

Będą konfiskować samochody! • Czyściec na Ziemi

Tygodnik Podlaski
www.kontakty-tygodnik.com.pl

MIEJSKA BIBLIOTEKA PUBLICZNA
FILIA Nr 2
18-400 Łomża, ul. Ks. Anny 2
tel. 86 218 43 65

KONTAKTY

47 (2085)

27 listopada 2022

cena: 3,50 zł (z VAT 8%)

Na tropie „psa ogrodnika”

Bajka o złym Donaldzie i boskim Prezesie



Bohater Mistrzostw w Katarze

ISSN 0208-6840 INDEKS 363286



Fot. pixabay

47

„Biedronka” z pomocą policji ściga doktorantkę za zabranie ze śmietnika jedzenia wyrzuconego tam przez sklep sieci. Doktorantka nie zrobiła tego z głodu. Ale głodnych w Polsce będzie przybywać. Wsadzać ich do więzienia, gdy sięgną po wyrzucone z powodu przeterminowania jedzenie?

Na tropie „psa ogrodnika”

Ewelina Głowacka jest doktorantką na Wydziale Filologicznym Uniwersytetu w Białymstoku i aktywistką klimatyczną. Od kilku lat przeszukuje sklepowe śmietniki, z których zabiera dobre jeszcze jedzenie. Do 10 sierpnia nie miała żadnych związanych z tym problemów. Wtedy to zabrała ze śmietnika w Biedronce przy ul. Transportowej w Białymstoku jedzenie, które nie nadawało się do sprzedaży, ale było w jej ocenie zdatne do spożycia. Kiedy zapakowała je do swojego samochodu, podszedł do niej ochroniarz, zaatakował ją gazem i chciał zakuć w kajdanki. Na miejsce została wezwana policja. Menadżerka sklepu zapewniła, że ochroniarz był spokojny i kulturalny, a doktorantka zachowywała się agresywnie. Wartość produktów zabranych ze śmietnika przez Ewelinę Głowacką oszacowano na 108,99 zł. Przyjęła mandat 200 zł, ale po przemyśleniu zmieniła zdanie i zwróciła się do sądu o jego uchylenie.

– Nie chodzi nawet o pieniądze. Nie godzę się na nazywanie wyjmowania rzeczy ze śmietnika kradzieżą. Nic etycznie złego nie zrobiłam – mówi.

Sąd Rejonowy w Białymstoku przyjrzał się sprawie w środę, 16 listopada, aby ustalić, czy są podstawy do uchylenia 200 zł mandatu za kradzież.



Komenda Miejska Policji jest przeciwna. Przywołuje stanowisko firmy, wedle której wszelkie odpady w miejscu przeznaczonym do utylizacji są nadal jego własnością. W sprawie takich odpadów sporządza się i podpisuje protokoły utylizacji, w których wskazywana jest ich ilość i rodzaj, za które właściciel ponosi koszty utylizacji.

Logiki w tym brak, bo im mniej odpadów, tym mniejsze koszty.

Mec. Marta Załęska, występująca w Sądzie jako pełnomocnik doktorantki, ma także inne argumenty: – Był to zwykły, dostępny śmietnik dla każdego. Pani Ewelina nie przełamwała żadnych zabezpieczeń. Nie możemy tutaj mówić o żadnej kradzieży. Jeżeli ktoś wrzuca przedmiot do ogólnodostępnego kontenera, a tutaj mamy taką sytuację, to można przyjąć, że go porzucił i ta rzecz staje się rzeczą niczyją.

Ponadto nie może być tutaj mowy o żadnej szkodliwości społecznej czy-

nu w sytuacji, gdy obwiniona działała ze szlachetnych pobudek, myśląc o ochronie środowiska.

– Wyjmowanie przeze mnie jedzenia ze śmietnika jest spowodowane moją dbałością o przyrodę. Nie po to, na przykład, awokado pochłania hektolitry wody i jest transportowane przez tysiące kilometrów, żeby zamieniało się w bionawóz, kiedy można je jeszcze zjeść – mówiła w rozmowie z TVN.

Zna już także argumenty prawne: artykuł 17.1 ustawy o odpadach wprowadza hierarchię sposobów postępowania z nimi. Na pierwszym miejscu jest zapobieganie powstawania odpadów. Oznacza to, że należy wykorzystywać dany produkt do tego, do czego on był przeznaczony. Czyli w przypadku żywności, do konsumpcji. Recykling jest na dalszym planie.

Sąd odczytał wydanie orzeczenia do końca listopada. Gdy je wyda, poinformujemy.

Jeśli chodzi o działania ochroniarza, policja przyjęła zawiadomienie, z którego wynika, że miał on przekroczyć swoje uprawnienia. „Prowadzimy w tej sprawie czynności”, informowała aspirant Katarzyna Molska-Zarzecka z Komendy Miejskiej Policji w Białymstoku. Zapytaliśmy, na jakim etapie te są czynności. Gdy otrzymamy odpowiedź, także poinformujemy.

MIKOŁAJ NAWRA

**REPORTAŻE ŚLUBNE
TANIEJ NIŻ MYŚLISZ**

PRZYJDŹ SPRAWDŹ OBEJRZYJ

foto gabs digital
ŁOMŻA, STARY RYNEK 16, tel. 86 216 77 16, studio@fotogabs.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 Niedźwiecka; Maria Tocka, tel. 86 215 35 70
Władysław Tocki (red. naczelny)
tel. (86) 216-42-43

Oddział w Białymstoku:

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

Stale współpracują:

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

Rysunki: Waldemar Rukść

Felieton: Adam Dobroński

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

Wydawca:

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

Adres:

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

Sekretariat i Biuro Ogłoszeń:

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

Biura Ogłoszeń:

ARIUH „Dylewski”

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

Kolportaż: RUCH SA, Poczta Polska, „Kolporter”;

Garmond Press, sieć własna wydawcy

Obróbka zdjęć barwnych: Gabs-Foto,

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

DTP: Green Flow Joanna Białecka

Druk: Drukarnia Prasowa Ignatki

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

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

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

Dzieli ich krok. A jeszcze nie tak dawno, gdy mijali się o kilkadziesiąt kroków, miotali na siebie najplugawsze wyzwiska. Gdy kilka kroków, kamieniami. Gdy krok od siebie, zaczęli okładać się pięściami.

Trzysta, czterysta metrów od nich dom zarośnięty krzakami, starym badylem chwastu. Trzyma się, ale kilka zerwanych dachówek nie wróży mu długiego żywota... A jeszcze tak niedawno wywoływał w nich takie emocje przy podziale majątku po ojcu i matce, że gdy mijali się kilkadziesiąt metrów od siebie, życzyli sobie najpotworniejszej śmierci.

I oto dzieli ich tylko krok. Leżą obok siebie w mogiłach w wiecznej zgodzie. Obaj odeszli zwyczajnie, ze starości. Bez zgody.

Czasem zapalam znicze, bo przed laty wszyscy się od ich zapiekłości odwrócili i nawet we Wszystkich Świętych prawie nikt się do nich nie zbliża. Zapalam na grobie jednego i drugiego. Takie same, po równo. Stoję chwilę. Płomień jednego i drugiego kołysze się zgodnie z powiewem wiatru...

Odchodzę z nadzieją, że wyniosę w sobie błysk zgody wcześniej, niż odejdę...



Odt redaktora

WŁADYSŁAW TOCKI



PAULINIE ZABIELSKIEJ

wraz z rodziną

wyrazy żalu i współczucia

z powodu śmierci

MAMY

Składa

Rektor i Cała Społeczność Akademicka

Międzynarodowej Akademii Nauk Stosowanych w Łomży

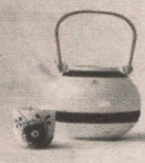
oraz Zespołu Szkół Akademickich

GREEN FLOW

Studio graficzne

profesjonalne projekty i skład

KSIAZKI | OKŁADKI |
GAZETY CODZIENNE |
MAGAZYNY KOLOROWE |
FOLDERY | ULOTKI | PLAKATY |
OPAKOWANIA | LOGOTYPY |



biuro@greenflow.media.pl

531 533 332

■ Zakaz zbliżania się do granicy polsko-białoruskiej w Podlaskiem na odległość mniejszą niż 200 m do końca roku przedłużył wojewoda podlaski. Wniosek o przedłużenie zakazu złożyła Straż Graniczna. Zakaz został wprowadzony 1 lipca i jest co jakiś czas przedłużany.

■ Karę roku pozbawienia prawa wykonywania zawodu wymierzył Okręgowy Sąd Lekarski w Białymstoku lekarce Dorocie Sienkiewicz, obwinionej o to, że w czasie epidemii koronawirusa zamieściła w Internecie film, w którym przestrzegała młodzież przed przyjmowaniem szczepień przeciwko covid-19. Sąd Lekarski uznał, że lekarka przedstawiła wiele informacji, które są niezgodne z aktualną wiedzą medyczną. Jego zdaniem umniejszała ona ryzyko przenoszenia wirusa i ciężkiego przebiegu covid-19 u dzieci i młodzieży. Tym samym propagowała postawy antyzdrowotne oraz podważała zaufanie do zawodu lekarza. Wyrok jest nieprawomocny. Lekarka pracowała w Uniwersyteckim Dziecięcym Szpitalu Klinicznym w Białymstoku. Teraz jest na emeryturze.

■ Zakończona została budowa pierwszego odcinka bariery elektronicznej na granicy polsko-białoruskiej długości 21 kilometrów. Poszło na niego 42 km kabli detekcyjnych, 241 kamer dziennonocnych, 67 kamer termowizyjnych.

■ Wojciech Borzuchowski z Zambrowa przestał kierować białostockim Oddziałem Generalnej Dyrekcji Dróg Krajowych i Autostrad, którego dyrektorem był od 7 kwietnia 2017 r. Nie wiadomo, jakie były przyczyny jego odejścia, które nastąpiło nagle.

MYSŁ TYGODNIA

Polityków i pieluchy należy wymieniać jak najczęściej z tego samego powodu

Mark Twain

Wolne, przerwa świąteczna i ferie zimowe w Podlaskiem



Fot: pixabay

Wigilia w tym roku przypada w sobotę. Choć ustawowo wolnymi od pracy są pierwszy i drugi dzień Bożego Narodzenia, czyli 25 i 26 grudnia, to w tym roku dodatkowo wolny będzie tylko dzień drugi, który wypada w poniedziałek. Po Nowym Roku dzień ustawowo wolny od pracy oraz od nauki mamy w piątek, 6 stycznia, w święto Trzech Króli, co oznacza dłuższy weekend. Uczniowie mają przerwę świąteczną od piątku, 23 grudnia, do piątku, 30 grudnia. Do szkoły wracają w poniedziałek, 2 stycznia. Ferie zimowe w naszym województwie wyznaczone zostały od wtorku, 24 stycznia do poniedziałku, 6 lutego 2023.

Znaki czasu:

■ Niemcy dostarczą Polsce dodatkowe wyrzutnie Patriot i myśliwce Eurofighter. Wicepremier i szef MON Mariusz Błaszczak oświadczył, że z satysfakcją przyjął propozycję niemieckiej minister obrony. Zapowiedział również, że zaproponuje, by stacjonowały one przy granicy z Ukrainą.

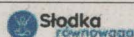
■ Siedem minut rozmawiał prezydent Andrzej Duda z rzekomym prezydentem Francji Emmanuelem Macronem, w rzeczywistości z rosyjskim komikiem, który się za Macrona podał. Zanim Duda zorientował się, że coś jest nie tak, mówił „Macronowi” o prezydencie USA, NATO, prezydencie Ukrainy. Władimir Kuzniecowa i Aleksiej Stolarow, szerzej znani jako Wowan i Lexus, pierwszy raz nabrali Dudę 14 lipca 2020 roku. Udawali wówczas sekretarza generalnego ONZ Antonio Guterresa. Pogratulowali Dudzie zwycięstwa w wyborach.

■ „Szpitalem dla rządzących” nazwany został Państwowy Instytut Medyczny, którego utworzenie uchwalił Sejm większością głosów PiS. Ma dbać o zdrowie najważniejszych osób w państwie oraz funkcjonariuszy służb mundurowych. Naczelna Rada Lekarska krytykuje pomysł, mówiąc o nierównym dostępie do opieki zdrowotnej. Wskazuje, że zgodnie z art. 68 Konstytucji RP państwo powinno zapewniać zasadę równego dostępu obywateli do świadczeń opieki zdrowotnej finansowanej z pieniędzy publicznych. W 2023 r. z budżetu państwa na stworzenie i funkcjonowanie Instytutu pójdzie 185,6 mln zł.

■ Nie doręczyła prawie 1000 przesyłek młoda (21 lat) listonoszka z Legnicy. Tłumaczyła się tym, że poznała chłopaka, w którym się zakochała i nie miała czasu na roznoszenie listów. Policjanci odnaleźli część korespondencji, ukrytej w jej mieszkaniu i mieszkaniu ukochanego. Oboje odpowiedzą za to przed sądem (chłopak za współudział).

■ Za złotówkę archidiecezja wrocławska otrzymała od miasta średniowieczną świątynię minorytów w Brzegu (Dolny Śląsk) w 2003 roku. Teraz wystawiła ją na sprzedaż za 2,5 mln zł.

■ Polacy zremisowali pierwszy mecz na Mistrzostwach Świata w Katarze z Meksykiem 0 – 0. Nasz najlepszy piłkarz Robert Lewandowski nie strzelił karnego; jego strzał obronił meksykański bramkarz.



Co wpływa negatywnie na samopoczucie Polaków w największym stopniu?



Badanie zrealizowane w ramach kampanii Słodka Równowaga - listopad 2022.

Budżet województwa z deficytem 88 mln zł i planowanym kredytem Na co pójdą nasze podatki?

Dochody budżetu naszego województwa mają w 2023 roku wynieść 865,5 mln zł, a wydatki 954,3 mln zł. Planowany deficyt to 88,8 mln zł, a nadwyżka operacyjna 108 mln zł.

Znacznie ponad jedną trzecią budżetu, bo 358,9 mln zł, pochłonie transport: budowa i remonty dróg oraz przewozy pasażerskie. Pieniądze zostaną przeznaczone, między innymi, na prace przy budowie obwodnicy Ciechanowca, Kolna i Sokół.

69,4 mln zł przeznaczono na ochronę zdrowia.

Na kulturę województwo wyda 134,9 mln zł, z których 44,8 mln zł kosztować będzie dokończenie modernizacji Teatru Dramatycznego, a 8,3 mln zł na jego wyposażenie. 20,1 mln zł trafi do Opery i Filharmonii Podlaskiej.

W budżecie utworzone zostały rezerwy: 5 mln zł na popra-



Fot. pixabay

wę efektywności energetycznej, 2 mln zł w związku ze wzrostem cen energii, 500 tys. zł na budżet obywatelski, 3,1 mln zł na turystykę, 11,6 mln zł na sport, 2 mln zł dla OSP, 3,2 mln zł na ochronę zabytków. 25 mln zł trafi do Funduszu Wsparcia Gmin i Powiatów.

Do końca roku Komisja Europejska ma podjąć decyzję w sprawie akceptacji programu Fundusze Europejskie dla Województwa Podlaskiego na lata 2021 – 2027. „Wówczas budżet województwa znacznie wzrośnie i będzie najwyższy w historii”, mówi marszałek Artur Kosicki.

Klocki lego z Krainą Otwartych Okiennic?

Projekt z klocków LEGO „Dom z Krainy Otwartych Okiennic” autorstwa Łukasza Więcka z Białegostoku ma szansę stać się ogólnodostępnym zestawem do składania. „Dom” uzyskał 10 000 wymaganych głosów w internetowym głosowaniu i teraz wszystko zależy od firmy LEGO. „Domu z Krainy Otwartych Okiennic” powstał przy współpracy z Podlaską Regionalną Organizacją Turystyczną. Łukasz Więcek, który od kilku lat zajmuje się budowaniem z klocków, dodaje, że podlaski dom zbudował z ok. 3 000 części, ale zestaw, który mógłby trafić do masowej produkcji, może być zmodyfikowany przez pracowników firmy LEGO.



Podlaskie

Cudzoziemcy ratują Polskę!

1 045 139 cudzoziemców było 30 września 2022 r. w rejestrze płacących składki ZUS. Pochodzili z przynajmniej 162 państw świata (tyle nacji można zidentyfikować; 5 500 znalazło się w kategorii „pozostałe” – red.). 10 lat wcześniej, 30 września 2012 r. w rejestrze cudzoziemców płacących składki w Polsce znajdowało się 92 786 osób. Ponad jedenaście razy mniej niż w 2022 r. Wśród pracujących i opłacających składki ZUS są

obywatele sąsiednich państw unijnych, ale także takich, jak Australia, Chile, Bangladesz, Benin, Surinam.

Cudzoziemcy ratują nie tylko naszą gospodarkę (bez tylu pracowników trudno sobie nawet wyobrazić jej funkcjonowanie), ale także finanse ZUS, ponieważ cudzoziemcy pobierają mniej niż promil wydatków na renty i emerytury oraz ok. 1,5 proc. na zasiłki. Większość z cudzoziemców jest zatrudnionych na umowę o pracę.



Fot. pixels

40 lat temu

„Kontakty”, 28 listopada 1982:

Pomoc starszym

Ludzie starzy i chorzy zostaną objęci opieką, którą organizuje Dział Służb Społecznych Wojewódzkiego Szpitala oraz Komenda Hufca ZHP. Harcerze, legitymujący się zaświadczeniem, wydanym przez Dział Służb Społecznych, odwiedzają już starszych mieszkańców naszego miasta, służąc im pomocą.

Gorzelnie ciągną zyski

Jabłka obrodziły w tym roku i gorzelnie ciągną duże zyski z ich przerobu na alkohol. Znakomicie idzie też produkcja win. Zakładowe magazyny przeładowane są pełnymi butelkami. Czyżby zapowiadało to zniesienie reglamentowanej sprzedaży tego wina?

Prokurator po tekście w „Kontaktach”

Po ukazaniu się artykułu „Adiutant jego Biurokratyczności” („Kontakty” nr 22 z 29 VIII 82 r.) Prokuratura Rejonowa w Łomży weszła w postępowanie przygotowawcze w sprawie nadużyć, dokonywanych przez bohatera artykułu i inne osoby.

Żenada!

Dwadzieścia kilka służbowych samochodów ruszyło z Łomży, by dowieźć ich pasażerów na rocznicowe uroczystości do Zambrowa. W tym czasie specjalnie dla delegacji podstawiony autokar pokonywał trasę prawie pustą. Z drugiej Japonii nici, więc dlaczego by tak nie drugi Bangladesz?

Bez serca i rozumu!

W Żabińcu (gm. Klukowo) mieszka samotna spracowana kobieta: przed wojną służyła we dworze, z reformy skapnął jej tylko skrawek pod ogródek, więc by żyć, pracowała u bogatszych gospodarzy. Teraz, gdy służyć ani pracować nie może, brakuje jej na chleb. Urzędowo zrobiono dla niej wszystko, czyli wykazano, że nic się zrobić nie da.

Wypisy z historii

21 listopada 1655 r. Ziemia Łomżyńska jako jedna z ostatnich na Mazowszu, poddała się Szwedom.

Za oddanie dla Ziemi Łomżyńskiej



Wyróżnieni Honorowym Członkostwem TPZŁ (od lewej): Józef Przybylski, Andrzej Beblowski, Krystyna Michalczyk-Kondratowicz, Zygmunt Zdanowicz i Jerzy Waclaw Kierażyński

– Jestem jedną z setek mieszkańców, związanych z ziemią łomżyńską, którzy zrobili dla niej wiele. Staralam się wszystko robić jak najlepiej. Najwyżej cenię sobie dwa odznaczenia: za pracę zawodową, za którą z rąk prezydenta Aleksandra Kwaśniewskiego otrzymałam Krzyż Kawalerski Orderu Odrodzenia Polski oraz dzisiejsze – mówiła była wieloletnia prezes łomżyńskiego oddziału Towarzystwa Przyjaciół Ziemi

Łomżyńskiej i prokurator Krystyna Michalczyk-Kondratowicz po otrzymaniu tytułu Honorowego Członkostwa TPZŁ.

Najwyższe wyróżnienia TPZŁ, przyznane przez Walny Zjazd, zostały wręczone w czasie posiedzenia Rady Głównej. Otrzymali je także członek od 1970 r. oddziału warszawskiego Andrzej Beblowski (lat 88), który wspominał szczęśliwe dzieciństwo w Łomży, spotkanie z Adamem Chętnikiem w No-

wogrodzie, taniec z Hanką Bielicką. Były prezes Zarządu Głównego TPZŁ Jerzy Waclaw Kierażyński, były dyrektor II LO w Łomży Józef Przybylski i były prezes Zarządu Głównego TPZŁ (1998 – 2022) Zygmunt Zdanowicz.

Wśród uhonorowanych najwyższy wyróżnieniem TPZŁ są profesorowie Bohdan Winiarski, Witold Suchodolski, Piotr Bańkowski oraz Donata Godlewska i redaktor Halina Miroszowa.

Sierpupy Młode mają już... 601 lat!

Sierpupy Młode w gminie Łomża to jedna z kilku miejscowości wokół Łomży, o których pisemne wzmianki pojawiły się w 1421 r., jako o dobrach szlacheckich rodów. Przypadający rok temu jubileusz 600-lecia nie został wtedy mocniej zaakcentowany z powodu pandemii. Teraz do świętowania przybyły jeszcze dwa powody: ukończony został remont świetlicy i kilka miesięcy temu powstało Koło Gospodyń Wiejskich „Sąsiedzi znad Lepackiej Strugi”, skupiające 31 pań i 7 panów.

Do remontu świetlicy dołożyło się Ministerstwo Kultury i Dziedzictwa Narodowego i Urząd Marszałkowski, za co wójt Piotr Kłys wręczył wicemarszałkowi Markowi Olbrysiowi medal.



Panie z KGW „Sąsiedzi znad Lepackiej Strugi” z wicemarszałkiem Markiem Olbrysiem. Fot. UMWP

– Na początek zaczniemy od gastronomii i rękodzieła, może rozwijania artystycznych talentów – zdradziła plany KGW jej przewodnicząca,

zarazem sołtys Bogumiła Malinowska.

Świetlicę poświęcił proboszcz parafii w Szczepankowie ks. Dariusz Wizner.

„Nasz” rektor w PAK



Rektor Akademii Nauk Stosowanych w Łomży, przewodniczący Konferencji Rektorów Publicznych Uczelni Zawodowych dr hab. Dariusz Surowik, został powołany do Rady Konsultacyjnej Polskiej Komisji Akredytacyjnej (PAK), która pełni funkcje opiniodawczo-doradcze.

Rekordowa kwesta

Ponad 54 tys. zł zebrano podczas tegorocznej kwesty na zabytkowym cmentarzu w Łomży. W ubiegłym roku ponad 51 tys. zł.

Ślad cierpienia

Cmentarz wojenny z okresu I wojny światowej w Chojnach Młodych (spoczywają tam prawdopodobnie szczątki 205 żołnierzy) i w Gaci odnowi gmina Łomża dzięki dotacji z Ministerstwa Kultury i Dziedzictwa Narodowego.

Nie bądź obojętny

Policjanci, jak co roku jesienią i zimą, kiedy obniża się temperatura, kontrolują miejsca, w których mogą przebywać bezdomni i inni z różnych powodów potrzebujący pomocy i schronienia. Odwiedzają pustostany, ogródki działkowe, okolice mostów i kanałów ciepłowniczych, tereny zielone, gdzie można spotkać „obezwładnionych” alkoholem lub tych, którzy z powodu nieporadności życiowej nie potrafią zadbać o swoje bezpieczeństwo. Każdemu ze spotkanych oferują pomoc w dotarciu do ośrodków zapewniających schronienie, bezpłatny nocleg, ciepły posiłek. Apelują także, aby nikt z nas nie był obojętny na drugiego człowieka, zwłaszcza teraz, kiedy zaczęły się mrozy. Jeśli ktoś sam nie jest w stanie pomóc wystarczy, że zadzwoni. Jeden telefon może uratować życie. Można zadzwonić na numer alarmowy 112 lub nanieść odpowiedni znaczek na Krajowej Mapie Zagrożeń Bezpieczeństwa (KMZB) w okienku „Osoba bezdomna wymagająca pomocy”. To tylko chwila, która może uratować czyjeś życie.

Posiadający Kartę Dużej Rodziny oraz rolnicy mogą zużyć w przyszłym roku 3000 kWh energii i zapłacić za nią tyle, ile płacili w tym roku. Mający orzeczenie o znacznym lub umiarkowanym stopniu niepełnosprawności lub mieszkający z takimi osobami mają limit 2600 kWh rocznie.

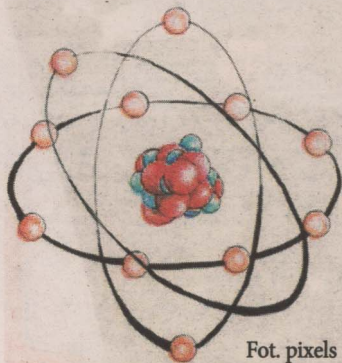
Dla kogo więcej tańszych kilowatów? Co zrobić, by je otrzymać?

1.

By skorzystać z wyższych limitów, trzeba złożyć specjalne oświadczenie. Jest na to czas do 30 czerwca 2023 r. Im szybciej oświadczenie trafi do zakładu energetycznego, tym szybciej odnotuje on uprawnienie w systemie. Do tego czasu zamrożona cena energii będzie tylko do limitu 2000 kWh rocznie.

2.

Uprawnione do wyższego limitu są rodziny, które 18 października posiadały Kartę Dużej Rodziny. We wniosku trzeba podać numer Karty Dużej Rodziny i załączyć jej kopię. Czy prawo do wyższego limitu ma rodzina, która powiększyła się po 4 listopada? Tak. Wów-



Fot. pixels

czas trzeba złożyć oświadczenie w ciągu 30 dni od dnia otrzymania KDR. Jeśli trzecie dziecko urodzi się 15 grudnia 2022 r., KDR rodzice dostaną 5 stycznia 2023 r., to od tego dnia mają 30 dni na złożenie oświadczenia. Jeśli oświadczenie złożą w styczniu skorzystają z pełnych 3000 kWh, jeśli w lutym, zostanie on pomniejszo-

ny o 250 kWh niewykorzystane w styczniu.

3.

Rolnik do oświadczenia musi załączyć kopię decyzji o wymiarze za 2022 r. podatku rolnego dla gruntów, na których oprócz domu są również budynki korzystające ze wspólnego rozliczenia zużytej energii elektrycznej, należące do gospodarstwa rolnego lub na których prowadzi się dział specjalny produkcji rolnej. Ponadto rolnik we wniosku musi podać: numer decyzji i nazwę organu podatkowego, który ją wydał. By rolnik mógł skorzystać z wyższego limitu, musi oświadczyć, że nie prowadzi innego rodzaju działalności gospodarczej. Oświadczenie

składa się pod groźbą odpowiedzialności karnej.

4.

Posiadający orzeczenie o niepełnosprawności lub mieszkający z nimi nie dołączają orzeczenia. Zakład energetyczny może jednak zażądać przedstawiania orzeczenia do wglądu. We wniosku należy oświadczyć, że ustawowe warunki do wyższego limitu były spełnione w dniu wejścia w życie ustawy, czyli 18 października. Jeśli orzeczenie zostało wydane po tym terminie, to trzeba złożyć oświadczenie w ciągu 30 dni od dnia jego otrzymania. Zgodnie z ustawą wówczas limit przysługuje od miesiąca, od którego orzeczenie jest ważne.

KAMPANIA INFORMACYJNA

DBAJ O ZDROWIE PO MĘSKU

Wielu mężczyzn w średnim i starszym wieku lekceważy badania profilaktyczne, co często kończy się zbyt późno wykrytym nowotworem prostaty lub jądra. Żle pojmowany wstyd przed sprawdzeniem u specjalistów, czy wszystkie organy dobrze funkcjonują, nie ma nic wspólnego z prawdziwą męskością. Poczucie odpowiedzialności za siebie powinno skłaniać mężczyzn do korzystania z bezpłatnych i ogólnodostępnych badań.

Prostata inaczej nazywana sterczem lub gruczołem krokowym to ważny narząd w układzie moczowo-płciowym mężczyzny. Odpowiada m.in. za produkcję płynu będącego nośnikiem plemników. W Polsce na raka prostaty zapada 16 tys. mężczyzn rocznie. To drugi – po raku płuca – nowotwór najczęściej występujący u mężczyzn. Rak prostaty odpowiada za 10 proc. zgonów nowotworowych wśród mężczyzn i prawie 20 proc. zachorowań na nowotwory złośliwe.

Ten rodzaj raka atakuje zwłaszcza panów po 60. roku życia, ale już wcześniej, po 40. roku życia warto systematycznie sprawdzać stan zdrowia. Im jesteś starszy, tym większe prawdopodobieństwo zachorowania: 60 procent chorych na raka prostaty ma powyżej 65 lat, zaś najwięcej chorych ma 70–80 lat.

Rak prostaty przez lata rozwija się w ukryciu i w początkowym stadium nie daje wyraźnych objawów. A kiedy wkracza w zaawansowaną fazę, trudno go zwalczyć, zaś sama terapia staje się dość uciążliwa dla pacjenta.

W Polsce śmiertelność wskutek raka prostaty rośnie i wynosi 5,5 tys. rocznie, a w Europie spada. Przyczyną jest zbyt późna diagnoza i niechęć polskich mężczyzn do profilaktycznych badań prostaty.

ZACZYNIJ OD WIZYTY U UROLOGA

Każdy mężczyzna przynajmniej raz w roku powinien udać się do urologa na badania kontrolne. Podczas wizyty lekarz określa stan zdrowia pacjenta, ewentualnie zleca dodatkowe badania. Najlepszym i zupełnie nieuciążliwym badaniem jest wykonywany w laboratorium test krwi na obecność PSA (ang. *Prostate Specific Antigen*), czyli markera przerostu prostaty.

To badanie jest niezastąpione w diagnostyce, leczeniu i monitorowaniu przerostu i raka prostaty, dlatego powinno się je wykonywać co roku. Podwyższony poziom

PSA to pierwszy niepokojący sygnał, ale nie musi od razu oznaczać raka. Wynik może sygnalizować np. zapalenie prostaty albo pęcherza moczowego. Dalsze badania diagnostyczne zleca już urolog, choćby po to, by wykluczyć podejrzenie raka.

Obecnie jest wiele skutecznych terapii leczenia raka prostaty, które nie wpływają negatywnie na aktywność seksualną mężczyzn. Najważniejsza jednak pozostaje profilaktyka i wczesna diagnoza.

SAMOBADANIE JADER

O ile rak prostaty dotyczy najczęściej starszych panów, to młodych dotyczy rak jądra. Jest diagnozowany najczęściej między 20. a 39. rokiem życia u około tysiąca Polaków rocznie. Jego wykrycie nie powinno wywoływać paniki, bo ten rak jest niemal całkowicie uleczalny.

Młodzi mężczyźni muszą systematycznie prowadzić samokontrolę jąder sprawdzając palcami, najlepiej w ciepłej kąpieli, czy w jednym z nich nie znajduje się jakiś wyczuwalny guz albo ziarnista struktura. Wykonując regularnie

MĘSKIE GRANIE

Waldek zachorował na raka jądra, kiedy miał 35 lat. Diagnozę usłyszał przypadkiem, kiedy trafił do urologa z jakąś infekcją dróg moczowych. Całą noc nie mógł zasnąć, bo musiał szybko zdecydować się na zabieg, którego zwyczajnie się bał. Wtedy żona mu powiedziała, że trzeba mieć jaja, żeby podjąć walkę z rakiem i wygrać życie. Miała rację. Przy pomocy świetnych lekarzy ze szpitala powiatowego Waldek bardzo szybko uporał się z chorobą. Wrócił do pracy i do zajęć w klubie sportowym, gdzie trenuje młodych piłkarzy. W drużynie grają też dwaj jego synowie. Warto było pokonać raka i żyć, by cieszyć się ich sukcesami.



to badanie, łatwo zapamiętać, jak wygląda struktura zdrowego narządu i wyczuć, gdyby nagle wystąpiły jakieś zmiany. W przypadku niepokojącej zmiany, trzeba się koniecznie zgłosić do urologa i na badanie USG.

CO ROBIĆ, ŻEBY NIE ZACHOROWAĆ NA RAKA?

Gwarancji uniknięcia raka nie można nigdy uzyskać, ale niebezpieczeństwo jego pojawienia się znacznie się zmniejszy, gdy przestrzegamy poniższych zasad:

- 1/ nie palimy tytoniu w żadnej postaci,
- 2/ żadnych używek, zwłaszcza alkoholu,
- 3/ lekkostrawna dieta i kontrola masy ciała (BMI w normie),
- 4/ regularna aktywność fizyczna, zwłaszcza dla osób wykonujących siedzącą pracę,
- 5/ pamiętać – szczególnie starsi panowie – o corocznych badaniach profilaktycznych.

Chcesz wiedzieć więcej, szukasz informacji na temat bezpłatnych badań, wejdź na www.planujedlugiezycie.pl lub zadzwoń na bezpłatną infolinię 800 190 590.

Infolinia jest czynna 24 godziny na dobę, 7 dni w tygodniu.



Ministerstwo
Zdrowia

PLANUJĘ DŁUGIE ŻYCIE

Kampania społeczna „Planuję długie życie” realizowana w ramach Narodowej Strategii Onkologicznej na lata 2020–2030, finansowana ze środków Ministra Zdrowia.

POWIAT GRAJEWSKI

Wojsko wraca do Grajewa



Starosta grajewski Waldemar Remfeld i minister MON Mariusz Błaszczak

Porozumienie w sprawie przekazania 24 ha miejskich gruntów (dziś są to nieużytki i tereny leśne) na utworzenie jednostki wojskowej w Grajewie podpisali w sobotę, 19 listopada, burmistrz Grajewa Dariusz Latarowski z ministrem obrony narodowej Mariuszem Błaszczakiem.

W mieście ma stacjonować brygada zmotoryzowana wchodząca w skład Podlaskiej V Dywizji Zme-

chanizowanej Wojska Polskiego, zapowiedział minister Błaszczak.

Przekazane tereny były wcześniej wykorzystywane przez wojsko, które funkcjonowało w mieście do 1994 roku.

Pod nową jednostkę Burmistrz Latarowski planuje przekazać 59,4 ha terenów inwestycyjnych. Powiat przekazał wojsku 12 ha ziemi w Wojewodzinie (gm. Grajewo)

POWIAT KOLNEŃSKI

Szpitalne oddziały nie będą likwidowane!



– Żaden z oddziałów Szpitala Ogólnego w Kolnie nie będzie w najbliższym czasie zawieszony. Taką decyzję podjął Zarząd Powiatu Kolneńskiego po zapoznaniu się z aktualną sytuacją placówki.

Sytuacja Szpitala nie jest łatwa ze względu na ciągle rosnące koszty funkcjonowania, które wynikają, między innymi z gwałtownie rosnących cen energii i ogrzewania. Na kondycję finansową mają też wpływ decyzje podejmowane cen-

tralnie, które określają, na przykład, wysokość wynagrodzeń.

Zdajemy sobie sprawę, że pracownicy Szpitala powinni zarabiać więcej, ale za decyzjami centralnymi do samorządów i szpitali nie idą pieniądze. Musimy radzić sobie w ramach już istniejących budżetów. Ale cały czas szukamy dodatkowych pieniędzy, a dyrekcja Szpitala stara się tak optymalizować pracę, żeby zapewnić jego sprawne działanie – mówi starosta kolneński Tadeusz Klama.

Komunalny w Grajewie



5 mln 200 tys. zł z rządowego programu wsparcia budownictwa mieszkaniowego otrzyma Grajewo na budowę bloku komunalnego, w którym będą 24 mieszkania (w tym 2 dla niepełnosprawnych). Ma być gotowy (przy ul. Targowej) do końca 2025 r.

Centrum edukacji obronnej

Trwa remont starej sali gimnastycznej Zespołu Szkół nr 2 w Grajewie, w której powstanie Grajewskie Centrum Edukacji Obronnej ze strzelnicami (multimedialna i pneumatyczna). Będzie kosztować 4 mln 250 tys. zł (dotacja 3 mln).

Biebrzańskie inspiracje

Na 77 Wszechnicy Biebrzańskiej pt. „Inspiracje Biebrzą” zaprasza Biebrzański Park Narodowy w sobotę, 26 listopada (godz. 9.30), do Centrum Edukacji i Zarządzania w Osowcu Twierdzy i w niedzielę, 27 listopada (godz. 10.00), do Muzeum Biebrzańskiego w Trzciannem.

Dodatek po korekcie



Do 30 listopada mieszkańcy gminy Turośl mogą składać wnioski o dodatek węglowy. Ci, którzy wcześniej otrzymali decyzje odmowne i dokonali korekty deklaracji, mogą ponownie ubiegać się o dodatek, informuje wójt gminy Piotr Niedbała. Warto przeczytać w „Kontaktach” o limitach kilowatogodzin na 2023 rok (str. 7).

Droga z mostem przez Skrodę

Przebudowa drogi z rozbiorą mostu i budową nowego przez rzekę Skrodę w Konopkach-Białymstoku (gm. Grabowo) zakończona. Kosztowała 1 mln 155 tys. zł, w połowie dofinansowana z rządowego programu.

Święty Mikołaj w Stawiskach

Święty Mikołaj zatrzyma się w parku w Stawiskach i oczekiwali będzie na dzieci w niedzielę, 4 grudnia (godz. 10.00 – 13.00). Będzie koncert i kiermasz mikołajkowy, niespodzianki. Wesoło i barwnie!



Fot. pixabay

W Zambrowie potrzebna poczekalnia

Na dworcu autobusowym w Zambrowie PKS Nova zlikwidowała poczekalnię dla podróżnych. Latem i wiosną nie jest to może aż tak uciążliwe. Choć z autobusów, poza młodzieżą szkolną, korzystają dziś głównie ludzie starsi. A dla nich czekanie na swój kurs w godziwych warunkach po wizycie u lekarza lub w urzędzie i wydreptaniu wielu kilometrów, to możliwość odpoczynku, skorzystania z toalety. Zresztą, także starsi mieszkańcy Zambrowa korzystają z autobusów, by odwiedzić rodzinę lub znajomych w okolicy. Są i dojeżdżający do pracy. Poza tym rok, to nie tylko lato. Zrobiło się zimno, nadchodzi zima i będzie jeszcze zimniej. Już nie tylko seniorzy, ale także dojeżdżająca do szkół w Zambrowie i Łomży młodzież z okolicznych wsi nie ma gdzie się schronić przed deszczem, śniegiem, wiatrem, zimnem, czeka-

jąc na autobus do domów. Dziś nawet na budowach stawia się dla robotników tymczasowe baraki, żeby mieli gdzie się schronić.

Co na to władze powiatu i miasta? Pewnie zaraz padnie argument, że utrzymanie poczekalni kosztuje. Owszem. Ale to niepodważalny koszt dla dobra mieszkańców! Uważam, że gdyby na utrzymanie poczekalni rzuciły się powiat, miasto i gminy, nie byłyby to wcale dla nich duże pieniądze.

Jestem ojcem dwóch dojeżdżających do Łomży córek. Wielu innych rodziców, z którymi rozmawiam, myśli tak samo, jak ja.

Proszę wydrukujcie ten list i przekażcie staroście oraz burmistrzowi i wójtom. Niech się wypowiedzą. W miarę szybko, bo mróz idzie i potrzebne jest pilne działanie.

W.T.

(imię i nazwisko
do wiadomości redakcji)
Zambrow

Małe formy wielkiej sztuki



Rysunek Stanisława Kędzielawskiego i artysta na fotografii syna Macieja

– W małym rysunku nie da się zgubić niedoskonałości. Jest trudniejszy – mówił na otwarciu swojej wystawy w Galerii Sztuki Współczesnej w Łomży artysta Stanisław Kędzielawski.

Jego rysunki w postaci „małej formy”, głównie w czerni i bieli, z precyzyjną kreską skłaniają, by się przed nimi zatrzymać.

Pierwsza wystawa indywidualna Kędzielawskiego odbyła się w Biurze Wystaw Artystycznych (którego kontynuacją jest Galeria) w 1979 r. Teraz, w 77 urodziny, jest dziesiątą. Oprócz rysunku tworzy grafiki, akwarele, ilustracje książ-

kowe, projekty wydawnictw. Wiele lat był redaktorem graficznym tygodnika „Kontakty”. Także nauczycielem grafiki w Państwowym Liceum Plastycznym w Łomży.

Za swoją twórczość został uhonorowany Medalem Zasłużony Kulturze „Gloria Artis” (2008) i nagrodą Prezydenta Łomży za szczególne dokonania w dziedzinie kultury (2014).

Wystawa rysunku Stanisława Kędzielawskiego połączona została z wystawą fotografii jego syna Macieja. Można je oglądać do 28 grudnia (Galeria, Łomża, ul. Długa 13).

Reportażystki Polskiego Radia Białystok z prestiżowymi nagrodami



Od lewej: Aleksandra Sadokierska i Joanna Sikora

Aleksandra Sadokierska otrzymała główną nagrodę w kategorii Dokument Roku na Ogólnopolskim Konkursie Reportażystów „Melchior 2022” za reportaż „Przewodniczka Matek”. To opowieść o czterech studentkach położnictwa Uniwersytetu Medycznego w Białymstoku, które udają się na wędrowkę po Łodzi śladami Stanisławy Leszczyńskiej, nazywanej „Mateczką”. Bohaterska położna w czasie II wojny światowej przyjęła ponad trzy tysiące porodów na ceglany piecu w obozie koncentracyjnym Auschwitz-Birkenau. W Białymstoku ma swój dąb pamięci, który zasadzili studenci Wydzia-

łu Nauk o Zdrowiu Uniwersytetu Medycznego.

Podczas uroczystej gali w Studiu Koncertowym Polskiego Radia im. Agnieszki Osieckiej w Warszawie wręczone zostały także nagrody Krajowej Rady Radiofonii i Telewizji. Grand Prix KRRiT otrzymały ex-aequo Maria Magdalena Grydniewska z Polskiego Radia Lublin za reportaż „Anna Paniszewa” oraz Joanna Sikora z Polskiego Radia Białystok za reportaż „Tola”. To historia o życiu Franciszki Ramotowskiej, łączniczki i sanitariuszki Armii Krajowej w obwodach Łomży i Grajewa. Gratulujemy!

Stypendyści premiera

12 uczniów z powiatu wysokomazowieckiego otrzymało stypendia prezesa Rady Ministrów. Stypendystami są: Anna Bakunowicz, Maciej Czołomiej i Seweryn Lipski, wszyscy z Zespołu Szkół Ogólnokształcących i Zawodowych w Ciechanowcu; Dominika Cichowska i Mateusz Pucilo, oboje z Zespołu Szkół Ogólnokształcących i Zawodowych w Czyżewie; Michał Grodzki i Maciej Uszyński, obaj z Zespołu Szkół Rolniczych w Krzyżewie; Mateusz Jabłoński i Kacper Zarzeczki, obaj z Centrum Kształcenia Zawodowego w Wysokiem Mazowieckiem; Mateusz Jabłoński i Mateusz Marciniak, obaj z Zespołu Szkół Zawodowych w Wysokiem Mazowieckiem; Roksana Szkiłdź z Zespołu Szkół Ogólnokształcących i Politechnicznych w Wysokiem Mazowieckiem.

Stypendium premiera wynosi 300 zł miesięcznie i wypłacane jest w dwóch ratach: pierwsza do 30 listopada (za okres od września do grudnia) i druga do 30 kwietnia (za okres od stycznia do czerwca).

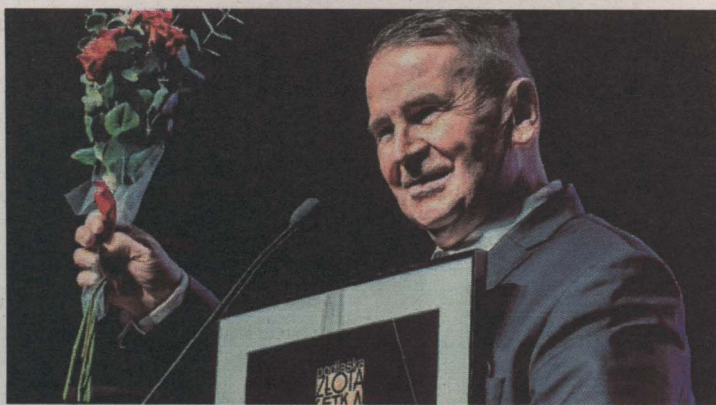
Ciepła szkoła w Rutkach

„Zdarzają się w życiu sytuacje, na które nie mamy wpływu. Mimo wielu moich zabiegów, rozmów i konsultacji, z powodów technicznych nie uda się wykonać kotłowni i gazociągu wywiązać w terminie z zawartych umów. W związku z tym muszę wprowadzić plan B i uruchomić w szkolnej kotłowni kocioł na paliwo stałe”, napisał na Facebooku wójt gminy Rutki-Kossaki Dariusz Modzelewski.

Przez dwa dni, w miniony czwartek i piątek (17 i 18 listopada), w szkole zawieszono zostały lekcje (będą odrobione w maju w 2023 r.) i w tym czasie uruchomiono kotły na węgiel. Szkoła ma opał z poprzedniego sezonu grzewczego. Od poniedziałku, 21 listopada, uczniowie i przedszkolaki wrócili do swoich klas.

O sytuacji w Szkole Podstawowej w Rutkach pisaliśmy tydzień temu. W sprawie zimnej szkoły skargę otrzymało bowiem Kuratorium. Inny zarzut dotyczył braku pieczywa do zupy w szkolnej stołówce. Może i to zostanie rozwiązane?

Mlekovita obsypana nagrodami



Prezes Mlekovity Dariusz Sapiński z dyplomem Złotej Setki

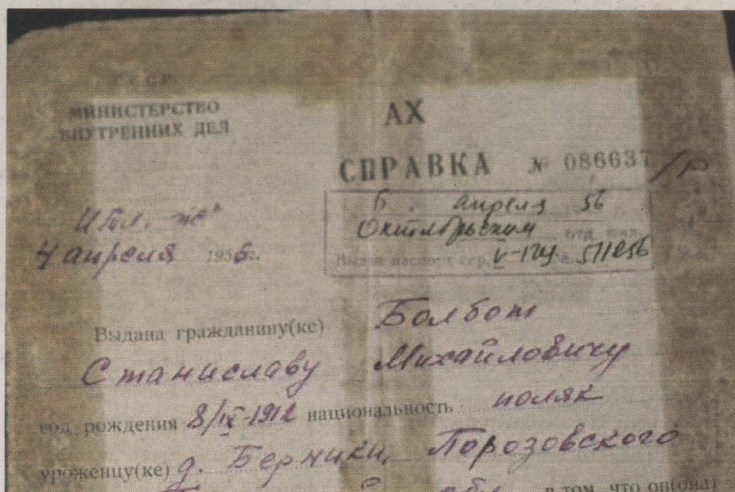
Cztery pierwsze miejsca zajęła Mlekovita na Targach Mleczarskich Mleko-Expo, organizowanych przez Krajowy Związek Spółdzielni Mleczarskich: w rankingu Największych i Najlepszych Spółdzielni Mleczarskich w 2021 r., największych spółdzielczych eksporterów produktów mleczarskich w 2021 r., za wyniki eksportu w 2021 r. i nagrodę Lidera Galanterii Mlecznej w 2021 r. Ponadto osiem produktów Mlekovity zostało nagrodzonych w konkur-

sach za najwyższą i wyróżniającą się jakość.

Dodatkowo za „Wypasione cappuccino” Mlekovita została wyróżniona Pucharem Krajowego Związku Spółdzielni Mleczarskich Związku Rewizyjnego w kategorii „Nowość” w konkursie Super Produkt 2022.

Rekordowy, ubiegłoroczny przychód 6,3 mld zł zapewnił Mlekovicie zwycięstwo w XIX edycji rankingu Podlaska Złota Setka Przedsiębiorstw.

Cenny dar dla Izby Historycznej



„Sprawka”, czyli dokument zwalniający Stanisława Bołbota z zesłania

Książeczkę wojskową, kartę repatriacyjną, dokumenty kombatanckie, a także trochę nowsze, jak talon na paczkę żywnościową i świadectwo zwolnienia internowanego po Stanisławie Bołbocie, żołnierzu kampanii wrześniowej 1939, zesłanym na 15 lat na Sybir do Workuty i po pierwszym przewodniczącym Solidarności w Zambrowie Eugeniuszu Łomocińskim, otrzymała

w darze Regionalna Izba Historyczna w Zambrowie. Przekazali jej Janina (córka Stanisław Bołbota) i Sławomir Łomociński. – Ciekawa jest „sprawka”, czyli dokument dotyczący zwolnienia z Sybiru, wystawiony w 1956 roku. Nie ma zbyt wiele tego typu dokumentów, więc każdy jest dla nas bardzo cenny – powiedział Jarosław Strenkowski z Regionalnej Izby Historycznej.

Budżet na rozwój



Budowa nowej siedziby starostwa powiatowego w Wysokiem Mazowieckiem za 29,5 mln zł (25 mln dotacji) rozpocznie się w przyszłym roku i zakończy w 2025. Inne większe wydatki inwestycyjne (głównie drogi) w przyszłym roku będą kosztowały 65 mln zł (w tym fundusze unijne 53 mln).

Konkurs piosenki

XX Powiatowy Konkurs Piosenki, organizowany przez Gminny Ośrodek Kultury w Szepietowie, odbędzie się w niedzielę, 27 listopada (godz. 12.00 próby mikrofonowe, godz. 13.30 prezentacje uczestników), w GOK. Szczegółowe informacje, tel. 86 476 01 02 i 506 809 303.

Dzień Seniora w Nowych Piekutach

Występ chóru „Swojskie Melodie” i grupy wokalne z Gminnego Ośrodka Kultury oraz bal seniorów wypełniły program Dnia Seniora w Nowych Piekutach.

Mistrzowskie loty



Dariusz Kurzyzna został mistrzem, a Sylwester Kurzyzna i Tadeusz Kaliszczyk wicemistrzami w lotach gołębi dorosłych zambrowskiej sekcji Polskiego Związku Hodowców Gołębi Pocztowych. W lotach gołębi młodych mistrzostwo zdobył Andrzej Sokołowski, a wicemistrzostwo Tadeusz Kaliszczyk i Eligiusz Pogorzelski.

Nauczyciel zawieszony

Zawieszenie w wykonywaniu zawodu, dozór policyjny i zakaz zbliżania się do pokrzywdzonych zastosowała Prokuratura Rejonowa w Zambrowie wobec nauczyciela (lat 56) języka angielskiego ze Szkoły Podstawowej nr 4 w Zambrowie, podejrzanego o seksualne wykorzystywanie nieletnich (poniżej 15 lat) uczennic.

Zbiórka elektrośmięci

Do 9 grudnia w Zespole Szkół w Szumowie trwa zbiórka elektrośmięci. Więcej informacji u Jerzego Głębockiego, tel. 737 271 061.

Baza Rodzin Szlachetnej Paczki została otwarta w sobotę, 12 listopada. Są w niej rodziny z powiatów: grajewskiego, łomżyńskiego, wysokomazowieckiego i zambrowskiego. Paczkę dla wybranej rodziny można zrobić samemu lub z grupą bliskich, sąsiadów, przyjaciół. Dotrze do niej 10 lub 11 grudnia

2,86 zł dziennie na jedzenie

Życie Wandy (lat 57) z powiatu zambrowskiego załamało się, kiedy mąż zginął w wypadku samochodowym. Odwróciły się od niej dzieci i nie utrzymują żadnych kontaktów. Wpadła w depresję, nie pracuje. Ostatnio została wyeksmitowana z dotychczasowego mieszkania do komunalnego. Nie ma w nim prądu ani dostępu do ciepłej wody. Żyje w krytycznych warunkach. Utrzymuje się z zasiłku z pomocy społecznej (520 zł). Po opłaceniu mieszkania i wykupieniu leków zostaje jej na jedzenie w miesiącu 86 zł. To 2,86 zł na dzień.

Marzy o pogodzeniu się ze swoimi dziećmi, o powrocie do zdrowia i do pracy.

Potrzuje: ciśnieniomierz, boiler na ogrzanie wody, czajnik na kuchenkę, żywność z długim terminem przydatności do spożycia oraz środki czystości.

Tona węgla

Ewelina (lat 56) z powiatu wysokomazowieckiego mieszkała i pracowała jako magazynierka w Warszawie. Pięć lat temu rozwiodła się z mężem, który nadużywał alkoholu i wróciła w rodzinne strony. Po urazie głowy choruje na padaczkę. Mimo wielu starań nie może znaleźć pracy. Ukończyła kurs pracownika biurowego. Zajmuje mieszkanie socjalne ogrzewane piecem, ale w kuchni i łazience jest zimno. Brakuje jej pieniędzy na leki. Żyje z zasiłku 750 zł, a stałe opłaty wynoszą 598 zł. Na jedzenie zostaje na miesiąc 152 zł, czyli na dzień 5 zł.

Potrzuje żywności o długim terminie ważności, pralkę, grzejnik elektryczny i tonę węgla.

Samotne i chore

Hanna (lat 52) z powiatu łomżyńskiego od 25 lat samotnie opiekuje się niepełnosprawną córką Karoliną (25 lat). Pracowała w kuchni dopóki była zdrowa. Zdiagnozowano u niej chorobę Parkinsona oraz schizofrenię. Choroba utrudniała pracę i w rezultacie ją straciła.

Hanna z córką utrzymują się z renty i zasiłku (razem 1870 zł). Po odliczeniu stałych wydatków

Czyścić



Fot. pixabay

na Ziemi!(2)

i zakupie lekarstw niewiele pozostaje na przeżycie każdego miesiąca. Potrzebują: kuchenkę gazową, zimowe kurtki i buty, kołdrę, poduszkę, pościel, produkty żywnościowe i środki czystości oraz rower elektryczny do ćwiczeń.

Bez ojca

Marta (lat 49) z powiatu łomżyńskiego sama wychowuje dwóch synów: Eryka (lat 19) i Oliwiera (lat 16). Ich ojciec kilka lat temu wyjechał z kraju i nie utrzymuje z nimi kontaktu. Marta po rozstaniu z mężem załamała się nerwo-

wo i wpadła w depresję. Do dzisiaj jest pod opieką lekarza i z powodu choroby nie może znaleźć stałego zatrudnienia. Żyją w bardzo skromnym domku na wsi (jeden pokój z kuchnią) za 2300 zł. Po odliczeniu kosztów utrzymania domu i kupna leków, zostaje na życie 219 zł na osobę.

Chłopcy interesują się informatyką, potrzebują do nauki laptop. Potrzebne są im też nowe buty (adidasy). Do domu niezbędna jest lodówka (otrzymali używaną od sąsiadów, ale się zepsuła). Zapas żywności i środków czystości

Jak zrobić Szlachetną Paczkę

Aby zrobić Szlachetną Paczkę należy wejść na stronę www.szlachetnapaczka.pl

Tam kliknąć na pasek „Wybieram Rodzinę”. Otworzy się okienko z informacją „wybierz lokalizację”. Z tego okienka należy wybrać województwo. W województwie podlaskim jest 10 baz (lokalizacji) Szlachetnej Paczki (8 powiatów oraz dwa miasta, Szepietowo i Białystok). Teraz trzeba wybrać powiat (lub miasto). Są tam opisy oczekujących na Paczkę. Można tu znaleźć rodzinę opisaną w „Kontaktach”.

Po wyborze rodziny kliknąć w pasek „Wybieram tę Rodzinę”. Otworzy się strona, na której należy podać swoje dane (koniecznie

z numerem telefonu i adres e-mail) i potwierdzić wybór Rodziny. Poczta zwrotną otrzymamy e-mail potwierdzający wybór rodziny i informację, gdzie należy zawieźć paczkę. Również przy opisie każdej rodziny jest adres magazynu, do którego będą dostarczane paczki (w Łomży do Akademii Nauk Stosowanych przy ul. Akademickiej 14). Z magazynu paczki będą rozwożić 10 i 11 grudnia wolontariusze. Po dostarczeniu paczek napiszą do Darczyńców, jak zareagowali obdarowani.

Z pytaniami dotyczącymi Szlachetnej Paczki można zwrócić się na adres mailowy darczynca@wiosna.org.pl lub zadzwonić na infolinię, tel. 12 333 78 00.

pozwoliliby im zaoszczędzić pieniądze na inne potrzeby.

Bezwzględny guz

Maria (lat 69) z powiatu wysokomazowieckiego wiele lat była położną w szpitalu. Jest samotna, nie ma bliskiej rodziny. Dziesięć lat temu zdiagnozowano u niej guz. Walczyła z rakiem, operacja i radioterapia zakończyły się wygraną. Po kilku latach choroba wróciła ze zdwojoną siłą. Powstały przerzuty, a do tego astma, cukrzyca, problemy z sercem. Znaczną część emerytury i zasiłków (razem 2230 zł) wydaje na leki i dojazdy do lekarzy oraz stałe opłaty. Nie ma auta, za każdym razem prosi sąsiadów o pomoc. Przy dużych oszczędnościach na życie w miesiącu pozostaje ok. 325 zł, czyli 10 zł na każdy dzień.

Potrzuje żywności z długim terminem ważności, żelazka (poprzednie popsuło się, pożyczła od sąsiadów przed wyjazdem do lekarza), kuchenkę mikrofalową (mogłaby oszczędzić gaz).

Śmierć mamy

Edward z żoną z powiatu grajewskiego kilka lat temu wzięli kredyt i kupili małe gospodarstwo rolne z drewnianym domem. Mieli troje dzieci: Agnieszkę, Amelię i Adama. Sytuacja zaczęła się pogarszać ze wzrostem inflacji i rat kredytu. Jednak największe nieszczęście przyszło w maju. Zmarła mama. Amelia (12 lat) uczy się w szkole podstawowej. Agnieszka (17 lat) w szkole średniej, do której dojeżdża 14 km (4 km rowerem i 10 autobusem). Jeśli nie ma jej w szkole, to znaczy, że pomaga ojcu w gospodarstwie albo opiekuje się bratem Adamem (6 lat). Utrzymują się z pracy ojca, renty rodzinnej i 500+. Mają razem w miesiącu około 6 090 zł. Rata kredytu to około 2000 zł, opłata przedszkola prawie 1300 zł.

Ojciec śpi z synem na połamanym łóżku. Potrzebna jest kanapa, stół z krzesłami, kołdra, pościel, ręczniki. Dzieciom laptop, ciepła odzież i obuwie. Uciesza się też z żywności i środków higienicznych.

Bajka o złym Donaldzie

W Przytułach prawie 99 proc. mieszkańców głosowało na PiS. Czy w następnych wyborach zrobią tak samo? Zrobią tak samo!

Wina Tuska!

– W gminie coraz więcej ludzi kupuje na zeszyt. Najczęściej chemię, mięso i wędliny, ale zdarza się, że i pieczywo – mówi pani ze spożywczaka w Przytułach.

Nie dziwi się: zarobki stoją, a chleb poszedł w górę o połowę. Kielbasa nawet o trzy czwarte.

Choć takie podwyżki, ludzie nie narzekają na rząd. Biorą na kreskę, ale tłumaczą, że to wszystko wina Tuska. Zadłużył Polskę na prawie bilion złotych, podniósł wiek emerytalny dla kobiet i mężczyzn i podwyższył VAT. Dlatego wszystko podrożało.

– Skąd o tym wiedzą?

Sprzedawczyni pokazuje stojak Ruchu z prasą. Na samym szczycie pisemka porno („Imperium Seksu”, „Mistrzyni Seksu”, „Mamuśki”). Pod spodem grube pliki „Sieci” i „Gazety Polskiej”. Na samym dole jeden na cały nadział egzemplarz „Przeglądu”. Porno regularnie kupują dwaj mieszkańcy gminy Przytuły, „Sieci” i „Gazetę Polską” o wiele więcej.

Czy wierzą w to, co czytają? Wystarczy porozmawiać pod sklepem.

– Tusk zniszczył Polskę. Dla nas polskość to świętość. Dla Tuska to nienormalność. PiS jest jedyną partią chroniącą nasze wartości, nasze podstawy! – mówi rolnik specjalizujący się w hodowli krów mlecznych.

– Na ostatniej okładce „Sieci” jest nasz prezydent Andrzej Duda. Jak zawsze wyprostowany i dumny mówi: „Nie damy rozdzielić Polski!”. A rudy Donald na zdjęciach zawsze przygarbiony, jakby gotowy do ataku – opowiada pracownik firmy z pobliskiego Jedwabnego.

– Wszyscy, którzy wierzą Tuszkowi, to dzicz i hołota. Szczególnie kobiety, które wstydu nie mają. Ostatnio pokazywało je TVP Info. Nasz prezes był w Elku, mówił o tym, że pijane kobiety mają kłopot z zająciami w ciąży. I kto



Gmina Przytuły, reaktywowana w 1984 roku z silnym wsparciem „Kontaktów”, jest jedną z najmniejszych gmin w Polsce. I najbiedniejszych wśród 2477 gmin wiejskich w kraju w 2022 roku! Biedniejsza jest tylko gmina Potok Górny (Lubelskie). Fot. Facebook

najgłośniejszy krzyczał pod budynkiem, w którym był Jarosław Kaczyński? Pijane kobiety. TVP Info je pokazało. Darły się, żeby zrobić zamieszanie. Odciągnąć uwagę od tego, co mówił nasz prezes – dorzuca mieszkaniec, dojeżdżający do pracy w Łomży.

– Ludzie w Przytułach nie wierzą totalnej opozycji. Ale tak między nami mówiąc: dlaczego mają jej wierzyć? PiS podzieliło się z ludźmi pieniędzmi, a PO wszystko zagarniała pod siebie – przyznaje wójt gminy Kazimierz Ramotowski.

Wójt wymienia sytuacje, w których PiS się podzieliło. Po pierwsze, podarowało ludziom 500+ i trzysta złotych na Dobry Start. W liczącej niewiele ponad 2000 gminie jest kilkanaście wielodzietnych rodzin, nawet z piątką dzieci. Po drugie, dało emerytom trzynastki i czternastki. Gminni emeryci nie mają gdzie dorobić, dlatego dla nich to niczym dar z niebios. Nic dziwnego, że w gminie mówią, że ten, kto nie wierzy PiS, może dać sobie spokój z dodatkowymi emeryturami. Niech ich nie bierze albo zmieni podejście. Nie kąsa się

dłoni, która karmi. Po trzecie, PiS dało gminie dwa razy po 500 tysięcy w ramach tarczy antykrzysowej, która miała zamortyzować skutki pandemii.

– Ale przede wszystkim wsparło nas z programu Polski Ład. Nigdy żaden rząd tak nam nie sypnął pieniędzmi. To równowartość kilkunastu lat budżetu gminy! Wystarczy nie tylko na remont szkoły, ale i na budowę siedmiu kilometrów dróg. Z podatków gminnych starczyłoby za ledwie na pół kilometra – mówi wójt i wyjmuje tablicę z hasłem „Gmina Przytuły otrzymała 7,68 mln złotych”.

– Ale co z podwyżkami? Nawozy podrożały sześć razy, w górę poszły ceny części do maszyn rolniczych, nie mówiąc o cenach paliwa.

– To wszystko wina wojny w Ukrainie. Wszystko przez Putina, ale też przez nieuczciwych dealerów, którzy przetrzymywali nawozy w magazynach, żeby potem sprzedać znacznie drożej – mówi wójt Ramotowski.

– Myśli pan, że w przyszłych wyborach mieszkańcy gminy będą głosować na PiS?

– Oczywiście. A na jaką partię mieliby głosować? PO krytykuje PiS, a nie ma nawet własnego programu i pomysłu na rządzenie w Polsce. Do tego politycy PO przekonują, że nie będą przedstawiać programu, żeby rządzący nie mieli okazji z nimi dyskutować.

Garnki od Morawieckiego

– A o czym tu dyskutować? Kto dał takim, jak nasze, kołom gospodyń wiejskich dofinansowanie po 5000 złotych rocznie? Mateusz Morawiecki! Dzięki niemu mamy pieniądze na wiejską świetlicę: są środki, żeby kupić porządną patelnię teflonową, komplet garnków i stół do gry w ping-ponga dla młodzieży – mówi Regina Przestrzelska, szefowa działającego w gminie Stowarzyszenia Mieszkańców Wsi Wilamowo „Wilamowiacy”.

Uważa, że dzięki pieniądзом od premiera z PiS coś się wreszcie we wsi dzieje. Jest świetlica, więc jest gdzie zorganizować kurs komputerowy, zajęcia z wicia palemek i tworzenia kartek świątecznych.

– Do naszego Wilamowa zawiątał nawet Uniwersytet Trzeciego

... i boskim Prezesie



Nowoczesna świetlica w Wilamowie za, między innymi, unijne pieniądze. Fot. UMWP



Unikalny architektonicznie, pięknie położony i utrzymany kościół parafialny w Przytułach. Fot. Wikipedia

Wiek! Ale przede wszystkim dzięki pieniądзом od Morawieckiego ludzie we wsi mają gdzie się spocząć przy kawie i ciastku.

Podczas takich spotkań rozmawia się czasem o polityce. Na przykład, o stosunkach polsko-niemieckich. A jest o czym, bo kiedyś młodzi wyjeżdżali z gminy do USA, a teraz ruszają z Przytuł szukać pracy w Niemczech. Przyjeżdżają do domu na święta i mówią, że u bauera ze wszystkim łatwiej.

– Mój syn pracuje w Niemczech. Opowiada, że tam dopłaty do rolnictwa są dwa razy takie jak w Polsce. Wygodniej też wziąć kredyt. No i jedzenie w porównaniu do zarobków jest tańsze niż w Polsce. Generalnie żyje się łatwiej, niż w Przytułach – mówi Przestrzelska.

I kto temu winien? Donald Tusk, który tyle czasu był przewodniczącym Rady Europejskiej, a dla Polski zrobił niewiele. Do tego nie dopilnował, żeby Niemcy zapłacili nam reparacje wojenne.

W świetlicy rozmawia się też o tym, co będzie, jeśli PO dojdzie do władzy. Ludzie nie mają wątpliwości: Tusk zniszczy polski Kościół. Mówi zresztą o tym głośno, co można zobaczyć w TVP Info. Ostatnio pokazywali, jak zapowiada, że jeśli zwycięży, skasuje finansowanie Kościoła. A w Przytułach ludzie religijni. Niemal przy każdej posesji stoi kapliczka. Kolejne powstają jako wota błagalne i dziękczynne.

– A w tym samym czasie PO pracuje nad zniszczeniem naszej wiary i chce, na przykład, utrzymać niski zasiłek pogrzebowy. Mój

mąż pracuje jako kościelny i mówi, że w gminie jest więcej pogrzebów, niż chrzcin. Dlatego powinno być tak, jak przekonuje PiS: podwyższenie zasiłku pogrzebowego z 4 tys. do 5 tys. złotych. Wszystkim wyjdzie na dobre – denerwuje się Przestrzelska.

Bajkopisarstwo PiS

– PiS kupuje, ale też zastrasza ludzi. Z jednej strony rozdaje pieniądze, z drugiej opowiada, że jeśli PO dojdzie do władzy, zabierze wszystko to, co PiS ludziom podarowało. No i uskutecznia bajkopisarstwo, bo przekonuje, że pod władzą PiS kraj rozwija się prężnie, a wyniki gospodarcze szybują do góry – mówi sołtyska wsi Przytuły Jolanta Rybicka.

Siedzimy przy kawie, w tle brzęczy TVN. Za moment „Szkło kontaktowe”, ulubiony program Rybickiej. W tym samym czasie TVP będzie pokazywać konkurencyjne „W tyle wizji”. Jeden z ulubionych programów mieszkańców Przytuł.

– Ludzie wierzą PiS, bo oglądają tylko Jedynekę, Dwójkę i TVP Info. I bezkrytycznie powtarzają wszystko, o czym mówią w państwowej telewizji. Łatwo zresztą jej uwierzyć, bo ma łatwy przekaz: my jesteśmy dobrzy, a opozycja to uosobienie zła. To działa. Śmieję się, że kiedy leżałam w szpitalu i oglądałam jedyny dostępny kanał, czyli Jedynekę, czułam się, jakbym wyładowała w innej, lepszej rzeczywistości – mówi Rybicka.

Nie wierzy jednak w nią i głosowała na PO. Tak jak jeszcze trzy rodziny z gminy.



Wiatrak holenderski w Doliwach z 1838 roku. Fot. Sylwester Górski. Wikipedia

– Na co dzień staram się nie rozmawiać o polityce. W Przytułach nie ma zresztą o czym gadać, bo ludzie nie przyjmują argumentów. Są przekonani, że tylko oni mają rację i nie znoszą sprzeciwu. Poza tym, dla nich Kaczyński to bóg i guru, który zsyła na ziemię swoich przedstawicieli, czyli posłów – mówi.

A oni, jak mówi Rybicka, chętnie przyjeżdżają do gminy, w której PiS ma prawie 99 procent poparcia. Na festynach gminnych bywała Bernadeta Krynicka, wtedy jeszcze posłanka PiS. Nikt nie kojarzył jej tutaj z sejmowym protestem rodziców niepełnosprawnych dzieci, podczas którego powiedziała, że nie są dla niej partnerem do rozmów. W Przytułach bywał też poseł Lech Kołakowski, który zasłynął z tego, że po przekroczeniu prędkości w terenie zabudowanym odmówił przyjęcia mandatu.

– O tym nie mówili w TVP, nic dziwnego, że ludzie trakto-

wali i Krynicką, i Kołakowskiego właśnie jak wysłanników niebios – mówi Rybicka.

Swoje robi też przekaz Kościoła. Konkretnie: straszenie LGBT niczym głosem diabła. I przekonywanie, że 13 i 14 emerytura zmienią życie emeryta na lepsze.

– A jak jest naprawdę? Kupiłam na zimę kilka ton ekogroszku i drewna. Trzynastka i czternastka wystarczyły na różnicę w cenie w porównaniu z ubiegłym rokiem. Dosłownie poszły z dymem. Podobnie, jak w domach innych emerytów – mówi Rybicka.

Mimo to sołtyska uważa, że w następnych wyborach ludzie w Przytułach znów zagłosują na PiS. Ale jeśli jakimś cudem do władzy dojdzie PO to w kraju, ale też w gminie po rządach PiS nie będzie co zbierać. (Źródło: „Newsweek”; tytuł od redakcji).

ELŻBIETA TURLEJ

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.0177/2022-o-i)

FINANSE

Pożyczki pozabankowe pod grunty
rolne bez BIK i weryfikacji baz.

Umowa notarialna, RRSO 36% rok.

Szybko, uczciwie i profesjonalnie 24/h.

Tel. 577 – 873 – 616

(fak/sms)

MOTORYZACJA

Poszukuję garażu do wynajęcia,
okolice ul. Kopernika,

ul. Dmowskiego. Tel. 501 – 639 – 333

(p-001554-o)

NIERUCHOMOŚCI

Sprzedam pilnie dom + budynek
gospodarczy. Łomża,
ul. Łukasieńskiego. Tel. 888 – 020 – 030

(fak/sms)

Do wynajęcia kawalerka w Grądach
Woniecko, gm. Rutki, 600 zł
oraz kawalerka w centrum Łomży,
1 000 zł, wyposażona,
po remoncie, kaucja i magazyn,
garaż 36 m² i 50 m² w Łomży.

Tel. 535 – 480 – 220

(fak/sms)

ODDAM

Ogłoszenia w rubryce „Oddam”
zamieszczamy bezpłatnie.

Treść można przesłać na adres:
redakcja@kontakty-tygodnik.

com.pl lub podać telefonicznie:
86 216 42 43

PRACA

Szukam osób, które jeżdżą na
pusto lawetą, busem skrzyniowym
lub przyczepką do Zurychu
(Szwajcaria). Stała współpraca
lub do Liechtensteinu. Jeśli nie
odbieram proszę dzwonić na
WhatsApp, tel. +48 535 – 480 – 220

(fak/sms)

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.0178/2022-o)

Kupię las, ziemię rolną, łąkę
z dostępem do drogi asfaltowej
lub bezpośrednio do rzeki.
Proszę wysłać sms-a z nr. działki
i miejscowości na numer
tel. 880 – 033 – 370

(fak/sms)

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

Dzwoń. Tel. 660 – 795 – 977

(fak/sms)

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

(fak/sms)

SPRZEDAM

Sprzedam odzież używaną
– dziecięcą i młodzieżową.
Tel. 508 – 196 – 232

(p-001555-o)

TOWARZYSKIE

Mam 41 lat, poszukuję drugiej
połówki na resztę życia.
Tel. 782 – 640 – 065

(p-001556-o)

TRANSPORT

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

(fak.0097/2022-o-i)

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

(fak.0098/2022-o-i)

INFORMACJA

Wójt Gminy Miastkowo in-
formuje, zgodnie z art. 35
ust. 1 ustawy z dnia 21 sier-
pnia 1997 roku o gospodar-
ce nieruchomościami, że
dnia 23 listopada 2022 roku
wywieszono **wykaz nierucho-
mości przeznaczonych do
oddania w dzierżawę w ob-
rębie Chojny-Naruszczyki**, na
tablicy ogłoszeń w siedzibie
Urzędu Gminy Miastkowo, na
okres 21 dni.

Z treścią wykazu można za-
poznać się w siedzibie Urzędu
Gminy Miastkowo ul. Łomżyń-
ska 32, lub telefonicznie pod
nr 86 2174996, w godzinach
7³⁰ do 15⁰⁰ od poniedziałku do
piątku oraz na stronie interne-
towej www.miastkowo.pl/bip.

Zamawiaj więcej płacąc mniej!

teraz pakiety promocyjne

dla wszystkich formatów odbitek

zdjęcia 10x15 już od **0,49zł**

foto gabs ŁOMŻA, STARY RYNEK 16

Kodak Express
ŁOMŻA, DMOWSKIEGO 1B Digital Solutions

OGŁOSZENIA BEZPŁATNE MOTORYZACYJNE

Sprzedam Audi A4 B7, (2006), 1.9 TDI, 116 KM, diesel, naprawy robione na bieżąco, cena 15 900 zł do negocjacji, tel. 515 - 799 - 440 (o/b)

Sprzedam Chevrolet Traverse, (2010), benzyna, przebieg 220 000 km, ubezpieczenie do 05.12.2022 r., przegląd ważny do 16.03.2023 r., cena 35 000 zł do negocjacji, tel. 605 - 735 - 315 (o/b)

Sprzedam opony zimowe Kormoran Snow, rozmiar 245/40/R18 97V, 4 sztuki, nowe, cena 450 zł za sztukę, tel. 604 - 157 - 796 (o/b)

Sprzedam Volkswagen Polo, (2001), 1.4 MPI, klimatyzacja, wspomaganie, cena 5 900 zł do negocjacji, tel. 510 - 315 - 694 (o/b)

Sprzedam Fiat Stilo, (2003), 1.4 benzyna, auto w bardzo dobrym stanie, przebieg 100 000 km, cen 10 500 zł, tel. 514 - 636 - 725 (o/b)

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

Sprzedam Volvo XC 60, (XI.2016) salon Polska, cena 102 000 zł, tel. 507 - 960 - 008 (o/b)

Sprzedam Volkswagen Passat, 2.0 TDI, 170KM, pierwszy właściciel, salon Polska, stan idealny, cena 39 900 zł, tel. 507 - 960 - 008 (o/b)

Sprzedam Audi A4 B8, (2011), 2.0 TDI, auto sprowadzone w 2020 r. z Niemiec, pełna elektryka, klimatyzacja, cena 34 900 zł do negocjacji, tel. 506 - 893 - 067 (o/b)

Sprzedam Opel Zafira, (2006), normalne ślady użytkowania, auto 7-osobowe, opłaty aktualne, cena 12 900 zł do negocjacji, tel. 601 - 454 - 202 (o/b)

Sprzedam Melex, bez silnika, stan idealny, cena 1 500 zł, tel. 609 - 320 - 169 (o/b)

Sprzedam Renault Scenic, stan idealny, diesel, bez rdzy, cena 3 000 zł, tel. 513 - 771 - 544 (o/b)

Sprzedam Audi S6 C7, (2014), 4.0 benzyna, nowe opony, przebieg 153 000 km, kolor srebrny, cena 107 000 zł do negocjacji, tel. 532 - 216 - 153 (o/b)

Sprzedam Opel Astra, (1999), 2.0 dti, OC do lutego, badania do maja, diesel, przebieg 327 000 km, cena 2 000 zł, tel. 518 - 253 - 060 (o/b)

Sprzedam Toyota Corolla Verso, (2005), diesel, minivan, stan mechaniczny bardzo dobry, stan wizualny dobry, cena 10 600 zł, tel. 576 - 262 - 474 (o/b)

Sprzedam Suzuki Grand Vitara, (2011), diesel, OC i przegląd do 07.2023 r., nowe opony letnie, oryginalny wyciągany hak, cena 55 000 zł, tel. 797 - 161 - 484 (o/b)

Sprzedam Nissan Qashqai, (2005), ubezpieczenie i przegląd do maja, diesel, 106 KM, czujnik cofania, cena 23 000 zł, tel. 607 - 534 - 972 (o/b)

Sprzedam Volkswagen Caddy, (2008), 1.4 benzyna, przebieg 214 000 km, technicznie w bardzo dobrym stanie, sprawna klimatyzacja, cena 17 800 zł do negocjacji, tel. 889 - 272 - 969 (o/b)

Sprzedam Audi A4 B6, (2003), benzyna + gaz, 170 KM, ubezpieczenie do stycznia, przednia szyba do wymiany, cena 9 000 zł do negocjacji, tel. 507 - 649 - 943 (o/b)

Sprzedam Seat Ibiza, (2003), 1.2 benzyna, auto w bardzo dobrym stanie technicznym i wizualnym, wszelkie opłaty ważne, cena 5 000 zł, tel. 798 - 600 - 839 (o/b)

Sprzedam Audi A3, (2011), 1.6 diesel, stan bardzo dobry, klimatyzacja, tempomat, opony zimowe w bardzo dobrym stanie, cena 24 900 zł do negocjacji, tel. 507 - 946 - 893 (o/b)

Sprzedam Nissan Micra, (2005), auto sprowadzone z Niemiec, opłacone, gotowe do rejestracji, benzyna, stan bardzo dobry, cena 8 900 zł, tel. 506 - 546 - 584 (o/b)

Sprzedam Opel Astra G, (2000), benzyna + gaz, wszystkie opłaty aktualne, zawieszenie sztywne, cena 3 700 zł, tel. 512 - 576 - 250 (o/b)

Sprzedam Volkswagen Caddy, (2011), diesel, auto w bardzo dobrym stanie, bez nakładów finansowych, cena 23 000 zł, tel. 535 - 526 - 559 (o/b)

Sprzedam Toyota Yaris, (2001), benzyna, przegląd do 30.04.2023 r., OC do 04.05.2023 r., cena 4 500 zł, tel. 539 - 941 - 795 (o/b)

Sprzedam BMW E92, (2007), 177 KM, diesel, auto w bardzo dobrym stanie, przebieg 298 000 km, cena 42 000 zł do negocjacji, tel. 572 - 865 - 693 (o/b)

Sprzedam Renault Modus, 1.2 benzyna, świeżo po przeglądzie, auto w ciągłym użytkowaniu, cena 8 500 zł do negocjacji, tel. 502 - 155 - 563 (o/b)

Sprzedam Opel Insignia, (2013), 2.0 CDTI, stan techniczny i wizualny bardzo dobry, wszystko serwisowane na bieżąco, cena 39 000 zł, tel. 500 - 868 - 510 (o/b)

Sprzedam Volkswagen Polo, (1999), benzyna, auto garażowane, zadbane, od 16 lat w jednych rękach, cena 2 500 zł do negocjacji, tel. 514 - 547 - 555 (o/b)

Sprzedam Ford Focus MK3, (2010), diesel, 90 KM, nowe sprzęgło i tylne zawieszenie, czujnik parkowania, cena 15 500 zł do negocjacji, tel. 668 - 559 - 003 (o/b)

Sprzedam Opel Meriva, (2009), 1.3 cdti, diesel, przebieg 136 700 km, klimatyzacja, tempomat, elektryczne szyby i lusterka, cena 10 500 zł, tel. 515 - 088 - 885 (o/b)

KUPON BEZPŁATNE OGŁOSZENIE DLA ZMOTORYZOWANYCH

Treść ogłoszenia do 15 słów:

Warunkiem ukazania się ogłoszenia jest podanie ceny pojazdu!

Imię i nazwisko ogłaszającego: _____

Adres: _____ Tel.: _____

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

Czytelny podpis: _____

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

Pobierz aplikację mobilną

TAXI 19-191J
MPT

POBIERZ Z
Google Play

Pobierz z
App Store

Najlepsza aplikacja w mieście

OGŁOSZENIA BEZPŁATNE ROLNICZE

Sprzedam młynek do zboża, trzy grubości mielenia, kosz zasypowy 50 kg, cena 700 zł, tel. 697 - 824 - 693

(o/b)

Sprzedam przyczepę, sztywne, niska, cena 5 000 zł, tel. 503 - 862 - 612

(o/b)

Sprzedam kombajn New Holland Clayson S-1550, (1987), heder 4,50 m, rura hydraulicznie otwierana, cena 52 000 zł do negocjacji, tel. 693 - 508 - 252

(o/b)

Sprzedam kombajn zbożowy International 531, heder 3,60 m, cena 17 000 zł do negocjacji, tel. 601 - 712 - 007

(o/b)

Sprzedam siewnik do kukurydzy, bardzo prosty w obsłudze, zasyp nawozu 700 kg, cena 12 900 zł, tel. 515 - 507 - 535

(o/b)

Sprzedam talerzówkę Bomet, (2008), stan dobry, cena 7 500 zł, tel. 691 - 675 - 411

(o/b)

Sprzedam owijkę Sipma Tekla, folia 50, stan bardzo dobry, w oryginalnym stanie, cena 3 900 zł do negocjacji, tel. 661 - 681 - 601

(o/b)

Sprzedam kombajn Deutz Fahr 1080, w dobrym stanie, sprawny, garażowany, heder 3 m, cena 43 200 zł do negocjacji, tel. 500 - 531 - 371

(o/b)

Sprzedam zgrabiarkę Niemeyer, karuzelowa, stan dobry, szerokość robocza 6,20 m, w ciągłym użytkowaniu, cena 9 800 zł, tel. 694 - 942 - 970

(o/b)

Sprzedam zgrabiarkę Vicon Andex 353, stan igła, mało używana, szerokość 3,60 m, wyjmowane ramiona, tandem, cena 13 500 zł, tel. 502 - 438 - 405

(o/b)

Sprzedam rozsiewacz do nawozów Amazone, stan idealny, garażowany, nowe talerze i łopatki, wszystko sprawne, cena 7 300 zł do negocjacji, tel. 695 - 413 - 133

(o/b)

Sprzedam siewnik do kukurydzy, 4-rzędowy, pneumatyczny, stan bardzo dobry, cena 11 900 zł do negocjacji, tel. 514 - 393 - 769

(o/b)

Sprzedam agregat prądowłóczy, użytkowany w gospodarstwie zajmującym się produkcją mleka, cena 20 000 zł, tel. 606 - 917 - 229

(o/b)

Sprzedam rozsiewacz do nawozów Bogballe, sprawny, w ładnym stanie, hydraulicznie otwierany, wałek WOM, cena 2 900 zł, tel. 502 - 071 - 797

(o/b)

Sprzedam pług Kverneland AB 1000, (2012), zagonowy, mało używany, garażowany, niespawany, niemalowany, cena 31 800 zł do negocjacji, tel. 660 - 744 - 225

(o/b)

Sprzedam beczkowóz, 3 500 litrów, sprawny technicznie, duża wydajna pompa, beczka niemalowana, niespawana, cena 11 000 zł, tel. 509 - 968 - 562

(o/b)

Sprzedam prasę New Holland BR 6090 CropCutter, (2014), rotor, noże, owijanie siatką, szeroki podbieracz, cena 78 000 zł do negocjacji, tel. 507 - 872 - 533

(o/b)

Sprzedam paszowóz Kuhn Euromix 2070, pojemność 20 m³, stan mechaniczny bardzo dobry, nowe noże, cena 38 000 zł do negocjacji, tel. 605 - 662 - 333

(o/b)

Sprzedam opryskiwacz Agrifac GS-3900, ciągnany, kompletny, cena 23 500 zł, tel. 517 - 976 - 109

(o/b)

Sprzedam kosiarkę czołową Kuhn FC313, (2011), w bardzo dobrym stanie, sprowadzona, kompletna, cena 21 500 zł, tel. 517 - 976 - 109

(o/b)

Sprzedam talerzówkę Unia, (2008), 3,20 m, w bardzo dobrym stanie technicznym i wizualnym, mało używana, cena 11 700 zł do negocjacji, tel. 728 - 184 - 809

(o/b)

Sprzedam wózek do pojenia cieląt, zawiera zbiornik 100 litrów, pompę i pistolet z licznikiem, cena 3 000 zł do negocjacji, tel. 698 - 676 - 518

(o/b)

Sprzedam siewnik Poznaniak, (2007), używany od 2008 r., 3 m, skrzynia olejowa, znaczniki ręczne, grabki, cena 12 500 zł, tel. 881 - 307 - 342

(o/b)

Sprzedam rozrzutnik obornika Czarna Białostocka, w oryginalnym stanie, garażowany, cena 900 zł, tel. 516 - 640 - 387

(o/b)

Sprzedam siewnik zbożowy Fiona, 3 m, 34 redlice, znaczniki, grabki zgarniające, gotowy do siewu, cena 5 200 zł, tel. 574 - 003 - 643

(o/b)

Sprzedam kombajn Bizon Z0-56 Super, stan techniczny i wizualny bardzo dobry, w oryginalnym stanie, garażowany, cena 45 000 zł do negocjacji, tel. 503 - 921 - 168

(o/b)

Sprzedam kosiarkę Deutz Fahr, szerokość robocza 3,20 m, stan dobry, gotowa do pracy, cena 7 500 zł do negocjacji, tel. 609 - 067 - 473

(o/b)

Sprzedam opryskiwacz Dubex, pojemność 800 litrów, szerokość robocza 18 m, kompletny, cena 5 500 zł, tel. 505 - 503 - 082

(o/b)

Sprzedam pługi 3-skibowe Grudziądź, stan bardzo dobry, cena 750 zł, tel. 609 - 320 - 169

(o/b)

Sprzedam siewnik Poznaniak, stan idealny, cena 3 000 zł, tel. 609 - 320 - 169

(o/b)

Sprzedam pług Unia Tur 120R40, (2007), nowe elementy robocze, cena 16 500 zł do negocjacji, tel. 515 - 800 - 275

(o/b)

Sprzedam zgrabiarkę karuzelową Krone, sprawna, gotowa do pracy, stan dobry, wałek w komplecie, cena 24 000 zł, tel. 606 - 522 - 211

(o/b)

Sprzedam wycinak Trioliet TU 170, (2006), z wypychem, wysokość całkowita 255 cm, wysokość cięcia 170 cm, gotowy do pracy, cena 11 400 zł, tel. 604 - 412 - 207

(o/b)

Sprzedam prasę belującą Claas Rollant 250, (2007), rotor, noże, siatka, szerokie ogumienie, cena 41 500 zł do negocjacji, tel. 506 - 440 - 430

(o/b)

Sprzedam wycinak Trioliet TU 145, wysokość robocza 1,45 m, wysokość całkowita 2,30 m, sprawny, cena 8 900 zł do negocjacji, tel. 739 - 091 - 138

(o/b)

Sprzedam kosiarkę dyskową, w bardzo dobrym stanie technicznym i wizualnym, cała w oryginale, cena 8 000 zł, tel. 514 - 186 - 810

(o/b)

Sprzedam zgrabiarkę Kuhn 7301, (2003), w pełni sprawna, w posiadaniu od 4 lat, skretne koła, w oryginalnym stanie, cena 27 500 zł, tel. 787 - 827 - 701

(o/b)

Sprzedam talerzówkę hydrauliczną na kołach, talerze 60 cm, nowa opona, sprowadzona ze Szwecji, cena 4 800 zł do negocjacji, tel. 729 - 604 - 799

(o/b)

Sprzedam siewnik Poznaniak, od nowości w gospodarstwie, drobny wysiew, cena 3 900 zł do negocjacji, tel. 516 - 023 - 797

(o/b)

Sprzedam byczka, 2 tygodnie, cena 550 zł, tel. 693 - 608 - 443

(o/b)

KUPON

BEZPŁATNE OGŁOSZENIE ROLNICZE

Treść ogłoszenia do 15 słów:

Warunkiem ukazania się ogłoszenia jest podanie ceny!

Imię i nazwisko ogłaszającego:

Adres:

Tel.:

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

Czytelny podpis:

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

ROŚLINNA PO NASZEMU
SPRÓBUJ PO SWOJEMU
Z LODÓWKI, NO BO SKĄD!



NOWOŚCI

Co wiemy o saszetkach nikotynowych?

Palacze, którzy jeszcze nie zdecydowali się na porzucenie nałogu, ale poszukują mniej szkodliwych dla zdrowia alternatyw dla tradycyjnych papierosów, mają do dyspozycji kilka alternatyw, które mogą być odpowiedzią na ich potrzeby. Jedną z nich, relatywnie nową na naszym rynku, są saszetki z nikotyną.

Pojawiły się na naszym rynku mniej więcej dwa lata temu, a wśród nich na przykład VELO. Wcześniej tego rodzaju doustne produkty z nikotyną nie były u nas szeroko rozpoznawalne. Z wyjazdów do Skandynawii mogliśmy kojarzyć popularny tam snus, czyli stosowany doustnie tytoń. Saszetki z nikotyną od snusu różnią się jednak zasadniczo: nie ma w nich tytoniu.

Saszetki nikotynowe: co trzeba o nich wiedzieć?

Najważniejszą kwestią dla osób, które chcą się dowiedzieć czegoś więcej na ich temat jest fakt, że zawarta w nich nikotyna jest bardzo podobna do tej, jaką stosuje się w gumach czy plastrach nikotynowych. Aby ocenić szkodliwość tego i innych produktów zawierających

nikotynę, specjaliści posługują się tzw. skalą obniżania ryzyka (tzw. „risk continuum”). Za jej pomocą można przedstawić poziom ekspozycji użytkownika danej substancji na toksyny.

Zgodnie z tą klasyfikacją, najmniej szkodliwe są produkty należące do grupy NRT, czyli nikotynowej terapii zastępczej. Następne w kolejności „modern oral products”, czyli produkty doustne, do których należą saszetki. Na kolejnych poziomach skali plasują się e-papierosy i podgrzewacze tytoniu.

– Niewątpliwie mamy do czynienia z najmniej szkodliwym dla palaczy alternatywnym produktem dostarczającym nikotynę – mówi Profesor Andrzej Sobczak ze Śląskiego Uniwersytetu Medycznego w Katowicach, który od wielu lat zajmuje się alternatywnymi metodami dostarczania nikotyny do organizmu.

Kiedy potrzeba dyskrecji

Dla użytkowników saszetek ważny może być fakt, że w przeciwieństwie do e-papierosów albo podgrzewaczy tytoniu, podczas ich używania nie wydziela się żaden aerozol z zapachem.



Saszetki mogą więc być opcją dla tych, którzy cenią dyskrecję. Można ich używać w środkach komunikacji lub miejscach publicznych, takich jak środki transportu, a nawet biblioteka i biuro.

Jak wygląda korzystanie z saszetek? Niewielki woreczek umieszczamy między górną wargą a dziąsłem. Nikotyna zacznie uwalniać się pod wpływem ciepła i wilgoci wprost do organizmu. Wyrzut nikotyny następuje natychmiast, dzięki czemu palacz może liczyć na zaspokojenie głodu nikotynowego, nie narażając się jednocześnie na skutki palenia.

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

Śmierć w ogniu

W zgłiszczach doszczętnie strawionego przez pożar drewnianego domu w Nowym Wyknie (gm. Kulesze Kościelne) strażacy znaleźli ciało mężczyzny. Ustaleniem jego tożsamości zajęła się policja.

Tej samej nocy od zwarcia w instalacji elektrycznej zapaliła się drewniana zewnętrzna ściana domu w Kuleszach-Litewce, także w gminie Kulesze Kościelne. Tu, na szczęście, nikt nie ucierpiał i nie doszło dzięki strażakom do większych strat.

Trzymał się gałęzi i wołał o pomoc

Gdy odnaleźli go policjanci, trzymał się gałęzi i wołał o pomoc. Tak zakończyła się wyprawa seniora (83 lata) z gminy Dziadkowice do lasu po drewno. Wyjechał po nie z domu traktorem z przyczepą w południe. Po jakimś czasie zaczął go szukać zaniepokojony syn z sąsiadami. Powiadomił też policję. Wspólnie przeszukując las, odnaleźli przyczepę, a obok niej ślady opon ciągnika. Idąc tym tropem, kilkaset metrów dalej zauważyli na podmokłej polanie traktor i usłyszeli wołanie o pomoc. Bojąc się mokradła, starszy gospodarz stał w miejscu, trzymając się gałęzi. Był przemoczony i wyciębiony. Samochodem terenowym sąsiada przewieziony został do drogi, gdzie czekała już wezwana karetka pogotowia. Został zawieziony na badania do szpitala w Siemiatyczach.

Ogromne straty po pożarze pod Zambrowem



49 warchlaków i 50 loch zginęło w pożarze chlewni w Przeździecku-Mroczkach (gm. Zambrow) 15 listopada. Straty są ogromne. Budynek chlewni nie nadaje się do użytku. Spalił się cały strop. Elementy dachu, które pozostały, muszą być rozebrane. Ogień zniszczył także maszyny rolnicze. Dzień po ugaszeniu ognia 12 strażaków OSP Stary Laskowiec od rana pomagało przy usuwaniu jego skutków.

Wójt Jarosław Kos zwrócił się z apelem do sołtysów o przeprowadzenie zbiórki na zakup materiałów potrzebnych do odbudowy chlewni.

Założona została także zbiórka na internetowym portalu zrzutka.pl.

„Nie jesteśmy w stanie poradzić sobie sami, sytuacja jest niezwykle ciężka. Dlatego też zde-



cydowaliśmy się wyjść z prośbą o wsparcie do ludzi o dobrych sercach (...). Ogień rozprzestrzenił się błyskawicznie i mimo ogromu starań, szkody okazały się olbrzymie w inwentarzu i zabu-

dowaniach. Pożar zajął również znajdujące się w garażu maszyny rolnicze, między innymi kombajn zbożowy i agregat uprawowo-siewny”, piszą Maria i Sławomir Mioduszewscy. Fot. straż

Konfiskata samochodu za jazdę po pijanemu lub ucieczkę!

W myśl znowelizowanego kodeksu karnego, skonfiskowany zostanie pojazd kierowcy, który jechał mając co najmniej 1,5 promila (niezależnie od tego, czy spowodował wypadek drogowy, czy nie) lub spowodował wypadek przy zawartości co najmniej 0,5 promila alkoholu we krwi albo był już wcześniej karany za jazdę po pijanemu.

O przypadku samochodu (motocykla, quada, traktora itp.; konfiskacie nie podlegają rowery) będzie orzekał sąd, ale policja będzie mogła zająć samochód kierowcy od razu do 7 dni, a następnie prokurator orzeknie o jego zabezpieczeniu.

Co z pojazdem, który nie jest własnością pijanego kierowcy albo gdy pojazd zostanie zniszczony



w wypadku? W takiej sytuacji orzekany będzie przepadek finansowej równowartości pojazdu, określonej w polisie ubezpieczeniowej, a w razie braku polisy, w wysokości średniej wartości rynkowej.

W przypadku kierowcy, który jechał pijany pojazdem pracodaw-

cy, sąd skáže go na minimum 5 tys. zł grzywny.

To nie wszystko! Pierwszy paragraf art. 178 wymieniając sytuacje objęte konfiskatą i podwyższeniem kary, kończy się: „lub zbiegł z miejsca zdarzenia lub spożywał alkohol lub zaży-

wał środek odurzający po popełnieniu czynu”.

Oznacza to, że nawet trzeźwy kierowca, który ucieknie z miejsca wypadku, zostanie przez sąd skazany na konfiskatę pojazdu, a kara orzekana wobec niego będzie musiała być o połowę wyższa. To samo dotyczy kierowcy, który po spowodowaniu wypadku przed zbadaniem przez policję lub inne uprawnione służby, napije się alkoholu „ze stresu”. Ta sztuczka była częstą próbą utrudnienia ustalenia, czy kierowca był „pod wpływem” przed, czy po wypadku. Już, jak jasno wynika z przepisu, nie zadziała.

„Konfiskacyjne” przepisy zaczęną obowiązywać najprawdopodobniej od marca 2023.

Poradnia psychologa

Ojciec w domu starców

Chyba już o tym pisaliście, ale gdy sytuacja nie dotyczy osobiście, ulatuje to z pamięci. Otóż mama nie żyje, ojciec ma już swoje lata i coraz gorzej sobie radzi. Potrzebuje stałej opieki i pomocy, której ja nie jestem jemu w stanie dać. Dlatego zaczęliśmy myśleć o tym, aby przenieść go do jakiegoś domu starości. Jak go do tego przekonać?

Luiza

Rzeczywiście, pisałem już o „domu starców” dla rodzica. Na temat życia ludzi w domach spokojnej starości jest sporo badań i trochę wiemy, jak się tam czują.

Pierwsze i najważniejsze ustalenie jest takie: lepiej funkcjonują ci, którzy decydują o przeniesieniu do „domu starców” podejmują z własnej woli, nie przymuszeni przez nikogo. Starsi, którzy zostali „prze-flancowani” w nowe miejsce wbrew swojej woli, pod przymusem lub którym nie dano żadnego wyboru, funkcjonują o wiele gorzej i o wiele szybciej umierają (badania pokazują, że żyją nawet kilka lat krócej, niż ci, którzy chcieli przenieść się z własnej woli). Wynika z tego, że starszej osobie trzeba przedstawić różne propozycje, pozwolić jej zapoznać się z nowym miejscem (może nawet tam pojechać), przekonywać, a nie zmuszać.



Fot. pixabay

Jeśli chodzi o sam ośrodek, badania wykazały, że nie tyle ważny jest poziom placówki, jego wielkość, liczebność obsługi itp., ale to, w jakim stopniu starsi mogą decydować o tym, co się wokół nich dzieje, jak wygląda wystrój ich pokoju, mają wpływ na organizację swojego czasu, mogą samodzielnie podejmować decyzje, itp. Im większą samodzielność i kontrolę ma starsza osoba nad tym, co się wokół niej dzieje, tym będzie zdrowsza i będzie lepiej funkcjonować. Lepiej czują się też w miejscach, w których są zwierzęta i rośliny. Czasem mogą mieć własne zwierzę albo w ośrodku są zwierzęta wspólne, przy budynku jest park, we wnętrzu wiele roślin.

DR MARCIN FLORKOWSKI
psycholog



Fot. pixa

Pytanie intymne

W klasie mieliśmy spotkanie z lekarzem. Mówił, jak niebezpieczne jest współżycie w młodym wieku, że może skończyć się ciążą, że można się zarazić. Potem można było zadawać śmiało pytania. Nasza wychowawczyni siedziała w ostatniej ławce i nikt nie miał śmiałości spytać o to, o co chciał. Tylko koleżanka grzecznie spytała o kłopoty miesiączkowe i przymusowe ćwiczenia na wuefie, bo pani nikogo nie zwalnia w takich sytuacjach. Kolega dla żartu podpytał o działanie prezerwatywy i to było wszystko. A ja chciałabym dowiedzieć się, czy nastolatkom lekarz przepisze tabletki antykoncepcyjne i czy one zabezpieczają całkowicie. I jeszcze jedno pytanie: jak działa test ciążowy?

Justyna

Jeśli krępowaliście się zadawać pytania wprost, należało zaproponować anonimowe napisanie ich na kartkach.

Tabletki antykoncepcyjne lekarz przepisuje po uprzednim zbadaniu. Zazywanie nie jest zależne

od wieku, tylko od stanu zdrowia. Antykoncepcja hormonalna nie jest wskazana przy chorobach serca, wątroby, stanach zapalnych żył, cukrzycy oraz niektórych schorzeniach ginekologicznych. Większość młodych, zdrowych kobiet może z powodzeniem stosować tabletki. Tego typu leki stosuje się przez cały cykl, a nie tuż przed współżyciem. Dlatego, jeśli młoda kobieta nie prowadzi jeszcze regularnego współżycia, chyba nie ma potrzeby, by regularnie łykała pastylki. W takich sporadycznych wypadkach dobrym zabezpieczeniem jest prezerwatywa. Prezerwatywę można stosować także przy zazywaniu pigułek, bo chroni przed zakażeniem.

Test ciążowy dostępny jest w aptekach bez recepty. Na małą płytkę należy nanieść kilka kropeł świeżego moczu i już za chwilę jest wynik. Test pozwala wykryć w moczu obecność hormonu, który pojawia się wyłącznie podczas ciąży. Pojawienie się na testerze dwóch kolorowych pasków oznacza ciążę, jednego paska, brak ciąży.

Lekarz domowy

Jestem dorosła, a pojawił mi się trądzik jak u małolatki. Co może być powodem i jak się go szybko pozbyć?

Małgorzata

W wieku dorosłym, gdy praca hormonów jest już ustabilizowana, powodem pojawienia się trądziku może być nieodpowiednie odżywianie. Spożywanie tłustych i ciężkostrawnych potraw źle wpływa na jakość skóry i cery. Trzeba zmienić dietę na produkty lekkostrawne, nabiał, owoce i warzywa (zawarte

w nich składniki oczyszczają skórę i poprawiają jej kondycję), ograniczyć spożywanie słodczy i alkoholu.

Drugim powodem pojawienia się wyprysków może być stres.

Wypryski należy często przemywać wodą utlenioną. W ten sposób usuwamy łój i nie będą się tworzyły nowe pryszcze, poza tym dookoła ognisk zapalnych zlikwidowane zostaną bakterie, co przyspieszy gojenie.

Gdy trądzik powraca w miarę systematycznie dłuższy czas, trzeba udać się do lekarza dermatologa.



Przysmak podlaski

Chłopski garnek z fasolą

Składniki

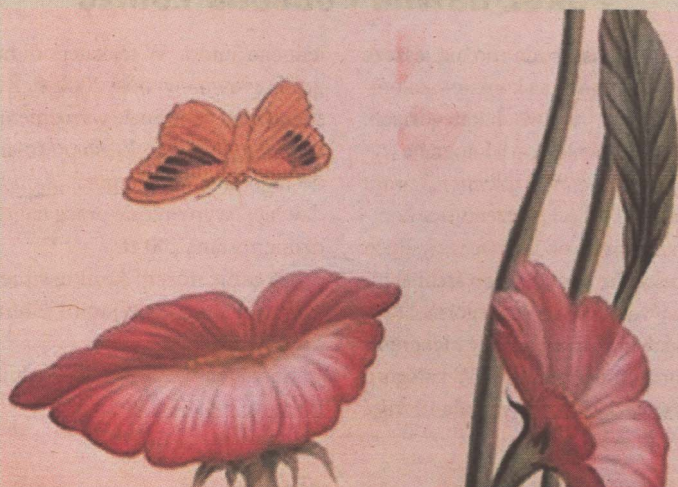
- 3 szklanki fasoli
- pół główki białej kapusty
- 25 dag kielbasy (na przykład, podwawelskiej)
- 10 dag boczek (najlepiej wędzonego)
- 6 ziemniaków
- 2 pomidory
- 1 cebula
- 10 dag przecieru pomidorowego
- papryka słodka

- czosnek granulowany
- sól, pieprz

Fasolę moczymy w wodzie dzień wcześniej, najlepiej wieczorem. Po zamoczeniu odczujemy i gotujemy w wodzie lub bulionie około 30 minut. Gdy fasola się gotuje, na dużej patelni podsmażamy pokrojone boczki, kielbasę i cebulę. Dodajemy poszatkowaną kapustę i nadal podsmażamy. Po kilku minutach całość przekładamy do gotującej się fasoli i gotujemy około 20 minut. Po tym czasie dodajemy pokrojone pomidory oraz ziemniaki pokrojone w kostkę. Po około 15 minutach przyprawiamy solą, pieprzem, papryką słodką (jak ktoś lubi, może wsypać majeranek), czosnkiem granulowanym, dodajemy przecier pomidorowy, mieszamy. Gotujemy, by wszystkie składniki, szczególnie fasola i ziemniaki, były miękkie.



Co widzisz jako pierwsze?



Twarz w kwiatach – jesteś osobą, która analizuje to, co się wokół niej dzieje. Dostrzegasz wszystko, co cię otacza i wyciągasz z tego wnioski. W taki też sposób rozwiązujesz problemy: dochodzisz do tego, co źle robisz, analizujesz i nie zamierzasz popełniać takich błędów w przyszłości.

Kwiaty – jesteś osobą, która uwielbia naturę i... bujanie

w obłokach. Żyjesz w zgodzie z naturą, w tym ze swoją naturą, ale jednocześnie jesteś w stanie skupić się tylko na niej i tym samym uciekasz od problemów. Gdy przed tobą stają, czujesz zaskoczenie i bezradność. Nie wyciągasz z tego wniosków, dlatego popadasz czasem w identyczne kłopoty, które cię już spotkały. Wówczas uważasz, że los ci nie sprzyja.

„Rachunek za ogrzewanie”. Obraz olejny. Autor nieznany, Polska 2022



Mundial 2022. Otwarcie mistrzostw świata w Katarze. Stadion w Dubaju zapełniony po brzegi, tylko jedno miejsce jest wolne. W pewnym momencie kibic obok pyta:

– Czy to wolne miejsce należy do pana?

– Tak, miałem przyjść na ten mecz z żoną, ale niestety, zmarła.

– Smutna historia. To dlaczego nie przyszedł pan z kimś z rodziny albo ze znajomym?

– Wszyscy są na pogrzebie.

Późnym wieczorem w Warszawie bandyta w czarnej masce wyskakuje na chodnik przed dobrze ubranego mężczyznę i przykłada mu broń między zębra:

– Dawaj swoje pieniądze! – żąda.

Napadnięty odpowiada oburzony:

– Nie możesz tego zrobić! Jestem ministrem!

– W takim razie oddawaj mi moje pieniądze!

– Proszę księdza, zbłądziłam... – wyznaje podczas spowiedzi wiekowa parafianka.

– W pani wieku, to chyba niemożliwe?

– Oczywiście, to nie było wczoraj, tylko przed laty.

– To dlaczego dopiero teraz pani to wyznaje?

– Bo tak miło powspominać...

Zima. Randka w samochodzie. Chłopiec wkłada dłoń między uda dziewczęcia.

– Co robisz?!

– Rękę ogrzewam, chłodno.

– A uszu nie chcesz sobie ogrzać?

Wszystko się ułożyło, znalazłeś pracę, kupiłeś samochód i mieszkanie! A tu, bach! Masz siedemdziesiąt lat!

– To smutne, jak dzieciaki tracą czas, siedząc w Internecie. Kiedy ja byłem w ich wieku, ciągle siedziałem na podwórku. Rzucaliśmy kamieniami, paliliśmy wyrzucone pety, kradliśmy sąsiadowi jabłka, rzucaliśmy w dziewczyny żabami, a raz nawet podpaliśmy zboże za blokami.

– Proszę księdza, wydaje mi się, że prowadzę dobre życie. Nie piję, nie palę, nie chodzę na dziewczyny. O dwudziestej drugiej kładę się spać, wstaję o szóstej. W każdą niedzielę chodzę na mszę... – spowiada się facet.

– A czy wytrwasz, synu, jak wyjdiesz z więzienia?

Zostawiła mnie dziewczyna, samo życie, bywa. Ale najgorsze jest to, że nie wiem, co powiedzieć żonie, kiedy pyta, dlaczego chodzę taki struty.

Wesele. Wstaje pijany świadek pana młodego, stuka widelcem w szklanekę i krzyczy:

– Cisza! Cisza! A teraz panna młoda zrobi mi loda!

Na te słowa wstaje od stołu pan młody, jego starszy brat, jego ojciec, brat ojca, bracia panny młodej i zbliżają się do świadka. Świadek uderza ponownie widelcem w szklanekę i krzyczy:

– O, nie! Tylko panna młoda, powiedziałam!

– Poproszę pieczeń z zająca. Tylko żeby mi w niej śrutu nie było! – mówi klient do kelnera.

– Ma pan szczęście, dzisiaj przywieźli jednego, który podciął sobie żyły.

Wpada wnuk z niezapowiedzianymi odwiedzinami do dziadka:

– Cześć dziadek, jak się masz?

– A dobrze, siedzę sobie, film historyczny oglądam...

– Przecież to porno!

– Dla ciebie porno, dla mnie to już historia.

– Wnusi, podobno bardzo nieładnie przeklinasz w piaskownicy.

– To nieprawda, a kto tak babci powiedział?

– Ptaszki mi wyćwierkały.

– A ja te ku... wy chlebkiem karmiłam!

Tu warto być

Zespół Holy Water



Nostalgia z Holy Water

Koncert przy świecach „Listopadowa nostalgia” zespołu Holy Water w składzie: Marcin Pawelczyk – śpiew, Bernard Krasuski – gitara, Grzegorz Wądołkowski – gitara basowa, Paweł Czerwonko – perkusja. Holy Water wykona repertuar, jakiego przez siedemnaście lat działalności nie prezentował na scenie. To nowa, spokojna i melancholijna odsłona łomżyńskiej grupy muzyków. Bilety przed koncertem. Dochód muzyki przeznaczają na cele charytatywne; piątek, 25 listopada, godz. 19.00. Grajewo

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

■ Andrzejkowy koncert Miejskiej Orkiestry Dętej OSP pod batutą Ryszarda Jasionowskiego. Soliści: Aleksandra Czaplicka, Krzysztof Nowak, Piotr Michalski. Gość specjalny: tenor Opery i Filharmonii Podlaskiej Paweł Cichoński; sobota, 26 listopada, godz. 17.00. Bilety w kasie kina i biletyna.pl

■ Koncert charytatywny „poSMAakuj muzyki” dla chorego na SMA Wiktorika Wiśniewskiego. W programie także: koło fortuny (loteria), stoiska z domowymi ciastami i rękodziełami świątecznymi, licytacja; niedziela, 27 listopada, godz. 17.00. Wstęp wolny.

Kolno

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

■ Spotkanie z pisarzem Jackiem Łapińskim pt. „Z uśmiechem ci do twarzy. Dobry humor, lepsze życie”; poniedziałek, 28 listopada, godz. 16.00. Wstęp wolny.

Łomża

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

■ „Spotkanie z mistrzem”, czyli koncert fortepianowy Adama Makowicza z orkiestrą Filharmonii; czwartek, 24 listopada, godz. 18.30. Bilety na interticket.pl

■ Koncert zespołu „Raz, Dwa, Trzy”, który w niedościgniony sposób zinterpretował piosenki A. Osieckiej i W. Młynarskiego; sobota, 26 listopada, godz. 19.00.

■ Spektakl „Inteligenci” o wojnie polsko-polskiej w reżyserii Wojciecha Malajkata, który jednocześnie w nim występuje; poniedziałek, 28 listopada, godz. 18.00 i 20.00. Bilety: ewesciowki.pl

■ Komedia „Historia natrętw” w reżyserii Artura Barcisia; piątek, 2 grudnia, godz. 17.30 i 20.00. Bilety: biletyna.pl

Repertuar kin:

■ Kino „Relax” Grajewo: nieczynne. Kino „Wrzos” Kolno: nieczynne. Kino „Wars” Wysokie Mazowieckie: 25 listopada – „Medjugorie”, godz. 17.00 i „Gdzie diabeł nie może, tam baby pośle”, godz. 20.00; 26 listopada – „Kopciuszek i kamień życia”, godz. 14.00 oraz „Gdzie diabeł nie może, tam baby pośle”, godz. 17.00 i „Medjugorie”, godz. 20.00; 27 listopada – „Kopciuszek i kamień życia”, godz. 14.00 oraz „Medjugorie”, godz. 17.00 i „Gdzie diabeł nie może, tam baby pośle”, godz. 20.00; 30 listopada – „Gdzie diabeł nie może, tam baby pośle”, godz. 17.00 i „Medjugorie”, godz. 20.00; 1 grudnia – „Gdzie diabeł nie może, tam baby pośle”, godz. 17.00 i „Medjugorie”, godz. 20.00. Kino MOK Zambrów: 25 listopada – 1 grudnia – „Kurozając i zagadka Chomika Ciemności”, godz. 14.30 oraz „Prorok”, godz. 16.30 i „Ślicznotka”, godz. 19.00.

Konkurs • Konkurs • Konkurs • Konkurs Pokaż dawną i obecną Łomżę

Do 30 listopada można jeszcze nadsyłać zdjęcia na konkurs „Założenie 2022” w dwóch kategoriach: „Łomża dawniej”, czyli fotografie wykonane przed 1980 rokiem i „Łomża dziś”, czyli zdjęcia prezentujące Łomżę i najbliższe okolice we wszystkich aspektach, od pejzażu po architekturę i wydarzenia. W kategorii „Łomża dawniej” może zgłosić nieograniczoną ilość propozycji. W kategorii „Łomża dziś” maksymalnie 10 zdjęć

jednego autora. W tej kategorii nagroda główna wynosi 2000 zł. Zostaną przyznane także wyróżnienia, których wysokość określili powołane do tego jury. W kategorii „Łomża dawniej” wyróżnione prace nagrodzone zostaną 200 zł.

Organizatorem konkursu jest Towarzystwo Przyjaciół Ziemi Łomżyńskiej.

Szczegółowe informacje regulaminowe, tel. 86 216 28 33.

HOROSKOP tygodniowy

BARAN (21 III – 20 IV): zaskoczyć Cię może niespodzianka. Nie trać jednak głowy i zareaguj rozsądnie. Nie pozwól się wyprowadzić z równowagi. Pod koniec tygodnia możliwe sentymentalne spotkanie z kimś, kto często ostatnio gościł w Twoich myślach.

BYK (21 IV – 21 V): tydzień na ważne decyzje. Rozważ wszystkie argumenty za i przeciw i dokonaj rozsądnego wyboru. Nie działaj pochopnie, bo Twoje decyzje mogą mieć wpływ na Twoją przyszłość, zwłaszcza w uczuciach.

BLIŹNIĘTA (22 V – 20 VI): zadbaj o siebie i znajdź trochę czasu, aby się oderwać od codzienności. Spokój, opanowanie i dystans wobec nieprzyjaciół pozwoli Ci nie stracić kontroli nad rozwojem wydarzeń. Nieoczekiwany erotyczny sygnał.

RAK (21 VI – 22 VII): nie pozwól, aby Twoje zaniedbania odbiły się na innych. Uwierz we własne siły, na pewno rozwiążesz swoje problemy, jeśli bardziej się postarasz. Błysnąć może wówczas także uśpiona namiętność.

LEW (23 VII – 22 VIII): nie odkładaj na jutro tego, co możesz zrobić dzisiaj. Choć nie tryskasz energią, weź się w garść! Nadchodzący okres będzie wymagał od Ciebie poświęcenia dużej ilości czasu i energii.

PANNA (23 VIII – 22 IX): przestań się nad sobą użalać. Rozejrzyj się wokół, czy przypadkiem ktoś Cię nie potrzebuje. Z uśmiechem wróć chęć przygody, a nawet miłośnego zapomnienia. Brakuje Ci tego.

WAGA (23 IX – 23 X): drobne przeciwności pokonasz w łatwy sposób. Postępuj z wyczuciem. Jeśli uda Ci się zachować odpowiednie proporcje pomiędzy stanowczością i ustepliwością, dobrze na tym wyjdiesz.

SKORPION (24 X – 21 XI): czas urozmaicić sobie życie i trochę zaszaleć. Dzięki elastyczności możesz pokonać wszelkie bariery, przeżyć zaskakujące przyjemności.

STRZELEC (22 XI – 21 XII): na horyzoncie nowe znajomości. Zdaj się na intuicję i nie daj kupić tanimi sztuczkami. Nie zawsze to, co się świeci, jest złotem. Czasem pierwsze wrażenie jest mylące, więc zachowaj ostrożność.

KOZIOROŻEC (22 XII – 19 I): pośpiech nie zawsze jest dobry. Zatrzymaj się i zastanów nad swoim postępowaniem. Czy czasem w codziennym pędzie i zgiełku nie tracisz czegoś ważnego? Czy okazujesz wystarczająco dużo uwagi komuś, kto jest Ci szczególnie bliski?

WODNIK (20 I – 18 II): zachowaj ostrożność. Strzeż się przede wszystkim fałszywych przyjaciół, którzy mogą chcieć wykorzystać Twoje dobre serce. Naucz się mówić „nie”, gdy sytuacja tego wymaga. W uczuciach stabilizacja.

RYBY (19 II – 20 III): niespodziewane zdarzenia mogą wprowadzić nieco zamieszania do Twojego życia. Zwróć uwagę na szczegóły. Dokonuj wyborów z rozwagą zwłaszcza, gdy podejmujesz decyzje w kwestiach sercowych.

Mundial 2022 Odwaga piłkarzy Iranu

Po zabójstwie 22-letniej Mashy Amini przez państwowe służby za rzekome niemoralne zachowanie, w Iranie od miesiąca trwają protesty. Ponad 400 demonstrantów zostało zabitych, a 16 800 aresztowanych. Kapitan reprezentacji Iranu Ehsan Hajsafi odniósł się do sytuacji w swoim kraju, targanym niepokojami i manifestacjami: „Chciałbym złożyć kondolencje wszystkim pogrążonym w żalobie rodzinom w Iranie. Jesteśmy z nimi myślami. Skoro jesteśmy tutaj, będziemy ich głosem. Ludzie w Iranie nie są szczęśliwi”, powiedział publicznie na konferencji prasowej. Swoją postawę zmanifestowali też piłkarze. Gdy przed meczem z Anglią grany był hymn Iranu, stali w milczeniu i nie śpiewali. Był to wyraz protestu przeciwko działaniom władz ich kraju. Po powrocie do kraju, mogą ponieść za to surowe konsekwencje, czego zresztą piłkarze są świadomi.

Na stadionach bez piwa

Tuż przed otwarciem Mistrzostw Katarczyki zdecydowali, że kibice nie kupią piwa na stadionach. Budweiser, który jako jeden z głównych sponsorów wyłożył 75 mln euro za wyłączne prawo sprzedaży piwa na stadionach i w strefach kibica, podjął decyzję, co robi z jego niesprzedanymi hektolitrami. „Gramy! Zwycięski kraj otrzymuje >Buds<. Urządzimy największą celebrację zwycięzców”. Budweiser posłużył się matematycznym modelem brytyjskiej uczelni, według którego zmagania w Katarze wygra Brazylia. Nie wiadomo, czy „celebracja” będzie darmowa.

Nagrody marszałka i prezydenta

Czek na 30 tysięcy złotych za zdobycie srebrnego i dwóch brązowych medali na Mistrzostwach Świata Osób Niepełnosprawnych w Tenisie Stołowym wręczył tenisista Startu Białostok Rafałowi Czuperowi marszałek województwa podlaskiego Artur Kosicki. Trener medalisty Marek Iwanicki otrzymał 15 tys. zł.

Prezydent Białegostoku Tadeusz Truskolaski poinformował, że Rafał Czuper otrzyma 20 tys. zł, a jego trener 10 tysięcy złotych.

Pokazuje milionom ludzi na świecie, jak żyć i radzić sobie z niepełnosprawnością. Niezależnie od tego, kto będzie królem strzelców, jest już

Bohater Mistrzostw Świata 2022



Fot. Instagram

„Będziemy jego lewą i prawą nogą”, powiedzieli rodzice Ghanima Al Muftaha, kiedy usłyszeli, że syn urodzi się bez nóg.

Ghanim, to właśnie ten młody Katarczyk, który wystąpił na ceremonii otwarcia Piłkarskich Mistrzostw Świata z amerykańskim aktorem Morganem Freemanem. Urodził się z rzadką chorobą regresji ogonowej (kręgosłup i dolne części ciała nie rozwijają się prawidłowo). Bez nóg był skazany na wózek inwalidzki, ale z pomocą rodziców zrobił wszystko, by poruszać się z pomocą rąk.

„Upieram się przy poruszaniu na rękach, bowiem wyznaję zasadę: korzystam z wszystkiego, co mam, a nie skupiam się na tym, czego nie mam”, mówi.

Jako dziecko Ghanim nie miał łatwo z rówieśnikami, był wyśmiewany z powodu swojej niepełnosprawności. Rodzice nie przenieśli go jednak do innej szkoły. Mama poradziła mu, by rozmawiał z rówieśnikami i uświadomił ich, czym jest jego choroba. Pomogło. Otwartością, uśmiechem i dystansem do siebie Ghani „zaraził” innych i z wyśmiewanego chłopca stał się ulubieńcem w szkole, a później nie tylko.

Dziś historia jego życia i radzenia sobie z niepełnosprawnością jest inspiracją dla tysięcy ludzi na całym świecie. Na YouTube profil Katarczyka śledzi ponad 860 tys. internautów, na Instagramie 3,3 mln. Media społecznościowe służą Ghaniemu, by pokazywać,

jak radzi sobie w codziennym życiu, a ludzie pokochali jego filmiki i miłość do życia.

Ghanim Al Muftah studiuje politologię, w przyszłości chce zostać dyplomatą. Jego niepełnosprawność nie przeszkadza mu w prowadzeniu (specjalnie do tego przystosowanych) samochodów. Uprawia różne sporty, także ekstremalne: jeździ na deskorolce, nurkuje, wspina się na skałkach. Jest także gorzka część życia: pobyty w szpitalach. Ghanim jest bowiem pod stałą opieką lekarzy, poświęca wiele godzin na rehabilitację i musi przechodzić kolejne operacje. Pod koniec września wrócił do domu po trzymiesięcznym pobycie na specjalistycznym leczeniu w Niemczech.



0110110

*Drewnal Arkadiusza Andrejkowa
w Kordalach.*

