

Nie z tej ziemi • Zmowa milczenia • Humor

Tygodnik Podlaski
www.kontakty-tygodnik.com.pl

KONTAKTY

12 (2102)

26 marca 2023

cena: 3,50 zł (z VAT 8%)

**Jestem synem
księdza**

**Studenckie
amory**

**Złoto
w Szczuczynie**

ISSN 0208-6840 INDEKS 363286



9 770208 684005 12

Fot. pixabay

Anna Jantar zginęła w katastrofie samolotu 14 marca. Zabrakło sekundy, by doleciał do pasa na lotnisku **Nic nie może wiecznie trwać...**

Pozwolił nam los

Miała nie lecieć tym samolotem. Zarezerwowała bilet na 16 marca, ale tęsknota za córką sprawiła, że przełożyła bilet na 13 marca. Samolot, którym wracała 14 marca 1980 roku, rozbił się na warszawskim Okęciu. Zabrakło 15 sekund, by doleciał do pierwszego pasa startowego. Było słoneczne przedpołudnie, na liście przebojów królowała piosenka „Pozwolił nam los”...

To właśnie duet z Bogusławem Mecem „Pozwolił nam los” okazał się ostatnią nagrałą przez piosenkarkę piosenkę.

Bogusław Mec: – Byłem akurat w Łodzi. Anna Jantar zadzwoniła do mnie, że jedzie taksówką z Warszawy do Katowic. Powiedziała, że ma jeszcze jeden utwór, duet, który tylko ja mogę z nią nagrać, więc mnie po drodze ze sobą zabierze. Normalnie takich rzeczy nie robię, ale to była przecież Ania. (Bogusław Mec zmarł 11 marca 2012 roku)



Anna Jantar córką Natalią, dziś cenioną piosenkarką (zdjęcie z prywatnego archiwum Autorki)

Najtrudniejszy pierwszy krok

Urodziła się 10 czerwca 1950 roku w Poznaniu. Od 4 roku życia uczyła się gry na fortepianie. W szkole muzycznej uchodziła za jedną z najzdolniejszych uczennic, brała częsty udział w konkursach młodych pianistów i już w wieku licealnym koncertowała z Orkiestrą Filharmonii Poznańskiej. Debiutowała w poznańskich klubach studenckich „Nurt” i „Od nowa” jako akompaniarka. W 1968 roku wystąpiła na Festiwalu Piosenki Studenckiej w Krakowie, gdzie otrzymała wyróżnienie. Podobną nagrodę przywiozła rok później z FAMy. Miała 19 lat, gdy została solistką zespołu Waganci, z którym wylansowała swój pierwszy wielki przebój „Co ja w tobie widziałam”. W 1972 przy wsparciu Jarosława Kukulskiego, swego późniejszego męża, znakomitego kompozytora i aranżera, rozpoczęła karierę solową. Zaśpiewana na festiwalu opolskim w 1973 roku piosenka „Najtrudniejszy pierwszy krok” zapoczątkowała pasmo sukcesów. W Sopocie 1975 „wyśpiewała” cztery główne nagrody dla utworu „Staruszek świat”.

Wielka dama

Następne lata to dziesiątki przebojów („Żeby szczęśliwym by-

ć”, „Koncert radości”, „Mój świat zawsze ten sam”, „Dzień nadziei”, „Zawsze gdzieś czeka ktoś”, „Za wszystkie noce”, „Moje jedyne marzenie”, „Czytam z twojej twarzy”, „Biały wiersz” „Wielka dama tańczy sama”). Nagrania radiowe i występy w telewizji, bestsellery single i cztery Złote Płyty („Tyle słońca w całym mieście”, „Za każdy uśmiech”, „Anna Jantar” i „The best of” – dwie ostatnie, przyznane pośmiertnie). Z uznaniem spotykała się nie tylko w Polsce: III nagroda na CISCO 74 w Castelbar i na Coupe d'Europe w Villach, II nagroda na Festiwalu Przebojów 75 w Dreźnie, I nagroda na Made In Hungary 78 w Budapeszcie, II miejsce w konkursie OIRT Gala'79 w Finlandii za piosenki „Tylko mnie poproś do tańca”.

Koncertowała niemal we wszystkich krajach Europy, USA i Kanadzie.

W jednym z ostatnich wywiadów powiedziała „Pragnę, aby zdołało mnie przede wszystkim moje serce, które stoi otworem dla wszystkich ludzi”. To były wyjątkowe słowa, powiedziane przez tak młodą artystkę.

Układ z życiem

Pod koniec roku 1979 rozpoczęła współpracę z zespołem Budka Suflera i Perfekt.

Nowe piosenki stały się bardziej dojrzałe („Twoje oczy obiecują siódme niebo”, „Układ z życiem”, „Tylko mnie poproś do tańca”, „Nic nie może wiecznie trwać”). Śpiewane inaczej, dramatycznie, nie w stylu Jantar. Były jakby wyzwaniem: spocząć odejść w cień, nic nie może przecież wiecznie trwać, co zesłał los trzeba będzie stracić, tak krótko trwają życie moje, ta płyta chociaż już zdarła jeszcze gra, zanim wybije mój czas. To fragmenty z tekstów, które w ostatnim okresie nagrała i zaśpiewała.

Przecięte marzenia

27 grudnia 1979 roku wyjechała z Perfectem na trzymiesięczne tournée do Stanów Zjednoczonych. Miał to być ostatni, tak długi kontrakt zagraniczny. Przed wyjazdem zwierzyła się dziennikarzom, że jest już zmęczona ciągłymi wyjazdami i marzy o życiu bardziej ustabilizowanym, by mieć więcej czasu dla czteroletniej córeczki Natalii.

Po powrocie do kraju marzeniem piosenkarki było zrobienie programu estradowego typu „show”, gdzie nie tylko śpiewałaby piosenki, które publiczność zna z radia lub telewizji, ale mogłaby wykazać się bardziej wszechstronnymi umiejętnościami. Nie zdążyła zrealizować swoich marzeń....

Co roku 14 marca przy grobie Anny Jantar spotykają się wielbiciele i składają kwiaty i stawiają znicze. Człowiek żyje tak długo, jak długo żyje pamięć o nim. Anna Jantar pozostawiła przepiękne piosenki, które przetrwały i są nadal słuchane. Wspomnienia o niej powracają ze zdwojoną siłą za sprawą Natalii Kukulskiej, córki, która stała się kontynuatką muzycznych tradycji rodzinnych i dziś sama zaliczana jest do najpopularniejszych polskich piosenkarek.

(14 marca 1980 r. o 11.15 w pobliżu lotniska Okęcie rozbił się lecący z Nowego Jorku samolot Polskich Linii Lotniczych LOT II-62 „Mikołaj Kopernik”. Zginęło 77 pasażerów i 10 członków załogi).

BARBARA LASKOWSKA

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 Rukś

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.

Prezydent Rzeczypospolitej Ignacy Mościcki przy ustaleniu wydatków państwa na 1936 rok, bacząc na kryzys, sam sobie zmniejszył wynagrodzenie o sześćdziesiąt tysięcy złotych rocznie, więc o pięć tysięcy miesięcznie. Były to wówczas olbrzymie pieniądze.

Pisząc o tym w 1983 roku, „Kontakty” ironizowały: bacząc na kryzys, władze postanowiły wypłacić w 1983 roku „trzynastki”, „czternastki”, „piętnastki”.

W 2023 roku z jeszcze większą ironią dopisujemy: bacząc na kryzys, władze zdecydowały wypłacić „trzynastki”, „czternastki”, dwukrotnie podnieść płacę minimalną, 14 marca przyjąć program „Pierwsze mieszkanie” z kredytem na 2 proc. A to dopiero początek rozdawnictwa, bo i początek roku.

Dlaczego w 1936 roku prezydent Mościcki tak postąpił? Ponieważ myślał o Polsce i chciał dać przykład potrzeby oszczędności w imię przyszłości kraju.

Dlaczego w 1983 roku rządzący tak postąpili? Ponieważ myśleli o utrzymaniu się u władzy za wszelką cenę, więc chcieli złagodzić nastawienie do siebie za wprowadzenie stanu wojennego w imię przyszłości własnej partii.

Dlaczego w 2023 roku rządzący tak postępują? Ponieważ chcą za wszelką cenę utrzymać się u władzy i by wygrać jesienne wybory, przekupują wyborców w imię przyszłości własnej.

Kto wreszcie znowu pomyśli o Polsce?

WŁADYSŁAW TOCKI



Od redaktora

Twoje

„Kontakty” wprost do domu!

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

W prenumeracie taniej (porównaj z ceną w nawiasie):

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

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

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

lub redakcja@kontakty-tygodnik.com.pl

■ Formowanie jednostek 1 Dywizji Piechoty Legionów rozpocznie się w najbliższym czasie w Kolnie, Grajewie i Czerwonym Borze. Wojskowe Centrum Rekrutacji w Łomży (ul. Polowa 12) zaprasza do kontaktu wszystkich zainteresowanych służbą w tworzonych jednostkach. Ci, którzy nigdy nie byli w wojsku, powinni odbyć przeszkolenie w ramach Dobrowolnej Zasadniczej Służby Wojskowej (DZSW).

■ XXI Powszechny Zjazd Historyków Polskich Polskiego Towarzystwa Historycznego odbędzie się w Białymstoku od 17 do 20 września 2024 r. Władze samorządowe województwa podlaskiego zadeklarowały wsparcie i pomoc w organizacji oraz przygotowanie imprez towarzyszących. Uroczyste otwarcie Zjazdu i pierwsza sesja z udziałem prezydenta Andrzeja Dudy odbędzie się w Operze i Filharmonii Podlaskiej.

■ Gaz z Litwy już płynie po regionie. Stację redukcyjno-pomiarową na gazociągu Polska – Litwa w Ostrożnem wizytował wicepremier Jacek Sasin. Oficjalnie otwarte zostało połączenie gazociągu z lokalną siecią gazowniczą. W 2015 r. na 118 gmin w województwie podlaskim dostęp do sieci gazowej miało 24, przybyło 19.

■ Molestowanie i neetyczne zachowanie zarzuca ponad 150 uczniów V Liceum Ogólnokształcącego w Białymstoku nauczycielowi wychowania fizycznego. Do dyrektora Liceum i Kuratorium Oświaty wystosowali w tej sprawie pismo. Nauczyciel do wyjaśnienia zarzutów został zawieszony.

■ Zwłoki mężczyzny niedaleko miejscowości Zamosze (gm. Narzewka), w rezerwacie ścisłym Białowieskiego Parku Narodowego, zostały znalezione we wtorek, 21 marca, poinformowała Elżbieta Zaborowska z zespołu prasowego podlaskiej policji. Według Prokuratury Rejonowej w Hajnówce, wszystko wskazuje na to, że to zwłoki migranta, który przekroczył granicę z Białorusią. W tym roku, to już kolejny trup przy granicy polsko-białoruskiej, wśród nich Etiopki (28 lat), znalezionej na obrzeżach Hajnówki, która zmarła z wychłodzenia. To efekt push-backów, wypychania siłą za granicę bez dania możliwości ubiegania się o status uchodźcy, co gwarantuje polskie i międzynarodowe prawo.

MYSŁ TYGODNIA

Nie może jedna osoba odpowiadać za sądy, za śledczych, za cały wymiar sprawiedliwości, bo wtedy łatwo z kraju zrobić więzienie

Jurij Łucenko



Samce łosi i jeleni każdego roku o tej porze pozbywają się starych rogów. Do jesiennych godów wyrosną i stwardnieją im nowe poroża, które będą potrzebne w walkach o samice. Trofea można najłatwiej znaleźć w pobliżu miejsc dokarmiania zwierząt, a czasem nawet na leśnych parkingach. Wielu zbiera-

czy przyozdabia znalezionymi trofeami letnie domki, ale są i tacy, którzy sprzedają je rzemieślnikom, wykonującym biżuterię łowiecką, guziki do marynarek i koszul, meble, żyrandole, świeczniki, trzonki sztuców i rękojeści noży. Na zdjęciu: poroże łosia, rosochy. Fot. Nadleśnictwo Gizycko

Nie żyje serce Szlachetnej Paczki



Zmarła nagle Justyna Zalewska, koordynatorka Szlachetnej Paczki w województwie podlaskim. Zasłabła na ulicy. Okazało się, że w jej mózgu pękł tętniak, o którego istnieniu nikt nie miał pojęcia. Była operowana, niestety, nie udało się jej uratować. Od lat angażowała się w działalność społeczną, praktycznie całe życie poświęciła pomocy innym. Niespełna dwa miesiące przed śmiercią założyła wymarzoną działalność gospodarczą. W styczniu na facebooku napisała „marzenia można spełniać w każdym wieku”. Miała 44 lat, osierociła trzy córki, które wychowywała sama.

„Tak jak Justyna potrafiła pomagać, tak teraz jej córki potrzebują pomocy”, apeluje Szlachetna Paczka na portalu zrzutka.pl.

„Fundusze, zebrane na tej zbiórce pozwolą nam zorganizować godny pochówek Justynki, zamknąć formalności, dotyczące prowadzonej przez nią działalności oraz dać jej córkom szansę na odnalezienie się w tej strasznej rzeczywistości. Mama była ich siłą i wzorem do naśladowania. Nauczyła ich samodzielności, dobroci i szacunku do innych ludzi. Ale nikt nie był przygotowany na to, co się stało. Dziś dziewczynki zostały bez środków do życia”, piszą organizatorzy zrzutki.

Znaki czasu:

■ Inflacja w Polsce w lutym 2023 r. wyniosła 18,4 proc. rok do roku, podał GUS. Była najwyższa od grudnia 1996 r.

■ Tylko 126 tys. nowych kredytów mieszkaniowych udzieliły banki w całym 2022 r., co oznacza spadek o 50,8 proc. w stosunku do roku 2021 rok. Po raz pierwszy od 2012 roku zanotowany nastąpił spadek średniej wielkości kredytu. W 2023 r. liczba udzielonych kredytów mieszkaniowych spaść może do 85 – 90 tys., przewiduje przewodniczący Komitetu ds. Finansowania Nieruchomości Mieszkaniowych Związku Banków Polskich Jacek Furga.

■ Polska kupiła od Rosji towary za 44 mld zł w całym 2022 r.

■ Czy prezydent Duda po zakończeniu kadencji powinien objąć ekspozowane stanowisko unijne, zapytała sondażownia United Surveys dla Wirtualnej Polski. 43,5 proc. Polaków odpowiedziało „tak”, 49,4 proc. „nie”, a 7 proc. nie ma zdania.

■ Mandatem za brak biletu parkingowego ukarany został mieszkaniec Gdańska, który jadąc samochodem, zauważył mężczyznę, jak zasłabł na chodniku. Zaparkował auto jak najbliższej i ruszył na pomoc. Wezwał karetkę i prowadził reanimację do jej przyjazdu. Pech chciał, że ratując życie innego człowieka, stanął w strefie płatnego parkowania. Dwukrotnie odwoływał się od decyzji urzędników z Gdańskiego Zarządu Dróg i Zieleni, bez skutku. Co więcej, otrzymał odpowiedź: „Po szczegółowym przeanalizowaniu pana odwołania oraz posiadanej przez GZDiZ dokumentacji fotograficznej, dotyczącej pojazdu Komisja uznała, że opłata dodatkowa pozostaje w mocy”.

■ Sosnową belkę długości 8 m i średnicy ok. 30 cm przewoził fiatem cinquecento mieszkaniec Mikołowa (Śląskie). W otwartym bagażniku miał jeszcze kilka krótszych. Otrzymał mandat w wysokości 200 zł za spowodowanie zagrożenia na drodze.

■ 7 prom. alkoholu miał w sobie mężczyzna, którego policjanci z Chrzanowa (woj. małopolskie) przywieźli na Szpitalny Oddział Ratunkowy. Dawka ponad 4 prom. bywa śmiertelna, tymczasem on miał siłę, by wdać się w awanturę z pracownikami SOR.

Nominowani do Podlaskiej Marki 2022

30 przedsięwzięć, firm, instytucji, produktów, spośród 167 poprawnych zgłoszeń, nominowała kapituła konkursu Podlaska Marka 2022.

Z Łomżyńskiego są wśród nich Spółdzielnia Mleczarska Mlekovi-ta w kategorii „Biznes”, Kefir Sokółski Spółdzielnia Mleczarskiej Mlekolpol w Grajewie w kategorii „Produkt spożywczy”, Szkolenie Psów Alhan Łomża w kategorii „Projekt 4.0” i działalność Wojewódzkiego Ośrodka Profilaktyki i Terapii Uzależnień w Łomży w kategorii „Społeczeństwo”.



Zwycięzców poznamy 20 kwietnia podczas gali finałowej w Operze i Filharmonii Podlaskiej. Wtedy również

zostanie ogłoszony Honorowy Ambasador Województwa Podlaskiego i Ambasador Podlaskiej Gospodarki.

Od lat Podlaskiej Marce towarzyszy plebiscyt Podlaska Marka Konsumentów, czyli głosowanie sms, w którym każdy, bez względu na miejsce zamieszkania, może wskazać swego faworyta. Głosowanie zakończy się 24 marca o godz. 12.00 (na stronie podlaskamarka.pl wybrać swojego kandydata i wysłać sms). Zwycięzca w plebiscycie konsumentów otrzyma nagrodę w wysokości 10 tys. zł.

40 lat temu

„Kontakty”, 27 marca 1983:

Rolnicza wiosna

Dobrze wzeszły oziminy. W magazynach pełny asortyment nawozów, ponad 5 000 ton; tempo zakupu słabe. Nasion zbóż jarych (2500 ton) i pastewnych jest pod dostatkiem. Od 1 do 15 marca skupiono w Łomżyńskim 8,5 miliona ton mleka, tj. o 34 proc. więcej, niż w marcu ub.r. Wzrósł również, niski dotychczas, skup żywa: rolnicy dostarczyli ponad 8000 szt. trzody chlewnej oraz 1769 bydła.

Stać nas na coraz mniej

Sprzedaż detaliczna spadła w lutym o 5 proc. rok do roku (odczyt w cenach stałych), podał Główny Urząd Statystyczny. Najprościej rzecz ujmując, w lutym kupiliśmy (m.in. w sklepach spożywczych, budowlanych, księgarniach, drogeriach, na stacjach paliw) o 5 proc. mniej, niż rok temu. Jednocześnie na zakupy wydaliśmy w obecnych cenach 10,8 proc. więcej, niż w lutym rok temu. Słowem, kupujemy coraz mniej, ale wydajemy w sklepach coraz więcej! Wysoka inflacja nadzarpnęła zdolność nabywczą wielu gospodarstw domowych.

„Jesteśmy obciążeni olbrzymią inflacją, wynoszącą w tej chwili 18 proc. rocznie. Polacy stracili przez to około 300 mld zł”, mówi były szef Narodowego Banku polskiego Marek Belka.

Konkurs na „drewniany” zabytek



XVI Konkurs na Najlepiej Zachowany Zabytek Wiejskiego Budownictwa Drewnianego w Województwie Podlaskim ogłosiło Muzeum Rolnictwa im. ks. Krzysztofa Kluka w Ciechanowcu. Na Konkurs można zgłaszać drewniane budynki, powstałe do 1960 roku. Aby wziąć udział w konkursie, należy do 26 maja wysłać wy-

pełniony druk zgłoszenia (dostępny na stronie: muzeumrolnictwa.pl) na adres: zabytekpodlasia@gmail.com. Ogłoszenie wyników i wręczenie nagród odbędzie się w listopadzie. W konkursie przewidziane są nagrody: pierwsza 6 000 zł, trzy drugie po 3 000 zł, pięć trzecich po 1500 zł i dziesięć wyróżnień po 500 zł.

Rosną kościoły

Budowane kościoły w osiedlu Jantar w Łomży oraz w Olszynach (gm. Piątница), potwierdzają fenomen szybkości i sprawności ich powstawania. Na przykład, kościół przy ul. Wojska Polskiego w Łomży stanął w ciągu dwóch lat. Informację tę dedykujemy budowniczym łomżyńskiego szpitala.

Samochodowy rajd pań

III Samochodowy Rajd Pań odbył się na trasie Łomża – Miastkowo – Czartoria. W ostrej walce zwyciężyła Elżbieta Bałazy (fiat 125p, pilot: Ryszard Lipiński), drugie miejsce zajęła Barbara Brodziuk (volkswagen golf, pilot: Aleksander Wroniszewski), a trzecie Iwona Szczerbiak (w małym fiacie, z pomocą Marty Brzozowskiej). Na próbach technicznych najlepiej spisywała się Dominika Brzózko w najatrakcyjniej udekorowanej ladzie. Najbardziej pechowym kierowcą okazała się Wiesława Piechowska, która straciła szansę na medalowe miejsce po awarii samochodu.

Znachor w Stawiskach

Po dwóch latach rozpowszechniania w kraju trafił do kina w Stawiskach film „Znachor”.

Krowa za... wygraną!

W gminnej olimpiadzie oświaty rolniczej w Zbójnej zwyciężył Antoni Kosewicz z Dębnik. W nagrodę otrzymał przydział na roztrząsacz obornika. Aby wykupić wygraną, musiał zaprowadzić krowę do punktu skupu.

Czy i która z sił politycznych Pana/Pani zdaniem wykorzystuje postać Jana Pawła II dla swoich korzyści politycznych?

PIS/ZJEDNOCZONA PRAWICA

PIS

42,2%

LEWICA

LEWICA

14,9%

KOALICJA OBYWATELSKA

KOALICJA OBYWATELSKA

13,9%

KONFEDERACJA

KONFEDERACJA

0,8%

PSL

PSL

0%

POLSKA 2050

2050

0%

ŻADNA

28,2%

Sondaż Unitek Surveys dla Wirtualnej Polski w dniach 14 – 16 marca

Geniusze z gminy Łomża

Srednią ocen 6 ma najlepsza uczennica w gminie Łomża Lena Godlewska ze szkoły Podstawowej w Konarzycach! Drugie miejsce na „naukowym” podium zajmuje Kornelia Skrodzka ze średnią ocen 5,58, a trzecie Lena Jastrzębska z wynikiem 5,55, obie także z SP w Konarzycach. To tylko trzy uczennice spośród 26 uczniów, którzy za najwyższe wyniki w nauce otrzymali stypendia wójta Piotra Kłysa. Stypendystami Szkoły w Konarzycach są także: Piotr Flaga (średnia 5,5), Dominika Szablowska (5,42), Magdalena Wałkuska (5,36). Szkoły w Kupiskach: Alexandra Bednarczyk (5,33), Izabela Lemańska (5,5), Olga Lemańska (5,43), Bartłomiej Nasiadko (5,33), Jakub Pawelczyk (5,5), Aleksandra Tomaszewska (5,42). W Jarnutach: Maja Chojnowska (5,33), Emilia Gardocka (5,36), Julia Jarnutowa (5,33), Jowita Leszak (5,33). W Pniewie: Wiktor Boraczewski (5,42), Nadia Malinowska (5,36), Alicja Pieńkowska (5,33), Julia Tchórzewska (5,36). Szkoły w Puchałach: Paweł Mioduszewski (5,36), Kamil Pietraszewski (5,36), Krystian Pietraszewski (5,33), Maja Romanowska (5,36). W Wygodzie: Oliwia Jackowska (5,36) i Weronika Pokutko (5,5).

Emeryci po wyborach



W czasie obrad Zjazdu pojawił się prezydent Łomży Mariusz Chrzanowski z upominkami. Zapewnił o chęci życzliwej pomocy. Usłyszał, że Związkowi brakuje 340 złotych miesięcznie na czynsz za biuro...

Na trzecią kadencję wybrali Elżbietę Grzanko na przewodniczącą Oddziału Polskiego Związku Emerytów, Rencistów i Inwalidów w Łomży delegacji V Rejonowego Zjazdu. Zarząd Oddziału z nią tworzą: wiceprezes Teresa Kossakowska, skarbnik Elżbieta Śliwecka, sekretarz Alicja Jurkowska i członkowie: Jadwiga Szulc, Alina Pajer, Zo-

fia Górka, Danuta Baczewska, Danuta Zajączkowska. Oddział skupia ponad 670 członków z Łomży, powiatu łomżyńskiego i kolneńskiego. Przez 5 lat Oddział zorganizował 17 wycieczek od Słowacji po Hiszpanię dla 840 osób, wyjazdy na koncerty i spektakle. Rozdzielił 30 ton 56 kg żywności za prawie 150 tys. zł (900 paczek).

Wyjazd na Palmową



Wyjazd na Niedzielę Palmową do Zbójnej i Łysych 2 kwietnia organizuje Łomżyński Oddział Towarzystwa Przyjaciół Ziemi Łomżyńskiej (wyjazd o godz. 9.00, ul. Sienkiewicza 8). Zapisy do 28 marca, tel. 86 216 28 33.

Zmarła Claudia Jankowska

Nie żyje wieloletnia nauczycielka języka niemieckiego w Nauczycielskim Kolegium Języków Obcych i od 1985 r. w Szkole Drzewnej w Łomży. Była Niemką, która wyszła za mąż za mieszkańca Łomży i resztę życia spędziła w Polsce. Miała 64 lata.

„Inna” w Hali Kultury

Spektakl „Inna” Aleksieja Sławopskiego w reżyserii Dariusza Szady-Borzyszkowskiego wystawi Teatr BaWiMo w sobotę, 25 marca (godz. 18.00), w Hali Kultury. Wstęp wolny.

Pomoc rolnikom w Nowogrodzie

Nieodpłatny punkt wypełniania wniosków przez pracownika doradztwa rolniczego czynny w Urzędzie Miejskim w Nowogrodzie w każdy czwartek od godziny 9.00.

Minister edukacji w szkole w Jedwabnem



Zespół Szkół Samorządowych w Jedwabnem odwiedził minister edukacji i nauki Przemysław Czarnek. Spotkał się z młodzieżą oraz lokalną władzą. Rozmowy z udziałem burmistrza Adama Niebrzydowskiego, wicemarszałka województwa podlaskiego Marka Olbrysa i starosty łomżyńskiego

Lecha Szablowskiego dotyczyły przebudowy boiska sportowego. Dyrektor szkoły w Jedwabnem Zbigniew Prószyński otrzymał Dyplom Uznania Ministra Edukacji i Nauki za zasługi w zarządzaniu oraz wieloletnią pracę dydaktyczną i edukacyjną. Na zdjęciu: uczniowie Zespołu Szkół w Je-

dwabnem z ministrem Przemysławem Czarnekim, burmistrzem Adamem Niebrzydowskim, dyrektorem (z dyplomem w rękach) Zbigniewem Prószyńskim, posłem Kazimierzem Gwiazdowskim, starostą łomżyńskim Lechem Szablowskim i wicemarszałkiem Markiem Olbrysiem.

Przyjaciele proszą o pomoc



„8 marca 2023 w miejscowości Przestrzele, gmina Rajgród, spłonął dom kolegi z klasy naszych dzieci. W jednej chwili Krystian i jego rodzina (rodzice, brat oraz dziadek) stracili dobytek całego życia. Na szczęście, domownikom nic się nie stało. Niestety, straty materialne są ogromne, bo wiadomo, że oprócz dachu nad głową stracili wszystko, co się znajdowało w środku – meble, sprzę-

ty, ubrania... Budynek nie nadaje się do zamieszkania. Rodzina nie jest w stanie sama odbudować domu. Dlatego bardzo prosimy o pomoc. Cały dochód ze zbiórki zostanie przeznaczony na odbudowę domu. Za każde wsparcie serdecznie dziękujemy”, pisze organizatorka zbiórki Marzena Okurowska Zemelka.

Pomóc możemy wpłatą na stronie pomagam.pl/djyhndb. Pomóżmy!

Zjawa na statku

Nie z tej Ziemi



Dziennikarz, działacz polonijny w Niemczech i Francji Michał Kwiatkowski (1883 – 1966) w latach 1918 – 1927 wydawał w Polsce „Sztandar Polski” i „Gazetę Rybnicką”. Pisał dużo reportaży o marynarzach. W jednym z nich opisał przypadek sternika Roberta Bruca, który zobaczył w kajucie kapitana nieznanego mężczyznę. Zaniepokoiło go to zwłaszcza, że statek znajdował się od kilku miesięcy na morzu, a mężczyzna nie był podobny do żadnego z marynarzy. Poszukał kapitana i poszedł

z nim do kajuty, ale tam nikogo już nie było. Znaleźli natomiast kartkę z informacją, że powinni zmienić kurs i obrać inny kierunek. Załoga przeszukała statek, jednak obcego nie znalazła.

Wkrótce z powodu złej pogody musieli zmienić kurs i statek płynął w kierunku podanym... na kartce! Niebawem marynarze ujrzeni górę lodową, a gdy zbliżyli się do niej, zauważyli dwóch rozbitków. Obaj zostali wzięci na pokład. Sternik Bruce rozpoznał w jednym mężczyźnie, którego widział w kajucie kapitana! Jak to możliwe? Kapitan polecił wyłowionemu napisać jakiś tekst. Charakter pisma mężczyzny zgadzał się z tym, którym napisana była informacja, znaleziona w kajucie kapitana!

Rozbitek opowiedział, że modlił się żarliwie o ratunek, podczas modlitwy usnął i obudził się z dziwnym przekonaniem, że nadchodzi pomoc. Powiedział także, że statek wydaje mu się znajomy, jak gdyby już na nim był.

KS. JAN ŻELAZNY



Szczepionka prosto z nieba

Przynęty ze szczepionką do zwalczania wścieklizny u lisów będą rozkładane w lasach oraz na łąkach i polach naszego województwa od 27 marca do 2 kwietnia. Mają kształt stożkowych krążków koloru brązowego o średnicy ok. 4 cm. Zawierają plastikowy pojemnik z płynną szczepionką. Nie wolno ich nis-

zczyć ani dotykać (dotykane przez ludzi są omijane przez lisy).

Szczepionka jest nieszkodliwa dla zwierząt domowych i wolno żyjących. Jednakże po wyłożeniu przynęt około dwa tygodnie należy ograniczyć przemieszczanie się zwierząt domowych (trzymać psy na uwięzi, a koty w zamknięciu).

GREEN FLOW

Studio graficzne
profesjonalne projekty i skład

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

biuro@greenflow.media.pl
531 533 332

POWIAT GRAJEWSKI



Wyróżnienie w ogólnopolskim konkursie „Zawodowiec Roku 2022”, organizowanym przez Ministerstwo Edukacji i Nauki przy wsparciu Fundacji Rozwoju Systemu Edukacji oraz KGHM Polska Miedź otrzymała Ewelina Jagłowska, nauczycielka przedmiotów zawodowych w Technikum Budownictwa Zespołu Szkół im. ks. K. Kluka w Wojewodzinie. Gratulujemy!

POWIAT KOLNEŃSKI

Minister w Stawiskach

Minister Przemysław Czarnek zwiedził Szkołę Podstawową im. Tadeusza Kościuszki w Stawiskach i nowy kompleks sportowy z łącznikiem za 16 mln zł. W łączniku są: nowa świetlica, stołówka, gabinety pedagogów i logopedy, łazienki i szatnia. Do Szkoły uczęszcza 297 uczniów, których uczy 42 nauczycieli.

Liczydło 2023

36 uczniów szkół powiatu kolneńskiego z Janowa, Małego Płocka, Rogienic Wielkich, Surała, Turośli, Wykowa, Kątów, Lemana, Lachowa, Stawisk i Kolna stanęło do Mistrzostw powiatu kolneńskiego w rachunku pamięciowym „Liczydło 2023” w Międzynarodowym Dniu Liczby π . Rywalizacja obejmowała po 20 zadań w każdej z trzech rund. Pierwsze miejsce zajęła Marta Dziekońska z SP 1 w Kolnie, drugie miejsce Piotr Długozima z SP 2 w Kolnie, a trzecie (po dogrywce) Mateusz Zyskowski z Lachowa.

PO SMAKUJ Muzyki

Pomóżmy Nikoli Siedleckiej w walce ze złośliwym nowotworem mózgu!

KONCERT CHARYTATYWNY

TUSYLWESTER | GUDI | TONY MYŚLI | SZCZYTEK | JUREKFONIA
DLK X CINU | TOMASHEG | FRANIA | NBOY X HAWSKY



CO WIĘCEJ?
LICYTACJE
STOISKA TARGOWE

25.03.23 | 16:00 | Grajewskie Centrum Kultury

„Zagrajmy” o zdrowie Nikoli

Usługi w Inkubatorze



W Lokalnym Inkubatorze Przedsiębiorczości w Szczuczynie, który powstał na terenie ruin po zlikwidowanym Państwowym Ośrodku Maszynowym, powoli zaczyna tętnić życie. W pomieszczeniach otwarty został salon kosmetyczny „Zacisze Urody” i Salon Fryzjerski dla mężczyzn. W Inkubatorze nadal są miejsca pod usługi i inną działalność.

Programiści z LO w Grajewie najlepsi!

Czterech uczniów I Liceum Ogólnokształcącego im. Mikołaja Kopernika w Grajewie wzięło udział w finale konkursu RoboExe: Code Master 2023, zorganizowanego przez Wydział Nauk Informatyczno-Technologicznych Akademii Nauk Stosowanych w Łomży. Ekipa młodych informatyków, którymi opiekuje się Izabela Klimaszewska, spięła się znakomicie: Piotr Bryła z klasy 4A zajął I miejsce, Wiktor Sobolewski z klasy 2A II miejsce, a pozostała dwójka otarła się o podium.

Hotel Colnus zamyka restaurację



„Dziękujemy za lata wspólnych eventów, obiadów, weseł i wielu innych uroczystości. Mamy nadzieję że znajdą Państwo w Kolnie alternatywę dla naszych codziennych „Zestawów

Dnia”, napisał właściciel Hotelu Colnus, informując w ten sposób, że restauracja w Hotelu zostanie zamknięta z końcem marca. Sam Hotel i Sala Zabaw będą dalej funkcjonować.

Kolneński Jarmark Wielkanocny

Na doroczny wielkanocny jarmark zaprasza Kolneński Ośrodek Kultury i Sportu w sobotę, 1 kwietnia. Handlowcom zapewnią bezpłatne miejsce na stoisko handlowe w swojej siedzibie (ul. Konopnickiej 4). Należy wcześniej

dokonać rezerwacji telefonicznej (tel. 86 278 22 21 lub 692 855 395), podając orientacyjnie potrzebną powierzchnię. Na Jarmarku tradycyjnie będą palmy, pisanki, zabawki, wypieki, kuchnia regionalna, rękodzieło.

Wiele gmin, jeden cel



Stowarzyszenie „Wiele gmin – jeden cel” utworzą: powiat kolneński, miasto Kolno i gminy Kolno, Grabowo, Mały Płock, Turośl, Stawiski i Jedwabne. „Razem łatwiej startować w konkursach i różnych projektach, dzięki którym można dostać dofinansowanie. Często, gdy startuje się w grupie, dofinansowanie jest też większe. Poza tym, działając razem, będziemy mogli realizować projekty, które będą wykraczały poza jedną gminę i tworzyły spójną całość. A to istotne, zwłaszcza przy modernizacji dróg, sieci technicznych, budowie ścieżek rowerowych. Dzięki temu takie inwestycje nie będą się kończyły na granicy jednego samorządu”, mówi wicestarosta kolneński Karol Pieloszczyk.

Klasa „wojskowa” w Kolnie

Klasa o profilu „przygotowanie wojskowe” ma powstać w Zespole Szkół Technicznych w Kolnie. Ma to związek z tworzeniem jednostki wojskowej.



Zmowa milczenia

(List z prośbą o interwencję do Jarosław Kaczyńskiego, i ministra rolnictwa Henryka Kowalczyka i tygodnika „Kontakty”).

Zwracamy się w imieniu mieszkańców wsi Pniewo, Rybno i Siemień w gminie Łomża w sprawie zmiany trasy autobusu relacji Łomża – Pniewo – Łomża oraz udostępnienia przystanków komunikacji miejskiej w Łomży autobusom PKS Nova, którymi mieszkańcy naszych wsi dojeżdżają do Łomży. Obecnie mają zakaz zatrzymywania się na przystankach miejskich pod groźbą kary. Podobno tak postanowiła Rada Miejska Łomży.

Piszemy w poczuciu bezradności i bezsilności, spowodowanej bezczynnością miejscowych orga-

nów, do których wcześniej wielokrotnie zwracaliśmy się z tą sprawą.

Piszemy ze świadomością, że nasza sprawa jest mała w porównaniu z zadaniami, którymi się Państwo zajmujecie, ale rodzi złe emocje i konflikty.

Ponad rok temu wystąpiliśmy do prezydenta Łomży Mariusza Chrzanowskiego o umożliwienie autobusom PKS Nova zatrzymywania się, na przystankach w pobliżu instytucji, do których najczęściej jeżdżą mieszkańcy naszych wsi, a więc ZUS, KRUS, Starostwa Powiatowego i ARiMR. Te instytucje leżą blisko siebie i jest tam przystanek komunikacji miejskiej. Drugi przystanek, o który wnosimy, jest obok Urzędu Gminy, skąd kilka kroków do Przychodni Lekarskiej.

Zaznaczamy, że dyrekcja PKS Nova popiera naszą prośbę.

Nasze pisma w tej sprawie wysyłane od stycznia 2022 roku do prezydenta Łomży Mariusza Chrzanowskiego, posła Antoniego Kołakowskiego, wójta gminy Łomża Piotra Kłysa, marszałka województwa podlaskiego Marka Olbrysa pozostały właściwie bez odpowiedzi, nie licząc zdawkowych informacji, że zostały przekazane do Zarządu Miasta Łomża. Od prezydenta Łomży otrzymaliśmy pismo, z którego wynikało, że grono mieszkańców (pismo podpisał ok. 40 osób) nie jest właściwe do wnoszenia o zmiany trasy autobusów PKS Nova. Do sprawy na naszą prośbę włączyła się więc dyrekcja tej instytucji, popierając nasz wniosek. Minął rok i nic. Bezowocne są spotkania z przewodniczącą Rady Miejskiej Łomży.

A chodzi, naszym zdaniem, o prostą sprawę, bez inwestycji, zasadniczych zmian w organizacji ruchu w mieście, czy innych specjalnych działań. Prosta sprawa, a jak się okazuje, nie do załatwienia, co więcej, pozostaje bez

odpowiedzi od właściwych organów, jakby nie było ani KPA, ani zdrowego rozsądku i zwykłej międzyludzkiej życzliwości. Wiemy także, że dotyczy to nie tylko nas, ale także innych tras PKS Nova i łączących podmiejskie wsie z Łomżą.

Tak to, panie prezesie Jarosławie Kaczyński można popsuć dobrą inicjatywę przywrócenia możliwości dojazdów do ośrodków miejskich mieszkańcom wsi.

Panie ministrze rolnictwa, rzecz dotyczy głównie rolników, załatwiających sprawy w ARiMR, KRUS, Urzędzie Gminy i Starostwie Powiatowym. Tak się składa, że naszą sprawę zna poseł Antoni Kołakowski, Pański wiceminister.

Liczymy na zainteresowanie sytuacją redakcji tygodnika „Kontakty”, którą znamy z wrażliwości na sprawy społeczne, nieobojętnej na traktowanie ludzi przez szeroko rozumianą władzę, w tym przedstawicieli urzędów i instytucji.

W imieniu mieszkańców wymienionych wsi

Kazimierz Konert
i Krystyna Chojnowska
Pniewo

Tyle wójt może, ile mu sołtys z wsią pomoże



Sołtysi gminy Zambrów z wójtem Jarosławem Kosem, senatorem Markiem Komorowskim i posłem Jarosławem Zielińskim

Wójt gminy Zambrów Jarosław Kos co roku spotyka się z sołtysami, aby im podziękować za współpracę, przedstawić sprawozdanie z przedsięwzięć w minionym roku oraz plany na rok bieżący. To także kolejna okazja do rozmów, poznania oczekiwań i opinii mieszkańców. W tym roku w czasie spotkania 15 marca, wójt uhonorował statuetkami dwudziestu sołtysów, którzy pełnią tę funkcję 20 i więcej lat. Są nimi: Stanisław Chmielewski (Dąbki-Łę-

townica), Janusz Gosk (Tarnowo-Goski), Sławomir Kalinowski (Wądołki-Borowe), Dariusz Kamianowski (Nowe Zakrzewo), Paweł Krajewski (Stare Wądołki), Tadeusz Krajewski (Krajewo Białe), Janusz Krasowski (Zagroby-Łętownica), Sławomir Michałowski (Czartosy), Stanisław Milewski (Pęsy-Lipno), Ryszard Mioduszewski (Szelegi-Leśnica), Mirosław Nowicki (Chorzelle), Marek Pruszkowski (Stare Krajewo), Władysław Rakowski (Tabędz), Elżbieta

Saniewska (Nagórki-Jabłoń), Jerzy Sasinowski (Zaręby-Krzteki), Stanisław Sulkowski (Łosie-Dolegi), Mirosław Sutkowski (Krajewo-Korytki), Sławomir Szulborski (Goski Duże), Ireneusz Zaręba (Zaręby-Kramki) i Mirosław Zalewski (Nowy Łaskowiec-Kolonia).

Spotkanie zakończyło się uroczystym wbiciem łopat na budowie nowej siedziby Urzędu Gminy Zambrów przy ul. Fabrycznej w Zambrowie.

POWIAT WYSOKOMAZOWIECKI



„Apteka pod wieżą” odzyska blask

Zabytkową willę Generała Roszkowskiego przy ul. Mazowieckiej, znaną również jako „Apteka pod wieżą”, odkupił Czyżew od prywatnego właściciela. Budynek, wybudowany na początku XX wieku, stanowi jeden z najcenniejszych drewnianych zabytków województwa podlaskiego. Willa została pierwotnie zbudowana

jako dacha dla generała Jana Konrada Roszkowskiego, który odegrał istotną rolę w wojskowości i prawodawstwie Polski, pierwszego stowarzyszenia oficerów w stanie spoczynku. Po II wojnie światowej była w niej szkoła zawodowa.

W tej chwili budynek nie jest w najlepszym stanie. Wymaga pil-

nych prac konserwatorskich, restauratorskich oraz budowlanych, aby zachować jego wyjątkowy charakter. Gdy tylko Czyżew otrzyma dotacje na złożone już wnioski, prace ruszą natychmiast. Po remoncie miasto zamierza wykorzystać odrestaurowaną willę do celów kulturalnych i społecznych.

POWIAT ZAMBROWSKI

Grądy-Woniecko bez wody z kranów

W związku z wykryciem bakterii z grupy coli w wodociągu w Grądach – Woniecku, wójt gminy Rutki ze strażakami OSP w Kalinówce-Basiach uruchomili zastępcze źródło wody, z którego mieszkańcy mogą pobierać wodę pitną. Dzięki strażakom dostarczono również wodę do Zakładu Karnego. Wszyscy, którzy nie są w stanie samodzielnie dotrzeć po wodę mogą zgłaszać się do biura SM Narew, gdzie uzyskają pomoc.

Naucz się tworzyć wielkanocne symbole

Trzydniowe wielkanocne warsztaty artystyczne organizuje Gminne Centrum Biblioteki, Kultury i Sportu w Osowcu. W poniedziałek, 27 marca (godz. 9.00), w świetlicy w Woli Zambrowskiej można się nauczyć tworzenia palm, a w sobotę, 1 kwietnia (godz. 11.00) pisanek. We wtorek, 28 marca (godz. 11.00), w świetlicy w Cieciorkach tworzenie wianków. Zajęcia są bezpłatne. Zgłoszenia, tel. 535 885 049 lub osobiste w Gminnym Centrum w Osowcu.

Imieniny najstarszej zambrowianki



Najstarsza mieszkanka Zambrowa Józefa Sawicka, która 5 września skończy 103 lata, w niedzielę obchodziła imieniny. Z życzeniami i kwiatami odwiedziła ją prezes Stowarzyszenia Szansa Teresa Szumowska.

Józefa urodziła się w Pęczratce Dużej (gm. Szumowo). Mieszkała i prowadziła z mężem gospodar-

stwo w Pęczratce Małej. Jest wdową od 34 lat. Urodziła trzy córki i dwóch synów (jeden już nie żyje). Wkrótce po śmierci męża zamieszkała u córki Jadwigi Szwarz w Zambrowie. Na zdjęciu: Józefa Sawicka (z lewej), córka Jadwiga Szwarz (w środku) i prezes Szansy Teresa Szumowska.

Więźniowie w Mlekowicie



16 więźniów z Czerwonego Boru będzie pracować w Mlekowicie w Wysokim Mazowieckiem na mocy podpisanego porozumienia między prezesem Dariuszem Sapińskim i dyrektorem Zakładu Karnego w Czerwonym Borze płk. Zbigniewem Jankowskim. Z czasem w Mlekowicie ma pracować 50 skazanych.

Wycieczki uczniów

Po 6 600 zł na wycieczki otrzymały szkoły w Łuniewie Małym i Kuczynie z budżetu województwa podlaskiego.

„Komunalny” w Ciechanowcu

Ponad 9 mln zł dotacji otrzymał Ciechanowiec na budowę czterokondygnacyjnego budynku komunalnego. Stanie przy ul. Wiatracznej. Będzie w nim 40 mieszkań od 32 do 60 m kw. Przetarg na jego budowę zostanie ogłoszony jeszcze w marcu, informuje burmistrz Ciechanowca Eugeniusz Święcki.

Pożar w Czerwonym Borze



Trzy hektary ściąki leśnej na poligonie w Czerwonym Borze spaliło się w poniedziałek, 20 marca, w wyniku przypadkowego pożaru. Ogień wybuchnął w czasie kontrolowanego rozminowywania niewybuchu przez saperów z 18 Białostockiego Pułku Rozpoznawczego. Szybkiemu rozprzestrzenieniu się pożaru sprzyjał wiatr i sucha ściąka. Istniało zagrożenie, że ogień obejmie las. Na początku żołnierze próbowali sami gasić ogień, ale nie dali rady. Z pomocą pospieszyło sześć strażackich jednostek: dwa zastępy JRG z Zambrowa, dwa OSP ze Starego Laskowca oraz OSP ze Zbrzeźnicy i Tabędza. Poza strażakami w gaszeniu ognia pomagali leśnicy z Nadleśnictwa Łomża, na miejsce przybyli policjanci.

Nowe rondo

W miejscu zbiegu ulic Białostockiej, Wyszyńskiego i Konopnickiej w Zambrowie powstanie rondo, zdecydowały władze powiatu. Było tam kilka wypadków i kolizji.

„Złote ręce” Ewy Trzaska ze Szczuczyna z rzeczy zbędnych tworzą cudneńka

Złote serce, złote ręce

Inspiracje

– Mamo, zawsze masz takie świetne pomysły, może zrobiłabyś coś na kiermasz bożonarodzeniowy dla naszych przedszkolaków – zaproponowała Ola, wychowawczyni w przedszkolu w Szczuczynie.

To było przed trzema laty. Dzisiaj przedmioty wykonane przez Ewę Trzaska zdobią wiele mieszkań. Powstają z pudełek, sznurka, koralików, szyszek... W jej dłoniach jest „nowe życie” dla pękniętego dzbana, niepotrzebnej miski. Inspiruje ją znaleziony ciekawy korzeń, gałązka. Nie kupuje gotowych elementów, tasemek, koralików. Pomysły przychodzą w trakcie tworzenia. Dużym wyzwaniem było zrobienie choinki z łupinek pistacji, a jeszcze większym wykonanie 1,5 metrowej choinki z samych szyszek.

Owczcze runo

Ewa Trzaska 26 lat była pracownicą Poczty Polskiej. Zaczynała jako kucharka w Zajeździe Pocztownym w Szczuczynie. Po jego zamknięciu pracowała na pół etatu w Urzędzie Pocztownym w Stawiskach. Do Szczuczyna została odelegowana na zastępstwo, a gdy zwolnił się etat, została pełnoetatowym doręczycielem. Śmieje się, że zainspirował ją sznurek, którym były związywane worki z korespondencją. Przecinało się go



Ewa Trzaska przy swoich pracach

i wyrzucało. Ona cierpliwie rozwiązywała supły i zbierała. I właśnie sznurek stanowi jej ulubione tworzywo. Cierpliwie wiąże tysiące supelków, tnie i nakleja, tworząc fantastyczne „owczcze runo”, a najdrobniejsze resztki stanowią ozdobę futerek zajączek i króliczków świątecznych.

Zając Marian

Córki cenią, to co tworzy. Znoszą jej różne materiały. Z przyniesionych przez Anidę starych bombek wykonała świecące bombki ze zdjęciami rodzinnymi. Swoją bombkę ma również jej pies Kokos. Jajka wielkanocne tworzy w ulubionych przez córki kolo-

rach: niebieskim dla Oli i zielonym dla Anidy.

Kilka lat temu wnuczka Amelka w sklepie z używaną odzieżą zobaczyła zmaltretowaną zabawkę, zającą.

„Kup go babciu, proszę, on ma takie smutne oczy”, prosiła.

Mimo prania, zając był okropny. Zrobiła mu kapelusz, buty, dała do ręki koszyczek z pudełka po ciastkach, ozdobiony sznurkiem i fragmentami worka jutowego, fotel do siedzenia. Zając pozostał w rodzinie. Ma na imię Marian.

Z serca rękami

Nie wystawia swoich prac na kiermaszach, jeżeli już, to przekazuje rękodzieła organizatorom kiermaszów dziecięcych. Ostatnio dała wiele pięknych wyrobów na bazarek dla zwierząt, aby wspomóc fundację dla zwierząt MagdaLena z Grajewa.

Ewa Trzaska jest skromną i empatyczną. Dzieła jej rąk powstają z potrzeby serca, a nie pieniędzy. I co ciekawe, przyznaje, iż nie umie robić na drutach i szydełkować. Więc robi to, co potrafi i co przynosi radość jej i innym ludziom.

BARBARA PASZKOWSKA

REPORTAŻE ŚLUBNE
TANIEJ NIŻ MYŚLISZ

PRZYJŹ SPRAWDŹ OBEJRZYJ

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

Jestem synem księdza

Alan Wysocki: – Kim jesteś? Kto jest twoim ojcem?

Tomasz Kucharski: – Nie nazywam człowieka, który mnie spłodził, ojcem. Nazywam go producentem. Moim producentem jest ksiądz katolicki.

– Jak poznał twoją mamę?

– Gdy się poznali, miała 19 lat i śpiewała w chórze w kościele. On został przydzielony jako opiekun dla tego chóru. Wtedy miał 31 lat. Od początku przypadli sobie do gustu. Ich romans trwał 4 lata i dowiedziałem się o tym dopiero po czterdziestce. Wychowywałem się w bardzo katolickiej rodzinie i sam byłem bardzo wierzący.

Wszyscy byliśmy praktykującymi katolikami, takimi z przekonania. Regularnie chodziliśmy do kościoła. Mój dziadek chodził w niedziele aż na trzy msze. Wszyscy znali księdza, wszyscy wiedzieli. Znały go ciotki, znali dziadkowie. Już jak się urodziłem byłem bardzo podobny do niego. Ale wszyscy trzymali buzię na kłódkę.

– A twoje relacje z mamą? Jak wyglądał twój dom rodzinny?

– Matka była mężatką. Była ze mną w trzecim miesiącu ciąży, jak wyszła za mąż. Wychowałem się obok człowieka, którego uważałem za ojca. W dzieciństwie nie miałem żadnych wątpliwości. To małżeństwo rozpadło się, jak miałem 7 lat. Ten człowiek odszedł wtedy od matki, ale dla mnie to był mój ojciec. Do, powiedzmy, 20 roku życia nawet nie myślałem, że może być jakaś inna możliwość. Jak się siedzi w środku historii, to trudno ją jakkolwiek ocenić. Nawet jak się ma dowody prosto przed oczami, to się ich nie widzi. Dopiero, gdy wyjechałem z Polski do Niemiec, zaczęły dochodzić do mnie rzeczy z przeszłości...

– Kiedy pojawiły się pierwsze podejrzenia?

– Po 5 latach w Niemczech wziąłem ślub. Bardzo dużo rozmawialiśmy o naszych historiach, życiach, rodzinach. To ona, słuchając mnie, stawiała pytania, zwracała uwagę na szczegóły z mojego życia. Zmuszała mnie do analizowania. Zawsze, gdy moja mama obchodziła imieniny, 5 grudnia, zapraszała wszystkie swoje koleżanki i mnie do pokoju, żeby się mną pochwalić.



Tadeusz Kucharski: – Jestem synem księdza. Fot. natemat

A jej koleżanki chichotały i pytały: „Dlaczego on jest taki podobny do tego księdza?”

Moja matka zawsze nosiła zdjęcie tego księdza w portfelu. Nigdy nie nosiła zdjęcia byłego męża ani innego mężczyzny. Jej ulubionym filmem były „Ptaki ciernistych krzewów”. Któregoś razu, kiedy ten film był powtarzany w telewizji, wstała i powiedziała: to jest film o mnie. To jest historia mojego życia. Do mnie i do mojej siostry nie docierało, co ona za głupoty wygaduje. Nie docierało do nas, co ona chce powiedzieć.

– Jak się czułeś, kiedy zacząłeś nabierać wątpliwości, mając 25 lat?

– Ja nie dowiedziałem się o tym nagle. To był proces, który trwał latami. Analizowałem wszystkie historie, prawdopodobieństwo. Z czasem tych wątpliwości było coraz więcej. W wieku 30 lat pojechałem do matki, żeby jeszcze raz zapytać ją o to, kto mnie spłodził. Wtedy doszedłem do wniosku, że jeśli ona zaprzecza, choć minęło tyle lat, to ja sobie coś ubzdurałem. Nie dawało mi to jednak spokoju. To były takie etapy. Zostawiałem to i wracałem. Potrafiłem spędzić kilka tygodni w internecie, szukając wszystkich możliwych danych na temat tego księdza. W 2013 roku znalazłem jego książkę. Tam miałem pierwszy dowód, że coś się nie zgadza. W tej książce napisano, że ksiądz opuścił Polskę w 1968 roku. Kiedy się do niego zwracałem, adwokaci

mówili, że opuścił kraj w 1967, więc nie mógł mnie spłodzić.

– Miałeś potrzebę odkrywania swojej tożsamości. Czy spodziewałeś się, że konfrontując się z takim ogromnym ładunkiem emocjonalnym, wyładujesz w sądzie i to nie jako poszkodowany?

– Ja nie chciałem iść do sądu. Nie chciałem żadnych spraw sądowych. Ja chciałem dogadać się prywatnie. Żebyśmy się spotkali, a w przypadku wątpliwości zrobili test genetyczny. Przecież, gdyby to nie on mnie spłodził, to ja dałbym mu święty spokój. Ale on też wszystkiemu zaprzeczał. Nie przyjmował moich listów, nie chciał ze mną rozmawiać. Poinformowałem go, że przeczytałem tę książkę i jeśli się nie spotkamy, to poinformuję biskupa, a nawet prasę. Wpadł wtedy w taką panikę, że zwrócił się do wypasionej kancelarii adwokackiej. Jego adwokaci zawiadomili policję kryminalną. Myślał, że to mnie wystraszy i dam sobie spokój. Poinformowałem o sprawie całą wspólnotę parafialną. Wtedy już wiedział, że nie odpuszczę.

– Nagle dowiadujesz się, że sprawa trafia do sądu. Miałeś myśl: cholera, co ja najlepszego zrobiłem? Jakie towarzyszyły ci emocje? A może nie było emocji?

– Były emocje... Ale nie na zasadzie: co ja zrobiłem? Działam w taki sposób, że zanim coś zrobię, to przewiduję efekty. Wiem, że jeśli powiem „A”, to muszę powiedzieć

„B”. A moim celem była weryfikacja ojcostwa.

– To jak więc ostatecznie ustalono ojcostwo?

– To była bardzo długa droga... Niemiecki biskup pomógł księdzu uciec do Francji, żeby nie wykonał testu genetycznego. Ostatecznie jednak udało się go znaleźć, więc biskup nie miał wyjścia i musiał nakazać poddanie się temu testowi. Później przyszedł pozytywny wynik.

– Było warto toczyć tę batalię? Ile cię to kosztowało?

– Kiedy miałem paniczne ataki i dziko szukałem informacji na ten temat wiedziałem, że jeśli nie wyjaśnię tej sprawy, to mnie to zeżre od środka. Znowu wracamy do kwestii tożsamości. Od dzieci księży, które poznałem wiem, że oni sobie z tym często nie radzą. Zostawiają ten temat, chodzą na terapię i pomimo tego dalej nie mogą sobie poradzić. Wiedziałem, że jeśli tego nie rozwiłkłam, to też sobie nie poradzę. Potrzebowałem jednoznacznej odpowiedzi. Kolega kiedyś mówił mi, że w dzieciach jest coś takiego, że one muszą wiedzieć, kto jest ich rodzicem. To widocznie jakaś biologiczna zależność lub przymus.

Kolejna kwestia to poczucie sprawiedliwości. Wiedziałem, że to człowiek, który stoi w nimbie świętości, jest podziwiany przez całą parafię, a ja wiedziałem, ile on ma brudu za paznokciami...

– Na początku rozmowy nazwałeś swojego ojca „producentem”. Czy jest coś, co chciałbyś mu powiedzieć poza salą sądową?

– Kiedy ostatni raz się widziałem z tym księdzem zrozumiałem, że nic do niego nie dotarło... Ten człowiek wciąż twierdzi, że nic złego nie zrobił. Podał dwa argumenty. Pierwszy: urodziłem się, kiedy mama była już mężatką, więc to go zwalniało ze wszelkich obowiązków rodzicielskich. Drugi: że jego grzechy zostały mu już dawno odpuszczone...

– Co powiedziałbyś innym dzieciom duchownych?

– Walczcie o swoje prawa. Nie chowajcie się z tym. Nieuporządkowanie tych spraw was niszczy i będzie was niszczyć. Więc zróbcie coś z tym. (Źródło: natemat.pl; skróty od redakcji).

Strzały w akademiku

Student Uniwersytetu Warszawskiego Józef Dudziński (lat 25) mieszkał w akademiku przy ulicy Grójeckiej w Warszawie. Zajmował pokój nr 402 na czwartym piętrze. Przyjaźnił się z Janiną Jankowską (lat 20) z Łomży. Mieszkała przy placu Kościuszki 8. Była urzędniczką.

W piątek rano, 15 maja 1931 r., Janina pojechała do Warszawy. Pociąg z Łomży do stolicy wyjeżdżał o godz. 7.00 rano, a podróż trwała trzy i pół godziny. Nie wiadomo, czy Janina wybrała się pociągiem. Warszawskie dzienniki informowały, że około godziny 11.30 przyszła do akademika do Dudzińskiego. Była to odważna wizyta, gdyż według ówczesnych norm obyczajowych nie uchodziło, aby panna odwiedzała mężczyznę spoza swojej rodziny w jego mieszkaniu.

Około południa studenci w sąsiednich pokojach usłyszeli podniesione głosy i kłótnię Janiny i Józefa. Chwilę później rozległ się huk czterech strzałów, a po nich odgłos zatrzaśniętych drzwi.

Po strzałach studenci próbowali dostać się do pokoju Dudzińskiego. Za zatrzaśniętych drzwi słychać było jęki. Zaalarmowali administrację. Ktoś wezwał pogotowie, ktoś zadzwonił po policję. W końcu drzwi zostały wyważone. Konający Dudziński leżał na podłodze w kałuży krwi. Lekarz stwierdził, że dwie kule przebiły klatkę piersiową, a dwie utkwiły w brzuchu. Dudzińskiego w beznadziejnym stanie przewieziono do szpitala Dzieciątka Jezus.

Po oddaniu strzałów Jankowska wybiegła z pokoju, zbiegła po schodach na trzecie piętro, otworzyła okno i skoczyła na bruk. Doznała pęknięcia podstawy czaszki, złamania obu rąk i nóg oraz innych obrażeń. Jej stan był także beznadziejny. Przewieziona została do tego samego szpitala, do którego trafił Dudziński.

W pokoju Dudzińskiego policja znalazła rewolwer i kilka porwanych listów, prawdopodobnie pisanych przez Jankowską.

Nie wiadomo, co było przyczyną usiłowania zabójstwa i samobójstwa. Bohaterowie dramatu byli nieprzytomni i policja nie mogła ich przesłuchać. Nie wiadomo też, czy przeżyli.



Fot. pixabay

Studenckie amory

Miłosne listy przez kalkę

Wiera Czajkowska i Jabłonowski poznali się na Uniwersytecie Warszawskim w 1929 r. Oboje studiowali medycynę. Koleżeńska znajomość przerodziła się w miłość. Młodzi chcieli się pobrać, studiować i żyć razem, ale przeszkodą był brak pieniędzy. Wówczas zdecydowali, że Wiera zawiesi swoje studia, będzie pracowała i finansowała naukę narzeczonego. On z kolei przenieśli się z medycyny na weterynarię, bo te studia trwały krócej i były łatwiejsze.

Czajkowska wyjechała z Warszawy i podjęła pracę instruktorki w Związku Strzeleckim z pensją 450 zł miesięcznie. Jabłonowski zmienił kierunek studiów. Korzystał z całkowitego utrzymania narzeczonej. Kiedy jako podporucznik rezerwy szedł na ćwiczenia, Czajkowska kupowała mu cały ekwipunek. Lubił dobrze się ubrać.

Lubił zabawić się po studencku. A pokus w stolicy było sporo: bilet do teatru kosztował ok. 3 zł, do kina 1 zł. Studenci wieczorami spotykali się w restauracji „Ziemiańskiej” i nie stronili od alkoholu. Organizowali potańcówki, kabarety, spotkania na brydża i pokera.

Wzrastające wymagania i potrzeby Jabłonowskiego przerastały zarobki Wierę. Dziewczyna często pożyczala pieniądze. Jej niepokojące myśli uspokajały listy narzeczonego pełne miłosnych wyznań. Korespondencyjnie zapewniał, że się z nią ożeni, jak tylko skończy studia.

W 1932 r. Jabłonowski poznał córkę ziemianina Zofię Leszczyńską. Zakochał się w niej z wzajemnością. Wysyłał jej miłosne listy i zapewniał, że się z nią ożeni. Nie oszukiwał Zofii, po krótkiej znajomości ożenił się z nią. Wiera Czajkowska dowiedziała się o tym po fakcie.

Nie wiadomo, jak przeżyła zdradę i oszustwo narzeczonego. Postanowiła nadrobić stracony czas. Skończyła przerwane studia medyczne. Już jako lekarka w 1937 r. pozwała Jabłonowskiego do sądu, oskarżając go o wyłudzenie od niej 10 500 zł. W czasie procesu zeznało wielu świadków. Czajkowska jako dowód zapewnień o miłości i przyszłym ożenku przedstawiła w sądzie listy pisane przez byłego narzeczonego. Okazało się, że Jabłonowski pisał listy przez kalkę! I wysyłał jednocześnie takie same wyznania i zapewnienia Czajkowskiej i swojej obecnej żonie.

Warszawski sąd uznał winę weterynarza Jabłonowskiego za udowodnioną. Skazał go na półtora roku więzienia z zawieszeniem wykonania kary, jednocześnie zasądził na rzecz Czajkowskiej powództwo cywilne.

MARIA TOCKA

Ogłoszenie w KONTAKTACH

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

BUDOWNICTWO

PRODUCENT SIATKI OGRODZENIOWEJ.

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

(fak.0029/2023-o-i)

NIERUCHOMOŚCI

Wynajmę 4-pokojowe mieszkanie
74 m². I piętro ul. Ks. Anny Łomża.
Opłaty 1.800 zł + 580 zł czynsz do
Sp-ni + opłaty za wodę i prąd.
Najem okazjonalny. Więcej
informacji telefonicznie
602 736 904.

Zdjęcia na OLX https://www.olx.pl/d/oferta/mieszkanie-na-wynajem-4-pokoje-74m-CID3-IDKXRTk.html?bs=olx_pro_listing

(p-001583-o)

ODDAM

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

PRZYJMĘ

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

ROLNICTWO

Rzeźnia kupi bydło pourazowe
do uboju z konieczności.

Tel. 511 – 075 – 866 lub
662 – 396 – 670

(fak.0003/2023-o)

Świeże mięso cielęce, prosto
z uboju, dostarczone pod adres
w każdy poniedziałek. Oferta
dotyczy odbioru mięsa w Łomży,
zamówienia na minimum 10 kg.
Dostępne zarówno półtusze jak
i wszystkie elementy. Zamówienia
pod nr tel. 504 – 034 – 432,
690 – 828 – 089

(fak.0044/2023-o)

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

Dzwon. Tel. 660 – 795 – 977

(fak/sms)

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

(fak/sms)

TRANSPORT

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

(fak.0097/2022-o-i)

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

(fak.0098/2022-o-i)

DYREKTOR

Miejskiego Ośrodka Sportu i Rekreacji w Łomży

działając zgodnie z art. 35 ust. 1 ustawy z dnia 21 sierpnia 1997 r. o gospodarce nieruchomościami (tekst jednolity Dz.U. z 2023 r. poz. 344)

INFORMUJE

że: w siedzibie Miejskiego Ośrodka Sportu i Rekreacji w Łomży przy ul. Zjazd 18 (tablica ogłoszeń), na stronie internetowej: www.mosir.bip-lomza.pl został wywieszony na okres 21 dni wykaz nieruchomości przeznaczonych do oddania w najem pod działalność gastronomiczną (lody, gofry, napoje) w Porcie Rzeczny w Łomży, ul. Żydowska 10.

Wszelkich dodatkowych informacji udziela Miejski Ośrodek Sportu i Rekreacji w Łomży, ul. Zjazd 18, 18-400 Łomża, tel. 86 215 06 05.

DYREKTOR

Miejskiego Ośrodka Sportu i Rekreacji w Łomży

działając zgodnie z art. 35 ust. 1 ustawy z dnia 21 sierpnia 1997 r. o gospodarce nieruchomościami (tekst jednolity Dz.U. z 2023 r. poz. 344)

INFORMUJE

że: w siedzibie Miejskiego Ośrodka Sportu i Rekreacji w Łomży przy ul. Zjazd 18 (tablica ogłoszeń), na stronie internetowej: www.mosir.bip-lomza.pl został wywieszony na okres 21 dni wykaz na najem powierzchni z przeznaczeniem pod usługi turystyczne na terenie Portu Rzeczny nad Narwią w Łomży przy ul. Żydowskiej 10.

Wszelkich dodatkowych informacji udziela Miejski Ośrodek Sportu i Rekreacji w Łomży, ul. Zjazd 18, 18-400 Łomża, tel. 86 215 06 05.

Prezydent Miasta Łomża

podaje do publicznej wiadomości, że w jego siedzibie w Łomży, przy ul. Stary Rynek 14, na tablicy ogłoszeń wywieszono zostały wykazy: lokali komunalnych przeznaczonych do sprzedaży na rzecz głównych najemców, na najem nieruchomości pod sprzedaż owoców sezonowych.

DYREKTOR

Miejskiego Ośrodka Sportu i Rekreacji w Łomży

działając zgodnie z art. 35 ust. 1 ustawy z dnia 21 sierpnia 1997 r. o gospodarce nieruchomościami (tekst jednolity Dz.U. z 2023 r. poz. 344)

INFORMUJE

że: w siedzibie Miejskiego Ośrodka Sportu i Rekreacji w Łomży przy ul. Zjazd 18 (tablica ogłoszeń), na stronie internetowej: www.mosir.bip-lomza.pl został wywieszony na okres 21 dni wykaz nieruchomości przeznaczonych do oddania w najem pod działalność gastronomiczną (lody, gofry, napoje) przy Parku Wodnym w Łomży, ul. Ks. Kard. Wyszyńskiego 15.

Wszelkich dodatkowych informacji udziela Miejski Ośrodek Sportu i Rekreacji w Łomży, ul. Zjazd 18, 18-400 Łomża, tel. 86 215 06 05.

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



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



e-kontakty
wydanie elektroniczne
identyczne z wydaniem
papierowym na:
kontakty-tygodnik.com.pl

OGŁOSZENIA BEZPŁATNE MOTORYZACYJNE

Sprzedam Toyota Corolla, (2004),
trzeci właściciel od nowości,
benzyna, książka serwisowa,
cena 11 000 zł do negocjacji,
tel. 783 - 574 - 378

(o/b)

Sprzedam Kia Sportage, (2010),
2.0 cdi, bogate wyposażenie,
diesel, 136 KM, przebieg
360 000 km, cena 31 000 zł do
negocjacji, tel. 516 - 550 - 307

(o/b)

Sprzedam Volvo V70, benzyna,
stan bardzo dobry, cena 14 000 zł
do uzgodnienia,
tel. 503 - 862 - 612

(o/b)

Sprzedam Volvo V70 XC, napęd
4x4, cena 28 000 zł do
uzgodnienia, tel. 503 - 862 - 612

(o/b)

Sprzedam Seat Leon, (2007), auto
sprawne, użytkowane przez
kobietę, ubezpieczenie i przegląd
do 06.2023 r., diesel,
cena 16 000 zł do negocjacji,
tel. 693 - 976 - 235

(o/b)

Sprzedam Audi A3 8P, (2009),
1.6 TDI, diesel, stan techniczny
i wizualny bardzo dobry,
klimatyzacja, tempomat,
cena 24 300 zł do negocjacji,
tel. 506 - 065 - 736

(o/b)

Sprzedam Daewoo Lanos, (1999),
benzyna, przegląd i OC do
kwietnia, przebieg 164 000 km,
cena 2 000 zł, tel. 797 - 686 - 734

(o/b)

Sprzedam Toyota Camry, (2007),
auto w bardzo dobrym stanie,
garażowane, benzyna, bez korozji,
cena 30 500 zł, tel. 791 - 408 - 515

(o/b)

Sprzedam Volvo S80, (2001),
2.0 benzyna, auto sprawne, opłaty
do końca czerwca, cena 5 700 zł
do negocjacji, tel. 726 - 075 - 198

(o/b)

Sprzedam Citroen C5, (2008),
w posiadaniu od 2018 r.,
diesel, w listopadzie 2022 r.
wymienione tylne tarcze i klocki,
cena 18 000 zł do negocjacji,
tel. 512 - 612 - 379

(o/b)

Sprzedam Volvo S60, (2007),
2.4 benzyna + gaz, auto w ciągłej
eksploatacji, stan techniczny
dobry, wizualnie do poprawek,
cena 18 500 zł do negocjacji,
tel. 508 - 358 - 993

(o/b)

Sprzedam Opel Corsa C, (2001),
auto w bardzo dobrym stanie
technicznym, wymieniony
rozrząd, nowa chłodnica,
benzyna, cena 4 000 zł,
tel. 602 - 753 - 916

(o/b)

Sprzedam Volkswaen Golf, (1999),
1.9 TDI, stan dobry, w pełni
sprawny, nowe opony zimowe,
komplet opon letnich, nowe
ubezpieczenie i przegląd,
cena 2 900 zł, tel. 506 - 044 - 194

(o/b)

Sprzedam Ford C-Max, (2012),
2.0 diesel, auto sprawne, zadbane,
bez wkładu finansowego, opłaty do
02.2024 r., cena 34 500 zł do
negocjacji, tel. 669 - 042 - 893

(o/b)

Sprzedam Skoda Fabia, (2006),
benzyna, przebieg 192 000 km,
hak, cena 8 500 zł do negocjacji,
tel. 604 - 535 - 476

(o/b)

Sprzedam Renault Scenic, (2003),
auto sprawne, użytkowane na co
dzień, klimatyzacja, zmienione oleje
i filtry, brak korozji, cena 4 900 zł,
tel. 668 - 421 - 935

(o/b)

Sprzedam Ford C-Max, (2005),
diesel, drugi właściciel od nowości,
stan bardzo dobry, 2 komplety kół,
cena 10 900 zł, tel. 503 - 150 - 064

(o/b)

Sprzedam Citroen C5, (2002),
2.0 hdi, diesel, 80 KM, przebieg
261 500 km, cena 4 700 zł do
negocjacji, tel. 788 - 704 - 008

(o/b)

Sprzedam Volkswagen Polo,
(2003), auto sprowadzone
z Niemiec, opłacone, gotowe do
rejestracji, cena 7 900 zł do
negocjacji, tel. 506 - 546 - 584

(o/b)

Sprzedam Volkswagen Passat B5,
(1998), 1.9 tdi, 110 KM,
klimatyzacja, szyberdach,
cena 5 500 zł, tel. 606 - 518 - 073

(o/b)

Sprzedam Opel Insignia, (2009),
1.8 benzyna, auto w dobrym stanie,
zadbane, na ładnych felgach,
cena 21 000 zł, tel. 519 - 321 - 118

(o/b)

Sprzedam Opel Astra J, (2010),
1.7 cdti, 125 KM, przebieg
272 000 km, diesel, auto po
wymianie dwumasy, skrzyni
biegów, sprzęgła, cena 17 000 zł
do negocjacji, tel. 574 - 165 - 299

(o/b)

Sprzedam Toyota Yaris, (2011),
auto w bardzo dobrym stanie, nie
wymaga wkładu, benzyna, przebieg
266 000 km, cena 15 000 zł do
negocjacji, tel. 503 - 660 - 403

(o/b)

Sprzedam Kia Optima, (2015),
2.0 hybryda, przebieg 115 000 km,
skórzana tapicerka, cena 58 900 zł,
tel. 513 - 161 - 332

(o/b)

Sprzedam Renault Twingo, (2003),
benzyna, 75 KM, przebieg
191 000 km, auto sprowadzone
z Niemiec, po opłatach,
cena 6 900 zł, tel. 504 - 725 - 521

(o/b)

Sprzedam Volkswagen Golf V,
(2005), 2.0 FSI, auto bardzo
zadbane, bez oznak korozji,
sprawne mechanicznie, wersja
poliftowa, cena 11 900 zł do
negocjacji, tel. 514 - 382 - 655

(o/b)

Sprzedam Fiat Bravo II, (2010),
1.4 benzyna + gaz, 90 KM,
przeгляд i ubezpieczenie ważne,
elektryczne lusterka i przednie
szyby, cena 13 900 zł do
negocjacji, tel. 884 - 984 - 958

(o/b)

Sprzedam Toyota Corolla,
(2008), diesel, auto zadbane,
bezwypadkowe, garażowane,
klimatyzacja, elektryczne szyby,
hak, cena 17 000 zł,
tel. 693 - 344 - 102

(o/b)

Sprzedam Opel Antara, (2008),
diesel, auto w idealnym stanie,
radio, klimatyzacja, wspomaganie,
cena 26 000 zł, tel. 501 - 173 - 775

(o/b)

Sprzedam Mini One, (2001),
1.6 benzyna, auto sprawne
technicznie, drugi właściciel,
klimatyzacja, elektryczne szyby
i lusterka, cena 10 800 zł do
negocjacji, tel. 698 - 914 - 690

(o/b)

KUPON BEZPŁATNE OGŁOSZENIE DLA
ZMOTORYZOWANYCH

Treść ogłoszenia do 15 słów:

Warunkiem ukazania się ogłoszenia jest podanie
ceny pojazdu!

Imię i nazwisko ogłaszającego:

Adres:

Tel.:

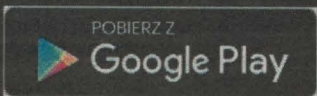
Oświadczam, że zamieszczam ogłoszenie jako osoba fizyczna niepro-
wadząca handlowej działalności motoryzacyjnej.

Czytelny podpis:

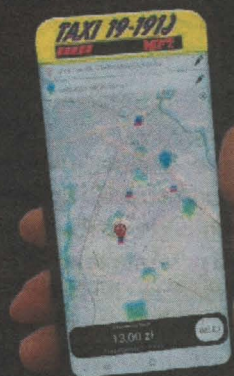
Kupon wysyłamy na adres: **Kontakty, Al. Legionów 7, 18-400 Łomża**

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

Pobierz aplikację mobilną



Najlepsza aplikacja w miesiące



OGŁOSZENIA BEZPŁATNE ROLNICZE

Sprzedam rozrzutnik obornika, 4 tony, stan bardzo dobry, garażowany, cena 5 300 zł do negocjacji, tel. 518 – 634 – 210

(o/b)

Sprzedam gniotownik do zboża, sprawny, kompletny, sprowadzony ze Szwecji, cena 4 900 zł do negocjacji, tel. 515 – 660 – 762

(o/b)

Sprzedam kombajn zbożowy Fahr, woryginalne, cena 15 000 zł do uzgodnienia, tel. 503 – 862 – 612

(o/b)

Sprzedam przyczepę 4, sztywna, cena 5 000 zł do uzgodnienia, tel. 503 – 862 – 612

(o/b)

Sprzedam przyczepę do bel, 1-osiowa, cena 4 000 zł do uzgodnienia, tel. 503 – 862 – 612

(o/b)

Sprzedam blok do ciągnika C-330, cena 2 500 zł do uzgodnienia, tel. 503 – 862 – 612

(o/b)

Sprzedam bronę talerzową, szerokość 3 m, jak nowa, wał rurowy, cena 21 000 zł do negocjacji, tel. 516 – 550 – 307

(o/b)

Sprzedam prasę John Deere, kosztująca, sprawna, cena 2 500 zł do negocjacji, tel. 722 – 285 – 461

(o/b)

Sprzedam pług Kverneland AB 100, (2013), pracował w małym gospodarstwie, cena 22 500 zł, tel. 505 – 273 – 301

(o/b)

Sprzedam prasę belującą Metal Fach, (2006), pierwszy właściciel, owijanie sznurkiem, stan bardzo dobry, garażowana, cena 19 500 zł do negocjacji, tel. 502 – 426 – 360

(o/b)

Sprzedam opryskiwacz, 400 litrów, od nowości w gospodarstwie, cena 1 700 zł do negocjacji, tel. 504 – 767 – 229

(o/b)

Sprzedam prasę belującą John Deere 578, szeroki podbieracz, szerokie ogumienie, centralne smarowanie, owijanie siatką, rotor, cena 38 500 zł, tel. 796 – 530 – 023

(o/b)

Sprzedam bronę, ciężka, 5 m, hydraulicznie składana, stan bardzo dobry, cena 4 300 zł, tel. 600 – 515 – 781

(o/b)

Sprzedam rozsiewacz do nawozów Amazone, pojemność 600 litrów, w dobrym stanie, sprawny, cały czas użytkowany, cena 2 800 zł, tel. 695 – 413 – 133

(o/b)

Sprzedam siewnik do kukurydzy Meprozet, (2009), w dobrym stanie, garażowany, cena 7 800 zł, tel. 798 – 634 – 097

(o/b)

Sprzedam zgrabiarkę Claas Liner 780, 2-karuzelowa, sprawna technicznie, woryginalne, regulacja szerokości grabienia, cena 24 000 zł, tel. 609 – 372 – 586

(o/b)

Sprzedam opryskiwacz Tecnoma, pojemność 2 400 litrów, sterowanie z ciągnika, cena 20 900 zł, tel. 791 – 773 – 075

(o/b)

Sprzedam rozsiewacz nawozów Amazone ZA-F 1004, wszystko sprawne, w ciągłej eksploatacji, cena 4 200 zł do negocjacji, tel. 693 – 644 – 636

(o/b)

Sprzedam siewnik, 4 m, sprowadzony z Danii, w idealnym stanie, gotowy do pracy, cena 19 000 zł, tel. 608 – 885 – 560

(o/b)

Sprzedam zgrabiarkę Pottinger, stan bardzo dobry, gotowa do użytku, cena 27 900 zł, tel. 515 – 588 – 021

(o/b)

Sprzedam brony, ciężkie, szerokość 5 m, cena 3 800 zł do negocjacji, tel. 574 – 003 – 643

(o/b)

Sprzedam zgrabiarkę Deutz Fahr 4321, w bardzo dobrym stanie, wałek ze sprzęgłem w komplecie, cena 14 900 zł, tel. 502 – 360 – 378

(o/b)

Sprzedam kosiarkę czołową Krone Easy Cut 32P, szerokość robocza 3,20 m, cena 22 500 zł, tel. 509 – 628 – 118

(o/b)

Sprzedam zgrabiarkę Lely Hibiscus, od nowości w gospodarstwie, cena 16 500 zł do negocjacji, tel. 518 – 495 – 054

(o/b)

Sprzedam prasę belującą Sipma Farma, w dobrym oryginalnym stanie, pracowała na małym gospodarstwie, cena 15 500 zł, tel. 537 – 641 – 840

(o/b)

Sprzedam siewnik zbożowy Poznaniak, 2,70 m, stan dobry, wszystko sprawne, cena 2 500 zł, tel. 694 – 678 – 638

(o/b)

Sprzedam siewnik do kukurydzy 4-rzędowy Meprozet, stan bardzo dobry, wszystko sprawne, mało używany, garażowany, cena 7 900 zł, tel. 694 – 678 – 638

(o/b)

Sprzedam rozrzutnik 1-osiowy Czarna Białostocka, 4 tony, oryginał, użytkowany we własnym gospodarstwie, cena 6 500 zł, tel. 572 – 018 – 159

(o/b)

Sprzedam przewracarkę Krone, 4-gwiazdowa, stan idealny, gotowa do pracy, cena 14 500 zł, tel. 696 – 547 – 845

(o/b)

Sprzedam siewnik do zboża Amazone D-7, stan bardzo dobry, cena 10 500 zł, tel. 501 – 262 – 318

(o/b)

Sprzedam prasoowijkę Welger Lely RP 220, (2004), cała woryginalne, w pełni sprawna, rotor, centralne smarowanie, cena 68 000 zł do negocjacji, tel. 783 – 192 – 775

(o/b)

Sprzedam zbiornik do mleka, cena 7 200 zł do negocjacji, tel. 505 – 273 – 301

(o/b)

Sprzedam siewnik do kukurydzy, znaczniki hydrauliczne, mało używany, stan idealny, cena 9 500 zł, tel. 512 – 877 – 767

(o/b)

Sprzedam bronę talerzową, (2003), szerokość robocza 2,50 m, sprawna, nieuszkodzona, cena 4 800 zł, tel. 668 – 603 – 826

(o/b)

Sprzedam kombajn Fahr M-88, sprawny, kosił do końca, od 30 lat w jednych rękach, cena 7 900 zł, tel. 501 – 134 – 047

(o/b)

Sprzedam owijkę Sipma Z-274, folia 500, cena 4 100 zł do negocjacji, tel. 721 – 863 – 962

(o/b)

Sprzedam opryskiwacz Pilmet zawieszany, połowy, 400 litrów, cena 1 600 zł do negocjacji, tel. 511 – 090 – 205

(o/b)

Sprzedam ładowacz do bel, w bardzo dobrym stanie, cena 2 700 zł, tel. 884 – 959 – 040

(o/b)

Sprzedam wycinak do kukurydzy Pronar, stan bardzo dobry, cena 10 000 zł, tel. 513 – 658 – 274

(o/b)

Sprzedam chwytnik do bel, duży, masywny, cena 3 150 zł, tel. 516 – 327 – 970

(o/b)

Sprzedam przewracarkę do trawy, siana, 5-gwiazdowa, stan idealny, zero luzów, cena 8 500 zł, tel. 790 – 294 – 922

(o/b)

Sprzedam talerzówkę Bomet, 2,10 m, stan bardzo dobry, od nowości w gospodarstwie, mało używana, cena 5 200 zł do negocjacji, tel. 508 – 952 – 611

(o/b)

Sprzedam rozsiewacz Amazone, sprowadzony z Niemiec, stan techniczny bardzo dobry, cena 15 000 zł do negocjacji, tel. 509 – 130 – 680

(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.



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



Zatrzymaj wyjątkowe chwile na dłużej!

Podaruj komuś bliskiemu fotoalbum
z wspaniałymi wspomnieniami.

Możesz też stworzyć sobie pamiątkę na lata.





Recytatorzy i komisja oceniająca (ostatni rząd od lewej): Anna Wojsław, prowadzący konkurs Andrzej Szabelski, Barbara Paszkowska, Ewa Borusiewicz i Janusz Siemion

Dominika Ornowska z Niedźwiadnej zdobyła Grand Prix w 41 Konkursie Recytatorskim Misia Wierszownisia, zorganizowanym przez Bibliotekę Centrum Kultury w Szczuczynie.

W konkursie wystąpiło 22 dzieci z Niedźwiadnej i Szczuczyna. Lena Marcinkiewicz

wyrecytowała pierwszą nagrodę wśród przedszkolaków (3 – 6 lat), drugą Maja Karwowska, a trzecią Ania Bagińska. Laureatki są ze Szczuczyna. W grupie starszej (7-10 lat) pierwsze miejsce jury przyznało Joasi Krępczyńskiej, drugie miejsce Dawidowi Mi-

lewskiemu (oboje ze Szczuczyna), a trzecie Oliwii Gryczan z Niedźwiadnej. Komisja oceniająca zdecydowała, że Joanna Krępczyńska będzie reprezentowała Szczuczyn na III Wojewódzkim Przeglądzie Amatorskiej Twórczości Teatralnej.

Świeży oddech a alternatywy nikotynowe

W ostatnich latach wzrosło zainteresowanie alternatywami dla tradycyjnych papierosów, na co zapewne wpływ mają kampanie edukacyjne wskazujące korzyści dla organizmu, jakie przynosi rozstanie się z tą najbardziej szkodliwą wersją przyjmowania nikotyny. Jednak prócz najważniejszych – zdrowotnych skutków decyzji o przerwaniu się na nikotynowe alternatywy, warto pamiętać o tych, które wpływają na nasz komfort i mają znaczenie kosmetyczne.

Do tych alternatyw zaliczamy saszetki nikotynowe, podgrzewacze tytoniu i e-papierosy. Jak podają opracowania naukowe[1], kiedy palacze przechodzą na wyłączne używanie e-papierosów, poziom biomarkerów związanych z narażeniem na tytoń, takich jak tlenek węgla, benzen i akroleina, obniża do poziomów porównywalnych z byłymi palaczami.

W jamie ustnej palenie papierosów może skutkować zapaleniem dziąseł, zapaleniem przyzębia, przebarwieniem zębów i nieprzyjemnym zapachem oddechu. Dzieje się tak, ponieważ podczas spalania tytoniu w papierosie uwalnianych jest ponad 7000 substancji chemicznych, w tym wiele znanych substancji toksycznych i gazów lotnych[2]. Uważa się, że wdychanie dymu papierosowego wiąże się z utrzymującym się w ustach nieprzyjemnym zapachem oddechu, przy czym zapach ten może być również przypisany gazom produkowanym przez bakterie jamy ustnej.

Z kolei e-liquidy używane w papierosach elektronicznych zazwyczaj nie zawierają tytoniu, dlatego ich podgrzewanie w e-papierosach powoduje powsta-

wanie aerozoli zawierających znacznie mniej związków niż te wytwarzane przez papierosy[3]. Wniosek natury estetyczno-kosmetycznej nasuwa się sam.

Doświadczenie, które zostało przeprowadzone w ubiegłym roku zakładało zbadanie pod tym kątem 33 zdrowych ochotników podzielonych na 3 grupy. Posłużono się zmodyfikowaną metodą, stosowaną do oceny produktów do... pielęgnacji jamy ustnej. Wszystko po to, by ocenić oddech użytkowników e-papierosów, użytkowników papierosów tradycyjnych i niepalących.

Jak wskazano w konkluzji tego badania, używanie papierosów i e-papierosów powoduje powstawanie oddechu o istotnych różnicach w aromacie i nietrudno zgadnąć, że mogą istnieć korzyści kosmetyczne dla palaczy, którzy rzucają palenie lub przechodzą na wyłączne używanie e-papierosa. Jak podkreślono, konieczne są dalsze badania, aby zrozumieć wpływ używania e-papierosów na jamę ustną i zweryfikować opinię, czy przejście na wyłączne używanie e-papierosów spowoduje długoterminową poprawę zapachu oddechu. Osoby rozważające taką możliwość powinny jednak zwracać uwagę na



to, czy sięgają po produkty certyfikowane, posiadające odpowiednie atesty i poddawane regularnym badaniom, zarówno jeśli chodzi o urządzenia, jak i liquidy. Na rynku jest dostępnych wiele produktów tej kategorii, działających w systemach zamkniętych, z gotowymi wymiennymi kartridżami, jak na przykład Vuse ePod, w systemach otwartych, gdy użytkownik samodzielnie napełnia zbiornik na liquid, a od niedawna na rynku są także produkty jednorazowe.

[1] Dalrymple A., Pilot study to determine differences in breath odour between cigarette and e-cigarette consumers, Scientific Reports, Springer Nature Feb 9, 2022.

[2] Perfetti, T. A. & Rodgman, A. The Chemical Components of Tobacco and Tobacco Smoke 2nd edn., CRC Press, 2013.

[3] Tayyarah, R. & Long, G. A. Comparison of select analytes in aerosol from e-cigarettes with smoke from conventional cigarettes and with ambient air. Regul. Toxicol. Pharmacol. 70, 704-710 (2014).

Widzisz leżącego? Dzwoń!

Tylko telefon na policję, że na chodniku ul. Dwornej w Łomży leży człowiek i szybka reakcja policji uratowała mieszkańcowi (35 lat) miasta życie! Okazało się, że z powodu niedocukrzenia (hipoglikemii). Po sprawdzeniu pulsu, policjanci przenieśli go do radiowozu, wezwali karetkę pogotowia i podali mu słodki napój. Po tym kontakt z chorym z każdą minutą był i coraz lepszy. Po chwili zaopiekowali się nim ratownicy medyczni. „Jeden telefon może uratować komuś życie”, przypomina oficer prasowa łomżyńskiej policji Justyna Janowska i nie są to puste słowa. Nawet, gdy widzimy, że leżący jest pijany, wezwijmy pomoc, ponieważ mógł upaść i doznać obrażeń głowy.

Zamiast pieniędzy miał nóż!

Wszedł do sklepu w Szczuczynie, wziął alkohol, zamiast pieniędzy pokazał sprzedawcy nóż i wyszedł. Pół godziny później szczuczynska policja znalazła go na strychu domu znajomego. To mieszkaniec (42 lata) miasta. Albo zdążył już wypić to, co ukradł, albo kradł pijany. Nie będzie to na pewno okoliczność łagodząca, gdy stanie przed sądem.

„Panelowe” papierosy

480 tysięcy paczek papierosów znaleźli celnicy w ciężarówce w Budzisku przy granicy z Litwą. Prześwietlenie przyczepy skanem rtg i sprawdzenie jej przez policyjnego psa, wyszkolonego do wykrywania wyrobów tytoniowych wykazało, że za dwiema paletami z deklarowanym ładunkiem paneli podłogowych ukryte były papierosy wartości 7,2 mln zł. Sąd aresztował kierowcę na trzy miesiące.

Wpadła „wnuczka”

Policja zatrzymała parę z Warszawy, która pomogła oszukać troje starszych mieszkańców naszego województwa na co najmniej 155 tys. zł. Schemat działania przestępców za każdym razem był podobny. Dzwoń do seniorów, podając się za policjanta lub adwokata i informowali, że bliska osoba spowodowała wypadek i potrzebne są pieniądze na kaucję. Co zdumiewające, „odbierakiem” pieniędzy, była dwunastoletnia dziewczyna. Zatrzymany warszawiak (55 lat) pełnił rolę kierowcy.



3000 litrów bimbru była w stanie produkować w tydzień ta leśna bimbrownia pod wsią Żednia (gm. Michałowo). Funkcjonariusze celno-skarbowi znaleźli 5 600 litrów zacieru, z którego bimbrownicy mogli wyprodukować ponad 500 litrów „ducha puszczy”. Zarekwirowali linię technologiczną, składającą się z dwóch kotłów, dwóch kolumn destylacyjnych oraz sześciu kadzi, mogących pomieścić 6000 litrów zacieru. Bimbrownia miała własną studnię głębinową. Wylegitymowali dwóch mężczyzn, zatrzymanych w lesie w pobliżu bimbrowni. Ich ewentualna rola jest ustalana. Na zdjęciu: kadzie oraz kolumny destylacyjne. Fot. KAS

Nie pokonała zakrętu na drodze Łomża – Kolno i zatrzymała się na płocie w Borkowie (gm. Kolno), jadąc tym autem kobieta (35 lat), ponieważ pokonała ją ponad 1 prom. alkoholu, którym wcześniej się uraczyła. Miała szczęście, bo poza tym, że straciła prawo jazdy, dowód rejestracyjny, odpowie za spowodowanie kolizji drogowej i stanie przed sądem, nic jej się nie stało. A za jazdę po pijanemu grozi teraz do dwóch lat więzienia. Fot. KPP



Kradzież samochodu „na kartkę”

Wśród wielu złodziejskich sposobów kradzieży samochodów lub przedmiotów z nich, dość częsta ostatnio jest, zwłaszcza w miastach, kradzież „na kartkę”. Jest genialna w swojej prostocie. Wyobraźcie sobie taką sytuację: wsiadacie do samochodu na parking, uruchamiacie silnik i zamierzacie wyjechać. Oglądacie się do tyłu i widzicie na tylnej szybie kartkę. Trudno stwierdzić, co to, ale ogranicza widoczność i będzie irytować w czasie jazdy. Wychodzicie więc z samochodu, aby pozbyć się kartki. I w tym momencie do akcji wkracza złodziej. Nie ma wiele czasu, ale może zdążyć ukraść z auta pozostawiony w nim telefon, torebkę, plecak albo laptopa. Jeżeli przed próbą zdjęcia kartki z tylnej szyby nie wyłączyliście samochodu i nie wyjęliście kluczyków



ze stacyjki, złodziej wskoczy za kierowcą, zablokuje drzwi i odjedzie!

Dlatego też, jeśli zauważycie na szybie tylnej kartkę (albo cokolwiek innego, nietypowego, co skłania do wyjścia na moment z samochodu), nie wysiadajcie. Zaryglujcie zamki i odjedźcie. Warto po drodze zerkać, czy jakiś pojazd nie wyjechał za wami

z parkingu. Kiedy nikogo takiego nie zauważycie, zatrzymajcie się na stacji benzynowej lub innym miejscu, gdzie są ludzie oraz, co ważne, monitoring. Dopiero tam wysiądźcie z auta (gasząc je wcześniej) i zdejmijcie kartkę z szyby. Najlepiej zamknąć auto, jeśli chce się odejść, żeby wyrzucić ją do kosza na śmieci. Fot. pixels

Poradnia psychologa

Podoba mi się starszy chłopak



Spodobał mi się jeden chłopak z bloku obok. Ma 16 lat (ja mam 12) i wysłałam do niego dwa listy. Ale mi nie odpowiedział. A na pewno dostał te listy, bo jego kolega mi o tym powiedział. Co ja mam teraz zrobić?

Julka

Myszę, że najlepszym wyjściem jest napisanie jeszcze jednego listu, w którym powiesz mu, że czekasz na jego odpowiedź. Jesteś od niego 4 lata młodsza i być może chłopak, który Ci się spodobał, nie traktuje Twoich listów poważnie i myśli, że to wygłupy. Może

też nie jest zainteresowany nawiązaniem z Tobą przyjaźni. Te dwa listy, które pozostawił bez odpowiedzi właśnie coś takiego mogą oznaczać. Dopóki jednak nie dowiesz się tego na pewno, możesz się jedynie domyślać powodu, dla którego nie dostałaś odpowiedzi. Na marginesie: gratuluję Ci odwagi i zdumiony jestem, że taka młoda dziewczyna czyta gazety i potrafi wykorzystać dla własnej korzyści informacje w nich zawarte.

DR MARCIN FLORKOWSKI
psycholog



Fot. pixabay

Pytanie intymne

Koleżanki opowiadają o internetowych randkach i stosunkach „przez kamerkę”. Sama tego nigdy nie robiłam, bo lubię, jak chłopiec trzyma mnie za rękę, odgarnia moje włosy, gdy czuję jego zapach i oddech. Dlatego dla mnie seks przez internet nie jest normalny. Tak powiedziałam i się im naraziłam. Nie mam racji?

Paulina

Absolutnie masz rację. Młodzi, ale nie tylko, prześciga się w pomysłach, jak można wykorzystać internet. Rodzeniu się najśmielszych pomysłów sprzyja fakt, że osoba, z którą się rozmawia, flirtuje, jest jednym wielkim anonimem. Mówi o sobie, co chce, oczywiście przedstawia siebie w jak najlepszym świetle. Rozmówca wierzy, bo chce, bo

sam też udaje kogoś innego. Zdradza swoje najśmielsze pomysły, czasami wyrafinowane i dziwne. Podnieca śmiała rozmowa i rozbudzona wyobrażenia. Takie kontakty mają więcej wspólnego z onanizmem, niż z seksem.

Badania wykazały, że największą grupą, uprawiającą seks z wirtualnymi kochankami, są sfrustrowani mężczyźni i sfrustrowane kobiety w średnim wieku. Drugą co do wielkości grupą są zakompleksieni młodzi mężczyźni i zakompleksione dziewczyny, nie potrafiące poradzić sobie z nieśmiałością w kontaktach. Niebezpieczne jest to, że wielu uzależnia się od seksu w sieci. Ale to ty masz rację: normalnie jest właśnie, gdy można się przytulić, potrzymać za rękę, pocałować, czuć...

Lekarz domowy

Czasami drętwięją mi ręce i nogi. To nie boli, ale jednak przeszkadza. Czy to nic poważnego?

Andrzej

Człowiek czuje się dobrze, gdy nic mu nie dolega. Także drętwienie nóg i rąk. Gdy zdrętwieje ręka albo noga z powodu długiej niewygodnej pozycji, można to zbagatelizować. Ale powtarzające się drętwienie może być objawem różnych chorób. Drętwienie rąk występuje przy problemach z odcinkiem szyjnym kręgosłupa, a drętwienie nogi przy kłopotach z odcinkiem lędźwiowym lub krzyżowym. Występu-

je także przy przeciążeniu kręgosłupa. Wiele chorób, objawiających się drętwieniem kończyn ma podłoże neurologiczne.

Nogi drętwieją też z powodu niedoborów witamin i minerałów, zwykle magnezu, wapnia. Wtedy także pojawiają się drżenia mięśni i bolesne skurcze. Aby stwierdzić, co nam naprawdę dolega, potrzebna jest diagnoza, czyli trzeba skontaktować się z lekarzem w pierwszym rzędzie powinien skierować na badania krwi, by potwierdzić lub wykluczyć wymienione niedobory. Na tej podstawie postawić diagnozę.

Pod paragrafem

Siostra otrzymała gospodarstwo od rodziców za dożywocie. Jeżeli rodzice trafią do domu opieki, to za ich utrzymanie będą musiały zapłacić ich wszystkie dzieci, czy tylko obdarowana córka?

Ela

Umowa o dożywocie zawierana jest w formie akt notarialnego, reguluje ją Kodeks Cywilny. Właściciel (w tym wypadku rodzice) gospodarstwa przenieśli swoją własność (przekazali swoje gospodarstwo) na córkę na podstawie umo-

wy dożywocia. Znaczy to, że córka zobowiązana jest zapewnić im dożywotnie mieszkanie, wyżywienie, ubranie, prąd, opał, w chorobie dać odpowiednią pomoc i pielęgnację, a w wypadku śmierci sprawić za własne pieniądze pogrzeb, odpowiadający miejscowym zwyczajom. Jeśli umowa o dożywociu przewiduje możliwość oddania rodziców do domu opieki (nie jest wymagane osobiste wykonywanie umowy dożywocia), to koszty z tym związane ponosi wyłącznie siostra, bo na niej ciąży obowiązek dożywocia.



Przysmak podlaski

Galaretki wieprzowe

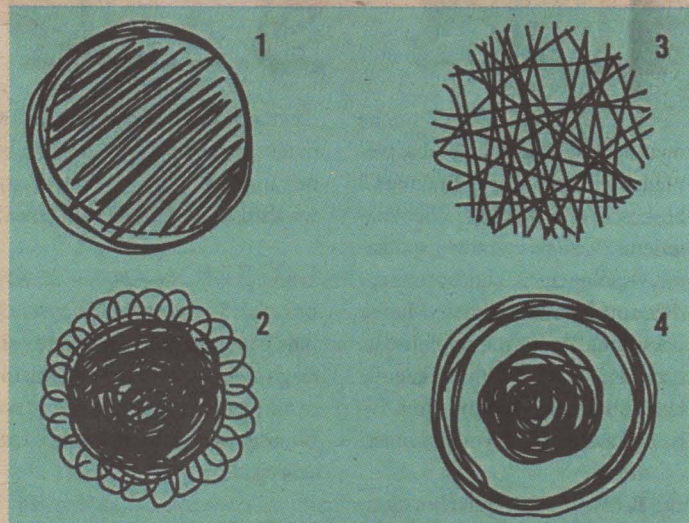
Składniki:

- 4 nóżki wieprzowe
- 2 golonki wieprzowe
- 3 marchewki
- 1 cebula
- 1 pietruszka
- 4 ząbki czosnku
- 3 łyżki żelatyny
- 5 ziarenek ziela angielskiego
- 5 liści laurowych
- 5 ziarenek pieprzu
- sól gruboziarnista

Mięso umyj pod bieżącą wodą, oczyść i włóż do dużego garnka. Wlej wodę, aby zakryć golonki i nóżki. Wrzuć liście laurowe, ziele angielskie, sól gruboziarnistą i pieprz w ziarenkach. Czo-

snek obierz, przeciśnij przez praskę, dodaj do garnka. Gotuj całość około godziny. Obierz marchewki, pietruszkę i cebulę. Dodaj do gotującego się mięsa. Zmniejsz temperaturę na małą i gotuj, aż warzywa będą miękkie. Jeśli warzywa są miękkie, a mięso odchodzi od kości, wywar jest gotowy. Jeśli jeszcze nóżki i golonka nie są miękkie, wyłóż łyżką cedzakową same warzywa. Dogotuj mięso, wyjmij z garnka i przecedź wywar. Ponownie go zagotuj i zostaw. Mięso pokrój na drobniejsze kawałki, a warzywa w kostkę. Żelatynę wysyp do szklanki i zalej odrobiną zimnej wody. Pomieszaj. Dodaj do wywaru i dokładnie zamieszaj ponownie. Mięso z warzywami przełóż do salatek, misek lub szklanek. Zalej wywarem z żelatyną. Całość odstaw do całkowitego wystygnięcia, a potem przełóż do lodówki. Galaretki muszą stężeć.

Twoja przeszłość i przyszłość



Austriacki neurolog i psychiatra, twórca psychoanalizy Sigmund Freud uważał, że przeżycia z dzieciństwa mają wpływ na całe nasze życie. Pewne wydarzenia nas „naznaczają” i choć nie zawsze zdajemy sobie z tego sprawy, oddziałują na nasz sposób postrzegania świata i jakość relacji społecznych. Do takich wydarzeń, gdzie głęboko zakorzenionych, może pomóc dotrzeć poniższy psychotest. Widzimy cztery pozornie nic nieznaczące obrazki. Który jako pierwszy przyciągnął twoją uwagę? Nie zastanawiaj się, wskaż intuicyjnie i sprawdź, co oznacza twój wybór.

1. Jeśli wybierasz obrazek numer 1, może to oznaczać, że w przeszłości doświadczyłaś/teś odrzucenia ze strony tych, którzy byli dla ciebie najważniejsi, na których ci zależało. Bardzo cię to zabolowało i tkwi w tobie do dziś. Masz przez to trudności w komunikowaniu się z innymi, zaufanie nie przychodzi ci łatwo. Obawiasz się porażki, zranienia. Twoja samoocena jest niska. Każde słowo bierziesz bardzo do siebie.

Twoim wielkim wyzwaniem jest zrozumienie, że twoje życie zależy od ciebie. To, jak widzisz siebie, jest o wiele ważniejsze od tego, jak widzą ci inni. Musisz na nowo zbudować ze sobą relację pełną zaufania. Pomoże ci to zbudować także zdrowe relacje z innym

2. Jeśli wybierasz obrazek numer 2, może to oznaczać, że słowem kluczem dla ciebie jest zdrada. Ktoś musiał mocno zawieść twoje zaufanie. To mogli być rodzice, przyjaciele. Na pewno ktoś ci bliski. Jesteś przez to dziś osobą, która czuje, że nie można nikomu ufać. Nawet jeśli jesteś bardziej towarzyską/ki, nigdy w pełni się nie otwierasz, jest w tobie chłód.

Trzeba przyjąć, że ludzie mogą nas czasami skrzywdzić, ale nie każdy jest zły. Zamykanie się na

relacje z innymi nie prowadzi do niczego dobrego. Każdy potrzebuje drugiego człowieka. Pozwól ludziom się do siebie zbliżyć, a będzie ci z tym lepiej.

3. Jeśli wybierasz obrazek numer 3, może to oznaczać, że w przeszłości dotknęło cię upokorzenie. Być może nadmierna krytyka przez rodziców lub rówieśników. Dziś potrzebujesz aprobaty innych. Starasz się dać z siebie wszystko, ale nie dla siebie, tylko dla innych. By cię lubili, by cię akceptowali. Nie wierzysz w swoje możliwości, nie dostrzegasz swoich zalet. A niczego ci nie brakuje.

Nie podążaj za tym, co wydaje ci się, że jest od ciebie oczekiwane, bo nigdy nie poczujesz swej wartości.

4. Jeśli wybierasz obrazek numer 4, może oznaczać to, że odczuwaś lęk przed porzuceniem i samotnością. Może w dzieciństwie brakowało ci obecności rodziców, może poniosłaś/teś wielką stratę jako dziecko. Jesteś osobą bardzo towarzyską, masz przyjaciół, ale i tak w głębi gnębi cię możliwość samotności.

Przyjmij, że ludzie przychodzą i odchodzą z naszego życia, ale jeśli jesteśmy autentycznymi, troskliwymi i dobrymi ludźmi, nigdy nie będziemy sami.



Niedobrze, gdy wybrani zaczynają się czuć jak wybrańcy.

Przychodzi facet do adwokata i opowiada o swoich problemach w pracy. A to kierownik głoś podnosi. A to z wypłatą się spóźnia. Obowiązków dużo i ogromna odpowiedzialność. Po wysłuchaniu adwokat mówi, żeby dał sobie spokój i poszukał innej roboty, bo szkoda zdrowia.

– Dlaczego mam odpuścić – pyta zdziwiony facet.

– Bo widzi pan, określenie „stosunek pracy” w umowie oznacza, że czasem ktoś kogoś dyma.

– Tym razem prawie go miałem, ale wyskoczył przez okno, kiedy wpadłem do sypialni. Strzeliłem z liścia żonę i pogoniłem za nim.

– Pobiegł tamtędy! – krzyknął mój sąsiad.

– Dzięki! Nałóż na siebie jakieś ciuchy, bo się przeziębisz! – odkrzyknąłem, przeskakując płot.

Facet złapał złotą rybkę.

– Puść mnie, puść, a spełnię każde twoje życzenie! – prosi rybka.

– Chcę wiedzieć, kiedy umrę?
– Tego nie mogę ci powiedzieć, ale mogę powiedzieć, co będziesz robił po śmierci.

– No dobra, co?

– Będziesz sędzią skoków narciarskich – odpowiedziała rybka.

– Ale ja nie znam zasad sędziowania skoków! – mówi facet.

– No to ucz się, ucz, bo za dwa dni sędziujesz.

Nowożeńcy. Noc poślubna. Mąż napełnia wannę wodą i zanurza w niej żonę, aż ta mało ducha nie wyzionie. I tyle, seksu nie ma. Druga noc, to samo. Żona dzwoni do swojej matki i opowiada jej o tym. Matka na to:

– Przecież wiedziałaś, że wychodzisz za wulkanizatora, to co się dziwisz? Dziury szuka.

– Kochanie, a może dzisiaj wieczorem wypróbujemy inną pozycję?

– Z przyjemnością, najdroższy... Ty staniesz przy zlewku, a ja usiądę z pilotem przed telewizorem.

Jak doprowadzić do chaosu w swojej okolicy? Poczekaj, aż zauważysz młodych, pracujących robotników drogowych. Zadzwoni na policję i powiedz, że grupa młodych chuliganów, przebranych za robotników robi dziury na ulicy z powodu zakładu.

Potem podejdź do robotników i powiedz im, że jakieś młokosy, przebrani za policjantów, z powodu zakładu będą próbowali ich aresztować. Usiądź, obserwuj i baw się!



Wszyscy chcą wiosny, ale robić nie ma komu!

Tu warto być

EKRANIZACJA BESTSELLEROWEJ POWIEŚCI

POKOLENIE
ikea



„Kontakty” polecają: warto obejrzeć

Grajewo

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

- Koncert Wiosenny Zespołu Pieśni i Tańca „Grajewianie”; piątek, 24 marca, godz. 18.00. Bilety w kasie i na stronie biletyna.pl.
- Koncert charytatywny dla chorej Nikoli Siedleckiej, w którym wystąpią: Tusylwester, Gudi, Tony Myśli, SzczYTEK, Jurekfonnia, Dlk X Ciniu, Tomasheg, Frania, Hbdy x Havsky. Koncertowi towarzyszyć będą licytacje i stoiska handlowe; sobota, 25 marca, godz. 16.00. Wstęp wolny.

Kolno

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

- Spektakl teatralny „Sklep z facetami” w wykonaniu Teatru Old Timers Garage z, między innymi, Kają Paschalską; niedziela, 26 marca, godz. 18.00. Bilety: kupbilecik.pl, biletyna.pl i przed spektaklem.

Komża

Filharmonia Kameralna (ul. Zawadzka 1, tel. 501 609 510):

- Koncert pt. „Rêverie Française” w wykonaniu orkiestry Filharmonii pod gościnną batutą Andrea Vitello (Włochy) z towarzyszeniem włoskich solistów Letizi Lazzarini (harfa) i Francesco Darmanina (klarnet); czwartek, 23 marca, godz. 18.30. Bilety na stronie interticket.pl i w kasie.

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

- Otwarcie wystawy malarstwa Moniki Sawionek w Galerii Pod Arkadami (Stary Rynek); piątek, 24 marca, godz. 18.00. Wstęp wolny.
- Spektakl młodzieżowego Teatru PerPan jest inscenizacją wierszy Baczyńskiego, Broniewskiego, Tuwima, Wierzyńskiego, Gajcego, Słonimskiego, Balińskiego, Różewicza, o tematyce wojennej. Reżyseria: Rafał Śwaczyna. Występują: Oliwia Piotrowska, Otylia Boroń, Kamila Puczel, Magda Głębocka, Kacper Żmuda, Ada Bagińska, Anna Rogińska, Justyna Borkowska, Wiktoria Mandziuk, Weronika Zawacka, Jakub Sadowski; poniedziałek, 27 marca, godz. 18.00. Bilety przed spektaklem.

Szumowo

Centrum Biblioteczno-Kulturalne (ul. sierż. pchor. Z. Przeździeckiego 2, tel. 86 476 92 94):

- „Wiosenny tryptyk muzyczny” w wykonaniu Młodzieżowej Orkiestry Dętej, Zespołu Mażorettek „Arabeska” oraz uczniów szkół w Szumowie i Srebrnej; niedziela, 26 marca, godz. 13.00. Wstęp wolny.

Zambrów

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

- 7. Otwarte Mistrzostwa w Tańcu Towarzyskim; niedziela, 26 marca, godz. 11.00. Wstęp wolny.

Repertuar kin:

- Kino „Relax” Grajewo: 26 marca – „Ant-Man i Osa: kwantomania”, godz. 15.30 i 18.00. Kino „Wrzos” Kolno: nieczynne. Kino „Wars” Wysokie Mazowieckie: 24 marca – „Wyrwa”, godz. 17.00 i „Pokolenie Ikea”, godz. 20.00; 25 marca – „Szczęście Mikołajka”, godz. 14.00 oraz „Pokolenie Ikea”, godz. 17.00 i „Wyrwa”, godz. 20.00; 26 marca – „Szczęście Mikołajka” oraz „Wyrwa”, godz. 17.00 i „Pokolenie Ikea”, godz. 20.00; 29 marca – „Pokolenie Ikea”, godz. 17.00 i „Wyrwa”, godz. 20.00; 30 marca – „Wyrwa”, godz. 17.00 i „Pokolenie Ikea”, godz. 20.00. Kino MOK Zambrów: 24 – 30 marca – „Wróżka Zębuszka”, godz. 14.30 oraz „W gorsecie”, godz. 16.30 i „Creed III”, godz. 19.00.

HOROSKOP

BARAN (21 III – 20 IV): trochę opamiętania! Nie tylko pracą, pieniędzmi człowiek żyje. Brakuje Ci bliskości, nie znajdziesz jej bez znalezienia czasu na rozmowę, spotkanie, wspólne chwile choćby przy codziennych czynnościach. Musisz dać sygnał, że to nie obojętność, oschłość są powodem oddalenia, lecz prozaiczne problemy, które Tobą zawiadnęły, ale z tym już koniec!

BYK (21 IV – 20 V): na horyzoncie przejaśnienia! Twoją wojowniczość i czasem nieprzystępność, często przynosząca kłopoty, tym razem będzie Ci pomocna. Zwłaszcza, gdy w momentach, które podpowie Ci intuicja, zachowasz elastyczność, nie łamiąc Twoich zasad.

BLIŹNIĘTA (21 V – 20 VI): co dalej? Przystań na chwilę w codziennym biegu i zastanów się, co naprawdę jest ważne. Tylko wówczas dostrzeżesz nowe szanse i możliwości, zwłaszcza w sferze uczuć.

RAK (21 VI – 22 VII): zastanów się, czy Twoje oceny kogoś, kto daje Ci dowody dużej sympatii, nie biorą się z ciągłego porównywania do wyidealizowanego partnera? Masz więcej, niż myślisz!



dawna chodzi Ci po głowie, a dojdiesz do celu! Nie znaczy to, by odsunąć na bok sprawy uczuciowe, tłamsić budzącą się namiętność.

SKORPION (24 X – 22 XI): próżność Cię ogarnia! Pomyśl jednak, czy powody, że spotykasz się ciągle z ciepłym traktowaniem, nie są już przebrzmiałe? Stać Cię na nowe, więc okaż je, zanim kogoś rozczarujesz.

STRZELEC (23 XI – 21 XII): pusto wokół Ciebie? Spójrz dookoła, czy ktoś nie czeka onieśmielony Twoimi wygórowanymi wymaganiami. A może tylko sprawiasz takie wrażenie? Zmień to, a dostrzeżesz kogoś, gotowego na związek lub choćby tylko na płomienny romans. Finansowe bujanie w obłokach może kosztować...

KOZIOROŻEC (22 XII – 20 I): Twoje nastroje zmieniają się niczym wiosenna burza: błysk radości, ciężka chmura zwątpień, słoneczne ukojenie? Wystarczy! Chwyć ukojenie! Zbliży się do Ciebie z uśmiechem i wesołością w oczach, ale gdy nadal będziesz zajmować się swoimi stanami ducha, możesz przegapić!

WODNIK (21 I – 19 II):

uświadomisz sobie czego, a właściwie kogo tak naprawdę pragniesz. Przetnie to płatanię uczuciową, wahania, da Ci wewnętrzny spokój i radość. Niewykluczone jednak, że trzeba będzie zastanowić się nad zaciśnięciem pasa, ograniczeniem swoich nadmiernych wydatków

LEW (23 VII – 22 VIII): czas zrozumieć, że istnieje także inny sposób odbioru wibracji ducha i ciała, niż Twój, a miły erotyczny gest może przynieść miły finał. Mogą się na to nałożyć oznaki odmiany w problemach materialnych.

PANNA (23 VIII – 22 IX): subtelność i takt, Twoje cechy, które czasem uznajesz za oznakę słabości, mogą pozwolić odświeżyć uczucia do Ciebie, dać impuls nowej namiętności. Odpędzi to od Ciebie melancholijne nastroje, a wówczas i w innych sprawach wróci dawny wigor.

WAGA (23 IX – 23 X): skoncentruj się nad pomysłem, który od

RYBY (20 II – 20 III): uśmiechnij się! Wywierasz coraz większe wrażenie na kimś, na kim Ci zależy! Nadchodzi chwila, że zaczniesz nadawać na tych samych falach, także erotycznych. W pracy zachowaj jednak spokój i dystans do tego, co się dzieje. Lepiej przeczekać, niż wdawać się w jałowe polemiki.

W kadrze piłkarze z Grajewa i spod Kolna!

Trener reprezentacji Polski do lat 16 Rafał Lasocki ogłosił listę zawodników powołanych na zgrupowanie oraz turniej UEFA Development, w którym biało-czerwoni zagrają w Szczecinie z Luksemburgiem (27 marca), Republiką Południową Afryki (29 marca) i w Policach z Irlandią Północną (1 kwietnia). Wśród powołanych jest Bartosz Mazurek, wychowanek grupy MOSiR Warmii Grajewa, prowadzonej przez trenera Daniela Tuzinowskiego, a potem grupy Akademii Piłkarskiej, prowadzonej przez trenera Kamila Randzio. Na konsultacje Kadry U-15 (do 15 lat) powołany został natomiast pochodzący z gminy Kolno Jakub Sielawa. Teraz obaj są zawodnikami Akademii Piłkarskiej Jagiellonii Białystok.

Piłkarskie mistrzostwa LZS

Dziewczęta z SP w Szumowie oraz chłopcy z SP w Rutkach-Kossakach zwyciężyli w Powiatowych Mistrzostwach LZS w halowej piłce nożnej rozegranych w hali sportowej Szkoły Podstawowej w Rutkach-Kossakach. W zawodach wzięło udział 95 uczniów.

Końcowe wyniki rozgrywek dziewcząt: 1. SP Szumowo, opiekun Dorota Kurpiewska; 2. SP Grądy-Woniecko, opiekun Wojciech Krasucki; 3. SP Stare Zakrzewo, opiekun Ryszard Kamiński; 4. SP Rutki-Kossaki, opiekun Grażyna Kruszewska. Końcowe wyniki rozgrywek chłopców: 1. SP Rutki-Kossaki, opiekun Alina Krupa; 2. SP Szumowo, opiekun Zbigniew Komor; 3. SP Grądy-Woniecko, opiekun Wojciech Krasucki; 4. SP Srebrna, opiekun Marek Tymiański; 5. SP Stare Zakrzewo, opiekun Ryszard Kamiński; 6. SP Osowiec, opiekun Karolina Maliszewska; 7. SP Wiśniewo, opiekun Krzysztof Morysewicz.

Strażacki „czwórbój” w Szumowie

Zawody „Sportowa czwórka strażacka 2023” odbyły się w hali sportowej Zespołu Szkół w Szumowie. Złożyły się na nią siatkówka, halowa piłka nożna, ścianka wspinaczkowa i przeciąganie linką. A oto klasyfikacja generalna: I miejsce OSP Szumowo, II miejsce OSP Łętownica, III miejsce OSP Srebrna, IV miejsce OSP Pęczratka Polska, V miejsce OSP Srebrny Borek, VI miejsce OSP Paproć Duża.

Łobodziński na podium



W 11 edycji kultowego biegu na Szczyt Rondo 1, czyli po 842 schodach na 38 piętro warszawskiego biurowca, wygrał faworyt, lider Pucharu Świata Malezyjczyk Soh Wai Ching. Drugie miejsce ze stratą 3 sekund zajęli po dość długiej przerwie w startach „po schodach” Piotr Łobodziński z Klubu Sportowego Prefbet-Sonarol. Podium uzupełnił Włoch Fabio Ruga.

Ruch Wysokie Mazowieckie pany!



Wizualizacja nowego budynku klubowego

Nowy budynek administracyjny z szatniami i salą konferencyjną, boisko ze sztuczną nawierzchnią i oświetleniem oraz nowa murawa boiska głównego tak niedługo zmieni się Stadion Miejski w Wysokiem Mazowieckiem, na którym gra Ruch. Prace już trwają i rozpoczęły się od budowy budynku. Boczne boisko ze sztuczną nawierzchnią z oświetleniem LED i wy-

posażeniem (nowe bramki, piłkochwyty i siatki), bardzo ułatwi treningi seniorom i drużynom młodzieżowym. Do teraz zespół zimą musiał jeździć na trening do Zambrowa. Główne boisko ma być pokryte trawą z rolki. Wykonawcą zadania jest Zakład Budowlany Stanisława Mączyńskiego. Całość ma być gotowa do kwietnia 2024 r.



❖ SEREK WIEJSKI ❖ Z OWOCAMI

W SAM RAZ NA
MAŁY POSIŁEK!

