

Nie publikuj takich zdjęć • W przytulku zgorzienia

WYDZIAŁ PUBLICZNA
FILIA Nr 2
18-400 Łomża, ul. Ks. Anny 2
tel. 86 218 43 65
Tygodnik Podlaski
www.kontakty-tygodnik.com.pl



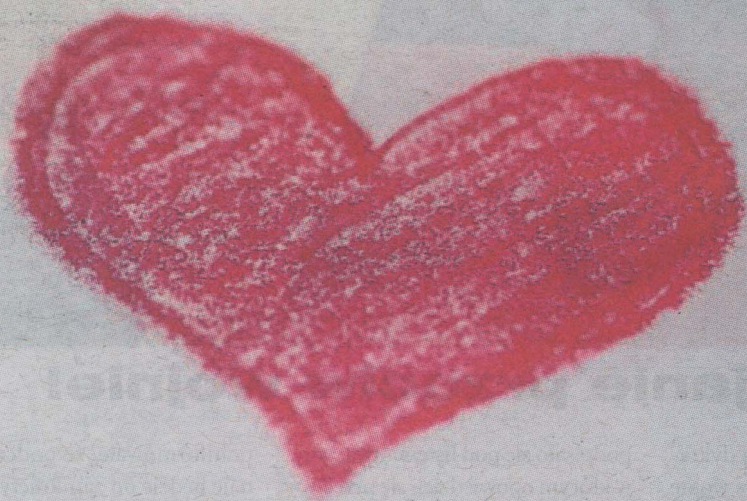
KONTAKTY

9 (2047)

6 marca 2022

cena: 3,50 zł (z VAT 8%)

*Który skrzywdziłeś człowieka prostego
Spisane będą czyny i rozmowy
Nie bądź bezpieczny...*



Zmieniili swoje życie

Olejarnia

Cierpienie



Pixabay

Witalij, emerytowany wojskowy, Iryna pracowała na bazarze w Kamieńcu Podolskim. Od grudnia 2021 pracują legalnie w Brańsku i tu mogliby zostać. Postanowili jednak wrócić na Ukrainę i walczyć. Za ojczyznę.

Ewa Sokólska: – Pochodzicie z Kamieńca Podolskiego. Długa droga przed wami, jak zamierzacie tam dotrzeć?

Iryna: – Nasze miasto znajduje się jakieś 800 km od Kijowa. Pierwszy odcinek drogi pokonamy z biłostoczanami, którzy wiozą transport darów na granice w Medyce. Tam przesiądziemy się do kogoś, kto będzie jechał w głąb Ukrainy. Nawiązaliśmy kontakt z mężczyzną, który dowozi Ukraińców na granicę. Prawdopodobnie zaczeka na nas. Jak nie on, to jestem pewna, że znajdzie się ktoś inny, kto nam pomoże. W końcu wracamy do domu.

– Do domu i do dzieci?

– Tak. Czekają na nas dzieci, córka i syn oraz wnuk. Już nie możemy się doczekać żeby ich przytulić.

– Oni nie chcą wyjechać z Ukrainy?

Jako jeden z pierwszych, już kilka godzin po napaści Rosji na Ukrainę, publiczny sprzeciw wyraził znakomity rosyjski piłkarz Dynamo Moskwa i reprezentacji Rosji Fiodor Smołow, pisząc pod swym profilem w mediach społecznościowych „Nie dla wojny!”.

Szef rosyjskiej delegacji na szczyt klimatycznym ONZ Oleg Anisimow przemawiając na sesji zamykającej obrady z udziałem przedstawicieli 195 państw w niedzielę, 27 lutego powiedział, że przeprosza „w imieniu wszystkich Rosjan, którzy nie byli w stanie zapobiec temu konfliktowi. Wszyscy, którzy wiedzą, co się dzieje, nie znajdują żadnego uzasadnienia dla tego ataku na Ukrainę”, poinformował brytyjski „Financial Times”.

Antywojenny Komitet Rosji utworzyła grupa rosyjskich opozycjonistów i naukowców, wśród nich Michaił Chodorkowski, szachowy mistrz świata Garri Kasparow, pisarz Wiktor Szenderowicz i krytyczny wobec Kremla polityk Dmitrij Gudkow. Celem Komite-

Wracają na Ukrainę, by walczyć!

– Oczywiście, że nie. Ukraina do nasza ojczyzna. My też wracamy, żeby walczyć. Początkowo mąż sam chciał wracać, ale nie zgodził się. Powiedziałam, że razem jedziemy walczyć. Jak już wygnamy Rosjan z naszej Ukrainy, to zapraszamy wszystkich Polaków do nas, do Kamieńca. Wam kojarzy się to miasto jedynie z potężną twierdzą, która przez lata strzegła rubieży Rzeczypospolitej. Tymczasem Kamieniec Podolski to piękne i duże miasto z wieloma zabytkami, mostami... Tylko wojna musi się skończyć.

– Co dziś dzieje się w waszym mieście?

– Cały czas jesteśmy w kontakcie z rodziną. Na razie jest dość spokojnie. Wielu mieszkańców, również mój brat, organizują zbiórki darów, a następnie dostarczają je na front. Każdy pomaga jak może.

– Twój mąż zapewne chwyci za broń, a ty Iryna, co będziesz robić na wojnie?

– Mąż pracował w straży granicznej jeszcze za czasów ZSRR, więc jest dobrze wyszkolony. A ja? Będę robiła wszystko, co będzie trzeba, aby wypędzić Rosjan z naszego kraju. Nie chcemy ich tam, muszą w końcu to zrozumieć. Ale gdy już wojna się skończy, to wró-

cimy z mężem do Polski. Nam tu jest dobrze, mamy przyjaciół i wynajęte mieszkanie. Nawet koledzy w pracy podpisali moją szafkę. Napisali: „To szafka Iryny”, więc muszę tu wrócić (śmiech).

– Cały świat solidaryzuje się z waszym narodem. Wszyscy wierzymy, że pokonacie wroga. Jest nam bardzo przykro, że musicie tak cierpieć.

– Widzimy wasze poparcie i bardzo za nie dziękujemy. Będzie dobrze! Mamy wspaniałego prezydenta, oddany i mądry naród. Wygramy, nie może być inaczej. Chwała Ukrainie! (Źródło: onet).



Rosjanie przeciw wojnie!

tu jest „walka z agresywną dyktaturą Putina”, która rozpętała wojnę w Ukrainie. Napisali, że opracowujących plany generałów i polityczne kierownictwo Rosji należy nazwać przestępcami wojennymi.

Po napaści Rosji na Ukrainę na ulice Moskwy i innych miast wyszły tysiące Rosjan. „Siły bezpieczeństwa rozprawiły się z demonstrantami. Działacze na rzecz praw obywatelskich mówią o ponad 1,7 tys. aresztowań”, poinformował niemiecki dziennik „Die Welt”. Petycję przeciwko wojnie, wystosowaną przez obrońcę praw człowieka Lwa Ponomawowa, tylko pierwszego dnia wojny, w czwartek, 24 lutego podpisało 289 tys. Rosjan. Ponad 250 rosyjskich dziennikarzy

podpisało się pod listem otwartym, w którym opowiedzieli się przeciwko inwazji. Podobne listy napłynęły od 250 pracowników naukowych.

Dwoje wielkich rosyjskich artystów Aleksandra Sucharewa i Kirył Sawczenkow w proteście przeciwko inwazji Rosji na Ukrainę nie wystawi swoich dzieł w rosyjskim pawilonie Biennale Sztuki w Wenecji, który odbędzie się w kwietniu. „Nie ma miejsca na sztukę, gdy cywile umierają w wyniku ostrzału raketowego, mieszkańcy Ukrainy chowają się w schronach, a Rosjan, którzy protestują przeciwko wojnie, władze ucisza”. Z tych samych powodów rezygnację złożył kurator wystawy w rosyjskim pawilonie Raimundas Malinauskas. Dyrekcja pawilonu

poinformowała, że podczas Biennale będzie on zamknięty.

Jeden z najbogatszych Rosjan Michaił Fridman, przesłał w niedzielę, 27 lutego, do pracowników swojej firmy LetterOne list, w którym potępia działania Putina. Po oświadczeniu Fridmana oligarcha Oleg Dieripaska, bliski przyjaciel Putina oraz przewodniczący rady nadzorczej koncernu aluminiowego RUSAL, w krótkim oświadczeniu wezwał do zakończenia wojny. Sprzeciw wobec działań Putina zmanifestował również miliarder Anatolij Czubajns, który opublikował na Facebooku zdjęcie przedstawiające Borysa Niemcowa, zamordowanego przed Kremlm 7 lat temu.

KONTAKTY

Tygodnik Podlaski

rok założenia 1980

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

Adres:

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

Redaguje zespół:

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

Oddział w Białymstoku:

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

Stale współpracują:

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

Rysunki: Waldemar Rukść

Felieton: Adam Dobroński

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

Wydawca:

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

Sekretariat i Biuro Ogłoszeń:

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

Biura Ogłoszeń:

ARIUH „Dylewski”

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

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

Obróbka zdjęć barwnych: Gabs-Foto,

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

DTP: Green Flow Joanna Białecka

Druk: Drukarnia Prasowa Ignatki

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

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

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

*Z bukietem nadziei, że świat
nie zgasi nadziei na Wasz,
kochane dziewczyny, żony, mamy,
babcie spokój o jutro
zespół „Kontaktów”*



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

■ Wszyscy, uciekający z Ukrainy, nie muszą obawiać się o legalność swojego pobytu, informują służby wojewody podlaskiego. W najbliższych dniach nie trzeba składać żadnych wniosków w Urzędzie do Spraw Cudzoziemców, urzędach wojewódzkich lub placówkach Straży Granicznej. Uchodźcy, którzy nie mają zapewnionego miejsca pobytu (noclegu) w Polsce, mogą udać się do punktu recepcyjnego lub zwrócić się o pomoc do napotkanego policjanta albo przechodnia. Wszyscy mają dostęp do bezpłatnej opieki medycznej i polskiej służby zdrowia. W szpitalach naszego województwa przygotowano 196 łóżek dla przybyłych z Ukrainy.

■ Sejmik Województwa Podlaskiego potępił napaść Rosji na Ukrainę, wypowiedział porozumienia o współpracy z obwodami brzeskim i grodzieńskim na Białorusi oraz powołał komisję do spraw pomocy Ukraincom. Tak w poniedziałek, 28 lutego, radni zareagowali na rosyjską agresję na Ukrainę.

■ Narodowy Dzień Pamięci Żołnierzy Wyklętych, ustanowiony w 2011 r., obchodzony był w całym regionie.

■ O trzy miesiące przedłużył areszt tymczasowy reżim Łukaszenki liderom Związku Polaków na Białorusi Andżelice Borys i Andrzejowi Poczobutowi. W białoruskim więzieniu są już od jedenastu miesięcy. Białoruska prokuratura zarzuca im podżeganie do nienawiści na tle narodowościowym.

■ Ania i Maryna z Iwano-Frankowska dołączyły do dwóch klas w Szkole Podstawowej nr 20 w Białymstoku. „Mam nadzieję, że lex Czarnek nie wejdzie w życie, bo organizacje pozarządowe mają tu dużą rolę do odegrania, czyli szkoły muszą być otwarte na edukatorów z zewnątrz i fundacje, które działają na rzecz dialogu międzykulturowego. Mam nadzieję, że prezydent nie podpisze tej ustawy, żeby nie utrudniać tego działania”, powiedział dyrektor Szkoły Mariusz Sokołowski.

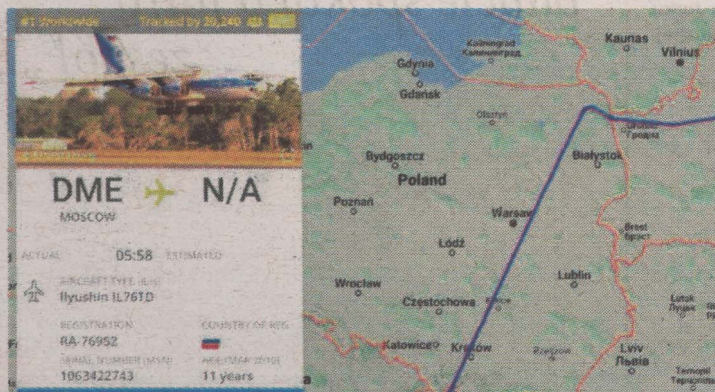
■ 25 000 zł zadośćuczynienia za szykanowanie w pracy przyznał byłemu funkcjonariuszowi Straży Granicznej Sąd Okręgowy w Białymstoku. Zasadził 10 tys. zł więcej, niż sąd pierwszej instancji. Wobec strażnika od 2013 do 2018 roku wszczynane były bezzasadne postępowania dyscyplinarne, omijały go nagrody i pozbawiano go dodatków do wynagrodzenia.

MYŚL TYGODNIA

Gdzie władza nie ma wstydu, nie kieruje się praworządnością i uczciwością, tam nie jest bezpiecznie

Seneka Młodszy

Rosyjski samolot nad Łomżą



We wtorek, 1 marca, nad Łomżą przeleciał rosyjski samolot IL-76. Wyleciał z Moskwy, przez Białoruś wleciał na terytorium Polski, w rejonie Suwałk zmienił kurs i poleciał nad Łomżą i Krakowem w kierunku Słowacji. Wyładował w Bratysławie. Choć

obowiązuje zakaz lotów dla samolotów z Rosji, mógł to zrobić. Dlaczego, wyjaśnił Urząd Lotnictwa Cywilnego: lot z Rosji przez Polskę uzyskał stosowne zgody na prośbę Słowacji, której dostarczył paliwo jądrowe dla elektrowni. Fot. Flightrader

Nie publikuj takich zdjęć



„W najbliższym czasie przez Polskę mogą przemieszczać się transporty z pomocą wojskową dla Ukrainy. Jeśli nie chcesz pomagać Rosji, nie publikuj ich zdjęć”, ostrzega były wiceminister obrony narodowej gen. Waldemar Skrzypczak. Dlaczego?

– Takie zdjęcia pokażą, jaki sprzęt idzie, którego jest transportowany i czas, kiedy to nastąpiło. Rosjanie będą mieli wszystkie informacje. To może im ułatwić niszczenie tych transportów już na terenie Ukrainy – wyjaśnia generał.

By zmniejszyć liczbę informacji dla rosyjskich sił, Google zrezygnowało z publikowania w swoich mapach informacji na temat natężenia ruchu drogowego. A Rosja dysponuje sporymi możliwościami pozyskiwania informacji w Internecie, również z mediów społecznościowych. Posiada także satelity, które potrafią ruch sprzętu wojskowego namierzyć, ale hakerzy z międzynarodowej grupy Anonymus potrafią takie satelity przynajmniej na jakiś czas zablokować, co uczynili i ogłosili w środę, 2 marca. (Zdjęcie ilustracyjne).

Znaki wojny 2022

■ Podczas 47 posiedzenia Sejmu posłowie głosowali uchwałę o solidarności z Ukrainą. „Za” głosowało 456 posłów, „przeciw” 1, poseł Konfederacji Grzegorz Braun.

■ Stany Zjednoczone zaraz po napaści Rosji na Ukrainę zaofiarowały gotowość ewakuacji prezydenta Ukrainy Wołodymyra Zełenskiego z Kijowa. Zełenski odpowiedział: „Tu trwa walka. Ja potrzebuję amunicji, nie podwózki”.

■ 98 000 mieszkańców Ukrainy przybyło do Polski od wtorku do środy, 2 marca rano. To siódmy dzień wojny. Od początku, czyli od czwartku, 24 lutego, Polska przyjęła ponad 450 000 uchodźców z Ukrainy, poinformował w środę wiceminister Paweł Szefernaker.

■ Były prezydent Ukrainy Petro Poroszenko (2014 – 2019) z grupą uzbrojonych mieszkańców patroluje ulice Kijowa. W rozmowie z amerykańską stacją telewizyjną CNN powiedział, że chętnych do walki jest więcej, niż dostępnej broni. „Nie stoimy w kolejce po chleb, czy po pieniądze z bankomatu. Stoimy w kolejce po broń, stoimy w kolejce, by oddać krew dla naszych żołnierzy”, mówił w transmisji na żywo. Kiedy dziennikarz CNN zapytał, jaki ma plan działania, odrzekł: „A, to bardzo proste. To krótki kałasznikow”, po czym pokazał do kamery karabin dodając, że jego grupa uzbrojona jest m.in. w karabiny maszynowe.

■ Papież Franciszek wyraził wdzięczność Polakom za to, że jako pierwsi wsparli Ukrainę i otworzyli „swoje granice, swoje serca i drzwi swoich domów” dla uchodźców podczas śródowej audycji generalnej w Watykanie. Po tych słowach rozległy się brawa.

■ Mieszkające we Wrocławiu Ukraińki od początku wojny ulepiły tysiące pielmieni i pierogów. Za pieniądze z ich sprzedaży kupiły ambulans medyczny, który pojechał na Ukrainę.

■ Narodowcy i pseudokibice związani ze środowiskami narodowców licznie przybyli do Przemyśla „bronić Polaków przed obcokrajowcami”. Pobili troje obywateli Indii we wtorek, 1 marca wieczorem. Zaatakowali też uchodźców ukraińskich krzycząc, że mają „wypierdalać”. Do Przemyśla wysłane zostały dodatkowe siły policji.

W czwartek, 24 lutego nad ranem, Rosja zaatakowała Ukrainę. Człowieczeństwo, które wydobyło się już chwilę później z Polaków, może napawać dumą! Nie ma gminy, miasta, miasteczka w naszym województwie, w której władze, instytucje, stowarzyszenia, mieszkańcy nie organizują pomocy dla z Ukrainy!

Otwarte drzwi

„Obywatele Ukrainy, jeśli szukacie schronienia, moje drzwi są dla Was otwarte”, napisał na swoim profilu Kazimierz Śmiarowski, który w pobliżu Nowogrodu ma Chatę Kurpiowską.

I w Chacie są już Oleg z Łucka z żoną Larisą, teściową Marią, córką Lariną i jej synem oraz dwoje ich znajomych.

„Kochani... Posiadam wolny dom, jeżeli potrzeba dla uciekających z Ukrainy rodzin, to chętnie udostępnię, nakarmię...”, napisała na swojej stronie internetowej Wiedźma Biebrzańska, czyli przewodniczka po bagnistej krainie łosi Agnieszka Zach.

„Gdybym uciekała z moimi dziećmi z kraju ogarniętego wojną, gdzie wybuchają bomby i spadają pociski, to również bym chciała, żeby ktoś otworzył nam drzwi”, uzasadnia.

Do domu Wiedźmy Biebrzańskiej w Kuleszach (gm. Mońki) przyjechała matka z dzieckiem z Charkowa. Ojciec został, by walczyć o wolność.

Ucieczka przed bombami

„Dotarli do nas przerażeni tym, co dzieje się w ich ojczyźnie z powodu rosyjskiej agresji. Jak mówią, uciekają przed bombami Putina”,



Cierpienie

Z Ukrainy przed najeżdżącą uciekają codziennie setki tysięcy ludzi. Tylko Polska do środy, 2 marca, przyjęła ich ponad 450 000

mówi Maria Ancypiuk, fundatorka Fundacji „Mała Ojczyzna” z Michałowa, która przygotowała uchodźcom z Ukrainy jedno z mieszkań.

Pierwsza rodzina z miejscowości Perehińsko przybyła do Michałowa po południu w sobotę, 26 lutego. Z granicy przywiózł ją mieszkaniec gminy. To Diana z córką Aminą, Nadia i jej syn Maksym oraz Marian. Druga grupa, to siedem osób z miasta Kiwercze koło Łucka. Dotarli około 21.00.

To Alona z synem Nazarem, Ala, jej mąż Kostia oraz ich dzieci: Anton, Denis, Petro.

– Doświadczenie samorządu gminy Michałowo związane z pomocą humanitarną dla migrantów, przekraczających granice Polski i Białorusi wskazuje, że w obecnej sytuacji najważniejsze jest zakwaterowanie, opieka zdrowotna, edukacja dzieci, pomoc w załatwianiu spraw urzędowych – mówi burmistrz Marek Nazarko.

– Zdajemy sobie sprawę, że nie przyjechali do nas na chwilę, dlatego prosimy o wsparcie Fundacji. Trzy osoby z gminy już zgłosiły chęć przyjęcia do siebie kolejnych uchodźców – informuje Maria Ancypiuk.

(Konto Fundacji: 68 8060 00040554 9054 2000 0010 Bank Spółdzielczy w Białymstoku (Oddział w Michałowie), tytuł wpłaty: „Darowizna na pomoc uchodźcom”).

Co w życiu istotne

Słynny były reprezentant „Frankelowca bramek” i piłkarz Jagiellonii Białystok, dziś europoseł PO Tomasz Frankowski, w dniu napaści Rosji na Ukrainę powiedział: – Rosyjska inwazja na Ukrainę jest momentem, który każe nam się zastanowić, co jest w życiu rzeczywiście istotne. Działania Rosji powinny się spotkać z wyraźnym sprzeciwem nie tylko politycznym, ale i całej społeczności sportowej.

Tego samego dnia z grupą posłów do Parlamentu Europejskiego złożył wniosek do UEFA o przeniesienie finału Ligi Mistrzów, który miał się odbyć w Petersburgu.

Po tym głosie sprzeciwu poszły inne i nie tylko finał Ligi Mistrzów, ale praktycznie żadne międzynarodowe zawody sportowe w Rosji się długo nie odbędą.

Pieniądze na zabytki w łomżyńskim

Z Łomżyńskiego dofinansowanie 620 tys. zł przez urząd Podlaskiego Konserwatora Zabytków otrzyma 9 zabytków.

Najwięcej, 130 000 zł, trafi do parafii Kulesze Kościelne na remont konstrukcji północno-zachodniej wieży kościelnej i zmianę pokrycia dachowego w kościele parafialnym.

100 000 zł otrzyma Muzeum Przyrody w Drozdowie na wymianę dziewiętnastowiecznej części dworcowej połaci dachowej.

Kościół Rektoralny przy pl. Jana Pawła II w Łomży będzie miał 75 000 zł na elewację wieży północnej.

Na kontynuację konserwacji ołtarza głównego w kościele w Szczuczynie Podlaski Konserwator przekazał 60 000 zł.



Kościół w Wąsoszu z połowy XV w.

Bursa katolicka przy Seminarium Duchownym otrzyma 55 000 zł na remont klatki schodowej.

W gotyckim kościele z połowy XV w. w Wąsoszu za 50 000 zł zamontowane zostaną instalacje przeciwpożarowa i przeciwłamaniowa.

W zabytkowym kościele w Kramarzewie (gm. Radziłów) za 80 tys.

zł przeprowadzona zostanie konserwacja ambony.

Szkoły Katolickie otrzymają 40 000 zł na dalszy remont budynku przy ul. Sadowej 12. Najmniej otrzymał Klasztor Sióstr Benedyktyn, 30 000 zł, na wschodnią część elewacji poniżej cokołu.



Uciekający przed wojną zostaną w Łomży zakwaterowani w hostelu Miejskiego Ośrodka Sportu i Rekreacji. Schronienie może znaleźć 38 osób. Z danych ratusza wynika, że w Łomży przed atakiem na Ukrainę mieszkało 10 Ukraińców zameldowanych na pobyt stały i 71 na pobyt czasowy.

Mieszkańcy lub instytucje, które mają do zaoferowania nieodpłatne miejsca noclegowe proszeni są o zgłoszenie do Miejskiego Centrum Zarządzania Kryzysowego, tel. 86 2156722, mailowo mczk@um.lomza.pl z podaniem dokładnego adresu, liczby osób możliwych do przyjęcia oraz numeru kontaktowego.

Piątnica oddaje serce wygnanym!



Stu obywateli Ukrainy przyjmie gmina Piątnica, poinformował wójt gminy Artur Wierzbowski. Miejsca noclegowe, posiłki i rzeczy pierwszej potrzeby są przygotowane.

W Urzędzie Gminy mogą się zgłaszać chętni do przyjęcia uchodźców w swoim domu. Zgłoszenia u Agnieszki Filipkowskiej (tel. 662 328 616) lub na adres mailowy pomocdlaukraiiny@gminapiatnica.pl.

Urząd Gminy w Piątnicy zorganizował zbiórkę długoterminowej żywności (makaron, ryż, konserwy) i potrzebnych rzeczy. Pilnie potrzebne są: materace, łóżka polowe (kilkadziesiąt), koce, śpiwory (kilkaset), karimaty, środki opatrunkowe, środki higieniczne, pieluchy, leki przeciwbólowe i przeciwzapalne, opatrunki, leki uspokajające dla dzieci i dorosłych, rękawiczki jednorazowe, płyny do dezynfekcji ran, leki na zatrucia, odzież przeciwdeszczowa,

odzież ciepła oraz termiczna, ręczniki papierowe, świece, baterie, zapalniczki. Potrzebny jest też generator, który wytwarza energię elektryczną 160-200 kW – 1 i jest zasilany olejem napędowym.

Miejsca zbiórek to: Gminna Hala Sportowa w Piątnicy (ul. Szkolna 29, w godz. 8.00 – 22.00), Szkoły Podstawowe Gminy Piątnica w Piątnicy, Jeziorku, Drozdowie, Kisielnicy, Dobrzyjałowie, Rakowie-Boginiach, Olszynach (w godzinach pracy szkół), Urząd Gminy Piątnica (w godzinach pracy urzędu).

Urząd Gminy Piątnica organizuje także zbiórkę pieniędzy, za które zostaną kupione leki, materace, łóżka przenośne i inne niezbędne przedmiotów. Link do zbiórki: <https://zrzutka.pl/ky3emj>. Koordynatorką akcji Urzędu Gminy Piątnica jest Monika Orłowska, tel. 789 286 136 m.orlowska@gminapiatnica.pl.

Biuro Wysokiego Komisarza Narodów Zjednoczonych ds. Praw Człowieka (OHCHR) przekazuje, że z Ukrainy do państw ościennych: Polski, Słowacji, Węgry, Rumunii i Mołdawii w 6 dni uciekło około 660 tysięcy ludzi. Do Polski, według Straży Granicznej, trafiło ponad 370 tysięcy głównie kobiet i dzieci. Trudno oszacować, ile z tych osób przebywa w rejonie Łomży.

Prezydent Łomży zdecydował, że od 1 marca wszyscy obywatele Ukrainy na podstawie posiadanego paszportu lub innego dokumentu potwierdzającego obywatelstwo, mogą korzystać z bezpłatnych przejazdów środkami komunikacji miejskiej w granicach administracyjnych miasta Łomży.

Łomża uruchomiła Punkt Informacyjny w Hali Kultury na Starym Rynku od 2 marca w godz. 8.00 – 20.00 (w siedzibie Punktu Informacji Turystycznej) z pomocą dla uchodźców z Ukrainy. Można uzyskać informacje o procedurach administracyjnych związanych z rejestracją uchodźców, formach pomocy i dostępnych bezpłatnych miejscach noclegowych dla uchodźców.

REPORTAŻE ŚLUBNE TANIEJ NIŻ MYŚLISZ



foto gabs
digital

PRZYJDŹ SPRAWDŹ OBEJRZYJ

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

Fundusz Wsparcia dla samorządów

20 000 000 zł otrzyma 28 podlaskich miast i gmin z Funduszu Wsparcia, zdecydowali w poniedziałek, 28 lutego, radni samorządu wojewódzkiego.

Z Łomżyńskiego otrzyma 11 samorządów. Kolno 1,5 mln zł na przebudowę stadionu piłkarsko-lekkoatletycznego.

Wysokie Mazowieckie 1,4 mln zł na sieć wodociągową oraz kanalizację sanitarną od ul. Podlaskiej do ul. Ludowej.

Łomża 1mln zł na budowę sali sportowej przy Szkole Podstawowej nr 5.

Gmina Nowogród 900 tys. zł na przebudowę ulic w Nowogrodzie, prowadzących do Skansenu Kurpiowskiego.

Gmina Stawiski 800 tys. zł na przebudowę i rozbudowę drogi gminnej Jurzec Włosciański – Dobrzyjałowo.

Gmina Wizna 780 tys. zł na budowę sześciu dróg i oświetlenie w gminie.

Gmina Turośl 600 tys. zł na budowę dwóch dróg z przebudową dwóch mostów.

Gmina Czyżew 600 tys. zł na remonty szkół.

Gmina Rajgród 500 tys. zł na budowę świetlicy wiejskiej w Biebrzy.

Powiat zambrowski 450 tys. zł na wymianę windy i remont klatki schodowej w Szpitalu Powiatowym w Zambrowie.

Gmina Klukowo 400 tys. zł na montaż paneli fotowoltaicznych na budynkach użyteczności publicznej.



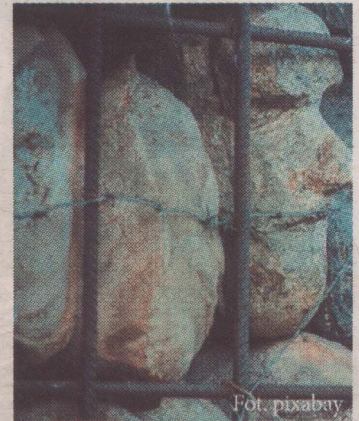
Fot. pixabay

Petycja do Parlamentu Europejskiego w sprawie więźniów politycznych na Białorusi Za kratami bez wyroku

– Nasze oczy zwrócone są dziś na Ukrainę, ale nie powinniśmy tracić wzroku z Białorusi. Stajemy dziś z przedstawicielami białoruskiej opozycji i rodzinami więźniów politycznych, by zwrócić uwagę opinii publicznej na sytuację tamtejszych więźniów sumienia – mówi wicemarszałek Sejmu RP Piotr Zgorzeliski (PSL).

Alaksander Łukaszenka brutalnie rozprawił się z demokratyczną opozycją. Również z naszymi rodakami.

– Na Białorusi jest ponad 1000 więźniów politycznych. Wśród nich mój ojciec, Uładzimir Mickiewicz, białoruski filozof, działacz społeczny. Od pół roku przetrzymywany jest bez wyroku. Od lutego rozpoczął protest głodowy. Żąda sprawiedliwego procesu – mówiła Nadzieja Luchanok.



Fot. pixabay

Wśród uwięzionych na Białorusi są nasi rodacy, w tym Andriej Poczubot i Andżelika Borys. Wzywamy Parlament Europejski do zdecydowanych kroków wobec reżimu Łukaszenki. PSL w petycji do Parlamentu Europejskiego domaga się podjęcia wszelkich możliwych kroków do zaprzestania represji i uwolnienia więźniów politycznych.

Szczepienia po praniu mózgów

Z pielęgniarką szczepienną z Przychodni w Szczuczynie ZOFIĄ KOMOSIŃSKĄ, rozmawia Barbara Paszkowska

Barbara Paszkowska: – Czy w czasie znoszenia obostrzeń covidowych, małej liczby zachorowań i łagodnego przebiegu, mają jeszcze sens szczepienia przeciwko tej chorobie?

Zofia Komosińska: – Tak, mają i należy się szczepić. W tej chwili wielu wierzy w każdą bzdurę, która pojawi się w internecie. Trzeba słuchać medyków i to takich, którzy mają świeżą wiedzę. Dużo czytam na temat szczepień, nie tylko z racji pracy w punkcie szczepień, ale też dlatego, aby móc przekazać pacjentom wiarygodne informacje. Słucham wywiadów ze znanymi wirusologami, którzy prowadzą badania, uczestniczą w konferencjach naukowych. Autorytetem jest dla mnie pochodzący ze Szczuczyna, pracujący w USA wirusolog dr Waldemar Nikliński. W jednym z wywiadów mówił, że trzecią dawką szczepionki szczepiła się cała jego rodzina. Szczepionki zapewniają łagodniejszy przebieg choroby. Pracowałam

na Oddziale Intensywnej Opieki Medycznej (OIOM). Widziałam cierpienie i śmierć ludzi chorujących na covid. Sama jestem w pełni zaszczepiona. Moja rodzina też.

– Jaka jest teraz frekwencja szczepień przeciwko covid-19?

– Poważnie spadła i jest bardzo niska. Do niedawna szczepiliśmy codziennie 30 osób. Obecnie szczepimy tylko jeden dzień w tygodniu. Nie wszyscy też, którzy wcześniej się zgłosili, stawiają się na szczepienie. Wówczas zapraszamy innych chętnych, by nie marnować dawek. Podejrzewam, że wzrost szczepień nastąpi jesienią, kiedy uderzy nowa fala epidemii. Bo, niestety, choroba ta pozostanie z nami na długo. Dla niektórych może to być zbyt późna decyzja.

– Czy pacjenci zgłaszali występowanie odczynów poszczepiennych?

– Nie było takich sytuacji. Żadnego przypadku. Niektórzy mylnie uznawali za odczyny poszcze-



Emanuel Kuczewski z Bzur szczepiony przez Zofię Komosińską

pienne ból ramienia lub kości, jakieś osłabienie, czy niewysoką gorączkę. Takie objawy są normalną reakcją organizmu na każdą szczepionkę.

– Co ze szczepieniem dzieci?

– Liczba szczepionych dzieci na covid drastycznie spadła, także na inne choroby. Wiele złego robi „pranie mózgu” przez Internet. Antyszczepionkowcy obwiniają skojarzone szczepionki o powodowanie autyzmu. Podanie jednorazowe

szczepionek „6 w 1” lub „5 w 1” jest najbezpieczniejszą opcją dla dziecka. Dowodzą tego najnowsze badania naukowe. Pracuję nie tylko przy szczepieniach, także w gabinecie zabiegowym i rejestracji w przychodni. Zauważyłam duży spadek autorytetu lekarzy. Dziś ludzie, zwłaszcza młodzi, przychodzą do przychodni z internetową wiedzą. Ze swoją gotową diagnozą po receptę na lekarstwa.

– Dziękuję za rozmowę.

POWIAT GRAJEWSKI

Milion dla sześćsetletniego dworku w Nieckowie



Milion złotych przekazuje Fundacja Most the Most na remont sześćsetletniego dworku w Nieckowie. Dwór zwyciężył w konkursie „Nasz zabytek”, organizowanym przez Fundację. Podpisanie umowy w środę, 2 marca, przez starostę grajewskiego Waldemara Remfelda i wicestarostę Tomasza Cebelińskiego z prezes Brygidą Sławską, uświetnił koncert zespołów Koła Gospodyń Wiejskich „Z Grodu Szczuków” ze Szczuczyna i „Kłosek” (na zdjęciu) z Zespołu Szkół w Nieckowie.

POWIAT KOLNEŃSKI

Złodziej znał „sprawę”

Łomżyńscy policjanci zatrzymali dwóch młodych ludzi na ulicy, bo twarz jednego wydała im się znajoma. Skąd? Z zapisu monitoringu w Szpitalu Wojewódzkim w Łomży, który zarejestrował kradzież ze szpitalnej skarbondki. Zapytany o to starszy (29 lat) powiedział policjantom, że „zna sprawę”. Dodał od razu, że idący z nim brat (26 lat) nie ma z tym nic wspólnego. Po przewiezieniu obu na komendę, okazało się, że policjanci z wydziału kryminalnego zatrzymali już współnika ze szpitala, mieszkańca (33 lat) powiatu kolneńskiego. W trakcie dalszych ustaleń policjanci ustalili, że ten spod Kolna i młodszy z braci odpowiedzialni są za włamanie do domu w Łomży. Wiedząc, że właściciela nie ma, prętem wyłamali drzwi wejściowe, weszli do środka i wynieśli narzędzia oraz części samochodowe, które potem sprzedali. Po nocy w policyjnym areszcie wszyscy trzej usłyszeli zarzuty kradzieży z włamaniem w różnych konfiguracjach: do szpitalnej skarbondki, do skarbondki i do domu.



Tradycja nie ginie! Ostatkowe spotkanie Koła Gospodyń Wiejskich w Szczuczynie. Na zdjęciu od lewej: Janina Grygoruk, Barbara Jankowska, Leszek Dembiński, Helena Nagórska, Helena Szpatkowska, Barbara Paszowska i Władysław Szymanowski.

Ostatki to znaczy ostatnie dni karnawału, zaczynające się w tłusty czwartek, a kończące się zawsze we wtorek, zwany „śledzikiem”. Następny dzień, Środa Popielcowa, oznacza początek wielkiego postu. W ostatki urządza się ostatnie huczne zabawy przed nadchodzącym okresem wstrzemięźliwości.

Odwołane zapusty



Jednocząc się z walczącą Ukrainą, gmina Radziłów odwołała w tym roku słynne w regionie Zapusty z Ziabelą i Janem w rolach głównych.

Emerytura strażaka

Zastępca Komendanta Powiatowego Państwowej Straży Pożarnej w Grajewie mł. bryg. Arkadiusz Lichota po 32 latach służby w straży pożarnej, odszedł na emeryturę.

Dzień Kobiet z koncertem w Rudzie

Na Gminny Dzień Kobiet z koncertem Aleksandry i Daniela Szejdy zaprasza Biblioteka Publiczna Gminy Grajewo 8 marca (godz. 18.00), do Baru Stara Kuźnia w Rudzie.

Igła i nitką malowane

Na otwarcie wystawy pt. „Igła i nitką malowane” Alicji Januszczak zaprasza Centrum Kultury w Szczuczynie w piątek 4 marca, godz. 15.00.

Obsługa NFZ bliżej ludzi



Sale Obsługi Klientów w siedzibie oraz Delegaturach Podlaskiego Oddziału Wojewódzkiego NFZ od 28 lutego funkcjonują w pełnym zakresie: w Białymstoku przy ul. Pałacowej 3, w Łomży przy ul. Piłsudskiego 11A; w Siemiatyczach przy ul. 11 Listopada 26 od poniedziałku do piątku od 8.00 do 16.00.

Zbiórki dla Ukrainy w Kolnie i Stawiskach

Mieszkańcy Kolna bardzo szybko odpowiedzieli na apel burmistrza Andrzeja Dudy, by wspomóc ludność ukraińską. Przynosić niezbędne rzeczy mogą do piątku, 4 marca (godz. 7.30–15.30) do Urzędu Miasta (pokój nr 3). Kwesty prowadzone są też w Szkołach Podstawowych nr 1 i nr 2 oraz w MOPS w Kolnie. W Stawiskach zbiórki organizują Szkoła Podstawowa i Filia SP w Jurcu. Ponadto wszyscy mogą składać dary w Kaplicy św. Fortunata codziennie po porannej Mszy do godz. 9.00, a w niedzielę po każdej Mszy.



Nie straszmy dzieci

W piątek, drugiego dnia wojny, syn wrócił ze szkoły i od razu prosił, żebyśmy poszli do sklepu i kupili mąkę. Wyjaśnił mi, że tak mówiła pani w szkole. Proszę, nie straszmy dzieci. One słuchają telewizji, oglądają wiadomości w internecie. Wiedzą o wojnie. Są przestraszone. Trzeba je uspokajać, a nie budzić panikę i wywoływać dodatkowy strach.

Joanna K.
(nazwisko do wiadomości redakcji)
Łomża

Spowiedź

Ja, Panie Boże, grzeszę w kratkę
Raz mówię prawdę,
to żyje fałszem
Potem żałuję i znowu grzeszę
Ludzie mi wierzą,
bo muszą przecież
Komu jak komu
nie wierzyć poecie.

Janusz Klesza
Zambrów

Skrajna głupota gazet

Wziąłem do ręki białostocką „Gazetę Współczesną” i aż mną zatrzęsło, gdy zobaczyłem artykuł „Zniszczenia po bombie nuklearnej. Jak wyglądałyby Białystok, Łomża i Suwałki gdyby spadły na nie bomby nuklearne (Symulacje). Zilustrowane to było zdjęciem ognia i dymu. Rzuciłem gazetę, choć miałem ją kupić. W domu zająłem w Internet. Okazało się, że taki sam tekst zamieścił białostocki „Kurier Poranny”. Oba tytuły stały się niedawno własnością państwowego Orłenu. Trochę do mnie dochodziło, że wyrzucono z nich profesjonalnych redaktorów i na ich miejsce przyszyli (jak choćby zastępczyni redaktora naczelnego w obu gazetach) „mierni, bierni ale wierni” i gazety stały się tubą

PiS. Po tym, co zobaczyłem we wtorek widać, że naprawdę skrajną głupotę i nieodpowiedzialność. Chyba im ktoś to powiedział, bo gdy w środę zająłem na strony internetowe obu gazet, zamiast artykułu o bombie nuklearnej, niszczącej Łomżę, przeczytałem baner „Niestety, strona o tym adresie nie istnieje. Na naszej stronie, tak jak i w mieście, czasem można się zgubić. Mamy inne interesujące Cię treści”. Zdjęli tekst i wmawiają mi, że się na ich stronie zgubiłem, czyli robią ze mnie półgłówek. Nie chcę już tego nawet komentować.

Wiktor Dmowski
Łomża

Zgłoś twórcę ludowego do nagrody

Nagroda im. Oskara Kolberga, to najstarsze i najważniejsze wyróżnienie w dziedzinie kultury tradycyjnej w Polsce przyznawane przez Ministra Kultury i Dziedzictwa Narodowego. Patronem nagrody ustanowionej w 1974 roku jest Oskar Kolberg, polski etnograf, folklorysta i kompozytor. W tym roku kandydatów do nagrody można zgłaszać do 30 marca w siedmiu kategoriach: twórcy sztuki i rękodzieła ludowego, muzyki, tańca, śpiewu oraz budowy instrumentów ludowych; mistrzowie tradycji; pisarze i poeci ludowi; kapele ludowe; zespoły folklorystyczne; badacze, naukowcy, regionaliści, działacze społeczno-kulturalni, popularyzatorzy kultury ludowej plus nagroda honorowa dla instytucji i organizacji działających na rzecz kultury ludowej.

Zgłaszać kandydatów mogą instytucje kultury i nauki (w tym uczelnie wyższe i instytuty PAN), organy administracji rządowej, jednostki samorządu terytorialnego oraz organizacje pozarządowe działające w sferze kultury. Doku-

menty należy przysłać do 30 marca 2022 roku (decyduje data stempla pocztowego) pocztą tradycyjną na adres: Muzeum im. Oskara Kolberga w Przysusze, Al. Jana Pawła II /11, 26-400 Przysucha.

Przyznany zostanie także honorowy tytuł Ambasadora Kultury Tradycyjnej, czyli wyróżnienie dla samorządowca, który w ostatnim roku w szczególności sposób wspierał rozwój kultury tradycyjnej w swoim regionie. Zgłoszenia do tej nagrody należy nadsyłać do 30 marca 2022 roku wyłącznie drogą elektroniczną przez wypełnienie formularza dostępnego pod adresem: <https://forms.office.com/r/G8pj1HYzQL>. Zgłoszenie powinno zawierać dane kandydata, uzasadnienie kandydatury (maks. 4000 znaków), a także dane osoby zgłaszającej.

Regulamin oraz dokumenty niezbędne do zgłoszenia kandydatur w tegorocznej edycji Nagrody im. Oskara Kolberga „Za zasługi dla kultury ludowej” i więcej informacji o nagrodzie można znaleźć na stronie internetowej: www.nagrodakolberg.pl. Kontakt: Agnieszka Zarychta-Wójcicka: agnieszka.zarychta-wojcicka@muzeum-radom.pl, tel. 48 675 22 48.

Agata Szymczak
Narodowy Instytut
Muzyki i Tańca
Warszawa

Słów kilka od Ambasadorki

Zaszczytnym tytułem „Ambasador Zambrowa” zostałam uhonorowana 19 lutego, w czasie uroczystej gali wręczania pierwszej edycji nagród burmistrza Zambrowa Kazimierza Dąbrowskiego „Zasłużony dla Miasta Zambrow”. To nagroda przyznawana szczególnie zasłużonym za całokształt działalności.

Jest to wielkie wyróżnienie nie tylko dla mnie, ale także, a może przede wszystkim, dla całego grona pracowników i członków Stowarzyszenia Szansa. Dowód na to, że jesteśmy widziani w środowisku i doceniani

za naszą pracę. Dla nas ta honorowa nagroda jest wielkim długiem wdzięczności wobec całego społeczeństwa. Oby starczyło nam czasu na jego spłacenie...

Pragnę nadmienić, że pracownikami Stowarzyszenia są osoby z niepełnosprawnością w stopniu znacznym ze względu na wzrok, a w pracy biurowej wspomaga nas wolontariuszka.

Dziękujemy Panu Burmistrzowi za to szczególne wyróżnienie, które dla nas jest wyrazem doceniania naszej pracy. Jednocześnie dziękujemy sponsorom, darczyńcom i wszystkim tym, którzy rozumieją nasze starania oraz problemy i wspierają nas słowem, pracą i pieniędzmi, dzięki czemu możemy realizować nasze cele statutowe. Za owocną i miłą współpracę dziękujemy organizacjom pozarządowym w mieście, gminie i powiecie, Centrum Kultury, Bursie Szkolnej nr 1 oraz placówkom oświatowym.

Drogie Koleżanki i Koledzy, Seniorzy i osoby z niepełnosprawnością!

Warto żyć, pracować i pomagać innym w myśl słów Jana Pawła II „Człowiek tyle jest wart, ile może dać drugiemu człowiekowi”. Wychodźcie z domu, szukajcie kontaktu z innymi, korzystajcie z proponowanych rozrywek, bierzcie udział w programach oferowanych przez wspieranych przez burmistrza organizacji: Uniwersytet Trzeciego Wieku, Klub Seniora, „Człowiek nie wiek”, Ośrodek Dziennego Pobytu, Związek Emerytów i Rencistów, ale najczęściej przychodźcie do Szansy! Na kawę (bez kawy), na herbatę (bez herbaty), wodę też swoją mamy, żeby móc wspólnie spędzać czas, rozmawiać, zostawić swoje „choroby” i problemy w domu.

Teresa Szumowska
prezes Stowarzyszenia Szansa
Zambrów

(Od redakcji: o laureatach Nagrody Burmistrza Zambrowa Kazimierza Dąbrowskiego pisaliśmy w poprzednim numerze „Kontaktów”, nr 8/2046).



POWIAT WYSOKOMAZOWIECKI

Wrócił z Polski na Ukrainę, wysadził most i zginął

Cały świat usłyszał o Witaliju Skakunie, gdy wysadził most na Ukrainie, poświęcając swoje życie dla ojczyzny. Niewiele wie natomiast, że zanim został żołnierzem, ciężko pracował na budowie w Polsce.

– U nas jest wielu Ukraińców, ale on był wyjątkowy. Był bardzo zaangażowany. Ledwie skończył jedną robotę, już pytał, co następne jest do zrobienia. Pamiętam jego dziecięcą twarz... – opowiada Adam, jego były szef.

Witali był ukraińskim inżynierem. Chociaż miał wyższe wykształcenie, pracował na budowie, żeby zarobić. Spędził w Polsce zaledwie 6 miesięcy, zostawił tu wielu przyjaciół. Tak, jak my wszyscy, na pewno nie chciał wojny, ale wojna przyszła do niego.

Witali urodził się w Brzeżanach. Był saperem w 35 Brygadzie Piechoty Morskiej im. Michaiła Ostrogradskiego. Zgłosił się na ochotnika, gdy trzeba było wysadzić most w Geniczsku w południowo-wschodniej Ukrainie, aby zatrzymać kolum-



Witalij i wysadzony most, na którym zginął

nę czołgów rosyjskich. Gdy Witalij był na miejscu, okazało się, że nie ma czasu na zaminowanie mostu i zdalne zdetonowanie go, bo wojska Putina były zbyt blisko. Zdążył

zadzwonić jeszcze do swojej bazy i powiedzieć, że nie da rady uciec przed wybuchem, że już nie wróci.

– Trzeba mieć coś wyjątkowego w sobie, żeby coś takiego zro-

bić. Gdy usłyszałem, co się stało, to ciarki przeszły mi po całym ciele. Bardzo żal mi Witalija. To prawdziwy bohater swojego kraju i tej wojny – mówi Adam.

POWIAT ZAMBROWSKI

Olga i Valeria z Ukrainy bezpieczne w Rutkach



Olga, Valeria i ich brat piłkarz GKS Rutki Kola, z wójtem gminy Dariuszem Modzelewskim

Olę i Valerię, siostry piłkarza GKS Rutki Koli Fedorchuka z Młynowa (region Rivne) na Ukrainie przyjął do swojego domu Andrzej Staniszewski z Rutek.

Z Ukrainkami spotkał się wójt gminy Dariusz Modzelewski.

– Nasz samorząd za pośrednictwem Koli planuje nawiązać współpracę z samorządem Młynowa, by określić rodzaj i formę pomocy, jaka potrzebna jest jego mieszkańcom. Jesteśmy również gotowi odebrać z granicy i przetransportować do naszej gminy pocho-

dzących z Młynowa uchodźców wojennych, znaleźć im zakwaterowanie, pomóc w formalnościach rejestracyjnych i udzielić wszelkiej koniecznej pomocy na czas pobytu w naszej gminie, powiedział wójt. Gmina przygotowała dwadzieścia tymczasowych miejsc pobytu dla uchodźców w remizie OSP. Lokalne firmy zgłaszają się z pomocą.

Mieszkańcy gminy, którzy chcą przyjąć do swoich domów poszkodowanych w wojnie, proszeni są o kontakt z Urzędem Gminy w Rutkach, tel. 86 276 31 61.

Koncert dla pań



Wójt gminy Szumowo Jarosław Cukierman i dyrektor Gminnego Ośrodka Kultury zapraszają panie z gminy z okazji Dnia Kobiet na koncert Mariusza Chorożego z zespołem Lejla i słodki poczęstunek do GOK w sobotę, 12 marca (godz. 19.00).

Sztandar dla policji

Wicestarosta zambrowski Jacek Murawski jest przewodniczącym Społecznego Komitetu Fundatorów Sztandaru dla Komendy Powiatowej Policji w Zambrowie. Komitet tworzą burmistrz Zambrowa Kazimierz Dąbrowski oraz wójtowie gmin Zambrow Jarosław Kos, Szumowo Jarosław Cukierman, Rutki-Kossaki Dariusz Modzelewski, Kołaki Kościelne Sylwester Jaworowski.

Pieniądze można wpłacać na konto Towarzystwo Przyjaciół Ziemi Szumowskiej, nr 66 8770 0004 0003 2203 2000 0010 z dopiskiem Sztandar dla Komendy Powiatowej Policji w Zambrowie.

Zmienili swoje życie. Dla zdrowia Ewa i Waldemar Franczukowie spod Warszawy przeprowadzili się do Kozarzy koło Ciechanowca i tu tłoczą olej

1.

Wydarzeniem, które zdecydowało o wyprowadzce spod stolicy była choroba Waldemara. Nagle z dnia na dzień, okazało się, że musi poddać się pilnej operacji, by uratować życie.

– To był nowotwór. Wtedy naprawdę zrozumiałem, jak ważne i kruche jest zdrowie, że należy o nie dbać, bo szybko można je stracić. Wiedziałem, że powinienem zmienić nawyki, dietę, tak też się stało – opowiada.

W ich domu przestał gościć gluten, czerwone mięso, produkty wysoko przetworzone. Pojawiły oleje tłoczone tradycyjnie, na zimno.

– Początkowo kupowaliśmy je od znajomego, który miał olejarnię. Potem próbowaliśmy z innych źródeł, szukając idealnego smaku, połączonego z wartościami odżywczymi. Ale kiedy zapadła decyzja, że przeprowadzamy się do Kozarzy, gdzie od lat spędzaliśmy wakacje i gdzie była ziemia odziedziczona po moich rodzicach, zaczęliśmy się zastanawiać, czy nie rozpocząć tłoczenia olejów na własne potrzeby – mówi Ewa.

Miejsce po temu było: przestronna, jasna piwnica, którą szybko można było przerobić na tłocznię. Potrzebne było ziarno, prasa i wiedza.

– Prasę kupiliśmy od znajomego, który też tłoczy oleje. On mnie także przeszkolił. Czytaliśmy dużo i próbowaliśmy krok po kroku znaleźć idealny sposób tłoczenia, idealną temperaturę, a wreszcie smak oleju – opowiada Waldemar.

Prasa, stojąca dziś w Domowej Olejarni, może jednorazowo przerobić 50 kilogramów ziarna. Trzeba bardzo uważać na temperaturę, by nie była zbyt wysoka, bo wówczas olej traci na wartości i robi się gorzki. Ziarno do tłoczenia pochodzi w większości z własnych upraw na swoim polu.

– Uprawiamy len, rzepak i ostropest, a w tym roku chcemy zasiać dynię, by tłoczyć olej dyniowy. Konopie i czarnuszkę kupujemy – mówi Ewa.



Ewa i Waldemar Franczukowie z Kozarzy. Fot. Autorka

2.

Pomysł tłoczenia na własne potrzeby przerodził się w działalność w ramach Rolniczego Handlu Detalicznego. Pierwsze oleje sprzedali pod koniec 2019 r. Waldemar pokazuje zeszyt prowadzony od początku działalności. Pod datą 20 grudnia 2019 r. informacja o pierwszej sprzedaży: dwa oleje lniane i dwa rzepakowe.

– Lniany jest najbardziej uniwersalny. To świetny przewodnik witamin, można go dodawać zarówno do owoców, twarogu, ale też do kapusty kiszzonej. Z kolei w oleju rzepakowym jest najwięcej witaminy E! To naturalny antyoksydant – wyjaśnia Ewa.

O jakości ziaren, a co za tym idzie swoich olejów, mogą opowiadać długo. O tym, jak eksperymentują i mieszają odmiany, na przykład, lnu, szafiru i złocistego, aby uzyskać wysokie wartości odżywcze i jednocześnie łagodny, delikatny smak. Jednak najważniejsze są dwie rzeczy: o swoje ziarno dbają i nie stosują w ich uprawie glifosatu (przyspiesza przedźniwne suszenie zboża – dop. Red), bo dbając o zdrowie, są swoimi najlepszymi klientami.

– Regularnie, wręcz codziennie, piję oleje wytłoczone z naszych ziaren. A przecież same-

mu sobie nie sypałbym chemii. I mam świetne wyniki: obniżyłem sobie cukier i cholesterol! – ujawnia Waldemar.

3.

Najpopularniejszym spośród produkowanych w Kozarzach olejów jest ten z czarnuszki. Tłoczony z ziaren indonezyjskich ma wysoką zawartość substancji działających przeciwgrzybicznie i antywirusowo. Polecany jest też alergikom zarówno wewnątrz, jak i zewnątrz, do smarowania.

– Ma charakterystyczny ostry zapach i smak, jednak jego działanie jest naprawdę potężne – zapewnia pan Waldemar.

Ewa potwierdza: – Pandemia sprawiła, że olej z czarnuszki wyprzedził lniany. Jego antywirusowa moc przyciąga klientów. Ludzie są coraz bardziej świadomi tego, co powinni jeść i jak dbać o zdrowie.

Myśląc o zdrowiu, ale też o całkowitym wykorzystaniu surowca w duchu „zero waste”, Franczukowie postanowili przerabiać wytłoczyny, czyli pozostałości po tłoczeniu oleju.

– Lniane lubimy bardzo jako przekąski. Są chrupiące, świetnie pasują do sałatek, a nawet do owsianki. A te z konopii i czar-

nuszki zaczęliśmy mielić. I tym sposobem mamy mąkę. Robimy z niej ciastka, dodajemy do rozmaitych potraw.

Z nową pozycją w ich asortymencie wiążą się także plany rozwoju Domowej Olejarni. Kupno dwóch nowych, mniejszych pras do oleju, w których łatwiej będzie można utrzymać niższą temperaturę podczas tłoczenia. Nowe witryny na ekspozycję butelek. Młynek do mielenia wytłoczyn.

– To nasz pomysł na życie. Zawsze byliśmy ciekawi świata, nowych wyzwań, a jak się tu przeprowadziliśmy, nie chcieliśmy siedzieć z założonymi rękami. Tak powstała Domowa Olejarnia. Rodzina też nam pomaga, wspiera, a nasza synowa wymyśliła i zaprojektowała nam logo i wszystkie etykiety! – chwali się Ewa.

4.

Oleje Domowej Olejarni można kupić bezpośrednio w gospodarstwie po uprzednim kontakcie telefonicznym, zamówieniem na Facebooku lub w sklepach ze zdrową żywnością, a także w Centrum Produktu Lokalnego „Zagubek” w Drohiczynie. (Źródło: Podlaskie Centrum Produktu Lokalnego).

URSZULA ARTER

Cele i język „strażników (cudzej) moralności” nie zmieniają się od 100 lat!

„W przytułku zgorzenia”



Ja się boję sama spać
Nie wiem dlaczego
Ja się boję sama spać
No cóż w tym złego.
Choć mam pokoik
i łóżeczko własne
W nim poduszek moc
Gdy jestem sama to nie zasnę
Przez calutką noc.

Teatrzyk Qui Pro Quo z rewio-
wym programem „Ja się boję sama
spać”, po sukcesie w Warszawie wy-
stępował w Łomży i Białymstoku.
Humorystyczny i na ówczesne cza-
sy śmiały tekst piosenki bawił pu-
bliczność. Budził też wielki sprzeciw.

W listopadzie 1925 r. protestowały
przeciw niemu łomżyńskie organiza-
cje: Patronat Stowarzyszeń Młodzie-

ży Polskiej, Związek Stowarzyszeń
Młodzieży Polskiej, Stowarzyszenie
Robotniczo-Chrześcijańskie i Kato-
licki Związek Polek. Wspólny protest
opublikował tygodnik „Życie i Praca”:

„Jesteśmy świadkami, jak pewne
czynniki naszego miasta przeszczepiają
na grunt łomżyński zarazki
moralnej zgnilizny wielkomiejskiej.
Widzimy to w kinach łomżyńskich,
a w ostatnich czasach na czoło tych
gorszycieli moralnych wysunęły się
zespoły artystów teatrów warszaw-
skich na scenie miejscowego teatru
>Reduta<. Czego się nie robi, jak-
ich środków się nie używa, by ściga-
nąć tłumy i zapewnić szkodliwemu
przedsiębiorstwu powodzenie. Sztu-
ki wystawia się niemoralne, tło mo-

że odpowiednie egzotycznej Afryce...
Afisze reflektując ten brud z całym
cynizmem i perfidią natrzęsają się
z moralności i przyzwoitości etyki
chrześcijańskiej. „Bez koszulki”, „Ja
się boję sama spać” itd. Jakby błotem
rynsztokowym uderzają każdego. (...)
Oburzeni do głębi tą ślepotą wystę-
pujemy w obronie czystości i zdrowia
moralnego naszego polskiego naro-
du (...) Potępiamy z całą stanowczo-
ścią tę ohydłą gorszycielską robotę.
Potępiamy sam fakt wynajmowania
lokali na przytułek zgorzenia. Po-
tępiamy tendencyjne i systematycz-
ne poniżanie kobiety”.

Po proteście, napisanym szcze-
gólnie wyszukany językiem, moż-
na było tylko zanuć:

„Lecz mam jedną wadę
Że kiedy spać się kładę
Okropny jakiś strach
nawiedza mnie”.

Jeden z największych szlagierów
okresu międzywojennego „Ja się bo-
ję sama spać” śpiewała legendarna
Zula Pogorzelska (muzyka Jerzy Pe-
tersburski, słowa Andrzej Włast).

MARIA TOCKA

(O ciekawych wydarzeniach
z międzywojennej Łomży i regio-
nu, bohaterach, romansach, proce-
sach, konfliktach, można przeczy-
tać w książce „Łomżyńskie historie
prawdziwe. Ludzie, miejsca, zdarze-
nia”, wydanej przez „Kontakty”. Do
nabycia w redakcji: Łomża, al. Le-
gionów 7, tel. 86 216 42 43).

Wszyscy na pomoc Ukrainie!

1.

„Zbiórka pieniędzy, a następnie
zakup konkretnych i niezbędnych
artykułów, to najefektywniejsza
forma pomocy”, uważa burmistrz
Szczuczyna Artur Kuczyński, który
koordynuje utworzoną przez siebie
Samorządową Koalicją na Rzecz Po-
mocy Ukrainie. Do Koalicji przyłą-
czyły się gminy Brańsk, Mońki, Raj-
gród, Radziłów, Wąsosz, Grajewo,
Trzciannę oraz starostwo powiatowe
w Grajewie. Pomocą objęte będą
partnerskie miasta Kovel i Równe.

2 290 zł zebrali spontanicznie
mieszkańcy Będkowa z sołtysem
Karolem Zyskowskim.

Strażacy OSP z gminy Szczu-
czyn przekazali sprzęt (hełmy,

8 węży, 2 prądownice, motopom-
pę) i 9 kompletów ubrań specjal-
nych wartości 100 tys. zł.

Do Urzędu Miejskiego
w godz. 8.30 – 20.00 można
przynieść: karimaty, materace,
śpiwory, koce, latarki, baterie, po-
wərbanki, papier toaletowy,
ręczniki, mydło.

Pieniądze można wpła-
cać na konto Banku
Spółdzielczego
w Szczuczynie:

22 8768 0003 0000 0387
2000 0040 z dopiskiem „Pomoc
Ukrainie”.

2.

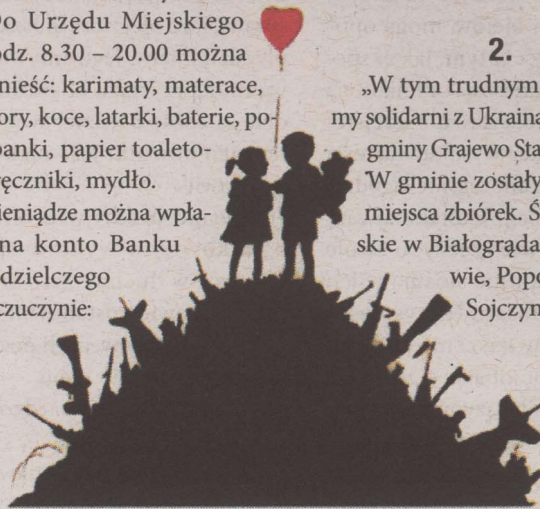
„W tym trudnym czasie bądź-
my solidarni z Ukrainą”, apeluje wójt
gminy Grajewo Stanisław Szleter.
W gminie zostały wyznaczone
miejsca zbiórek. Świetlice wie-
skie w Białogładach, Białasze-
wie, Popowie, Rudzie,
Sojczynie Borowym,

Wierzbowie i Wojewodzinie. Szko-
ły w Białaszewie, Wierzbowie i Da-
nówku oraz Urząd Gminy Grajewo.

Dary rzeczowe dla Ukrainy (tyl-
ko nowe rzeczy): ręczniki, koce, po-
ściel, materace, łóżka polowe, śpiwo-
ry oraz apteczki pierwszej pomocy,
można składać w Urzędzie Miasta
w Grajewie i wszystkich szkołach
w mieście w ich godzinach pracy.

3.

Dary dla Ukrainy można skła-
dać w Gminny Ośrodek Kultury
i Sportu w Wąsoszu oraz w szkołach
w Wąsoszu, Sulewie-Kownatach,
Ławsku i Niecikach. Zebrane rzeczy
zostaną przetransportowane do ma-
gazynu powiatowego w Grajewie.



Piłsudski przeszedł w Łomży na ewangelicyzm i wziął ślub pod Szumowem!

Historia w miłosnym trójkącie



Piękna Dama, dla której Piłsudski zmienił wyznanie. Józef Piłsudski w roku 1899, w którym w Paproci Dużej poślubił Piękną Damę

1.

24 maja 1899 roku pastor Kacper Mikulski spisał w Łomży akt przejścia Józefa Piłsudskiego z wyznania rzymsko-katolickiego na ewangelicko-augsburskie.

W lipcu 1899 roku w kościele ewangelickim w Paproci Dużej (gmina Szumowo) przyszły Naczelnik odrodzonej Polski poślubił starszą od siebie dwa lata rozwódkę Marię Juszkiewiczową wyznania ewangelickiego. Zmienił wyznanie, by ją poślubić...

Roman Dmowski, członek polskiej delegacji na konferencję pokojową w Wersalu (1919 r.), sygnatariusz Traktatu Wersalskiego, sankcjonującego niepodległość Polski, ideolog Narodowej Demokracji, w styczniu 1939 roku zakończył w stanie kawalerskim swój żywot w domu przyjaciół Lutosławskich w Drozdowie.

Dlaczego nigdy się nie ożenił? Wielu historyków wiąże ten fakt właśnie z nietypowym ożenkiem Marszałka.

2.

W roku 1892 Roman Dmowski był świeżo upieczonym doktorem

nauk przyrodniczych Uniwersytetu Warszawskiego. Za działalność wyrotową w tajnych organizacjach narodowych został skazany przez władze carskie na przymusowe osiedlenie w Mitawie koło Rygi. Stamtąd często przyjeżdżał do Wilna, gdzie w salonach brylowała, również wydalona z Warszawy (za antycarską działalność w PPS) młoda rozwódka Maria Juszkiewicz. Była kobietą o fascynującej osobowości i zjawiskowej urodzie. W konspiracji zwano ją Piękną Damą. Jak twierdzą niektórzy historycy, na przykład Władysław Pobóg-Malinowski, młody Dmowski zakochał się w niej bez pamięci. Według Romana Giertycha, Dmowski miał zwierzyć się jego dziadkowi Jędrzejowi (1903 – 1992), że miał romans z Marią Juszkiewicz.

W roku 1892 w Wilnie i salonie Marii Juszkiewicz pojawił się też Józef Piłsudski, owiany nimbem pięcioletniej syberyjskiej zsyłki. Od tego momentu Piękna Dama dzieliła swoje względy między tych dwóch mężczyzn. Ostatecznie romantyczny i zabójczo przystojny uwodziciel, „panicz Ziuk”, wywierający na ko-

bietach piorunujące wrażenie, wygrał z intelektualistą Dmowskim.

3.

Córki Wincentego Lutosławskiego z Drozdowa, wielkiego przyjaciela Romana Dmowskiego, Zofia i Maria Lutosławskie pisały, że „pan Roman” opowiadał im o swojej miłości w Paryżu w roku 1890 do Zofii Kossowskiej. Tłumaczył im, że dzięki temu niespełnionemu uczuci zrozumiał, iż każda miłość przemija i właściwie uczucie to jest mocno przereklamowane. Mówił też, że jako „rasowy polityk”, musiał być w każdej chwili przygotowany na uwięzienie przez władze carskie, więc nie może założyć rodziny. O Piękną Damę nigdy nie wspominał ani słowem.

Czy dlatego, że całe życie pozostał wierny temu uczuciu i cierpiał z powodu odrzucenia?

4.

Piękna Dama rychło się przekonała, jak fatalnie wybrała. Wkrótce po ślubie z tropionym przez carską policję Józefem Piłsudskim trafiła do więzienia. Choć z poświęceniem towarzyszyła mu w jego

burzliwym życiu bojowca PPS, Piłsudski szybko rzucił ją dla innej. W 1907 roku w Kijowie, podczas planowania włamania do banku, które miało rozwiązać finansowe problemy organizacji bojowej PPS, rozkwitł jego romans z „towarzystką Olą”, czyli pochodzącą z Suwałk działaczką PPS Aleksandrą Szczerbińską. Żyjąc wiele lat w wolnym związku, doczekali się córek Wandy i Jadwigi. Ziuk wrócił na łono kościoła rzymskiego. Poślubił „towarzystkę Olę” dopiero w roku 1921, po śmierci Piękną Damę.

5.

Piłsudski i Dmowski reprezentowali dwa bieguny myśli niepodległościowej i polskiej racji stanu okresu międzywojennego. Ale istniejąca między nimi niechęć nie była tylko niechęcią ludzi o diametralnie różnych poglądach. Było w niej coś więcej. Coś z osobistej zaciekleści mężczyzn, konkurujących o jedną kobietę? Czy gdyby na swojej drodze nie spotkali Piękną Damę, historia międzywojennej Polski potoczyłaby się inaczej?

MARIA KUNIKOWSKA

Ogłoszenie w KONTAKTACH

już za dzień!

Bez dodatku
za ekspres!

Nadaj ogłoszenie
w „Kontaktach”
w środę do godz. 12.00
Ukaże się już
w czwartek rano!

BUDOWNICTWO

PRODUCENT SIATKI
OGRODZENIOWEJ.

Bramy, słupki,
PANELE OGRODZENIOWE.
86/216 22 27, 604 231 333
www.siatki-stal.pl

(fak.0003/2022-o-i)

NIERUCHOMOŚCI

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

(fak/sms)

Łomża. Mieszkanie 70 m² + 50 m²
taras. Wysoki standard z pełnym
wyposażeniem, ogrzewanie
podłogowe, klimatyzacja, 590 tys. zł.
Możliwa zamiana na dom w Łomży.
Adres Porucznika Łagody 4c, obok
Biedronki i Kauflandu. Osiedle
zamknięte. Tel. 737 – 164 – 200

(fak/sms)

Prezydent Miasta Łomża

podaje do publicznej wia-
domości, że w jego siedzibie
w Łomży, przy ul. Stary Rynek
14, na tablicy ogłoszeń wy-
wieszony został wykaz loka-
li komunalnych przeznaczo-
nych do sprzedaży na rzecz
głównych najemców.

KOMUNIKAT

Burmistrz Miasta Zambrów

działając na podstawie art. 35 ust. 1 ustawy z dnia 21 sierpnia 1997 roku o gospodarce nieruchomościami (Dz. U. z 2021 r. poz. 1899 z późn. zm.) podaje do publicznej wiadomości, że na tablicy ogłoszeń w Urzędzie Miasta Zambrów przy ul. Fabrycznej 3 wywieszony zostały na okres 21 dni (od 28 lutego 2022 roku do 21 marca 2022 roku) wykaz:

1. Nieruchomości stanowiącej własność Miasta Zambrów położonej w Zambrowie przy ulicy Wisławy Szymborskiej o pow. 0,0622 ha obejmująca działki nr 549/3 o pow. 0,0585 ha, nr 536/6 o pow. 0,0035 ha i nr 537/4 o pow. 0,0002 ha, przeznaczonej do zbycia w drodze zamiany.

ODDAM

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

PRZYJMĘ

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

ROLNICTWO

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

(fak.0004/2022-o)

Kupię ziemię rolną, łąkę, las,
grunt po wyciętym lesie,
nieużytki, obojętnie gdzie
położone i obojętnie jaka ilość.
Płacę od 10 tys. zł do 100 tys. zł
za 1 ha. Tel. 737 – 164 – 200

(fak/sms)

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

(fak/sms)

Odkupię niepotrzebne Ci grunty
orne, łąkę, las, nieużytki itp.
Bez znaczenia gdzie położone.
Tel. 535 – 480 – 220 lub e-mail:
granit7775@wp.pl

(fak/sms)

Kupię każdy ciągnik, może być
do remontu, bez dokumentów
i te w bardzo dobrym stanie.
Tel. 506 – 260 – 749

(fak/sms)

Sprzedam beczkowóz niemiecki,
5 000 litrów. Cena 10 000 zł,
gmina Radziłów.
Tel. 508 – 761 – 298

(fak/sms)

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

(fak/sms)

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

(fak/sms)

TRANSPORT

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

(fak.0046/2021-o-i)

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

(fak.0071/2021-o-i)

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

plus kolorowy
magazyn
telewizyjny
w prenumeracie



wersja cyfrowa
dostępna na:

www.kontakty-tygodnik.com.pl



Chcesz zamieścić ogłoszenie lub reklamę w „Kontaktach”?

Zadzwoń, napisz

nasi przedstawiciele pomogą, doradzą:

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

kom. 506 448 884

redakcja@kontakty-tygodnik.com.pl

Wszystkie ogłoszenia i reklamy
zamieszczamy bez dodatkowej opłaty
na naszej stronie

www.kontakty-tygodnik.com.pl



OGŁOSZENIA BEZPŁATNE MOTORYZACYJNE

Sprzedam Mercedes, (2007),
2.2 diesel, stan bardzo dobry,
cena 32 000 zł do uzgodnienia,
tel. 503 – 862 – 612

(o/b)

Sprzedam przyczepę kempingową
Caravans B1, stan dobry,
zarejestrowana, cena do
uzgodnienia, tel. 501 – 227 – 256

(o/b)

Sprzedam Fiat Bravo, (2009), 1.9,
długie opony, klimatyzacja, diesel,
hak, nowe opony zimowe,
cena 10 000 zł do negocjacji,
tel. 690 – 505 – 963

(o/b)

Sprzedam Suzuki SX4, (2007),
1.9 diesel, ubezpieczenie i przegląd
na cały rok, nie ma żadnych
usterek, odgrzybiona klimatyzacja,
elektryczne lusterka,
cena 17 500 zł do negocjacji,
tel. 661 – 463 – 124

(o/b)

Sprzedam Audi A6 C6, (2005),
2.0 Tdi, 140 KM, przebieg
296 000 km, kolor czarny,
cena 16 800 zł do negocjacji,
tel. 505 – 273 – 301

(o/b)

Sprzedam Volkswagen Golf 3,
(1996), benzyna, lakier oryginalny,
stan bardzo dobry, cena 2 200 zł,
tel. 505 – 552 – 375

(o/b)

Sprzedam skuter, (2011),
cena 1 000 zł, tel. 573 – 987 – 852

(o/b)

Sprzedam Fiat Grande Punto,
(2019), auto sprowadzone, LPG,
wgnotka na nadkolu, przebieg
198 000 km, cena 7 000 zł do
negocjacji, tel. 506 – 913 – 057

(o/b)

Sprzedam Renault Scenic, (2004),
stan bardzo dobry, auto w ciągłej
eksploatacji, aktualne opłaty,
klimatyzacja, bez korozji,
cena 6 300 zł do negocjacji,
tel. 788 – 817 – 844

(o/b)

Sprzedam Daewoo Matiz, (2001),
stan dobry, ważne OC i przegląd,
zadbany środek, cena 2 200 zł do
negocjacji, tel. 511 – 393 – 819

(o/b)

Sprzedam Opel Astra G, (2003),
2.0, 101 KM, diesel, stan dobry,
klimatyzacja, ABS, centralny
zamek, radio, cena 3 000 zł,
tel. 506 – 267 – 378

(o/b)

Sprzedam Seat Toledo, (2007),
1.9 tdi, 105 KM, auto w dobrym
stanie, użytkowane na co dzień,
wszystkie opłaty aktualne,
cena 9 600 zł, tel. 512 – 576 – 250

(o/b)

Sprzedam Toyota Avensis, (2003),
2.0 D4D, zadbany i czysty środek,
diesel, przegląd do lipca, OC do
listopada, cena 7 500 zł do
negocjacji, tel. 798 – 400 – 556

(o/b)

Sprzedam Nissan Qashqai, (2010),
1.6 benzyna, 115 KM, w bardzo
dobrym stanie technicznym
i wizualnym, naprawy robione na
bieżąco, środek czysty i zadbany,
cena 38 500 zł do negocjacji,
tel. 691 – 645 – 754

(o/b)

Sprzedam Renault Senic 2, (2006),
1.5dci, 105 KM, drugi właściciel
w Polsce, klimatyzacja, tempomat,
aktualne opłaty, cena 7 000 zł do
negocjacji, tel. 698 – 807 – 877

(o/b)

Sprzedam Skoda Octavia 2, 1.9 tdi,
105 KM, diesel, ważne opłaty, bez
rdzy, przebieg 240 000 km,
cena 8 900 zł, tel. 530 – 430 – 101

(o/b)

Sprzedam Peugeot 206, (2002),
benzyna, przebieg 200 000 km,
cena 2 700 zł, tel. 603 – 077 – 84

(o/b)

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

(o/b)

Sprzedam Volvo 850, (1996), 2.5,
144 KM, oryginalny lakier, bez
korozji, przebieg 211 000 km, kolor
srebrny, cena 15 000 zł do
negocjacji, tel. 510 – 873 – 354

(o/b)

Sprzedam Opel Insignia, (2014),
bogate wyposażenie, auto
technicznie sprawne, nie wymaga
żadnych napraw, diesel, przebieg
220 000 km, cena 34 900 zł do
negocjacji, tel. 511 – 558 – 030

(o/b)

Sprzedam Kia Sportage II, (2006),
diesel, ubezpieczenie i przegląd do
06.2022 r., klimatyzacja,
elektryczne szyby,
cena 13 000 zł do negocjacji,
tel. 518 – 603 – 029

(o/b)

Sprzedam Opel Astra III, (2009),
1.7 CDTI, 110 KM, wersja Cosmo,
środek czysty i zadbany, bez rys
i otarć, cena 18 600 zł,
tel. 663 – 176 – 847

(o/b)

Sprzedam Audi A4, (2005), auto
w bardzo dobrym stanie wizualnym
i technicznym, klimatyzacja, felgi
aluminiowe, elektryczne szyby,
diesel, cena 18 400 zł,
tel. 791 – 796 – 267

(o/b)

Sprzedam Citroen Xsara Picasso,
(2006), diesel, aktualne
ubezpieczenie, hak, drugi
właściciel, auto sprawne,
nieuszkodzone, cena 4 500 zł do
negocjacji, tel. 885 – 559 – 061

(o/b)

Sprzedam Volvo S60, (2007),
przebieg 224 000 km, po wymianie
rozrządu i oleju, stan dobry,
przebieg i OC ważne,
cena 16 800 zł do negocjacji,
tel. 519 – 828 – 448

(o/b)

Sprzedam Opel Astra, (2000),
benzyna, auto kupione w salonie,
stan idealny, nieuszkodzone,
przebieg 255 000 km, cena 2 800 zł
do negocjacji, tel. 607 – 099 – 321

(o/b)

Sprzedam Toyota Verso, (2010),
diesel, przebieg 198 000 km,
cena 27 000 zł, tel. 513 – 771 – 544

(o/b)

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

(o/b)

Sprzedam Hyundai Santa Fe,
(2007/2008), 2.2 crdi, 155 KM,
naprawy robione na bieżąco,
cena 28 500 zł do negocjacji,
tel. 515 – 470 – 759

(o/b)

Sprzedam Ford C-Max Grande,
(2012), 2.0 TDCI, stan wizualny
i techniczny bardzo dobry, 140 KM,
cena 31 500 zł do negocjacji,
tel. 797 – 625 – 404

(o/b)

Sprzedam Mitsubishi Galant,
(2000), auto sprowadzone
z Niemiec, bardzo dobrze
wyposażone, benzyna, przebieg
180 000 km, cena 5 900 zł,
tel. 883 – 799 – 575

(o/b)

Pobierz aplikację mobilną



Najlepsza aplikacja w mieście



KUPON BEZPŁATNE OGŁOSZENIE DLA
ZMOTORYZOWANYCH

Treść ogłoszenia do 15 słów:

Warunkiem ukazania się ogłoszenia jest podanie
ceny pojazdu!

Imię i nazwisko ogłaszającego: _____

Adres: _____

Tel.: _____

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

Czytelny podpis: _____

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

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

OGŁOSZENIA BEZPŁATNE ROLNICZE

Sprzedam zbiornik do mleka,
2 000 litrów, stan bardzo dobry,
cena 11 500 zł, tel. 514 - 996 - 731
(o/b)

Sprzedam siano i słomę w kostce,
cena 5 zł za kostkę,
tel. 503 - 862 - 612
(o/b)

Sprzedam wialnię fabryczną,
zielona, cena 900 zł do
uzgodnienia, tel. 503 - 862 - 612
(o/b)

Sprzedam opryskiwacz, 400 litrów,
cena 400 zł, tel. 503 - 862 - 612
(o/b)

Sprzedam pługi 2, cena 500 zł do
uzgodnienia, tel. 503 - 862 - 612
(o/b)

Sprzedam 1 ha 100-letniego lasu
sosnowego, 250 drzew, we wsi
Olszyny, gmina Piątница,
cena do uzgodnienia,
tel. 600 - 423 - 969
(o/b)

Sprzedam talerzówkę Akpil, 2,70 m
w bardzo dobrym stanie,
użytkowna z ciągnikiem o mocy
80 KM, cena 6 500 zł do negocjacji,
tel. 506 - 103 - 620
(o/b)

Sprzedam rozsiewacz nawozów
i wapna Vicon, 600 litrów,
hydrauliczny, wysiew rękawem,
cena 2 600 zł, tel. 607 - 940 - 357
(o/b)

Sprzedam paszowóz do kisonki
Trioliet, mała pojemność,
z wycinakiem, cena 6 500 zł,
tel. 607 - 940 - 357
(o/b)

Sprzedam agregat pościerniskowy
Konskilde, 3 m, z wałami,
cena 6 800 zł, tel. 727 - 712 - 942
(o/b)

Sprzedam chwytnak do bel,
masywny, na 2 silowniki,
cena 2 800 zł do negocjacji,
tel. 607 - 354 - 866
(o/b)

Sprzedam agregat siewny
Agromasz, z hydropakiem,
szerokość 2,70 m, stan bardzo
dobry, mało używany,
cena 8 200 zł, tel. 512 - 877 - 767
(o/b)

Sprzedam prasę Metal Fach,
walcowa, cena 16 000 zł,
tel. 694 - 043 - 988
(o/b)

Sprzedam owijkę samozaładowczą
Pronar Z-245, (2014), kupiona
w 2015 r., z bocznym załadunkiem,
stan bardzo dobry, mało używana,
cena 29 500 zł, tel. 798 - 062 - 674
(o/b)

Sprzedam prasę belującą
Claas 44s, stan dobry, sprawna,
w ciągłym użytkowaniu, owijanie
sznurkiem, cena 15 500 zł do
negocjacji, tel. 502 - 643 - 874
(o/b)

Sprzedam siewnik zbożowy
Poznaniak, (1981), nowe koła,
cena 950 zł, tel. 519 - 824 - 917
(o/b)

Sprzedam belownicę Carraro,
w oryginale, łańcuchy, stan bardzo
dobry, niepogięty, cena 12 000 zł,
tel. 661 - 783 - 888
(o/b)

Sprzedam kabinę do MTZ 82,
cena 1 000 zł, tel. 602 - 634 - 044
(o/b)

Sprzedam ładowarkę Manitou MT
425CP, stan bardzo dobry,
wysięgnik 7 m, tyżka,
cena 42 000 zł, tel. 514 - 620 - 316
(o/b)

Sprzedam sadzarkę do
ziemniaków, polska, kubełkowa,
stan bardzo dobry, cena 1 300 zł,
tel. 504 - 958 - 451
(o/b)

Sprzedam kultywator Unia
Grudziądz, szerokość 280 cm,
stan bardzo dobry, cena 1 300 zł,
tel. 504 - 958 - 451
(o/b)

Sprzedam agregat uprawowy
Amazone, stan techniczny dobry,
sprowadzony z Holandii,
cena 8 200 zł, tel. 660 - 327 - 522
(o/b)

Sprzedam Cyklop, w dobrym stanie
technicznym, wydajna pompa,
szybki rozdzielacz,
cena 5 000 zł do negocjacji,
tel. 507 - 131 - 902
(o/b)

Sprzedam agregat
uprawowo-siewny, 3 m, stan
bardzo dobry, licznik hektarów,
bardzo dokładny wysiew,
cena 15 500 zł, tel. 798 - 001 - 325
(o/b)

Sprzedam zgrabiarkę Kuhn GA
4321 GM, w bardzo dobrym stanie,
cena 6 900 zł, tel. 600 - 437 - 815
(o/b)

Sprzedam rozsiewacz do nawozów
Amazone ZAM Compact,
2 300 litrów, cena 6 500 zł,
tel. 727 - 712 - 942
(o/b)

Sprzedam rozsiewacz nawozowy
Amazone ZAM-ZAU 2200,
cena 7 800 zł, tel. 727 - 712 - 942
(o/b)

Sprzedam zgrabiarkę Pottinger,
grabi do środka, szerokość od
6,80 m do 7,60 m, niespawana,
niemalowana, cała w oryginale,
cena 38 500 zł do negocjacji,
tel. 500 - 874 - 253
(o/b)

Sprzedam opryskiwacz Agrifac
3900GS, ciągnany, sprowadzony
z Holandii, kompletny, sterownik,
wałek szerokokątny,
cena 22 500 zł, tel. 517 - 976 - 109
(o/b)

Sprzedam prasę Sipma Classic,
(2003), w bardzo ładnym stanie,
sznurek, cena 22 500 zł,
tel. 510 - 751 - 723
(o/b)

Sprzedam kombajn Claas
Dominator 66, heder 3 m, silnik
Perkins, cofanie gardzieli,
siecziarnia, cena 46 900 zł,
tel. 511 - 700 - 243
(o/b)

Sprzedam kosiarkę bębnową,
(2010), 1,85 m, kosiarka mało
używana, cena 4 200 zł,
tel. 516 - 327 - 970
(o/b)

Sprzedam rozsiewacz nawozów
Amazone 1500 Profis, (2009),
pojemność 3 tony, cena 23 050 zł
do negocjacji, tel. 500 - 423 - 710
(o/b)

Sprzedam rozrzutnik obornika,
2-osiowy, w idealnym stanie,
w oryginale, bez dziur, nowe
opony, cena 5 100 zł do negocjacji,
tel. 798 - 634 - 097
(o/b)

Sprzedam siewnik do nawozów
Amazone, stan dobry,
cena 3 200 zł, tel. 518 - 344 - 828
(o/b)

Sprzedam pług Unia Tur 4+1,
w bardzo dobrym stanie,
niespawany, niepogięty, ładnie kryje,
cena 6 500 zł, tel. 881 - 011 - 403
(o/b)

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

Sprzedam kombajn Claas
Merkator, sprawny, silnik
6-cylindrowy Perkins,
cena 22 500 zł do negocjacji,
tel. 505 - 716 - 749
(o/b)

Sprzedam zgrabiarkę Stoll,
2-karuzelowa, w stanie dobrym,
w ciągłej eksploatacji, świeżo
sprowadzona z Niemiec,
cena 18 500 zł do negocjacji,
tel. 663 - 087 - 085
(o/b)

Sprzedam kombajn Claas Senator,
(1980), sprawny, silnik ładnie pracuje,
nie bierze oleju, heder 3,60 m,
cena 10 500 zł, tel. 536 - 049 - 309
(o/b)

Sprzedam zbiornik do mleka,
2 000 litrów, stan bardzo dobry,
cena 11 500 zł, tel. 514 - 996 - 731
(o/b)

Sprzedam przewracarkę do siana
Fella, stan bardzo dobry, szerokość
3,60 m, składana, wałek
w komplecie, cena 2 700 zł do
negocjacji, tel. 502 - 691 - 773
(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 niepro-
wadząca handlowej działalności rolniczej.

Czytelny podpis:

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



— NIEZMIENNIE DOBRY —
JUŻ OD 30 LAT



Z PIĄTNICY, NO BO SKĄD.

OGŁOSZENIE

BURMISTRZA MIASTA ZAMBRÓW

o wyłożeniu do publicznego wglądu projektu zmiany miejscowego planu zagospodarowania przestrzennego części miasta Zambrów obejmującego obszar położony przy ulicy Targowej graniczący z ogródkami działkowymi

Na podstawie art. 17 pkt 9 i pkt 11 ustawy z dnia 27 marca 2003 r. o planowaniu i zagospodarowaniu przestrzennym (tekst jednolity Dz. U. z 2021 r. poz. 741 z późn. zm.), uchwały nr 165/XXIX/2021 Rady Miasta Zambrów z dnia 21 września 2021 r. oraz art. 39 i art. 54 ust. 3 ustawy z dnia 3 października 2008 r. o udostępnianiu informacji o środowisku i jego ochronie, udziale społeczeństwa w ochronie środowiska oraz o ocenach oddziaływania na środowisko (tekst jednolity Dz. U. z 2021 r. poz. 2373 z późn. zm.) zawiadamiam o wyłożeniu do publicznego wglądu projektu zmiany miejscowego planu zagospodarowania przestrzennego części miasta Zambrów obejmującego obszar położony przy ulicy Targowej graniczący z ogródkami działkowymi w dniach **od 14 marca 2022 r. do 5 kwietnia 2022 r.**, w siedzibie Urzędu Miasta Zambrów, ul. Fabryczna 3, 18-300 Zambrów, pokój nr 209, w dniach pracy Urzędu w godzinach 8⁰⁰-15⁰⁰.

Przedmiotowy projekt planu zamieszczono na stronie <https://bip.zambrow.pl/artukul/ogloszenia/>.

Prognoza oddziaływania na środowisko nie została sporządzona. Na podstawie przepisów art. 48 ust. 1, ust. 4 pkt 1 ustawy z dnia 3 października 2008 r. o udostępnianiu informacji o środowisku i jego ochronie, udziale społeczeństwa w ochronie środowiska oraz o ocenach oddziaływania na środowisko (tekst jednolity z 2021 r. poz. 247 z późniejszymi zmianami) po uzyskaniu zgody Regionalnej Dyrekcji Ochrony Środowiska w Białymstoku Wydział Spraw Terenowych II w Łomży oraz Państwowego Powiatowego Inspektora Sanitarnego w Zambrowie odstąpiło od sporządzenia prognozy oddziaływania na środowisko.

Dyskusja publiczna nad przyjętymi w projekcie planu miejscowego rozwiązaniami odbędzie się w dniu **31 marca 2022 r.** w siedzibie Urzędu Miasta Zambrów, ul. Fabryczna 3, 18-300 Zambrów, pokój nr 214 o godzinie 11⁰⁰.

Zgodnie z art. 18 ustawy o planowaniu i zagospodarowaniu przestrzennym, każdy kto kwestionuje ustalenia przyjęte w projekcie miejscowego planu, może wnieść uwagi. Uwagi mogą być wnoszone w formie papierowej na adres: Burmistrz Miasta Zambrów, ul. Fabryczna 3, 18-300 Zambrów lub elektronicznej, w tym za pomocą środków komunikacji elektronicznej, w szczególności poczty elektronicznej na adres: um@zambrow.pl. Wnoszący uwagi podaje swoje imię i nazwisko albo nazwę oraz adres zamieszkania albo siedziby.

Uwagi można wносить w nieprzekraczalnym terminie **do dnia 20 kwietnia 2022 r.**

Zgodnie z art. 13 ust. 1 i ust. 2 Rozporządzenia Parlamentu Europejskiego i Rady (UE) 2016/679 z dnia 27 kwietnia 2016 r. w sprawie ochrony osób fizycznych w związku z przetwarzaniem danych osobowych i w sprawie swobodnego przepływu takich danych oraz uchylenia dyrektywy 95/46/WE (ogólne rozporządzenie o ochronie danych) (Dz. Urz.UE.L119/1, L127/2) informuję, że Administratorem Państwa danych osobowych jest Burmistrz Miasta Zambrów, ul. Fabryczna 3, 18-300 Zambrów. Szczegółowe informacje w tym zakresie zamieszczono na stronie internetowej Urzędu Miasta Zambrów.

Burmistrz Nowogrodu

ogłasza III przetarg ustny nieograniczony na sprzedaż nw. nieruchomości:

Położenie nieruchomości	Nr ewidencyjny	Powierzchnia ha	Nr księgi wieczystej	Cena wywoławcza	Wysokość wadium
0003 Grądy	166/1 (Bi)	0,2878	LM1L/00039119/9	180 000,00 zł	18 000,00 zł
	166/2 (Bi, RV)	0,8465	LM1L/00039119/9	180 000,00 zł	18 000,00 zł

Przetarg odbędzie się w dniu 06.04.2022 r. o godz. 12:00 w siedzibie Urzędu Miejskiego w Nowogrodzie przy ul. Łomżyńskiej 41, pokój nr 11 (sala konferencyjna – parter). Wadium należy wpłacić do dnia 01.04.2022 r. na konto Gminy Nowogród nr: 05 8757 1011 2600 0097 2000 0050.

Ogłoszenie o przetargu zostało wywieszane na tablicy ogłoszeń w Urzędzie Miejskim w Nowogrodzie przy ul. Łomżyńskiej 41, na tablicy ogłoszeń w Grądach oraz opublikowane na stronach internetowych: bip.um.nowogrod.wrotapodlasia.pl, www.nowogrod.com.

Szczegółowe informacje dotyczące przetargu można uzyskać w siedzibie Urzędu Miejskiego w Nowogrodzie oraz telefonicznie pod nr 86 217 55 20 wew. 22.

Twoje

„Kontakty” wprost do domu!

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

W prenumeracie taniej (porównaj z ceną w nawiasie):

1 miesiąc 13,00 zł (14,00 zł)
3 miesiące 35,00 zł (45,50 zł)
6 miesięcy 70,00 zł (91,00 zł)
12 miesięcy 135,00 zł (182,00 zł)



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

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

lub redakcja@kontakty-tygodnik.com.pl

e-kontakty

wydanie elektroniczne identyczne z wydaniem papierowym na:

www.egazety.pl





Śmigłowiec Lotniczego Pogotowia Ratunkowego ratował dwunastoletniego chłopca ze Szczuczyna, którego rano rodzice nie mogli się dobudzić: nie ruszał się i nie oddychał. Natychmiast zaczęli go reanimować i wezwali pomoc. Ratownikom medycznym z Pogotowia w Grajewie udało się doprowadzić go do przytomności. Wezwali jednak helikopter, który zabrał go do Uniwersyteckiego Dziecięcego Szpitala Klinicznego w Białymstoku celem dalszej diagnostyki. W lądowaniu na pobliskiej łące pomogli mu strażacy. Fot. OSP Szczuczyn



Uśpić trzeba było tego pięknego łosia, który po zderzeniu prawdopodobnie z busem na wysokości zjazdu do Okoniówka koło Rajgródu miał połamane tylne nogi i inne obrażenia. Samochód, który uderzył w łosia odjechał, więc raczej nikomu nic się nie stało. Czyżby kierowca miał coś na sumieniu? Fot. policja

40 000 zł nagrody za ślad Jakuba z Kupisk

40 000 zł nagrody wyznaczyło Detektywistyczne Biuro Śledcze z Wrocławia za wskazanie miejsca pobytu Jakuba Szerszniewa z Kupisk. Jakub (17 lat) 29 grudnia 2021 roku wyszedł z domu w Kupiskach i nie powrócił. W związku z jego zaginięciem policja poszukuje kierowcę czarnego vana, którego przejazd zarejestrowały kamery monitoringu w Jednaczewie, tego samego dnia, gdy był tam po raz ostatni widziany Jakub.

„Przeanalizowaliśmy wszystkie dokumenty i dotychczas zebrane informacje oraz pozyskaliśmy dużo nowych informacji. Jesteśmy pełni nadziei, że uda nam się odnaleźć Jakuba”, mówi detektyw Tomek z Detektywistycznego Biura Śledczego. Informatorowi zapewnia dyskrecję i anonimowość. Kontakt z Detektywistycznym Biurem Śledczym: 572 866 005, e-mail: kontakt@dbsdetektyw.pl.

Bezwzględne złodziejki w Zambrowie

Portfel z dokumentami i 500 zł ukradły z szuflady dwie złodziejki, które zapukały do seniorki (86 lat), podając się za pracownice opieki społecznej. Poinformowały, że chcą sprawdzić jej warunki mieszkalne. Gdy jedna z nich rozmawia-

ła ze starszą panią, druga w tym czasie przeszukiwała mieszkanie i ją okradła.

Rozbójnik spod Piątnicy

Ekspedientka sklepu w Łomży zauważyła, że mężczyzna zabrał dwa paski i nie zamierza za nie zapłacić. Gdy stanęła na jego drodze, uderzył ją w twarz. Interweniował klient, który zatrzymał napastnika do przyjazdu policji. To mieszkaniec (62 lata) gminy Piątnica. Paski miały wartość 24 zł, a usłyszał zarzut kradzieży rozbójniczej, za co grozi wysoka kara.

Głupio straciła 160 000 zł!

Mieszkanca (43 lata) trzy dni prowadziła rozmowy z oszustem, który podając się za pracownika banku, nakłaniał ją do wypłaty pieniędzy z konta i wpłacenia na konto „bezpieczne” za pomocą wpłatomatów. Kobieta przez trzy dni dokonywała kolejnych transakcji. Następnie przekazywała oszustowi kody BLIK, za pomocą których oszuści wypłacali pieniądze. Dopiero po wpłacie ostatniej kwoty nabrała podejrzeń i zgłosiła sprawę na policję. Dowiedziała się, że padła ofiarą oszusta i straciła ponad 160 tysięcy złotych. Głupota tak wielka, że brak słów!

Kolor auta, a ich wypadkowość



O tym, że nie tylko marka i model, ale także kolor samochodu wpływa na ryzyko kolizji lub wypadku, od lat wiedzą chociażby firmy ubezpieczeniowe.

Najpopularniejszym kolorem samochodów w Europie jest szary: aż 25 proc. wszystkich zarejestrowanych. Na drugim miejscu jest biały – 23 proc.

A oto zestawienie 10 kolorów pojazdów, przy których najczęściej dochodziło do kolizji lub wypadku według opracowania serwisu bazy danych informacji o samochodach autoDNA:

1. Brązowy – 12,1 proc. aut ze szkodą.
2. Szary – 11,4 proc. aut ze szkodą.

3. Grafitowy – 11,2 proc. aut ze szkodą.
4. Czarny – 10,9 proc. aut ze szkodą.
5. Biały – 10 proc. aut ze szkodą.
6. Niebieski – 9,6 proc. aut ze szkodą.
7. Srebrny – 9,6 proc. aut ze szkodą.
8. Czerwony – 9,5 proc. aut ze szkodą.
9. Zielony – 8,4 proc. aut ze szkodą.
10. Perłowy – 7,3 proc. aut ze szkodą.

Auta o brązowym kolorze tym bardziej są „pechowe”, że jeździ ich po Europie zaledwie 2 proc. Co ciekawe, aut perłowych, czyli według powyższego zestawienia, z najmniejszą kolizyjnością, także zarejestrowanych jest w Europie tylko 2. proc.

Poradnia psychologa

By nie było między nimi zazdrości

Urodził mi się synek. To moje drugie dziecko, córka ma teraz trzy lata. Sama mam młodszego brata i zawsze czułam, że rodzice wyróżniali go moim kosztem. Budziło to moją zazdrość i czasem niechęć do brata. Nie chcę, aby moja córeczka także tego doświadczyła, a obawiam się, że tak może się zdarzyć.



Fot. pixabay

Ewa

Zazdrość między rodzeństwem nie do uniknięcia i jest zrozumiała. Co bowiem ma pomyśleć najstarsze dziecko widząc, gdy rodzice nagle więcej czasu poświęcają młodszemu? Jak ma nie poczuć się opuszczone, jeśli cała rodzina (babci, dziadkowie wujkowie i ciocie), która do tej pory zachwycała się jedynym starszym dzieckiem, nagle skupia się na młodszym? To dla niego bolesne i niezrozumiałe i budzi zazdrość.

Rodzice zwykle zdają sobie z tego sprawę i starają się temu zapobiec przez traktowanie dzieci w ten sam sposób. To jednak błąd. Dzieci nie pragną równego traktowania. Zależy im na byciu wyróżnianym. Dlatego, gdy dziecko okazuje zazdrość, może być to sygnał, że pragnie poczuć się wyjątkowe dla rodzica.

Warto pamiętać, że pojawienie się zazdrości nie musi być wcale

powodem do zmartwienia. Zazdrość może stać się podłożem sensownej rywalizacji między rodzeństwem. Na przykład wtedy, gdy każde z dzieci pragnie być w czymś dobre (aby poczuć się wyjątkowe). Posiadanie brata lub siostry może także przyczyniać się do rozwijania cierpliwości i zdolności do porzucenia egocentryzmu, który u dzieci jest bardzo silny i może być podłożem wielu trudności w przyszłości.

Proszę się nie martwić zazdrością między dziećmi. O wiele bardziej niepokojące byłoby, gdyby dzieci nauczyły się ją tłumić.

Jeśli zauważy Pani, że dziecko jest zazdrosne, proszę je upewnić, że jest dla Pani wyjątkowe i powiedzieć, dlaczego tak jest. To zmniejsza uczucie bycia gorszym lub porzuconym.

DR MARCIN FLORKOWSKI
psycholog

przem z obu stron. Pieczarki drobno pokroić i usmażyć na patelni na maśle do odparowania wody, na koniec doprawić solą i pieprzem i wystudzić. Każdy kotlet posmarować musztardą, nałożyć po plasterze boczku wędzonego i porcji pieczarek. Mięso zwinąć w rolady i spiąć wykałaczkami lub zwinąć bawelnianą nitką. W rondlu rozgrzać masło (lub olej), rolady smażyć z każdej strony do zrumienienia. Dodać kawałki cebuli i czosnku oraz wlać 2 szklanki zimnej wody. Rondel przykryć pokrywą i dusić na małym ogniu ok. godziny, do miękkości. Rolady wyjąć na talerz i usunąć wykałaczki. Połączyć sosem, powstałym w czasie smażenia.



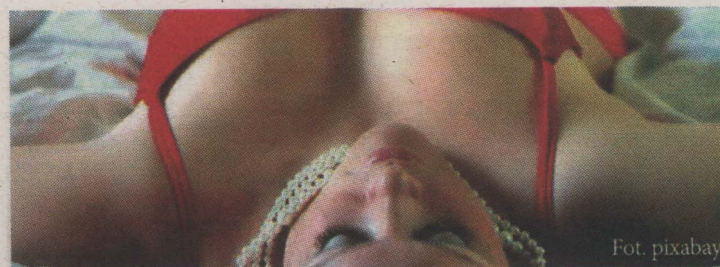
Przysmak podlaski

Rolady schabowe z boczkiem

Składniki

- 6 plastrów schabu bez kości
- 6 plastrów boczku wędzonego
- 4 średnie pieczarki
- 1 cebula
- 3 ząbki czosnku
- masło klarowane (lub olej)
- musztarda
- sól, pieprz

Kotlety dość cienko rozbić tłuczkiem, oprószyć solą i pie-



Fot. pixabay

Pytanie intymne

Niedługo będzie nasz pierwszy raz i chcę się dobrze przygotować. Byłem w sex shopie. Kupiłem „gumki” z wypustkami. Oglądałem je w domu, podnieciłem na samą myśl, ale zaraz przeraziłem się, że mój widok w takiej prezerwatywie może ją rozśmieszyć. Przecież może mi wtedy opaść. Jeszcze raz poszedłem do sex shopu i na wszelki wypadek kupiłem maść na potencję. Żeby wypróbować, posmarowałem sobie i zacząłem obserwować. Drgnęło tylko na chwilę, ale myślałem, że oszaleję, bo zaczęło mnie swędzić całe kroczce. Co tu robić?

Andrzej

Dlaczego młody mężczyzna, który, jak wynika z listu, nie ma

żadnych męskich problemów (bo podnieca się na samą myśl), szuka takiej „pomocy”? Specyfik nabyty w sklepie pewnie wywołał jakieś uczulenie i dlatego pojawiło się swędzenie. Dobrze, że został wcześniej sprawdzony...

Są prezerwatywy z wypustkami, kulkami, piórkami, dzwoneczkami, o różnych smakach, kolorach i zapachach. Wszystko to dodatkowo może podniecać, pobudzać zmysły. A jeśli rozśmiesza? Chyba to lepsze, niż ponura powaga. Przy prezerwatywach kupowanych w sex shopach trzeba pamiętać, że nawet najlepszą i najciekawszą kształtem używa się tylko jeden raz. I jeszcze jedno: sprawdzić datę, by nie była przeterminowana!

Lekarz domowy

Pamiętam, że jak tylko ktoś był przeziębiony, babcia stawiała bańki. Potem kazała leżeć w łóżku i choroba szybko mijała. Nie ma już babci, na pamiętkę po niej wzięłam bańki. Czy samemu można się nauczyć je stawiać?

Wioleta

Stawianie baniek ma na celu pobudzenie i wzmocnienie sił obronnych organizmu. Stawia się je na plecach i piersiach. Najczęściej około 20. Aby je postawić, trzeba przygotować bańki, zapałki, naczynie ze spirytusem, kwacz (długości ok. 20 cm z owiniętą na

końcu watą) i wazelinę do smarowania skóry. Watę na końcu kwacza zanurza się w spirytusie i podpala, szybko rozgrzewa się bańkę i przystawia na skórę w szeregu, w odległości około centymetra jedna od drugiej. Przy stawianiu baniek na piersiach trzeba omijać brodawki sutkowe. Jeśli mężczyzna ma owłosiony tors, wcześniej trzeba włosy ogolić, bo mogłyby się zapalić. Po postawieniu baniek, należy przykryć chorego kołdrą. Bańki zdejmować po kwadransie, naciskając placem skórę tuż przy niej. Potem posmarować skórę spirytusem i ciepło okryć. Po bańkach trzeba pozostać w mieszkaniu.

Pod paragrafem

Z córką i zięciem wzięliśmy długoterminowy kredyt (młodzi nie mieli odpowiedniej zdolności kredytowej) i kupiliśmy mieszkanie. Od dnia zakupu właścicielami mieszkania (akt notarialny) są córka z zięciem. Umówiliśmy się, że dopóki mamy radę, będziemy kredyt spłacać z odsetkami z mężem. I spłacamy. Czy w takim wypadku mieszkanie dzieci jest darowizną i czy muszą składać w urzędzie formularz potwierdzający darowiznę?

Zofia

Spłata kredytu na zakup mieszkania nie jest darowizną. Rodzice

i dzieci są współkredytobiorcami. Bank może zażądać spłaty całości kredytu od wszystkich dłużników albo tylko od części z nich. Spłata przez któregokolwiek z dłużników, zwalnia pozostałych z długu. Gdy rodzice spłacają kredyt to dokonują zwolnienia z długu, a nie obdarowania dzieci mieszkaniem. Spłata kredytu przez rodziców nie jest darowizną i nie wiąże się z obowiązkiem zapłaty podatku od darowizn. Córka nie musi składać dokumentu (formularz SD-Z2 upoważnia do skorzystania ze zwolnienia z podatku od darowizn i spadków) w urzędzie skarbowym.

Twoja muzyka, a Twój erotyzm



„Muzyka jest niedyskretną powiernicą, zdradza najtajniejsze myśli”, uważał laureat literackiej Nagrody Nobla (1915) francuski pisarz Romain Rolland. Włącz ulubioną muzykę, a potem przeczytaj, co mówią o Tobie muzyczne upodobania.

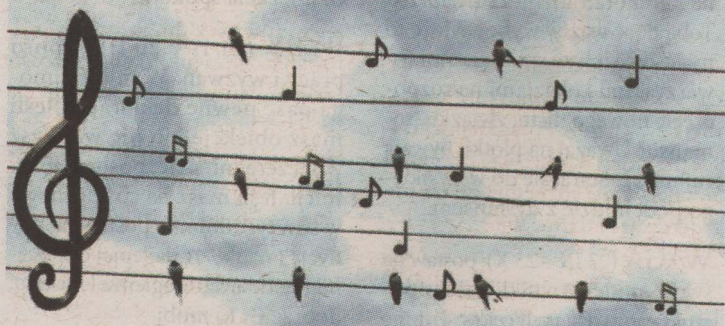
Muzyka poważna: nie zakochujesz się szybko. Twoja miłość wolno dojrzewa, rozsmakowujesz się w niej. Jak w muzyce, którą lubisz, w Twojej miłości jest wiele elegancji i jednocześnie prostoty. Twój seks, jak w klasycznych utworach, jest „cyklem sonatowym”, zróżnicowanym pod względem tempa i charakteru. Najpierw allegro, czyli szybkie wejście w namiętność. Zaraz potem wolniejsza część, pełne wzrastającej wirtuozowskiej kompozycji... „Muzyka powinna zapalać płomień w sercu mężczyzny i napełniać łzami oczy kobiety”, mówił Ludwik van Beethoven. Tak jest również z Twoją miłością.

Muzyka jazzowa: Twoja miłość jest pełna harmonii, przeplatanej improwizacjami. I przez to niezwykle ciekawa. Potrafisz mile zaskoczyć, obdarować bez okazji, zacząć dzień melodią. Seks z Tobą jest pełen spontaniczności i żywiołowej improwizacji. Lubisz prowadzić w tym „tańcu”. A jest w nim zmysłowość, wiele napięcia i niezwykłych eksperymentów. Dlatego seks z Tobą jest zapowiedzią czegoś niezwykle. Bo przecież

„niewyspiewane pieśni są zawsze najpiękniejsze”.

Muzyka rockowa: Twoja miłość jest rozchwiana. Raz pragniesz stabilizacji i równowagi, kiedy indziej wywołujesz burze. Brak Ci stałości w uczuciach. W Twoim seksie czasami zaskakujesz ostrymi i śmiałyymi propozycjami. Wtedy Twój seks jest energiczny i szybko wywołujący dreszcze namiętności. Kiedy indziej kochasz się w dość monotony, ale powtarzany sposób. Twój seks jest jak chińska lamigłówka. Każdy ją rozwiązuje dobrze, bo jest bez rozwiązania.

Muzyka disco polo: dla Ciebie miłość jest rozrywką i zabawą. Dziś kochasz, jutro nie. Brak Ci stałości i dojrzałości w uczuciach. Muzyka, której słuchasz, nie wymaga od Ciebie żadnego wysiłku intelektualnego. I Ty nie wymagasz wiele od siebie, gdy spotykasz miłość. Bawisz się nią, nie pielęgnujesz jej i odchodzi. Taki sam jest Twój seks. Prosty, choć czasami dajesz się ponieść namiętnościom i wtedy potrafisz zaskoczyć. Najczęściej jednak skupiasz się na swoich doznaniach i dobrze się bawisz, bo muzyka jest wszędzie.



Biedna ta Rosja. Ciągłe ją ktoś napada! A to Gruzini w Gruzji, a to Syryjczycy w Syrii, a to Ukraińcy w Ukrainie!

Prezydent USA zapowiedział, że w ramach sankcji na Donbas, zostanie tam wprowadzony Polski Ład.

Barack Obama i Bill Clinton zdecydowali się zaszczepić przeciwko COVID, aby przekonać Amerykanów o bezpieczeństwie szczepionki. Władimir Putin nakazał zaszczepić miliony Rosjan, aby przekonać się o bezpieczeństwie rosyjskiej szczepionki.

– Słyszałem, że chcesz wyjechać z Polski na stałe.

– Tak, z dwóch powodów.

– Jakich?

– Pierwszy jest taki, że od paru lat rządzi prawica.

– Nie martw się. Teraz rządzi prawica, ale po wyborach znów do władzy dojdzie lewica.

– I to jest właśnie ten drugi powód.

W parku na ławeczce rozmawia ze sobą dwóch starszych panów:

– Jakie hobby miał pan w młodości? – pyta jeden z nich.

– Kobiety oraz polowanie.

– A na co pan polował?

– Na kobiety!

Sąsiad dzwoni do sąsiada:

– Wybacz Marian, że tak późno dzwonię. Żony długo nie ma. Nie poszła do ciebie przypadkiem?

– Czekaj, zaraz zapytam... Zosiu, przyszedł do mnie przypadkiem, czy specjalnie?

Dziennikarz przeprowadza wywiad z rolnikiem:

– Ile mleka dają te krowy?

– Która? Czarna, czy brązowa?

– Brązowa.

– 22 litry dziennie.

– A czarna?

– 22 litry dziennie.

– A czym pan je karmi?

– Którą, czarną czy brązową?

– Czarną.

– Trawą.

– A tę drugą?

– Trawą.

– Po co pan pyta która, skoro odpowiedzi są takie same?

– Bo ta czarna jest moja.

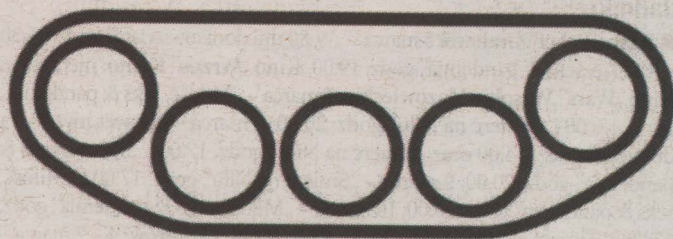
– Aha. A ta brązowa?

– Też moja.

Rok 2022



LUTY



MARZEC

Tu warto być

Drozdowo

Muzem Przyrody (ul. Główna 38, tel. 86 219 20 81):

■ Wernisaż wystawy „Panie Lutosławskie”, ukazującej losy niezwykłych kobiet na tle historii dwóch stuleci; poniedziałek, 7 marca 2022 roku, o godz. 12.00. Wstęp wolny.

Grajewo

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

■ Dzień Kobiet z teatrem; zaprezentują się młodzieżowe grupy teatralne Grajewskiego Centrum Kultury, które zwinęły występ zespołu „Po godzinach” z poezją Agnieszki Osieckiej; niedziela, 6 marca, godz. 17.00. Wstęp wolny.

Kolno

Kolneński Ośrodek Kultury i Sportu (ul. Konopnickiej 4, tel. 86 278 22 21):

■ Koncert z okazji Dnia Kobiet i prezentacja płyty zespołu Kolneńskie Dziewczyny z Plusem pt. „Po prostu życie”; wtorek, 8 marca, godz. 18.00. Wstęp wolny.

Łomża

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

■ W cyklu Poranek z kulturą koncert Alicji Janosz, połączony z warsztatem plastycznym dla dzieci z rodzicami; sobota, 5 marca, godz. 11.00. Bilety w MDK.

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

■ „Czerwony Kapturek” według Jana Brzechwy, to żywiolowy, roztańczony, rozśpiewany spektakl dla dzieci, w którym również dorośli znajdą coś dla siebie. Adaptacja i reżyseria: Jarosław Antoniuk. Scenografia: Eva Farkašova. Muzyka: Bogdan E. Szczepański. Obsada: Beata Antoniuk, Marzanna Gawrych, Daria Głowacka, Marek Janik, Tomasz Rynkowski, Rafał Swaczyna; sobota, 5 marca, godz. 17.00. Rezerwacja biletów, tel. 86 216 31 93 i 666 383 704.

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

■ Koncert „Z życzeniami dla pań” orkiestry Filharmonii pod gościnną batutą Orra Guaya (Izrael), laureata I nagrody III Międzynarodowego Konkursu Dyrygenckiego im. Giancarlo Facchinettiego w Brescii 2021 (Włochy) z solistami, tenorem Nazarri Kachalą (Ukraina) i saksofonistą Łukaszem Dyczko; czwartek, 10 marca, godz. 18.30. Bilety na interticket.pl i w kasie Filharmonii.

Piątnica

Gminny Ośrodek Kultury (ul. Szkolna 24, tel. 86 216 44 34, 699 835 193):

■ Koncert na Dzień Kobiet pt. „Cóż bez miłości wart byłby świat?”, czyli największe, niezapomniane przeboje o miłości w interpretacji grupy Winył Band; wtorek, 8 marca, godz. 18.00. Wstęp wolny. Rezerwacja miejsc, tel. 86 216 44 34. Wejściówki w GOK.

Szczuczyn

Biblioteka Centrum Kultury (ul. Łomżyńska 11, tel. 86 262 10 36):

■ „Kobietą być”, koncert na Dzień Kobiet w wykonaniu Marii Orzechowskiej (sopran, skrzypce, fortepian) i Adriana Brzoski (baryton, fortepian); wtorek, 8 marca, godz. 18.00. Wstęp wolny.

Zambrów

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

■ Koncert „O miłości...” z okazji Dnia Kobiet w cafe Muza, w wykonaniu tenora Narazii Kala (Ukraina) i Małgorzaty Marczyk (fortepian); poniedziałek, 7 marca, godz. 18.00. Wstęp wolny.

■ Zespół „Feel” na Dzień Kobiet; wtorek, 8 marca, godz. 18.00. Bilety od 1 marca w kasie MOK.

Repertuar kin:

■ **Kino „Relax” Grajewo:** 5 marca – „W 80 dni dookoła świata”, godz. 16.30 i „Miłość, seks & pandemia”, godz. 19.00. **Kino „Wrzos” Kolno:** nieczynne. **Kino „Wars” Wysokie Mazowieckie:** 4 marca – „Miłość, seks & pandemia”, godz. 17.00 i „Śmierć na Nilu”, godz. 20.00; 5 marca – „Nawet myszy idą do nieba”, godz. 14.00 oraz „Śmierć na Nilu”, godz. 17.00 i „Miłość, seks & pandemia”, godz. 20.00; 9 marca – „Śmierć na Nilu”, godz. 17.00 i „Miłość, seks & pandemia”, godz. 20.00; 10 marca – „Miłość, seks & pandemia”, godz. 17.00 i „Śmierć na Nilu”, godz. 20.00. **Kino MOK Zambrów:** 4 – 7 marca – „Potworna rodzinka”, godz. 14.30 oraz „Wyjdź za mnie”, godz. 16.45 i „Krime story. Love story”, godz. 19.00; 9 – 10 marca „Potworna rodzinka”, godz. 14.30 oraz „Wyjdź za mnie”, godz. 16.45 i „Miłość jest blisko”, godz. 19.00.

HOROSKOP
miłosny

BARAN (21 III – 19 IV): powiew świeżości, czas dobrych zdarzeń. Niektóre Barany czeka spełnienie życzeń, jeśli będą miały odwagę je ujawnić. Dotąd wiele spraw sabotujesz negatywnym myśleniem. Koniecznie wykorzystaj nadchodzący czas.

BYK (20 IV – 21 V): możesz się spodziewać dobrych wiadomości o ważnych dla Ciebie sprawach, nawiązania kontaktu z kimś, o kim od dawna myślisz. Szansa na nowe doświadczenia i nowe ścieżki uczuciowe. Nie odkładaj pozornie drobnej decyzji, bo może to skutkować na długo.

BLIŹNIĘTA (22 V – 21 VI): staniesz przed decyzją, która w pewnym sensie uwolni Cię od przeszłości i przywróci stan wewnętrznej równowagi. Niezbędna może się okazać zdolność wybaczenia, by ułożyć swoje dalsze życie. Wówczas dzieć się znacznie wiele dobrego.

RAK (22 VI – 22 VII): zachowaj dyskrecję w swoich prywatnych sprawach, w każdym razie nie mów o nich głośno. Czas na zatrzymanie i zastanowienie się, zmierzenie oko w oko ze sobą, ze swoimi słabościami. Może pojawić się poczucie trudności w porozumiewaniu się z bliskimi, ale to przejściowa sytuacja.

LEW (23 VII – 22 VIII): tydzień stabilizacji, chwil spokoju. Będziesz kontrolować emocje, co da Ci satysfakcję. Szanse, by poczuć korzyści materialne. Uważaj na zdrowie. To czas, by wziąć pewne sprawy w swoje ręce i ruszyć do spełniania marzeń.

PANNA (23 VIII – 22 IX): przed Tobą dość ważny wybór. Może to mieć związek ze spotkaniami towarzyskimi i okazjami na rozpoczęcie nowego flirtu, związku, romansu? Uważaj na plotki, bywają rujnujące. Staraj się do wszystkiego podchodzić z dystansem.

WAGA (23 IX – 23 X): postaw na swoją intuicję i wnikliwość w poszukiwaniu dalszych celów. Trudne

dotychczas problemy mogą otrzymać pozytywne i szczęśliwe zakończenie. W sprawach zawodowych i finansowych możesz liczyć na drobne sukcesy. Z pewnością nauczysz się czegoś wartościowego, to będą ciekawe dni w Twoim życiu.

SKORPION (24 X – 21 XI): najbliższe dni wniosą pozytywną energię. Masz szansę stawić czoło wszelkiego rodzaju trudnościom. Jeśli zastanawiasz się nad wyjazdem, to jest jak najbardziej wskazany. Uważaj na swój charakter, gdyż Twoja nieszczerłość może być przyczyną wcale nie drobnych niepowodzeń.

STRZELEC (22 XI – 21 XII): najbliższe dni wniosą wiele radości, pojawiają się nowe możliwości. Może się to wiązać z zagranicą lub spotkaniem z kimś. Wykażesz się swoją mądrością, ujawnią się Twoje zdolności. Ludzie będą Ci niezwykle przychylni. W finansach pojawia się możliwość drobnej poprawy.

KOZIOROŻEC (22 XII – 19 I): udane dni przed Tobą. W miłości zamknij sprawy, które uwolnią Cię od przeszłości. Zarazem możesz znaleźć potwierdzenie, że żadne przeciwności Losu nie mogą Ci przeszkodzić. W finansach i pracy nie spodziewaj się większych zmian, ale ciesz się drobnymi sukcesami.

WODNIK (20 I – 20 II): dni opromienione ciepłem i uśmiechem. Poczujesz wiarę we własne możliwości i zaczniesz się realizować. Zapowiada się podjęcie dobrych decyzji. Mogą wiązać się z finansami lub uczuciami. Kojące poczucie spokoju.

RYBY (21 II – 20 III): sporo pracy i wyzwania. W miłości mogą paść pewne deklaracje. Jeśli masz obiekcje lub nie wierzysz w szczerą intencję, posłuchaj intuicji. Jeśli masz na coś postawić w tym tygodniu, to postaw na tradycję i naukę. A najlepiej odpocznij i poddaj się błogiemu lenistwu, dobrze Ci to zrobi.



Od marszałka na sport

10 mln zł wesprze w tym roku samorząd podlaski rozwój sportu, w tym 9 mln zł jako dotacje dla klubów i stowarzyszeń sportowych. „Kibicuję naszym sportowcom i jestem dumny z ich osiągnięć. Są znakomitą wizytówką Podlaskiego, dlatego jako samorząd województwa wspieramy nasze kluby i dopingujemy im”, powiedział marszałek Artur Kosicki.

Hala sportowa w Łomży za 17,7 mln zł!

Ruszyły przygotowania do budowy hali sportowej przy Szkole Podstawowej nr 5 w Łomży za 17,7 mln zł. Będą sale ćwiczeń, sala taneczna, hala z trzema boiskami, szatnie z indywidualnymi szafkami dla uczniów, nowy dojazd i parking. Ma być gotowa za 2 lata.

Damian Czykier rekordzista Polski

Podczas halowego mitingu Orlen Copernicus Cup w Toruniu biegacz Juwenii Białystok olimpijczyk Damian Czykier poprawił wynikiem 7,48 rekord Polski w biegu na 60 m przez płotki. To w tym roku czwarty wynik na świecie. Poprzedni rekord (7,51) ustanowił w 1999 roku Tomasz Ścigaczewski. Damian Czykier przygotowuje się do halowych mistrzostw świata w lekkoatletyce w Belgardzie.

Wiktor Kosowski w finale Mistrzostw Polski

Tenisista UKS Return Łomża Wiktor Kosowski wygrał eliminacje i zakwalifikował się do turnieju głównego Mistrzostw Polski Juniorów w Tenisie. Trenerem Wiktora jest Tomasz Waldziński.

Turniej tenisa stołowego w Kolnie

W sobotę i niedzielę, 19 i 20 marca w Hali Sportowej w Kolnie (ul. Marii Dąbrowskiej 4) rozegrany zostanie Otwarty Turniej Tenisa Stołowego im. Jana z Kolna. W sobotę zagrają uczniowie szkół podstawowych i ponadpodstawowych, z klasyfikacją dziewcząt i chłopców w czterech kategoriach wiekowych. W niedzielę wszyscy chętni mogą grać w kategoriach open (kobiety i mężczyźni), debel (mogą być pary mieszane) i „Kolniak” (tylko mieszkańcy Kolna). Zgłoszenia do 16 marca, do godz. 20.00, tel. 602 112 424 lub mailem edziekonska@kokiskolno.pl

Piotr Dąbrowski z Kropielnicy Gajek w Kadrze Narodowej!

Mistrz Polski Juniorów w biegu na 400 metrów Piotr Dąbrowski z Klubu Sportowego Prebet-Sonarol po sezonie halowym otrzymał powołanie Polskiego Związku Lekkiej Atletyki do Kadry Narodowej i znalazł się w grupie trenującej pod kątem tegorocznych Mistrzostw Świata Juniorów w Cali (Kolumbia). Aby polska sztafeta 4x400 wystartowała, musi uzyskać bardzo wysokie wskaźniki wynikowe.

Piotr Dąbrowski pochodzi z Kropielnicy Gajek (gm. Kobylin Bożymy), jest tegorocznym maturzystą Liceum Mistrzostwa Sportowego w Łomży. Oprócz złotego medalu halowych Mistrzostw Polski, ma na koncie 10 medali Mistrzostw Polski wszystkich kolorów. Jest również stypendystą Ministerstwa Edukacji za wyniki sportowe, Wyższej Szkoły



Piotr Dąbrowski przekazuje pałeczkę koledze klubowemu Bartoszowi Jurakowi w sztafecie 4x400 m

Agrobiznesu w Łomży i prezydenta Łomży.

– Już kilka minut po mistrzowskim biegu Piotra podszedł do mnie trener mistrza olimpijskiego Kajetana Duszyńskiego i Kadry Narodowej Krzysztof Węglarski, proponując współpracę. Mam nadzieję, że talent Piotra się rozwinię, a on

sam zadomowi się na dłużej w Kadrze Narodowej. Potrzeba chłodnej głowy i wiary w to, co się robi. No i zdrowia oraz odrobinę szczęścia, bo warunki zawodnicy mają bardzo dobre dzięki naszym sponsorom, Prebetowi ze Śniadawa i Snarolowi z Jedwabnego – mówi trener kadrowicza Andrzej Korytkowski.



Drugie miejsce zajęli chłopcy z Akademii Małego Piłkarza (rocznik 2014) w Grajewie w Turnieju Piłki Nożnej MOSiR Tur Cup 2022 w Bielsku Podlaskim. Do rywalizacji przystąpiło osiem drużyn. Najlepszym zawodnikiem Turnieju został piłkarz AMP Grajewo Wojciech Zdunek. Założycielem i trenerem Akademii jest Daniel Tuzinowski. Gratulujemy! Na zdjęciu w pierwszym rzędzie od lewej: Miłosz Miller, Jakub Romanowski, Marcel Supiński, Jan Strzałkowski, Michał Jankowski; w drugim rzędzie od lewej: Filip Dembiński, Maksymilian Rogowski, Wojciech Zdunek, trener Daniel Tuzinowski, Alan Prejs, Nikodem Pieńkowski, Mateusz Koniecko. Fot. AMP

W 10/110



Plakat: Banksy