

Kochanek babci • Uzależniony od seksu

Tygodnik Podlaski  
www.kontakty-tygodnik.com.pl

# KONTAKTY

Nr 25 (1958)

21 czerwca 2020

cena: 2,70 zł (z VAT 8%)

Siostrzeniec premiera:

## Jestem gejem!

Sobótka  
w Łomży  
z nuncjuszem

Zaklęta  
moc



## Siostrzeniec premiera: jestem gejem!

– Uważam, że nikt, kto dyskryminuje ludzi, nie powinien rządzić krajem – mówi siostrzeniec premiera Franciszek Broda

Franciszek ma 17 lat. Jego mamą jest siostra premiera, Anna Morawiecka. Przez jakiś czas był w Forum Młodych PiS. Mówi, że żaden z kolegów z Forum nie miał problemu z tym, że jest gejem.

– Oczywiście nikt też nie powiedział, że mnie wspiera. Podchodzono do tego neutralnie – doda-



Franciszek Broda; w tle portret jego dziadka Kornela Morawieckiego. Fot. Facebook je. Odszedłem z Forum Młodych PiS m.in. z powodu łamania Konstytucji przez Andrzeja Dudę. Nikt tam nie mógł mi wyjaśnić, dlaczego mam go bronić.

To, że jest gejem w sposób neu-

tralny przyjęli jego rodzice. Zapytany o relacje z premierem Mateuszem Morawieckim powiedział, że nie rozmawiał o tym z wujkiem ani razu.

– Nie słyszałem, aby się do te-

go odnosił. Traktuje to w ten sposób, że to nie jego sprawa. Myślę, że tak to zostanie – uważa.

– Nie chcę, by ktokolwiek mnie dyskryminował. Politycy PiS nie zdają sobie sprawy z tego, że to może doprowadzać do samobójstw. Andrzej Duda nie powinien dzielić ludzi – mówi, komentując wypowiedzi polityków rządzącej partii i prezydenta Dudy.

Stwierdził, że zabolaty go ich słowa, dlatego znowu zaangażował się w politykę.

Jego zdaniem, w wypowiedziach polityków PiS „chodzi o to, by zmobilizować elektorat, odebrać też elektorat Konfederacji”. Ale, uważa, że może się to źle skończyć dla wielu ludzi.

Franciszek jest uczniem liceum we Wrocławiu. Obecnie działa w młodzieżówce Młodzi Nowocześni na Dolnym Śląsku.

**„Wyprowadzili mnie z domu, skuli kajdankami. Na komendzie rozebrali do naga, przeszukali. Cały dzień przesiedziałam na zimnych kamieniach”, mówi Anna, która trafiła do aresztu w związku z plakatami, krytykującymi ministra zdrowia Łukasza Szumowskiego, które pojawiły się na ulicach Warszawy**

Na plakatach, umieszczonych na nośnikach spółki AMS była podobizna Szumowskiego oraz czerwony napis „Ewangelia wg Łukasza Sz.”. Pod sylwetką ministra wypunktowano zarzuty: „zakłamywanie statystyk dot. COVID-19, rekomendacja ws. wyborów, maseczki do d\*py za 5 mln”.

Marta K. Nowak, OKO.press: – Jak wyglądało Twoje zatrzymanie?

Anna: – Na początku o czymś istotniejszym. Nasze zatrzymania są ważne, bo pokazują przemoc systemową, ale najważniejsze są plakaty i to, co przekazują: ułomność ministerstwa zdrowia i paterność ministra. Mówią: ja tu rządzę, mam kontrolę, a potem zarabiają na ludzkiej krzywdzie. To bardzo niebezpieczne, szczególnie jeśli dotyczy ministra zdrowia. Wykorzystywanie pandemii do czerpania korzyści to świństwo.

– Zapukali w poniedziałek ko-

## Chcesz żyć w państwie policyjnym?

ło 20.30. Co doprowadziło ich pod twoje drzwi?

– Podobno zidentyfikowano mnie po numerach rejestracyjnych. Zapytali, czy używałam samochodu o takiej rejestracji. Nie było wiadomo, co z tego wynika. Cały czas konsultowali się z kimś przez telefon. W końcu mówią, że jestem oskarżona o włamanie i kradzież. Nie powiedzieli tylko czego. Zaczynają przeszukiwanie „na blachę” [red. – czyli bez decyzji prokuratora, tylko na policyjną legitymację; takie rozwiązanie może być stosowane gdy, na przykład, zachodzi obawa zatarcia śladów]. Jeden z policjantów wpada wtedy w stan bliski hysterii. Zaczyna się kipisz. Widziałam kiedyś mieszkanie po włamaniu. Mniej więcej tak wyglądało mieszkanie moich rodziców, kiedy wychodzili. (...). W końcu pytają o mój telefon. Zacięłam się na chwilę, bo nie mam akurat pojęcia, gdzie jest. I wtedy był ten okropny moment, kiedy wyrwali mojej 13-letniej córce jej telefon z ręki. Chcieli zabrać. Córka tłumaczyła, że ma tam wszystkie lekcje, prace domowe. W końcu

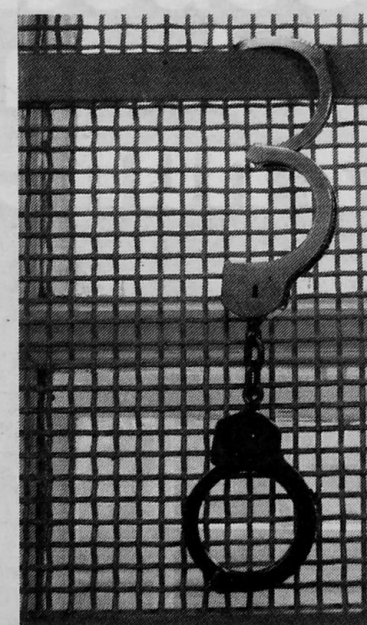
musiała się zgodzić, żeby przejrzeły jej wiadomości, kontakty, galerię. Jak się zorientowali, że to naprawdę telefon nastolatki, zostawili. Na ul. Dzielnej spisano protokół zatrzymania i zrobiono mi rewizję osobistą. Rozbieranie do naga, przysiady.

– Wiedziałaś kiedy Cię wypuszczą?

– Nie. Policjanci mówili – my nie wiemy, nam nie mówią. Nie miałam kontaktu ze światem. Skłamano, że nie chcę się kontaktować z adwokatem... Kiedy zorientowałam się, że przede mną kolejna noc w zamknięciu, poprosiłam o kontakt z adwokatem. Chciałam, żeby poprosił tatę o zawiadomienie mojego pracodawcy, że mogę nie zdążyć w środę do pracy. Powiedzieli, że mam zostawić numer do ojca i wiadomość, a oni przekażą. Że takie są procedury. Potem okazało się, że moją prośbę zignorowano, do taty nikt nie zadzwonił.

– Dwie doby w areszcie tylko po to, żeby ostatecznie w ciągu godziny załatwić kilka formalności. Po co to było?

– Jeśli miałam się po tym pięć razy zastanowić czy znowu wyjść



protestować, to się nie udało. Teraz pięć razy się zastanowię jak to zrobić, a nie: czy zrobić. Nie wyszłam złamana. Boję się tylko tego, że to są ludzie, którzy mają stać na straży porządku i bezpieczeństwa obywateli. A nie stoją. Są na usługach. Najgorsze jest to łamanie zasad na każdym kroku, od samego momentu legitymowania. (źródło: oko.press; tytuł i skróty od redakcji). Fot. pixabay

# 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](http://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](http://www.kontakty-tygodnik.com.pl)  
[redakcja@kontakty-tygodnik.com.pl](mailto: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 Oniszczuk, tel. 602 383 682  
Oddział w Suwałkach:  
Bożena Dunat, tel. 606 882 082

#### Stale współpracują:

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

**Rysunki:** Waldemar Rukść

**Felieton:** Adam Dobroński

**Zdjęcia:** Gabor Lőrinczy, Sławomir Stempczyński,  
[www.joemonster.org](http://www.joemonster.org)

#### Wydawca:

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

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

#### Sekretariat i Biuro Ogłoszeń:

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

#### Biura Ogłoszeń:

ARIUH „Dylewski”  
Biuro Ogłoszeń i Reklam w Ostrowi Mazowieckiej  
Pl. Księżnej Anny Mazowieckiej 6  
07-300 Ostrow Mazowiecka  
tel. 29-642-80-34, 505-233-744  
[www.BiuroOgloszen.wOstrowi.pl](http://www.BiuroOgloszen.wOstrowi.pl)  
e-mail: reklama@w-ostrowi.pl

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

#### Obróbka zdjęć barwnych:

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

#### DTP:

GroupMedia

**Druk:** Drukarnia Prasowa Ignatki

**Wersja www:** Marek Łapiński  
(\_duszek) [marek.lapinski@data.pl](mailto: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.

I oto na naszych oczach zrodził się PRL bis! Pełny powrót do PRLowskiej retoryki (zapłute karły reakcji zastąpił drugi sort, imperialistów – lewactwo, zgniliznę moralną – ideologia LGBT itp), PRLowskiego gadania o wrogach ojczyzny, PRLowskiej bezkarności partyjnych dygnitarzy, do PRLowskiego plugawienia ludzi, którzy myślą inaczej, do PRLowskiego zakłamywania historii, do PRLowskiego rozdawnictwa za zadłużanie kraju, do PRLowskiej propagandy w telewizji publicznej, do PRLowskiego obsadzania stołków wyłącznie „swoimi” bez zważania na kompetencje, do PRLowskiego nagradzania biernych, miernych, ale wiernych. Mam swoje lata i nie widzę wielkiej różnicy między PRL, a tym, co dzieje się teraz. W sumie czuję się, jakbym wrócił do czasów młodości. Tyle, że jakoś uśmiechu sentymentu we mnie to nie budzi...



Od redaktora

WŁADYSŁAW TOCKI

#### Ważne słowo:

## Zło w czystej postaci!

**Karolina Lewicka:** – Trzeba pamiętać, że na początku, jak czytamy w Piśmie Świętym, było słowo. Że zawsze wszystko zaczyna się od słów.

Najpierw jest słowne dzielenie społeczeństwa na dwie grupy, na przykład, na lepszy i gorszy sort (ostatnio określane mianem chamskiej hołoty). Albo na patriotów i targowicę (kilka dni temu prezydent Duda określił rządy PO-PSL mianem antypolskich). Albo na normalne rodziny i wynaturzone LGBT, czyli podział aktualnie uskuteczniany przez władzę. Gdy już przeprowadzimy taką kategoryzację, musimy naszego wroga odpowiednio nazwać, żebyśmy od razu wiedzieli, z kim mamy do czynienia: złodziejami, komunistami, zdraździeckimi mordami, ubekami, łże-elitami, „ukrytą opcją” (do wyboru, w zależności od potrzeby: niemiecką, żydowską).

Kolejnym krokiem jest animalizacja (uzwierzczenie) i dehumanizacja (odczłowieczenie). Animalizację opisał Victor Klemperer, badacz języka III Rzeszy. Oznacza porównanie człowieka do zwierzęcia, przydanie mu zwierzęcych cech. Tak robił Kaczyński, dostrzegając „wilcze oczy Tuska”, czy przewidując, że samorządowcy z opozycji „będą warczyć na rząd”. To Kuchciński mówiący o „odszczuraniu polskiego domu”, Pawłowicz krzycząca do posłów „zamknijcie mordy!”, czy Morawiecki nazywający konkurentów politycznych „brzęczącymi muchami”. Co się robi z natrętną muchą? Usiłuje się ją odpędzić albo traktuje się ją packą lub gazetą? Zanim Hutu wymordowali kilkaset tysięcy Tutsi, nazwali ich karaluchami. Zatem nie rąbali maczetami ludzi, tylko pozbywali się insektów. Czy ktoś może mieć wyrzuty sumienia z powodu dezynsekcji?

Porównanie osoby do zwierzęcia odbiera jej człowieczeństwo. Jednostka ludzka jest dehumanizowana; przestaje być osobnikiem naszego gatunku, staje się czymś niższym, gorszym, posledniejszym. A kogoś takiego, a właściwie „coś takiego” można obrazić, upodlić, pobić, a nawet zabić. Może nawet w obronie własnej, bo wróg jest demonizowany. Skoro to zwierzę, to się go obawiamy, jak wszystkich dzikich bestii, potworów lub insektów.

To teraz teoria w praktyce. Adolf Hitler po-



dzielił niemieckie społeczeństwo na nadludzi i podludzi, czyli na Niemców i obywateli niemieckich żydowskiego pochodzenia. Potem przekonał swoich rodaków, że Żydzi to nie tylko element nieczysty rasowo, brudny, zawszony, zarażający tyfusem plamistym, ale też niebezpieczny dla państwa. Joseph Goebbels dowodził, że „tak jak stonka niszczy kartofliska, tak Żyd niszczy narody. Przeciwno temu jest tylko jeden środek: radykalne usunięcie zagrożenia”. Potem była noc kryształowa i Auschwitz. Po Żydach byli, choć Niemcy, wszyscy nie heteroseksualni. Co ciekawe, nie dotyczyło to homo lub biseksualistów z najbliższego otoczenia wodza III Rzeszy.

Wykluczenie i stygmatyzacja części Polaków stała się faktem, przemoc i agresja czają się tuż za rogiem. Taka jest nieuchronna logika procesu, który zainicjował w naszym kraju PiS. Rządzący zdają sobie z tego sprawę. Więcej, właśnie dlatego tak robią. Bo to polityczny cynizm, perfidia, wyrachowanie i absolutna bezwzględność. Liczą, że uciulają na tym parę punktów procentowych dla Andrzeja Dudy, by jego reelekcja umocniła ich panowanie, więc nie obchodzą ich konsekwencje: realne, ludzkie cierpienie, być może nawet krzywda.

Takie działania, to zło w czystej postaci. I karzą się jak najbardziej jednoznacznie.

(Fragmenty bloga w [natemat.pl](http://natemat.pl)).

Rys. Dawid Celak

## MYŚL TYGODNIA:

Dla triumfu zła potrzeba jedynie, aby dobrzy ludzie nic nie robili  
Edmund Burke



Ponad 10 000 uczniów ostatnich klas szkół podstawowych województwa podlaskiego rozpoczęło we wtorek, 16 czerwca, egzaminy ósmoklasisty. Zaczęły się od języka polskiego, następnego dnia była matematyka, na koniec, w czwartek, język obcy. Wyniki poznają 31 lipca i wtedy będą mogli odebrać zaświadczenie, niezbędne do przedłożenia w wybranej szkole ponadpodstawowej. „Szkoły przygotowują się, żeby po wakacjach normalnie przyjąć uczniów”, zapowiedział minister edukacji narodowej Dariusz Piontowski w poniedziałek, 15 czerwca, w Zambrowie. Fot. pixabay

## Chciał zabić brata i bratową

Wyrok 11 lat więzienia podtrzymał Sąd Apelacyjny w Białymstoku za usiłowanie zabójstwa brata i jego żony w lutym 2019 roku w Grajewie. Napastnik (66 lat) zaatakował w ich mieszkaniu siekierą. Po ataku uciekł, zostawiając rannych bez pomocy. Był poszukiwany przez policję i służby graniczne. Napadnięci przeżyli, ale obrażenia kobiety real-

nie zagrażały jej życiu, lżej ranny był jej mąż. Tym samym Sąd Apelacyjny utrzymał nieprawomocny wyrok Sądu Okręgowy w Łomży sprzed kilku miesięcy. W uzasadnieniu podkreślał, że doszło do swego rodzaju samosądu. Nie uznał za okoliczność łagodzącą, wpływającą na niższy wymiar kary ani wieku sprawcy, ani jego trudnej sytuacji życiowej.

## Z ostatniej chwili:

### Egzamin na prawo jazdy niesprawnym autobusem?

Tuż przed zamknięciem numeru otrzymaliśmy dramatyczny list Krzysztofa Niemyjskiego do dyrektora Wojewódzkiego Ośrodka Ruchu Drogowego w Łomży, którego fragment drukujemy.

„Proszę o odpowiedź, jak może Pan dopuścić do egzaminu na kat. D niesprawny i zdezelowany autobus wypożyczony z PKS Nova? Mam na myśli Autosan A1010 o nr rej. BL 06040, którego zdjęcie dołączam.

W punktach wymienię wady, które zauważyłem:

1. Podczas pierwszego egzaminu nie działał w ogóle prędkościomierz, podczas drugiego dzia-

łał tylko przez kilkadziesiąt minut. Podczas egzaminu domyślałem się, a może raczej wyobrażałem sobie, że jadę z prawidłową i bezpieczną prędkością. Przypomnę także o jednoczesnym zaniżeniu realnego przebiegu pojazdu, która teraz jest intensywnie kontrolowana podczas badań technicznych oraz przy każdej kontroli policji. Nie działający drogomierz zaniża rzeczywisty przebieg pojazdu! Zdaje się, że to podlega karze pozbawienia wolności.

2. Nie działa obrotomierz. W tym przypadku także pozwolił sobie na komentarz: uczymy się podczas kursu na prawo jazdy kat.

## Tablice pamięci bohaterstwa



Burmistrz Zambrowa Kazimierz Dąbrowski (z lewej) z prezydentem Andrzejem Dudą i przewodniczącym Rady Miasta Jackiem Olszewskim

Tablice upamiętniające Bitwę Warszawską z 1920 roku wręczył przedstawicielom 23 samorządów, wśród nich prezydentowi Łomży Mariuszowi Chrzanowskiemu i burmistrzowi Zambrowa Kazimierzowi Dąbrowskiemu, prezydent Andrzej Duda. Otrzyma je 90 miejscowości (wśród nich Kolno, Białystok, Drohiczyn), na których terenie toczyła się wojna polsko-bolszewicka. Uroczystość odbyła się w Muzeum Józefa Piłsudskiego w Sulejówku. W ubiegłym roku Senat przyjął uchwałę ustanawiającą rok 2020 Rokiem Bitwy Warszawskiej.

W wojnie 1920 roku bohaterstwo Polaków nie tylko obroniło wolność i niepodległość odzyska-

ne przez Polskę po 123 latach niewoli, ale także Europę przed komunizmem.

O obronie Łomży w 1920 roku, pomocy niesionej żołnierzom przez mieszkańców miasta i powiatu łomżyńskiego, ich niezwykłej ofiarności, łomżyńskich harcerzy, a także miejscach pamięci 1920 roku (Nowogród, Leman, Pęchratka, Grabowo) można przeczytać w książce dziennikarki „Kontaktów” Marii Bauchrowicz-Tockiej „Łomżyńskie historie prawdziwe. Ludzie, miejsca, zdarzenia” oraz w jej tekście „Tradycje niepodległościowe w Łomżyńskim w II Rzeczypospolitej”, opublikowanym w roczniku „Ziemia Łomżyńska” (nr 14/2018).

D optymalnie wykorzystywać moment obrotowy silnika, a w tym pojeździe nie da się tego zrobić. Przypomnę Panu, że nawet w testach na kat. D jest mowa o optymalnym momencie obrotowym. Czyżby Pan nie wiedział?

3. Brak możliwości regulacji kierownicy, nie ma przycisku do pneumatycznego sterowania kierownicą. Wysokie osoby mogą mieć problem... Mam 192 cm wzrostu, kierownica wbijała się w kolana. To nie są komfortowe warunki do zdawania egzaminu. W miejscu wspomnianego przycisku są wiszące kable.

4. Samochód gaśnie. „Idealny”

pojazd do przeprowadzania egzaminów. Na egzaminie podczas manewru zawracania zgasł.

5. Nie da się uruchomić bez dostania gazu, to już świadczy o wymienionej wyżej usterce.

6. Trudności z wrzucaniem biegów. Nawet egzaminator nie mógł wrzucić biegu, żeby ruszyć pojazdem. Na drugim egzaminie zostałem poinformowany, że jest uszkodzony synchronizator. Trzeciego biegu, bez zgrzytu skrzyni, nie da się wrzucić, nawet dwukrotnie wysprężając.”

Do sprawy wrócimy. Na marginesie: czyżby niesprawny autobus woził także pasażerów?

## Objazd wyborczy premiera



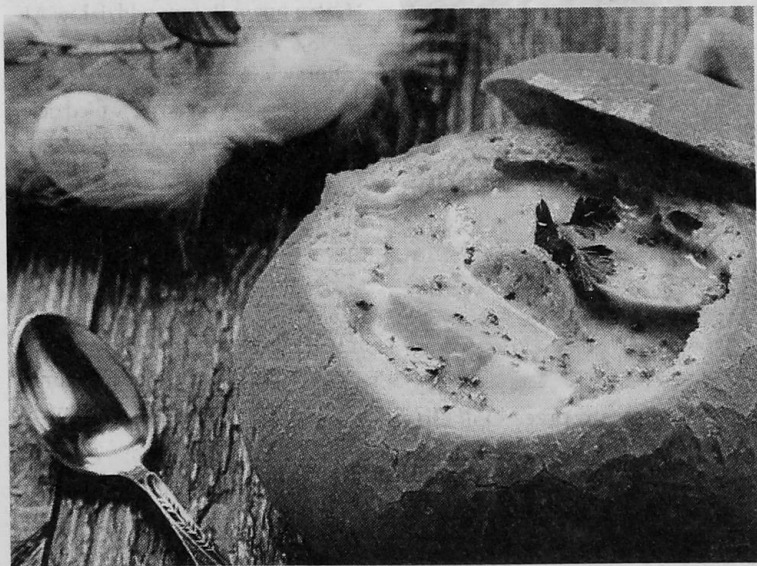
Premier Mateusz Morawiecki i burmistrz Kolna Andrzej Duda na spotkaniu w Kolneńskim Domu Kultury

W sobotę, 13 czerwca, premier Mateusz Morawiecki pojawił się na targowisku miejskim w Łomży w towarzystwie posła Lecha Kołakowskiego, gdzie rozdawał ulotki wyborcze, popierające Andrzeja Dudę. Z targowiska udał się pod pomnik ofiar katastrofy smoleńskiej w Łomżyńskiej Dolinie Pamięci i złożył kwiaty.

Po wyjeździe z Łomży, Mora-

wiecki spotkał się z mieszkańcami Kolna przed dworcem autobusowym. Rozdawał ulotki i zachęcał do głosowania na obecnego prezydenta. Przed galerią handlową pomagał zawiesić jego baner. Potem w Kolneńskim Domu Kultury odbyło się krótkie spotkanie z burmistrzami i wójtami powiatu kolneńskiego. Po Kolnie odwiedził tego dnia jeszcze Ostrołękę i Pisz.

## Konkurs „Podlaski przepis”



Konkurs „Podlaski przepis” dla Kół Gospodyń Wiejskich z województwa podlaskiego na tradycyjne przepisy kulinarne, przekazywane w rodzinach z pokolenia na pokolenie, ogłasza oddział Krajowego Ośrodka Wsparcia Rolnictwa (KOWR) w Białymstoku.

Co należy zrobić, aby wziąć udział w konkursie?

Odnaleźć przepis przekazywany z pokolenia na pokolenie, udo-

kumentować jego historię, wykonać według niego potrawę, zrobić zdjęcie gotowej potrawy. Na koniec trzeba wypełnić formularz zgłoszenia (do pobrania na stronie [www.kowr.gov.pl](http://www.kowr.gov.pl)) i wysłać z dokumentacją zdjęciową do 30 czerwca 2020 r. na adres: [konkurs-bialystok@kowr.gov.pl](mailto:konkurs-bialystok@kowr.gov.pl).

Nagrodami są sprzęt AGD oraz zestawy porcelany. Wyniki konkursu podane zostaną do 31 lipca 2020.

## Zostań rachmistrzem Spisu Rolnego

Rozpoczął się nabór chętnych na rachmistrzów ogólnopolskiego Powszechnego Spisu Rolnego, który przeprowadzony zostanie od 1 września do 30 listopada 2020 r.

W całej Polsce jest ok. 1,5 mln gospodarstw rolnych, w województwie podlaskim ok. 84 tys. W naszym województwie potrzeba 314 rachmistrzów spisowych. Chętni na rachmistrzów już mogą się zgłaszać do gmin. By zostać rachmistrzem trzeba przejść szkolenie i zdać po nim egzamin.

Ile wyniesie wynagrodzenie rachmistrza? 37 zł (brutto) za ankietę wypełnioną na podstawie wywiadu bezpośredniego z użytkownikiem gospodarstwa rolnego; 20 zł (brutto) za ankietę

wypełnioną w wywiadzie telefonicznym i 15 zł (brutto) za pomoc w wypełnieniu ankiety w trybie infolinii spisowej.

Spis rolny odbywa się co 10 lat. Udział gospodarstw w spisie jest obowiązkowy. Spisywane są takie informacje, jak obszar gospodarstwa, użytki rolne, urządzenia i maszyny rolnicze, inwentarz.

Spis odbywa się we wszystkich krajach UE.



## Chcesz być żołnierzem zawodowym?

Szkolenie rezerwistów, ale także tych, którzy nigdy nie mieli styczności z wojskiem, rozpoczyna Wojskowa Komenda Uzupełnień w Białymstoku. W pierwszej kolejności przyjmowani będą ci, którzy utracili pracę w wyniku pandemii. Szkolenia odbywać się będą w 18 Białostockim Pułku Rozpoznawczym. Zakwalifikowani na szkolenie mają zagwarantowane zakwaterowanie, wyżywienie i żołd. W przypadku ćwiczeń nie mniej niż 117 zł dzien-

nie, natomiast w przypadku służby przygotowawczej, wynagrodzenie w wysokości 1200 zł miesięcznie plus odprawę w wysokości 2600 zł na koniec służby.

Ukończenie kursu daje większe szanse na zatrudnienie w wojsku na stałe.

Kolejne turnusy szkoleniowe odbędą się w lipcu.

Szczegółowe informacje, tel. 261 398 248; 261 398 290; 261 398 260.



Przebudowa drogi w Śledziach (gm. Zambrów) zakończona. Jest dwan asfaltowy z ogranicznikami prędkości w centrum wsi, bezpieczne pobocza i zjazdy do posesji, nowe przepusty. Kosztowała 1,5 mln zł, ale wójt gminy Jarosław Kos pozyskał ponad 0,5 mln zł unijnej dotacji.



Uroczystą sesją Rady Miejskiej w Parku Jana Pawła II uczczona została 602 rocznica nadania praw miejskich Łomży. Przed sesją nastąpiło odsłonięcie i poświęcenie tablic ze słowami Ojca Świętego. Do historii Łomży nawiązywali przewodnicząca Rady Miejskiej Alicja Konopka, prezydent Mariusz Chrzanowski (na zdjęciu) i prowadzący badania archeologiczne w mieście Mieczysław Bienia (czytaj ocenę w liście Czytelniczki, str. 9).



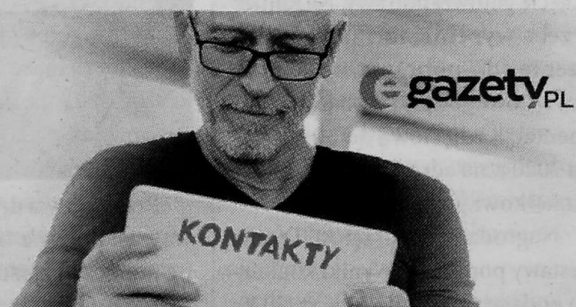
Pracownicy Urzędu Gminy w Piątnicy z wójtem Arturem Wierzbowskim, nominowani przez OSP Dobrzyjałowo w ramach akcji #GaszynChallenge, podjęli wezwanie, wykonali pompki i przysiady oraz wpłacili pieniądze (należy wpłacić minimum 5 złotych) na leczenie chorego na padaczkę i porażenie mózgowie Filipa Wądołowskiego (lat 8).

Wójt Wierzbowski do akcji nominował Urząd Miasta w Łomży, Okręgową Spółdzielnię Mleczarską w Piątnicy, Urząd Gminy w Jedwabnem i w Wiźnie. Na zdjęciu: pracownicy UG w Piątnicy z wójtem Arturem Wierzbowskim (w środku w pierwszym rzędzie).

## e-kontakty

wydanie elektroniczne identyczne  
z wydaniem papierowym na:

[www.egazety.pl](http://www.egazety.pl)



## Garnizon

### Łomża



Łomża ponownie stała się siedzibą garnizonu, obejmującego miasto i powiaty: kolneński, moniecki, łomżyński, zambrowski, wysokomazowiecki. Szefem garnizonu został dowódca 18. Pułku Logistycznego płk. Paweł Gałązka. „Wracamy do korzeni, ponieważ garnizon kiedyś był w Łomży. Przede wszystkim wzrasta ranga pułku i dowódcy, jako dowódcy garnizonu. Są obowiązki. Rozszerzony zakres zadań, ale również większa współpraca ze środowiskiem pozawojskowym na terenie garnizonu”, mówi płk. Gałązka.

### Wirus uderzył we władze Łomży!

Zakażony jest i przebywa w szpitalu wiceprzewodniczący Rady Miejskiej Łomży Maciej Borysewicz. Radnym, w tym przewodniczącą Alicją Konopką oraz prezydentom miasta wykonano testy i czekając na wyniki, pracują zdalnie z domowej kwarantanny.

### Rocznica bitwy w Czerwonym

#### Borze

W 76. rocznicę bitwy pod Czerwonym Borem oddziałów AK i NSZ z niemieckim okupantem odprawiona zostanie Msza święta w kościele w Wygodzie w niedzielę, 21 czerwca (godz. 9.00). Ze względu na pandemię, nie będzie asyst honorowych i składania kwiatów pod pomnikiem.

### Droga

#### Wizna-Jedwabne

2,5 mln zł przeznaczył Sejmik Wojewódzki na drogę z Wizny do Jedwabnego.

### Pijaństwo

#### przy altanie

Stare Bożejewo zostało objęte patrolami policyjnymi ze względu na nagminne picie alkoholu w altanie koło remizy.

### Kasa dla OSP

#### Jedwabne

35 tys. zł na zakup sprzętu ratowniczo-gaśniczego i umundurowania otrzyma Ochotnicza Straż Pożarna w Jedwabnem, zdecydowali radni Sejmiku Podlaskiego.

## Mierzyć się z chorobą i czerpać energię

– Trzeba mierzyć się z chorobą i nie poddawać. Trzeba żyć aktywnie – przekonuje Barbara Reinke z Zambrowa.

Jest amazonką. Rak piersi wdarł się w jej życie i zatrzymał je na chwilę. Po operacji i powrocie do zdrowia założyła w Zambrowie Stowarzyszenie Amazonek.

Namówiła dwie koleżanki, o których wiedziała, że też są chore. Wspierały się. Wkrótce dołączyły do nich jeszcze dwie, później kolejne. Pięć lat temu w październiku zarejestrowały stowarzyszenie.

– Było nas 15. Każdego roku kogoś żegnamy. W tym roku w styczniu odeszła nasza koleżanka. Ale też dołączają nowe, bo rak się, niestety, rozprzestrzenia – mówi Barbara Reinke.

Choroba musi być pod kontrolą. A teraz leczenie jest wyjątkowo trudne.

W ubiegłym tygodniu Barbara pojechała do kliniki onkologicznej do Białegostoku. Wyniki badania usg zaniepokoiły lekarzkę. Miała mieć biopsję, ale z powodu pandemii część personelu przebywała na kwarantannie, wśród nich lekarz, którym miał ją wykonać. Nikt zabiegu nie zrobił. Wróciła do Zambrowa. Dla chorego człowieka to dodatkowy stres i utrudnienie.

Barbara Reinke jeździ do kliniki autobusem, część kursów jest nadal zawieszona. Nie wie, kiedy będzie mogła wykonać badanie, choć na skierowaniu jest wskazówka „cito” (czyli – natychmiast).

Na lipiec zambrowskie Amazonki zaplanowały dwudniowy rajd rowerowy z Zambrowa do ośrodka Caritasu w Ptakach (gm. Nowogród) pod nazwą „Onkorowerowe”.

– Rajd dwudniowy, żebyśmy się nie przemęczyły. Zwiedzimy skansen w Nowogrodzie, oderwiemy się od swoich trosk – mówi Barbara.

Mimo choroby, żyje aktywnie. Pracuje w Ośrodku Wsparcia Rodziny „Caritas”, jest radną Rady Miejskiej w Zambrowie. Dwa razy płynęła w OnkoRejsie. Pierwszy raz w 2017 roku statkiem „Zawisza Czarny” po Bałtyku, a w ubiegłym roku statkiem „Fryderyk Chopin” z Malagi do Alicante w Hiszpanii.

– Rejsy, rajdy mają wiele wartości: przełamujemy własne ograniczenia i lęki, czy damy radę, a poza tym jesteśmy ze sobą, rozmawiamy, cieszymy się swoją obecnością i poznajemy nowe miejsca. Z takich wypraw czerpiemy energię, która jest potrzebna każdemu – mówi Barbara Reinke.



## Nie jestem kujonem

Z TOMASZEM MIODUSZEW-SKIM, uczniem klasy VIII b Szkoły Podstawowej w Szczuczynie, laureatem i zwycięzcą olimpiad przedmiotowych, rozmawia Barbara Paszkowska

**Barbara Paszkowska:** – Gratuluję Tomku, jesteś jedynym uczniem z powiatu grajewskiego z trzykrotnym tytułem laureata Wojewódzkich Konkursów: Matematycznego, Fizycznego i Informatycznego oraz zwycięzcą Ogólnopolskiego Konkursu Chemicznego. Jak udało Ci się dokonać tak wiele w jednym roku szkolnym?

**Tomasz:** – Podchodziłem do tego typu konkursów już w poprzednich latach i dzięki temu przywykłem do dodatkowej nauki. Pomógł mi również fakt, że wszystkie przedmioty, z których mi tak dobrze poszło, opierają się w znacznej części na matematyce, którą na

szczęście dobrze rozumiem i nie ma w niej typowego kucia teorii na pamięć. W dużej mierze pomogli mi moi nauczyciele, z którymi pracowałem po lekcjach.

– **W konkursie matematycznym uzyskałeś 29 punktów na 30 możliwych. Matematyka jest dla Ciebie wiodącym przedmiotem?**

– Tak, matematyka ze wszystkich przedmiotów przychodzi mi najłatwiej.

– **W jaki sposób się uczysz? Metodą studencką (zakuć, zdać, zapomnieć), czy wiedza stanowi „bazę” do dalszej edukacji?**

– Korzystałem z materiałów dostarczonych mi przez nauczycieli i spotykałem się z nimi regularnie po lekcjach. Ucząc się w domu, wyszukiwałem konkretnych rzeczy w internecie i oglądałem, jak ktoś dany temat dogłębnie wyjaśnia, a następnie rozwiązywałem zadania

o tej samej tematyce. Przygotowując się do konkursu z informatyki, dodatkowo kupiłem sobie trzy książki, dotyczące zagadnień, które miały być na konkursie. Wiedza, którą zdobyłem w poprzednich latach nauki odegrała dużą rolę, bo dzięki niej miałem już solidną „bazę”. Nie uczyłem się metodą zakuć, zdać, zapomnieć. Jak już czegoś się nauczyłem, starałem się to zapamiętać, dlatego że na dalszych etapach konkursów ta wiedza nadal była potrzebna.

– **Ile czasu dziennie poświęcasz na naukę?**

– Przygotowując się do konkursów uczyłem się co najmniej 4 godziny dziennie. Gdy konkursy się skończyły, uczę się jedynie, gdy zbliżał się jakiś sprawdzian.

– **Czujesz się „kujonem”?**

– Nie, bo kujon nie stara się zrozumieć tego, czego się uczy. Na konkursach matematycznych



Tomasz Mioduszewski

zrozumienie materiału liczy się najbardziej.

– **Jak spędzasz czas wolny?**

– W wolnym czasie gram w gry komputerowe albo spotykam się z kolegami.

– **W jakiej szkole planujesz dalszą naukę?**

– Bardzo chciałbym kontynuować naukę w II Liceum Ogólnokształcącym w Białymstoku, a w przyszłości zostać programistą.

## Wirus nie odpuszcza



W powiecie grajewskim (stan z 17 czerwca) jest 41 potwierdzonych przypadków koronawirusa, 6 osób przebywa w szpitalu w Gra-

jewie i Augustowie, 420 jest objętych kwarantanną.

Chorych jest czterech pracowników zakładów Pfeiderer Polska w Grajewie, a 25 przebywa na kwarantannie, poinformowało Biuro Prasowe zakładu.

Zakażony jest także pracownik Urzędu Skarbowego w Grajewie. Urząd zamknięty.

Z powodu koronawirusa do odwołania zamknięty jest Sąd Rejonowy w Grajewie.

Testy potwierdziły zakażenie dwóch pracowników działu administracyjnego Banku Spółdzielczego w Szczuczynie. Osoby z ich najbliższego otoczenia skierowane zostały na kwarantannę, a budynek poddany dezynfekcji.

W związku ze wzrostem liczby zakażeń w Boże Ciało w Grajewie nie odbyła się procesja ulicami miasta ani procesje wokół kościołów.

Burmistrz Grajewa Dariusz Latarowski apeluje o przestrzeganie przepisów sanitarnych (maseczki, odległości, dezynfekcje i mycie rąk).



Niezwykłe wokół nas: gmina Wąsosz. Fot. Janusz Śnieżko/UG



## Szlakiem kultur z Turośli

Na dwudniową wycieczkę do Wejherowa i Gdańska pojadą dzieci z gminy Turośl w ramach projektu „Szlakiem kultur – od morza fal po szczyty gór”, na który Gminny Ośrodek Kultury w Turośli otrzymał 22 tys. zł z Ministerstwa Kultury i Dziedzictwa Narodowego. Za te pieniądze na trzydniową wycieczkę do Krakowa i Bukowiny Tatrzańskiej pojadą także zespoły ludowe z gminy, a w Turośli zostaną zorganizowane otwarte jednodniowe warsztaty kurpiowskiej sztuki ludowej.

Gminny Ośrodek Kultury w Turośli pozyskał również z ministerstwa 38 tys. zł na doposażenie GOK. Zostaną kupione zestawy komputerowe (6 sztuk), laptop, projektor, telewizor i namioty (8 sztuk).



Waszki. Fot. wikipedia

## W Waszkach z Puszczy

– Na zwirowanie drogi na kolonii planujemy przeznaczyć fundusz sołecki – informuje sołtys Waszek (gm. Kolno) Agnieszka Waszkiewicz.

Jest sołtysem trzecią kadencję. Pierwszą kobietą w historii wsi, pełniącą tę funkcję. Poprzedni sołtys Stanisław Nicewicz zrezygnował.

Z jej inicjatywy wieś została oświetlona, pobudowano przystanek autobusowy, na asfaltowej drodze przez centrum zostały naprawione pobocza. A teraz odcinkami poprawiana jest droga

do zabudowań na kolonii.

W Waszkach nie ma ogródka zabaw dla dzieci, bo nie ma „wioskowego” placu, na którym można by go urządzić. Nie ma też świetlicy. Wiejskie zebrania odbywają się w domu pani sołtys.

Waszki, przez którą przepływa Pisa (prawy dopływ Narwi), leży w obszarze Puszczy Piskiej. W jej sąsiedztwie znajdują się specjalne obszary ochrony siedlisk przyrodniczych i ptaków. Latem rzeka kusi kąpielą i wyprawami kajakowymi, a wędkarzy zaprasza na łowienie ryb.

## Palinocka



Na tradycyjną Noc Świętojańską zapraszają we wtorek, 23 czerwca (godz. 21.00, plac przy remizie OSP), Urząd Miejski w Szczuczynie, Ochotnicza Straż Pożarna i Biblioteka-Centrum Kultury. W programie: ognisko, koncert orkiestry strażackiej.

## Matura w lipcu

Przebywająca na kwarantannie maturzystka z Grajewa, nie mogła przystąpić do matury. Będzie ją zdawać w lipcu z trzema innymi maturzystami z powiatu.

## Dotacja dla szkoły w Szczuczynie

1,7 mln zł unijnej dotacji na kursy zawodowe, staże, stypendia i doposażenie pracowni zawodowych otrzymał Zespół Szkół Zawodowych w Szczuczynie.

## Pływalnia zamknięta

Pływalnia miejska w Grajewie z powodu nowych zakażeń koronawirusem pozostanie zamknięta.

## Pomoc starosty



Pralkę z suszarką otrzymało Pogotowie Ratunkowe w Kolnie od starosty. Dzięki temu odzież ochronna ratowników jest prana na miejscu, a nie w ich domach.

## Centrum dla ludzi

Centrum Usług Społecznych planuje utworzyć gmina Stawiski w świetlicy przy ul. Polowej 26.

## I Komunia w Małym Płocku

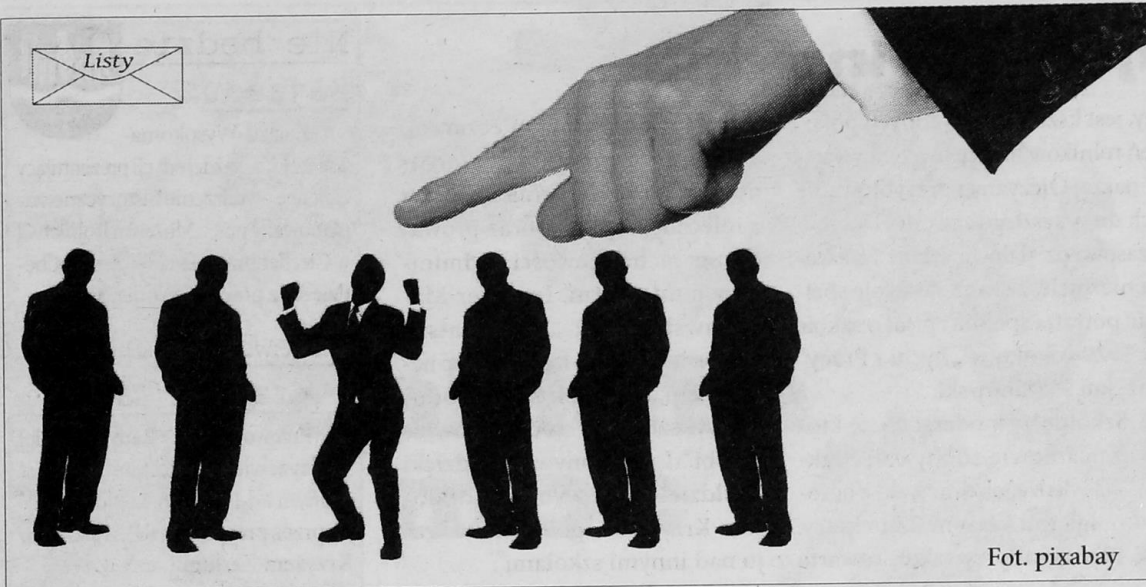
Dzieci w Małym Płocku przystąpią do I Komunii świętej w niedzielę, 21 czerwca (godz. 11.00), a w środę, 24 czerwca odbędzie się bierzmowanie.

## Rajd do Lemana

Rajd rowerowy na trasie Czerwone-Koziół-Lacha-Leman, dla upamiętnienia 100 rocznicy Bitwy Warszawskiej, organizuje 21 czerwca Gminna Biblioteka Publiczna w Czerwonym. Start spod biblioteki, a na zakończenie w Lemanie piknik.



Listy



Fot. pixabay

## Czekam na wybory

Nie mogę doczekać się wyborów prezydenckich. Kandydaci przerzucają się obietnicami i (delikatnie mówiąc) złośliwościami. W telewizji gadają, strony internetowe „atakują” nowościami, kto i co powiedział. Powtarzane komentarze przekształcają się w fakty, chociaż nimi nie są. I najazdy polityków. W Łomży premier Morawiecki przechadza się po targowisku i dworcowym placu i obiecuje „tory”. W Kolnie zawiesza baner prezydenta Dudy. Czy to nie śmieszne? Towarzyszy mu grono przyjezdnych, ubranych w wyborcze koszulki. W powiatach zawiązują się komitety poparcia, a chyba trzeba powiedzieć: komitety wyparcia – przeciwnika. I obietnice, i koncert życzeń. A rzeczywistość w sklepach: ceny w górę. Czekam końca tego wyborczego cyrku.

**Lucjan Pięnkowski**  
Wysokie Mazowieckie

## Trzeba się pilnować

Minęły obostrzenia, można chodzić ulicami bez maski. W sklepie i w kościele może być nas więcej. To dobrze. Ale po zniesieniu „maseczkowych” nakazów wirus nie minął. Liczba zakażeń albo utrzymuje się na tym samym poziomie, albo wzrasta.

Byłam w kościele, ponad połowa ludzi bez maseczek. Kościół jest duży, dla każdego jest miejsce, a niektórzy siadają blisko. Zapominają, czy lekceważą zagrożenie? Myślę, że w takich sytuacjach mogą pomóc księża. Mogą na początku Mszy świętej powiedzieć,

że ze względu na bezpieczeństwo wszystkich uczestniczących, proszą o założenie maseczek. Ludzie posłuchają. A inni nie będą się bać przychodzić do kościoła.

Gdy w sklepach obowiązywały godziny dla seniorów, przy wejściu stała pracownica lub pracownik i zwracali uwagę, czy nie wchodzi do sklepu młodszy klient. Teraz, skoro ludzie nie pamiętają, mogłaby na drzwiach pojawić się wielka informacja, że można wchodzić tylko w maseczce. Albo niech ktoś pilnuje i zwraca uwagę. Z łomżyńskich sklepów, tylko w empiiku spotkałam się ostatnio z grzeczną uwagą przed wejściem, abym chwilę poczekała i weszła do księgarni dopiero, gdy wyjdzie jakiś klient, aby w środku nie było zbyt wielu ludzi.

Wirusa nie widać, oswoiliśmy się z nim. Ale trzeba się pilnować. Ja się nadal boję. Nie chcę być chora i nie chcę, aby chorowała moja rodzina, koleżanki, sąsiedzi.

**Agata Michalska**  
Łomża

## Wąsosz otwarty

Gminny Ośrodek Kultury i Sportu w Wąsoszu otrzymał dofinansowanie na realizację projektu „Otwarcie na kulturę w sieci” za pieniądze Narodowego Centrum Kultury w ramach programu Kultura w sieci.

Zadanie projektowe będzie polegało na serii działań w sieci, promujących lokalną tradycję, historię i kulturę poprzez interaktywne warsztaty tworzenia cyfrowych opowieści dla dzieci, młodzieży, mieszkańców gminy Wąsosz z wy-

korzystaniem bezpłatnych aplikacji mobilnych, takich jak Padlet, Stop Motion Studio, Toontastic oraz indywidualne konsultacje dla kadry kultury, dotyczące potencjału nowych technologii, a także wykonanie strony internetowej Gminnego Ośrodka Kultury i Sportu w Wąsoszu, dostosowanej do osób ze specjalnymi potrzebami (z niepełnosprawnościami).

Warsztaty poprowadzi Sylwia Żółkiewska, ekspertka w dziedzinie aplikacji mobilnych dla kultury i edukacji, projektantka, menedżerka kreatywna.

Chociaż zajęcia zaczynają się w lipcu, mamy już komplet uczestników, co nas niezmiernie cieszy i świadczy o tym, że mimo zdalnego nauczania dzieci i młodzież chętnie podejmują wyzwania edukacyjne w sieci. Natomiast rodzice mają świadomość, że nabycie nowych kompetencji i umiejętności cyfrowych przez ich pociechy będzie owocowało w przyszłości.

Partnerami medialnymi projektu są: portal e-grajewo i tygodnik „Kontakty”.

**Jolanta Koniecko**  
dyrektor GOKiS w Wąsoszu



## Letni park kultury?

Piękna sceneria: fontanna, kwiaty, drzewa, alejki i słońce. Ciekawa oprawa artystyczna. Bardzo podobała mi się uroczysta sesja w Parku Jana Pawła II, zorganizowana w 602 urodziny Łomży. Nie można organizować dużych imprez, to w ten sposób władze miasta uhonorowały kilka znaczących rocznic, bo w obchody rocznicy nadania Łomży praw miejskich została wpleciona rocznica odwiedzin papieża (dziś świętego) Jana Pawła II i jego setnych urodzin.

Jan Paweł II odwiedził wiele miast w Polsce. Budowano wszędzie tymczasowe ołtarze, które podczas niszczyły i się rozsypywały (jak na przykład na lotnisku w Białymstoku). A w Łomży ołtarz pozostał i pięknie komponuje się z kościołem, parkiem i osiedlem.

Skoro udana sesja w plenerze, to od razu prosba do miejskich instytucji kultury, aby w tym pięknym Parku organizowały w wakacje koncerty, spektakle, kabarety. Idealne miejsce na letnie imprezy. Byłyby taki letni park kultury. Przy Parku są parkingi, mogą dojechać ludzie z innych dzielnic lub nawet z sąsiednich miejscowości.

**M. B.**

(imię i nazwisko do wiadomości redakcji)

Łomża

Od redakcji: miło nam skomentować, że Miejski Dom Kultury-Dom Środowisk Twórczych w Łomży jakby wyczuł oczekiwania naszej Czytelniczki, ponieważ właśnie do Parku zaprasza na happening „Czyste powietrze”, połączony z podsumowaniem Konkursu „Makulatura to nie śmieć” już w piątek, 19 czerwca, o godz. 17.00. „W związku z ekologiczną treścią naszych działań prosimy o ubranie się w tym dniu w kolorach białym, niebieskim i zielonym”, zachęca MDK-DŚT.

POWIAT WYSOKOMAZOWIECKI

## Góruje nad innymi!

W Zespole Szkół Rolniczych im. Stefanii Karpowicz w Krzyżewie, szkole z wielkimi tradycjami, założonej w 1913 roku, trwa rekrutacja na ciekawe kierunki: rolnictwo, pszczelarstwo, ogrodnictwo, stolarstwo.

O szkole w Krzyżewie często pisała przedwojenna prasa. Była też reklamowana w Kalendarzach Rolniczych.

„Celem zakładu powstałego z inicjatywy i kosztem właścicielki majątku P. Stefanii Karpowiczów-

ny, jest kształcenie młodych pokoleń rolników na dzielnych obywateli naszej Ojczyzny i przygotowanie ich do przyszłego zawodu. Dotychczasowa działalność szkoły wykazała niezbicie, że zadanie swoje spełnić potrafi i spełnia”, pisał o szkole w 1929 roku w „Życiu i Pracy” inż. Jan Mazanowski.

Szkolne gospodarstwo, w którym uczniowie zdobywali praktyczną wiedzę, obejmowało z ogrodem, łąkami i lasem 22 hektary. W 1928 roku przy szkole otwarta

została spółdzielnia mleczarska, a program nauczania poszerzony został o zagadnienia związane z mlecznością krów oraz prowadzenie rachunkowości i administracji mleczarni. Inżynier Mazanowski pisał: „Najbógatszy głupiec może dziś łatwo zostać nędzarzem, człowiek zaś zawodowo wykształcony na chleb zawsze zarobi”. I przekonywał, że dzięki spółdzielni i nowym przedmiotom Krzyżewo „górowało w kraju nad innymi szkołami”.

## Są pieniądze dla strażaków!

„Jeszcze w tym roku w naszym garażu zaparkuje fabrycznie nowy średni samochód ratowniczo-gaśniczy. Otrzymaliśmy dofinansowanie z NFOŚ, a dzisiaj na XII sesji Rady Gminy Kulesze Kościelne radni zdecydowali o przekazaniu dotacji 200 000 zł”, poinformowali strażacy z Kulesz Kościelnych.

OSP w Kuleszach Kościelnych powstała z inicjatywy mieszkańców

w 1924 roku. Jej pierwszym naczelnikiem był kierownik Szkoły Podstawowej Moczydłowski, a prezesem pochodzący z Grajewa proboszcz Kulesz ks. Józef Złotowski. Był dobrym organizatorem, kościół wyposażył w główny ołtarz, organy, konfesjonały.

Strażacy zbudowali drewnianą remizę. Murowaną wybudowali w latach 1987 – 1990. OSP w Kuleszach Kościelnych od 25 lat nale-

ży do Krajowego Systemu Ratowniczo-Gaśniczego, ale ma dwa stare samochody (jelcze z 1987 i 1991 r.).

OSP skupia 40 strażaków. Jej prezesem jest Jan Dmochowski, naczelnikiem Stefan Grodzki, wiceprezesem Bogusław Kamienik, a sekretarzem Wioletta Grodzka.

W czasie pandemii strażacy szyli maseczki dla siebie, szpitala i mieszkańców wsi.

## Nie będzie Zajazdu



Zajazd Wysokomazowiecki, w każdej edycji prezentujący ciekawe wydarzenie historyczne, zaplanowany przez Muzeum Rolnictwa w Ciechanowcu na 12 lipca, nie odbędzie się z powodu pandemii.

## Przewodniczący z Krzyżem Zasługi

Przewodniczący Rady Miejskiej w Czyżewie Witold Sienicki (jest radnym od 14 lat) został odznaczony przez prezydenta RP Brązowym Krzyżem Zasługi.

## Oddaj krew

Do oddawania krwi w ambulansie, w niedzielę, 21 czerwca (godz. 10.00 – 14.00), zaprasza Ochotnicza Straż Pożarna w Wyszczkach Kościelnych.

## Sesja w Nowych Piekutach

XIV sesja Rady Gminy Nowe Piekuty odbędzie się w piątek, 26 czerwca (godz. 11.00), w Izbie Tradycji Regionalnej Rolnictwa.

POWIAT ZAMBROWSKI



Jan Błażuk ze Szkoły Podstawowej nr 4 w Zambrówie jest aż siedmiokrotnym laureatem konkursów przedmiotowych: z biologii, chemii, fizyki, geografii, informatyki, języka angielskiego i matematyki. Jedyny taki olimpijczyk w województwie!

Uczennice Szkoły Podstawowej nr 3 Patrycja i Paulina Nagalskie są finalistkami III Ogólnopolskiego Konkursu Języka Niemieckiego „Lust auf Lesen”.

Olimpijczykami ze Szkoły Podstawowej nr 5 są Adam Bućko (chemia), Igor Klocek (historia), Klaudia Borzymowska i Paulina Markowska (obie III Ogólnopolski Konkurs Języka Niemieckiego „Lust auf Lesen”). Burmistrz Zambrów Kazimierz Dąbrowski spotkał się z nimi wszystkimi i nagrodził za naukową promocję miasta. Podziękował także za wkład pracy nauczycielom olimpijczyków: Barbarze Głuszczyk, Lidii Grad, Mariuszowi Gontarskiemu, Elżbiecie Kowalczyk, Dorocie Kozioł, Aldonie Mioduszczyk, Annie Ogonowskiej, Małgorzacie Pawelec-Kacprzak, Bożenie Przeździeckiej, Andrzejowi Szeligowskiemu, Ryszardowi Świdorskiemu i Dorocie Zimackiej. Na zdjęciu: olimpijczycy z Zambrów z swoimi nauczycielami i burmistrzem Kazimierzem Dąbrowskim. Fot. Justyna Włodkowska-Kurpiewska

## Rzeźbiarz dyrektorem

Michał Selerowski, autor pomnika Hanki Bielickiej w Łomży, także Gustawa Holoubka i Jana Machulskiego w Międzyzdrojach, nominowany w Plebiscycie „Kontaktów” „Człowieka Sukcesu 2007” w dziedzinie kultury, laureat nagrody burmistrza Zambrów „Złoty Żubr” (2011), jest dyrektorem Gminnego Ośrodka Kultury w Szumowie.

# Zaklęta moc

## U babci

Do domku babci Józji w Glinkach miałam tylko 2 km pieszo, w tym przeprawę po kamykach przez rzeczkę Matlak.

Domek był najpiękniejszy we wsi: bordowy, z biało-zielonymi okiennicami i kolorowymi szybkami w ganku oraz dwuskrzydłowymi drzwiami, świadczącymi wówczas o zamożności.

Porównując z organistówką w Sluczu, którą odziedziczył mój tata z zawodem po moim dziadku, jawił mi się pałacem. W jednym z pokoi stało pianino, na którym tata ćwiczył przed niedzielną mszą. Byłam najstarsza w domu, więc przed Oktawą Bożego Ciała mama wysyłała mnie po kwiatki do wianuszków na łąkę, a ja z nimi biegłam do babci. Robiliśmy je wspólnie z ziół kwitnących na początku lata. W wianuszku musiała być obowiązkowo macierzanka (ziele na bezpłodność i dobre macierzyństwo, potęgujące cierpliwość i dobroć matek); mięta, którą można było uszczknąć z zaszuszonego wianka i zaparzyć na dolegliwości żołądkowe zimą; lipa na przeziębienie, koniczyna na szczęście, rozchodnik i jaśmin. Najbardziej pamiętam, że podczas mszy kościół pachniał jaśminem i mięta. Po powrocie babcia wieszała wianuszek przy świętym obrazie. Był mała apteką domową, zioła

można było zaparzać lub używać do kadzenia pomieszczeń, ludzi i zwierząt.

Na Matki Boskiej Zielnej (15 sierpnia) zbierałam zioła i kwiaty kwitnące późnym latem. Babcia robiła równiankę. Bazę stanowiły 3 – 4 kłosa z każdego rodzaju zboża oraz gryka, one były najwyższe. Poniżej, warstwy najpiękniejszych kwiatów z łąk i ogródków. Łodygi, zwane knowiem, owijała babcia papierem i kolorowymi wstążkami. Poświęcony bukiet zawieszała też obok świętego obrazu. Przy zasiwie oziminy dziadek wykruszał ziarna zboża z równianki i wysiewał je jako pierwsze do ziemi na dobrą wróżbę zasiewów. Wiosną wysypywał z niej resztki ziaren jarych i również wysiewał jako pierwsze.

Dom babci zawsze pięknie pachniał. Na lnianej serwecie z dwóch szerokości płótna, połączonych przez środek mierzka, ciągle były owoce: świeże latem, suszone zimą. W kufrze, w którym babcia przechowywała pościel i ręczniki, był przytwarek (rodzaj małego zamykanego kuferka na wewnętrznej ścianie kufra), w którym były suszone jagody. Pachniały odurzająco i niezapomniane, jak jabłka na choince babci.

*Marianna Ostrowska*  
z Nieckowa



## U mamy

Wianuszki na Ostatni Nieszpor zawsze robiła mama. Obowiązkowo trzy małe, połączone wstążeczką. W dzieciństwie kojarzyło mi się to z Trójcą Przenajświętszą. Środkowy wianek był z samego rozchodnika, jeden z kwiatów z ogródka: róż, bratków, stokrotek, kwiatu lipy; następny z ziół i były w nim gęsie łapki, koniczyna, kolorowe trawy, macierzanka, czarny bez, czeremcha, jaśmin. Babcia mówiła zawsze, że poświęcony wianuszek musi być koniecznie w domu, w którym są małe dzieci, bo broni nie tylko od pioruna i chorób, ale i uroku. Po poświęceniu zawieszała go w oknie. Nie korzystaliśmy z dobrodziejstwa zawartych w nim ziół, bo w obecnych czasach o zioła nie trudno w aptece. Babcia potrafiła odczyniać uroki: zdjąć zalęknie-

cie z dziecka (gdy boi się zwierząt, ma nocne lęki, jest płacziwe) oraz rzucone przez urzeknięcie ze względu na urodę. Do odczynienia uroku potrzebne są suszone wianuszki z 3 lat. Ziołami palonymi na węglu drzewnym okadzała dziecko lub dorosłego. Ponieważ wianuszki są poświęcone, ich mocą jest świętość, dlatego odczynieniem uroku jest modlitwa. Zawsze pomaga. Żałuję, że nigdy nie zapytałam babci o treść modlitwy. Nie nauczyłam się też robić tak pięknych wianków, jak moja mama. Robiła je dla mnie i dla moich dzieci.

*Helena Grabowska*  
ze Szczuczyna

## Na swoim

Z Przytuł jechałam rowerem na drogę prowadzącą do wsi Borawskie, bo mama mówiła, że tam rosną najpiękniejsze zioła i kwiaty. Pamiętam ich zapach do dzisiaj. Rankiem ostatniego dnia Oktawy Bożego Ciała zbierałam macierzankę, rozchodnik, rumianek, krwawnik... Mama robiła z nich piękne wianki. Zawsze cieszyłam się, że to mnie przypada zaszczyt święcenia ich w kościele. O ile dobrze pamiętam, ubiegłoroczne wianki po poświęceniu nowych, używano jako kadzidło. Wianki chroniły od wszelkiego nieszczęścia, a gałązki brzoźki urwane z dekoracji 4 ołtarzyków podczas procesji Bożego Ciała, chroniły od pioruna i burzy.

Naukę w szkole średniej podjęłam w Pruszkowie, życie zawodowe związałam z Warszawą. Miłość i małżeństwo czekało na mnie w Przytułach. Teraz to ja robiłam wianuszki z ziół i z dziećmi nosiłam je do kościoła. Obecnie mieszkam z rodziną w Łomży. Z wnucami kupuję przed katedrą gotowe wianuszki i święcę je. Są piękne, ale nie mają nic z symboliki prozdrowotnej ziół. W tym roku wybieram się do rodziny do Przytuł. Zbiorę tam zioła i zrobię piękne wianuszki, jak w dzieciństwie i poświęcę je w Łomży.

*Marta Szymańska* z Łomży  
Zebrala: Barbara Paszkowska

1.

Nikt nie myślał o robocie przy krowach, wszyscy pilnowali sklepu, żeby nie przegapić dostawy. „Chłopcy” wyjeżdżali ciągnikiem daleko przed wieś na spotkanie samochodu, którym jechało zaopatrzenie z Kolna. Za pieniądze z ukradzionych w warsztacie części zamiennych lub paliwo, „sklepowy” sprzedawał im skrzynki „perszingów”. Rozkładali się za oborą i wołali Dorotkę.

Zaczęła pracować w oborze po zawodówce. Za oborą poznała smak „mózgotrzepów”.

„Chłopcy” lubili ją, bo gdy jej zaszumiało w głowie, stawała się szalona! Nie trzeba jej było długo namawiać, żeby z każdym poszła w krzaki. Urodziła jednego synka, za dwa lata drugiego... I dalej nie odmawiała nikomu. Lubiła, gdy wszyscy byli zadowoleni. Zresztą, szybko urywał jej się film.

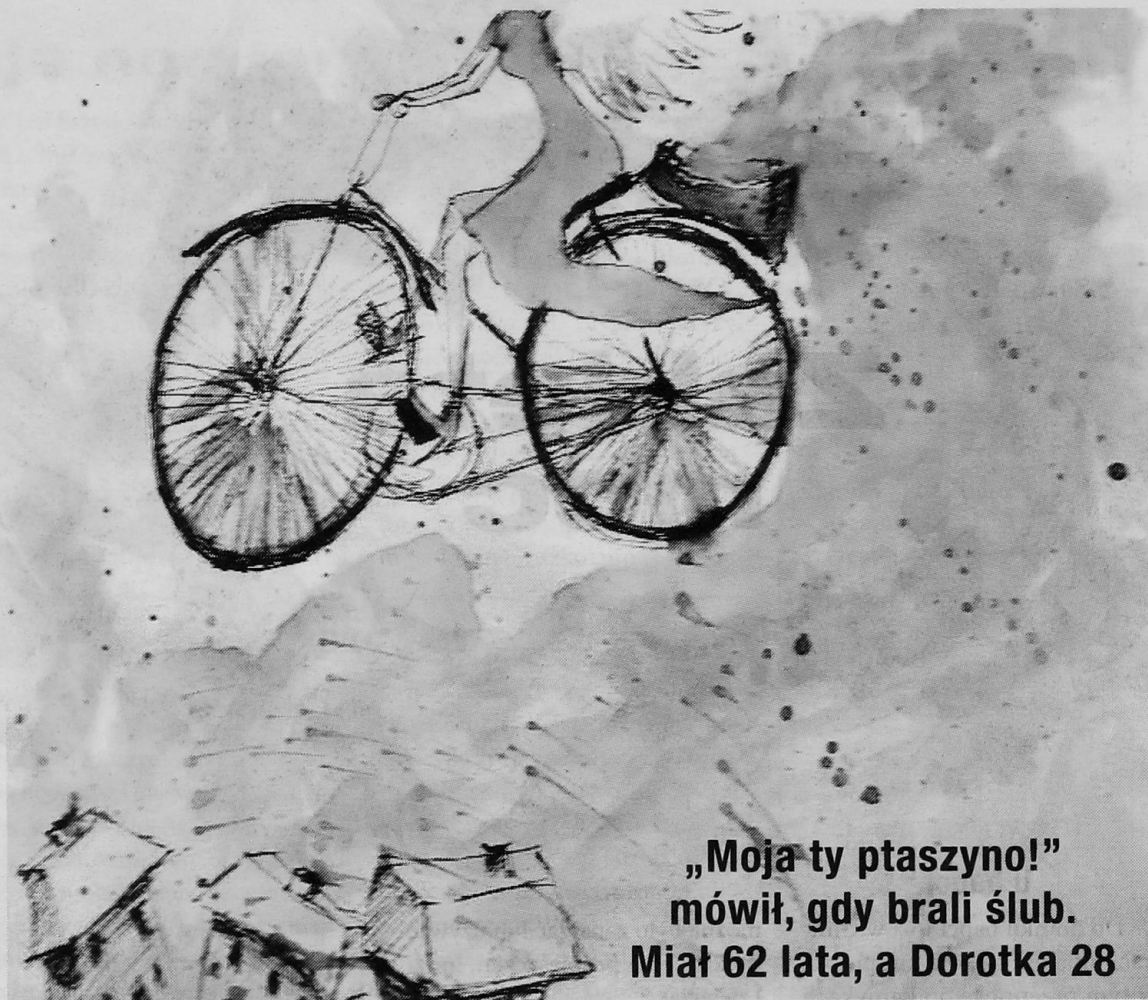
Mieczysław był kimś ważnym w biurze. Kiedyś leżała zamroczone, gdy poczuła, że ktoś nią potrząsa. Ocknęła się i zobaczyła go nad sobą. „Chodź, bo zmokniesz”, powiedział. Powlokła się za nim na półprzytomna. Kazał jej wsiąść do samochodu i podwiózł pod pegerowski blok, w którym mieszkała z rodzicami i bratem. Potem szukał jej towarzystwa, uśmiechał się, zapraszał do biura na kawę, prawił komplementy. Gdy była trzeźwa, drażniło ją to. „Stary dziad”, myślała z pogardą i szła z chłopakami za oborę. Ale po „perszingu” poszła i z nim...

2.

„Opowiadała, że zapraszał ją do domu, kazał się kąpać, myć włosy. Po wysuszeniu, jej włosy stawały się złote. Głodził je, oglądał pod słońce. <Moja ty złota ptaszyno>, mówił. Mówiła, że od tego gadania czuła w środku gorąco i miała łzy w oczach”, wspomina matka Halina (88 lat).

Cała wieś zaczęła plotkować o Mieciu i Dorotce. Ludzie śmieli się i urągali jej, wypytując o szczegóły „pożycia” z nowym kawalerem. Wreszcie z Mrągowa przyjechała córka Mieczysława, wyzwała ją od k... i kazała się wynosić. Ale Dorotka znów tam poszła, gdy tylko wyjechała...

Ojciec Doroty dostał pijackich drgawek i umarł. Brat poszedł sie-



„Moja ty ptaszyno!”  
mówił, gdy brali ślub.  
Miał 62 lata, a Dorotka 28

# Ptaszyna

dzieć za włamanie, wylicza mama Doroty, na którą spadł obowiązek utrzymywania Dorotki i jej dwóch synków z groszowej renty.

Gdy do Mieczysława znów sprowadziła się córka, Mietek przyszedł do Dorotki do domu, przedstawił się matce, od której był starszy, pobawił się z chłopcami i powiedział: „Ożenię się z tobą!”.

Po kryjomu wzięli cywilny ślub. Mietek trzymał ją potem długo za rękę i powtarzał: „Moja ptaszyna”.

„Zjechały wszystkie dzieci i wnuki Mietka (syn, dwie córki, siedmioro wnuków). Było wiele krzyku i wyzywania Dorotki od k.... Ale Mieczysław był nieugięty”, wspomina matka Doroty.

3.

Po ślubie zamieszkali sami, Dorota zostawiła synków matce. Mietek na krok nie dał się jej ruszyć z domu. Ciągle chciał ją trzymać za rękę. Był już na emeryturze i miał dużo czasu. Dorota wymyślała różne preteksty, żeby wyrwać się z do-

mu. Wsiadała na rower, mówiła, że jedzie do matki i synków, ale... pod sklepem czekali „chłopcy”. Ludzie zaczęli dogryzać Mietkowi, śmiać się, że „k...zawsze k...ą zostanie”.

„Wtedy Dorota zaszła trzeci raz w ciążę. Powiedziała Mietkowi, że to jego dziecko, ale sama nie widziała, czyje było. Taka była...Gdy zbliżał się poród, wprowadziłam się do nich z chłopcami”, opowiada matka.

4.

Córeczka urodziła się śliczna i zdrowa. I wtedy Dorotka wsiadła na rower i... zniknęła! Mietek gryzł się coraz bardziej, aż dostał wylewu. Chodził po wsi o lasce, szukał Dorotki...

„Ludzie nam mówili, że widzieli ją w Niemczech, potem w Hiszpanii. Ale ona nie dawała znaku życia. Nie pytała o dzieci, nie przysyłała im prezentów. Odezwała się w zeszłym roku na Boże Narodzenie. Napisała, że mieszka w Grecji i ma dziewczynkę, 14 lat, z Gre-

kiem, u którego pracuje”, mówi matka Doroty.

Rozmawiamy w mieszkaniu, które kiedyś było mieszkaniem Mieczysława.

Mietek umarł 5 lat po zniknięciu Dorotki. Halina została z trojgiem dzieci. Wychowała je! Karol ma 26 lat, Dawid 24. Też wyjechali za granicę, ale dzwonią do babci, przysyłają pieniądze. Przy niej została dziewiętnastoletnia Wiola.

Na ścianie wisi portret ślubny Mieczysława i jego pierwszej żony. W regale pełno fotografii w ozdobnych ramkach.

„Stoją tak, jak je postawił Mietek. Nic nie ruszałam”, mówi Halina.

Wśród wielu zdjęć dzieci i wnuków jest wspólna fotografia Mietka i Dorotki. Starszy mężczyzna z zachwytem patrzy na złotowłosą piękność...

Halina wyjmuje fotografię z ramki i pokazuje dedykację: „Mojej ptaszynie. Na wieczną pamiątkę”.

KAROL ZAREMBA

# Sobótkka z nuncjuszem

Nuncjusz apostolski abp Wawrzyniec Lauri z biskupem Romualdem Jałbrzykowskim oglądali w 1924 roku w Łomży „wianki” na Narwi



## „Wianki” na Narwi

„Wianki w tym roku były urządzone bardzo pięknie... O zmierzchu zapalono ogień na brzegu, a wkrótce wypłynęły łodzie ozdobione zielenią i lampami różnokolorowemi. Śpiew naszych lutnistów dodał wiele uroku całemu obchodowi. Po falach rzeki popłynęła pieśń szeroka w przestrzenie dalekie, aż het za Narew, na dalekie pola i lasy. Ogień bengalskie, ogień sztuczne, piękny żywy obraz łomżyńskiej straży ogniowej, zakończyły ten ładny wieczór nadnarwiański”. Tak „wianki” w Łomży w 1901 roku opisywał korespondent „Ech Płockich i Łomżyńskich”.

Polska była pod zaborami. Ale łomżyńscy pielęgnowali zwyczaj obchodzenia „wianków” i zabawy w wieczór świętojański, czyli w wigilię patrona wody świętego Jana. Popołudniową i wieczorną zabawę w 1901 roku nad Narwią poprzedziły zawody wioślarzy, którym kibicowali zebrani na brzegu i moście mieszkańcy Łomży. Ktoś odchodził,

inni przybywali, zbierało się coraz więcej ludzi. Był śpiew, muzyka, taniec. Zabawa i radość. A wieczorem paliły się ogniska. Dziewczęta puszczały na Narew upieczone z kwiatów i ziół wianki, często z zapalonymi świecami. Potem śledziły, jak niosła je woda i wróżyły swoją przyszłość. Gdy wianek został wyłowiony przez kawalera, znaczyło to zamążpójście, gdy płynął w dal – czekanie, a zatrzymanie się wianuszka na brzegu, zaplątanie w trzciny, przepowiadało staropanieństwo. Ile musiało być przy tym śmiechu...

Korzystając z okazji łomżyńnianki w 1901 roku kwestowały, aby zbiórką wesprzeć Towarzystwa Dobroczynności.

## Nuncjusz na sobótkach

I wojna światowa przerwała sobótkowe zabawy z bogatą oprawą. Wróciły jednak po wojnie.

W 1924 roku „wianki” obchodzone były w niedzielę, 22 czerwca. Katolicki tygodnik „Życie i Praca” napisał, iż było to święto „królowy Narwi”. Jak zwykle, już popołudniem nad rzeką i na moście zebrali

się mieszkańcy, handlarze rozstawili kramiki. Wszyscy obserwowali rozgrywające się regaty. Łodzie płynęły do Królowej Bony i z powrotem. Dzieci biegały między straganami z obwarzankami, słodyczami, zabawkami i wodą sodową. Na jednym brzegu Narwi rozłoży-

**Abp Wawrzyniec (Lorenzo) Lauri** w 1921 roku został mianowany przez papieża Piusa XI nuncjuszem apostolskim w Polsce i funkcję tę pełnił 5 lat. Z wiceministrem Władysławem Studzińskim opracował dokument konkordatu między Stolicą Apostolską a Polską, regulujący stosunki między władzą świecką a kościelną. Konkordat przyjęty w 1925 roku obowiązywał do września 1945 roku. Za pracę w naszym kraju nuncjusz Lauri został odznaczony najwyższym odznaczeniem państwowym Orderem Orła Białego. Po wyjeździe z Polski, w grudniu 1926 roku, otrzymał nominację kardynalską i pracował w Kurii Rzymskiej. Zmarł w 1941 roku w Rzymie, w wieku 76 lat.

ła się orkiestra 33 pp, a na drugim stała orkiestra strażacka. Na zmianę grały polki, oberki, walczyki, marsze i mazurki. Ludzie słuchali, tańczyli, śpiewali.

„Wieczorem nad rzekę przyjechali Nuncjusz Apostolski hr. Wawrzyniec Lauri i biskup Romuald Jałbrzykowski w otoczeniu świty. Straż Ogniowa dała popis umiejętności, podpalając i gasząc specjalnie na ten cel zbudowany kilkupiętrowy dom bez drzwi i dachu. Nieco dalej płonęły sobótki”, opisywało „Życie i Praca”.

Włoski kardynał z podziwem obserwował zabawę Łomżyńniaków.

Sobótkowe zabawy odbywały się w kolejnych latach do wybuchu wojny, z bogatszą lub skromniejszą oprawą. Zawsze jednak wypełnione radością mieszkańców miasta, którzy tego dnia i nocy spieszyli nad Narew. A tam byli strażacy i śpiew oraz płonące sobótki.

W ostatnich latach z powodzeniem „wianki” na Narwi organizowała Fundacja Czas Lokalny. „Hej sobótkka, sobótkka. Dzień jest długi, noc krótka...”

MARIA TOCKA

## Ogłoszenie w KONTAKTACH

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

### BUDOWNICTWO

PRODUCENT SIATKI  
OGRODZENIOWEJ.

Bramy, słupki, PANELE

OGRODZENIOWE.

86/216 22 27, 604 231 333

[www.siatki-stal.pl](http://www.siatki-stal.pl)

(fak.00111/20-o-i)

### NIERUCHOMOŚCI

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

Tel. 603 - 446 - 934

(fak/sms)

### ODDAM

Ogłoszenia w rubryce „Oddam”  
zamieszczamy bezpłatnie. Treść  
można przesłać na adres:

[redakcja@kontakty-tygodnik.com.pl](mailto:redakcja@kontakty-tygodnik.com.pl) lub podać telefonicznie:

86 216 42 43

(fak/sms)

Oddam odzież używaną i pierzynę.

Tel. 519 - 178 - 552

(o/b)

### PRACA

Opieka Niemcy Legalnie.

Tel. 725 - 248 - 935

(fak.00094/20-o-i)

### PRZYJMĘ

Ogłoszenia w rubryce „Przyjmę”  
zamieszczamy bezpłatnie. Treść  
można przesłać na adres:

[redakcja@kontakty-tygodnik.com.pl](mailto:redakcja@kontakty-tygodnik.com.pl) lub podać telefonicznie:

86 216 42 43

### ROLNICTWO

Sprzedam bele słomy (rozmiar:  
125), 45 zł/sztuk, gm. Piątnica.

Tel. 797 - 594 - 821

(fak/sms)

Zakupię ciągniki Ursus, Zetor,

New Holland, Same Landini,

Massey Ferguson, Renault,

Foton, Farmtrac, Deutz Fahr,

John Deere, Pronar, Farmer itd.

każdy stan oraz prasy, belarki

Sipma, Maschio Feraboli,

Gallignani, Morra Carraro itd.

Gotówka od ręki. Dzwonić, pisać.

Tel. 660 - 795 - 977

(fak/sms)

Kupię ciągniki w każdym stanie,  
talerzówki, glebogryzarki, prasy,  
belownice, zgrabiarki Gruber,  
przyczepy, owijarki i inne.

Tel. 788 - 506 - 909

(fak/sms)

Rzeźnia kupi bydło ze  
świadectwem weterynaryjnym do  
uboju z konieczności.

Tel. 511 - 075 - 866,

662 - 396 - 670

(fak.00083/20-o)

Kupię cielęta. Gotówka,

wyrejestrowanie.

Tel. 721 - 102 - 689

(fak.00095/20-o)

### TRANSPORT

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

(fak.00035/20-o-i)

Frankfurt n/Menem i okolice

- soboty, środy, 85 747 - 43 - 63,

602 - 681 - 677

(fak.00036/20-o-i)

### ZWIERZĘTA

Sprzedam jamniki (para)  
z metrykami ZKwP FCI.

Tel. 515 - 863 - 651

(p-001281-o)



**KONSTAŁ PRODUCENT**  
**GARAŻE Blaszane**  
**BRAMY Garażowe**  
**KOJCE dla Psów**

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

**GARAŻE WZMOCNIONE**

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

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

plus kolorowy  
magazyn  
telewizyjny



wersja cyfrowa  
dostępna na:  
[www.kontakty-tygodnik.com.pl](http://www.kontakty-tygodnik.com.pl)

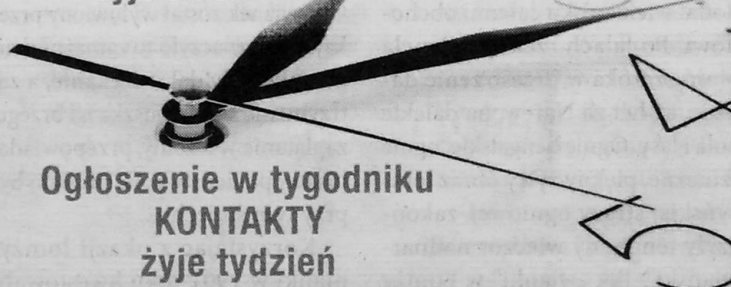


## INFORMACJA O WYKAZIE

Na podstawie art. 35 ust. 1 ustawy z dnia 21 sierpnia 1997 r. o gospodarce nieruchomościami (Dz. U. z 2020 r. poz. 65 z późn. zm.) Burmistrz Stawisk informuje, iż w dniach od 12 czerwca 2020 r. do 02 lipca 2020 r. w Urzędzie Miejskim w Stawiskach, na stronie internetowej [www.stawiski.pl](http://www.stawiski.pl) i w Biuletynie Informacji Publicznej [www.bip.stawiski.pl](http://www.bip.stawiski.pl) zostanie podany do publicznej wiadomości wykaz nieruchomości przeznaczonych do zbycia: działki nr 190 i 191 położone w Dzierzbi.

**BURMISTRZ STAWISK**  
**Agnieszka Rutkowska**

Ogłoszenie w gazecie  
żyje dzień.



Ogłoszenie w tygodniku  
**KONTAKTY**  
żyje tydzień

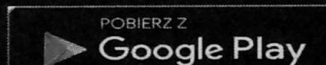
**Zamawiaj więcej  
płacąc mniej!**

teraz pakiety promocyjne  
dla wszystkich formatów odbitek

zdjęcia 10x15 już od **0,49zł**



Pobierz aplikację mobilną



Najlepsza aplikacja w mieście

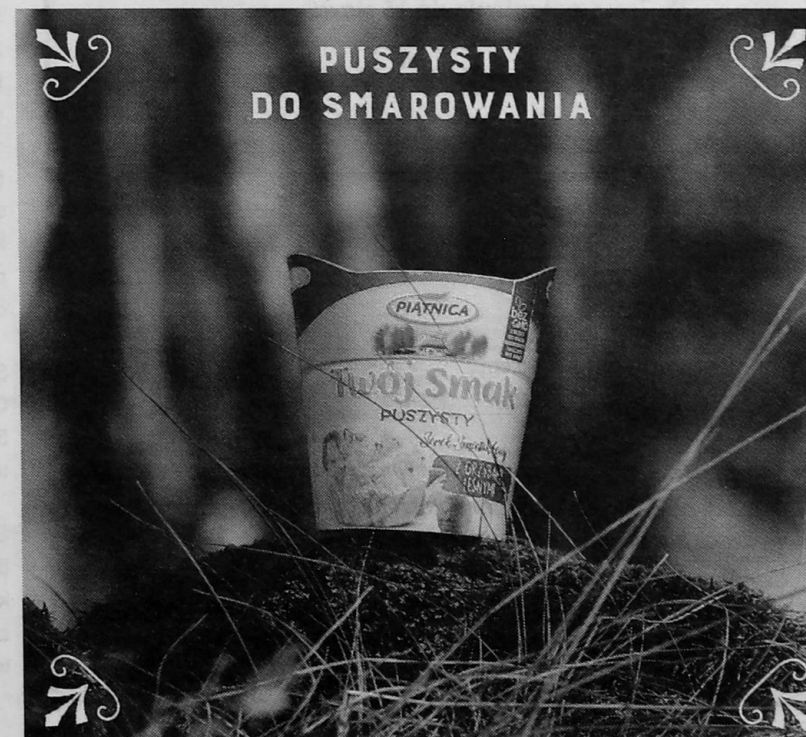


PIĄTNICA

# SMACZNEGO!

Z PIĄTNICY, NO BO SKĄD.

WSZYSTKO DOBRE, BO NATURALNE!  
 NAJWYŻSZEJ JAKOŚCI PRODUKTY  
 Z PIĄTNICY SPRAWDZĄ SIĘ NA ŚNIADANIE,  
 JAKO SZYBKA PRZEKĄSKA LUB SKŁADNIK  
 WIELU PYSZNYCH DAŃ.



Zie-  
 10-  
 ni-  
 20-  
 30-  
 40-  
 50-  
 60-  
 70-  
 80-  
 90-  
 100-  
 110-  
 120-  
 130-  
 140-  
 150-  
 160-  
 170-  
 180-  
 190-  
 200-  
 210-  
 220-  
 230-  
 240-  
 250-  
 260-  
 270-  
 280-  
 290-  
 300-  
 310-  
 320-  
 330-  
 340-  
 350-  
 360-  
 370-  
 380-  
 390-  
 400-  
 410-  
 420-  
 430-  
 440-  
 450-  
 460-  
 470-  
 480-  
 490-  
 500-  
 510-  
 520-  
 530-  
 540-  
 550-  
 560-  
 570-  
 580-  
 590-  
 600-  
 610-  
 620-  
 630-  
 640-  
 650-  
 660-  
 670-  
 680-  
 690-  
 700-  
 710-  
 720-  
 730-  
 740-  
 750-  
 760-  
 770-  
 780-  
 790-  
 800-  
 810-  
 820-  
 830-  
 840-  
 850-  
 860-  
 870-  
 880-  
 890-  
 900-  
 910-  
 920-  
 930-  
 940-  
 950-  
 960-  
 970-  
 980-  
 990-  
 1000-

OGŁOSZENIA BEZPŁATNE MOTORYZACYJNE

Sprzedam Mercedes E200,  
benzyna, stan bardzo dobry,  
cena 12 000 zł do uzgodnienia,  
tel. 503 - 862 - 612

(o/b)

Sprzedam Opel Astra 2, (2000),  
1.6 benzyna + gaz, cena 4 000 zł,  
tel. 698 - 060 - 764

(o/b)

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

(o/b)

Sprzedam motocykl Suzuki GS 500,  
(2004), stan bardzo dobry, przebieg  
34 000 km, cena 5 000 zł,  
tel. 505 - 603 - 916

(o/b)

Sprzedam przyczepę, wywrotka,  
do remontu, cena 3 000 zł,  
tel. 517 - 267 - 374

(o/b)

Sprzedam przyczepę  
samochodową KM-200, (1990),  
stan dobry, zarejestrowana  
i ubezpieczona, cena 1 000 zł,  
tel. 517 - 267 - 374

(o/b)

Sprzedam Volkswagen Passat,  
(2001), 1.9 tdi, 130 KM, stan dobry,  
normalne ślady użytkowania,  
aktualne opłaty, cena 5 800 zł,  
tel. 603 - 054 - 981

(o/b)

Sprzedam Opel Vectra B, (2000),  
diesel, cena 1 700 zł,  
tel. 723 - 969 - 327

(o/b)

Sprzedam Renault Laguna 2,  
(2001), 1.9 dci, stan jak na ten rok  
bardzo dobry, bogate  
wyposażenie, klimatyzacja działa,  
cena 3 599 zł do negocjacji,  
tel. 603 - 054 - 981

(o/b)

Sprzedam motor Kawasaki ZZR  
600, (2002), przegląd  
i ubezpieczenie ważne do maja  
2021 r., cena 6 000 zł,  
tel. 694 - 044 - 700

(o/b)

Sprzedam Honda CRV, (2007),  
diesel, kolor czarny, 4x4, alufelgi,  
centralny zamek, cena 27 000 zł  
do negocjacji, tel. 660 - 531 - 613

(o/b)

Sprzedam Toyota Yaris, (2007),  
1.3 benzyna, elektryczne szyby,  
lusterka, ABS, ESP, cena 12 600 zł  
do negocjacji, tel. 660 - 531 - 613

(o/b)

Sprzedam Chrysler Neon, (2000),  
2.0 gaz sekwencja, środek czysty  
i zadbane, normalne ślady  
użytkowania, 130 KM,  
cena 3 400 zł do negocjacji,  
tel. 530 - 430 - 101

(o/b)

Sprzedam Peugeot 206, (2001),  
2.0 HDi, stan dobry, diesel,  
115 KM, cena 2 500 zł,  
tel. 607 - 447 - 991

(o/b)

Sprzedam Renault Kangoo,  
dostawczy, diesel, 2-osobowy,  
cena 2 000 zł, tel. 572 - 213 - 014

(o/b)

Sprzedam Toyota Avensis, (2005),  
benzyna + gaz, cena 11 500 zł,  
tel. 572 - 213 - 014

(o/b)

Sprzedam przyczepę,  
cena 1 800 zł, tel. 667 - 961 - 331

(o/b)

Sprzedam Nissan X-Trail, (2003),  
ABS, klimatyzacja automatyczna,  
aktualne opłaty, diesel,  
cena 12 800 zł do negocjacji,  
tel. 516 - 688 - 528

(o/b)

Sprzedam Kia Picanto, (2007), auto  
zadbane, bez korozji, centralny  
zamek, klimatyzacja, benzyna,  
cena 8 500 zł, tel. 693 - 153 - 735

(o/b)

Sprzedam motor Cross, (2017),  
125 cm<sup>3</sup>, cena 1 600 zł,  
tel. 512 - 323 - 212

(o/b)

Sprzedam Opel Omega, (2000),  
2.0 benzyna z gazem, stan dobry,  
opłaty ważne, cena 1 700 zł,  
tel. 511 - 388 - 681

(o/b)

Sprzedam Volkswagen Passat B6,  
(2006), kombi, automatyczna  
skrzynia DSG, 250 KM, benzyna,  
stan dobry, cena 17 800 zł,  
tel. 609 - 176 - 727

(o/b)

Sprzedam Mercedes, (2005),  
2.2 CDI, w bardzo dobrym stanie  
technicznym, diesel, cena 11 000 zł  
do negocjacji, tel. 798 - 162 - 898

(o/b)

Sprzedam Hyundai Getz, (2004),  
stan bardzo dobry, auto  
serwisowane na bieżąco, benzyna,  
przebieg 185 000 km, cena 5 900 zł  
do negocjacji, tel. 605 - 735 - 315

(o/b)

Sprzedam opony letnie  
Continental, 215x55 R18, bieżnik  
5 mm, 4 sztuki, cena 600 zł,  
tel. 791 - 096 - 908

(o/b)

Sprzedam Volkswagen Golf 4,  
(2003), 1.9 TDI, 101 KM,  
klimatyzacja sprawna, centralny  
zamek, diesel, cena 4 500 zł,  
tel. 570 - 772 - 717

(o/b)

Sprzedam Audi A3 8P, (2004), 1.9,  
105 KM, ABS, ESP, centralny  
zamek, duży bagażnik, diesel,  
cena 9 100 zł, tel. 501 - 924 - 044

(o/b)

Sprzedam Honda Accord VII,  
(2004), 2.2i-CDTi, bogate  
wyposażenie, przegląd i  
ubezpieczenie do grudnia 2020 r.,  
cena 12 900 zł do negocjacji,  
tel. 510 - 527 - 033

(o/b)

Sprzedam Opel Astra II, (1998), 1.6,  
16V, benzyna, przebieg  
185 000 km, auto zadbane,  
garażowane, cena 3 000 zł do  
negocjacji, tel. 510 - 449 - 194

(o/b)

Sprzedam Fiat Uno, (2001),  
benzyna, auto zadbane,  
nieuszkodzone, stan bardzo dobry,  
cena 2 400 zł, tel. 883 - 266 - 986

(o/b)

Sprzedam Volkswagen Passat B5,  
(2002), 1.9 diesel, pierwszy  
właściciel, kombi, cena 12 500 zł,  
tel. 604 - 446 - 234

(o/b)

Sprzedam Volvo V50, (2004),  
diesel, 136 KM, przebieg  
280 000 km, stan bardzo dobry,  
cena 10 500 zł, tel. 781 - 344 - 647

(o/b)

Sprzedam Toyota Avensis, (2003),  
1.9 LPG, sprawna klimatyzacja,  
ABS, centralny zamek,  
cena 7 600 zł do negocjacji,  
tel. 518 - 634 - 453

(o/b)

Sprzedam Skoda Fabia, (2004),  
1.4 16V, stan bardzo dobry, bez  
wkładu, bogate wyposażenie,  
cena 5 500 zł, tel. 512 - 576 - 250

(o/b)

Sprzedam Ford Focus, (2008),  
benzyna, po wymianie filtrów  
i oleju, auto 6 lat w jednych rękach,  
cena 13 500 zł, tel. 881 - 011 - 436

(o/b)

Sprzedam Renault Grand Senic,  
(2006), bogate wyposażenie, diesel,  
cena 9 500 zł, tel. 503 - 644 - 064

(o/b)

Sprzedam Volkswagen Touran,  
(2003), benzyna, zrobione opłaty,  
gotowy do rejestracji, stan  
techniczny i wizualny bardzo dobry,  
cena 9 900 zł do negocjacji,  
tel. 602 - 133 - 668

(o/b)

KUPON

BEZPŁATNE OGŁOSZENIE DLA  
ZMOTORYZOWANYCH

Treść ogłoszenia do 15 słów:

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Warunkiem ukazania się ogłoszenia jest podanie  
ceny pojazdu!

Imię i nazwisko ogłaszającego:

Adres:

Tel.:

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

Czytelny podpis:

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



OGŁOSZENIA BEZPŁATNE ROLNICZE

Sprzedam las 3,30 ha, Gmina Łomża, cena do uzgodnienia, tel. 604 - 128 - 382

(o/b)

Sprzedam 5 ton żyta, Szczuczyn, cena 750 zł za 100 kg, tel. (86) 261 - 90 - 53

(o/b)

Sprzedam ciągnik C-330, cena do uzgodnienia; przyczepa, wywrotka, 1-osiowa, zarejestrowana, cena 7 500 zł, tel. 503 - 862 - 612

(o/b)

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

(o/b)

Sprzedam kombajn zbożowy Fahr, stan bardzo dobry, cena 12 000 zł do uzgodnienia, tel. 503 - 862 - 612

(o/b)

Sprzedam kosiarkę rotacyjną, szerokość 1,50 m i wycinak do kukurydzy, cena 1 500 zł, tel. 606 - 505 - 501

(o/b)

Sprzedam ciągnik Jumz, cena 8 500 zł, tel. 572 - 213 - 014

(o/b)

Sprzedam orkan do zielonek, cena 2 800 zł, tel. 572 - 213 - 014

(o/b)

Sprzedam bele słomy w siatce, suchej, ze stodoły, cena 35 zł za sztukę, tel. 514 - 891 - 762

(o/b)

Sprzedam prasę belującą Sipma, (2001), zamki, szeroki podbierak, zielona, owijanie na sznurek, garażowana, stan bardzo dobry, cena 18 500 zł do negocjacji, tel. 502 - 426 - 360

(o/b)

Sprzedam siewnik zbożowy Poznaniak, niebieski, stan bardzo dobry, cena 2 600 zł, tel. 511 - 848 - 768

(o/b)

Sprzedam kultywator Grudziądz, szerokość 2,70 m, fabryczny, stan bardzo dobry, cena 850 zł, tel. 511 - 848 - 768

(o/b)

Sprzedam jałówkę HO, wycielenie 15 lipca, cena 5 000 zł, tel. 724 - 848 - 315

(o/b)

Sprzedam kombajn New Holland 1550, stan bardzo dobry, heder 4 m, w oryginale, niemalowany, cena 15 900 zł, tel. 515 - 395 - 992

(o/b)

Sprzedam przewracarkę Fella, 5,40 m, cena 4 500 zł, tel. 518 - 072 - 260

(o/b)

Sprzedam zabudowę do żywca Menke, cena 7 500 zł, tel. 518 - 072 - 260

(o/b)

Sprzedam prasę belującą Sipma Classic, stan bardzo dobry, pierwszy właściciel, cena 18 300 zł, tel. 504 - 958 - 451

(o/b)

Sprzedam rozsiewacz nawozów Rauch, 1 000 kg, stan bardzo dobry, w oryginale, cena 5 200 zł do negocjacji, tel. 509 - 628 - 118

(o/b)

Sprzedam ostrówek, cena 11 000 zł, tel. 501 - 647 - 161

(o/b)

Sprzedam beczkowóz, 6 000 litrów, ocynkowany, pompa po remoncie, cena 10 000 zł, tel. 501 - 647 - 161

(o/b)

Sprzedam maszt do ciągnika, cena 1 500 zł, tel. 604 - 672 - 605

(o/b)

Sprzedam bronę talerzową Akpil, 2,70 m, stan bardzo dobry, cena 1 450 zł do negocjacji, tel. 536 - 778 - 073

(o/b)

Sprzedam obsypnik do ziemniaków, cena 400 zł, tel. 798 - 634 - 097

(o/b)

Sprzedam rozsiewacz Motyl, cena 1 350 zł do negocjacji, tel. 798 - 634 - 097

(o/b)

Sprzedam zbiornik na mleko Westfalia, wannowy, 1 600 litrów, stan bardzo dobry, cena 4 000 zł do negocjacji, tel. 793 - 692 - 299

(o/b)

Sprzedam rozrzutnik Leboulch, 8 ton, tandem, możliwość rozsiewania wapna, cena 26 500 zł, tel. 510 - 403 - 419

(o/b)

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

(o/b)

Sprzedam kosiarkę rotacyjną, czeska, cena 1 500 zł, tel. 696 - 455 - 074

(o/b)

Sprzedam pługi Frost, 3-skibowe, obracane, stan bardzo dobry, odkładnie 80%, cena 3 300 zł do negocjacji, tel. 787 - 082 - 029

(o/b)

Sprzedam cyklop, polski, stan dobry, cena 2 500 zł, tel. 513 - 275 - 299

(o/b)

Sprzedam belarkę Metal Fach, sprawna, wszystko powymieniane, przygotowana do sezonu, cena 14 500 zł do negocjacji, tel. 508 - 941 - 081

(o/b)

Sprzedam krokodyl do tura C-360, 1,10 m, cena 1 700 zł, tel. 572 - 018 - 159

(o/b)

Sprzedam prasę belującą Welgler Lely RP-235, rotor, centralne smarowanie łożysk i łańcuchów, podbierak o szerokości 2,30 m, cena 49 000 zł, tel. 501 - 262 - 318

(o/b)

Sprzedam kosiarkę rotacyjną, 1,65 m, stan dobry, cena 1 500 zł, tel. 511 - 848 - 768

(o/b)

Sprzedam agregat, 3,20 m, cena 4 700 zł, tel. 667 - 961 - 331

(o/b)

Sprzedam rozsiewacz do nawozów Amazone, cena 2 500 zł, tel. 518 - 072 - 260

(o/b)

Sprzedam prasę kostkującą Z-224, cena 5 500 zł, tel. 572 - 213 - 014

(o/b)

Sprzedam glebogryzarkę Unia Grudziądz, szerokość 2,10 m, stan bardzo dobry, cena 3 100 zł, tel. 509 - 549 - 221

(o/b)

Sprzedam siewnik do zboża Amazone D9-30, bardzo dobry stan techniczny i wizualny, sprowadzony z Niemiec, nieużywany w kraju, cena 19 000 zł do negocjacji, tel. 501 - 262 - 318

(o/b)

Sprzedam młynek do zboża bijakowy Bąk, w bardzo dobrym stanie, z silnikiem 7,5 KW, cena 1 000 zł, tel. 508 - 599 - 988

(o/b)

Sprzedam prasę kostkującą z drabinką, pierwszy właściciel, cena 4 500 zł, tel. 784 - 075 - 106

(o/b)

Sprzedam wycinaki Strautmann, z windą, sprowadzony z Niemiec, stan bardzo dobry, cena 3 000 zł, tel. 600 - 323 - 862

(o/b)

Sprzedam prasę belującą Sipma Z 569/1, sprawna, gotowa do pracy, wiązanie sznurkiem, szerokie ogumienie, wałek przekąźnika mocy, cena 12 800 zł, tel. 509 - 628 - 118

(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.

## **„Kontakty” wprost do domu!**

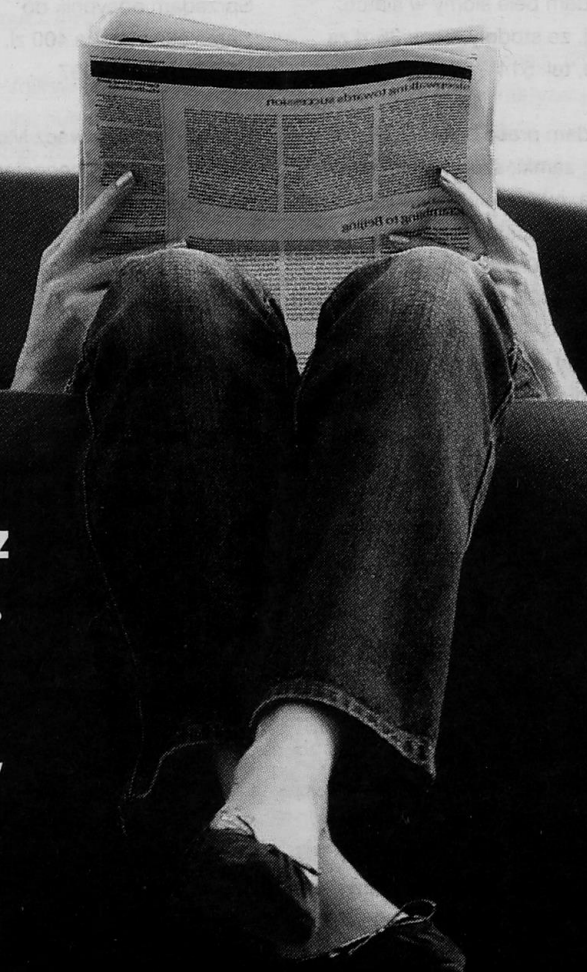
**Zaprenumeruj „Kontakty” na poczcie albo u listonosza,  
a co czwartek otrzymasz je prosto do domu  
lub do swojej skrzynki pocztowej!**

**W prenumeracie taniej (porównaj z ceną w nawiasie):**

<b>1 miesiąc</b>	<b>10 zł</b>	<b>(<del>10,80 zł</del>)</b>
<b>3 miesiące</b>	<b>30 zł</b>	<b>(<del>35,10 zł</del>)</b>
<b>6 miesięcy</b>	<b>55 zł</b>	<b>(<del>70,20 zł</del>)</b>
<b>12 miesięcy</b>	<b>100 zł</b>	<b>(<del>140,40 zł</del>)</b>



**Kontakty w prenumeracie zawierają  
kolorowy dodatek telewizyjny.**



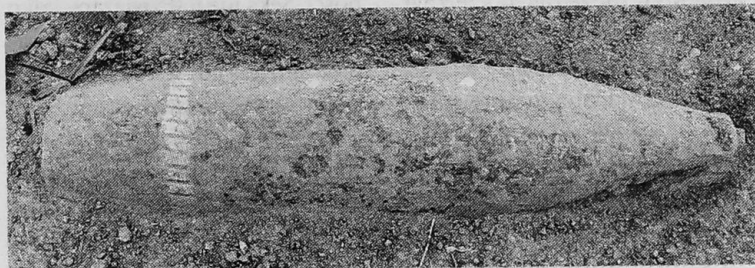
**Prenumeratę można zamówić przez  
[www.poczta-polska.pl/prenumerata](http://www.poczta-polska.pl/prenumerata) oraz  
u listonoszy i w placówkach pocztowych.**

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

**lub [redakcja@kontakty-tygodnik.com.pl](mailto:redakcja@kontakty-tygodnik.com.pl)**



Ta dwójka grajewskich policjantów, st. asp. Ewa Jalońska i asp. Adam Paszkowski, pomogli uratować mieszkańca (57 lat) gminy Wąsosz, który przez pomyłkę się zatrzał. Jechali do Wąsosza, gdy nagle podjechał opel. Z samochodu wyszedł mężczyzna i powiedział, że jego ojciec wypił przez pomyłkę środek chemiczny, bardzo źle się czuje i potrzebuje pilnej pomocy lekarskiej. Policjanci postanowili eskortować samochód, aby jak najszybciej trafił do lekarza. Jednocześnie dyżurny grajewskiej jednostki wszedł w kontakt z pogotowiem ratunkowym, które przejęło go w Gutach. Fot. policja



Taką bombę lotniczą z czasów II wojny światowej, która wyłoniła się z ziemi w czasie prac polowych, znalazł rolnik ze wsi Grochy-Pogorzele (gm. Zambrów). Po zawiadomieniu policji, została wywieziona przez saperów.

## Kochanek babki częściowo... (Fragmenty pism z akt sądowych)



Pozwana dopuszczała się zdrad małżeńskich w nocy, w dzień natomiast próżnowała.

Spadkodawca testamenty swoje pisał wiele razy, a umarł tylko raz.

Cale życie mieszkałam u siebie w domu prywatnym, a dopiero teraz w domu publicznym, jak dostałam przydział.

Teatrem zajścia między stronami był klozet we wspólnym mieszkaniu.

Ten dom, to w większości budował Jan K., który był kochankiem

mojej babki, a częściowo jej siostry.

W bójce udziału nie brałem, ponieważ się spóźniłem.

Pozwany stale stuka w ścianę mieszkania i posługując się alfabetem Morsa obraża powoda wulgarnymi słowami.

Gdy pozwany wracał do domu, spotykało go nieszczęście, tzn. żona, która z chęci awantury zawsze czekała na niego na progu.

Wywiad środowiskowy stwierdził, że oskarżony jest alfonsem i omegą w tej grupie przestępczej.

### Łatwy pieniądź ciągle kusi

Co jakiś czas policja i służby skarbowe informują o odkryciu nielegalnych automatów do gier hazardowych w Wysokim Mazowieckiem, Zambrowie lub Łomży i potężnych karach finansowych, a amatorów szybkiego zarobku nie ubywa. Tym razem w Łomży ponad 30 mundurowych jednocześnie wkroczyło do 3 utajnionych „jaskini hazardu”, chronionych monitoringiem wizyjnym, domofonami i systemem selekcji klientów. Było w nich w sumie 7 automatów, 3 zestawy komputerowe służące do nielegalnych gier hazardowych. Oprócz sankcji karnych w postaci grzywny lub kary pozbawienia wolności, urządzającym nielegalne gry oraz posiadającym nielegalne automaty, grozi kara 100 tys. złotych od każdego automatu.

### Młody a już złodziej!

Agregat prądotwórczy oraz wentylator wartości około 1000 złotych ukradł z podwórka w gminie Łomża złodziej, którego



Cztery osoby z tego opla trafiły do szpitala po tym, jak kierowca (32 lata) z nieznanых przyczyn wjechał nim pod Czyżewem (na trasie Czyżew - Zambrów) do rowu i dachował. Fot. KPP Wysokie Mazowieckie

jeszcze tego samego dnia namierzili łomżyńscy policjanci. Okazał się nim dziewiętnastoletni chłopak. Skradzione przedmioty, ukryte w zagajniku kilkanaście kilometrów dalej, wróciły do właściciela.

### Pożar pod Rutkami

Spłonął drewniany dom we wsi Świątki-Wiercice (gm. Rutki). Od pewnego czasu stał pusty, więc od ognia nikt nie ucierpiał. Gasili go strażacy zawodowi z Zamrowa i OSP z Rutek i Kołak Kościelnych.

### Groźna trasa Łomża - Kolno

Od dłuższego czasu nie ma tygodnia, żeby na trasie Łomża - Kolno nie doszło do kolizji lub wypadku. Najczęściej z powodu braku wyobraźni albo brawury. Tym razem kierująca autem podczas wyprzedzania źle oceniła odległość i chcąc uniknąć zderzenia czołowego z innym samochodem zjechała do rowu. Wracała do domu z Mazur z mężem i dwójką dzieci. Samochód został rozbity, ale na szczęście, nikomu nic się nie stało. Była trzeźwa.



Poradnia psychologa

## Jest uzależniony od seksu

Mój facet wszystkim kobietom, z którymi ma kontakt i swoim koleżankom na facebooku pisze, że są przepiękne (niektóre są fatalne). Kocham go, robię, co tylko chce, ale jest uzależniony od seksu i zaczynam myśleć, że najwyższy czas się rozstać. On mówi, że to ja mam problem, szpiegując go.

Monika

Przeżywasz konflikt wewnętrzny. Z jednej strony chcesz zostać z tym mężczyzną, a z drugiej nie chcesz. Gdy ktoś przeżywa konflikt wewnętrzny, rady są trudne, bo tak naprawdę nie ma tu idealnego wyjścia, każda decyzja niesie dobre i złe skutki. Czasem ludziom radzi się, aby spisali wszelkie „za” i „przeciw” obu decyzji, gdyż wte-

dy rozjaśnia się, która z nich jest lepsza. I choć taka strategia jest skuteczna, kiedy chodzi o wybór szkoły lub zakup czegoś drogiego, to już niekoniecznie w spawach sercowych. Decyzję powinnaś podjąć po rozmowie, w której należy jasno powiedzieć, co Ci przeszkadza, czego nie chcesz. On na to w jakiś sposób zareaguje i dzięki temu zrozumiesz, czy kontynuowanie związku ma sens, czy nie. Ponadto, godzenie się na wszystko, czego partner żąda, nie jest najlepsze. Jeśli na ustępstwa idzie tylko jedna strona, a druga tylko żąda i chce, aby do niej się dopasować, taka relacja raczej nie przetrwa.

DR MARCIN FLORKOWSKI  
PSYCHOLOG



Przysmak podlaski

## Pieczony pstrąg

### Składniki:

- 2 duże filety z pstrąga
- 1 duża cukinia
- 1 puszka pomidorów
- 3-4 ząbki czosnku
- 2-3 czerwone cebule
- garść świeżej szalwii (pietruszki)
- 4 ziarenka ziela angielskiego
- sól morska

- świeżo zmielony pieprz
- oliwa z oliwek

Filety dokładnie myjemy, osuszamy, solimy i doprawiamy pieprzem. Umieszczamy w natłuszczonej żaroodpornym naczyniu. Piekarnik rozgrzewamy do 200 stopni C. Na rozgrzanej patelni z oliwą podsmażamy świeże gałązki szalwii (pietruszki) i posiekany czosnek. Dodajemy pokrojoną w kosteczkę cebulę, kawałki cukinii i smażymy 3 minuty. Na końcu dodajemy pomidory z puszek i dokładnie mieszamy. Całość przekładamy na przygotowane filety z pstrąga. Przykrywamy folią aluminiową i pieczemy w piekarniku ok.

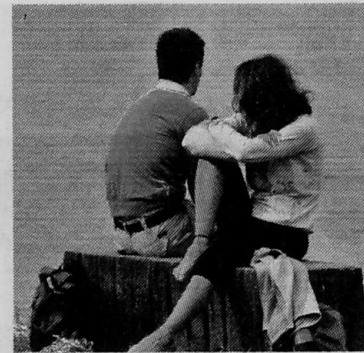


## Pytanie intymne

Jesteśmy młodym małżeństwem, mieszkamy u moich teściów, którzy oddali nam jeden pokój. Godzę się na seks dopiero, kiedy wszyscy zasną, bo ciągle wydaje mi się, że ktoś może nas usłyszeć. A kiedy już zaczynamy się kochać, odczuwam ból. Nie wiem, czym to tłumaczyć? Wstydę się porozmawiać o tym z mężem. Nie wiem też, jak mu powiedzieć, że nie zawsze odczuwam satysfakcję. On tylko pyta, czy było dobrze, a potem odwraca się i zasypia.

Mariola

Przyczyna bólu może być związana z podświadomym lękiem, że mieszkający obok krewni będą świadkami waszego stosunku. Być może odczuwasz również niewypowiedziany głośno żal do męża, że nie jesteście sami, nie postarał się o niekrępujące mieszkanie. Przyczyną bólu może być także zbyt krótka gra wstępna. W przypadku, gdy pochwa kobiety nie jest wystarczająco nawilżona, wprowadze-



nie członka powoduje ból. Zapobiec temu mogą dłuższe pieszczoty, podczas której kobieta wystarczająco się podnieci.

Udawanie orgazmu nie jest dobrym sposobem na utrzymanie udanego związku. Prędkiej czy później wyjdzie to na jaw i może być mało ciekawa reakcja. W naszym przypadku powinniście razem starać się znajdować takie chwile, w których nie ma innych domowników lub korzystać z innych sposobności. Seks nie jest związany tylko z łóżkiem. Można kochać się w samochodzie, a gdy jest ciepło, na polance w lesie, na łące, wśród zbóż...

## Lekarz domowy

### Co robić, gdy użądli osa?

Krysia

Osy są bardziej niebezpieczne, niż pszczoły i bardziej agresywne. Mogą użądlić nawet kilka razy. Po użądleniu należy sprawdzić, czy nie wystąpiła reakcja uczuleniowa. U uczulonych na jad osy pojawi się zaczerwienienie, uczucie ucisku w gardle, trudności z oddychaniem, zawroty głowy, przyspieszone bicie serca, puchnie twarz i język. Wówczas trzeba natychmiast kontaktować się z lekarzem. Reakcja alergiczna może wystąpić nawet u kogoś, kto nigdy wcz-

ściej nie miał alergii na użądlenia owadów. Zlekceważenie objawów uczulenia może doprowadzić do zatrzymania serca i śmierci. Jeśli nie ma uczulenia, należy zneutralizować skutki działania jadu i łagodzić ból. Chore miejsce przemyć kilkukrotnie kwaśnym roztworem, może to być ocet, cytryna, spirytus salicylowy. Następnie przyłożyć okład z lodu lub zimnej wody. Jeśli użądliła pszczoła, trzeba delikatnie (nie naciskać, by więcej jadu nie dostało się do ciała) usunąć żądło. Potem przyłożyć lód, który obkurcza naczynia i jad nie rozchodzi się dalej.

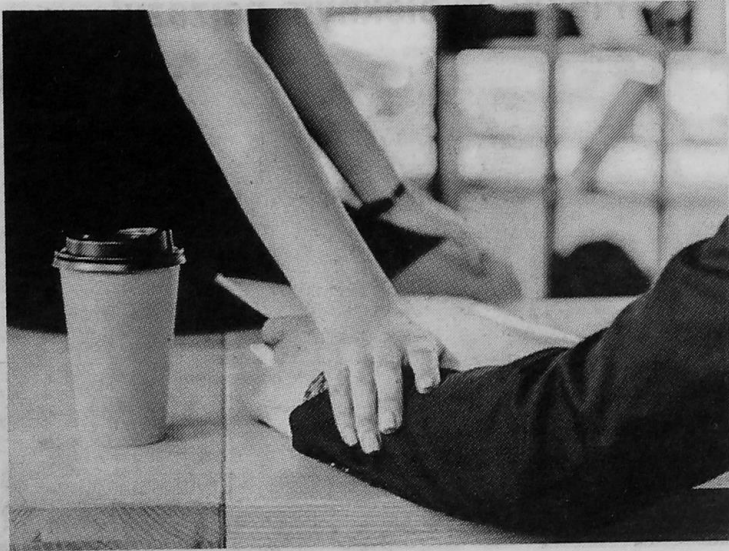
## Pod paragrafem

Moja mama jest wdową, ma niewielkie gospodarstwo (ziemię poddzierżawia). Miała nas cztery córki. Wszystkie założyłyśmy rodziny i zamieszkałyśmy w mieście. Dwie siostry zmarły, jedna z nich była rozwiedziona. Kto na wypadek śmierci mamy będzie po niej miał prawo do spadku, jeśli nie zostawi testamentu? Czy także szwagrowie i dzieci zmarłych siostr?

Zofia

Jeśli mama w chwili śmierci nadal będzie wdową i nie pozostawi testamentu, w którym wy-

razi swoją wolę, uprawnione do dziedziczenia po niej, czyli spadkobiercami ustawowymi, będą jej dzieci. Dzieci było czworo, ale dwie córki już nie żyją, pozostały jednak dzieci, czyli wnuki zmarłej. W takiej sytuacji spadkobiercami ustawowymi będą: dwie żyjące córki (po 1/4 udziału) oraz wnuczęta po zmarłych córkach, które odziedziczą po swojej babci spadek też po 1/4 udziału, jaki przypadłby ich mamom. Z 1/4 po babci wnuczętom przypadnie po równej części. Szwagrowie (mężowie zmarłych siostr) nie są spadkobiercami.



## Czy masz skłonności do romansowania w pracy?

1. Czy uważasz, że dobre, przyjacielskie stosunki z szefem mogą pomóc Ci w awansie?

- A. tak
- B. nie

2. Czy kiedykolwiek zdarzyło Ci się dopuścić do flirtu w pracy?

- A. tak
- B. nie

3. Czy dobra atmosfera w pracy powoduje, że chętnie zostajesz w pracy po godzinach?

- A. tak
- B. nie

4. Czy często spotykasz się z kolegami i koleżankami po pracy?

- A. tak
- B. nie

5. Czy starasz się wyrzucić korzystne wrażenie swoim wyglądem i zachowaniem na przełożonym lub współpracownikach płci przeciwnej?

- A. tak
- B. nie

6. Czy uważasz za śmieszne lub bulwersujące zachowanie kolegów i koleżanek, którzy dopuszczają się flirtu w pracy?

- A. tak
- B. nie

7. Czy pozwalasz na przyjazne, może trochę zbyt śmiałe gesty znajomych z pracy w stosunku do siebie?

- A. tak
- B. nie

8. Czy czekałaś(łeś) na 14 lutego, aby obdarować wybranych z pracy walentynkami?

- A. tak
- B. nie

9. Czy kiedykolwiek w czasie swojej kariery zawodowej pozwoliłaś(łeś) sobie na bliższe kontakty z szefem lub szefową?

- A. tak
- B. nie

10. Czy uważasz, że w pracy łatwo znaleźć przyszłego męża lub żonę?

- A. tak
- B. nie

**Odpowiedzi:** policz po 2 punkty za każdą odpowiedź „tak” i 1 punkt za „nie”.

**Masz 20 – 18 punktów:** masz skłonności do romansowania. Twój przełożony lub ktoś inny, kto szczególnie zwróci Twoją uwagę, nawet jeśli nie jest zbyt atrakcyjnym człowiekiem, zawsze będzie obiektem Twojego, często nawet podświadomego, zainteresowania. Zastanów się, czy zawsze warto narażać się na ryzyko plotek.

**Masz 13 – 17 punktów:** nie ma dla Ciebie znaczenia, czy ktoś, kto zwróci Twoją uwagę, pełni funkcję przełożonego, czy jest szeregowym pracownikiem. Jeśli poczujesz, że straciłaś(łeś) głowę i jest to ciekawa znajomość, nie będziesz przebiegać w środkach.

**Masz 10 – 13 punktów:** masz swoje zasady i nie będziesz flirtować z szefem, nawet jeśli masz na to ogromną ochotę. Jesteś profesjonalistką(tą) i wiesz, że rozluźnienie stosunków z przełożonym może nie wyjść Ci na dobre.



– Które państwo najlepiej poradziło sobie z epidemią?  
– Państwo Szumowsy.

Premier poluzował ograniczenia przy organizacji ślubów i od razu na maturze było „Wesele”.

Polakom ścierpła skóra, bo szwagier Szumowskiego kupił wytwornię lewatyw.

Stany Zjednoczone planują zarządzić dwie godziny okradania sklepów tylko dla seniorów.

Profesor medycyny ma pierwszy wykład z pierwszym semestrem.

– Zaczniemy od podstaw autopsji. Tutaj najważniejsze są dwie rzeczy. Po pierwsze, musicie państwo pokonać swoje obrzydzenie. Proszę popatrzeć... – wetknął palec w tyłek trupa, wyciągnął go i oblizwał.

– A teraz każdy z was po kolei! Studenci z bladymi twarzami podchodzą do zwłok, ale robią, co kazał profesor. Kiedy skończyli, wykładowca mówi:

– Po drugie, powinniście państwo popracować nad spostrzegawczością. Włożyłem palec wskazujący, ale obliziałem środkowy...

– Po co się myje szklanki?  
– Żeby się zmieściło więcej herbaty.

– Kelner, kelner! – woła klient w restauracji.

– Słucham pana.

– Nie odpowiada mi ta zupa.

– A o co ją pan pytał?

– Zaraz, zaraz, nie rozumiem pańskiego problemu. Proszę zacząć od początku – mówi lekarz psychiatra do pacjenta.

– A więc na początku stworzyłem Ziemię...

Jedzie kobieta samochodem. Nagle usłyszała głośny hałas pod kołami, zatrzymała się, wychodzi z samochodu i patrzy wokół. Zobaczyła na ziemi jakąś część, dźwiga ją z trudem próbując dopasować. Nie mogąc znaleźć miejsca, z którego odpadła, zatańczyła część na tylne siedzenie i jedzie do mechanika. Po przeglądzie mechanik mówi:

– Samochód jest w zupełnym porządku, ale ten wąż kanalizacyjny trzeba zawieźć na miejsce...

– Kto to jest ksiądz?

– To jest taki człowiek, do którego wszyscy mówią „ojcze”, oprócz jego własnych dzieci, które do niego mówią „wujku”.



Konkurs • Konkurs • Konkurs • Konkurs



II Konkurs Fotograficzny „Podlaskie ślady – człowiek, miejsce, kultura” dla seniorów ogłasza redakcja Podlaskiego Seniora i Stowarzyszenie Szukamy Polski.

Główną ideą Konkursu jest zdjęcie-wa prezentacja walorów naszego regionu ze szczególnym uwzględnieniem kultury, przyrodą i ludzi zamieszkujących województwo podlaskie w dwóch kategoriach: ogólnej i specjalnej.

W kategorii ogólnej ph. „Człowiek, miejsce, kultura”, organizatorzy oczekują fotografii wykonanych w tym roku w województwie podlaskim. W kategorii specjalnej ph. #KiedyZostaliśmywDomu, prac związanych z epidemią.

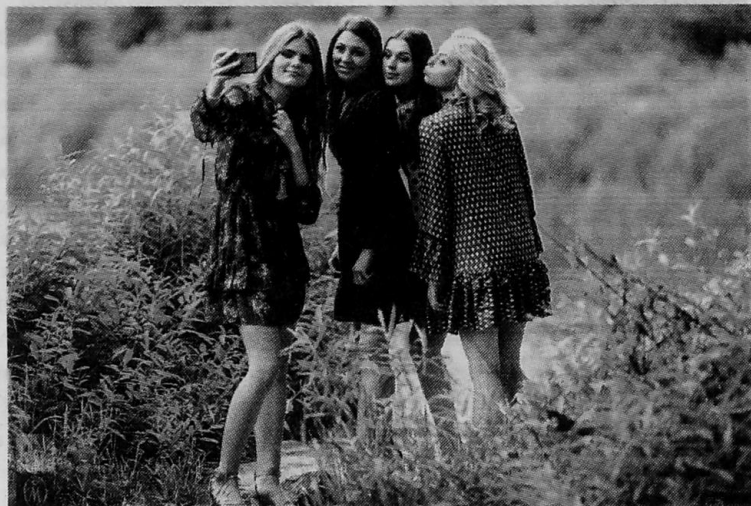
W Konkursie może wziąć udział każdy, kto ukończył pięćdziesiąt lat i nie zajmuje się profesjonalnie wykonywaniem zdjęć oraz nie jest członkami stowarzyszeń artystycznych, zrzeszających fotografików.

Zgłosić można maksymalnie po 3 fotografie w każdej kategorii (jako zestawy lub zdjęcia pojedyncze).

Termin nadsyłania prac upływa 30 września 2020 r. (szczegółowy regulamin i karta zgłoszeniowa do pobrania na stronie: podlaskisenior.pl).

Autorzy najlepszych fotografii otrzymają nagrody. Prace, wybrane przez jury, prezentowane będą na wystawie pokonkursowej w listopadzie.

## Piękne w pięknym pejzażu!



Kandydatki do tytułu Miss i Miss Nastolatek Ziemi Łomżyńskiej 2020 spotkały się po trzymiesięcznej przerwie na sesji fotograficznej z Pawłem Wądołowskim i na nagraniach wideowizytówek, które przygotowuje Artur Szczubefek. Przed kandydatkami kolejne sesje, a także warsztaty i próby choreograficzne. Fot. Paweł Wądołowski

## Laureaci konkursu „cieni”

Młodzi adepci sztuki fotografii (od 6 do 15 lat), którzy przesłali swoje prace na Konkurs Fotograficzny „Co widzisz? – Odkryj cienie z przedmiotów znalezionych w domowych zakamarkach”, wykazali się naprawdę niebywałą kreatywnością. Jury w składzie: Sandra Skorupa (przewodnicząca), Anna Chojnowska oraz Marlena Tarasewicz miało z tego powodu trudny „orzecz do zgryzie-

nia”. Ostatecznie I miejsce (dzieci 6 – 10 lat) przyznało Marii Łukowskiej za zdjęcie „Piękno natury”. I miejsce w grupie starszej (młodzież 11 – 15 lat) zdobyła Julia Cybula za „Czterokopytną Konstelację”, Wyróżnienia otrzymali: Eliza Ciukszo i Mikołaj Hałuniewicz. Gratulujemy!

Organizatorami konkursu byli Muzeum Mleka, Grajewskie Centrum Kultury i Grajewska Iza Historyczna.

POZNAJ NASZE WSZYSTKIE PROMOCJE

#NajwiększaKsięgarniaInternetowa

#CzytamBoLubię

Książki
Ebooki  
i Audiobooki
i coś więcej...

WWW.NEXTO.PL

RABATY  
NAWET DO  
-70%

35 mln zł z funduszy unijnych trafi do mikro i małych przedsiębiorstw oraz samozatrudnionych w naszym województwie, którzy prowadzili działalność gospodarczą na dzień 31 grudnia 2019 roku

## Sięgnij po pieniądze na firmę!

Wsparcie udzielane będzie w formie jednorazowej dotacji bezzwrotnej, maksymalnie na trzy miesiące. Konieczne będzie utrzymanie działalności przedsiębiorstwa w tym okresie. Wyliczane będzie według stawek, w zależności od liczby pracowników, na przykład osoba samozatrudniona otrzyma 7 845,11 zł miesięcznie (na trzy miesiące 23 535,33 zł), a przedsiębiorca zatrudniający 20 pracowników 35 084,40 zł miesięcznie (na trzy miesiące 105 253,20 zł).

Aby skorzystać z funduszy, konieczne jest spełnienie dwóch warunków: firma musi odnotować spadek obrotów (przychodów ze sprzedaży) o co najmniej 30 proc. w okresie wybrane-

go jednego miesiąca w 2020 roku, porównany do poprzedniego miesiąca lub analogicznego miesiąca ubiegłego roku (na przykład, obroty w marcu 2020 roku w porównaniu do obrotów w marcu 2019 roku lub w lutym 2020 roku). Drugi warunek: spadek ten musi mieć związek z zakłóceniami gospodarki na skutek pandemii.

Przyjmowanie wniosków rozpocznie się w poniedziałek, 22 czerwca, o godz. 8.00 przez generator wniosków aplikacyjnych. O przyznaniu dotacji decyduje kolejność zgłoszeń. Więcej informacji na stronie wrotapodlasia.pl/dotacja i na infolinii: 801 308 013.



Patronat "Kontaktów"

## Maraton w Wysokiem Mazowieckiem

Na czwarty dwudziestoczegodzinny maraton rowerowy, na trasie Wysokie Mazowieckie – Gołszcze Puszcza – Gołszcze Mościckie – Kulesze Kościelne – Czarnowo Biki – Gołszcze Mościckie – Osipy Lepertowizna i Wysokie Mazowieckie (34,2 km), zaprasza w sobotę, 20 czerwca (start godz. 10.00 z parkingu przy Urzędzie Miasta, ul. Ludowa) Klub Kolarski „Łabędź” z Wysokiego Mazowieckiego. Zapisano się już 70 zawodników.

Sztab Maratonu mieścić się będzie w Miejskim Zespole Szkół w Wysokiem Mazowieckiem (ul. Ludowa 5).

Rajdowi patronują burmistrz Wysokiego Mazowieckiego i prezes Podlaskiego Okręgowego Oddziału Polskiego Czerwonego Krzyża w Białymstoku. Fot. pixabay

Specjaliści mówią, że przy jakiegokolwiek epidemii, także obecnej, bardzo duża rolę odgrywa **odporność organizmu**. Najważniejsze wówczas, by naturalnej odporności nie osłabiać, na przykład brakiem snu, piciem alkoholu, niewłaściwym odżywianiem, zaniedbaniem higieny. **Najlepiej próbować swoją odporność wzmocnić!**

## Wywar z perzu

Znają go (nie wypada pisać – klną na niego!) wszyscy rolnicy i działkowcy. Jest chyba najbardziej uciążliwym chwastem, gdyż ze względu na bardzo długie, rozległe korzenie, pieleniem praktycznie nie można go wyplenić. Już wszyscy wiedzą: to perz! A właśnie korzeń perzu, czyli kłącze, zawiera niezwykle składniki

## Nieznany sprawca wypadku: co może zrobić kierowca, który poniósł szkodę? Nie godzić się ze stratami!

Obowiązkowe ubezpieczenie OC jest gwarancją ochrony dla kierowców, którzy są stroną poszkodowaną w trakcie kolizji lub wypadku na drodze. Co jednak w sytuacji, gdy sprawca zbiegł z miejsca kolizji (tylko straty materialne), wypadku (ofiary w ludziach) lub stłuczki parkingowej? Jak dochodzić swoich roszczeń, skoro winowajca pozostaje nieznany?

Na początek należy zadbać o udokumentowanie zdarzenia. Niezależnie, czy doszło do kolizji, czy wypadku, trzeba wezwać policję z uwagi na fakt, że sprawca postanowił uciec od odpowiedzialności.

Policjanci pomogą w zebraniu przydatnej dokumentacji (zeznania świadków, zdjęcia z miejsca zdarzenia). Być może będą też w stanie zabezpieczyć nagrania z lokalnego monitoringu, co pozwoli zidentyfikować sprawcę i pociągnąć go/ją do odpowiedzialności. Znajomość personaliów ułatwi poszkodowanemu dochodzenie swoich roszczeń.

Jeśli sprawca uciekł, a poszkodowany miał wykupioną tylko polisę OC, istnieje możliwość uzyskania odszkodowania od Ubezpieczeniowego Funduszu Gwarancyjnego (UFG).

UFG wypłaci odszkodowanie, gdy doszło do wypadku skutkującego utratą zdrowia lub śmiercią. Fundusz nie pokryje strat rzeczy-

wych w przypadku kolizji, chyba że policji uda się namierzyć sprawcę. Wówczas odszkodowanie wypłaci jego ubezpieczyciel lub, jeżeli okaże się, że w momencie spowodowania kolizji nie posiadał OC, właśnie UFG.

Aby otrzymać odszkodowanie z UFG, należy zgłosić roszczenie do Funduszu za pośrednictwem dowolnego towarzystwa ubezpieczeniowego. Firmie trzeba przekazać dowodową dokumentację. Po zakończeniu postępowania likwidacyjnego (ustalenia zasadności roszczeń i wysokości odszkodowania), ubezpieczyciel przekazuje sprawę UFG. Warto wiedzieć, że żadna firma ubezpieczeniowa, która ma w swojej ofercie sprzedaż polis OC, nie może odmówić kierowcy przyjęcia zgłoszenia szkody do UFG.

Na wydanie decyzji Fundusz ma 30 dni. Informacji o dokumentach niezbędnych do dochodzenia roszczenia ze środków UFG udzielają wszystkie towarzystwa ubezpieczeniowe.

Jeśli poszkodowany przez nieznanego sprawcę kierowca ma wykupioną polisę Autocasco (AC), likwidacja szkody następuje z tytułu tej polisy i odpowiada za nią prywatny ubezpieczyciel. Wynika to z przepisu, który mówi, że UFG nie wypłaca odszkodowania, gdy roszczenia mogą być zaspokojone na podstawie umowy ubezpieczenia dobrowolnego.

## „Boża apteka” wzmocni odporność



lecznicze. Perz goi rany, poprawia przemianę materii, ma właściwości przeciwgorączkowe i przeciwcukrzycowe, zwiększa odporność błon śluzowych i naskórka. Pomaga przy reumatyzmie, egzemach, blednicy, goścu stawowym, kamicy żółciowej i moczanowej, schorzeniu wątroby, przekwitaniu, anemii, podwyższonemu cholesterolowi, stanach zapalnych.

Z perzu można przygotować wywar. Kłącza należy oczyścić, pociąć i gotować w wodzie 1 min. Wodę wylać, perz zmiażdżyć, do-

lać 0,5 l wody i gotować do wyparowania do 0,2 l. Wówczas dodać 10 g lukrecji gładkiej, a po przestygnięciu przecedzić. Wywar popijać małymi porcjami.

Zmielone kłącze perzu można dodawać do wypieku chleba (domowy chleb staje się znowu dość popularny, najlepiej jednak zrobić zakwas i kupić odpowiednią mąkę, niż gotowe do pieczenia opakowanie „chleba domowego”). Chleb z perzem pomaga przy cukrzycy, chorej wątrobie, otyłości, reumatyzmie, kamicy moczowej i nerkowej.

# PREFBET

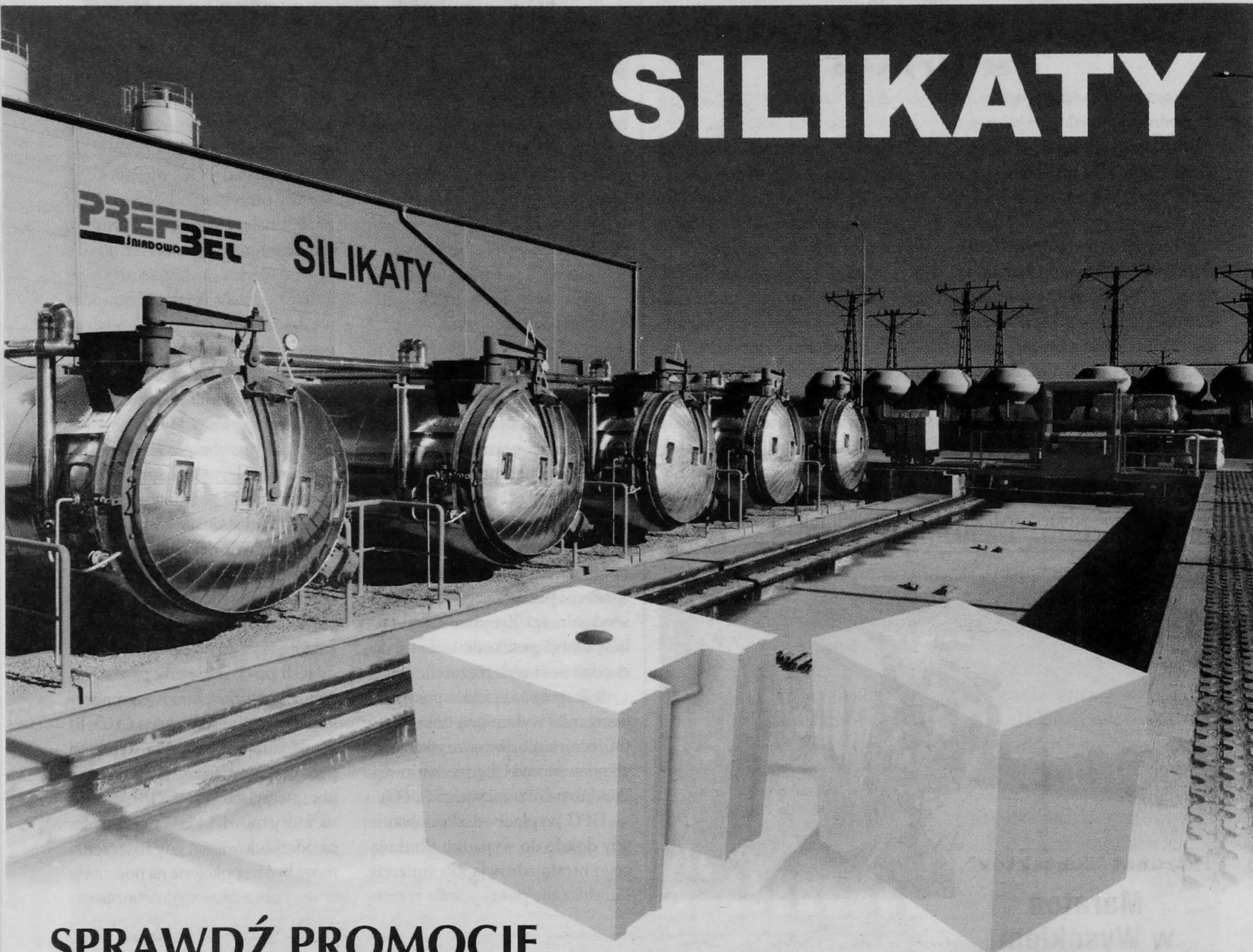
ŚNIADOWO

Przedsiębiorstwo Produkcji Betonów

PPB „PREFBET” sp. z o.o.

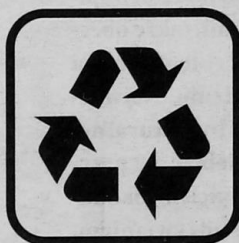
18-411 Śniadowo, ul. Kolejowa 17  
tel. 86 217 62 95 fax 86 217 61 29  
www.prefbet.pl poczta@prefbet.pl

# SILIKATY



SPRAWDŹ PROMOCJĘ  
MIESIĄCA

[www.prefbet.pl](http://www.prefbet.pl)



- **EKOLOGIA**
- **WYTRZYMAŁOŚĆ**
- **IZOLACJA AKUSTYCZNA**

**ODDZIAŁ ŚNIADOWO**

tel. 86 217 62 95  
[poczta@prefbet.pl](mailto:poczta@prefbet.pl)

**ODDZIAŁ ŁOMŻA**

tel. 86 218 06 72  
[handel@prefbet.pl](mailto:handel@prefbet.pl)

**ODDZIAŁ ZAMBRÓW**

tel. 86 475 04 24  
[www.prefbet.pl](http://www.prefbet.pl)