

18 100 Łomża, ul. Ks. Anny 2
tel. 08 21 11 11 11
Paliwo taniej dla swoich • Koniec z koszmarkami w Łomży!

Tygodnik Podlaski
www.kontakty-tygodnik.com.pl

KONTAKTY

27 (2065)

10 lipca 2022

cena: 3,50 zł (z VAT 8%)

BIBLIOTEKA UNIWERSYTECKA
im. Jerzego Giedroycia w Białymstoku



FUWC110445

ak z krainy zielska powstała **Zielska Kraina**

Szuka czułego serca
Bez miłości

088165

IV/0110



Szklaneczka orzeźwienia

Fot. pixabay



ISSN 0208-6840 INDEXS 363286

9 17702081684005 27

Duch wielkiego krajana nad Bronowem

Obrzeża cmentarza w Bronowie zarosły dzikimi krzewami, chaszczami i zielskiem, zardzewiała brama, kruszył się murowany parkan, tynk odpadał ze słupków ogrodzenia. Cmentarz należy do parafii, a jego gospodarzem jest proboszcz. Jednak od lat, jak twierdzą parafianie, cmentarzem się nie interesował. Prośby wiernych o uporządkowanie cmentarza nie skutkowały.

Pierwszy zaczął wykaszzać chaszczę i wykopywać korzenie dzikich krzewów pod cmentarnymi parkanami Andrzej Olszewski. Pracował każdego dnia. Dołączyli do niego strażacy. Wywieźli śmieci. Cmentarz powiększył swoją powierzchnię. Każdy widział zmiany. Olszewski oczyścił i pomalował zardzewiałą cmentarną bramę. I wywiesił na niej kartkę: „Dobrowolne kwoty na remont parkanu wokół cmentarza parafialnego w Bronowie można wpłacać u Andrzeja Olszewskiego”.

Olszewski jest znany ze społecznej aktywności. Ludzie mu ufają,



Marek Wądołowski zajął się ogrodzeniem

zaczęli wpłacać pieniądze. I zaczęły się prace przy naprawie i tynkowaniu ogrodzenia. Przy murarce pracują Marek Biedrzycki i Marek Wądołowski. Umacniają słupki, tynkują.

– Murek i słupki zostaną wykończone blaszanym daszkiem,

który zabezpieczy ogrodzenie przed dostawaniem się do środka wody i niszczeniem – mówi Marek Wądołowski, tynkujący słupki. Wszystko zostanie zakończone w tym roku.

Warto przypomnieć, że na cmentarzu w Bronowie spoczy-

wa wybitny poseł Sejmu Ustawodawczego (1919 – 1922) Franciszek Szymański z PSL „Wyzwolenie”, krajana z tej wsi. Na jego wiece przychodziło po 10 000 ludzi. Występował przeciw nierównościom społecznym, reagował na ludzką krzywdę, która zwykle dotykała biednych. Zwalczali go za to moiżni tego świata i, niestety, księża. Ale cieszył się ogromnym szacunkiem zwykłych ludzi. Teraz nad Bronowem jakby unosi się jego społecznikowski duch.

Jest na cmentarzu także mogiła Franciszki Nitkiewicz (zm. 18.08.1930 r.), która ofiarowała swoją ziemię pod budowę kościoła. Parafia w Bronowie powstała w 1919 r. Najpierw w spichlerzu, także darowanym przez Nitkiewiczową, powstała kaplica, którą później rozbudowano. Obecny kościół został zbudowany w latach 1998 – 1999.

Gdy mieszkańcy Bronowa zakończą renowację cmentarza, z satysfakcją pokażemy efekt ich pracy.

Swobodny usługi
bezpłatnie w ramach

NFZ

Narodowy Fundusz Zdrowia



EURO-MED

Grupa Medyczna
z sercem dla ludzi

Rejestracja telefoniczna:

661-907-800

693-192-264

693-192-416

Infolinia: 661 347 630

w godz. 8-16

**DARMOWA
FIZJOTERAPIA
DOMOWA**



REHABILITACJA DLA OSÓB NIEPEŁNOSPRAWNYCH
POSIADAJĄCYCH ORZECZENIE
O ZNAČNYM STOPNIU NIEPEŁNOSPRAWNOŚCI
ORAZ OSÓB BEZ ORZECZENIA

GRUPA MEDYCZNA EURO-MED



BIAŁYSTOK, MOŃKI, SUWAŁKI, AUGUSTÓW, SOKÓŁKA, GRAJEWO, ŁOMŻA
HAJNÓWKA, BIELSK PODLASKI, WYSOKIE MAZOWIECKIE, ZAMBRÓW I OKOLICE

ZATRUDNI **FIZJOTERAPEUTÓW** DO REHABILITACJI
W WARUNKACH DOMOWYCH NA TERENIE
CAŁEGO **WOJEWÓDZTWA PODLASKIEGO**

OFERUJEMY ELASTYCZNE GODZINY PRACY, ATRAKCYJNE WYNAGRODZENIE,
MOŻLIWOŚĆ ZATRUDNIENIA NA PODSTAWIE WŁASNEJ DZIAŁALNOŚCI GOSPODARCZEJ
LUB UMOWY ZLECENIE.

WIĘCEJ INFORMACJI MOŻNA UZYSKAĆ POD NR TEL. 693-192-264, rekrutacja@euro-med.net.pl

KONTAKTY

Tygodnik Podlaski

rok założenia 1980

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

Adres:

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

Redaguje zespół:

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

Oddział w Białymstoku:

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

Stale współpracują:

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

Rysunki: Waldemar Rukść

Felieton: Adam Dobroński

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

Wydawca:

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

Adres:

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

Sekretariat i Biuro Ogłoszeń:

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

Biura Ogłoszeń:

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

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

Obróbka zdjęć barwnych: Gabs-Foto,

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

DTP: Green Flow Joanna Białecka

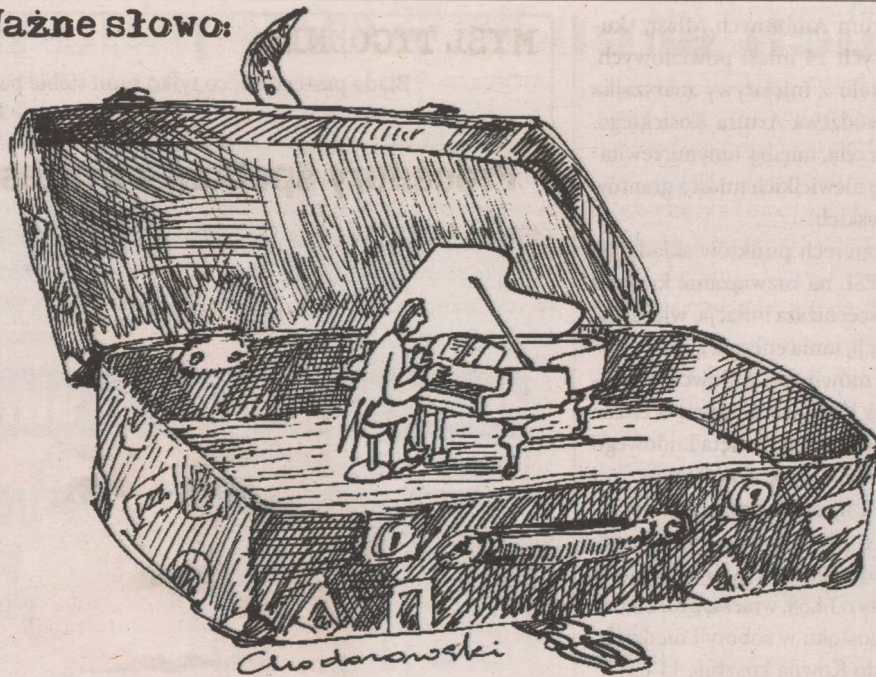
Druk: Drukarnia Prasowa Ignatki

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

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

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

Ważne słowo:



Kończy się balanga, będzie ciężki kac

Robert Gwiżdowski: – Na koniec 2015 roku banki posiadały różne papiery skarbowe warte około 180 mld zł. Obecnie 440 mld zł. Powód tego jest dość prosty. Od tego, co banki wydały na obligacje Skarbu Państwa, nie płaciły państwu podatku, bo trzeba było je jakoś zachęcić do pożyczania państwu i rżnięcia klientów przez podwyższanie marż oprocentowania kredytów i wszelkich innych opłat. W efekcie banki posiadają obecnie ponad 53 proc. wszystkich obligacji wyemitowanych przez Skarb Państwa. To 20 proc. długu państwowego, a polskie banki są w czołówce banków świata pod względem ich wielkości. Na odsetki dla banków wydajemy prawie tyle, ile na zbrojenia. W tym roku 50 mld zł. W przyszłym 70 mld zł. I pomyśleć, że w zeszłym roku rząd się chwalił, że może taniutko pożyczać, to pożyczka. A jak ktoś mówił, że tak się nie da w nieskończoność, to był „POlszewikiem”.

Nie ma cudów. Trzeba teraz będzie więcej pożyczyć od inwestorów zagranicznych. Rząd będzie musiał ich jakoś zanęcić. Jak się nęci? Na przynętę. Tą przynętą na grube ryby finansowe jest oprocentowanie obligacji, na które mają się złapać. A obsługa polega na „rolowaniu” długu, czyli zastępowaniu

starych wygasających obligacji nowymi. Innymi słowy, braniu nowego długu, by spłacić stary. Ale jak się pożyczka na 8 proc., żeby oddać pożyczkę zaciągniętą na 1 proc., to na jaki procent trzeba będzie pożyczyć, żeby spłacić dług zaciągnięty na 8 proc.?

By ograniczyć pożyczanie pieniędzy na rynku, należałoby obniżyć deficyt finansów publicznych. Jak to zrobić, gdy za rok wybory? A potem, za kolejne dwa lata, następne? Rząd przewiduje, że w tym roku deficyt wzrośnie do 4,3 proc. PKB (a miał wynieść 2,9 proc. PKB). Problem w tym, że rząd długa państwa ukrywa, nie pokazując wydatków samorządu terytorialnego i wielu funduszy celowych. Strategia strusia się sprawdza w jednym kierunku: wyborcy nie wiedzą, jaki jest prawdziwy deficyt. Ale ci, którzy mają pożyczka wiedzą, co i gdzie rząd ukrywa. I każą sobie za to płacić, gdy pożyczka dają. Tak, jak płaci zwykły Kowalski, który ma złą historię kredytową.

Kończy się więc balanga. Jest jeszcze parę butelek wódki, jeszcze możemy pobalować, żeby nie zasnąć, ale jutro będzie kac. I to ciężki. (Fragmenty, źródło: interia.pl).

(Autor jest wykładowcą Uczelni Łazarskiego).

Rys. Antoni Chodorowski

e-kontakty

wydanie elektroniczne identyczne z wydaniem papierowym na:

www.egazety.pl



■ Forum Ambitnych Miast, skupiających 14 miast powiatowych, powstało z inicjatywy marszałka województwa Artura Kosickiego. Ma na celu, między innymi, rewitalizację niewielkich miast z grantów norweskich.

■ Z czterech punktów składa się plan PSL na rozwiązanie kryzysu w Polsce: niższa inflacja, więcej inwestycji, tania energia i tania żywność, mówił szef ludowców Władysław Kosiniak-Kamysz w czasie Wojewódzkiego Święta Ludowego w Dobrzyniewie Kościelnym.

■ Od 1 lipca można jechać pociągiem z Białegostoku do Kowna. Odjeżdżają z Białegostoku w piątki i soboty o 14.58, wracają z Kowna do Białegostoku w soboty i niedziele. Bilet do Kowna kosztuje 11 euro.

■ Do pracy nie przyszło 16 z 19 egzaminatorów Wojewódzkiego Ośrodka Ruchu Drogowego w Białymstoku w poniedziałek, 4 lipca. Z tego powodu trzeba było przełożyć lub odwołać część egzaminów na prawo jazdy. Domagają się podwyżki płac.

■ Przedstawiciele 10 koreańskich przedsiębiorstw z branży gospodarki odpadami i recyklingu odwiedzili Podlaskie na zaproszenie firmy Pronar. Spotkali się też z urzędnikami Urzędu Marszałkowskiego.

■ 5 sportowców z Podlaskiego wystartuje na Mistrzostwach Świata w Lekkoatletyce w Eugene (USA) od 15 do 24 lipca: oszczepniczka Maria Andrejczyk z Hańczy Suwałki, sprinterka Marlena Gola, płotkarz Damian Czykier, rzucający młotem Wojciech Nowicki i czterystumetrowiec Maksymilian Klepacki, wszyscy z Podlasia Białystok.

Od 1 lipca na Białoruś Polacy mogą wjechać bez wiz (do końca roku), wymagany jest jedynie paszport. Mogą także zwiedzać strefę przygraniczną bez dodatkowej przepustki. Wystarczy ustne poinformowanie straży granicznej o takim zamiarze wizyty ze wskazaniem miejscowości i celu wizyty poinformował Komitet Graniczny. Aby wjechać na Białoruś samochodem, należy mieć ważne ubezpieczenie medyczne i tzw. zieloną kartę, która jest dowodem, że właściciel pojazdu ma wykupione OC. Nie jest wymagany test PCR na covid-19 ani paszport szczepionkowy.

MYŚL TYGODNIA

Biada pasterzom, co tylko sami siebie pasą

Prorok Ezechiel

Procedury spotkań z prezesem PiS



Zgodnie z koncepcją długodystansowej kampanii wyborczej PiS, której zasadniczym elementem jest objazd Polski przez głównych polityków partii, w Białymstoku i Bielsku Podlaskim był Jarosław Kaczyński.

Ciekawe są procedury jego spotkań: może na nie wejść tylko osoba ujęta z imienia i nazwiska na liście. W wejściu ochrona dokładnie sprawdza listę, każdą torbę i plecak oraz prześwietla wchodzących wy-

krywaczem metali. Parasole są odkładane w depozyt w szatni. Po weryfikacji wręcza plakietkę „Gość”, zawieszoną na smyczy z logo PiS. Dziennikarze, fotoreporterzy i operatorzy kamer muszą pokazywać torby ze sprzętem, uruchamiać aparaty i na oczach sprawdzających kartkować notesy. Wejścia na salę, na której odbywa się spotkanie, do końca wizyty prezesa Kaczyńskiego jest obstawiane przez policję.

Na Białoruś bez wiz



Znaki czasu:

■ Sędzia Trybunału Konstytucyjnego PiS Krystyna Pawłowicz nie złożyła oświadczenia majątkowego za 2021 rok. Gdy była posłanką PiS, głosowała w 2016 r. za przepisami, które nakładają obowiązek publikacji oświadczeń majątkowych przez sędziów TK.

■ O znęcanie się i brutalne gwałty oskarżyła matkę piętnastoletnia córka z Bolesławca (Dolnośląskie). Gwałty miały polegać na wypychaniu jej do pochwy pogrzebacza oraz szklanki, która pękła i ją poraniła, a także niemal codziennym wypychaniu palców. Matka trafiła do więzienia. Oskarżenia dziewczyny okazały się zemstą za to, że nie zgodziła się na jej samotny powrót w nocy do domu ze spotkania ze znajomymi (nie chciała, by matka po nią przyjechała). Kłamstwo wyszło na jaw, gdy biegli stwierdzili, że dziewczyna jest dziewicą i nie ma żadnych śladów po obrażeniach narządów rodnych. „Nie jestem w stanie wybaczyć jej tego. Może po czasie, ale nie teraz”, powiedział ojciec dziewczyny.

■ Podporucznik Jan Stangryciuk, jeden z ostatnich żyjących w Wielkiej Brytanii pilotów Polskich Sił Powietrznych (ma 100 lat), został okradziony we własnym domu w Londynie. Sprawcami kradzieży była trójka Polaków. Ukradli pieniądze, które państwo Stangryciukowie odłożyli na wyjazd do Polski.

■ Na pytanie, kto lub co w największym stopniu odpowiada za obecny poziom inflacji 33,7 proc. respondentów odpowiedziało, że polityka rządu, a 33,3 proc. że wzrost cen energii i paliw w związku z wojną w Ukrainie. 14 proc. uważa, że inflacja to efekt pandemii, a niespełna 10 proc. obwinia politykę klimatyczną Unii Europejskiej. 1,5 proc. stwierdziło, że nie można wskazać żadnej z wymienionych odpowiedzi jako głównej przyczyny inflacji. 7,8 proc. nie miało zdania, wynika z sondażu United Surveys dla „Dziennika Gazety Prawnej” i RMF FM.

■ Zginął porażony prądem, bo wszedł na dach pociągu na stacji w Gdańsku, by zrobić sobie zdjęcie. Miał 21 lat.

■ Zaledwie 33 cm wynosił poziom wody na Wiśle w Warszawie w poniedziałek, 4 lipca. Już tylko 7 cm brakuje do rekordowo niskiego w historii poziomu wody rzeki, odnotowany w 2015 r. Mimo lokalnych burz, prowadzących do podtopień, w Polsce panuje susza.

Paliwo najtaniej dla swoich!

Od 27 czerwca do 31 sierpnia na stacjach Orlen można zatankować z rabatem 30 gr za litr benzyny lub oleju napędowego. Obniżka nie obejmuje LPG. Aby skorzystać z promocji, trzeba spełnić zasadniczy wymóg: należy mieć plastikową kartę Vitay (można ją otrzymać na stacji Orlen) lub Wirtualną Kartę Vitay (należy ją pobrać na telefon w internecie). Z promocji można skorzystać 3 razy w lipcu i 3 razy w sierpniu. Jednorazowo zatankować można 50 l benzyny lub oleju napędowego (czyli promocja dotyczy maksymalnie 150 l w lipcu i 150 l w sierpniu).

Tymczasem okazuje się, że jest grupa, która płacić będzie znacznie mniej, bo od 35 do 38 gr na litrze. Takie rabaty mają wszyscy członkowie związku zawodowego „Solidarność”. Innych związków, nie!

35 gr mniej zapłacą związkowcy z „Solidarności” w przypadku benzyny podstawowej (95) i oleju napędowego (wszyscy mają 30 gr upustu), a 38 gr przy paliwach premium oraz 10 gr na autogaz (inni na LPG zniżki nie mają żadnej). W przeciwieństwie do wszystkich związkowców, ale tylko „Solidarności”, nie obejmuje miesięczny limit 150 l na upusty.

Władze „Solidarności” i posłowie wywodzący się z tego związku zawodowego popierają rząd PiS od wyborów w 2015 roku.

Droższa najwyższa od 25 lat!

Ceny wzrosły średnio w czerwcu 2022 r. o 15,6 proc. w porównaniu do czerwca 2021 r., wynika z danych, które podał Główny Urząd Statystyczny w piątek, 1 lipca. Paliwa rok do roku zdrożały o 46,7 proc., energia elektryczna o 35,3 proc., a żywność o 14,1 proc. Inflacja zaczęła szybko rosnąć w 2021 r.

przeciętnie o 1 proc. co miesiąc. We wrześniu wynosiła 5,9 proc., w październiku 6,8 proc., w listopadzie 7,8 proc., w grudniu 8,6 proc., w styczniu 9,4 proc. Nie jest więc tylko efektem wojny w Ukrainie, „putoinflacją”, jak stara się to przedstawić rząd. Tabela pokazuje, jak zmieniły się średnio ceny żywności:

Średnie ceny w sklepach			
Produkt	Cena 06.2021	Cena 06.2022	Zmiana
Olej Kujawski 1 l	7,29 zł	12,99 zł	78,1% ↑
Pomidory 1 kg	4,48 zł	7,19 zł	60,4% ↑
Ser Gouda 150 g	2,84 zł	4,46 zł	57% ↑
Masło 200 g	4,83 zł	6,98 zł	44,5% ↑
Mleko 2 proc.	2,32 zł	3,16 zł	36% ↑
Filet z piersi kurczaka 1 kg	17,59 zł	22,82 zł	30% ↑
Cukier 1 kg	2,66 zł	3,84 zł	30,8% ↑
Bułki 4 szt.	1,29 zł	1,53 zł	18,6% ↑
Jajka M	5,41 zł	6,22 zł	14,9% ↑
Poledwica Sopocka 140 g	3,42 zł	3,76 zł	9,9% ↑
Marchew 1 kg	3,49 zł	3,82 zł	9,4% ↑
Jabłko 1 kg	2,79 zł	3,02 zł	8,2% ↑
Wódka 0,5 l	20,09 zł	21,31 zł	6% ↑
Banany 1 kg	4,99 zł	5,22 zł	4,6% ↑
Parówki Berlinki	4,87 zł	4,99 zł	2,4% ↑
Chleb 500 g	2,48 zł	2,53 zł	2% ↑
Serek wiejski Piątnica	2,32 zł	2,35 zł	1,2% ↑

XXIX Muzyczne Dni Drozdowo – Łomża

Trwa XXIX Międzynarodowy Festiwal Muzyczne Dni Drozdowo – Łomża, którego twórcą i dyrektorem artystycznym od pierwszej edycji jest pochodzący z Łomży artysta operowy Jacek Szymański (Teatr Otwartości w Gdańsku). Odbłyły się już koncerty w Łomży, Drozdowie, Łapach, Jedwabnem, Stawiskach. Przed nami jeszcze cztery „muzyczne” dni:

■ Czwartek, 7 lipca, godz. 20.00 – Koncert „Ave Maria na przestrzeni wieków” w kościele św. Wojciecha w Szczepankowie. Wykonawcy: Anna Kinga Osior (sopran), Jacek Szymański (tenor), Dariusz Wójcik (bas, recytacja), Katarzyna Olszewska (organy), Daniel Saulski (recytacja).

■ Piątek, 8 lipca, godz. 19.00 – koncert „Muzyka słonecznej Andaluzji” w kościele św. Jakuba Apostoła w Drozdowie. Wykonawcy: Marlena Borowska (sopran), Krzysztof Cyran (gitara klasyczna), Dariusz Wójcik (recytacja).

■ Sobota, 9 lipca, godz. 19.00 – koncert „Bel canto amore mio” w auli Akademii Nauk Stosowanych w Łomży. Wykonawcy: Edyta Piasecka (sopran), Beatriz Blanco (mezzosopran), Sławomir Naborczyk (tenor), Tomasz Mazur (baryton), Rafał Songan (baryton), Liang Yu (baryton), Anna Mikolon (fortepian), Jacek Szymański (prowadzenie).

■ Niedziela, 10 lipca, godz. 9.00 – koncert „Ave Maria na przestrzeni wieków” w kościele św. Anny w Dąbrówce Kościelnej. Wykonawcy: Anna Kinga Osior (sopran), Jacek Szymański (tenor), Dariusz Wójcik (bas, recytacja), Rafał Lewandowski (fortepian), Daniel Saulski (recytacja).

Godz. 11.45 – koncert „Na Anioł Pański biją dzwony” w kościele Krzyża Świętego w Łomży. Wykonawcy: Zhu Jin (sopran), Liang Yu (baryton), Stanisław Maryjewski (organy), Ewa Sadeccka (prowadzenie). Godz. 17.00 – Finał Festiwalu, zwieńczonego tradycyjnie Wielką Galą w Pałacu w Muzeum Przyrody w Drozdowie.

Wykonawcy: Beatriz Blanco, Marlena Borowska, Zhu Jin, Anna Mikolon, Anna Kinga Osior, Edyta Piasecka, Yeyoung Sohn, Rafał Paweł Adamczak, Dariusz Boguski, Krzysztof Cyran, Rafał Lewandowski, Tomasz Mazur, Sławomir Naborczyk, Daniel Saulski, Rafał Songan, Dariusz Wójcik, Liang Yu.



Kronika historyczna

■ 5 VII 1964 r. w Muzeum Rolnictwa im. ks. Krzysztofa Kluka w Ciechanowcu otwarto pierwszą wystawę zbiorów, mającą na celu uhonorowanie ofiarodawców eksponatów. Są na niej narzędzia rolnicze, używane na Podlasiu, sprzęty gospodarstwa domowego, urządzenia do obróbki włókna oraz pamiątki związane z historią Ciechanowca.

■ 7 VII 1966 r. w Wiźnie przekazano do użytku szkołę dla 400 uczniów, Pomnik 1000-lecia Państwa Polskiego.

Podpalił się przed komendą w Kolnie!

Mieszkaniec (35 lat) Kolna podpalił się przed Komendą Powiatową Policji w Kolnie w poniedziałek, 4 lipca, po godz. 17.00. Palącego się zauważył przejeżdżający al. Wojska Polskiego samochodem kierowca. Wbiegł do komendy i zalarmował dyżurnego, że przy wejściu do budynku pali się ubranie na człowieku. Będący najbliżej policjanci natychmiast wybiegli i ugasił palącą się na nim odzież. Według wstępnych ustaleń policji z Kolna, oblał się benzyną. Na miejscu znalezione zostały zapalniczka, pusta butelka i buty.

Desperat został przetransportowany do szpitala w Łom-

ży, według niektórych doniesień, śmigłowcem Lotniczego Pogotowia Ratunkowego.

„W chwili obecnej nie mamy informacji o stanie jego zdrowia”, informowała sierżant Ewa Zabłocka z kolneńskiej policji po dramatycznym wydarzeniu, ale świadkowie mówili, że poparzenia były poważne, obejmujące nawet 90 proc. ciała.

Na razie nie są także znane ewentualne motywy drastycznego kroku trzydziestopięcioletka. W Kolnie mówi się, że kilka lat temu doszło w Kolnie do zabójstwa jego brata. Policja ustaliła sprawcę, ale podobno miał zawsze pretensję do organów ścigania.

Dość koszmarków w Łomży!



Tężnia solankowa w Busku Zdroju

Świetnie, że wśród pomysłów na wykorzystanie pieniędzy z Budżetu Obywatelskiego w Łomży jest budowa tężni solankowej w Parku Jana Pawła II. W dodatku zgłoszenie znanego w mieście Henryka Trojanowskiego jest, jak wynika z oceny komisji, fachowe.

Pierwszą informację o możliwym powstaniu tężni „Kontakty” zilustrowały tężnią nad Zalewem Nowohuckim w Krakowie. Dzisiejszą ilustrujemy zdjęciem tężni w Busku Zdroju. Nie, nie ogłaszamy plebiscytu, która ładniejsza. Pokazujemy tężnię w Krakowie

i Busku (a nie są to jedyne w Polsce i Europie naprawdę piękne realizacje) po to, by władze Łomży zobaczyły, że można zbudować coś potrzebnego i zarazem ładnego. I by nie zafundowały nam kolejnego koszmarka w mieście. A takim koszmarkiem jest paskudna elewacja na Filharmonii Kameralnej. Innym koszmarkiem jest port z budowlą w kształcie stodoły. A można było odtworzyć w tym miejscu przepiękny budynek Przystani Łomżyńskiego Towarzystwa Wioślarskiego, który sponął w latach pięćdziesiątych.

Jak patrzy się na to, co się dzieje na Starym Rynku wychodzi, że może być kolejny koszmarek... Dlatego ogłaszamy: dość koszmarków w Łomży.

I jeszcze jedno. Uważamy, że władze powinny prezentować wizualizacje tego, co chcą zbudować w mieście przed przyjęciem projektu, a nie po jego przyjęciu, kiedy nic albo niewiele da się już zmienić. Z refleksją przed podjęciem ostatecznej decyzji, że będą z tym musiały żyć także przyszłe pokolenia. Fot. UM Busko Zdrój

WŁADYSŁAW TOCKI

Brzydkie sprawy w urokliwym pejzażu

Prawda, że urokliwe jest kąpielisko z plażą na zakolu Narwi w Łomży? I jest za darmo. Nic, tylko odpoczywać. Z definicją tak znanego słowa różnie jednak bywa. Dwie mamy piątki w sumie dzieci uznały, na przykład, że najlepiej odpoczywać nad wodą na rauszu. Tyle, że potem muszą czytać o sobie taki policyjny komunikat: „Ratownik, czuwający nad bezpieczeństwem wypoczywających, zauważył gromadkę dzieci samotnie bawiących się nad wodą. Najmłodsze z nich miało około 2 lata. Kiedy ratownik zainteresował się losem pięciorga dzieci, podeszły do niego dwie kobiety i oświadczyły, że mają wszystko pod kontrolą. Wtedy wyczuł od nich woń alkoholu i zwrócił im uwagę, że łączy-



nie alkoholu z opieką nad dziećmi, a tym bardziej nad wodą jest nieodpowiedzialne. Wymiana zdań przekształciła się w sprzeczkę. Ratownik wezwał policję”, relacjonuje podkomisarz Justyna Janowska z Komendy Miejskiej w Łomży.

Policjanci ustalili, że jedna mama ma w sobie prawie promil, a druga ponad pół promila. Przekazali więc dzieci pod opiekę krewnych obu kobiet. Nie koniec na tym: mamy staną przed sądem rodzinnym.

Potworna śmierć łosia



Młody łos zabłąkał się w obrębie ulic Nowogrodzkiej i Sikorskiego w Łomży. Chcąc wydostać się z „ulicznej pułapki”, usiłował przeskoczyć dość wysokie ogrodzenie. Niestety, nabił się głęboko na ostre zwieńczenia metalowych prętów i zanim przyszła pomoc, w męczarniach, padł.

Nowy proboszcz w „kościeliku” Ambroziaka

Nowym proboszczem Sanktuarium Miłosierdzia Bożego w Łomży jest od 1 lipca ks. kanonik Jacek Czaplicki. Zastąpił po kilkunastu latach ks. Jerzego Abramowicza.

Ks. Jacek Czaplicki do objęcia probostwa był wikariuszem generalnym diecezji łomżyńskiej. Pochodzi z Ostrołęki, ma 51 lat. Budowniczym i pierwszym proboszczem Sanktuarium Miłosierdzia Bożego był szanowany i bardzo w mieście popularny ks. Radziszewski. Do dziś na świątynię przy ul. Wyszyńskiego wielu mieszkańców mówi „kościół Ambroziaka”.

Letnie kino plenerowe w Łomży

Już w piątek 8 lipca, o godz. 21.30, będzie można obejrzeć w Łomży film w pięknym otoczeniu Parku Jana Pawła II. Tegoroczne kinowe lato w mieście, to aż 8 propozycji na co piątkowe wieczory. Wśród nich inauguracyjny letnie kino plenerowe film „Na Rauszu”. Naprawdę warto obejrzeć!

W kolejny piątek, 15 lipca, także o godz. 21.30 kryminalna opowieść „W labiryncie” o porwanej nastolatce, która po 15 latach zostaje odnaleziona z amnezją w tajemniczych okolicznościach. Zaskakujący finał zadziwi niejednego...

O dalszych projekcjach informować będziemy na bieżąco. Wstęp na wszystkie zawsze za darmo.

Potańcówka na bulwarach

Na potańcówkę na bulwarach nad Narwią zaprasza w niedzielę, 10 lipca (godz. 16.00 – 20.00), prezydent Mariusz Chrzanowski. Do tańca zagra zespół Siemieniacy.

Łomża nie chciała, podatki i miejsca pracy będzie miał Szczuczyn „Zakrzewscy” otworzyli nowoczesny zakład



Zbudowany od podstaw nowoczesny zakład przetwórstwa mięsa wołowego „Zakrzewscy” otwarty został w Szczuczynie w sobotę, 2 lipca. Zajmuje powierzchnię 18,5 tys. mkw. Może ubijać 60 sztuk bydła na godzinę, tyle samo ćwiartować i rozbierać.

„Jesteśmy jednym z nielicznych zakładów w Europie, a pierwszym w Polsce, który będzie posiadał identyfikację co do konkretnej sztuki. Będziemy

mieli system pełnej identyfikacji poszczególnych elementów wołowych. Co więcej, zastosowane przez nas technologie ultrasoniczne, myjki do haków oraz wysoko specjalistyczne śluzy, zapewniają wysoki poziom bezpieczeństwa mikrobiologicznego i pozwalają na wytworzenie produktów o najwyższej jakości i zaferowanie ich naszemu klientowi docelowemu”, zapewniają właściciele.

Zakłady Mięsne „Zakrzewscy” w Kosowie Lackim (Mazowieckie), to rodzinne przedsiębiorstwo, założone w 1994 r. przez Dariusza i Janusza Zakrzewskich. Dziś należy do czołówki polskich producentów mięsa.

W 2018 roku podobna, tyle że amerykańska firma, chciała zbudować w „przemysłowej” dzielnicy Łomży, identyczny zakład. Gdy zaczęli się sprzeciwiać mieszkańcy Łomży, od razu się wycofała.

40 lat temu „Kontakty”, 11 lipca 1982:

Prezes prezesowi wykopem

Łomżyńska Spółdzielnia Mieszkaniowa ostro wzięła się ostatnio za estetykę osiedla Jantar: plantuje teren, sieje trawę, upiększa tu i ówdzie kwiatami. Niestety, do roboty nieoczekiwanie zapaliła się także Wojewódzka Spółdzielnia Mieszkaniowa, która splantowane i obsiane już place trop w trop przekopuje rowami i układa podziemne przewody. Konieczne wydaje się jak najszybsze powołanie Mieszkaniowej Komisji Koordynującej Ruszanie Palcem w Bucie Prezesów Obojga Spółdzielni.

Co komu staje?

Czołowy publicysta „Gazety Współczesnej” w utworze „Szukanie wzorów” daje wreszcie klarowną analizę kryzysu żywnościowego: w latach siedemdziesiątych przybyło 3 miliony gąb, które napęścić nie tak łatwo. Wyjście z sytuacji? Trzeba se dać na wstrzymanie. Obawiamy się, że nie będzie to takie łatwe, bo tuż po lekturze nawet mózg staje.

Z Funduszu w gminie Szepietowo

Fundusz Rozwoju Rolnictwa przynosi coraz większe efekty. Mieszkańcy wsi Warele Nowe, Dąbrowa Wilki, Kamień Stary i Moczydły Stanisławowięta w gminie Szepietowo wykorzystują go na remonty dróg, dokładając własny sprzęt i robociznę.

Turośl większa od Kolna!

„W roku 1864 dokonano spisu ludności w powiecie łomżyńskim. Kolno zamieszkiwały 2134 osoby. W mieście były 173 posesje mieszkańców posiadających rolę i 171 posesji jej nie posiadających. W okolicznych gminach zamieszkiwało: Mały Płock – 1567 osób, Czerwone – 1519 osób, Turośl – 4775 osób, Gawrychy – 3799 i Dzierżbia – 1321 osób”, ustalił dr Czesław Brodzicki, autor pierwszej monografii Kolna.

Parszywa trzynastka

Ponownie został przesunięty termin (13 w historii tej budowy) oddania do użytku budynku ośrodka zdrowia w Kołakach Kościelnych.

Świecząca w nocy kostka brukowa z Grajewa



Unirol istnieje od 1989 r., zatrudnia około 60 osób. Fot. Kamil Timoszuk/UMWP

Grajewskie przedsiębiorstwo Unirol rozpoczęło produkcję świecącej po zmroku kostki brukowej. Stało się to możliwe, bo zawiera specjalne luminofory, które pochłaniają energię w dzień, a w nocy emitują ją w postaci światła. Dzięki temu, na przykład miejskie chodniki i drogi rowerowe, mogą być bardziej bezpieczne. Unirol zainwestował w innowacje po-

nad 18 mln zł (w tym 5,4 mln zł unijnej dotacji).

Jak mówi dyrektor Robert Perkowski, pomysł na kostkę brukową inną, niż wszystkie, rodził się w głowie właścicieli firmy od wielu lat. Wymagało to jednak budowy nowej hali produkcyjnej oraz zakupu wielu urządzeń, co w dużej mierze umożliwiła unijna dotacja.

„Świecenie” kostki, to nie jedyny efekt innowacji.

– Dzięki systemowi recyklingu jesteśmy w stanie podczas mycia mieszalników odzyskać resztki kruszywa, gdzie jest odseparowane kruszywo, które nadaje się do dalszej produkcji i woda, która nie jest marnowana, tylko wykorzystywana nawet kilkakrotnie, do mycia urządzeń – wymienia Robert Perkowski.

POWIAT GRAJEWSKI

Fiesta Balonowa, Karolak, Chylińska, zbiórka na ratowanie Wiktora, czyli:

Dni Grajewa 8 – 10 lipca

Patronat Kontaktów



Agnieszka Chylińska i Wiktór Wiśniewski

Zapowiadane przez nas w poprzednim numerze Dni Grajewa, nad którymi „Kontakty” objęły patronat medialny, tradycyjnie rozpocznie Fiesta Balonowa w piątek, 8 lipca.

W sobotę, 9 lipca, będzie rządziła muzyka. W tym roku na grajewskiej scenie wystąpią takie zespoły, jak: Boney Fame – Boney M cover oraz Tomasz Karolak z zespołem Pączki w Tłuszczu. Gwiazdą wieczoru bę-

dzie Agnieszka Chylińska ze swoim zespołem.

Niedziela, 10 lipca, to dzień rodzinno-sportowy. Grajewskie Centrum Kultury oraz Miejski Ośrodek Sportu i Rekreacji organizują animacje i rozrywki dla dzieci oraz gry, konkursy z nagrodami i warsztaty dla całych rodzin. (O biegach, organizowanych przez Maratonkę, piszemy na str. 23).

Od piątku do niedzieli (godz. 10.00 – 18.00) będą też stoiska Food Trucków. Wszędzie wstęp wolny.

W trakcie tegorocznych Dni Grajewa będzie prowadzona zbiórka dla Wiktora Wiśniewskiego z Grajewa, chorego na rdzeniowy zanik mięśni (SMA). Już teraz można poznać jego historię na stronie www.siepomaga.pl/wiktor-sma i od razu pomóc groszem, na jaki nas stać.

POWIAT KOLNEŃSKI

Laureaci prestiżowej wystawy z Grabowa



Wójt gratuluje laureatom (od góry): Zbigniewowi Skrodzkiemu, Marcinowi Dobrzyckiemu i Beacie Bogdańskiej z bliskimi. Fot. UG

Z laurami XXVIII Regionalnej Wystawy Zwierząt Hodowlanych w Szepietowie wrócili hodowcy z gminy Grabowo. Tytuły wicczempionów uzyskały krowy Zbigniewa Skrodzkiego i Marcina Do-

brzyckiego z Konopkek-Białegostoku oraz kłacz Beaty Bogdańskiej z Grabowa. Doroczną wystawę organizuje Podlaski Ośrodek Doradztwa Rolniczego w Szepietowie.

Burmistrz

z absolutorium



13 radnych głosowało „za”, żaden nie był „przeciw”, a 1 wstrzymał się od głosu w czasie głosowania absolutorium za wykonanie budżetu w 2021 roku dla burmistrza Artura Kuczyńskiego. W sesji absolutorijnej Rady Miejskiej uczestniczyło 14 z 15 radnych.

Sterylizacja

i kastracja

w gminie Rajgród

Aż 80 proc. kosztów pokrywają Urząd Gminy i Związek Komunalny Biebrza za sterylizację lub kastrację psów i kotów. Zabiegi można wykonać w Gabinetce Weterynaryjnym w Grajewie (ul. Kopernika 27A, godz. 8.00 – 17.00). Przed udaniem się do weterynarza należy wziąć w Urzędzie Miejskim (pokój nr 23) formularz, wypełnić go i złożyć. Jeden właściciel (lub opiekun) może skorzystać z dopłaty do 1 psa i 1 kota. Pies musi być zaszczepiony. Sterylizacja lub kastracja to humanitarny sposób na zahamowanie niekontrolowanego rozrodu zwierząt.

KGW powiatu

z kasą



Dotacje z funduszy unijnych rozdzielił Urząd Marszałkowski. Z powiatu kolneńskiego otrzymały Koła Gospodyń Wiejskich w Rupinie 5 702 zł na Kulinarne Piknik Rodzinny „Łączymy Pokolenia”, w Bialikach 5 800 zł na Piknik Rodzinny „Wsi spokojna Wsi wesoła”, w Kruszy 6 930 zł na warsztaty kulinarne z kuchni kurpiowskiej, w Stawiskach 4 770 zł na zakup wyposażenia kuchennego dla Koła, w Cieloszcze 7 500 zł na Piknik Rodzinny, w Tyszkach Łabnie 5 570 zł na działalność, w Borkowie 7 500 zł na II Dzień Sibrzaka, w Wykowie 4 700 zł na Piknik „Między nami sąsiadami”, w Wincencie 4 620 zł na działalność, w Zaskrozdziu 7 000 zł na działalność, w Zabelu 4 530 zł na Piknik „Dzień Rodziny”.

Burmistrz Stawisk

z absolutorium

Jednogłośnie wotum zaufania i jednogłośnie absolutorium za 2021 rok otrzymała od radnych burmistrz Stawisk Agnieszka Rutkowska.



Jagodowa wystawa

Prace małych, większych i dorosłych uczniów koła plastycznego Gminnego Ośrodka Kultury w Czyżewie, którego jestem instruktorem, są prezentowane w znanym i lubianym w całej Polsce Ziołowym Zakątku w Korycinach (powiat siemiatycki). Wystawę oglądać można w chacie „Zioła w tradycji chrześcijańskiej” przy zabytkowym kościółku Matki Bożej Jagodnej. Jest plonem konkursu plastyczno-ekologicznego, zorganizowanego przez czyżewski ośrodek kultury z dyrektorką Katarzyną

Kostro we współpracy z Nadleśnictwem Rudka z nadleśniczym Tadeuszem Zawistowskim pod hasłem „Magia leśnej przyrody w wierszu >Na jagody< Marii Konopnickiej”.

Konkurs i wystawa są formami włączenia się w obchody Roku Marii Konopnickiej, znanej i cenionej polskiej poetki, pisarki i działaczki społecznej. Natomiast 2 lipca obchodzone było staropolskie święto Matki Bożej Jagodnej.

Serdecznie zapraszamy w lipcu do Ziołowego Zakątku i poznania pięknych, magicznych prac plastycznych, wykonanych przez ar-



Fot. pixabay

tystów z gminy Czyżew. Jagodowych wrażeń!

Anna Kazimierczuk
prezes Stowarzyszenia
Kulturalnego Ziemi Czyżewskiej

Czekam na bulwary

Ze spóźnieniem przeczytałam list Czytelniczki „Kontaktów”, która jest przeciwna rozbudowywaniu bulwarów nad Narwią. Nie zgadzam się! Będzie pięknie. Będzie można spacerować nadnarwiańską promenadą od mostu do mostu. Może powstaną jakieś sezonowe kawiarenki i latem mieszkańcy miasta, którzy nigdzie nie wyjadą na wypoczynek,

będą mogli przyjść sobie nad rzekę posiedzieć z bliskimi lub znajomymi. I pozachwytać się Narwią. Właśnie z bulwaru obserwowałam skarpę przeciwnego brzegu. Korzenie krzewów, roślinność, ptaki wyfruwające z piaszczystych dziupli. Jest na co patrzeć.

Miłośnicy „czystszej” natury mogą przejść lub przejechać przez most na drugą stronę rzeki i tam rozkoszować się trawą i piaskiem.

Kibicuję staraniom władz miasta o zdobywanie pieniędzy na bulwary i czekam na nie.

Martyna Bilewicz
Łomża

Generał Pułaski osiadł w Szepietowie



Mural przedstawiający generała Kazimierza Pułaskiego zdobi szczytową ścianę siedziby Gminnej Spółdzielni Samopomoc Chłopska w Szepietowie z inicjatywy Stowarzyszenia Artszep. Wybór generała, bohatera walk o wolność narodu polskiego i amerykańskiego, nie był przypadkowy. Jego ojciec Józef Pułaski pochodził ze wsi Pułazie-Świerże (gm. Szepietowo). Autorem muralu jest artysta malarz Arkadiusz Andrejkow z Sanoka. Mural kosztował 14 tys. zł (8 tys. zł dotacji). Jego oficjalne odsłonięcie odbędzie się 24 lipca, w czasie Dni Szepietowa.

Laureaci „jednego wiersza”



Laureaci konkursu z przewodniczącą jury Grażyną Boguszewską

Alicja Dłuska, Jan Janiak (oboje z Bogut-Pianek) i Urszula Krajewska-Szeligowska (Krajewo Białe) zajęli pierwsze miejsca w swoich kategoriach wiekowych w VI Konkursie Jednego Wiersza, zorganizowanym przez Miejską Bibliotekę Publiczną w Ciechanowcu.

Komisja konkursowa, którą tworzyły: Grażyna Boguszewska

(przewodnicząca) Dorota Żywicka i Elwira Ratyńska, wyróżniła wiersze: Jana Gumbisza (Kielce), Aliny Jurczuk (Siemiatycze), Adama Olszewskiego (Ciechanowiec), Kingi Ważyńskiej (Złotki-Przeczek, gm. Boguty Pianki), Amelii Wojciechowicz (Wąsewo) i Emilii Zajkowskiej (Wysokie Mazowieckie).

POWIAT WYSOKOMAZOWIECKI

Dni Czyżewa 9 – 10 lipca z Pięknymi i Młodymi

Koncerty, wystawy, turnieje, zawody tworzą bogaty i różnorodny program Dni Czyżewa, na które zaprasza burmistrz Anna Bogucka.

Dni rozpoczną się w sobotę, 9 lipca, wystawami: malarstwa Bogusławy Ignaczk w Bibliotece Publicznej w Czyżewie i fotograficznej „Artyści muzyczni na Dniach Czyżewa, czyli Czyżew bawi się” w Muzeum Ziemi Czyżewskiej. Otwarcie obu wystaw o godz. 9.00 i można je oglądać tego dnia do godz. 14.00. W sobotę odbędzie się także Turniej Tenisa (gra w piłkę na specjalnym stole) o Puchar Burmistrza Czyżewa na stadionie „Orlika” (godz. 13.00).

Dzień głównego świętowania, czyli w niedzielę, 10 lipca, rozpocznie się nad zalewem VI Spławikowymi Zawodami Wędkarskimi o Puchar Burmistrza Czyżewa (godz. 5.40).

Zespół „Kaczyńscy Band” na scenie na Stadionie Miejskim o godz. 14.15 zainauguruje blok sceniczny. Laureaci Powiatowego Konkursu Piosenki „Polskie

przeboje” oraz gminnych eliminacji Wojewódzkiego Konkursu „PIKtoGRAMy” wystąpią o godz. 15.00.

Godzinę później burmistrz Anna Bogucka oficjalnie otworzy Dni. Ogłosi także wyniki corocznego plebiscytu „Najlepsi w gminie” i wręczy stypendia uczniom, którzy uzyskali najlepsze wyniki w nauce i sporcie. Wówczas też zostaną ogłoszone nazwiska zwycięzców zawodów wędkarskich i Turniej Tenisa.

Ponownie koncertowy program rozpocznie zespół „Kaczyńscy Cover Show” (godz. 17.00). Po nim pokaz boksu „MN Boxing” Czyżew (17.40) i koncert zespołu „Tango” (godz. 18.00). Największe przeboje włoskiej pary Al Bano & Romina Power „Felicita” zaśpiewa duet „An Dreo e Karina”.

Patronat Kontaktów



Piękni i Młodzi

Gwiazdą wieczoru będzie zespół Piękni i Młodzi Magdalena Narożna (godz. 21.00).

Festyn zakończy pokaz laserowy (godz. 22.00).

Przez cały czas festynu na stadionie będą animacje dla dzieci, stoiska gastronomiczne, handlowe i promocyjne. Będzie można skorzystać z przejażdżek bryczkami, z kajaków i rowerów wodnych.

Konkurs na ogrody



Konkurs na najpiękniejszy ogród i najbardziej zadbaną wieś ogłosił Urząd Gminy w Nowych Piekutach. Zgłoszenia udziału przyjmuje Gminny Ośrodek Kultury jeszcze w czwartek i piątek (7 i 8 lipca). Szczegółowe informacje, tel. 574 024 523.

Nie ma chętnych na targowisko

Nowoczesne centrum wystawieniczotargowe za unijne 7,5 mln zł powstało w Sokołach. W kwietniu gmina Sokoły ogłosiła przetarg na dzierżawę części targowiska, na której ma się odbywać handel zwierzętami za ceną wywoławczą za 30 000 zł miesięcznie. Nie zgłosił się nikt. Teraz ogłosiła drugi przetarg z ceną wywoławczą 15 000 zł. Pytanie: ktoś jeszcze w Polsce masowo (to określenie jest ważne) handluje na targowiskach końmi, krowami, świniami, owcami? Dziś zdecydowana większość rolników ich nie hoduje, lecz tylko wyspecjalizowane gospodarstwa. A te nie handlują nimi masowo na targowiskach, by miały rację być.

POWIAT ZAMBROWSKI

Ogólnopolski Złot Motocyklowy

XV Ogólnopolski Złot Motocyklowy zawita do Zambrowa i Czerwonego Boru (modrzewiowa polana) od piątku do niedzieli, 8 – 10 lipca.

Otwarcie „bramy złotowej” w Czerwonym Borze w piątek, godz. 15.00 i tam od godz. 19.00 koncerty zespołów No Profits i Dylizans. Sobota rozpocznie się Rajdem o Puchar burmistrza Zambrowa (godz. 10.00). Po nim parada ulicami miasta, zakończona na Targowicy Miejskiej. Tam od godz. 14.00 będzie można oglądać motocykle i popisy motocyklistów (jazda na jednym kole i inne akrobacje). Wieczorem w Czerwonym Borze od godz. 19.00 koncerty zespołów: Raven, The Blues Band i 18 minut oraz pokaz ognia i tańca erotycznego. Zakończenie Złotu w niedzielę o godz. 13.00 w Czerwonym Borze.

Organizator Złotu, Klub Miłośników Motocykli „Żubr”, zwołuje je corocznie, a także wystawy motocykli, włącza się w zbiórki krwi i inne akcje charytatywne, a ostatnio w zbiórkę na leczenie Filipka Nowackiego.

Tchną życie w opuszczoną szkołę



Szkoła w Srebrnym Borku została zbudowana w 1912 roku. Była wówczas jedną z nielicznych, zwłaszcza na wsi, szkół murowanych w regionie. Zabytkowy budynek, po likwidacji Szkoły Podstawowej, od długiego czasu stoi opuszczony. To się zmieni: zostanie wyremontowany za 900 000 zł

unijnej dotacji, przydzielonej gminie Szumowo przez Zarząd Województwa. Odtworzony zostanie pierwotny wygląd zewnętrzny, wymieniony dach, otrzyma nowe instalacje i będzie zaadoptowany na cele turystyczne i kulturowe. Dotacja w całości pokrywa koszty remontu. Fot. facebook

Ambulanse dla szpitala



Dwa ambulanse typu B Volkswagen z wyposażeniem kupił Szpital Powiatowy w Zambrowie dzięki dotacji 1 220 000 zł.

Koniec pieniędzy, koniec pomocy

Skończyły się pieniądze od ofiarodawców na pomoc uciekinierom z Ukrainy i skończyła się pomoc, ogłosił burmistrz Zambrowa Kazimierz Dąbrowski. Oznacza to, że uchodźcy z Ukrainy nie mogą już korzystać z darmowych obiadów, nauki języka polskiego, imprez kulturalnych i sportowych, dofinansowania zakupu żywności, leków i środków higieny.

Internetowi seniorzy

Kurs obsługi komputera skończyło 15 seniorów z gminy Szumowo.

„Sreberka” na kajakach

Panie z KGW „Sreberka” ze Srebrnej popłynęły sphywem kajakowym Pisą.



Bez miłości

Mateuszek

Nie znał swojego taty, podobnie jak jego rodzeństwo, Ola i Oskar. Wiedzieli tylko, że mają wspólną mamę Hannę i każde innego ojca. Mieli kilku wujków.

Mateuszek najbardziej zapamiętał Heńka. Przez niego nie lubił szkoły. Każda negatywna ocena owocowała biciem. Sam musiał postawić stołek na środku kuchni, zdjąć spodnie, położyć się i głośno liczyć razy pasem. Mama stała i przyglądała się. Nigdy go nie broniła. Mimo to ją kochał. Tylko Ola płakała w kącie i za to pokochał ją najbardziej. Heńka nienawdził całym swoim dziewięcioletnim sercem i w wyobraźni zabijał go na kilka sposobów. Za mamę i siebie. Za Olę i Oskara. A gdy doszło do sytuacji, że nikt się za nim wobec Heńka nie ujął, postanowił: „Gdy dorosnę, będę bił wszystkich”.

Bokser

Poprosił mamę o zapisanie na bezpłatne zajęcia z boks. Trener był wymagający, nie uznawał porażek. Mateusz wygrywał, był najlepszy w klubie. Nigdy nie odpuszczał, walczył do końca, musiał wygrać.

Na dyskotekach, obozach, zgrupowaniach był duszą towarzystwa.

Ale gdy wpadał w złość, bił i nie można go było powstrzymać.

Poznał Hasmik, piękną Ormiankę. Byli parą. Do czasu. Poznała Roberta, który szybko wziął z nią ślub i zabrał do USA. Mateusz skoczył z dachu dyskoteki, w której się poznali. Dwa lata spędził na wózku. Tytanowe płytki scalały jego piszczele i uzupełniały ubytki w kostkach stóp. Rehabilitacja. Koniec kariery sportowej. Koniec nauki. Bez matury.

Mafioso

Z Grajewa Hannę zabrał do Wołomina nowy wujek Alfred. Mateusza na wózku również. Hanna sprowadziła pozostałe dzieci. Mieszkanie dla nich wynajął Alfred z dala od swojej willi i rodziny. Mateusz wstał pewnego dnia z wózka, bez powikłań. Uważano to za cud. Musiał odpracować u Alfreda koszty rehabilitacji. Powierzył mu ściąganie haraczy od dłużników. Jeździli w czwórce: wysocy, postawni, ubrani na czarno, obwieszeni złotem. Budzili respekt.

Na Wybrzeżu trafili na opornego. Jeden z kumpli wziął z wózka dziecko dłużnika i trzymając za stópkę wystawił z balkonu. Dziecko i matka płakali, a pod dzieckiem było 8 pię-

ter... Mateusz odebrał dziecko. Koleję rąbnął z główki. Wywiązała się między nimi bójka. Przyjechała policja. W mieszkaniu był tylko poturbowany przez kolegów Mateusz, reszta odjechała. Sąd i wyrok. Nikogo nie wydał. Dlatego żyje. O pobycie w więzieniu nikomu nie opowiada.

Tata

Pragnął mieć kochającą rodzinę. 26 lat, to odpowiedni ku temu wiek. Róża dobiwała do pełnoletności. Ostrzegano go, że jest nie zrównoważona, że w jej domu wszyscy są alkoholikami. Sam wyremontował mieszkanie i zabrał Różę do siebie. Był chorobliwie zazdrosny. Nie chciał, by pracowała. Całe dnie spędzała więc siedząc w oknie i słuchała muzyki. Papieros i kawa. Nie umiała gotować. On gotował po powrocie z pracy i sprzątał mieszkanie. Kuba i Bartek urodzili się w odstępnie roku. Do codziennych obowiązków doszło kąpienie dzieci i zabawa z nimi. Lubił te chwile.

Raz poniosła go złość, wyrzucił nieumyte garnki przez okno z pierwszego piętra. Róża obraziła się i wróciła do rodziców. Mama Mateusza zajęła się jego synami (mieli już 2 i 3 lata). Róża wróciła i żyli jak dawniej. Chłopcy szli do komunii.

Chciał, by mieli prezenty i imprezę, jak inni. Pracował po 10 godzin przy posadzkach i łapał różne budowlane fuchy. Był przepracowany, pluł krwią... Przyjęcie komunijne było piękne i bogate, jak u innych.

Syn

Raka u mamy Mateusza wykryto zbyt późno. Zabrał ją do siebie. Znosił na rękach z trzeciego piętra i woził do wszystkich możliwych lekarzy. Bez efektu. Umierała dwa miesiące. Mateusz zasypiał przy jej łóżku, trzymając ją za rękę. Rano szedł do pracy. Odchodziła, patrząc mu w oczy...

Róża nie była na pogrzebie. Nie darował jej tego. Urządził awantury. Zdesperowana próbowała w nocy zadłgać go nożem. Wyprowadził się.

Czulego serca

Wynajął pokój. Odwiedzają go nastoletni synowie. Ma dla nich czas, kieszonkowe, owoce, słodycze. Po pracy na budowie gotuje obiad dla siebie i synów.

Mateusz, wciąż formalnie kawaler, chciałby poznać kobietę, która go pokocha takim, jakim jest. „Dzieci nie zostawię. Nie szukam przygód, tylko czulego serca”, mówi.

BARBARA PASZKOWSKA

Ziołami leczyła jej babcia Olga, a ona sama jako dziecko, gotowała napary swojej mamie **Z koloni zielska Zielska Kolonia**

Woreczki babci Olgi

Pierwsze zielarskie wspomnienie, to babcia Olga i jej woreczki.

– Babcia była zielarką, znała wszystkie rośliny, leczyła siebie, dzieci i swoje zwierzęta, jak wielu kiedyś. Gdy nie mogła już mieszkać sama, jej dzieci podzieliły się opieką i babcia Olga przyjeżdżała do nas na zimę. Przywoziła różne woreczki, ciągle parzyła coś w kubkach, wiecznie jakieś napary stały na piecu. Jak z siostrami chorowaliśmy, to babcia zawsze nas czymś poila – wspomina Katarzyna Prymaka z Knyszewicz (gm. Szudziałowo).

Ciekawiło ją to w dzieciństwie na tyle, że kiedy któregoś dnia jej mama zachorowała, zdobyła księgi zielarskie i przygotowywała ziołowe napary i kąpiele. Pomogło! Później, jako nastolatka dorabiała, zbierając zioła dla Herbapolu. Kiedy wyjechała na studia do Szkoły Głównej Gospodarstwa Wiejskiego do Warszawy, a potem pracowała w urzędzie, nie było czasu na zioła.

– Miasto roślinom nie sprzyja, a kiedy się jeszcze ma małe dzieci, pracę na etacie, to zajmowanie się zielarskim spada na sam koniec listy rzeczy do zrobienia – mówi.

Pęd życia, codzienne dojazdy, potem rozstanie z mężem, przeprowadzka i efektem była konieczna nagła „wizyta” w Szpitalnym Oddziale Ratunkowym. – Wtedy pomyślałam, że czas zwolnić. Siostra namówiła mnie na urlop wychowawczy. Zaczęłam dochodzić do siebie, miałam czas dla dzieci, dla swoich zwierząt, ogrodu, łąki. Słuchałam wykładów zielarskich on-line, zapisałam się do wielu grup w mediach społecznościowych. Robiłam coraz więcej produktów na potrzeby swoje, dzieci i znajomych – opowiada o początkach Zielskiej Kolonii.

Po urlopie wychowawczym wróciła do urzędowej pracy, już jednak z myślą, że może być inne wyjście.

– W drugiej części domu do dziś mieszka mama, a ja się tu ponownie sprowadziłam w 2014 r. I teraz moje dzieci czasem narzekają, że do kolegów, do miasta daleko. Ja też tak kiedyś narzekałam, dlatego wyjechałam, ale wróciłam i wiem, że to moje miejsce. Moja kolonia i moje zielarsko – mówi Agnieszka Prymaka.



Agnieszka Prymaka



Drogowskaz w Knyszewiczach prowadzi wprost do rodzinnego domu

Powoli poszerzała domową produkcję, zwiększał się krąg klientów zainteresowanych jej wyrobami. W założeniu działalności wspomogła ją Lokalna Grupa Działania „Szlak tatarski”.

Z choinką w kąpielu

Dziś w „Zielskiej Kolonii” wytwarza octy, syropy i herbaty. Sprzedaje je w ramach tzw. rolniczego handlu detalicznego. Skończyła kursy fitoterapii, cały czas poszerza wiedzę na wykładach zielarskich polskich sław ziołolecznictwa. Dzieli się tym z ludźmi podczas autorskich warsztatów w Knyszewiczach i innych miejscach regionu.

– Zapraszają mnie ośrodki kultury, biblioteki, koła gospodyń wiejskich, rozmaite instytucje, ludzie zainteresowani ziołami, tworzeniem herbat, octów, tzw. dzikim jedzeniem, czyli rosnącymi tuż obok nas jadalnymi roślinami – opisuje obecną „codziennosc”.

Dary natury cały rok!

– Zimą polecam igliwie sosny i świerku. Są świetne do kąpeli ogrzewającej, relaksującej, inhalującej. Trzeba zerwać parę gałązek, zalać je w garnku zimną wodą, zagotować i napar wlać do kąpeli – radzi Agnieszka Prymaka.

Wczesną wiosną, która dla zielarza zaczyna się już w lutym, Agnieszka wykopuje korzenie, ale przede wszystkim zrywa pąki drzew. Pierwsze są z sosny, potem leszczyny, topoli, itd.

– Pąki, to pigułka wszystkiego, co potrzebne do rozwoju, do nowego życia, bogactwo witamin i enzymów. Z pąków produkuje się preparaty lecznicze na bazie wina, spirytusu. To cenniejsza i warta uwagi tak zwana gemmoterapia – wyjaśnia.

Ostatnio robiła swoim dzieciom preparat przeciwwzapalny i wspomagający przy alergiach na pąkach czarnej porzeczki.

Lato i jesień, to gorące sezony. Wszystko kwitnie, owocuje. Trzeba zbierać, suszyć, przetwarzać, za-

mykać w butelki i słoje. Obowiązują jednak zasady.

– Zioła najlepiej zbierać w słońce, nigdy tuż po rosie. Nie mogą być wilgotne! W słońcu mają największy zasób związków aktywnych – wyjaśnia – Trzeba uważać z miejscem zbierania roślin. Dobrze wiedzieć, jak uprawiana jest łąka, unikać pól przydrożnych, przy dużym ruchu samochodów i nie zbierać w mieście. Ja większość ziół zbieram na swojej ziemi, własnej łące, polu a nawet w lesie, bo jestem szczęśliwą właścicielką leśnej działki.

Babka w cieście

Jednym z tematów, budzących największe zainteresowanie podczas prowadzonych warsztatów, jest przygotowywanie i jedzenie roślin powszechnie występujących na polach i łąkach, ale rzadko używanych w kuchni.

– A przecież wokół nas jest mnóstwo roślin nadających się do jedzenia. Na przykład, podagrycznik, świetny do zupy lub podsmażania na maśle. Albo babka zwyczajna, której szerokie liście doskonale smakują smażone w cieście – poleca.

Z liści drzew i krzewów rosnących w naszych sadach lub na łąkach można robić znakomite napary, zastępujące herbatę.

– W wielu miejscach rośnie wierzbówka koprzyca, z której powstaje słynny „iwan czaraj”. Jednak można też zebrać dwie garście innych roślin: młode liście jabłoni, bzu lilaka, czeremchy, doskonale są też liście mirabelki, winogron. Najpierw je ugniatamy, miętosiśmy, zwijamy tak, aby liście puściły sok. Upychamy je do słoika. Odstawiamy słoik na kilkanaście godzin w ciepłe miejsce. Gdy liście w słoiku zmienią kolor na brązowy i zapach na kwiatowo-miodowy wyjmujemy, suszymy i mamy zapas herbaty na wiele miesięcy!

Wszystko, co sama wytwarza, można kupić w jej Zielskiej Kolonii, podczas warsztatów, przez fb i kontakt telefoniczny. Jest laureatką podlaskiej „AgroLigi” 2020 w kategorii Firma (Źródło: Podlaskie Centrum Produktu Lokalnego).

URSZULA ARTER

Upalne lato i dla ochłody łyk zimnej wody, lemoniady, piwa

Z pianką

„Piwo Drozdowskie będzie!”, informowała w 1920 r. na pierwszej stronie „Gazeta Łomżyńska”. I było. Zimne, z sączącą się pianką.

Browar w Drozdowie został założony w 1864 r. i po kilku latach rozbudowany przez Franciszka Dionizego Lutosławskiego. Cieszył się międzynarodową sławą. Przed I wojną światową drozdowskie piwo zdobywało złote medale na krajowych i międzynarodowych konkursach w Wiedniu, Paryżu, Londynie, Filadelfii i Warszawie. Po wojennej przerwie browar wznowił produkcję. Zbiorniki do fermentacji, kadzie zacierne, kotły warzelne i inne urządzenia poświęcił proboszcz drozdowskiej parafii ks. Antoni Mielnicki.

Z browarem w Drozdowie rywalizował browar na Łomżyńcy Feliksa Tylińskiego (też z przedwojenną tradycją). Piwo Tylińskiego cieszyło się także powodzeniem.

Po I wojnie światowej w województwie białostockim było 18 funkcjonujących browarów. W 1922 r. wyprodukowały 54 500 hektolitrow piwa. Dziesięć lat później, w wyniku kryzysu gospodarczego (wysokie podatki, ceny jęczmienia i chmielu), produkcja w województwie spadła do 37 000 hektolitrow.

W Łomży można było ugasić nie tylko pragnienie na przykład w założonej w 1868 r. restauracji „Pod Złotym Koniem” przy ul. Szosowej (w 1934 r. nazwa ulicy zmieniona na Żwirki i Wigury). Prowadzili ją Kazimierz Mojkowski i Antoni Wiktorowski. Po zamieszkaniu w Łomży „Pod Złotym Koniem” pracowała mama pochodzącej z Bronowa aktorki Toli Mankiewiczówny. Ubierała się w piękne stroje i powłóczyła szale, które dostawała od córki.

Restaurację i hotel „Rembielin” prowadził przy pl. Kościuszki 13 Józef Iwanicki. Na smaczny befsztyk z cebulką zatrzymywał się tu minister spraw wewnętrznych, potem premier Felicjan Sławoj Składkowski. W „Rembielinie” Jan Stolarz przekazał ministrowi „program narodowy” dla Polski, który brzmiał: „Po polsku pić, po polsku żyć. Po polsku Niemca, bolszewika bić!” (premier pisał o tym w opublikowanych wspomnieniach).

Nie tylko piwo serwowała restauracja hotelu „Metropol” (założony w 1910 r.).



Piwnice browaru Lutosławskich, zniszczonego przez Niemców 11 września 1944; stan w 2009 roku.
Fot. Muzeum Przyrody w Drozdowie

Przy placu Kościuszki 20 restaurację „Staropolską” 11 kwietnia 1919 r. otworzył Ludwik Olszewski.

Do baru na stacji kolejowej w Łomży zapraszała od 1 maja 1919 r. Ludwika Mścichowska.

Chłodne piwo z pianką serwował w swojej piwiarni przy ul. 3 Maja Władysław Modzelewski. Bufet w Towarzystwie Wioślarskim przy pl. Kościuszki 20 prowadził Józef Tomczak.

W Śniadowie 7 listopada 1919 restaurację otworzyła Maria Bagnowska.

11 listopada 1919 r. wznowił działalność wyszynku piwa we własnym domu Jan Sawicki w Starych Kupiskach.

Za bufetową ladą na stacji kolejowej w Czyżewie od 1 kwietnia 1919 r. stał właściciel dworcowej gastronomii Jan Turobiński.

7 grudnia 1919 r. ponownie otworzyła piwiarnię w Rutkach Rozalia Żebrowska. Drugą otworzył w 1924 r. Władysław Saraszewski.

W 1922 r. restaurację w Wyszonkach (gm. Klukowo) prowadził Roch Skowera.

W Kolnie w 1924 r. wyszynk piwa otworzył Boruch Zdrojewicz.

W sklepach spożywczych w Łomży i okolicy można było kupić piwo butelkowe. Opłata za koncesję na handel alkoholem w 1920 r. wynosiła 10 marek.

Z aromatem

„Z przyjemnością notujemy uruchomienie w Łomży polskiej fabryki napojów gazowo-owocowych „Sanitas”, która wytwarza maszynowo wody mineralne, owocowe i lemoniady”, informował w 1927 r. łomżyński tygodnik „Życie i Praca”.

Gazeta zapewniała o „pierwszorzędnej jakości” napojów, bez szkodliwych domieszek chemicznych. Fabryka lemoniady mieściła się przy ul. Stacha Konwy 3, miała telefon nr 107.

Butelka lemoniady w lokalu kosztowała 60 groszy, wody sodowej 40 groszy. Dla porównania, w 1924 r. bochenek chleba kosztował 33 grosze.

Słodka lemoniada smakowała nie tylko dzieciom. Łomżyński tygodnik podpowiadał, jak można zrobić cytrynową lemoniadę w domu: do garnka z wodą należało dołożyć dwa funty cukru (ok. kilograma), sok z dziesięciu cytryn, trochę skórki do zapachu i razem zagotować. Po ostudzeniu precedzić, wlać lemoniadę do dzbanka i dorzucić do niej lodu, aby była zimna. Można było także przygotować lemoniadę malinową lub porzeczkową ze świeżych owoców.

Ze studni

„Podczas upałów, tak przy pracy, jak i w zabawie, pragnienie wzrasta i ludzie, aby je ugasić, piją zimną, surową wodę”, pisało „Życie i Praca”.

A z wodą w Łomży był kłopot. W 1924 r. funkcjonowało 141 studni, w tym 133 gruntowe i 8 artezyjskich. Z gruntowych woda tylko z 11 nadawała się do picia. Zamożnych mieszkańców Łomży wozowodowie zaopatrywali w wodę ze studni artezyjskich. Mniej zamożni używali wodę z 11 studni gruntowych, których właściciele pobierali niewielką opłatę. Ubodzy mieszkańcy, szczególnie z ulicy Rybaki, korzystali z wody rzecznej. Groziło im niebezpieczeństwo chorób. Kiedy w latach dwudziestych w Łomży rozprzestrzeniła się epidemia tyfusu, władze miasta zakazały czerpania wody z Narwi i zorganizowały dowóz wody pitnej. Nad rzeką wystawiono tablice informacyjne, ale zakaz nie zawsze był przestrzegany.

„Bez rozwiązania tego problemu, mieszkańcy miasta nie mogą być pewni jutra: choroby bowiem i śmierć ze strony niewidzialnego wroga stale zagładają im w oczy”, alarmował łomżyński tygodnik.

MARIA TOCKA

(O ciekawych wydarzeniach z międzywojennej Łomży i regionu, bohaterach, romansach, procesach, konfliktach, można przeczytać w książce „Łomżyńskie historie prawdziwe. Ludzie, miejsca, zdarzenia”, wydanej przez „Kontakty”. Do nabycia w redakcji: Łomża, al. Legionów 7, tel. 86 216 42 43).

Ogłoszenie w KONTAKTACH

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

BUDOWNICTWO

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

(fak.0096/2022-o-i)

NIERUCHOMOŚCI

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

(fak/sms)

Pilnie sprzedam mieszkanie
w Warszawie, na Targówku, 43 m².
Tel. 500 – 097 – 065

(p-001506-o)

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.0075/2022-o)

Indyki odchowane, białe, rasa
ciężka. Tel. 691 – 189 – 932

(fak/sms)

Kupię prasy belujące w każdym
stanie, Metal Fach, Sipma, Morra,
Warfama, Omas, Krone, Welger
i inne, a także ścinacze zielonek,
owijarki samozaładowcze.
Tel. 535 – 305 – 302

(fak/sms)

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

(fak/sms)

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

(fak/sms)

TRANSPORT

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

(fak.0097/2022-o-i)

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

(fak.0098/2022-o-i)

USŁUGI

Malowanie dachów.
Tel. 668 – 141 – 137

(p-001511-o)

Burmistrz Nowogrodu

informuje, że w siedzibie Urzędu Miejskiego w Nowogrodzie przy
ulicy Łomżyńskiej 41 na tablicy ogłoszeń został wywieszony na okres
21 dni wykaz nieruchomości gruntowej, stanowiącej własność Gminy
Nowogród, przeznaczonej do oddania w dzierżawę w trybie bezprze-
targowym, stanowiącej część działki nr 85/2, położonej w obrębie ewi-
dencyjnym Nowogród. Wykaz został również zamieszczony na stronach
internetowych: bip.um.nowograd.wrotapodlasia.pl, www.nowograd.com.

Szczegółowe informacje dotyczące wykazu można uzyskać w siedzi-
bie Urzędu Miejskiego w Nowogrodzie (pokój nr 8) oraz telefonicznie
pod nr 86 217 55 20 wew. 22.

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

plus kolorowy magazyn
televizyjny
w prenumeracie



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



Prezydent Miasta Łomża

podaje do publicznej wia-
domości, że w jego siedzibie
w Łomży, przy ul. Stary Rynek 14,
na tablicy ogłoszeń wywieszony
został wykaz lokali komunalnych
przeznaczonych do sprzedaży
na rzecz głównych najemców.

Twoje

„Kontakty” wprost do domu!

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

W prenumeracie taniej (porównaj z ceną w nawiasie):

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

Kontakty w prenumeracie zawierają
kolorowy dodatek telewizyjny.

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

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

lub redakcja@kontakty-tygodnik.com.pl

Chcesz zamieścić ogłoszenie lub reklamę w „Kontaktach”?

Zadzwoń, napisz
nasi przedstawiciele pomogą, doradzą:

tel. 86 216 42 43, fax. 86 216 57 11
kom. 506 448 884

redakcja@kontakty-tygodnik.com.pl

Wszystkie ogłoszenia i reklamy
zamieszczamy bez dodatkowej opłaty
na naszej stronie

www.kontakty-tygodnik.com.pl



OGŁOSZENIA BEZPŁATNE MOTORYZACYJNE

- Sprzedam Mercedes, (2007), 2.2 diesel, stan bardzo dobry, cena 26 000 zł do uzgodnienia, tel. 503 – 862 – 612 (o/b)
- Sprzedam Honda Accord VIII, (2008), 2.2 diesel, 150 KM, kolor czarny, przebieg 275 000 km, cena 27 500 zł do negocjacji, tel. 515 – 972 – 526 (o/b)
- Sprzedam Audi A4, (1997), benzyna, stan bardzo dobry, cena 4 500 zł, tel. 505 – 552 – 375 (o/b)
- Sprzedam skuter Romet, nowy, zarejestrowany, opłacony, na gwarancji, cena 7 000 zł, tel. 514 – 033 – 989 (o/b)
- Sprzedam Volkswagen Fox, (2007), LPG, nowe opony, niedawno robione hamulce, przebieg 207 000 km, cena 6 500 zł do negocjacji, tel. 533 – 158 – 549 (o/b)
- Sprzedam BMW E90 320D, (2008), diesel, nowy rozrząd, nowy rozrusznik, aktualne opłaty i przegląd, cena 21 150 zł, tel. 660 – 678 – 104 (o/b)
- Sprzedam Daewoo Musso, (2000), diesel, napęd 4x4, przebieg 283 000 km, cena 7 900 zł, tel. 889 – 639 – 987 (o/b)
- Sprzedam Volvo XC 60, (Xl.2016), salon Polska, cena 102 000 zł, tel. 507 – 960 – 008 (o/b)
- Sprzedam Nissan Qashqai, (2008), 1.5 diesel, stan techniczny dobry, centralny zamek, elektryczne szyby, hak, cena 19 500 zł do negocjacji, tel. 696 – 017 – 322 (o/b)
- Sprzedam Ford Fiesta, (2003), auto świeżo sprowadzone z Niemiec, opłacone, gotowe do rejestracji, benzyna, środek czysty i zadbane, cena 6 900 zł, tel. 506 – 546 – 584 (o/b)
- Sprzedam Volkswagen Passat, 2.0 TDI, 170 KM, pierwszy właściciel, salon Polska, stan idealny, cena 39 900 zł, tel. 507 – 960 – 008 (o/b)
- Sprzedam Seat Toledo 2, (2002), LPG, przebieg 374 000 km, klimatyzacja, nowe głośniki JBL, cena 10 000 zł, tel. 730 – 221 – 330 (o/b)
- Sprzedam Citroen Jumpy, (2001), 2.0 hdi, diesel, auto użytkowane na co dzień, 94 KM, cena 6 000 zł do negocjacji, tel. 668 – 421 – 935 (o/b)
- Sprzedam Opel Vectra, (2007), 1.9 cdti, 150 KM, elektryczne szyby, elektryczne lusterka, klimatyzacja, centralny zamek, cena 7 200 zł, tel. 508 – 169 – 071 (o/b)
- Sprzedam Daewoo Matiz Style, (2007), stan techniczny bez zarzutu, benzyna, ważne OC, aktualny przegląd techniczny, cena 3 950 zł do negocjacji, tel. 791 – 368 – 548 (o/b)

OGŁOSZENIA BEZPŁATNE ROLNICZE

- Sprzedam chwytak do bel, masztowy, stan dobry, cena 2 500 zł, tel. 507 – 938 – 978 (o/b)
- Sprzedam rozrzutnik dwuosiowy na kolce, stan bardzo dobry, cena 7 000 zł, tel. 507 – 938 – 978 (o/b)
- Sprzedam rozrzutnik obornika, po kompletnym remoncie, w bardzo dobrym stanie, gotowy do pracy, cena 3 200 zł do negocjacji, tel. 798 – 634 – 097 (o/b)
- Sprzedam siewnik zbożowy Poznaniak, stan bardzo dobry, cena 2 500 zł do uzgodnienia, tel. 503 – 862 – 612 (o/b)
- Sprzedam kosiarkę rotacyjną, cena 2 500 zł do uzgodnienia, tel. 503 – 862 – 612 (o/b)
- Sprzedam prasę Metal Fach Z-507, (2005), centralne smarowanie, zamki na komorze, szeroki podbieracz, owijanie siatka-sznurek, cena 22 500 zł do negocjacji, tel. 500 – 868 – 763 (o/b)
- Sprzedam dmuchawę do zboża i siana, z silnikiem 11kW, cena 2 100 zł, tel. 507 – 960 – 008 (o/b)
- Sprzedam ciągnik Zetor 3320, stan bardzo dobry, pierwszy właściciel, cena 45 000 zł, tel. 507 – 960 – 008 (o/b)
- Sprzedam rozrzutnik jednoosiowy, cena 2 100 zł, tel. 512 – 257 – 484 (o/b)
- Sprzedam kombajn zbożowy Bizon Z-056, stan dobry, rozdzielnice łanu w komplecie, cena 32 000 zł do negocjacji, tel. 608 – 809 – 421 (o/b)
- Sprzedam beczkownik, 5 000 litrów, niemiecki, cena 9 000 zł, tel. 795 – 142 – 174 (o/b)
- Sprzedam wycinak, 2,50 m wysokości, stan bardzo dobry, cena 3 800 zł, tel. 518 – 897 – 354 (o/b)
- Sprzedam zgrabiarkę karuzelową Niemeyer, 2-gwiazdowa, stan bardzo dobry, cena 15 000 zł, tel. 694 – 942 – 970 (o/b)
- Sprzedam bronę talerzową, ciągnana, 3,50 m, cena 15 500 zł od negocjacji, tel. 608 – 202 – 389 (o/b)
- Sprzedam kosiarkę dyskową Pottinger Novacat 262, centralne zawieszenie, szerokość robocza 2,60 m, wałek WOM w komplecie, cena 30 500 zł, tel. 509 – 628 – 118 (o/b)
- Sprzedam ciągnik Case 5130, (1991), sprawny technicznie, 4x4, opony 60%, w oryginale, bez przecieków, cena 45 900 zł, tel. 609 – 372 – 586 (o/b)
- Sprzedam zbiornik Dari-Kool, (2006), z odzyskiem, 3 000 litrów, cena 15 000 zł do negocjacji, tel. 798 – 306 – 131 (o/b)

KUPON

BEZPŁATNE OGŁOSZENIE DLA ZMOTORYZOWANYCH

Treść ogłoszenia do 15 słów:

Warunkiem ukazania się ogłoszenia jest podanie ceny pojazdu!

Imię i nazwisko ogłaszającego:

Adres:

Tel.:

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

Czytelny podpis: _____

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

KUPON

BEZPŁATNE OGŁOSZENIE ROLNICZE

Treść ogłoszenia do 15 słów:

Warunkiem ukazania się ogłoszenia jest podanie ceny!

Imię i nazwisko ogłaszającego:

Adres:

Tel.:

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

Czytelny podpis: _____

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

30 LAT PREFBET ŚNIADOWO - solidarnie

Przedsiębiorstwo Produkcji Betonu Prefbet w Śniadowie działa na rynku producentów materiałów budowlanych już 30 lat. Oferuje m.in. prosty, energooszczędny system budowy obiektów z betonu komórkowego, szereg produktów betonowych i wyroby silikatowe. W 2019 r. spółka ze Śniadowa uruchomiła nowoczesny zakład innowacyjnych wyrobów silikatowych. W 2021 roku firma zakończyła budowę zakładu prefabrykacji elementów betonowych, która daje możliwość produkcji ergonomicznych wyrobów betonowych o wysokiej wytrzymałości i dokładności. Główny zakład produkcyjny spółki znajduje się w Śniadowie, dwa oddziały produkcyjno-handlowe w Łomży i Zambrowie.

Tym niemniej poza produkcją materiałów budowlanych współczesny Prefbet solidarnie wspiera różne przedsięwzięcia o charakterze społecznym i charytatywnym.

Po pierwsze w środowisku sportowym firma od początku powstania LŁKS Prefbet wspiera go jako sponsor główny, a od 2020 wraz z Sonarolem solidarnie partycypuje w jego rozwój. Bardzo dobre wyniki sportowe klubu dokumentuje 158 medali mistrzostw Polski. Klub może pochwalić się plejadą zawodników, w tym reprezentantami Polski tj. Anna Jesień, Joanna Fiodorow, Piotr Łobodziński, Sebastian Dobkowski, Arkadiusz Wojno, Justyna Korytkowska, Piotr Pogorzelski, którzy swoimi występami

na olimpiadach i mistrzostwach Polski tworzyli historię polskiego sportu. Klub na dzień dzisiejszy liczy 175 zawodników i kształtuje nie tylko postawy sportowe, ale jest jednocześnie dla zawodników miejscem samorealizacji w budowaniu kariery sportowej i osobistej.

Prefbet Śniadowo wspiera także lokalne kluby piłki nożnej. Od kilku lat jako sponsor angażuje się w klubie Olimpia Zambrów, który w klasyfikacji PZPN aktualnie awansował do 3 ligi. Pomaga również finansowo miejscowemu KS Śniadowo, gdzie po serii spektakularnych zwycięstw KS Śniadowo zasłużył na awans do 4 ligi. Współpraca z tymi klubami dla spółki Prefbet niesie ze sobą ogromną satysfakcję wynikającą z udziału w ich sukcesach.



W swych działaniach Prefbet Śniadowo nie zapomina też o kształtowaniu kadry budowlanej poprzez cykliczne szkolenia i konkursy budowlane dla szkół i uczelni o profilu budowlanym. Pionierski konkurs z licznymi nagrodami realizowany we współpracy z ZST i O nr 4 w Łomży w tym roku był już 12 edycją. Cieszy fakt uczestnictwa licznej grupy młodzieży z całego makroregionu nadając mu odpowiednią rangę. Trzeba również wspomnieć spotkanie seminaryjne w WSA w Łomży zrealizowane w ramach cyklu konferencji z ramienia ogólnopolskiego Stowarzyszenia Producentów Betonowych. Nie mogło zabraknąć Łomży i WSA, jedynej w mieście uczelni wyższej kształcącej inżynierów budownictwa. Współpraca z uczelniami wyższymi jest obopólnym sukcesem. Spółka Prefbet jest beneficjentem licznych projektów i często korzysta z badań laboratoryjnych uczelni technicznych realizowanych w ramach przyznanych grantów.

Dopełnieniem działań w otoczeniu firmy jest pomoc ludziom dotkniętym przez różne żywioły i sytuacje życiowe. Przykładem jest wsparcie budowy domu samotnej matki w Ełku i centrum rehabilitacyjnego w Łomży realizowanego w ramach działań Caritas. Prefbet nie odmówił nigdy pomocy pogorzelncom w odbudowie ich domostw.

Na uwagę zasługują liczne akcje wsparcia realizowane pod patronatem lokalnych władz samorządowych. Przykładem jest przekazanie nieodpłatnie materiałów budowlanych na budowę domu dla osieroconych dzieci w Lemanie. Współ z pozostałymi darczyńcami i wzorową koordynacją działań przez Wójta gminy Turośl powstał wymarzony dla dzieci dom. Takich przykładów solidarności firmy jest więcej o czym świadczą liczne podziękowania i listy gratulacyjne.

Wskazane wyżej przykłady ukazują budujący przykład firmy, w której nie liczą się tylko korzyści materialne z prowadzonej działalności. Prefbet Śniadowo solidarnie wspiera i jest patronem wielu przedsięwzięć, przez co kształtuje odpowiedzialność społeczną biznesu.

PPB „PREFBET” Spółka z o.o.
18-411 Śniadowo, ul. Kolejowa 17
tel. 86 217 62 95, fax 86 217 61 29
www.prefbet.pl



Wianki, jak wianki, ale ciechanowieckie Świtezianki!



Wicie i puszczanie wianków przy dźwiękach muzyki zespołów, które nosły się po wodach zalewu, to już tradycja Nocy Świętojańskiej w Ciechanowcu. Choć tym razem nie w najkrótszą noc roku, ale tydzień później. W konkursie na najpiękniejszy wianek pierwsze miejsce otrzymała Lena Kałczew, drugie zajęła Maria Rytel, a trzecie Marcelina Sierocka. Wyróżnione zostały wianki Zosi Komudy, Pauliny i Dominika Walczaków oraz Poliny Milutina. Można powiedzieć: „Wianki, jak wianki, ale ciechanowieckie Świtezianki!”. Zresztą, widzicie sami! Fot. UM

Wakacyjna wolność od „dymka”?

Rozpoczynający się okres wakacyjny motywuje, by wsłuchać się w siebie i zadbać o zdrowie, choćby poprzez rzucenie palenia. Przyjrzyjmy się alternatywom, które mogą być w tym pomocne.

Autorzy ostatniego raportu Public Health England (PHE)[1], brytyjskiej instytucji zdrowia publicznego dowodzą, że e-papierosy są bardziej skutecznym narzędziem wspomagającym porzucenie palenia, niż nikotynowa terapia zastępcza. Warto wiedzieć, że na rynku istnieje kilka kategorii wyrobów alternatywnych dla tradycyjnych papierosów. Wśród nich, wspomniane e-papierosy, ponadto coraz bardziej popularne wśród osób szukających potencjalnie mniej szkodliwych nikotynowych alternatyw – urządzenia do podgrzewania tytoniu, np. glo Hyper+, a także saszetki nikotynowe.

Saszetki nikotynowe są mniej szkodliwe od standardowego papierosa nie tylko dlatego, że nie wytwarzają dymu, ale także dlatego, że nie zawierają tytoniu, tylko nikotynę. Umożliwiają jej dostarczenie w różnych stężeniach, ale bez wytwarzania substancji smolistych, a także bez żadnych zapachów. Jest to rozwiązanie prawie

w 100 proc. mniej szkodliwe od klasycznych papierosów. Prof. Andrzej Sobczak ze Śląskiego Uniwersytetu Medycznego w Katowicach pisze na swoim blogu: Niewątpliwie mamy do czynienia z najmniej szkodliwym dla palaczy alternatywnym produktem dostarczającym nikotynę[2]. Wiadomo – najlepiej porzucić wszelkie używki, ale jeżeli wydaje się to zbyt trudne, warto postawić na potencjalnie mniej toksyczne rozwiązania – tym bardziej, że saszetek nikotynowych można używać dyskretnie, właściwie w każdym miejscu, bez szkody i dyskomfortu dla innych.

W Szwecji, Finlandii i Norwegii niezwykle popularny jest – również używany doustnie – snus, ale to pozorne podobieństwo do saszetek nikotynowych na tym się kończy. Główna różnica polega na tym, że saszetki nikotynowe są wolne od tytoniu, a szwedzki produkt nie, bo podstawowym składnikiem snusu jest właśnie tytoń. W saszetkach nikotynowych nikotyna jest



ekstrahowana z rośliny i krystalizuje się w soli nikotynowej, ale sama roślina jest wykluczona. Drugą różnicą jest to, że występują w całkowicie białym formacie (np. dostępne od roku w Polsce VELO), więc nie barwią zębów, jak wspomniany szwedzki produkt. Nadchodzące wakacje często będą wiązać się z krótszymi czy dłuższymi podróżami. To także czas spotkań towarzyskich, a nie wszyscy tolerują zapach tytoniu, nie mówiąc już o szkodliwości biernego palenia. Witajcie wakacje, witaj wolności od „dymka”!

[1] <https://www.gov.uk/government/publications/vaping-in-england-evidence-update-february-2021/vaping-in-england-2021-evidence-update-summary>

[2] <https://asobczak.com.pl/category/woreczki-nikotynowe/>

OGŁOSZENIE

BURMISTRZA MIASTA ZAMBRÓW

o wyłożeniu do publicznego wglądu projektu zmiany miejscowego planu zagospodarowania przestrzennego części miasta Zambrów obejmującego obszar położony w obrębie ulic: Ignacego Paderewskiego, Prymasa Stefana Wyszyńskiego, Sportowej i rzeki Jabłonki

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 2022 r. poz. 503), uchwały nr 179/XXXI/2021 Rady Miasta Zambrów z dnia 23 listopada 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 2022 r. poz. 1029 z późn. zm.) zawiadamiam o wyłożeniu do publicznego wglądu projektu zmiany miejscowego planu zagospodarowania przestrzennego części miasta Zambrów obejmującego obszar położony w obrębie ulic: Ignacego Paderewskiego, Prymasa Stefana Wyszyńskiego, Sportowej i rzeki Jabłonki w dniach **od 18 lipca 2022 r. do 9 sierpnia 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 zmiany 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 Dz. U. z 2022 r. poz. 1029 z późn. zm.) po uzyskaniu zgody Regionalnej Dyrekcji Ochrony Środowiska w Białymstoku Wydział Spraw Terenowych II w Łomży oraz Państwowego Powiatowego Inspektora Sanitarnego w Zambrowie odstąpiono od sporządzenia prognozy oddziaływania na środowisko.

Dyskusja publiczna nad przyjętymi w projekcie zmiany planu miejscowego rozwiązaniami odbędzie się w dniu **3 sierpnia 2022 r.** w siedzibie Urzędu Miasta Zambrów, ul. Fabryczna 3, 18-300 Zambrów, pokój nr 214 o godzinie 10⁰⁰.

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 26 sierpnia 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.

Zaginęła seniorka z Popiołek

Od środy, 29 czerwca, trwają poszukiwania Zofii Piaścik (81 lat) z Popiołek (gm. Zbójna), która około 17.00 wyszła z Domu Pomocy Społecznej w Popiołkach i zaginęła. Ubrana była w beżowe buty sportowe, beżowe spodnie typu rybaczeki, ciemną bluzkę na długi rękaw w jasne wzory. Ma około 160 cm wzrostu, włosy siwe upięte w kucyk, oczy piwne, nos mały, uszy duże. Wszyscy, którzy mogą pomóc w ustaleniu jej losu, proszeni są o kontakt z policją, tel. 112. Fot. policja



Cysterna z paliwem staranowała po wyjściu z zakrętu barierki ochronnej i wywróciła się na bok na łączniku S8 i drogi 63 w pobliżu ronda na ul. Łomżyńskiej w Zambrowie. Fot. OSP Zbrzeźnica

Policjant uratował przed gwałtem w Łomży

O szczęściu może mówić kobieta, którą usiłował w biały dzień zgwałcić w parku w Łomży kryminalista (54 lata) z miasta. Jej wołanie o pomoc usłyszał bowiem w domu policjant, który akurat miał wolne. Wybiegł z domu i po chwili napastnik był już w jego rękach. Trafił do policyjnego aresztu, ale wyszedł z niego po decyzji sądu o zastosowaniu wobec niego tzw. wolnościowych środków zapobiegawczych. Nie na długo. Tuż po opuszczeniu celi udał się do pobliskiego marketu i ukraść 3 piwa, kiełbasę i sok. Kradzież zauważył ochroniarz, który próbował go zatrzymać, ale złodziej uciekł. Łomżyńscy policjanci bez trudu rozpoznali na zapisie z monitoringu mężczyznę, który dopiero co u nich „gościł” za kratami. Posiedzi za nimi dłużej, ponieważ tym razem sąd zdecydował o jego tymczasowym aresztowaniu.

Ucieczka do „cioci” w Piątnicy

Policjanci z Piątnicy zwrócili uwagę na audi, którego kierowca na ich widok zjechał na najbliższe

podwórko. Siedzący za kierownicą młody (20 lat) człowiek tłumaczył policjantom, że przyjechał do cioci w odwiedzinę. Tymczasem właścicielka posesji, która pojawiła się na podwórku oznajmiła, że nie zna człowieka. Szybko wyszło na jaw, dlaczego chłopak wymyśla dziwne historijki: w policyjnych systemach okazało się, że ma sądowy zakaz prowadzenia pojazdów za jazdę pod wpływem alkoholu. To nie wszystko, bo za chwilę policjanci w jego portfelu znaleźli przezroczystą torebkę z białym proszkiem. Następną porcją narkotyków wywęszył pies Pakiet w fotelu kierowcy. W obu przypadkach była to amfetamina. Stanie przed sądem.

Podziękowanie za życie

„Chcielibyśmy serdecznie podziękować za szybką i profesjonalną interwencję policjantów z posterunku w Rajgrodzie”, to fragment listu mieszkańca powiatu białostockiego do rajgrodzkiego patrolu wodnego za pomoc, gdy jego jacht wywrócił się na jeziorze Rajgrodzkim. Razem z nim do wody wpadły jeszcze dwie osoby. Po szybkiej akcji policjantów, żeglarze bezpiecznie trafili na brzeg.

Poradnia psychologa

Chce zostać sama w domu



Fot. pixabay

Na początku lipca jadę na dwa tygodnie do rodziny. Dotąd moja córka zawsze wszędzie ze mną jeździła, a teraz już kategorycznie zapowiedziała, że nie jedzie. „Mam prawie 18 lat, nie jestem dzieckiem...”, powiedziała. Boję się, że narobi jakichś głupot i w ogóle co będzie robiła sama przez dwa tygodnie?

Jola

Tak to już jest w wychowaniu, że rodzice muszą wycofywać się powoli z kontroli nad dziećmi. Najlepiej, jeśli owa kontrola wycofywana jest stopniowo, a nie radykalnie („Jak będziesz mieć 18 lat, to sobie rób, co chcesz”). Boi się Pani, że córka „narobi głupot”. Pytanie: czy ten lęk jest uzasadniony, czy „na zapas”.

Co warto zrobić, aby decyzja była jak najbardziej trafna i racjonalna? Proszę dowiedzieć się, dlaczego nie chce jechać, czy ma plan spędzenia czasu, jak chce rozwiązać sprawę z jedzeniem, pieniędzmi itp. Po takiej rozmowie będzie jaśniejszy obraz.

Druąga sprawa. Czy jest szansa sprawowania w jakiś sposób pieczy nad córką „na odległość”? Na przykład, umówienie się z nią na telefon, na wizytę kogoś z rodziny w domu itp. Być może to byłoby dla Pani uspokajające. Dwa tygodnie, to sporo czasu. Może lepiej, jeśli córka pojedzie z Panią na tydzień, a potem wróci albo zostanie na tydzień w domu, a potem dojedzie?

Powinna Pani też córce jasno powiedzieć, czego naprawdę się boi oraz pod jakimi warunkami zgodziłaby się na jej zostanie. Konkretnie, a nie ogólnikami.

Ostatnia rzecz. Po tym, jak Pani z nią porozmawia, uspokoi się Pani albo nie. Jeśli się Pani nie uspokoi, proszę córce uczciwie powiedzieć, dlaczego się Pani nie uspokoiła. Ten komunikat powinien mieć taki podtekst: „Jeśli to i to by się zmieniło, to bym się zgodziła...”.

DR MARCIN FLORKOWSKI
psycholog

Pytanie intymne

Niedawno poznałem fajną dziewczynę. Myślałem, że zabiorę ją na wypad w weekend, ale zamiast wspólnego wyjazdu zaproponowała mi „sexting”. Nawet nie wiedziałem, o co chodzi. Potem przysłała mi swoje zdjęcia z zaczepnymi i śmiałymi komentarzami. Czy teraz tak wygląda seks?

Marek

Sexting jest nową modą na poznanie się. Polega na przesyłaniu sobie swoich zdjęć i filmików z erotycznymi komentarzami. Sexting jest szczególnie popularny wśród młodzieży. Zwykle wszystko zaczyna się od delikatnych migawek spod przysznica, wanny, kąpeli. Potem są coraz śmielsze obrazy w erotycznych pozycjach, z rozchylonymi udami, zbliżenia intymnych części ciała. Obraz ma rozbudzać, rozpalać, podniecać i budzić pożądanie. Do takich zdjęć w komórce lub internetowej poczcie można zaglądać w każdej chwili. Niebezpieczeństwem jest możliwość „wycieku” intymnych zdjęć, publikowanie ich po zakończonej znajomości (co się zdarza), szantażowanie. Je-



Fot. pixabay

śli ktoś zdecyduje się na wysłanie erotycznej fotki, to powinien (dla własnego bezpieczeństwa) wysłać tylko fragment własnego ciała (bez twarzy). Penis, czy pieprzyk w intymnym miejscu może być rozpoznawalny, ale nie tak jak twarz. Sexting, choć nie było takiego określenia, istniał wcześniej, bo ludzie robili sobie intymne zdjęcia. Ale dotyczyło to par, które już były ze sobą, łączyła ich zażyłość i intymność. Teraz często z tej metody korzystają ludzie, którzy poznali się wirtualnie i nie spotkali się jeszcze ze sobą w realnej rzeczywistości.

Lekarz domowy

Czy ukąszenia meszek, które pierwszy raz pojawiły się w ogrodzie przy domu są groźne? Jak złagodzić dokuczliwe swędzenie?

Maria

Meszki lubią wilgoć i wylęgają się po deszczu na łąkach, występują na podmokłych polach a w czasie suszy także w przydomowych ogrodach, często podlewanych. Są małe, ale dokuczliwe. Ich ukąszenia mogą wywołać u ludzi ostrą reakcję alergiczną. Aby się ustrzec,

odkryte ręce, szyję, twarz należy posmarować ostrym olejkiem eterycznym (waniliowym, miętowym, lawendowym), którego zapach odstrasza owady. Miejsca po ukąszeniu, a są to otwarte ranki, w które szybko wnikają zarazki, najlepiej przemyć wodą utlenioną, spirytusem salicylowym lub nawet octem. Swędzenie można złagodzić żelem Fenistil (bez recepty) albo okładami z sody. Jeśli miejsca pokąszeń są rozległe, pieką i puchną, trzeba pokazać je lekarzowi.

Pod paragrafem

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

Zofia

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

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



Przysmak podlaski
Placuszki z miętą

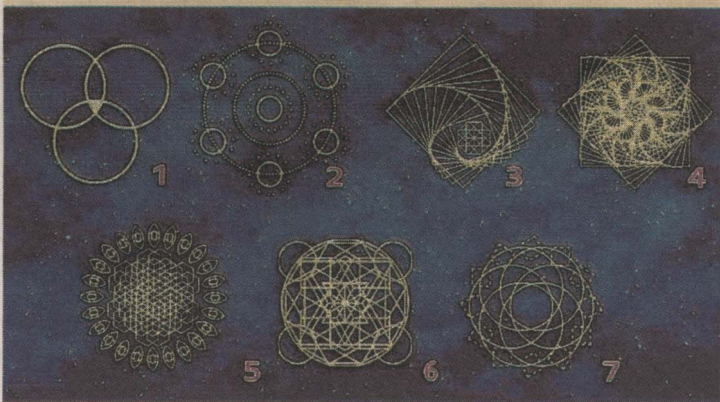
Składniki

- 1,5 szklanki mąki
- 1/2 szklanki mleka
- 1 opakowanie serka homogenizowanego naturalnego
- 2 jajka

- 8 listków mięty
- starta skórka z połowy cytryny
- oliwa
- cukier
- sól

Jajka zmiksować z serkiem homogenizowanym, drobno posiekaną miętą, dodać startą skórkę cytryny (wcześniej starannie umytą pod ciepłą wodą), szczyptę cukru i sól do smaku. Nadal miksując, dodać mleko i przesianą mąkę. Uformować małe placuszki i na wysmarowanej oliwą patelni smażyć je z obu stron na rumiano.

Twoja największa słabość?



Spośród 7 symboli, wybierz jeden, który zwróci Twoją uwagę bardziej, niż pozostałe, a poznasz swoją największą słabość!

Symbol 1: wpadasz w złość szybciej i łatwiej, niż większość ludzi. Kiedy coś cię rozjuszy, nie umiesz nad sobą zapanować. Często padają wówczas słowa, których nie da się już naprawić. Może zdarzyło ci się posunąć nawet do rękoczynów. Wybuchowy charakter przysparza Ci niechęci, a nawet wrogów i sprawia, że inni Cię unikają. Budzisz lęk, ale nie myl go z szacunkiem. To dwie różne rzeczy.

Symbol 2: – nie potrafisz sobie odmawiać. Chcesz mieć wszystko natychmiast i w dużej ilości. Nie znasz umiaru. Także, bywa, w jedzeniu i piciu. Kiedy coś robisz, zawsze na maksa. Do granic wytrzymałości. Żyjesz pełnią życia i każdego dnia stąpasz po cienkiej linii. Jesteś ryzykantem i często narażasz się bez powodu.

Symbol 3: – masz problem ze zmotywowaniem się do czegokolwiek. Zazwyczaj idziesz na łatwiznę. Często ignorujesz

obowiązki i nawet nie chce Ci się wymyślać usprawiedliwień.

Symbol 4: – nie lubisz wydawać pieniędzy, uwielbiasz natomiast je gromadzić. Nie masz oporów, żeby czasami posuwać się do brzydkich praktyk, aby powiększyć swój stan posiadania.

Symbol 5: – nie potrafisz patrzeć na ludzi inaczej, niż na potencjalną konkurencję. W głębi duszy czujesz, że oni mają coś, co powinno należeć do Ciebie lub boisz się, że pozbawią Cię tego, co Twoje.

Symbol 6: – chodzisz z głową wysoko w chmurach i z lekceważeniem, a czasem pogardą patrzysz na resztę świata. Czujesz się lepsza/y, a szacunek do innych ludzi jest Ci obcy.

Symbol 7: – nie cofniesz się przed niczym, by osiągnąć więcej, niż inni. Ludzi traktujesz równie przedmiotowo, jak rzeczy. Gdy skupiasz na kimś uwagę, kierujesz się oceną: może się przydać.



Przychodzi sąsiad do swojego kumpla, patrzy, a u niego na podwórku wielki kort tenisowy z trybunami na kilka tysięcy ludzi. Na korcie Iga Świątek rozgrywająca mecz z Sereną Williams.

– Stary, skąd ty miałeś tyle kasy, żeby zafundować sobie to wszystko?

– Hm, wiesz, mam złotą rybkę, która spełnia każdemu życzenie.

– Pożycz mi ją!

– Bierz.

Następnego dnia przychodzi cały ubłocony, z akwariem pod pachą i pretensją w głosie:

– Stary, co ty mi dałeś za złotą rybkę? Prosiłem o górę złota, a tu na podwórku mam górę błota.

– A co, myślisz, że prosiłem o wielkiego tenisa?

Młody rolnik ciął grubszy chrust na opał tak nieszczęśliwie, że piła odcięła mu wszystkie dziesięć palców u rąk. Nikogo nie było w pobliżu, kto by mu pomógł, więc co sił w no-

gach pobiegł do wiejskiego ośrodka zdrowia. Lekarz patrzy, co się stało i mówi:

– Teraz mamy taką chirurgię, że przyszylibyśmy palec po palcu i ręce byłyby znowu sprawne. Dlaczego ich pan nie przyniósł?

– A czym je, kur...a, miałem pozbierać? – zdenerwował się chłopak.

Autobus z wycieczką zbliża się do granicy. Rozweseleni pasażerowie zmuszają kierowcę do zatrzymania w mijanym lasku. Gdy wrócili i zajęli miejsca, kierowca pyta głośno:

– Czy kogoś wam nie brakuje?

Cisza. Po przekroczeniu granicy do kierowcy podchodzi mężczyzna i lekko bełkocząc mówi:

– Nie ma mojej żony...

– No przecież przed odjazdem pytałem, czy kogoś wam nie brakuje! – wścieka się kierowca.

– Ale mi jej nie brakuje. Mówię tylko, że jej nie ma...

W wieku 4 lat sukcesem jest nie robić w majtki.

W wieku 12 lat sukcesem jest mieć przyjaciół.

W wieku 17 lat sukcesem jest mieć prawo jazdy.

W wieku 35 lat sukcesem jest mieć pieniądze.

W wieku 65 lat sukcesem jest mieć pieniądze.

W wieku 70 lat sukcesem jest mieć prawo jazdy.

W wieku 75 lat sukcesem jest mieć przyjaciół.

W wieku 80 lat sukcesem jest nie robić w majtki.



Tu warto być

Łomża

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

■ Otwarcie wystawy studentów Pracowni Grafiki Artystycznej Andrzeja Kaliny Wydziału Sztuki Nowych Mediów Polsko-Japońskiej Akademii Technik Komputerowych w Warszawie pt. „Najlepsze dyplomy 2020-2021”. W Galerii Pod Arkadami (Stary Rynek); piątek, 8 lipca, godz. 18.00 w Wstęp wolny.

Turośl

Gminny Ośrodek Kultury (ul. Akacjowa 2, tel. 86 278 61 32):

■ Kurpiowski Festiwal Smaku i Tradycji z przeglądem artystów kurpiowskiej Puszczy Zielonej, stoiskami twórców ludowych i kół gospodyń wiejskich, konkursem wiedzy o regionie oraz koncertami Kapeli Góralskiej „Howerna”, zespołów „Topky”, „Kurp”, „Łobuzy” i Kapeli Miód na serce: niedziela, 10 lipca, godz. 15.00. Wstęp wolny.

Repertuar kin:

■ Kino „Relax” Grajewo: 13 lipca – „Moja mama gorylica”, godz. 13.00 oraz „Martin i magiczny las”, godz. 15.30. Kino „Wrzos” Kolno: nieczynne. Kino „Wars” Wysokie Mazowieckie: 8 lipca – „Nakręcony tata”, godz. 17.00 i „Infinite storm” (napisy), godz. 20.00; 9 lipca – „Dogtarian. Psi muszkietier”, godz. 14.00 oraz „Infinite storm”, godz. 17.00 i „Nakręcony tata”, godz. 20.00; 10 lipca – „Dogtarian. Psi muszkietier”, godz. 14.00 oraz „Nakręcony tata”, godz. 17.00 i „Infinite storm”, godz. 20.00; 13 lipca – „Infinite storm”, godz. 17.00 i „Nakręcony tata”, godz. 20.00; 14 lipca – „Nakręcony tata”, godz. 17.00 i „Infinite storm”, godz. 20.00. Kino MOK Zambrów: 8 – 14 lipca – „Buzz Astral”, godz. 14.15 i 16.45 oraz „Jurassic World: Dominion”, godz. 18.45.

Konkurs • Konkurs • Konkurs • Konkurs



Urząd Marszałkowski Województwa Podlaskiego ogłasza Konkurs Fotograficzny „Podlaskie Zabytki” dla uczniów szkół podstawowych. Każdy autor może zgłosić maksymalnie 1 autorskie zdjęcie, wykonane samodzielnie w województwie podlaskim, przedstawiające piękno i unikatowość zabytków, różnorodność tradycji i kultur. Wyklucza się prace tworzone wspólnie (współautorstwo). Niedozwolone są fotomontaże, polegające na łączeniu elementów zdjęcia pochodzących z różnych plików oraz zawierające elementy reklamy i twarze ludzi, łatwe do identyfikacji.

Zdjęcia należy dostarczyć w formacie jpg lub tiff na płycie CD lub DVD (minimalny rozmiar zdjęć 4500 x 3000 pikseli przy rozdzielczości wydruku 300 dpi). Do zgło-

szenia dołączyć podpisane własnoręcznie: kartę zgłoszeniową i oświadczenie o prawach autorskich (do pobrania na: wrotapodlasia.pl) i dostarczyć lub przesłać do 30 września (liczy się termin wpływu do organizatora) na adres: Urząd Marszałkowski Województwa Podlaskiego, Departament Kultury i Dziedzictwa Narodowego, ul. Kardynała Stefana Wyszyńskiego 1, 15 – 888 Białystok, z dopiskiem: Konkurs fotograficzny „Podlaskie Zabytki”.

Prace oceniane będą w trzech kategoriach wiekowych: klasy I – III, klasy IV – VI, klasy VII – VIII. Autorzy najciekawszych prac (I, II, III miejsce oraz wyróżnienia) otrzymają nagrody rzeczowe. Szczegółowe informacje, tel. 85 66 54 858, 85 66 54 861, 85 66 54 145.

Konkurs • Konkurs • Konkurs • Konkurs
Najpiękniejsze stoisko dożynkowe



Wojewódzki konkurs na „Najładniejsze stoisko dożynkowe” dla kół gospodyń wiejskich, ogłosił Urząd Marszałkowski Województwa Podlaskiego. Konkursowe stoiska będą prezentowane i oceniane w czasie tegorocznych dożynek wojewódzkich 14 sierpnia w Muzeum Rolnictwa im. Ks. K. Kluka w Ciechanowcu.

Aby wziąć udział w konkursie należy do 15 lipca wysłać kartę zgłoszeniową (dostępna na stronie www.wrotapodlasia.pl, tu też szczegółowy regulamin) na adres: Urząd Marszałkowski Województwa Podlaskiego Departament Rolnictwa i Obszarów Rybackich, ul. Kardynała Stefana Wyszyńskiego 1, 15-888 Białystok.

HOROSKOP
tygodniowy

BARAN (21 III – 20 IV): zdaj się na radę zawsze życzliwej Ci duszy. Możesz liczyć na szczęście w interesach, ale kieruj się rozwagą!

BYK (21 IV – 21 V): pogodne niebo nad Tobą. Ktoś czeka na „przejaśnienie”, warto to zauważyć, choćby dla własnej korzyści.

BLIŹNIĘTA (22 V – 21 VI): szczerść Twoich odczuć może wywołać niechęć otoczenia, ale nikt Ci nie przeszkodzi!

RAK (22 VI – 22 VII): może spełnić się to, o czym marzysz, ale niczego nie przyspieszaj, bo może się obrócić przeciw Tobie.

LEW (23 VII – 22 VIII): odważ się podjąć decyzję, która będzie bardzo ważna, chociaż może Ci przysporzyć niesprawiedliwej oceny otoczenia, a nawet doprowadzić do spięć.

PANNA (23 VIII – 22 IX): czas nowych znajomości. To także pora na wyciągnięcie wniosków ze znajomości, która zaczyna Cię uwierać.

WAGA (23 IX – 22 X): poprawa nastroju! Problem, który od pewnego czasu Cię niepokoił, znacznie się powoli rozwiązywać.

SKORPION (23 X – 21 XI): otwierają się przed Tobą nowe okna i drzwi! Jednak uważaj, żeby nagle nie ruszyć na „skrót”.

STRZELEC (22 XI – 21 XII): zalecana cierpliwość. Zachwianie w finansach, ale sprawy osobiste zaczną układać się coraz lepiej.

KOZIOROŻEC (22 XII – 20 I): pozbędziesz się nareszcie problemu, który od dawna Cię przytłacza. Zalecana otwartość na świat i ludzi!

WODNIK (21 I – 19 II): zrezygnuj z planów z korzyścią dla kieszeni i...uczuć. Dopadnie Cię zniechęcenie, jednak szybko się pozbierasz.

RYBY (20 II – 20 III): nie najlepszy czas na poważne decyzje finansowe. Poprawa relacji rodzinnych, w uczuciach bez zmian.



OGŁOSZENIE

BURMISTRZA MIASTA ZAMBRÓW

o wyłożeniu do publicznego wglądu projektu zmiany miejscowego planu zagospodarowania przestrzennego miasta Zambrowa w części obejmującej obszar położony w obrębie ulic: rtm. W. Pileckiego i Sadowej

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 2022 r. poz. 503), uchwały nr 168/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 2022 r. poz. 1029 z późn. zm.) zawiadamiam o wyłożeniu do publicznego wglądu projektu zmiany miejscowego planu zagospodarowania przestrzennego miasta Zambrowa w części obejmującej obszar położony w obrębie ulic: rtm. W. Pileckiego i Sadowej w dniach **od 18 lipca 2022 r. do 9 sierpnia 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 zmiany planu zamieszczono na stronie <https://bip.zambrow.pl/arttykul/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 Dz. U. z 2022 r. poz. 1029 z późn. zm.) po uzyskaniu zgody Regionalnej Dyrekcji Ochrony Środowiska w Białymstoku Wydział Spraw Terepowych II w Łomży oraz Państwowego Powiatowego Inspektora Sanitarnego w Zambrowie odstąpiono od sporządzenia prognozy oddziaływania na środowisko.

Dyskusja publiczna nad przyjętymi w projekcie zmiany planu miejscowego rozwiązaniami odbędzie się w dniu **3 sierpnia 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 26 sierpnia 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.

Sportowe święto młodzieży polonijnej



„Złota” ekipa z opiekunami i prezes łomżyńskiego Oddziału Wspólnoty Polskiej Hanką Gałązką (pierwsza od lewej), członkiem Zarządu Krajowego Wspólnoty Polskiej Sebastianem Jaworowskim (pierwszy z prawej) i prezydentem Łomży Mariuszem Chrzanowskim

Za nami XXII Polonijne Igrzyska Młodzieży Szkolnej im. Jana Stypuły, prawdziwe doroczne święto młodzieży polonijnej. W tym roku przybyła ona z Białorusi, Czech, Irlandii, Litwy, Ukrainy, Nowej Zelandii. I ich rówieśnicy z Polski.

W lekkiej atletyce wśród dziewcząt i chłopców najlepsze były drużyny z Ukrainy, a drugie i trzecie miejsce zajęły zespoły z Litwy.

W tenisie stołowym Litwa wyprzedziła Białoruś i Ukrainę.

W szachach spośród polskich zespołów pierwsze miejsce zajęło Andrzejewo, a drugie exaequo Sokółka i Łomża. W klasyfikacji drużyn zagranicznych, pierwsza była Białoruś przed Ukrainą.

W zapasach zwyciężył Szczuczyn przed Grajewem i Łomżą, a z drużyn zagranicznych uhonorowane zostało Wilno z Litwy.

W koszykówce chłopców najlepszy okazał się zespół z Litwy wyprzedzając dwie drużyny łomżyńskie, a wśród dziewcząt dwa pierwsze miejsca przypadły Łomży, trzecie drużynie z Ostrołęki.

W piłce nożnej w roczniku 2006 i młodsi zwyciężyła Ukraina przed Litwą i Młodzieżowym ŁKS. W roczniku 2010 i młodsi MŁKS wyprzedził AP Lider i „poloniusów” z Irlandii.

W siatkówce pierwsze miejsce przypadło Litwie, drugie Ukrainie, a trzecie Łomży.

W pływaniu Łomża wyprzedziła pływaków z Ukrainy i Nowej Zelandii.

Finałem Igrzysk była gala wręczenia trofeów, nagród i medali oraz koncert na muszli przy ul. Zjazd.

Biegi w Dni Grajewa

Biegi sztafetowe na trzech dystansach do wyboru: 4 x 480 m, 4 x 960 m, 4 x 1460 m, organizuje KS Maratonka w niedzielę, 10 lipca, na Dni Grajewa. Trasy sztafetowe wyznaczone będą na ścieżce biegowej przy Grajewskiej Izbie Historycznej. Zapisy przyjmowane od godz. 9.45 na wyraźnie oznakowanej linii startu i mety za sceną. Dla wszystkich pamiątkowe medale, pakiety startowe i dla najlepszych puchary. Szczegóły organizacyjne na maratonka.pl i tel. 86 272 29 91 (GCK).

Triathlon w Łomży

Wprowadzie VII Triathlon MO-SiR Łomża odbędzie się 31 lipca na terenie kąpieliska miejskiego przy Moście Hubala w Łomży, ale zapisy już się zaczęły, w zmaganiach może wystartować 50 zawodników. Będą musieli przepłynąć 1 200 m, ścigać się na rowerach 15 km i w biegu na 3 km. Udział w zawodach bezpłatny. Zgłoszenia zawierające: nazwisko i imię, datę urodzenia, miejscowość, adres email, numer telefonu należy wysłać pod adres email: fundacja.lomza@wp.pl.



CHARYTATYWNY BIEG Z BUTELKĄ MLEKA



4 WRZEŚNIA 2022

START O GODZINIE 12.00

VI EDYCJA NA DYSTANSACH:

5KM

10KM

21KM

📍 NOWA LOKALIZACJA — GIEŁCZYN K. ŁOMŻY

ZGŁOŚ SIĘ JUŻ DZIŚ: [ELEKTRONICZNEZAPISY.PL/EVENT/7071](https://elektronicznezapisy.pl/event/7071)

ORGANIZATOR:



WSPÓLORGANIZATOR:



SPONSOR:

