska jest szczupłą, ma około 160 cm wzrostu i krótkie siwe włosy. Kiedy wychodziła z domu była ubrana w jasną szarą kurtkę, na głowie miała chustę. Nie ma przy sobie dokumentów ani telefonu, na co dzień chodziła przy pomocy kul rehabilitacyjnych.

Ktokolwiek może pomóc w ustaleniu jej losu, proszony jest o kontakt z policją, tel. 112.

Podszywa się za inną osobę

Zdarzyło ci się otrzymać wiadomość od pięknej Rosjanki czy amerykańskiego generała służącego w Afganistanie? Nie daj się nabrać. Wszystko wskazuje na to, że to wiadomości od oszustów!

PODRYW NA GENERAŁA

Podaje się za mężczyznę o typowo amerykańskim nazwisku np. Richard Johnson

Historia jego życia przypomina scenariusz zapożyczony z amerykańskiego filmu.

PRZYKŁAD:

Urodził się w USA, jego mama pochodzi z Polski, żona zmarła kilka lat temu, on za dwa tygodnie przejdzie na emeryturę i szuka uczciwej kobiety, z którą będzie mógł przejść przez życie.

Postępuje się łamaną polszczyzną. Czytając taką wiadomość, mamy wrażenie, że została ona wrzucona do translatora.

Wysyła zdjęcie, na którym widnieje amerykański generał, pozujący na tle flagi USA.

Prosi np. o pożyczkę, o opłacenie cła za przesyłkę, która utknęła na granicy.

PODRYW NA ROSJANKĘ

Komplementuje w pierwszej wiadomości, nawet jeśli twój profil nie jest uzupełniony.

Szybko zakochuje się w swoim rozmówcy, snuje plany o wspólnym życiu.

PRZYKŁAD:

Aktualnie mieszka w Rosji, ale chce zamieszkać z tobą w Polsce. Potrzebuje pieniędzy na bilet, ponieważ jest biedna, ma chorą mamę, spłaca kredyt itp.

Pisze długie, sentymentalne maile, łamaną polszczyzną (często miesza polskie i angielskie słowa), które bardzo często dotyczą jej prywatnego, niezbyt szczęśliwego życia.

Jeśli nie będziesz chciał wpłacić pieniędzy, najprawdopodobniej będzie próbowała wzbudzić w tobie poczucie winy. Jeśli zaproponujesz, że to ty się do niej przeprowadzisz, będzie omijać ten temat.

PODRYW NA DYREKTORA

Trudny do rozpoznania, ponieważ wiadomość, którą wysyła jest bardzo autentyczna.

Jest osobą spełnioną zawodowo, posiada wiele zainteresowań. Podaje swój numer telefonu.

PRZYKŁAD:

Wciela się w osobę z otoczenia. Podaje się za rodaka pracującego na wysokim stanowisku, posiadającego wyższe wykształcenie i dobrą posadę.

Postępuje się poprawną polszczyzną. Język, jakiego używa, nie różni się zbyt wiele od tego, którego używamy na co dzień.

Aby nie dać się oszukać, nie należy kontaktować się z taką osobą telefonicznie. Nie należy również podawać swoich prywatnych danych kontaktowych i adresowych czy też przysyłać skanów dokumentów itp.

Poradnia psychologa

Mama w domu starców

Moja mama jest już starszą kobietą, coraz gorzej sobie radzi, ojciec nie żyje. Potrzebuje pomocy, której ja nie jestem jej w stanie udzielić. Dlatego zaczęliśmy z żoną myśleć o tym, aby przenieść ją do jakiegoś domu starości. Jak ją do tego przekonać?

Paweł

Na temat życia ludzi w domach spokojnej starości jest sporo badań i trochę wiemy, jak się tam czują.

Pierwsze najważniejsze ustalenie jest takie: lepiej funkcjonują ci, którzy decydują o przeniesieniu do „domu starców” podejmują z własnej woli, nie przymuszeni przez nikogo.

Starsi, którzy zostali „przeflanconiani” w nowe miejsce wbrew swojej woli, pod przymusem lub którym nie dano żadnego wyboru, funkcjonują o wiele gorzej i o wiele szybciej umierają (badania pokazują, że żyją nawet kilka lat krócej niż ci, którzy chcieli przenieść

się z własnej woli). Wynika z tego, że starszej osobie trzeba przedstawić różne propozycje, pozwolić jej zapoznać się z nowym miejscem (może nawet pojechać tam), przekonywać, a nie zmuszać.

Jeśli chodzi o sam ośrodek, badania wykazały, że nie tyle ważny jest poziom placówki, ale to, w jakim stopniu starsi mogą decydować o tym, co się wokół nich dzieje, jak wygląda wystrój ich pokoju, mają wpływ na organizację swojego czasu, mogą samodzielnie podejmować decyzje, itp. Lepiej czują się też ludzie w miejscach, w których są zwierzęta i rośliny. Są ośrodki, w których można mieć własne zwierzęta.

Gdyby pokusić się na jakąś poradę, brzmiałaby tak: im większą samodzielność i kontrolę ma starsza osoba nad tym, co się wokół niej dzieje, tym będzie zdrowsza i będzie lepiej funkcjonować.

DR MARCIN FLORKOWSKI
psycholog



Fot. pixabay

Pytanie intymne

Po operacji usunięcia części mojego kobiecego wnętrza cieszyłam się, że będę żyć. Teraz zastanawiam się, jak będę żyć. Czuję się jakby mniej kobieca, jakby ciągle chora, ale inaczej. Czasami nachodzą mnie takie myśli, że jestem w środku pusta. I wtedy nawet boję się przytulić do męża. Czy wrócę do seksu?

Eliza

Każdego roku kilka tysięcy kobiet ma usuwaną macicę i jajniki. Wracają do zdrowia, do równowagi psychicznej, aktywności życiowej i tęsknią do współżycia. Boją się, że ich męczyzna nie zaakceptuje in-

ności. Te obawy trzeba przełamać. Zbyt długie zwleknięcie z powrotem do życia seksualnego po poważnej operacji nie wpłynie pozytywnie na związki. Proszę pamiętać, że najważniejsze jest uczucie, zrozumienie siebie i pragnienie.

Nie ma medycznych powodów (można to zawsze skonsultować z lekarzem), aby wstrzymać się przed współżyciem. Dla mężczyzny seks z kobietą po operacji ginekologicznej też nie ma żadnej różnicy, nic się nie zmienia w jego odczuciach. Można kochać się bez obaw i po chorobowej przerwie na nowo przeżywać miodowy miesiąc.

Lekarz domowy

Wyskoczyła mi jakaś grudka na języku. Koleżanki śmieją się, że to pypeć, bo obgadywałam chłopaków. Ja myślałam, że się oparzyłam. Ale minęły prawie dwa miesiące i nie znika. Grudka jest mała (ok. 2 mm), raczej się nie powiększa, ale przeszkadza. Co mam robić?

Olga

Koniecznym zgłosić się do lekarza. Grudka, czy guzek jest objawem jakiejś zmiany chorobowej.

Nie powinno jej być na języku. Lekarz stwierdzi, czy to pleśniawka, czy coś innego i zdecyduje o leczeniu. Jeśli leczenie nie pomoże, grudka zostanie wycięta i poddana badaniom histopatologicznym. Dziś grudka ma łagodny charakter, nie powiększa się, pewnie nie boli. Ale gdy występuje w miejscu narażonym na ciągłe drażnienie w czasie jedzenia, żucia gumy, mówienia, istnieje groźba zezłośliwienia. Dlatego bezpieczniej usunąć takie nieproszone „pypcia”.

Pod paragrafem

Czy to jest bezpieczne i zgodne z prawem, jeśli umowę o pracę tymczasową mam podpisać z agencją, a nie z pracodawcą? Czy agencji można zaufać? Chodzi mi o to, by nie mieć potem problemu z płacą za moją pracę.

Robert

Niektórzy pracodawcy zgłaszają agencjom, jakich pracowników tymczasowych potrzebują. Agencja podpisuje z pracownikiem umowę i niejako wynajmuje go pracodawcy. Zawsze warto najpierw sprawdzić,

czy agencja działa legalnie. Można to szybko skontrolować przez Internet, wchodząc na stronę Związku Agencji Pracy Tymczasowej (www.zapt.pl lub www.praca.gov.pl). Umowa o pracę musi być sporządzona na piśmie i być zawarta na określony czas. Pracownik tymczasowy ma prawo do urlopu (za każdy przepracowany miesiąc przysługują 2 dni). U jednego pracodawcy nie może pracować dłużej, niż 12 miesięcy. Ale w każdej chwili pracodawca może pracownika tymczasowego zatrudnić na stałe.



Przysmak
podlaski

Bezmiesny
pasztet

Składniki

- 40 dag suchej ciecierzycy
- 30 dag pieczarek
- 2 duże jajka
- 1 duża cebula
- 3 łyżki bułki tartej
- 3 ząbki czosnku
- 2 łyżki oleju
- 1 łyżka masła
- 3 ziela angielskie
- 3 liście laurowe
- 2 łyżki majeranku
- 1/2 łyżeczki tymianku
- 1/2 łyżeczki kurkumy
- 1/3 łyżeczki gałki muskatowej
- sól pieprz

Ciecierzycę zalać przegotowaną letnią wodą i pozostawić na całą noc do namoczenia. Wodę od-

lać, ciecierzycę zalać świeżą wodą, dodać liście laurowe i ziela angielskie. Gotować do miękkości ok. 1 godzinę. Odcedzić, usunąć liście, ziela i wystudzić. Na patelni rozpuścić masło z olejem. Dodać posiekaną w drobną kostkę cebulę. Smażyć do zeszklenia. Dodać pokrojone drobno pieczarki i smażyć na dużym gazie do całkowitego odparowania wody i przyrumienienia się pieczarek. Podsmażone pieczarki z cebulą wystudzić. Ciecierzycę z pieczarkami i cebulą zmiksować w robocie. Jeśli masa jest zbyt gęsta dodać trochę wody z gotowania ciecierzycy. Do masy dodać jajka, bułkę tartą, przeciśnięty przez praskę czosnek, zioła, kurkumę, gałkę oraz sól i pieprz. Wszystko dokładnie wymieszać. Keksówkę o wymiarach 30x10 cm wysmarować olejem i wysypać bułką tartą. Przełożyć do niej pasztet, wierzch pasztetu posmarować olejem. Wstawić do nagrzanego do 180 stopni piekarnika (grzałka góra-dół) i piec przez ok. 50 minut. Paszтет wystudzić na kratce.



Co mówi pozycja, w jakiej zasypiacie?

Fot. pixels

W objęciach: ciała wtapiają się w siebie, w objęciach krzyżują nogi i ręce. Bliskość ciał, choć nie zawsze śpi się wygodnie, świadczy o uczuciu i trosce. Nienasyceń lgną do siebie i ładują się swoją energią. Jaka noc, taki dzień. Wszystko robią razem, liczą się ze swoim zdaniem.

Odwroćni do siebie plecami: to znak, że para jest doświadczona, zna różne smaki wspólnego życia. W tym związku królują niezależność. Nie ma zazdrości i zaborczości, ale nie ma też spontaniczności i wylewnego okazywania uczuć. Dobrze się dogadują, nie kłócą, ale tak jak w nocy, żyją trochę obok siebie.

Na łóżeczku: oboje leżą na boku w ten sposób, że kobieta odwrócona jest do mężczyzny tyłem, a on przodem do jej pleców. Kobieta śpi w czułym objęciu mężczyzny. W takim związku może być zupełnie spokojna, bo mężczyzna będzie ją przed wszystkim chronił. Oboje czują się spełnieni, mężczyzna zapewnia bezpieczeństwo, także materialne, a kobieta czuje się kochana i adorowana.

Na brzuchu: zasypianie obojgu na brzuchu świadczy o burzliwym związku. Para pełna energii będzie ze sobą rywalizować i często przejawiać chęć dominowania. Będzie trudno o kompromis, bo każdy chce mieć ostatnie zdanie. W tym związku mogą wystę-

pować kłótnie, a potem... czule przeprosiny.

Na plecach: gdy mężczyzna leży na plecach, a kobieta zasypia z głową położoną na jego piersi i on jeszcze obejmuje ją ramieniem, w związku panuje miłość, rozumienie i kompromis. Gdy oboje leżą na plecach obok siebie, również ich życie będzie obok siebie, z dawno zasypianym szczęściem, bez zaufania, a seks monotonny i bez uniesień.

Na brzuchu i na boku: śpiący na brzuchu pragnie dominować, narzuca swoją wolę, ma zawsze ostatnie zdanie. Śpiący na boku coraz bardziej czuje się ubezwłasnowolniony, jeśli się zgadza, to tylko dla tzw. świętego spokoju, ale wewnętrznie buntuje się. Para musi zadbać o swoje uczucie, bo przygasa.

Na plecach i na boku: para o różnych temperamentach i osobowościach. Uzupełniają się w życiu, są zdolni do kompromisów. W ich związku panuje harmonia, bo potrafią się wspierać. Mają wspólne pasje, a w seksie lubią poznawać wszystkie smaki.

Na plecach i na brzuchu: para o różnych zainteresowaniach i charakterach oraz silnych osobowościach. Śpiący na brzuchu pragnie dominować w związku, ale nie zawsze mu się to udaje. Trochę iskrzy, jednak zwykle zwycięża rozsądek, bo szkoda czasu na kłótnie. Lepiej się kochać.



Uczeń pyta swojego Mistrza:
– Mistrzu, czym różni się kobieta od perły?

Mistrz na to:

– Perłę nawleka się z dwóch stron, a kobietę tylko z jednej.
– Ale mistrzu! Ja słyszałem o takich kobietach, które nawleka się z obydwu stron.
– To nie kobiety, to perły – mówi Mistrz.



Rozmawia dwóch kolegów:

– Tyle głosów, że maseczki nie pomagają, a to nieprawda.
– Tobie pomogły?
– Tak, spotkałem się wczoraj z poznaną niedawno laską, obok przechodziła żona z teściową i mnie nie poznały.



Środek nocy, z baru na al. Legionów wychodzi zawiany gość. Pod stacją paliw zauważa taksówkę, sprawdza portfel, wylicza, że ma 10 zł, podchodzi do taksówkarza i pyta:

– Ile za kurs na Woźniowską?
– O tej porze to 15.

– Za 10 nie da rady?

– Spadaj i nie zwracaj głowy!

Następnego dnia imprezowicz idzie ulicą i widzi długą kolejkę taksówek, a na samym końcu niemiłego taksówkarza z wczorajszego wieczora. Podchodzi do pierwszej taksówki i pyta:

– Ile za kurs na Woźniowską?

– 15 złotych.

– Dam panu 50, ale w czasie jazdy strzepie mi pan wacka.

– Spadaj, zboku, bo zaraz ci dowalę – wkurzył się taksówkarz.

W ten sam sposób obszedł wszystkie taksówki i dotarł do ostatniej.

– Ile za kurs na Sienkiewicza?

– 15 złotych – mówi niemiły wczoraj taksówkarz.

– Dam 50 pod warunkiem, że ruszy pan powoli i pomacha do wszystkich swoich kolegów taksówkarzy.

– Nie ma sprawy! – mówi skąpy taksiarz i powolutku rusza...



Przychodzi facet do pustelni i pyta:

– Jak udaje ci się zachować spokój ducha i radość życia w naszych trudnych czasach? Naucz mnie!

– Ile razy dziennie mówisz „spie...laj” i tym podobne?

– Cóż, nawet kilkadziesiąt razy.

– No to zamiast „spie...laj” mów „Idź w pokój”.

– Starcze, to, k... wa, jakieś frazesy!

– Idź w pokój, synu. Idź w pokój!



Tu warto być

Grajewo

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

■ Spotkanie Dyskusyjnego Klubu Filmowego „W starym kinie” z projekcją filmów i dyskusją; poniedziałek, 21 lutego, godz. 19.15.

Łomża

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

■ Koncert skrzypcowy Polish Violin Duo w składzie: Marta Gidaszewska (skrzypce) i Robert Ługaniuk (skrzypce); czwartek, 17 lutego, godz. 18.30. Wstęp wolny.

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

■ Premiera spektaklu „Sam, czyli przygotowanie do życia w rodzinie”. To dowcipna, przewrotna komedia z życia nastolatka, która stanowi gorzką satyrę na współczesny system edukacji. Autor: Maria Wojtyśko. Obsada: Daria Głowacka, Julia Sacharczuk, Tomasz B. Rynkowski, Oskar Lasotka, Marek Janik, Rafał Swaczyna; sobota, 19 lutego, godz. 17.00. Kontakt, tel. 86 216 31 93 i 666 383 704.

Zambrów

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

■ Stand-up Antoniego Syreka-Dąbrowskiego pt. „Życie” i Łukasza Kowalskiego „I tak się powoli żyje”; niedziela, 20 lutego, godz. 18.00. Bilety na stronie kupbilecik.pl.

Repertuar kin:

■ **Kino „Relax” Grajewo:** 19 – 20 lutego – „Sing 2”, godz. 16.30 i „355”, godz. 19.00. **Kino „Wrzos” Kolno:** nieczynne. **Kino „Wars” Wysokie Mazowieckie:** 18 – „Sing 2”, godz. 17.00 i „Miłość jest blisko”, godz. 20.00; 19 – 20 lutego – „Skarb Mikołajka”, godz. 14.00 oraz „Sing 2”, godz. 17.00 i „Miłość jest blisko”, godz. 20.00; 23 lutego – „Miłość jest blisko”, godz. 17.00 i „Sing 2”, godz. 20.00; 24 lutego – „Sing 2”, godz. 17.00 i „Miłość jest blisko”, godz. 20.00. **Kino MOK Zambrów:** 18 lutego – „Wilki i jej sekret”, godz. 17.00 i „8 rzeczy, których nie wiecie o kobietach”, godz. 19.00; 21 – 24 lutego – „Skarb Mikołajka”, godz. 14.45 oraz „8 rzeczy, których nie wiecie o kobietach”, godz. 17.00 i „Miłość, seks & pandemia”, godz. 19.00.

Konkurs • Konkurs • Konkurs • Konkurs XX Konkurs Poetycki im. J. Kulki

XX Ogólnopolski Konkurs Poetycki im. Jana Kulki ogłasza Miejski Dom Kultury w Łomży. Konkurs ma charakter otwarty. Każdy twórca może złożyć jeden zestaw (dwa utwory), niepublikowane drukiem oraz nie nagradzane w innych konkursach (w tym w konkursach internetowych). Tematyka utworów dowolna. Jury odrębnie nagrodzi utwór o Łomży lub okolicach (może być dodatkowym, trzecim utworem).

Nagroda Główna wynosi 2 000 zł brutto, II Nagroda – 1 000 zł, III – 700 zł. Za najlepszy wiersz o tematyce łomżyńskiej jest przyznawana Nagroda Prezydenta Łomży w wysokości 1 000 zł brutto.

Zgłoszenia należy przesłać do 27 marca wyłącznie e-mail: konkurs.poetycki@mdk.lomza.pl (zgłosze-

nia przesyłane drogą pocztową; nie będą brane pod uwagę). Musi zawierać trzy dokumenty: plik z zestawem wierszy, podpisany tylko i wyłącznie godłem (w formacie docx/doc lub pdf); plik zawierający godło, imię i nazwisko autora, wiek, numer telefonu, adres zamieszkania, adres e-mail, krótką notę biograficzną; podpisane oświadczenia (scan lub wyraźne i ostre zdjęcie)

Rozstrzygnięcie Konkursu i uroczyste wręczenie nagród odbędzie się podczas gali 23 kwietnia.

O wynikach organizator powiadomi (telefonicznie i mailem) tylko laureatów.

Szczegółowe informacje, regulamin i druczek oświadczenia na www.mdk.lomza.pl. Zapytania, tel. 86 2163226.

HOROSKOP

BARAN (21 III – 20 IV): zakończył się jakiś cykl w Twoim życiu i wszystko zaczyna się kręcić od nowa. Wykorzystaj to na rozpoczęcie czegoś, o czym marzysz. Ośmiel się!

BYK (21 IV – 21 V): uciekasz od opinii innych, nie chcesz postępować tak, jak radzą Ci mający wiedzę i doświadczenie. W najbliższym czasie przekonasz się, że czasem warto pójść z prądem i nie walczyć, oryginalność i odmienność nie będą Ci się teraz opłacać.

BLIŹNIĘTA (22 V – 20 VI): nastąpi czas rozkwitu. Zrobisz coś, a start będzie pomyślny, więc i dalej sprawy potoczą się dobrze. Niezależnie od warunków pogodowych, w Twoim sercu będzie świecić słońce. Jeśli masz zapał i entuzjazm, nie stracisz na żadnym przedsięwzięciu.

RAK (21 VI – 22 VII): zielone światło dla spraw związanych ze zdawaniem na prawo jazdy, zmianą lub remontem samochodu. Wszelkie planowane wyjazdy udadzą się. Dla pracoholików informacja, że intensywny okres jeszcze się nie skończył, odpoczniesz znacznie później.

LEW (23 VII – 22 VIII): wszelkie pomysły mają szansę na szybką i skuteczną realizację. Gdy będziesz obracać się w środowisku ludzi sprawnych i pozytywnie myślących, ich energia spłynie również na Ciebie. Zyskasz szczególnie, jeśli zainwestujesz w przedsięwzięcie na początku ryzykowne.

PANNA (23 VIII – 22 IX): nie szukaj wymówek, żeby się usprawiedliwiać z... lenistwa! Szukaj powodów, żeby coś zrobić, myśleć pozytywnie, mieć motywację. Zaangażuj się w coś tak naprawdę po to, żeby poczuć, jak to jest, kiedy nic nie musisz, a działanie wypływa z potrzeby serca.

WAGA (23 IX – 23 X): jeśli czujesz zawód, nie ma on przyczyny w okolicznościach zewnętrznych tylko w przeroście Twoich wcześniejszych ambicji. Zrób re-

alistyczny przegląd życia, naprawdę nie jest tak źle, jak myślisz.

SKORPION (24 X – 21 XI): wszystko idzie w najlepszym kierunku. Wszelkie zaplanowane projekty doprowadzają do końca, bo okoliczności wyjątkowo Ci sprzyjają. Jeśli nie teraz, to kiedy? Nie odkładaj życia na przyszłość, co masz zrobić za tydzień, zrób dziś, co masz zrobić jutro, zacznij od razu.

STRZELEC (22 XI – 21 XII): dużą radość dadzą Ci spotkania towarzyskie. Wśród ludzi zapomnisz o wszelkich bólach. Ciesz się drobnymi przyjemnościami, jak wyjście do kina lub smaczne danie, przygotowane własnoręcznie. Doceniaj ludzi, którzy są z Tobą, zauważ jak dobrze Ci życzą i jak im na Tobie zależy. Masz po co i dla kogo żyć.

KOZIOROŻEC (22 XII – 19 I): chyba za wiele sobie odmawiasz w życiu i przekładasz na potem. A może by tak pomyśleć o czymś, co sprawiłoby Ci radość natychmiast? Zawsze jest coś takiego, co można zrobić, żeby poczuć się lepiej. Nie musisz uprawiać ascezy i cierpieć, szkoda Twojego życia.

WODNIK (20 I – 18 II): w najbliższym czasie dopilnuj spraw związanych z dokumentami, płatnościami, sprawami prawnymi, urzędowymi i podatkowymi. Jeśli masz do napisania list, pismo lub należałoby zadzwonić, zrób to od razu, nawet jeśli nie czujesz natchnienia. W przeciwnym razie ta sprawa wciąż będzie Cię męczyć. Uważasz, że ktoś potraktował Cię niesprawiedliwie? W jego mniemaniu wszystko jest w porządku i nie zmienisz jego sposobu myślenia.

RYBY (19 II – 20 III): być może nie ominie Cię pewien ból serca, ale zanim będziesz cierpieć z powodu kogoś, przypomnij sobie, że cierpienie nie jest nakazem, jest w pewnym sensie wyborem. Każda sytuacja ma swoje plusy i minusy i nie musisz patrzeć na ciemniejsze strony.

XXII Mikrolotowe Mistrzostwa Podlaskiego „Kontakty” 2021



Partner Strategiczny:



Sponsor Główny:

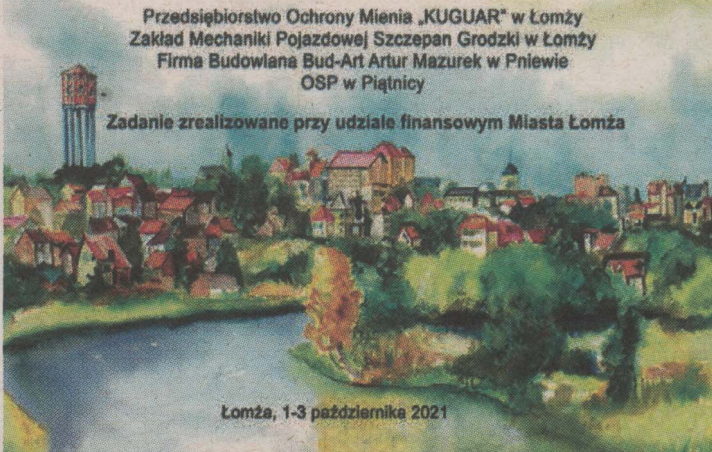


Sponsorzy, partnerzy, mecenasi:



Przedsiębiorstwo Ochrony Mienia „KUGUAR” w Łomży
Zakład Mechaniki Pojazdowej Szczepan Grodzki w Łomży
Firma Budowlana Bud-Art Artur Mazurek w Pniewie
OSP w Piątnicy

Zadanie zrealizowane przy udziale finansowym Miasta Łomży



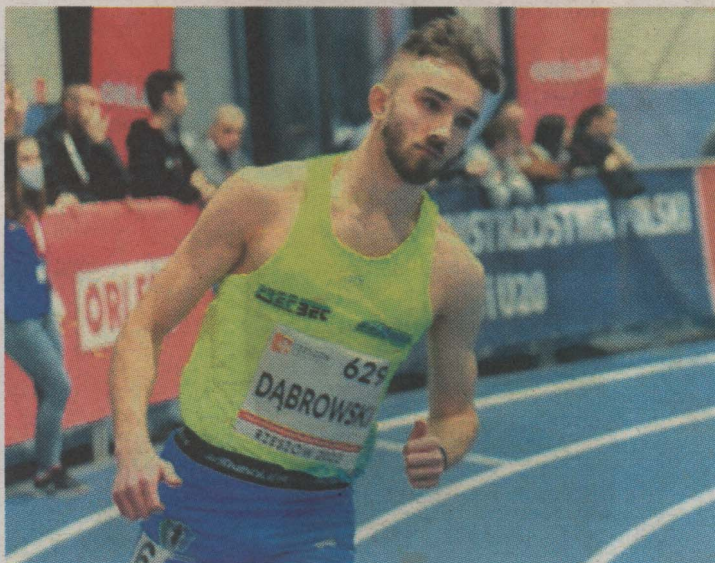
Łomża, 1-3 października 2021

Iwona Bernardelli wygrywa Bieg Wedla



Iwona Bernardelli (KS Prefbet-Sonarol) zwyciężyła XVII Bieg Wedla, który rozegrano w Parku Skaryszewskim w Warszawie. Uzyskując na trasie 9 km wynik 31:58 nie tylko zwyciężyła, ale również poprawiła rekord Biegu, należący do Lili Fiskowicz (Mołdawia) 32:11.

0 Mistrzostwie Polski zdecydowało... 7 milimetrów!



Znakomity występ na Halowych Mistrzostwach Polski U18 i U20 zanotowali biegacze trenera Andrzeja Korytkowskiego z Klubu Sportowego Prefbet-Sonarol. Najlepiej zaprezentował się Piotr Dąbrowski, który na dystansie 400 metrów został sensacyjnym, ale w pełni zasłużonym Mistrzem Polski Juniorów. Na mecie aparatura pomiarowa precyzyjnie pokazała, że wygrał o 0,001 sek. (słownie: 1 tysięczna sekundy). Obrazowo: w 1 tysięczną sekundy przy jego prędkości pokonał... 7 milimetrów.

Na tym nie koniec dobrych wieści, ponieważ tym startem Piotr Dąbrowski zdobył swój 10 medal Mistrzostw Polski.

W tym samym biegu szóstą lokatę wywalczył Bartosz Jurak,

kolega klubowy Piotra Dąbrowskiego.

Martyna Krawczyńska (800 m) i Wiktoria Grałowska (1000m) solidarnie otarli się o podium i zajęły czwarte lokaty.

Trener Andrzej Korytkowski: – Bardzo dziękuję Janowi Małyszewskiemu, nauczycielowi z Kobylina Borzymów, który kilka lat temu „podesłał” mi na trening Piotra Dąbrowskiego. Dziękuję również samorządom, z których pochodzą zawodnicy za wydatną pomoc.

Cała czwórka startujących na Mistrzostwach, jest uczniami Liceum Mistrzostwa Sportowego w Łomży, a ich trenerem od początku lekkoatletycznej kariery jest Andrzej Korytkowski.

IV/O110

