

MIEJSKA BIBLIOTEKA PUBLICZNA
Walczy Kownacki!
18-400 Łomża, ul. Ks. Anny 2
tel. 86 218 43 65

Walczy Kownacki! • Fotorelacja z Kolna • Osłupienie!

Tygodnik Podlaski

www.kontakty-tygodnik.com.pl

KONTAKTY

30 (2068)

31 lipca 2022

cena: 3,50 zł (z VAT 8%)

*Chleba naszego powszedniego
daj nam obfitość, Panie*

**Wakacyjna
przygoda**

**Mściwe
porachunki**



Fot. pixabay

ISSN 0208-6840 INDEKS 363286



Jeszcze nie opadł szok wywołany przez rzecznika archidiecezji białostockiej, a w czasie, gdy arcybiskup Józef Guzek listem pasterskim przeproszał wiernych za jego zachowanie, informacje z Drohiczyzna wprawiły w szok jeszcze większy! Jest kontekst Łomży

1.

Sprawa dotyczy znanego księdza, sekretarza biskupa diecezji drohiczyńskiej Antoniego Dydycza, a po przejściu biskupa na emeryturę, jego kapelana i dyrektora Caritas Łukasza Gołębiewskiego.

„Na początku nie przyznawał się, że jest księdzem. Po zdjęciu, jakie mi przysłał, jednak go poznałem. To znana osoba. Nieraz pojawiał się przy bp. Dydyczu, którego był sekretarzem, a teraz jest jego kapelanem”, opowiedział w redakcji „Gazety Wyborczej” młody (24 lata) mężczyzna, który prowadził z ks. Gołębiewskim rozmowy na portalu gejowskim. Na dowód przekazał dziennikarzom zapisy części rozmów w aplikacji.

Internetowy rozmówca ks. Gołębiewskiego był klerykiem Seminarium Duchownego w Łomży, w czasie, gdy w maju 2019 r. znalezione zostało na strychu budynku Seminarium ciało kleryka pierwszego roku, który się powiesił. Twierdzi, że „zdarzenie to miało seksualny kontekst”, jednak nie chciał mówić o szczegółach. Śledztwo zostało umorzone.

Twierdzi też, że zanim, w sprawie korespondencji z seksualnym podtekstem z ks. Gołębiewskim poszedł do mediów, półtora miesiąca wcześniej zgłosił się do obecnego biskupa drohiczyńskiego Piotra Sawczuka. „Otrzymałem od sekretarza biskupa zdawkową odpowiedź, że wiadomość dotarła z załącznikami. I cisza”.

Ks. Łukasz Gołębiewski miał, m.in. wyznać byłemu łomżyńskiemu seminarzyście, że był już w kilku gejowskich związkach i szuka kolejnego.

2.

– Rozmawiałem z ks. Łukaszem i wszystkiemu zaprzeczył, nawet złożył na piśmie oświadczenie, że to nieprawda. Ks. Łukasz twierdził, że ktoś się pod niego podszywa. Poprosiłem, żeby mi na to dostarczył jakichś dowodów, żeby zgłosił na po-



licję albo może, żeby wystąpił o weryfikację do sieci komórkowej. Do tej pory tego nie zrobił – przyznał biskup Pior Sawczuk w rozmowie z dziennikarzem „Gazety Wyborczej”.

– Prawdopodobnie wszystko będzie szło w kierunku zawieszenia ks. Łukasza w pełnieniu wszelkich obowiązków, żeby miał możliwość oczyszczenia. Takie zachowania, jakie wynikają z korespondencji ks. Łukasza na tym portalu, nie przystają księdzu, są nieakceptowalne i oburzające. Jeśli okażą się prawdą, konsekwencje będą musiały być daleko idące – zapewnia biskup.

Ks. Gołębiewskiego broni w rozmowie z dziennikiem biskup senior Antoni Dydycz. Powiedział, że jest absolutnie pewien co do czystości moralnej ks. Łukasza.

– Tymi bulwersującymi informacjami o nim jestem zaskoczony, wyglądają jak zwykłe pomówienia – twierdzi.

3.

„Nawiązując do artykułu zamieszczonego na jednym z por-

tali internetowych na temat ks. Łukasza Gołębiewskiego, Kuria Diecezjalna w Drohiczyźnie informuje, że sprawa jest badana od półtora miesiąca. Opisany w artykule kapłan zaprzecza, jakoby to on brał udział w niemoralnym i gorszącym dialogu, którego fragmenty przytacza medialny przekaz. Treść wypowiedzi zasługuje niewątpliwie na surową ocenę i jest oburzająca, ale ich autorstwo musi być zweryfikowane na odpowiedniej drodze. Tezę medialną o rzekomej zwłoce władzy diecezjalnej w reakcji wobec opisanego kapłana studzi kan. 196 § 1 Kodeksu Prawa Kanonicznego, który mówi, że „pozbawienie urzędu, stanowiące karę za przestępstwo, może być dokonane tylko zgodnie z przepisami prawa”.

Ubolewamy nad tym, że sprawa opisana w artykule daje okazję do mówienia źle o Kościele i zapewniamy o woli rzetelnego jej wyjaśnienia”, napisał kanclerz kurii diecezjalnej w Drohiczyźnie ks. Zbigniew Rostkowski w oficjalnym komunikacie.

Co ty na to

Prezes, młodzież i smartfony

Podczas niedawnego spotkania w Gnieźnie prezes PiS Jarosław Kaczyński, zapytany o pomysł na mobilizację młodych do głosowania ma PiS przyznał, że działania rządu nie przekonały potencjalnych młodych wyborców. „Młodzież jest pod bardzo wielkim wpływem smartfonu, mówią w przenośni. Tu znowu my wielkich możliwości nie mamy, ale będziemy prowadzili kontrakcje”, zapowiedział, nie ujawniając, na czym „kontrakcje” miałyby polegać.

Trzy lata temu, w marcu 2019 roku Prezes Kaczyński chwalił się, że smartfony młodzi mogą mieć dzięki PiS: „W bardzo wielu wypadkach ludzie mogli podjąć różne decyzje. Choćby o zakupie smartfonu dla dziecka. Decyzje, których przedtem nie mogli podejmować”.

„Wersal” w prokuraturze

Za 854 tys. zł. (z montażem) kupiła bez przetargu ekskluzywne meble włoskiej firmy LAS i polskiej Nowy Styl Prokuratura Regionalna we Wrocławiu, kierowana przez nominatą Ziobry prokuratora Bartosza Pęcherzewskiego. Wybrała je architektka wewnątrz Anna Budzowska, prywatnie żona prokuratora Prokuratury Okręgowej, za co otrzymała 44 tys. 772 zł brutto wynagrodzenia. Dostawcą mebli było więzienne przedsiębiorstwo „Pepebe” z Włocławka, które zajmuje się... produkcją prefabrykatów betonowych, garaży i więziennego ogrodzenia. Pozwoliło to uniknąć przetargu na zakup mebli, ponieważ „Pepebe” jest firmą państwową. Dalej jest jeszcze ciekawiej, bo jak poinformowała rzecznik Prokuratury Regionalnej we Wrocławiu prok. Katarzyna Bylicka, „pod koniec miesiąca lipca br. rozpoczyna się kompleksowy remont budynku głównego Prokuratury Regionalnej”. Żeby nie było wątpliwości pisze, iż „Wyremontowane zostaną wszystkie pomieszczenia na poszczególnych piętrach, począwszy od piwnic, które będą w pierwszej kolejności osuszane, poprzez całkowitą przebudowę pomieszczeń zajmowanych obecnie przez pracowników ochrony, z których powstanie biuro podawcze oraz remont sali konferencyjnej”. To oznacza, że nowe meble za setki tysięcy złotych będą demontowane, przewożone i magazynowane, aż remont się skończy.

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 Kędzielski,
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

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.

Ważne słowo:



Fot. pixabay

Konsekwencje poniesie „ciemny lud”

Janusz Kowalczewski: – Od kilkunastu tygodni Jarosław Kaczyński testuje na opinii publicznej wyimaginowane zagrożenia: niezmiennie co zbliżające się wybory Niemcy, niezmiennie Bruksela, „tęczowa zaraza”. Najnowszym zagrożeniem są smartfony w rękach młodzieży. Może coś chwyci. PiS wykonuje też nerwowe ruchy, mające uspokoić swój elektorat przestraszony tym, co jak najbardziej realne, a nie wydumane: drożyną. Instytut Badań Internetu i Mediów Społecznościowych poinformował w ubiegłym tygodniu w swej codziennej analizie zawartości sieci, że na wsi, w małych i średnich miastach, gdzie przecież przede wszystkim mieszkają wyborcy PiS, ludzie zaczynają oszczędzać, gromadzić zapasy, zastanawiać się, w czym ulokować gotówkę, a w województwach wschodnich wzrasta zainteresowanie pozwoleniem na broń.

To nadzwyczaj wyraźne symptomy szykowania się na spodziewany kryzys.

Co w tej sytuacji robi PiS? Wakacje kredytowe, z których skorzysta większość uprawnionych i które zniosą efekty podwyżki stóp procentowych, czyli przyczynią się do przedłużenia inflacji i wzrostu cen. Dodatek węglowy w postaci trzech tysięcy złotych, który trafi do właścicieli kopciuchów (głównie elektorat PiS), omijając szerokim łukiem tych, którzy zmienili źródło ciepła na ekologiczne i teraz zostali z niczym, choć ceny gazu i pelletu też poszły w górę.

To wszystko uderzy w nas z czasem ze zdwojoną siłą, bo nie są to rozwiązania systemowe, ale doraźne, które mają dać natychmiastowy efekt w postaci wdzięczności obywateli. Z nadzieją, że takimi i podobnymi działaniami, rozdawnictwem i strachem przed wskazywanymi wrogami, PiS zdoła się doczłochać do wyborów, a potem się zobaczy. Najważniejszym celem nie jest bowiem znalezienie i zastosowanie najlepszych dróg wyjścia z kryzysu, lecz wygranie wyborów. Bez względu na konsekwencje. Bo te poniesie „ciemny lud”.

OSTATNIA PROSTA!
#SZCZEPIMYSIE

Zarejestruj się na: gov.pl/szczepimysie



■ „To nie jest najniebezpieczniejsze miejsce na ziemi, ale najpiękniejsze. Niebezpieczeństwo tego obszaru, jego stopień, będzie zależało od naszych działań. Jeżeli przyjmemy wszystkie decyzje, które są konieczne dla tego terenu, żeby zagwarantować dla niego bezpieczeństwo razem z naszymi partnerami z NATO, to będzie zarówno piękne, jak i bezpieczne miejsce”, mówił prezydent Litwy Gitanas Nausėda w Sejnach. Przyjechał na pogranicze przy okazji organizacji Światowego Kongresu Młodzieży Litewskiej, który odbywa się w Puńsku, nazywanym stolicą Litwinów w Polsce. Kongres jest organizowany co cztery lata w innej części świata od ponad 50 lat.

■ Prokuratura od 5 lat nie jest w stanie ustalić, czy masowe cięcie drzew w Puszczy Białowieskiej było przestępstwem. Śledztwo zostało zawieszone gdyż, jak informuje „Rzeczpospolita”, prokuratura ma problem ze znalezieniem biegłego. Tyle, że próbę jego wyłonienia podjęła dopiero po 4 latach, w październiku 2021 r. Tylko w roku 2017 wyciętych zostało w Puszczy 180 tys. drzew, a masowa wycinka została wstrzymana, gdy Trybunał Sprawiedliwości Unii Europejskiej nakazał Polsce jej natychmiastowe przerwanie pod groźbą kar 100 tys. euro dziennie.

■ „Przepraszam wszystkich wiernych za zachowanie byłego rzecznika archidiecezji i zapewniam, że nie ma zgody na takie postępowanie”, napisał abp Józef Guzek w liście do wiernych odczytywanym w kościołach archidiecezji białostockiej w niedzielę, 24 lipca. Rzecznik archidiecezji ks. Andrzej Dębski był też prefektem Seminarium Duchownego, kapelanem Jagiellonii, prowadził w TVP program „Ziarno” oraz współtworzył program „Pod Twoją obronę”. Po ujawnieniu filmu, jak się masturbuje i treści wiadomości (w jednej z nich pisał: „Będziesz pierwszą kobietą w historii wyruszaną w gabinet metropolity białostockiego”), wysyłanych do kobiety, został pozbawiony wszystkich funkcji, otrzymał zakaz sprawowania liturgii i noszenia stroju kapłana.

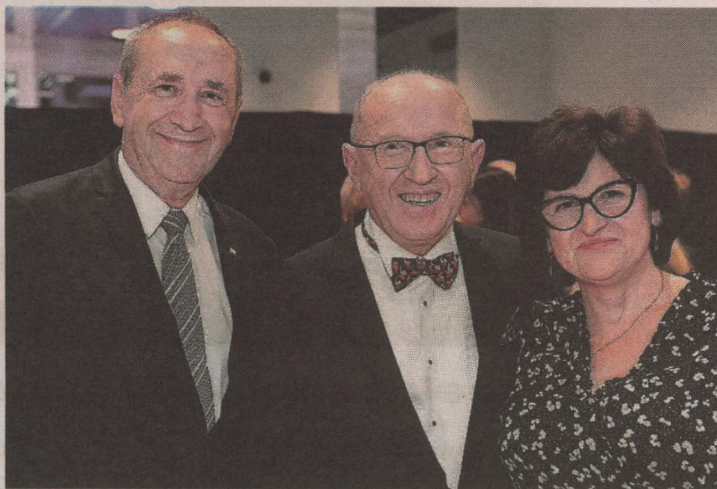
■ Trzynastu obywateli Iraku i Turcji przedostało się z Białorusi na stronę polską na pontonie przez rzekę Świsłocz. Zostali zatrzymani przez Straż Graniczną.

MYŚL TYGODNIA

Człowiek szczęśliwy jest zbyt zadowolony z teraźniejszości, by rozwodzić się nad przeszłością

Albert Einstein

Sukcesy „naszego” profesora



Prof. Henryk Skarżyński (w środku) z burmistrz Czyżewa Anną Bogucką i senatorem Jackiem Boguckim

30 lat temu, 16 lipca 1992 roku, prof. Henryk Skarżyński wykonał pierwszą w Polsce operację wszczepienia implantu ślimakowego w Klinice Otolaryngologii Akademii Medycznej w Warszawie, przywracającego słuch osobie głuchej i uruchomił stały program stosowania implantów słuchowych w Polsce.

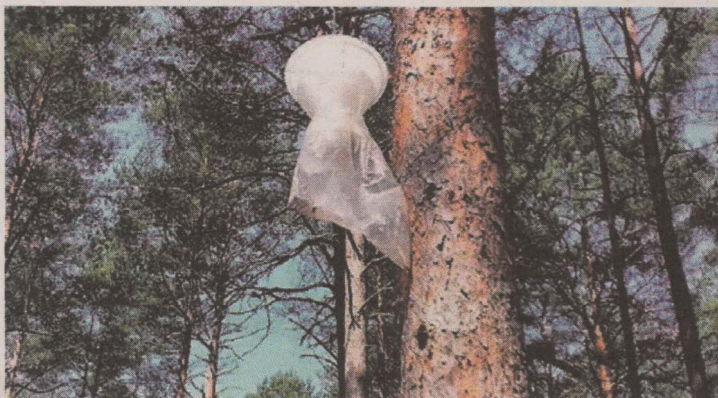
12 lipca 2002 jako pierwszy w świecie wykonał opracowaną przez siebie metodą PDCI operację wszczepienia implantu ślimakowego w częściowej głuchocie u osoby dorosłej, a w roku 2004 u pierwszej na świecie dziecka.

Prof. Henryk Skarżyński pochodzi z Rosochatego Kościelnego w gminie Czyżew. Jest absolwentem Liceum Ogólnokształcącego w Wysokiem Mazowieckiem.

Z okazji doniosłych dla polskiej laryngologii jubileuszy, życzenia kolejnych sukcesów, zdrowia i sił do dalszej pracy, złożyła Honorowemu Obywatelowi Gminy Czyżew od 2014 roku burmistrz Czyżewa Anna Bogucka z senatorem Jackiem Boguckim.

W 2007 roku prof. Skarżyński został w Plebiscycie „Kontaktów” uhonorowany tytułem „Człowieka sukcesu” w dziedzinie nauki.

Pułapki na brudnicę mniszkę



W lasach iglastych na drzewach pojawiły się lejki z workiem. Leśnicy proszą, aby ich nie dotykać i nie zrywać i wyjaśniają: to pułapki feromonowe na samce brudnicy mniszki, najgroźniejszego szkodnika drzew iglastych. Jedna larwa jest w stanie zjeść do 1000 igieł świerkowych! Fot. Lasy Państwowe

Znaki czasu:

■ Minimum 1000 zł kosztują podręczniki i wyposażenie ucznia pierwszej klasy szkoły średniej na rok szkolny 2022/2023.

■ Szczyt zachorowań na covid-19 w Polsce przewidywany jest w drugiej połowie sierpnia, poinformował wiceminister zdrowia Waldemar Kraska. Dodał, że rząd nie decyduje się na wprowadzenie z tego powodu obostrzeń, ale promuje szczepienia, w tym czwartą dawką seniorów powyżej 60 lat. Od 21 do 27 lipca wykryto w Polsce 19 577 zakażeń koronawirusem (w Podlaskiem 645), w tym 3 161 ponownych. Z powodu covid-19 zmarło 49 osób.

■ Drożyzna powoduje wzrost kradzieży, zwłaszcza sklepowych. Jak wynika z danych Komendy Głównej Policji, w pierwszym półroczu doszło do 17 219 kradzieży w sklepach. To 27,6 proc. więcej, niż w tym samym okresie ubiegłego roku.

■ Porwana, torturowana i zgwałcona ze szczególnym okrucieństwem została czternastolatka z Wrocławia. Sprawcami była grupa 4 nastolatków 13, 14 i 17. Pomagała im matka dziewczyny, której porwana podobno przepaliła podgrzewacz do e-papierosa.

■ 37,2 proc. Polaków stwierdziło, że rząd przygotował Polskę „zdecydowanie źle” i 20,3 proc., że „raczej źle” na zbliżający się kryzys energetyczny, wynika z sondażu ośrodka badań opinii publicznej United Surveys. 7,6 proc. badanych ocenia, że Polska została „zdecydowanie dobrze” przygotowana, a 21,6 proc. że „raczej dobrze”. Zdania w sprawie nie ma 13,3 proc.

■ Zamykało działalność średnio ok. 17,4 tys. miesięcznie firm w I połowie tego roku, czyli prawie 26 proc. więcej, niż w pierwszym półroczu 2021. Liczba wniosków o zawieszenie działalności wzrosła o przeszło 39 proc. Zdaniem ekspertów, wpływają na to różne czynniki, w tym Polski Ład.

■ Utonął młody mężczyzna (28 lat), który spadł do wody z dmuchanego materaca na jeziorze w Secyminku pod Nowym Dworem Mazowieckim. Tylko od 1 do 24 lipca woda pochłonęła już 53 osoby, a w miniony weekend utonęło 10, wynika z policyjnych statystyk.

Żniwa 2022: ile płacą za zboże?



Fot. pixabay

Trochę, jak zwykle później niż na południu Polski, rozpoczęły się w naszym województwie żniwa. Na pierwszy rzut poszło żyto, jęczmień ozimy i owies.

Ceny zbóż na początku lipca były zdecydowanie wyższe, niż rok temu. Pszenica konsumpcyjna kosztowała 1 674 zł/t i była o 76 proc. droższa, niż przed rokiem. Prawie o tyle samo zdrożało żyto. Cena jęczmienia paszowego wzrosła o 54 proc., a kukurydzy o 36 proc.

Ile aktualnie kosztują zboża w Polsce?

Oto ceny skupu zbóż 17 lipca w przedsiębiorstwach, dokonujących zakupu zbóż (dane Zintegrowanego Systemu Rolniczej Informacji Rynkowej Ministerstwa Rolnictwa): pszenica konsumpcyjna 1643 zł za tonę, pszenica paszowa 1745 zł za tonę, żyto konsumpcyjne 1329 zł za tonę, jęczmień konsumpcyjny 1200 zł za tonę, jęczmień paszowy 1254 zł za tonę, jęczmień browarniany 1312 zł za tonę, kukurydza paszowa 1424 zł za tonę, owies paszowy 1029 zł za tonę, pszenżyto paszowe 1402 zł za tonę.

Bokser z Konarzyc przed galą w Nowym Jorku:

Chcę zostać mistrzem świata!

„Liczy się tylko zwycięstwo. Nie ma planu >B<”, mówi w rozmowie z wp.pl Adam Kownacki (20 zwycięstw na zawodowym ringu, w tym 15 przez nokaut; 2 porażki).

Jego walka z Alim Erenem Demirezenem (16-1, 12 KO) odbędzie się w sobotę, 30 lipca w Nowym Jorku. Transmisja w Polsacie Sport w nocy z soboty na niedzielę o godz. 3.00.

Adam Kownacki pochodzi z Konarzyc koło Łomży. Wyjechał z rodzicami do USA, gdy miał 7 lat. Ciągle bardzo jednak jest związany z rodzinnymi stronami. W Łomży, w której ma ciocię, bywa często. Był już także w tym roku.

„Plan jest prosty: dystans, skrócenie dystansu, odejście. Nie chcę cały czas napierać do przodu jak czołg, chcę go obskakiwać, atakować z różnych stron i kątów.

Myszę, że to właśnie sprawi, że to ja wygram. Nie wiem, co musiałbym zrobić, żeby tę walkę przegrać. Jestem nastawiony na zwycięstwo i w ogóle nie myślę o tym, że mogę zejść z ringu jako pokonany. Pewność siebie to podstawa w tym sporcie. Jeśli zaczynasz myśleć o planie „B”, to możesz być pewny, że on się ziści. Ja o planie „B” nie myślę”, mówi przed walką Kownacki.

40 lat temu

„Kontakty”, 1 sierpnia 1982:

Telefon do Zambrowa

Już działa automatyczne połączenie telefoniczne Łomży z Zambrowem: wystarczy wykręcić nr 83.

Pozdrowienia kajakarzy „Ziemowita”

Pozdrowienia z obozu szkoleniowego nad Jeziorem Rajgrodzkim przesłali nam kajakarze z MKKS „Ziemowit” z Nowogrodu. Dziękujemy.

Jakich bogactw brakuje władzy?

„Nie buduję dróg, bo nie mam na terenie piasku i żwiru”, oświadczył naczelnik Wysokiego Mazowieckiego. Zdaje się, że spośród bogactw naturalnych w gminie nie występuje też logika.

Urzędnicze śpiochy w Śniadowie

Gdyby gminna administracja rolno-wa w Śniadowie w czasie żniw pracowała co najmniej od siódmej rano, rolnikom byłoby o wiele łatwiej żyć. Obliczyli oni, że pół dnia straconego na załatwianie spraw w urzędach kosztuje ich ok. pięć tysięcy złotych.

Nie ma czym orać w Miastkowie

W sklepie w Miastkowie brakuje lemieszki do pługów konnych i sośników do sprężynówek. Można je czasem nabyć w Ostrołęce, w dzielnicy Gaworkowo, jeżeli ostrołęczanin użyje dowodu osobistego. Poza tym w sklepie nie obowiązuje harmonogram zaopatrzenia. Tylko rodziny posiadające wytrwałe do całodziennego wyczekiwania w nim dzieci, mogą jeść pieczywo regularnie.

Nie potrzebują kombajnów!

Ze względu na brak zamówień w SKR Nowogód na kombajnowe usługi, pięć z nich zostanie sprzedanych rolnikom indywidualnym.

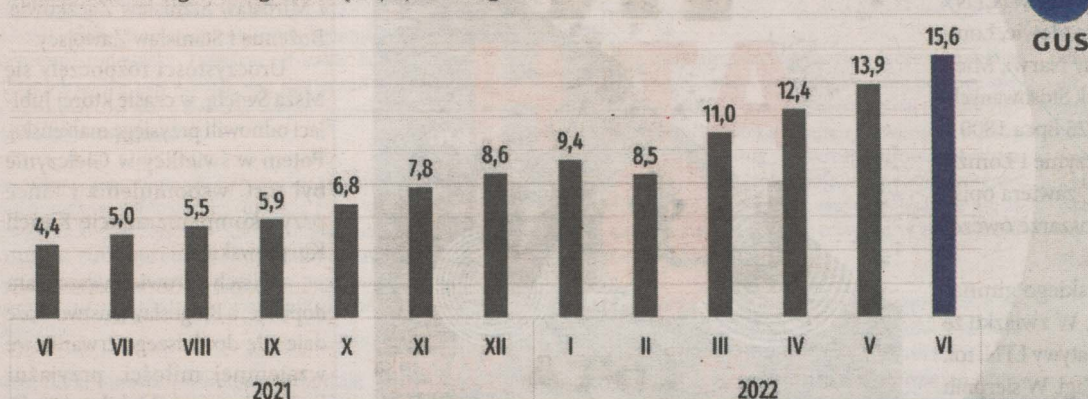
Krowy i świnie w gminie Turośl

Wyniki spisu rolnego w gminie Turośl: w porównaniu do ubiegłego roku wzrosło поголівье bydła do poziomu roku 1979. Spadła o 600 sztuk hodowla trzody chlewnej, w tym o 400 loszek.

@GUS_STAT @GłównyUrządStatystyczny Główny Urząd Statystyczny @gus_stat Główny Urząd Statystyczny GUS

Ceny towarów i usług konsumpcyjnych (szybki szacunek)

zmiana w % do tego samego miesiąca poprzedniego roku



#WskaźnikCen

CZERWIEC 2022

Bisy łomżyńskich filharmoników w Hiszpanii



Pamiątkowe zdjęcie z Hiszpanii

Koncert Filharmonii Kameralnej im. Witolda Lutosławskiego w Łomży pod batutą dyrektora Jana Miłosza Zarzyckiego zamykał 41 Festiwal Setmana Internacional de Musica de Cambra w Montserrat w Hiszpanii w sobotę, 23 lipca. Repertuar polskich kompozytorów, głównie Fryderyka Chopina i Henryka Wieniawskiego, a także jego wykonanie tak bardzo podobały się publiczności, że nasi filharmonicy cztery razy bisowali. Gratulujemy!

W ubiegłym roku prezydent Łomży Mariusz Chrzanowski podpisał z burmistrzem Montserrat list intencji o współpracy.

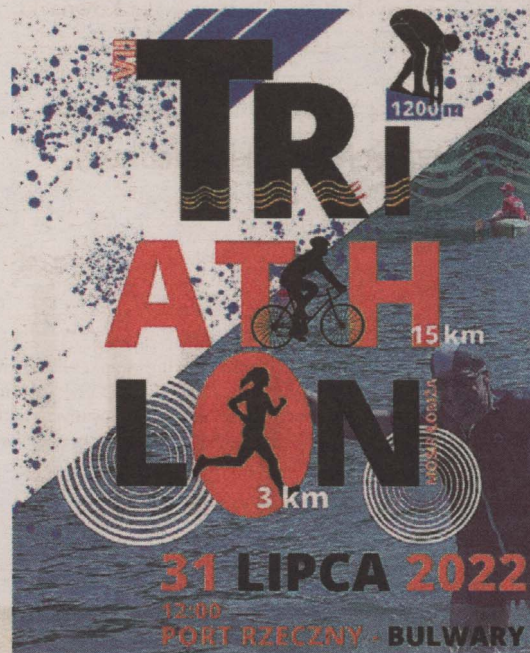
– Dokument określa ją w obszarach edukacji, gospodarki, realizacji projektów unijnych, turystyki i kultury. Zaowocowało to obecnym wyjazdem naszych filharmoników na festiwal Setmana Internacional de Musica de Camara. W ubiegłym roku w Montserrat gościła grupa muzycznie i wokalnie uzdolnionej młodzieży z naszego miasta, by z hiszpańskimi rówieśnikami doskonalić muzyczny warsztat, a także poznawać kulturę obu państw. Tamten wyjazd był sfinansowany za unijne pieniądze programu Erasmus + „Sounding Dreams of Europe – mówi prezydent Chrzanowski.

Rok Jakuba Wagi

W 222 rocznicę urodzin przyrodnika i botanika, autora „Flory polskiej” Jakuba Wagi, pochowanego na cmentarzu w Łomży, kwiaty złożyli m.in. zastępca prezydenta Andrzej Garlicki, członkowie Łomżyńskiego Towarzystwa Naukowego im. Wagów (ŁTN), przedstawiciele Muzeum Przyrody w Drozdowie, Łomżyńskiego Parku Krajobrazowego Doliny Narwi, Miejskiej Biblioteki Publicznej, Akademii Nauk Stosowanych.

Jakub Waga urodził się w Grabowie 25 lipca 1800 r. Uczył się kolegialnie pijarskich w Szczuczynie i Łomży. Jego sztandarowe dzieło, „Flora Polska” zawiera opisy 1061 gatunków roślin, rosnących na obszarze ówczesnego Królestwa Polskiego.

Waga był też nauczycielem łomżyńskiego gimnazjum. Zmarł 23 lutego 1872 r. w Łomży. W związku ze 150 rocznicą jego śmierci w Łomży, z inicjatywy ŁTN, rok 2022 obchodzony jest jako Rok Jakuba Wagi. W sierpniu w Hali Kultury odbędzie się festiwal filmów przyrodniczych (szczegółowo poinformujemy o nim na bieżąco).



„Folk Festiwal”, czyli gwiazdy w Łomży



Brathanki, Patrycja Runo, Ich Troje, Krywań, Bayer Full, Mariusz Kalaga, Miły Pan, Zespół Muzyczny Defi, Kapela Pieczarki i Zenek Martyniuk wystąpią na muszli koncertowej przy ul. Zjazd w Łomży w cyklu koncertowym trasy Dwójki „Folk Festiwal” w niedzielę, 31 lipca, godz. 21.00. Wstęp wolny!

Gromadza pamiątki po bitwie

Zdjęć, listów i innych dokumentów, związanych z bitwą w Czerwonym Borze w 1944 roku poszukuje Miejska Biblioteka Publiczna w Łomży, która planuje zorganizować wystawę dotyczącą bitwy. Wszyscy, którzy chcą udostępnić materiały, proszeni są o kontakt do 9 września: e-mail: fl@mbp-lomza.pl lub biblioteka@mbp-lomza.pl, tel. 86 212 50 29 lub 86 216 54 81, wew. 24.

Złote Gody w gminie Łomża

14 par z gminy Łomża obchodziło 50 rocznicę zawarcia małżeństwa. Z tej okazji Medale za długoletnie pożycie małżeńskie, przyznane na wniosek wójta gminy Łomża Piotra Kłysa przez prezydenta Andrzeja Dudę, otrzymali: Zofia i Wiesław Borońscy, Jadwiga i Władysław Chłudzińscy, Wanda i Wiesław Dmochowscy, Irena i Wojciech Domitrowie, Halina i Józef Henryk Grzankowie, Irena i Mirosław Kotowscy, Marianna i Jan Makowscy, Janina i Czesława Margielscy, Janina i Romuald Narzewscy, Janina i Kazimierz Nowaccy, Barbara i Henryk Wojciech Nowakowscy, Maria i Ireneusz Ostrowscy, Maria i Mirosław Stanisław Zaczekowie, Bożenna i Stanisław Zawojscy.

Uroczystości rozpoczęły się Mszą Świętą, w czasie której Jubilaci odnowili przysięgę małżeńską. Potem w świetlicy w Giełczynie był tort, wspomnienia i tańce przy akompaniamencie Kapeli Kurpiowskiej.

– Niech zdrowie zawsze wam dopisuje, a Błogosławieństwo Boże daje siłę do dalszego trwania we wzajemnej miłości, przyjaźni i zaufaniu – życzył Jubilatowi wójt Piotr Kłys.

Barwne, taneczne i... smaczne Dni Radziłowa!

Smaczym akcentem Dni Radziłowa była powiatowa odsłona Konkursu Kulinarnego, w którym zmierzyły się knedle ze śliwkami, babka ziemniaczana, faszerowana gicz wieprzowa i wiele innych smakołyków. Przygotowało je 11 Kół Gospodyń Wiejskich z powiatu grajewskiego. Pierwsze miejsce w Konkursie zajęło Koło Gospodyń Wiejskich z Pięńczykowa (gm. Rajgród), które będzie reprezentowało powiat grajewski w etapie wojewódzkim „Bitwy Regionów”. Drugie miejsce zajęło Koło Gospodyń Wiejskich „Rzędzianki” z Wąsosz za staropolską golonką Rzędziana. Trzecie miejsce za pieczoną kaczkę otrzymało Koło Gospodyń Wiejskich z Toczyłowa (gm. Grajewo). Nagrodę starosty za najładniejsze stoisko dostało Koło Gospodyń Wiejskich z Łekowa (gm. Grajewo). Drugą,



Laureatki III miejsca, Koło Gospodyń Wiejskich z Toczyłowa

Koło Gospodyń Wiejskich z Radziłowa za godne reprezentowanie powiatu w konkursie „Nasze Kulinarne Dziedzictwo – Smaki Re-

gionów”, w którym zajęło pierwsze miejsce oraz nominację do nagrody „Perła”. Medalem „Zasłużony dla Rolnictwa” za całokształt działalno-

ści społecznej uhonorowana została przez wicepremiera Jacka Sasina Marta Łoś z Koła Gospodyń w Ławsku (gm. Wąsosz).

MATERIAŁ INFORMACYJNY

SILNIEJSZA POLSKA W SILNIEJSZEJ EUROPIE

W ciągu ostatnich 20 lat Polska zmienia się na lepsze w zawrotnym tempie. To kraj będący jednym z najlepszych przykładów, że polityka spójności wyrównuje szanse, przyspiesza rozwój gospodarczy i buduje dobrobyt całego społeczeństwa. Wystarczy przejść się po dowolnym polskim mieście, żeby zobaczyć projekty zmieniające życie mieszkańców – od nowoczesnych pociągów na Śląsku po Centrum Solidarności w Gdańsku. Czy w nadchodzącym dziesięcioleciu Polska będzie w stanie utrzymać to wysokie tempo?

30 czerwca Komisja Europejska zatwierdziła umowę partnerstwa, która określa krajową strategię inwestycyjną Polski w ramach polityki spójności do 2027 r. Pomoże ona kontynuować proces niwelowania różnic w rozwoju między poszczególnymi regionami, przy jednoczesnym zachowaniu przejrzystości w zarządzaniu europejskimi pieniędzmi oraz zgodności z zapisami Karty praw podstawowych.

Polska pozostaje największym odbiorcą funduszy UE – to ponad 76 mld euro w ramach polityki spójności na lata 2021–2027, co statystycznie oznacza około 2000 euro na każdego obywatela Polski. Krajowy plan odbudowy i zwiększania odporności oraz umowa partnerstwa powinny iść w parze z dążeniem Polski do stopniowego odchodzenia od węgla i przyspieszenia cyfryzacji.

Fundusze dla Polski w ramach polityki spójności będą wspierać transformację ekologiczną kraju i ochronę różnorodności biologicznej. 21,9 mld euro zostanie zainwestowanych w odnawialne źródła energii i gospodarkę o obiegu zamkniętym w celu ograniczenia emisji gazów cieplarnianych. Środki te zostaną również przeznaczone na dekarbonizację transportu, inwestycje w kolej, czysty transport publiczny, bezemisyjne paliwa oraz ochronę środowiska. Odejście od paliw kopalnych, zwłaszcza tych pochodzących z Rosji, jest konieczne nie tylko ze względu na klimat – to także kwestia bezpieczeństwa Polski i pozostałych krajów wspólnoty.

Szczególnym wsparciem objęto pięć regionów (województwa: śląskie, wielkopolskie, dolnośląskie, łódzkie i małopolskie), które dotkliwie odczuwają przejście w kierunku gospodarki neutralnej dla klimatu. 3,85 mld euro pomoże im w sprawiedliwej transformacji społecznej i gospodarczej m.in. poprzez wspieranie innowacyjnych przedsiębiorstw, przekwalifikowanie i szkolenie pracowników.

Inne kluczowe filary modernizacji, które otrzymają wsparcie, to potencjał badawczo-innowacyjny oraz rozwój rozwiązań cyfrowych w przedsiębiorstwach i sektorze publicznym. 12,9 mld



Elisa Ferreira, komisarz ds. spójności i reform

euro zostanie przeznaczone na zatrudnienie i środki socjalne, ze szczególnym uwzględnieniem udziału kobiet w rynku pracy, a także osób niepełnosprawnych i osób ze środowisk migracyjnych, oraz świadczenie usług w zakresie opieki nad dziećmi.

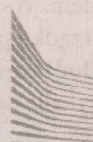
Kolejne 3 mld euro skierujemy na wsparcie włączenia społecznego poprzez poprawę jakości i dostępu do usług pomocy społecznej i opieki zdrowotnej, w tym wsparcie opieki długoterminowej dla osób starszych i osób z niepełnosprawnością, podstawowej opieki zdrowotnej i usług w zakresie zdrowia psychicznego. Fundusze w ramach polityki spójności pomogą również w integracji społeczności marginalizowanych, takich jak mniejszość romska, oraz obywateli państw trzecich, w tym Ukraińców uciekających przed wojną.

Polska okazała ogromną solidarność z Ukraińcami poszukującymi bezpieczeństwa i schronienia. Rzesze Polaków udzielających wsparcia sąsiadom stały się inspiracją dla reszty UE. Polityka spójności miała również swój udział w ułatwieniu udzielania uchodźcom natychmiastowej pomocy. Bardzo szybko zapewniliśmy możliwie jak najbardziej elastyczne wsparcie dzięki

pakiem działań w ramach polityki spójności na rzecz uchodźców w Europie (CARE). W latach 2021–2027 fundusze spójnościowe pozostaną nadal źródłem niezbędnego wsparcia dla osób uciekających przed rosyjskimi bombami.

Wszystkie dziedziny polityki Unii Europejskiej, w tym polityka spójności, opierają się na wartościach, na których opiera się nasza wspólnota. Te podstawowe zasady to tolerancja, sprawiedliwość, praworządność, równość szans, różnorodność i niedyskryminacja. Warunkiem wstępnym wypłaty środków w ramach polityki spójności jest zgodność z Kartą praw podstawowych. Umowa partnerstwa z Polską zawiera postanowienia, zgodnie z którymi fundusze mogą być przekazywane jedynie tym samorządom lokalnym, które przestrzegają zasad niedyskryminacji. Ponadto Komisja oczekuje, że w latach 2021–2027 władze polskie zapewnią konkretne środki bezpośrednio związane ze zwalczaniem wszelkich form dyskryminacji. To część naszej wspólnej tożsamości i podstawa odporności naszych demokracji.

W chwili gdy Europa stoi w obliczu kilku nakładających się na siebie wyzwań: odbudowy po pandemii COVID-19, zmiany klimatu, napaści Rosji na Ukrainę, wzrostu inflacji i cen energii, najlepszą tarczą jest nasza unia, solidarność i spójność wewnętrzna. Polska jest na pierwszej linii walki z wieloma spośród tych wyzwań, ale może liczyć na najpotężniejsze narzędzie Europy: na politykę spójności. Wykorzystajmy jej wielką siłę z korzyścią dla wszystkich obywateli Polski, niezależnie od tego gdzie mieszkają: w dużych miastach, małych miejscowościach czy wsi. Naszą wspólną ambicją jest silniejsza Polska w silniejszej Europie.



Komisja Europejska

„Chochla burmistrza” dla KGW Danowo

W konkursie o najsmaczniejszą potrawę o „Chochlę burmistrza Szczuczyna” rywalizowało w czasie Pikniku „Smak na produkt i kulturę” siedem Kół Gospodyń Wiejskich: z Danowa, Gut, Szczuczyna, Niedźwiadnej, Brzeźna, Łękowa i Sojczyna Borowego. Chochlę zdobyło KGW Danowo, drugie miejsce zajęło KGW Łękowo, a trzecie miejsce KGW Brzeźno.

Biebrzańskie Targi

Na Biebrzańskie Targi Twórczości i Sztuki Ludowej „Sto pomysłów dla Biebrzy” w Goniądzu zapraszają Biebrzański Park Narodowy oraz gmina Goniądz w niedzielę, 14 sierpnia od godz. 10.00 do 16.00 na placu Miejskiego Ośrodka Wypoczynku i Rekreacji (ul. Demokratyczna 10). Ze sceny czas umilać będą artyści z zespołów folklorystycznych. Zainteresowani wystawcy mogą się zgłaszać do Beaty Głębockiej, tel. 85 738 30 09.

Plac zabaw w Kątach

Plac zabaw mają dzieci w Kątach (gm. Mały Płock) za 86 100 zł, głównie za unijną dotację (gmina dołożyła 12 915 zł).

„Ananasy” z Zabiela

W trójkę wsiedli w samochód i pojechali się rozerwać na biwak „U Basi” w Jaśkowie koło Pizsa. Było fajnie: słońce, woda, plaża. Dla większego luzu dali „w palnik” i to tak, że zaczął przeszkadzać innym. Gdy bosman ośrodka poprosił ich o opuszczenie terenu, poculi już taki luz, że jeden z nich uderzył dwa razy w twarz bosmana ośrodka, aż połała się krew. Ostatecznie musiała interweniować policja. Najmłodszy ma 15 lat, najstarszy 28 i to on najbardziej się awanturował. Został zatrzymany do wyjaśnienia. Staną przed sądem. Małolat z rodzicami za picie w tym wieku. Starsi za picie z małolatami. Wszyscy za zakłócenie porządku publicznego. Najstarszy dodatkowo za naruszenie „nietykalskości cielesnej”. I po zabawie!

Poradnia czeka na wypadek



Tak, jak na przesłanych przez Czytelnika zdjęciach, wygląda wejście do niedawno wyremontowanej Poradni Chorób Zakaźnych w Szpitalu w Grajewie. Po każdym deszczu na całych schodach wiodących do Poradni gromadzi się woda i kończy kałużą na dole przed wejściem. Wyłożone płytkami schody są wtedy śliskie. Jak pisze czytelnik, akurat dwa razy był tam w takim momen-

cie i aż dziwi, że nikt jeszcze nie rozbił sobie na nich głowy albo nie złamał ręki, bo schody w dodatku nie mają poręczy. Z rozmów z pracownikami dowiedział się, że tak jest od otwarcia Poradni po remoncie. Na prace remontowe jest okres gwarancyjny. Naprawdę nikogo w Szpitalu tak ewidentna niedoróbka projektanta lub wykonawcy remontu nie obchodzi? Trzeba czekać na wypadek?

Zginął na budowie



„Po dojeździe na miejsce okazało się, że na jednego z pracowników zawałił się szalunek ze ściany żelbetonowej. Przybyły na miejsce lekarz stwierdził zgon ok. 30 letniego mężczyzny”, poinformowali grajewscy strażacy. Zmarły pracował przy budowie budynków przy ul. Ekologicznej w Grajewie. Miał 30 lat. Przyjechał do Polski z Białorusi zarobić na lepsze życie. Okoliczności tragedii bada grajewska prokuratura.

Tężnie w Grajewie

Tężnia solankowa powstanie (umowa z wykonawcą już podpisana) w Parku Solidarności w Grajewie z Budżetu Obywatelskiego 2022.

Kino pod chmurką

Na film „Koniec” zaprasza pod Izbę Historyczną (ul. Legionistów 9) Grajewskie Centrum Kultury w piątek, 29 lipca, godz. 21.30. Wstęp wolny.

Pieniądze na dwór Wagów w Grabowie



Symboliczny czek na 2 711 481 zł otrzymał wójt „popiegeerowskiej” gminy Grabowo Andrzej Piętka od wicepremiera Jacka Sasina w czasie jego przedwyborczego występu na „Imieninach Jana z Kolna” na przebudowę, renowację i remont zabytkowego dworu Wagów w Grabowie (rok budowy

1825-1865). W czasach PRL dwór był siedzibą Państwowej Stadniny Koni i Państwowego Ośrodka Hodowli Zarodowej. W styczniu 2021 spaliły się dwa wielkie popegeerowskie budynki gospodarcze. Dwór, na szczęście nie ucierpiał.

Czeki na różne sumy otrzymały też gminy Stawiski, Kolno, Mały Płock i powiat kolneński.

Uprzedzić podwyżki



By uprzedzić nieuchronny wzrost kosztów ogrzewania, burmistrz Kolna zlecił Krajowej Agencji Poszanowania Energii opracowanie koncepcji modernizacji miejskiej ciepłowni.

Świetlica ze zlewni w Niskowiźnie

Nieużytkowana przez lata zlewnia mleka w Niskowiźnie (gm. Kolno) adoptowana została na świetlicę. Będzie służyła, m.in. utworzonemu niedawno KGW.

Wójt spadł z siodła

Wójt gminy Rogienice Wielkie Józef Śmiarowski w kwietniu 1933 r. wracał konno do domu. Droga była pusta, koń siedł leniwie, gospodarz siedział w siodle i go nie popędzał. Nagle na drodze pojawił się pieszy. Koń się spłoszył, poderwał do galopu i wysadził z siodła wójta. Wójt spadł na drogę, rozbił głowę, został odwieziony do szpitala św. Ducha w Łomży.



Patriotyzm 1 sierpnia 2022

„Kiedy widzisz zło, nie stój, nie udawaj, że nie widzisz”, zaczęły słowami Wandy Traczyk-Stawskiej, strzelca i łączniczki Powstania Warszawskiego i wielkiej patriotki.

Mieszkam w Polsce, pięknym kraju. Choć był zniszczony przez okupanta, podźwignął się do normalności dzięki wielkiemu patriotyzmowi Polaków. Zawsze mam łzy w oczach, gdy oglądam zdjęcia zniszczonej stolicy, gruzy i jej odbudowę. Pamiętam, jak ojciec zbierał we wsi kamienie na odbudowę stolicy i odwoził na stację kolejową do Czyżewa. To były heroiczne wyzwania.

Nasz kraj to wspaniałe krajo-brazy i zabytki, które nie wszyscy doceniają. Kocham mój kraj i nie mam kompleksów, będąc za granicą, że tu mieszkam, w dodatku na wsi. Jesteśmy narodem serdecznym, życzliwym i gościnnym, czego zazdroszą nam inne narody.

Obecny patriotyzm, to nie tylko uczciwa praca, ale również kultywowanie naszych pięknych tradycji, zatrzymanie się na wycie syren 1 sierpnia, skromna wiązanka i mały znicz, którego płomień pobudza do myślenia w rocznicę wybuchu wojny i inne wydarzenia naszej historii. To porządkowanie grobów, które już nie mają opiekunów.

Nasz kraj ma tragiczną historię. Powinniśmy przekazać młodym pokoleniom to, co przez lata było wymazane z jej kart. Obowiązkową lekturą młodego pokolenia powinny być wspomnienia Polaków wywiezionych na Syberię, które pobudzą do myślenia,

ile krwi, cierpienia i trudu ponieśli nasi przodkowie.

Patriotyzm teraz, to także uczenie od najmłodszych lat dbania o ojczystą przyrodę, tradycję,

Takie i wiele podobnych, prostych rzeczy, tworzą w ludzkich sercach małe ojczyzny. A te wszystkie małe tworzą naszą Ojczyznę. Polskę. 1 sierpnia 2022 r.

Roman Świerżewski
Ziemaki-Drewnowo
(gm. Boguty-Pianki)

Co powie katecheta?

Religii uczył mnie ksiądz, który przeszedł obóz koncentracyjny w Dachau. Był nerwowym, krzyczał, czasami kogoś wytargał za ucho. Wszyscy bali się religii. Opowiadałam w domu rodzicom i dziadkom, że boimy się księdza, bo krzyczy. Za każdym razem było jedno wytłumaczenie: „Ksiądz przeszedł obóz, głód, cierpienia, ma zszarpane nerwy, trzeba mu wybaczyć”. Tak chyba też tłumaczyli inni rodzice swoim dzieciom. Na religię, która wtedy odbywała się w kościele, chodziła cała klasa. Wszyscy szanowali księdza.

Zastanawiam się, co mówią rodzice swoim dzieciom i co powiedzą katecheci swoim uczniom, którzy pytają ich (a młodzież teraz pyta o wszystko) o ks. Andrzeja Dębskiego, którego postępowanie wstrząsnęło ludźmi. Był rzecznikiem kurii. Prowadził telewizyjne programy religijne. Może nawet zalecane do oglądania przez katechetów. Może na religii nawiązywali do jego wypowiedzi. Co teraz?

Joanna Wilkowicz
Zambrów



Parada Krów w Muzeum Mleka

Parada Krów (z angielskiego Cow Parade), zapoczątkowana w Zurychu w 1998 r., to plenerowa wystawa sztuki współczesnej, prezentująca na ulicach miast różnorodnie pomalowane rzeźby krów. Parada cieszy się dużą popularnością i przyciąga tłumy turystów oraz mieszkańców.

Nawiązując do tej tradycji, w trzeciej edycji „Parady Krów”,

zorganizowanej przez Muzeum Mleka w Grajewie, nasza krowa na znak solidarności została symbolicznie ozdobiona barwami narodowymi Ukrainy. Po wykonaniu przez dzieci kilkunastu barwnych krów w czasie warsztatów plastycznych, przeszliśmy z nimi kolorowym korowodem wokół Muzeum Mleka. Zobaczcie na zdjęciach, jak wszyscy świetnie się bawiliśmy!

Marlena Tarasewicz
Muzeum Mleka w Grajewie



Wielkie świętowanie Wysokiego Mazowieckiego

530 lat miasta

530 rocznicę nadania praw miejskich przez króla Kazimierza Jagiellończyka obchodzi Wysokie Mazowieckie. Z tej okazji w sobotę, 30 lipca Piknik Rodzinny (na placu przy MOK) z atrakcjami, stoiskami, niespodziankami i muzyką dla całych rodzin. Gwiazdą wieczoru będzie zespół Classic.

W niedzielę, 31 lipca, ulicami miasta i drogami powiatu przejedzie 61 Międzynarodowy Wyścig Kolarski o Puchar Ministra Obrony Narodowej. Prezentacja zawodników i ekip o godz. 12.00 przy Pływalni Miejskiej Wodnik.

W poniedziałek, 1 sierpnia, w rocznicę wybuchu Powstania Warszawskiego, o godz. 17.00 koncert „Wysokie śpiewa (nie)zakazane piosenki” przed siedzibą MOK.

W czwartek, 4 sierpnia, w Wysokiem Mazowieckiem zagości 16 Międzynarodowy Festiwal Folkloru Podlaskie Spotkania. Od godz. 16.00 konkursy, koncerty zespołów Talizman, Projekt M2, Piekut



Band, Classic, Renoma, na koniec pokaz sztucznych ogni. Będą stoiska, m.in. Książnicy Podlaskiej, Podlaskiego Instytutu Kultury, Muzeum Podlaskiego, służb mundurowych, Kół Gospodyń Wiejskich, rękodzieła, obozowisko harcerskie, punkt medyczny.

30 lat marki Mlekovita

Wielkie świętowanie Wysokiego Mazowieckiego wzbogaca „Wypasiony piknik z Mlekovitą” z okazji 30 lat marki (plac przy

ul. Białostockiej 4) w niedzielę, 31 lipca. W programie od godz. 14.30 konkursy rodzinne z nagrodami, otwarcie z galą nagród, pokaz zumby, licytacje, gry i zabawy dla dzieci, koncert zespołu Szpilki. Piknik poprowadzą prezenterka telewizyjna Agnieszka Dziekan (pogodynka z programu „Pytanie na śniadanie”) oraz aktor i prezenter telewizyjny Conrado Moreno (znany z programów „Europa da się lubić”, „Taniec z gwiazdami”).

POWIAT ZAMBROWSKI

Sąsiedzkie odwiedziny przyjaciół na Litwie

Na zaproszenie mer Širvintos Živilė Pinskuvienė, z wizytą na Litwę udała się delegacja gminy Zambrów: wójt Jarosław Kos, przewodnicząca Rady Gminy Jolanta Wielgat, zastępca wójta Ewa Denkwicz oraz skarbnik Dorota Waszkiewicz. Širvintos (Szyrwinty), to miasto, liczące ok. 7 200 mieszkańców, stolica rejonu, w którym według ostatniego spisu powszechnego na Litwie, Polacy stanowią 10 proc. mieszkańców.

List intencyjny o współpracy oba samorządy podpisały na uroczystej sesji Rady Gminy Zambrów 2 lipca.

Delegacja spotkała się z kierownictwem rejonu Širvintos na dyskusji o gospodarce, planowaniu przestrzennym, zagospodarowaniu odpadów komunalnych, szkolnictwie, finansach, inwestycjach, kwestiach społecznych. W spotkaniu ze strony litewskiej uczestniczyli poseł na Sejm Republiki Litewskiej Jonas Pinskus, burmistrz Rejonu Szyrwintkiego Živilė Pinskuvienė oraz kierownictwo urzędu Rejonu Szyrwintkiego.



Władze gminy Zambrów w Wilnie

Zwiedziła Centrum Kultury, nowoczesne centrum sportowe z basenem, uczestniczyła w święcie Širvintosu, podczas którego odbyły się liczne koncerty, pokaz akrobacji lotniczych oraz pokaz fajerwerków.

Poza oficjalną częścią, delegacja na cmentarzu na Rossie w Wilnie zapaliła znicze na grobie matki Józefa Piłsudskiego, w którym złożona jest urna z jego sercem.

Zalew na Broku



Przeptywowy zalew na rzece Brok o powierzchni 9 hektarów powstanie w Wysokiem Mazowieckiem między Traktem Suraskim a Osiedlem, zapowiedział burmistrz Jarosław Siekierko. Przygotowanie dokumentacji potrwa półtora roku i według planów zalew powinien być gotowy za 3-4 lata. Będzie kosztował około 15 mln zł.

Odpust w Waniewie

Odpust św. Anny „Waniewo-Odpust-Natura 2022” odbędzie się w niedzielę, 31 lipca. Po Mszy odpustowej (godz. 12.00), koncerty Vokalnego Obozu Przetrwania z finalistkami The Voice Kids i Harmonicą.

Kino plenerowe

Na dwa filmy „Scooby-Doo” dla dzieci i ekranizację powieści Juliusza Verne’a „W 80 dni dookoła świata” dla młodzieży, zaprasza w piątek, 29 lipca, Miejski Ośrodek Kultury (na plac za MOK). Wstęp wolny.

Pomoc dla uchodźców



Wielu uchodźców z Ukrainy szybko się zaaklimatyzowała i usamodzielniała, podejmując pracę i zarabiając na swoje utrzymanie. Są jednak matki małych dzieci, niepełnosprawni i ich opiekunowie, seniorzy. Punkt pomocy (produkty spożywcze i chemiczne) dla nich uruchomił Kościół Jezusa Chrystusa w Zambrowie w swojej siedzibie przy al. Wojska Polskiego 27b, czynny w każdy czwartek od godziny 10.00 do 14.00.

„Lipcówka” w Starym Skarżynie

Na wakacyjną „Lipcówkę pod chmurką” przy remizie zapraszają do Starego Skarżyna wójt gminy Zambrów Jarosław Kos, strażacy OSP i Gminne Centrum Biblioteki Kultury i Sportu w Osowcu w sobotę, 30 lipca, od godz. 17.00. Będą atrakcje dla dzieci, przy wiacie grill (warto wziąć własny koszyk), od godz. 20.00 potańcówka z Dj Hubertoo. Wstęp wolny!

Iga Włodkowska z Grajewa laureatką międzynarodowej nagrody A' Design Award 2022!

Ślad po sobie

A' Design Award & Competition, to jeden z największych konkursów projektowych, w którym biorą udział ludzie z całego świata w ponad stu kategoriach projektowych. Zgłoszenia do konkursu są recenzowane i anonimowo oceniane przez jury, złożone z naukowców, przedstawicieli prasy i uznanych profesjonalistów.

Iga ma 28 lat. Jest absolwentką Liceum Ogólnokształcącego im. Mikołaja Kopernika w Grajewie. Ukończyła studia w Wyższej Szkole Filmowej. Od 2013 r. zajmuje się techniką i oprawą wizualną wydarzeń kulturalno-artystycznych i konferencji. „Pracując na scenie i w studiach telewizyjnych często spotykałam się z brakiem gotowych mocowań do monitorów wideo, które spełniałyby nasze normy. Postanowiliśmy z partnerem stworzyć sprzęt,



który będzie bezpieczny, funkcjonalny, łatwy, tym samym szybki w użyciu, stabilny, trwały, ładny. Chciałam

połączyć technikę i sztukę. Wykupiłam program do modelowania 3D, sama się go nauczyłam i zaprojekto-

wałam nasze statywy ViTi. Powstało kilka prototypów, wykonaliśmy kilka badań i symulacji, całość powstała w Polsce. Pozytywny odbiór statywów i moje wcześniejsze doświadczenia z konkursami filmowymi (dokument animowany „Ość”) były impulsem do zgłoszenia rodziny produktów ViTi do konkursu. Zgodnie z radą mojego profesora Andrzeja Cichockiego, postanowiłam zacząć od tego najważniejszego na świecie”, mówi.

Zaprojektowane przez nią statywy ViTi zdobyły trzecie miejsce w dziedzinie produktów wideo.

„Nie wiem, jak to powiedzieć, ale zajęłam miejsce w światowej klasyfikacji wiodących designerów”, dodaje skromnie.

Spełnia, przyznaje, marzenia „pozostawienia po sobie malutkiego śladu”.

Kaziuk z Taplar lubił sobie „popietuszyć”. Dziś młodzież woli „bzykanie”, „cykanie”, pstrykanie

Lubię się, tego, no, wiesz!

– To nieprawda – oburza się Alek z Zambrowa na sugestię, że młodzież nie potrafi bez chamskiego wulgaryzmu wyrazić się o najprostszych intymnych sytuacjach i sprawach.

– To jak mówisz dziewczynie, że masz ochotę na seks?

– Nie mówię. Wolę, żeby zrozumiała, co czuję albo na co mam ochotę. Ale bez słów.

W książce „Płeć mózgu” autorzy piszą, że do serca kobiety dotrzeć można przez uszy. Mężczyźni w większości nie uświadamiają sobie, jak ważne dla kobiet jest słowo. Wolą to, co im jest bliższe, czyli czynny.

Ludzie boją się, wstydzą, nie potrafią, a kiedy już decydują się mówić, są to wulgaryzmy, słowa infantylne albo jakieś zapożyczenia ze słownika medycznego.

Seksuolog dr Marek Marciniak z warszawskiego Szpitala Klinicznego im. ks. Anny Mazowieckiej nie uważa, by minione dziesięciolecie było szczególnie rewolucyjne. Przychodzą do niego pary z bardzo długim stażem. Siadają tyłem do siebie, bokiem i coś tam dukają.

– Miałem małżeństwo na granicy rozkładu. Okazało się, że on nie



potrafi wyrazić swojego pragnienia. Chodziło o pewną, niezbyt wyrafinowaną pozycję, którą zobaczył na filmie pornograficznym i chętnie by ją wypróbował, ale nie potrafił jej nazwać ani opisać, więc nie mówił nic – opowiada seksuolog.

Do gabinetu para trafiła mocno skłócona, bo milczenie w łóżku i poczucie odrzucenia, które towarzyszyło mężczyźnie, źle wpływało na codzienność. Po długich mediacjach zaczęli rozmowę.

– To nie mogłeś mi powiedzieć, o co ci chodzi? – zdziwiła się kobieta, gdy usłyszała o co chodzi.

Nie mógł. A zdaniem terapeutów, wiele problemów rodzinnych zaczęło się od milczenia, dukania w łóżku.

Dr Wiesław Czernikiewicz z Zakładu Seksuologii i patologii Więzi Międzyludzkich w Warszawie uważa, że zmieniliśmy się po 1989 r. Szczególnie młodzi są bardziej otwarci, wbrew obiegowej opinii wcale nie nadużywają wulgaryzmów, mówią dość precyzyjnie. Nie mówią: „Jak to robię, no to, wie pan...”. Ale tak jest w dużych miastach.

A w mniejszych? Roman Karnowski, seksuolog, który współpracował z dr. Czernikiewiczem, przepytął 108 uczniów szkół średnich. Mieli odpowiedzieć na konkretne pytania: jak określają stosunek, inicjację, narządy. Wiele słów okazało się tajemnicą. Najgorzej wypa-

dli uczniowie zasadniczej szkoły rolniczej. Mylili słowa, „masturbacja” i „menstruacja”, także „erekcja” i „ejakulacja”.

Nauczycielka z liceum w Łomży również przeprowadziła własną prywatną sondę. W ramach godziny wychowawczej przed końcem roku szkolnego. Najczęściej powtarzało się „ciupcanie”, „pstrykanie” i „bzykanie”, „cykanie”. Nauczycielka jest zadowolona. Sądziła, że w anonimowej ankiecie będzie bardziej chamsko.

A jeszcze niedawno bohater „Konopielki” Edwarda Redlińskiego z Taplar pod Białymstokiem lubił sobie „popietuszyć”. Poetycko...

IWONA KOLARSKA



Sceny rodzinne z pięścią

1.

Janusz z Łomży: – Od czterech lat jestem z kobietą, którą kocham, mamy wspaniałą śliczną mądrą córkę, dobrze zarabiamy, jesteśmy zdrowi. Wszystko ładnie pięknie, ale tylko z pozoru. Żona od początku ma ataki zazdrości, w trakcie których jest zdolna do wszystkiego. Przyznam ze wstydem: bije mnie! Pierwszy raz mnie pobiła na weselu kolegi, publicznie przy wszystkich gościach. Tłumaczyła potem, że jest w ciąży i ma coś z hormonami. Uwierzyłem, wybaczyłem i to był mój błąd. Od tego czasu zaczęła mnie bić systematycznie. Tłumaczyłem sobie to tym, że mieszkamy z teściami i oni ingerują w nasze małżeństwo. Od roku mieszkamy sami. Przechodzę dantejskie sceny. Podczas ataku szału żona demoluje mieszkanie, mnie drapie, gryzie, rzuca czym popadnie. Zachowuje się, jakby jakiś diabeł w nią wstąpił. Potem przeprosza i wydaje się jej, że jest wszystko ok.

Chcę się rozwieść. Mówię jej, że tak będzie najlepiej dla nas wszystkich, dla dziecka, które cały czas

widzi tę patologię. Żona szantażuje mnie, że zabije córkę, a potem siebie. Jestem na skraju wytrzymałości.

2

Anka z Grajewa: – Pokłóciłam się dzisiaj z mężem. On do mnie, bym spier..., więc ja daję mu w pysk przy swoich rodzicach. On mi oddaje. Mój tato idzie mi na pomoc, ale mój mężulek kopnął go w krocz, uderzył moją matkę i potem teściowa i jej dwie córki zaczęły bić mnie i moją matkę, a trzech braci pobili mojego ojca i mojego brata. Ja zostałam wyrzucona z domu...

3.

Iwona z Zambrowa: – Jestem w związku już 6 lat. Poznaliśmy się w szkole na występach waleńtynkowych, codzienne były spotkania, przytulania, czułe esemesy. Zakochałam się, chociaż to nie był mój typ, ale miał coś w sobie, co mnie pociągało. A potem zaczęły się kłamstwa, dwa razy mnie zdradził, okłamywał, ubliżał, bił. Zawsze przeproszał powtarzał, że

tę więcej nie robi, mimo to powtarzało się to i powtarza do dziś.

Nie potrafię odejść od niego, bo nie umiem wyobrazić sobie innego życia. Dużo myślałam o śmierci, ale teraz przy życiu trzyma mnie moja córka. Ostatnio 2 tygodnie temu byliśmy u koleżanki. Po powrocie nie chciałam się z nim kochać szarpał mnie, pluł w twarz, a nawet uderzył z pięści. Uciekłam z domu do siostry. Rano były esemesy „kochanie wybacz mi”...

4.

Karol z Kolna: – Zaczęło się od tego, że dziewczyna, z którą jestem, wjechała na moją rodzinę, że moja matka pije itd. Ja jej powiedziałem, że nie życzę sobie takich komentarzy i to się przełożyło w konkretną kłótnię, po której wyszedłem od niej. Po jakimś czasie przyszedł do mnie jej ojciec z wielkimi wyrzutami, że ranię jego córkę i nie pozwoli mi się z nią spotykać. Ja powiedziałem, że to ja decyduję, kiedy będę się z nią spotykał, a kiedy nie. Po tym tekście mi przyło-

żył, ja sobie myślę, że nie będę bił starszego człowieka. Potem mnie popchnął, to go popchnąłem tak, że się przewrócił i sobie poszedłem, żeby jeszcze bardziej nie wyjść z równowagi. Potem dostaję sms od dziewczyny, że koniec z nami i nie chce być z takim człowiekiem.

W czym ja zawiniłem, tym że nie pozwolę sobie, żeby ktoś wjeżdżał w moją rodzinę i że się broniłem?

Co robić? Dać sobie spokój? Nie powiem, że mi na niej nie zależy, w końcu jesteśmy już 3,5 roku...

5.

Andrzej z Wysokiego Mazowieckiego: – Wczoraj znowu znienacka uderzyła mnie torebką w twarz, aż poszła mi krew z nosa, bo nie chciałem jej dać 200 zł. Nie chciałem dać, bo nie chciała powiedzieć na co. Zwłaszcza, że trzy dni temu dałem jej 500 zł. Poza tym ma swoją wypłatę dla siebie. Jak zobaczyła krew, przeproszała i powiedziała, że jak jej dam te 200 zł to zaraz zrobi mi... dobrze!

O majątek

Gdy brakowało słownych argumentów w sporze o ziemię w Cwi-
klach-Rupkach (gm. Kołaki Ko-
ścielne), Władysław Klimaszewski
wyciągnął rewolwer i strzelił do Bo-
lesława Zaniewskiego w sierpniu
1928 r. Ciężko ranny Bolesław został
odwieziony do szpitala św. Ducha
w Łomży. Zmarł w szpitalu. Klima-
szewski został osadzony w areszcie.

30 kwietnia 1929 r. w Wierz-
bowie (gm. Szczepankowo) „pod-
czas bójki wynikłej na tle posiada-
nia gruntu Jan Żebrowski uderzył
kamieniem w głowę Aleksandra
Wierzbowskiego i zadał mu cięż-
ką ranę”, informował tygodnik „Ży-
cie i Praca”.

Obaj zostali przewiezieni do
Łomży: Aleksander Wierzbowski
do szpitala św. Ducha, a Żebrow-
ski do aresztu.

Aleksander Sobieszewski w cza-
sie kłótni o majątek ciężko pobił
swojego teścia Jana Żelechow-
skiego w Nieławicach (przed woj-
ną gm. Bożejewo, dziś gm. Wizna)
we wrześniu 1927 r.

Także w czasie kłótni mająt-
kowej Piotra Wojsza z Lubotynia
(przed wojną w powiecie łomżyń-
skim, obecnie w powiecie ostrow-
skim) ciężko pobili jego sąsiedzi,
bracia: Władysław, Stanisław i Hi-
polit Zarembowie.

Rodzinne

Paulinę Koc (lat 40) z Radzisz-
ewa-Króli (przed wojną gm. Skó-
rzec, dziś gm. Ciechanowiec) za-
mordowała jej bratowa Magdalena
Koc. Zwłoki Pauliny znalezione zo-
stały 17 października 1927 r. w rze-
ce Kukawka. Nie wiadomo, co by-
ło przyczyną zbrodni.

W tajnym „Sprawozdaniu sytu-
acyjnym wojewody białostockiego”
odnotowano wyniki wstępnego do-
chodzenia. Paulina poniosła śmierć
na skutek uderzenia tępym narzę-
dziem w głowę. Bratowa ukryła
zwłoki zamordowanej w komo-
rze, a wieczorem, gdy było ciem-
no, wyniosła je i wrzuciła do rze-
ki. Prawdopodobnie w ten sposób
chciała ukryć zbrodnię i wskazać
na nieszczęśliwy wypadek, że Pau-
lina się utopiła.

Morderczyni została aresztowa-
na i osadzona w areszcie w Bielsku
Podlaskim.

„W nocy z 25 na 26 bm. (paź-
dziernika) popełniła samobój-



Rys. „Nowości Ilustrowane”, lata trzydzieste

Mściwe porachunki

stwo przez powieszenie się w celi
aresztu przy pomocy zrobionej pę-
tli z chustki do okrywania głowy”,
zanotowano w „Sprawozdaniu”.

Polityczne?

Julian Grabowski z Wizny prze-
mówił się z sąsiadem w paździer-
niku 1928 r. W nocy ktoś wybił
w jego domu wszystkie szyby. Gra-
bowski nie znał sprawców, nie usta-
łał, kto na niego napadł.

Następnej nocy ktoś zaczął wy-
bijać szyby w domu Władysława
Markowskiego. Obudził go brzęk
tłuczonego szkła. Markowski na-
tychmiast wstał, wyskoczył oknem
i biegł za sprawcami. Dopędził ich
w domu Juliana Grabowskiego.

„Stamtąd już nie wrócił. Na oso-
bie jego popełniono ohydny zbrod-
nię. Zwyródniały sprawca zadał
mu ostrzem siekiery cios w głowę,
a gdy ten upadł na ziemię brocząc
krwią, zadał mu jeszcze kilka ude-
rzeń ostrzem siekiery, miażdżąc ca-
łą czaszkę. Na koniec, prawdopo-
dobnie już po raz ostatni, wbił mu
jeszcze całe ostrze siekiery w krzyż.
(...) To potworne morderstwo jest
godne publicznego napiętnowania,
a Wizna, jeżeli nie zdoła ukrocić
rozpanoszenia się tych zbrodni-
czych wybryków, okryje się hań-

bą na długi okres czasu. Jeżeli te
hańbiące wypadki są skutkiem wy-
wrotowej politycznej agitacji, to
biada nam”, pisało łomżyńskie „Ży-
cie i Praca”.

Julian Grabowski został aresz-
towany.

O jaką wywrotową polityczną
agitację mogło chodzić, gazeta nie
wyjaśniła.

Bratobójcze

„Trafiają się zabójstwa, dokony-
wane przez ludzi nie zrównoważo-
nych, młodych, lecz do rzadkości
należy wypadek, by człowiek stoją-
cy nad grobem zabijał swego brata
w sprawie majątkowej”, pisał „Prze-
gląd Łomżyński” w 1932 r.

Bracia Zysk z Łomży wyma-
wiali sobie majątkowe pretensje
w pobliżu młyna „Narew”. W kłó-
tni wzrastały emocje. W pewnym
momencie zdenerwowany Adam
(lat 57) wyciągnął rewolwer, strze-
lił trzy razy w brata Władysława
(lat 65). Władysław padł na ziemię.
Został przewieziony do szpitala
i tam zmarł. Adama aresztowano.

Sąsiedzkie

Na pastwisku we wsi Niedź-
wiedzkie (gm. Szczuczyn) 29 czer-
wca 1931 r. został zabity Piotr Niedź-

wiedzki (lat 45). Zabójstwa „na tle
porachunków osobistych” dokonali
sąsiedzi: Jan Sielawski (lat 45), Alek-
sander Surawski (lat 19), Antoni Su-
rawski (lat 17) i Ignacy Milewski (lat
70), informował „Głos Ziemi Bia-
łostockiej”. Sprawców zatrzymano
i przekazano władzom sądowym.

Kłonicami pobili Aleksandrę
Zalewską we wsi Zalesie Nowe
(pow. łomżyński) w lipcu 1931 r.
Antoni i Roman Grabowsky. Zosta-
li aresztowani, a Zalewska z ciężki-
mi obrażeniami trafiła do szpitala.

Od dawna kłócili się o mie-
dzę w Kaczynku (gm. Szumowo).
W kwietniu 1932 r. spotkali się na
miedzy: Jan Pstrągowski i bracia Hi-
eronim, Józef i Marian Olszewscy. Od
słowa do słowa, aż Olszewscy chwy-
cili za kołki i pobili Pstrągowskiego.
Pobity ze wstrząsem mózgu został
odwieziony do szpitala w Łomży.
Bracmi zajęła się policja.

MARIA TOCKA

(O ciekawych wydarzeniach
z międzywojennej Łomży i regio-
nu, bohaterach, romansach, proce-
sach, konfliktach, można przeczy-
tać w książce „Łomżyńskie historie
prawdziwe. Ludzie, miejsca, zdarze-
nia”, wydanej przez „Kontakty”. Do
nabycia w redakcji: Łomża, al. Le-
gionów 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.0096/2022-o-i)

FINANSE

Pożyczki pozabankowe pod grunty
rolne bez BIK i weryfikacji baz.

Umowa notarialna, RRSO 36% rok.

Szybko, uczciwie i profesjonalnie 24/h.

Tel. 577 – 873 – 616

(fak/sms)

NIERUCHOMOŚCI

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

(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

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)

(fak/sms)

ROLNICTWO

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

(fak.0111/2022-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.

Dzwoń. Tel. 660 – 795 – 977

(fak/sms)

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

(fak/sms)

RÓŻNE

Wróżbita Bogdan.

Wróżę ze snów i kart cygańskich.
Tel. 798 – 488 – 428

(p-001515-o)

TRANSPORT

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

(fak.0097/2022-o-i)

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

(fak.0098/2022-o-i)

USŁUGI

Malowanie dachów.

Tel. 668 – 141 – 137

(p-001513-o)

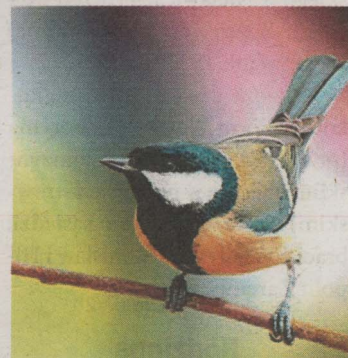
Tygodnik **KONTAKTY**
to wydatek na prasę
raz w tygodniu
i wiesz wszystko
o regionie

plus kolorowy magazyn
telewizyjny
w prenumeracie



wersja cyfrowa
dostępna na:

www.kontakty-tygodnik.com.pl



Twoje

„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 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

KOMUNIKAT WÓJT GMINY ŚNIADOWO

Zgodnie z art. 35 ust.1 ustawy z dnia 21 sierpnia 1997 roku o gospodarce nieruchomościami (Dz. U. z 2021 r. poz. 1899 ze zm.) informuje, że w siedzibie Urzędu Gminy Śniadowo, ul. Ostrołęcka 11 został wywieszony na okres 21 dni (od 28.07.2022 r. do 22.08.2022 r.) wykaz nieruchomości gruntowej niezabudowanej oznaczonej nr 6/3 o pow. 0,7012 ha położonej w miejscowości Stare Ratowo, gm. Śniadowo przeznaczonej do wydzierżawienia w drodze bezprzetargowej na okres 3 lat dotychczasowemu dzierżawcy.

Szczegółowe informacje dotyczące wykazu można uzyskać w Urzędzie Gminy Śniadowo, pokój nr 13 lub telefonicznie pod nr (86) 224 15 71.

Wójt Gminy Wysokie Mazowieckie

działając zgodnie z art. 35 ust. 1 ustawy z dnia 21 sierpnia 1997r. o gospodarce nieruchomościami (t.j. Dz. U. z 2021r., poz. 1899 ze zm.) informuję, że w dniu 01.08.2022 r. na tablicy ogłoszeń w siedzibie Urzędu Gminy Wysokie Mazowieckie zostanie wywieszony do publicznej wiadomości na okres 21 dni wykaz nieruchomości położonych na terenie Gminy Wysokie Mazowieckie przeznaczonych do sprzedaży. Wykaz zostanie również zamieszczony na stronie internetowej Biuletynu Informacji Publicznej ugwm.biuletyn.net.

Blizsze informacje można uzyskać w siedzibie Urzędu Gminy Wysokie Mazowieckie, ul. Mickiewicza 1A, 18-200 Wysokie Mazowieckie, pok. 31 tel. (086) 2757441.

Wójt Gminy
Krzysztof Krajewski

OGŁOSZENIA BEZPŁATNE MOTORYZACYJNE

Sprzedam Mercedes, (2007),
2.2 diesel, stan bardzo dobry,
cena 26 000 zł do uzgodnienia,
tel. 503 – 862 – 612

(o/b)

Sprzedam Ford Focus 2, (2005),
1.6 benzyna, 115 KM, drugi
właściciel, klimatyzacja, elektryczne
szyby, cena 6 500 zł do negocjacji,
tel. 536 – 508 – 836

(o/b)

Sprzedam Honda City, (2006),
1.4 benzyna, 83 KM, drugi
właściciel, auto sprawne technicznie,
klimatyzacja, ABS, cena 6 500 zł do
negocjacji, tel. 505 – 179 – 668

(o/b)

Sprzedam Quad 60, sprawny,
cena 2 100 zł, tel. 500 – 712 – 822

(o/b)

Sprzedam motor Suzuki 750, stan
bardzo dobry, cena 5 200 zł,
tel. 500 – 712 – 822

(o/b)

Sprzedam Volkswagen Golf 5,
(2004), 1.9 TDI, 105 KM, przebieg
290 000 km, auto zarejestrowane,
ubezpieczone, gotowe do jazdy,
cena 11 800 zł, tel. 502 – 132 – 570

(o/b)

Sprzedam Ford Fiesta, (2007),
benzyna, Polski salon, brak korozji,
drobne zadrapania wynikające
z użytkowania, auto użytkowane
przez kobietę, cena 5 900 zł do
negocjacji, tel. 518 – 066 – 439

(o/b)

Sprzedam Mazda 6, (2016),
193 KM, benzyna, przebieg
83 000 km, auto w ciągłej
eksploatacji, cena 65 000 zł do
negocjacji, tel. 510 – 604 – 619

(o/b)

Sprzedam Volkswagen Polo,
(1999), 1.4 benzyna, przebieg
191 000 km, auto w pełni sprawne,
ubezpieczenie i przegląd do
stycznia 2023 r., cena 2 500 zł,
tel. 796 – 658 – 305

(o/b)

Sprzedam Citroen C5, (2007),
benzyna, auto garażowane,
kupione w polskim salonie, stan
dobry, stan lakierniczy do lekkiej
poprawy, cena 7 500 zł,
tel. 507 – 674 – 078

(o/b)

Sprzedam Renault Megane Scenic,
(2003), w bardzo dobrym stanie
technicznym i wizualnym, diesel,
przebieg 330 000 km, cena 4 500 zł
do negocjacji, tel. 608 – 614 – 372

(o/b)

Sprzedam Peugeot 206 CC, (2004),
benzyna, kolor czarny,
cena 6 200 zł do negocjacji,
tel. 603 – 421 – 315

(o/b)

Sprzedam Volkswagen Tiguan,
(2009), 140 KM, napęd na 4 koła,
klimatyzacja, hak, przegląd i OC do
maja 2023 r., 572 – 962 – 296

(o/b)

Sprzedam Volkswagen IV, (2002),
2.0 benzyna, auto cały czas
w eksploatacji, kolor srebrny,
cena 4 800 zł, tel. 516 – 478 – 919

(o/b)

Sprzedam Opel Astra GTC, (2007),
1.6 16v, auto świeżo sprowadzone,
benzyna, cena 8 900 zł,
tel. 883 – 799 – 575

(o/b)

Sprzedam Mazda 3, (2011),
benzyna, 151 KM, normalne ślady
użytkowania, cena 27 300 zł,
tel. 502 – 432 – 732

(o/b)

Sprzedam Skoda Octavia, (2006),
diesel, przebieg 323 000 km,
sprawna klimatyzacja, hak,
cena 1 200 zł do negocjacji,
tel. 573 – 140 – 266

(o/b)

Sprzedam Opel Meriva, (2004),
1.7 diesel, wszystko sprawne,
przebieg 312 000 km,
cena 5 900 zł do negocjacji,
tel. 696 – 685 – 233

(o/b)

Sprzedam Ford Focus, (2004),
benzyna, 100 KM, długie opłaty do
marca 2023 r., wszystko
wymieniane na czas, cena 3 900 zł,
tel. 883 – 799 – 575

(o/b)

Sprzedam Honda Civic VII, (2004),
auto sprawne, ubezpieczenie do
02.2023 r., przegląd do 04.2023 r.,
widoczne ślady użytkowania,
cena 8 500 zł, tel. 733 – 807 – 758

(o/b)

Sprzedam Opel Astra J, (2010), stan
bardzo dobry, bogate wyposażenie,
wersja Cosmo, benzyna,
cena 29 800 zł, tel. 501 – 865 – 808

(o/b)

Sprzedam Peugeot 206 CC, (2004),
benzyna, przebieg 190 400 km,
kolor czarny, cena 6 200 zł do
negocjacji, tel. 603 – 421 – 315

(o/b)

Sprzedam Audi A4 B6, (2004),
1.9tdi, 130 KM, ubezpieczenie
do września, przegląd do grudnia,
wnętrze zadbane, cena 12 000 zł
od negocjacji, tel. 512 – 524 – 834

(o/b)

Sprzedam Skoda Fabia II, (2014),
1.6 TDI, diesel, auto cały czas
używane, przebieg około 202 000 km,
cena 19 200 zł, tel. 505 – 118 – 434

(o/b)

Sprzedam Opel Astra, (2005), stan
bardzo dobry, LPG, wnętrze czyste
i zadbane, bogate wyposażenie,
sprawna klimatyzacja, niski
przebieg, cena 15 600 zł,
tel. 501 – 865 – 808

(o/b)

Sprzedam Volkswagen Sharan,
(2011), 2.0 tdi, auto w bardzo
dobrym stanie, 7-osobowe, diesel,
przebieg 270 000 km,
cena 55 000 zł do negocjacji,
tel. 501 – 783 – 208

(o/b)

Sprzedam Audi A6 C5, (2003),
benzyna, bardzo dobry stan
techniczny i wizualny, OC
i przegląd aktualne, w ciągłej
eksploatacji, cena 10 000 zł,
tel. 505 – 118 – 434

(o/b)

Sprzedam Seat Leon, (2005), auto
świeżo sprowadzone z Niemiec,
opłacone, gotowe do rejestracji,
stan bardzo dobry, cena 7 900 zł,
tel. 506 – 546 – 584

(o/b)

Sprzedam BMW, (2000), auto
świeżo sprowadzone z Niemiec,
opłacone, gotowe do rejestracji,
nie wymaga wkładu finansowego,
benzyna, cena 8 900 zł,
tel. 506 – 546 – 584

(o/b)

Sprzedam Volkswagen Golf 5,
(2004), 1.9 TDI, 105 KM, auto
zarejestrowane, ubezpieczone,
gotowe do jazdy, diesel,
cena 12 200 zł, tel. 502 – 132 – 570

(o/b)

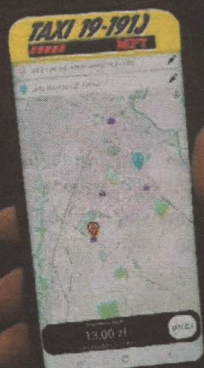
Sprzedam Renault Kangoo, (2010),
1.5 dci, stan techniczny i wizualny
bardzo dobry, diesel, kolor biały,
czujnik parkowania z tyłu,
cena 13 200 zł do negocjacji,
tel. 511 – 920 – 298

(o/b)

Pobierz aplikację mobilną



Najlepsza aplikacja w mieście



KUPON

BEZPŁATNE OGŁOSZENIE DLA ZMOTORYZOWANYCH

Treść ogłoszenia do 15 słów:

Warunkiem ukazania się ogłoszenia jest podanie
ceny pojazdu!

Imię i nazwisko ogłaszającego:

Adres:

Tel.:

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

Czytelny podpis:

Kupon wysyłamy na adres: Kontakty, Al. Legionów 7, 18-400 Łomża

Wydawnictwo „Kontakty” informuje, że dane ogłaszających, będą
wykorzystane wyłącznie w celu wykonania zlecenia publikacji ogłoszenia oraz
sprawozdawczości finansowej. Nie są udostępniane osobom trzecim.

OGŁOSZENIA BEZPŁATNE ROLNICZE

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

(o/b)

Sprzedam siewnik zbożowy Poznaniak, stan bardzo dobry, cena 2 500 zł do uzgodnienia, tel. 503 – 862 – 612

(o/b)

Sprzedam kosiarkę rotacyjną, cena 2 500 zł do uzgodnienia, tel. 503 – 862 – 612

(o/b)

Sprzedam prasę kostkującą Welger, stan bardzo dobry, garażowana, cena 3 500 zł do negocjacji, tel. 606 – 500 – 163

(o/b)

Sprzedam rozsiewacz nawozów i wapna Vicon, 600 litrów, hydrauliczny wysiew rękawem, cena 2 000 zł, tel. 609 – 305 – 150

(o/b)

Sprzedam glebogryzarkę Unia Grudziądz, cena 2 400 zł do negocjacji, tel. 606 – 500 – 163

(o/b)

Sprzedam prasę kostkującą Sipma, (1987), stan dobry, cena 5 000 zł, tel. 504 – 958 – 451

(o/b)

Sprzedam bronę talerzową Meprozet, (2001), szerokość 2,20 m, stan bardzo dobry, cena 4 000 zł, tel. 504 – 958 – 451

(o/b)

Sprzedam kopaczkę ciągnikową, cena 1 200 zł, tel. 500 – 712 – 822

(o/b)

Sprzedam siewnik do nawozów, cena 550 zł, tel. 500 – 712 – 822

(o/b)

Sprzedam zgrabiarkę Vicon Anex 463, w dobrym stanie, w pełni sprawna, wydajna, szerokość robocza 4,60 m, cena 12 900 zł do negocjacji, tel. 572 – 962 – 296

(o/b)

Sprzedam wał uprawowy, ciągany, 2 m, cena 2 500 zł do negocjacji, tel. 608 – 663 – 631

(o/b)

Sprzedam sieczkarnię do trawy i kukurydzy Claas, sprawna, w ciągłym użytku, zapotrzebowanie 50-70 KM, cena 5 000 zł, tel. 606 – 389 – 653

(o/b)

Sprzedam prasę Metal Fach, walcowa, cena 16 000 zł, tel. 606 – 500 – 163

(o/b)

Sprzedam kosiarkę rotacyjną Z-178, stan dobry, cena 2 100 zł, tel. 506 – 356 – 619

(o/b)

Sprzedam kombajn zbożowy Bizon Super Z-056, garażowany, cena 20 000 zł, tel. 793 – 831 – 888

(o/b)

Sprzedam kosiarkę dyskową Krone Easy Cut 320, (2017), w pełni sprawna, w bardzo dobrym stanie, wałki WOM, cena 35 400 zł, tel. 512 – 596 – 073

(o/b)

Sprzedam trawę, Grobla Jednaczewska, 1,5 ha, cena 700 zł, tel. 502 – 388 – 717

(o/b)

Sprzedam beczkowóz, 5 000 litrów, niemiecki, cena 9 000 zł, tel. 795 – 142 – 174

(o/b)

Sprzedam agregat z hydropakiem, (2020), mało używany, w bardzo dobrym stanie, cena 8 200 zł do negocjacji, tel. 798 – 634 – 097

(o/b)

Sprzedam młynek do kukurydzy, cena 14 000 zł do negocjacji, tel. 517 – 755 – 340

(o/b)

Sprzedam rozrzutnik obornika Dangreville, 8 ton, stan bardzo dobry, w pełni sprawny, łańcuchy hakowe, burty i podłoga zdrowe, bez dziur, cena 21 500 zł, tel. 517 – 142 – 586

(o/b)

Sprzedam schładzalnik do mleka Eurotanks, 2 700 litrów, stan techniczny i wizualny bardzo dobry, sprawny, samomyjący, cena 18 900 zł, tel. 518 – 867 – 636

(o/b)

Sprzedam rozsiewacz Rauch MDS 17.1, w bardzo dobrym stanie technicznym i wizualnym, cena 11 000 zł, tel. 782 – 980 – 512

(o/b)

Sprzedam wycinak do kisonki BVL, (2008), spychaczka hydrauliczna, cena 9 500 zł, tel. 511 – 398 – 032

(o/b)

Sprzedam dojarę Alfa Laval, nigdy nieużywana, stan idealny, cena 2 000 zł, tel. 793 – 692 – 299

(o/b)

Sprzedam prasę John Deere 623, (2013), w stanie idealnym, garażowana, w ostatnich latach prasowała około 100 bel słomy na cały rok, cena 100 000 zł do negocjacji, tel. 511 – 636 – 005

(o/b)

Sprzedam kosiarkę dyskową Lely Splendimo 240, stan bardzo dobry, wałek WOM w komplecie, cena 18 000 zł do negocjacji, tel. 500 – 485 – 658

(o/b)

Sprzedam zgrabiarkę Krone Swardo, (2007), w bardzo ładnym stanie, w pełni sprawna, cena 48 000 zł, tel. 505 – 550 – 082

(o/b)

Sprzedam pług Unia Grudziądz 3+1, (2005), korpus 40 cm, nowe odkładanie, cena 5 500 zł, tel. 660 – 987 – 279

(o/b)

Sprzedam pług 2-skibowy, stan dobry, wszystko sprawne, cena 550 zł, tel. 532 – 113 – 250

(o/b)

Sprzedam siewnik do nawozów lejek, stan dobry, wszystko sprawne, cena 550 zł, tel. 532 – 113 – 250

(o/b)

Sprzedam kombajn John Deere 960, stan bardzo dobry, sieczkarnia, heder 3 m, garażowany, duża wydajność, cena 36 500 zł, tel. 880 – 174 – 833

(o/b)

Sprzedam agregat uprawowy Expom Wicher, szerokość 4,50 m, pierwszy właściciel od nowości, cena 39 000 zł, tel. 508 – 944 – 505

(o/b)

Sprzedam przyczepę przeładowniczą do zboża, napęd wysypu z wałka przekładnik, gotowa do pracy, cena 7 900 zł do negocjacji, tel. 500 – 436 – 377

(o/b)

Sprzedam rozrzutnik, 2-osiowy, ładowność 4 tony, sprawny, gotowy do pracy, rama, resory i podłoga w bardzo dobrym stanie, cena 3 600 zł do negocjacji, tel. 501 – 942 – 133

(o/b)

Sprzedam opryskiwacz, 10 m, cena 1 000 zł, tel. 515 – 393 – 138

(o/b)

Sprzedam zbiornik na mleko Alfa Laval, 1 200 litrów, w bardzo dobrym stanie, cena 5 000 zł do negocjacji, tel. 507 – 450 – 164

(o/b)

Sprzedam dmuchawę do zboża, 5.5 kW, komplet rur, cena 2 200 zł, tel. 512 – 294 – 777

(o/b)

Sprzedam paszowóz, własna pompa hydrauliczna, w pełni sprawna, wbudowana waga, cena 47 000 zł, tel. 502 – 898 – 917

(o/b)

Sprzedam kosiarkę dyskową Pottinger Novacat 262, na centralnym zawieszeniu, szerokość 2,60 m, w bardzo dobrym stanie, wałek WOM, cena 29 500 zł, tel. 509 – 628 – 118

(o/b)

Sprzedam pług Krone, 3-skibowy, stan bardzo dobry, nowe elementy robocze, cena 5 600 zł do negocjacji, tel. 662 – 731 – 569

(o/b)

Sprzedam agregat ścierniskowy Gruber, 7 łap, w bardzo dobrym stanie, zadbane, cena 13 500 zł do negocjacji, tel. 518 – 525 – 898

(o/b)

Sprzedam kombajn Bizon Z-056, sprawny, przejrany, gotowy do sezonu, cena 22 000 zł, tel. 698 – 780 – 142

(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.



CHARYTATYWNY BIEG Z BUTELKĄ MLEKA



4 WRZESZNIA 2022
START O GODZINIE 12.00

VI EDYCJA NA DYSTANSACH:

5KM — 10KM — 21KM

📍 NOWA LOKALIZACJA — GIEŁCZYN K. ŁOMŻY

ZGŁOŚ SIĘ JUŻ DZIŚ: ELEKTRONICZNEZAPISY.PL/EVENT/7071

ORGANIZATOR:



WSPÓŁORGANIZATOR:



SPONSOR:





„Zombiaki” po rytmicznej zumbie z instruktorką tańca Esterą Zadrogą

Miejskie święto, związane z żeglarzem, który według legendy odkrył Amerykę przed Kolumbem, daje co roku świetną okazję prezentacji przed szeroką publicznością artystów Kolneńskiego Ośrodka Kultury i Sportu. Tak było i tym razem: wystąpiły grupy wokalne, taneczne, mazuretki, Młodzieżowa Orkiestra Dęta pod batutą, Teatr Muzyczny, Kolneńskie Dziewczyny z Plussem. Po przerwie na występy oficjeli (informacja na str. 8), atmosferę podgrzał łomżyński zespół The BL Blues Band, w cygańskie rytmy wprowadził Don Vasył, a rozkołysał wszystkich na pożegnanie discolowy Mig.



Emilia Klonowska



Teatr Muzyczny (składu nie udało się nam ustalić w KOKiS) i kolneńska publiczność. Fot. Andrzej Konopka/UM

Stara miłość nie rdzewieje?



W takim stanie jest samochód, obrzucony kamieniami przez młodą (24 lata) mieszkankę Łomży. W ten sposób wyładowała na partnerze zazdrość o inną kobietę. Zazdrość sama w sobie wyzwała bardzo silne emocje, tu zostały jeszcze procentowo wzmocnione w czasie wspólnego biesiadowania w Kolnie. Partner oszacował straty na 500 zł. Choć szyby raczej za to nie kupi i nie wymieni, nie licząc innych uszkodzeń, dzięki temu pani odpowie tylko za wykroczenie. Gdyby strata była wyższa, niż 500 zł, odpowiadałaby za przestępstwo. Jeżeli w ten sposób mężczyzna chroni kobietę, może być to dowód na prawdziwość powiedzenia, że stara miłość nie rdzewieje. I byłby to optymistyczny akcent tej historii!

Biegał z nożem, odpocznie siedząc

Kompletnie pijanego faceta (34 lata), który podjechał skuterem pod cudzy dom, groził domownikom, że ich pozabija i spali dom, a w pewnej chwili nożem wybił szybę w drzwiach wejściowych, zatrzymali „w akcji” grajewscy policjanci. Po wytrzeźwieniu (miał prawie 3 prom.) usłyszał zarzuty naruszenia miru domowego, gróźb karalnych i kierowania pojazdem mechanicznym po pijanemu, za co może posiedzieć do 2 lat.

Szczęście w nieszczęściu i niewdzięczność

Dopiero po ponad 20 metrach mieszkanka Łomży zdołała zatrzymać swój samochód, w którego tył uderzył rozpędzony tir, gdy zatrzymała się przed przejściem dla pieszych przez ul. Wojska Polskiego na wysokości Parku Miejskiego im. Wagi w Łomży, by przepuścić przechodzącą „pasami” kobietę. Miała ogromne szczęście, bo ani jej, ani siedmioletniemu synowi, który z nią jechał, nic poważnego się nie stało. Kobieta, którą przepuściła na przejściu poszła sobie, nie reagując nawet na wołanie, by zaczekała na przyjazd policji.

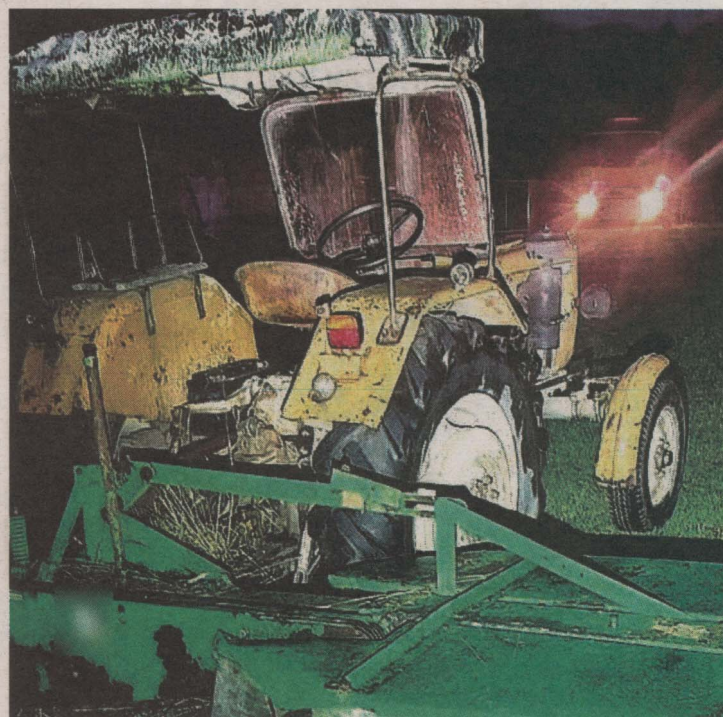
Z rowu do szpitala

Kierujący audi i dwóch pasażerów zostało odwiezionych do szpitala po tym, jak na prostym odcinku drogi kierowca z nieustalonych przyczyn stracił panowanie nad samochodem

i wpadł do rowu we wsi Malec, na drodze Ciechanowiec – Siemiatycze.

Sen za kierownicą

Jadąca z synem (9 lat) volkswagenem kobieta najprawdopodobniej przysnęła na krajowej S8 (na wysokości wsi Żabikowo Rządowe, gm. Szumowo) i uderzyła autem w barierki ochronne. Ani jej, ani dziecku nic się nie stało.



Razem kosili łąkę tym traktorem z kosiarką. Starszy (53 lata) z gminy Bielsk Podlaski siedział za kierownicą. Młodszy (38 lat) z Białegostoku, na siedzeniu na błotniku. W pewnym momencie spadł z błotnika wprost na ostrza kosiarki. Traktorzysta ani nie udzielił mu pomocy, ani jej nie wezwał. Zostawił go na łące i odjechał. Kilka dni później w miejscu tragedii znalezione zostały jego zwłoki. Zaalarmowana

policja już po niespełna dwóch godzinach ustaliła i zatrzymała kierowcę ciągnika. Można podejrzewać, że skoro uciekł, zostawiając rannego na pastwę losu, najprawdopodobniej był pijany i bał się konsekwencji. Być może właśnie z tego powodu nie żyje człowiek. Konsekwencje traktorzysty poniesie znacznie surowsze, ponieważ policja postawiła mu dwa zarzuty: ucieczki z miejsca wypadku i nieudzielenie pomocy.

Najpierw przypomnij sobie, w jaki sposób najczęściej trzymasz kierownicę, potem przeczytaj analizę psychologów

Co o kierowcy mówi sposób trzymania kierownicy?

1. Ramiona wyciągnięte, tułów w dużej odległości od kierownicy: bardzo duża żywotność. Masz dobry charakter, jesteś pogodna(y), towarzyska(i) i życzliwa(y) ludziom. Masz dużą wrażliwość i wyobraźnię oraz skłonności do prac artystycznych.

2. Ręce dość nisko na kierownicy: natura delikatna, zdrowie nie najsilniejsze. Lubisz, żeby Cię wspierać i otaczać opieką. Boisz się ryzyka i zawsze wolisz, żeby ktoś za Ciebie decydował w trudnych momentach.

3. Ręce ujmują kierownicę od dołu: mocna osobowość. Zdajesz egzamin we wszystkich okolicznościach. Zawsze i wszędzie lubisz przewodzić, zdobywać pierwsze miejsce. Pracę traktujesz z ambicją i zamiłowaniem.

4. Ręce na dole, nałożone z góry: uciekasz od brutalności świata, masz naturę romantyczną. Choć je-



Fot. pixabay

steś impulsywna(y), unikasz hałasu, awantur, nawet walki o coś, co Ci się należy. Zamykasz się w niewielkim kole ludzi bliskich.

5. Ręce nałożone na górę kierownicy, postawa pochylona do przodu: charakter nerwowy, wybuchowy, często niepokój zmusza Cię do zmiany postanowień. Poszukujesz czegoś i czekasz na nowe twarze, nowe wyda-

żenia. Rzadko jesteś zadowolona(y). Masz wybitną inteligencję.

6. Ręce w pozycji „za dziesięć drugą”, ramiona luźne: jesteś interesującą indywidualnością, nie tracisz spokoju i opanowania. Masz obiektywny pogląd na problemy i na ludzi z otoczenia. Na ogół optymistycznie podchodzisz do życia i cieszysz się uznaniem i sympatią.

Poradnia psychologa

Skąd wiedzieć, czy jestem ładna?



Fot. pixabay

Mam 15 lat i nie wiem, czy jestem ładna, czy brzydka. Czasem wydaje mi się, że jestem brzydka, a czasem że ładna, a nawet piękna. Gdy pytam rodziców, to odpowiadają, że jestem bardzo ładna, ale wiadomo, to są rodzice. A nikogo nie zapytam, bo mi wstyd i w dodatku nie wiem, czy ktoś powie prawdę.

Aga

Istnieją pewne cechy wyglądu kobiety, które na stałe związane są z atrakcyjnością fizyczną. Są to duże oczy, mały nos, gęste włosy. Jeśli chodzi o sylwetkę, są to wyraźne piersi, wcięcie w talii, zgrabne nogi, zdrowa skóra, symetryczna twarz i ciało. Do cech fizycznej atrakcyjności kobiet należy też młody wiek i wszystko, co się z nim kojarzy (sprężysty chód, błyszczące

oczy, brak zmarszczek itp.). Taki jest przeciętny wzorzec urody żeńskiej.

Ale uroda ma indywidualny wymiar. Niektórzy nie mają cech, które wymieniałem, ale dbają o siebie, potrafią się ubrać, mają poczucie humoru, są przyjaźni lub posiadają inne walory, które w oczach płci przeciwnej nadają im atrakcyjności, także fizycznej. Bywa, że dla kogoś ważne są takie cechy wyglądu, które większości ludzi się nie podobają.

W pewnym stopniu o własnej urodzie świadczy tak zwane lustro społeczne, czyli jeśli często ktoś cię podrywa, przygląda ci się, mówi, że mu się podobasz albo daje to do zrozumienia w inny sposób oznacza, że jesteś atrakcyjna.

DR MARCIN FLORKOWSKI
psycholog



Przysmak podlaski

Meksykański talerz

- Składniki**
- 50 dag mielonego mięsa wołowego
 - 200 ml bulionu wołowego
 - 400 ml przecieru pomidorowego
 - 40 dag białej fasoli (lub z puszki)
 - 2 papryczki chili
 - 1 czerwona papryka
 - 1 cebula
 - 2 ząbki czosnku

- 1 łyżeczka mielonego kminu rzymskiego
- 1 łyżeczka cukru
- olej
- sól, pieprz, oregano

Cebulę oraz oczyszczone z nasion paprykę i papryczki chili pokrój w dość drobną kostkę i podsmaż na oleju z dodatkiem kminu rzymskiego. Pod koniec dodaj przeciśnięty przez praskę czosnek. Dołóż mięso mielone i smaż na wolnym ogniu, aż zbrązowieje. Dodaj bulion i smaż kilka minut, co pewien czas mieszając. Dolej przecier pomidorowy i odsączoną z zalewy fasolę, dopraw solą, pieprzem, cukrem i oregano. Gotuj na wolnym ogniu pod przykryciem około 10 minut, mieszając. Podawaj z ryżem, kaszą albo chlebem.



Fot. pixabay

Pytanie intymne

Wyjeżdżamy nad jezioro. Marzy mi się leżenie na piasku, a potem wchodzimy do wody i w niej się kochamy. Jak to robić, żeby było dobrze.

Robert

Można kochać się na stojąco, można w jakiejś wymyślnej akrobacji, która nie byłaby możliwa „na lądzie”, a jest możliwa w wodzie, bo woda zmniejsza ciężenie i tarcie. To są niewątpliwe zalety seksu w wodzie. Ale trzeba się liczyć z minusami. W zimnej wodzie może nagle wszystko się skurczyć i będzie jak w dowcipie: „Jest gdzie, jest

z kim, ale nie ma czym”. Jeżeli zabezpieczeniem będzie prezerwatywa, trzeba wiedzieć, że w wodzie może się zsunąć. A ciągle uważanie odbierze spontaniczność i czar prysnie. Poza tym seks w wodzie może być za... suchy. Woda wypłukuje z ciała kobiety naturalną wydzielinę, która nawilża, a jej brak spowoduje nieprzyjemne dla obojgu kochanków otarcia miejsc intymnych. W wodzie mogą być drobnoustroje, co może skończyć się zakażeniem dróg moczowych. I jeszcze jedno, seks w miejscach publicznych jest zakazany. Można narazić się na mandat.

Lekarz domowy

Syn ostatnio dziwnie się zachowuje, źle wygląda. Ma tzw. nieciekawe wakacyjne towarzysztwo, dlatego chciałbym wiedzieć na wszelki wypadek, jakie są objawy zatrucia dopalaczami i jak reagować?

Marek

Najczęściej nie są znane substancje toksyczne, które zawierają dopalacze i trudno przewidzieć reakcję organizmu na te środki. Objawami mogą być nadmierna potliwość, bóle głowy, nudności i wymioty, bóle w klatce piersiowej, zaburzenia rytmu serca, stany lękowe, bezsenność, problemy z koncentracją, omamy słuchowe i wzroko-

we, śpiączka lub agresja, myśli samobójcze.

Przy pierwszych objawach po zażyciu dopalaczy należy pić dużo wody mineralnej (z moczem i potem będą usuwane z organizmu toksyny), nie zażywać żadnych leków, bo mogą wchodzić w reakcje chemiczne z substancjami z dopalaczy i jeszcze pogorszyć sytuację. Trzeba natychmiast skontaktować się z lekarzem, zachować i pokazać lekarzowi opakowanie od dopalaczy, tam może być wypisany skład, a wówczas łatwiej będzie podjąć skuteczne leczenie.

Ostre zatrucie może doprowadzić do śmierci, poprzedzonej udarem mózgu, zawałem serca, niewydolnością nerek i wątroby.

Pod paragrafem

Trzy lata temu korzystałam z odpisów podatkowych, rozliczyłam się z urzędem skarbowym, otrzymałam zwrot podatku. Czy powinnam jeszcze przechowywać wszystkie faktury i rachunki, czy mogę już je wyrzucić?

Marianna

Wszystkie dokumenty, dotyczące wydatków, na podstawie których zostało przygotowane zeznanie podatkowe i które były podstawą do skorzystania z ulgi podatkowej, na-

leży nadal przechowywać. Zgodnie z ordynacją podatkową, dopiero po 5 latach, licząc od końca roku kalendarzowego, w którym upłynął termin płatności podatku, nastąpi przedawnienie zobowiązania podatkowego. Do czasu przedawnienia, czyli w czasie 5 lat, urząd skarbowy ma prawo do kontroli rozliczenia. Jeśli zabraknie dokumentów (faktur), potwierdzających uprawnienia do ulgi, urząd może zakwestionować odliczone kwoty i będzie trzeba je zwrócić.



Co o Tobie mówi Twój podpis?

- Podpis czytelny, a litery są duże – oznacza otwartość i pewność siebie.
 - Podpis nieczytelny, a litery są małe – oznacza nieufność, skrytość, niedostępność, trudność w nawiązywaniu kontaktów, a także drobiazgowość i niską samoocenę.
 - Podpis pochylony w lewo – charakteryzuje ludzi zamkniętych w sobie, stroniących od towarzystwa, przywiązujących wagę do przeszłości zamiast do teraźniejszości.
 - Podpis pochylony w prawo – charakteryzuje otwartość, przyjaźliwość, chętnie dzielących się swoimi emocjami. Mocne pochylenie może świadczyć jednak o impulsywności, nie radzeniu sobie z codziennymi problemami.
 - Podpis prosty, a litery mają odpowiednie kształty i wielkość – charakteryzuje osoby pewne, racjonalne, pogodne, wesołe,
 - ale mało spontaniczne i czasami naiwne.
 - Podpis, w którym litery mają ostre kanty, są zamazyste – charakteryzuje osoby ze skłonnością do agresji.
 - Podpis, w którym odstępy między literami są bardzo wyraźne – świadczy o ogólnym roztrągnięciu, braku celu w życiu, poszukiwaniu własnego „ja”.
 - Podpis, w którym wielkie litery są dużo większe, niż pozostałe – cechuje osoby, które mają skłonności przywódcze oraz wysokie mniemanie o sobie, lubią być chwalone i źle znoszą krytykę.
 - Podpis zakończony kropką – oznacza pewność swojej decyzji, silne przekonanie do własnych racji i poglądów.
- Podpis zmienia się z wiekiem, doświadczeniem życiowym, stanem emocjonalnym, a także stanem zdrowia.

Tak brakuje opału, że bocianom kradną chrust



Problem PiS-u jest taki, że węgla nie da się drukować.

Oblegane przez kandydatów liceum zarządziło dodatkowy egzamin, by wyłonić najinteligentniejszych ośmioklasistów. Gdy zajęli miejsca w auli, dyrektor staje przed nimi i mówi:

– Napiszecie wypracowanie na temat „Sytuacja gospodarcza w naszym kraju”. Liczyć będą się logika i styl wywodu. Słabszym z ortografii od razu przypominam, że „ch... owa” pisze się przez „u” otwarte...

Do ratownika na plaży podchodzi dziewczyna, owinięta ręcznikiem. W pewnym momencie zrzuca ręcznik i naga wbiega do wody. Ratownik zerknął na nią dyskretnie co jakiś czas. Po dłuższej kąpieli podbiegła po ręcznik, owinięła się i poszła. Gdy sytuacja powtórzyła się kilka razy, ratownik zapytał, dlaczego tak robi.

– Dopiero uczę się pływać. Dzięki temu, że zwróciłam na siebie twoją uwagę, zapewne na mnie zerkasz. Gdybym zaczęła się topić, mam pewność, że to zauważysz.

– Dlaczego zrezygnowałaś z noszenia spodni i włożyłaś mini spódniczkę? – pyta koleżanka.

– Wolę, żeby szef patrzył na moje nogi, niż na moją pracę.

Do gabinetu lekarskiego wchodzi mężczyzna z butelką drogiej whisky, bombonierką i kwiatami.

– Panie doktorze, przyszedłem panu podziękować!

– Przepraszam, a pan to pacjent czy spadkobierca?

– Chyba zatrudniłam niewłaściwą ekipę do wykończenia mieszkania.

– Dlaczego tak sądzisz?

– Wykończyli mi wszystkie alkohole i całe żarcie z lodówki.

Policjant do menela, leżącego na ławce:

– Co to? Hotel?

– A co ja jestem informacja turystyczna?

Zajęcia teoretyczne w jednostce wojskowej. Prowadzący sierżant wyrwa do odpowiedzi szeregowego:

– Wyobraźcie sobie sytuację. Pełnicie służbę wartowniczą. Jest trzecia w nocy. Nagle widzicie, że w waszym kierunku pełni jakiś człowiek. Co robicie?

– Odprowadzam dowódcę kompanii do jego kwatery, panie sierżancie.

Gusta seksualne mojej żony i moje znacznie się różnią. Ona lubi powoli i delikatnie a ja lubię z sąsiadką.

Pacjent wchodzi do gabinetu, a lekarz od razu poleca:

– Proszę stanąć przy oknie i wytknąć język.

– Dlaczego?

– Bo nie lubię tej baby, co mieszka naprzeciwko.

– Czy mogę prosić o rękę pana córki?

– A co, nie masz swojej – żartował ojciec.

– Mam, ale jest już zmęczona.

Dwaj młodzi księża rozmawiają na temat spowiedzi. Pierwszy stwierdza:

– Od tego, co się teraz słyszy od młodzieży przy spowiedzi, człowiekowi dosłownie czapka się podnosi...

– To po co kładziesz ją na kolanach? – dziwi się drugi.

– Jeżeli majster nie odwoła swoich słów, to jutro wyp... dałam z tej budowy!

– Jak to? A co on takiego powiedział?

– Wyp... dalej z tej budowy!

Tu warto być

II PIKNIK PODLASKICH PARKÓW

Narodowych i Krajobrazowych

Na II Piknik Podlaskich Parków Narodowych i Krajobrazowych z warsztatami pszczelarskimi, rękodziełem rzemieślników i twórców ludowych, otwarciem wystaw fotografii przyrodniczej „Kraina Guliwera” i „Polska tkanina dwuosnowowa”, prezentacją pereł podlaskiej przyrody, zaprasza Podlaskie Muzeum Kultury Ludowej w Wasilkowie (ul. Leśna 2) w niedzielę, 31 lipca, od godz. 11.00 do 17.00.

Grajewo

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

■ Pięciodniowe wydarzenie plenerowe „Kulturalny Deptak” w Parku Miejskim (między czołgami), które w tym roku odbywa się (codziennie od godz. 17.00 do 21.00) pod hasłem pięciu żywiołów: sobota, 30 lipca – Dzień Powietrza; niedziela, 31 lipca – Dzień Wody; poniedziałek, 1 sierpnia – Dzień Ziemi; wtorek, 2 sierpnia – Dzień Ognia; środa, 3 sierpnia – Dzień Kosmosu. Każdego dnia oryginalne warsztaty artystyczne. Wstęp wolny.

Kolno

Stowarzyszenie Kawaleryjskie im. Podlaskiej Brygady Kawalerii (ul. Mikołaja Kopernika 8, tel. 86 278 32 32):

■ Festiwal Kultury Podlasia (plac przy kościele św. Anny), a na nim atrakcje dla dzieci, wspólna biesiada, koncert zespołu Skiela Kapela; niedziela, 31 lipca, od godz. 16.00.

Łomża

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

■ Otwarcie wystawy malarstwa Renaty Zimnickiej-Prabuckiej „Po prostu patrz” w Galerii Pod Arkadami (Stary Rynek). Wernisażowi towarzyszyć będzie z koncertem gitarowym Timura Slavova; piątek, 29 lipca, godz. 18.00. Wstęp wolny.

Repertuar kin:

■ Kino „Relax” Grajewo: nieczynne. Kino „Wrzós” Kolno: nieczynne. Kino „Wars” Wysokie Mazowieckie: 31 lipca – „Buzz Astral”, godz. 14.00 oraz „Księgarnia w Paryżu” (napisy), godz. 17.00 i „Bez strachu” (napisy), godz. 20.00; 3 sierpnia – „Bez strachu”, godz. 17.00 i „Księgarnia w Paryżu”, godz. 20.00; 4 sierpnia – „Chłopiec zza szyby”, godz. 11.00 oraz „Księgarnia w Paryżu”, godz. 17.00 i „Bez strachu”, godz. 20.00. Kino MOK Zambrów: 29 lipca – 4 sierpnia – „Minionki: wejście Gru”, godz. 14.30 i 16.30 oraz „Elvis”, godz. 18.30.

Konkurs • Konkurs • Konkurs • Konkurs Konkurs Poetycki im. Jana Leończuka

Otwarty Konkurs Poetycki im. Jana Leończuka ogłaszają Stowarzyszenie Szukamy Polski i redakcja „Poeci w sieci”. Na konkurs można zgłosić maksymalnie dwa nigdzie wcześniej nie publikowane i nie nagradzane utwory do 30 sierpnia (decyduje data elektronicznego przesłania zgłoszenia) na: poeciwsieci.

konkurs@gmail.com, z tytułem wiadomości „Konkurs Literacki im. Jana Leończuka”. Teksty (w przypadku wysyłania dwu prac, oba), należy podpisać tym godłem i tym samym godłem opatrzyć formularz zgłoszeniowy. Szczegółowy regulamin i formularz na stronie: szukamypolski.com.

HOROSKOP

tygodniowy

BARAN (21 III – 19 IV): nie zamykaj się w czterech ścianach, wyjdź do ludzi. Nowe znajomości otworzą przed Tobą zupełnie nowe horyzonty. Masz sposobność spotkać przyjaźń, na którą czekasz. Choćby ludzie, którym ufasz starali się odwieść Cię od Twoich planów, słuchaj głosu rozsądku i swojej intuicji, a nie zawiedziesz się.

BYK (20 IV – 21 V): dobra pora dla spraw rodzinnych i przyjacielskich. Spędzaj jak najwięcej czasu z tymi, których lubisz, a przekonasz się, że ma to na Ciebie zbawienny wpływ. Szukaj ludzi pogodnych i wesołych. Pamiętaj, iż sukcesy odnosisz wtedy, kiedy działasz szybko i gdy dokładnie wiesz, co robisz.

BLIŹNIĘTA (22 V – 21 VI): brak cierpliwości i pożądanie wszystkiego naraz wielokrotnie psuło Ci humor i nie pozwalało cieszyć się z efektu własnej pracy. Nie trzymaj kilku srok za ogon. Wykaż się dyplomacją. Jeśli nie przegapisz sygnałów od kogoś, na kim Ci zależy, ale wydawał się nieosiągalny, będzie to dla Ciebie piękny okres.

RAK (22 VI – 22 VII): czas na zmiany. Może to wymagać wyboru celów i przyjęcia konkretnych rozwiązań. Jeśli dopadały Cię ponure myśli, zastanów się, co jest dla Ciebie najistotniejsze w relacji z innymi. Czy naprawdę wszyscy zasługują na nieufność?

LEW (23 VII – 22 VIII): opanuj niecierpliwość i brak konsekwencji. Postaraj się dążyć do wybranego celu z takim samym zapałem, z jakim był przez Ciebie podjęty. Nadchodzi wsparcie losu, ale też czas solidnej pracy. Najważniejsze, że trud przyniesie efekty.

PANNA (23 VIII – 22 IX): Twoje emocje zostaną rozbudzone, sporo będzie się działo. Czyli tak, jak lubisz. Nie pogub się w domysłach i marzeniach. Gdy zauważysz, że za bardzo bujasz w obłokach, spróbuj skierować myśli bliżej ziemi. Nie rozmiennaj się przy tym na drobne.

WAGA (23 IX – 23 X): zmiany to Twój żywioł. Musisz jednak doprowadzić do sytuacji, kiedy i serce i głowa będą chciały mniej więcej tego samego. Dotąd bywało, że chciały wiele jednocześnie, przy czym niektóre wzajemnie się wykluczały. Teraz może być tak samo. Sporo sił może pochłonąć walka z wewnętrznym rozdarciem. Poradzisz sobie.

SKORPION (24 X – 21 XI): obudzą się w Tobie pozytywne vibracje, apetyt na życie, potrzeba mocnych wrażeń. Wszystko to w zasięgu ręki, jeśli nie pozwolisz ich stłumić, dasz się ponieść ciekawości. Może się wydarzyć coś, co nie przytrafia się wielu.

STRZELEC (22 XI – 21 XII): sytuacja lub zdarzenia zmuszą Cię do głębszego niż zwykle zastanowienia się nad błędami, jakie ciągle zdarza Ci się popełniać i nad celami, do których zmierzasz. Nie można ciągle się krygować i oczekiwać, że wszyscy powinni je odgadnąć i spełniać Twoje pragnienia bez kiwnięcia palcem z Twojej strony.

KOZIOROŻEC (22 XII – 20 I): konieczność podjęcia odkładanych na później decyzji. Nie rozważaj w nieskończoność tego, co Cię gnębi. Zdać się na własną intuicję. Gdy tylko się otworzysz, raptem wszystko wyda Ci się możliwe.

WODNIK (21 I – 20 II): może pojawić się obok Ciebie ktoś, kto przysporzy Ci wiele radości. Korzystaj z pomyślnych chwil. Zwłaszcza, że rozciągają się nie tylko na sprawy osobiste. Od Ciebie zależy, czy błysnie Twój urok, czy nie. Jeśli nie, zmarnujesz wiele możliwości.

RYBY (21 II – 20 III): nabierz trochę dystansu do siebie, a przede wszystkim uwierz w siebie i w swoje racje. Fortuna nie zaspokoi natychmiast Twych pragnień, ale dzięki większej pewności siebie gdy spostrzeżesz, iż coś wymyka Ci się z rąk, nie będziesz biernie czekać na rozwój sytuacji. To nic, że dawna próba „wzlotu” się nie powiodła. Teraz będzie inaczej!

Mateusz Listowski mistrzem „pychówek”

O 0,47 sek. wygrał Mateusz Listowski z Mariuszem Butrymowiczem w VII wyścigu pychówek o tytuł Mistrza Nurtu Pradoliny Narwi 2022. W niedzielny (24 lipca) upale rywalizowało 6 zawodników: Marian Drozdowski, Jerzy Wojewoda, Rajmund Ściegasz, Mariusz Butrymowicz, Zbigniew Listowski i Mateusz Listowski.

Nie żyje piłkarz Olimpii

W Brukseli zmarł po ciężkiej chorobie były piłkarz Olimpii Zambrów, jeden z jej podstawowych zawodników Tadeusz Siennicki. Miał 67 lat.

„Powstańcze” biegi w Szczuczynie i Grajewie

Biegi na dystansach 100 m (dzieci 5 – 7 lat), 500 m (dzieci 8 – 13 lat), 1944 m (młodzież 14 – 18 lat) i 4400 m (dorośli) odbędą się w 78 rocznicę wybuchu Powstania Warszawskiego w poniedziałek, 1 sierpnia w Starym Parku w Szczuczynie, w godzinach 10.00 – 13.00. W Grajewie tego samego dnia Bieg „Pamiętajmy o powstaniu” przy Grajewskiej Izbie Historycznej (ul. Legionistów 9) rozpocznie się o godz. 18.00.

Zapisy na Turniej im. Emila Świdarskiego

Rozpoczęły się zapisy drużyn dziecięcych (rocznik 2011 i młodsi) oraz oldboyów na XII Turniej Piłki Nożnej im. Emila Świdarskiego w Szczuczynie, który odbędzie się w poniedziałek, 15 sierpnia. Szczegółowe informacje: Janusz Marcinkiewicz, tel. 606 651 243.

KS „Perspektywa” reaktywacja

Klub Sportowy „Perspektywa” po 10 latach przerwy wraca do piłkarskich rozgrywek w podlaskiej A klasie. Drużynę poprowadzi trener Hieronim Łada. Pierwszy mecz sezonu rozegra na własnym boisku z Kolejarką Czeremcha w sobotę, 3 września. W A klasie zmierzy się z takimi zespołami, jak Olimpia II Zambrów, Unia Ciechanów, Cresovia II Siemiatycze, Żubr Drohiczyń, Pionier Brańsk, Ruch II Wysokie Mazowieckie, Tur II Bielsk Podlaski, Iskra Nawę, Kolejarka Czeremcha, Iskra Wyszki i Husar Nurzec.

„Przez 22 lata udało się nam ściągnąć do Augustowa 600 ekip. Przyjeżdżali ludzie o różnej pozycji społecznej, był profesor Uniwersytetu Jagiellońskiego, był portier z Otwocka. Łączyła ich niczym nieograniczona fantazja”, wspomina jeden z twórców „Pływania na Byle Czym” dziennikarz Marek Gąsiorowski

Co ma pływać nie utonie!

Nawet, gdy się Pływa na Byle Czym, jak to na 24 edycjach rywalizacji „pływadeł”, organizowanych przez Polskie Radio Białystok, w Augustowie bywało.

W tym roku, z racji jubileuszu, czyli już XXV Pływania na Byle Czym „Co Ma Pływać Nie Utonie” będzie trochę inaczej. Bez rywalizacji i konkursu. Będzie za to parada pływadeł wieloletnich uczestników, których konstrukcje zachwycały w poprzednich latach.

Będzie, jak zwykle, widowisko i muzycznie. W tradycyjnym miejscu nad Nettą w Augustowie, w niedzielę, 31 lipca. Pocza-



Fot. Radio Białystok

tek, godz. 15.30. Dalej: pokaz gry na bębnach – godz. 15.40; wyścigi smoczyc łodzi – godz. 16.00; drugi pokaz gry na bębnach – godz. 17.00; XXV Jubileuszowa Parada

– godz. 17.20; jubileuszowy tort – godz. 18.30.

Całość zwieńczy koncert gwiazd, wśród nich, zespół Szep-tucha i Baranowski.

Martyna Krawczyńska najszybsza w Polsce!



Martyna Krawczyńska i Konrad Zalewski (z numerem 996) na Mitingu Młodzieżowym w Warszawie

Najlepszy w tym roku wynik w Polsce wśród junierek osiągnęła Martyna Krawczyńska (KS Prefbet-Sonarol) w Mitingu Młodzieżowym w Warszawie, wygrywając bieg na 1000 m w czasie 2:47,18 sek. To nowy rekord województwa podlaskiego w tej kategorii wiekowej. Poprzedni ustanowiony został 16 lat temu przez Annę Pruszkowską. Co ciekawe, obie są wychowankami trenera Andrzeja Korytkowskiego. Martyna otwiera tegoroczne polskie tabele rankingowe junierek również na 1500 metrów z przeszkodami, a na 2000 m z przeszkodami jest trzecia. Na tych samych zawodach młodzik Konrad Zalewski zajął 3 miejsce.

Martyna jest uczennicą Liceum Mistrzostwa Sportowego w Łomży, a Konrad to absolwent Szkoły Podstawowej w Kobylinie Borzymach, od 1 września także uczeń tego Liceum.

Inni biegacze Klubu startowali w biegach ulicznych i górskich.

Sylvia Walczak wygrała Bieg Ryński o puchar burmistrza miasta Ryn na 10 km. Iwona Wicha zwyciężyła w biegu górskim Tatra Trail w Zakopanem na 16 kilometrów przy przewyższeniu 600 metrów.

Iwona Bernardelli w XX Biegu św. Jakuba w Łębor-ku na 10 km była druga, a Mateusz Niemczyk trzeci.

a wakacyjnym szlaku

