

Prymus rekordzista! • Od pierwszego wejrzenia

Tygodnik Podlaski
www.kontakty-tygodnik.com.pl

KONTAKTY

32 (2122)

13 sierpnia 2023

cena: 3,50 zł (z VAT 8%)

Zielna

**Czyta wspak, mówi rymem
„z głowy” Agnieszka z Łomży**

Wierszownisia

**Walczyli i umierali
za to samo**

**Pamięć
i niepamięć**



ISSN 0208-6840 INDEKS 363286



32

Fot. pixabay

Białoruski „nalot”

Nad Polskę, pod Białowieżą, wleciały dwa białoruskie śmigłowce. Przebywały nad naszym terytorium około 10 minut. Polskie Dowództwo Operacyjne Rodzajów Sił Zbrojnych najpierw wydało komunikat, że nie doszło do naruszenia polskiej przestrzeni powietrznej. Po wielu godzinach MON przyznał, że białoruskie śmigłowce nad Polską latały. Nie miał wyjścia. To, czego nie wykryło wojsko, wykryli mieszkańcy okolic Białowieży, którzy alarmowali o śmigłowcach z białoruskimi oznaczeniami, robili zdjęcia intruzom i pokazywali fotografie w internecie.

„Jechałam rowerem w stronę miejscowości Narewka. Przez parę minut jeden z nich jakby mnie prowadził. Był bardzo nisko, gdyby nie liście na drzewach, mogłabym nawiązać kontakt wzrokowy z pilotem”, mówiła Katarzyna, której dom stoi w bliskim sąsiedztwie granicy.

Minister obrony kłamie!

– Rozwijamy Wojsko Polskie w odróżnieniu od szefa PO Donalda Tuska, który likwidował jednostki wojskowe – mówił w sobotę 5 sierpnia w Siedlcach minister obrony narodowej Mariusz Błaszczak. W sobotę, 5 sierpnia, PiS wypuściło spot filmowy, w którym prezes PiS Jarosław Kaczyński także porusza sprawę likwidacji jednostek, zwłaszcza na wschodzie kraju.

O komentarz do tych słów „Fakt” poprosił generała w stanie spoczynku Mieczysława Gocula, który w latach 2013 – 2017, czyli przez dwa lata rządów PiS, był szefem Sztabu Generalnego WP.

– Pan minister Błaszczak, nieestetycznie kłamie, powtarzając słowa, że za poprzedników obecnej władzy likwidowane były jednostki wojskowe i kłamie, mówiąc, że likwidowano je na wschodzie. Nie likwidowano jednostek, a integrowano je. One były łączone – powiedział w rozmowie z „Faktem” gen. Mieczysław Gocul.

– Retoryka „likwidacja jednostek za rządów PO-PSL”, to kłamstwo i ubolewam, że jest to wplatane w kampanię wyborczą. Natomiast wydarzenia z Przewodowa, Zamościa pod Bydgoszczą i Białowieżą świadczą o tym, że przy każdym elemencie „sprawdzam”, pan minister oblewa egzamin.

Kaczyński w jednym wywiadzie prasowym „Tusk” wymienił 40 razy!



„Krytykują nas tylko wrogowie narodu!”

Prymus rekordzista!

Jarosław Kaczyński udzielił wywiadu tygodnikowi „Sieci”. W rozmowie wicepremier i prezes PiS wymienił nazwisko lidera PO aż 40 razy. „Tusk został wybrany do wykonywania brudnych zadań przez swoich sponsorów, ponieważ jest sprawdzonym w praktyce, powiem to wprost, zdrępcą i można mu zaufać, że znów wy-

przeda Polskę bez żadnych wyrzutów sumienia. Tusk jest dziś zwykłą marionetką brukselskiej biurokracji i niemieckich planów imperialnych”, mówił o Donaldzie Tusku w jednej tylko z wypowiedzi.

Dobrze, że nie żyją twórcy propagandy PRL z czasów stalinowskich, ponieważ mogliby oskarżyć Kaczyńskiego o plagiat! W ich

języku wszyscy oponenti władzy byli właśnie zdrajcami na pasku niemieckich imperialistów, zwykłymi marionetkami imperialistów i światowej finansjery.

Cóż, Kaczyński w końcu na piątkę zaliczył egzamin doktorski z „filozofii marksistowskiej” w 1976 roku, więc trochę jeszcze, jako prymus, pamięta.



Lekcja ekonomii dla Suwerena+

W 2016 roku za 500+ można było kupić 295 puszek piwa Harnaś.
W 2023 roku za 500+ można kupić 154 puszki piwa Harnaś a za 800+ można kupić 246 puszek piwa Harnaś.

Kolumna zlecona przez Czytelnika

KONTAKTY

Tygodnik Podlaski

rok założenia 1980

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

Adres:

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

Redaguje zespół:

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

Oddział w Białymstoku:

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

Stale współpracują:

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

Rysunki: Waldemar Rukść

Felieton: Adam Dobroński

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

Wydawca:

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

Adres:

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

Sekretariat i Biuro Ogłoszeń:

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

Biura Ogłoszeń:

ARIUH „Dylewski”

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

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

Obróbka zdjęć barwnych: Gabs-Foto,

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

DTP: 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.

Jaki jestem? Małostkowy? Zawistny? Mściwy? Tchórzliwy? Nie!
Jacy jesteśmy? My, Polacy. Małostkowi? Zawistni? Mściwi?
Tchórzliwi? Nie!

We mnie, w każdym z nas, zapewne tlą się takie instynkty. Nie je-
stem przecież doskonały. Nie jesteśmy, jako naród, święci. Ale to nie
są moje cechy. To nie są polskie cechy! Widać to może nie tyle na co
dzień (szkoda), ale w godzinie próby.

Taka godzina, wybory, które tym razem naprawdę są wyborem
przyszłości kraju, nadchodzi. Dlatego tak wielu próbuje w takiej chwi-
li grać na małostkowości, zawiści, mściwości. Liczą na „efekt stada”. Gdy zabeczy jego przewod-
nik, najsilniejszy baran, zabeczają wszyscy. Gdy ruszy w wybranym kierunku, pójdzie za nim całe
stado. Znakomicie sprawdza się to w świecie zwierząt. Ale my nie jesteśmy zwierzętami! Odróż-
nia nas od nich to, że mamy rozum. Nie dajmy się więc traktować, jak zwierzęta! Nie pozwólmy
grać na tłących się w każdym z nas pierwotnych instynktach, na strachu i nienawiści. Zmuszmy
wszystkich, którzy uważają się za „przewodników stada”, do gry rozumem.

Stwórca ongiś natrudził się, by ponad metr kwadratowy znakomicie zaprojektowanej ko-
ry mózgowej zmieścić w naszej czaszce. Każdy więc, kto przestaje się nią posługiwać, popełnia
grzech niewybaczalny!



Od redaktora

WŁADYSŁAW TOCKI

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

■ Wybory do Sejmu i Senatu wyznaczył prezydent na niedzielę 15 października. Postanowienie opublikowane zostało w Dzienniku Ustaw we wtorek, 8 sierpnia.

■ Marszałek Sejmu w „objęździe”: Elżbieta Witek spotkała się z mieszkańcami gminy Łomża w Centrum Kultury w Starych Kupiskach. Jej wystąpienie miało wyborczy charakter.

■ 35 mln zł otrzymała Łomża z rządowego programu. To, wbrew twierdzeniom posła Kazimierza Gwiazdowskiego i senatora Marka Komorowskiego wręczających na Starym Rynku symboliczny czek prezydentowi Mariuszowi Chrzanowskiemu, nie dodatkowe pieniądze, a uzupełnienie rządowej subwencji ogólnej. Prezydent Chrzanowski poinformował, że zostaną przeznaczone na cele oświatowe i wynagrodzenia w Urzędzie Miejskim i jednostkach podległych, co jest konsekwencją podniesienia przez rząd minimalnego wynagrodzenia.

■ 18 parafii otrzymało ponad milion złotych na renowację zabytków. Z Łomżyńskiego są to parafie w Sokołach, Kuleszach Kościelnych, Ciechanowcu, Hodyszewie, Winnej-Poświętnej, Kuczynie i parafia prawosławna w Ciechanowcu.

■ Naukę gry na skrzypcach dla dzieci i dorosłych organizuje Gminny Ośrodek Kultury w Zbójnej. Zajęcia poprowadzi Paweł Dąbkowski. Informacje i zapisy, tel. 501 615 755.

MYSŁ TYGODNIA

Dobre słowo jest łatwą przysługą, nie wymagającą ani krzty poświęcenia, a czasem wartą więcej, niż prawdziwy dobry uczynek
Carlos Ruiz Zafón



Tradycja święcenia ziół w Polsce sięga XII wieku. Wierzono, że uzdrowicielska moc Maryi została zamknięta w licznych ziołach. Poświęcone zioła miały mieć jeszcze większą moc w leczeniu ludzi i zwierząt gospodarskich. Dom okadzano dymem ze spalonych ziół, aby chronić przed złymi mocami, czarami i urokami. Napary zapewniały szybki powrót do zdrowia. Gałązki z poświęconego bukietu, położone na miedzy czy polu, chroniły przed szkodnikami i zapewniały urodzaj. Nie-

wielką wiązkę poświęconych ziół zawsze kładziono zmarłemu do trumny.

Przygotowanie bukietu do poświęcenia ma swoje zasady: zioła powinny być zebrane tylko z własnych pól, wcześniej rano. Do tego zadania wyznaczone były panny lub dziewczynki. Bukiet powinien się składać z 7 lub z 77 ziół. W bukietcie obowiązkowo powinny się znaleźć takie zioła, jak piołun, dziurawiec, mięta, szaflwia, dziewanna, rumianek, cykorja, podróżnik, krwawnik.

Znaki czasu:

■ O 66 proc. wzrosła ilość kradzieży w sklepach w pierwszym półroczu tego roku w porównaniu z pierwszym półroczem roku ubiegłego, wynika z danych Komendy Głównej Policji. Jak podaje „Rzeczpospolita”, jedną z głównych przyczyn jest szybkie zubożenie Polaków. „Ludzie zaczęli częściej kraść, bo zwyczajnie nie stać ich na robienie zakupów na takim poziomie, jak przed inflacją”, powiedział w rozmowie, ekspert rynku handlowego z Grupy Offerista Robert Biegaj. Głównie gnie żywność i produkty, które można szybko sprzedać.

■ 95 tys. osób zachorowało na choroby odkleszczowe w 2022 roku. To o 10 tys. więcej, niż rok wcześniej, informuje Narodowy Fundusz Zdrowia. Jeszcze w 2013 r. liczba pacjentów z rozpoznaniem choroby odkleszczowej nie przekraczała 42 tys. osób.

■ Piorun uderzył w dwóch mężczyzn (43 i 51 lat), którzy w Rozewiu nad Bałtykiem stanęli pod drzewem, by ukryć się przed deszczem. U jednego z nich doszło do nagłego zatrzymania serca. Drugi został poparzony. Obaj trafili do szpitala.

■ Zmarł od użądleń przez szerszenie wędkarz (52 lata) łowiący ryby nad Wartą w Samarzewie (Wielkopolska). Gdy źle się poczuł, świadkowie wezwali pogotowie ratunkowe. Gdy przybyła pomoc, nie dawał już oznak życia i lekarz na miejscu stwierdził zgon.

REPORTAŻE ŚLUBNE TANIEJ NIŻ MYŚLISZ



foto
gabs
digital

PRZYJDŹ SPRAWDŹ OBEJRZYJ

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

Kajakowa pielgrzymka rzeką Supraśl

Okolo 30 osób wyruszyło z Gródka w kajakowej pielgrzymce na uroczystości ku czci Ikony Matki Boskiej w Supraślu. Spływ rzeką to nawiązanie do historycznego przekazu dotyczącego powstania suprańskiego monasteru. Według kronik klasztornych, monaster w Supraślu założyli mnisi, którzy przybyli z Gródka. Jak mówi przekaz historyczny, szukając bardziej ustronnego miejsca, puścili w dół rzeki Supraśl drewniany krzyż, który zatrzymał się w miejscu znanym wtedy jako Suchy Bród. I tam założyli monaster w Supraślu.

Niestety, w związku z niskim stanem wody na rzece, pątnicy



cały pierwszy dzień, czyli we wtorek, 8 sierpnia, szli pieszo, kajakami popłynęli dopiero w środę, 9 sierpnia. W czwartek, 10 sierp-

nia, w Supraślu odbędą się główne uroczystości ku czci Supraskiej Ikony Matki Boskiej. Fot. radio orthodoxia

40 lat temu

„Kontakty”, 14 sierpnia 1983;

Skutki suszy: brak siana

Z powodu suszy mocno ucierpiały łąki i jedynie z połowy można zebrać drugi pokos. Buraki cukrowe na razie nie odczuły braku wilgoci, natomiast ziemniaki wyglądają nie najlepiej, szczególnie na wyżej położonych plantacjach w granicach Szumowa, Śniadowa, Kolna. Stonka też je znacznie uszkodziła. Wprawdzie środków chemicznych do jej zwalczania nie brakuje, lecz nie starcza ciągników do wykonywania oprysków.

Żniwne dziecińce

W 26 szkołach gminnych zorganizowano na czas żniw wiejskie dziecińce, a półkolonie dla dzieci mieszkających w Łomży prowadzi Łomżyńska Spółdzielnia Mieszkaniowa.

Wszystko na eksport!

Łomżyńskie Zakłady Spożywcze wyeksportowały już 80 proc. swej owocowej produkcji, zarabiając 400 tys. marek RFN. Chcą również sprzedać na zachodni rynek pozostałe 20 procent. Towar jest dobrej jakości, a o krajowy rynek też niełatwo walczyć, gdyż jest jeszcze zapchany ubiegłorocznymi przetworami. Ponadto odpisy dewizowe pozwalają na zakup zagranicznych środków ochrony roślin.

Zbadają w Kolnie

Przyszli endokrynolodzy, studenci Akademii Medycznej w Białymstoku, spędzą sierpień na obozie naukowym w Kolnie. Przebadają mieszkańców okolicznych miejscowości i zajmą się szukaniem przyczyn coraz częstszych zachorowań na tarczycę.

Kiełbasa „paszowa” w Grabowie

O tym, że w masarni w Stawiskach była kontrola, najłatwiej zorientować się po jakości dostarczanych wędlin. Nawet popularna kiełbasa, nazywana przez mieszkańców Grabowa „paszową”, jest wówczas jadalna.

110 lat temu w Łomży powstała pierwsza drużyna harcerska Krzyż Harcerski z Drozdowa

115 lat temu Anglik generał Robert Baden Powell w książce „Skauting dla chłopców” wyłożył ideę służby bliżnim, odpowiedzialności, rycerskości, braterstwa, szacunku dla przyrody, która rozeszła się po całym świecie. Dotarła także do Polski pod zaborami. Propagatorem i wybitnym współtwórcą naszego harcerstwa stał się Andrzej Małkowski, działacz organizacji niepodległościowych.

W Łomży pierwszy zastęp skautowy powstał w roku 1913. Utworzyli go uczniowie Męskiej Szkoły Handlo-

wej, których organizował piątoklasista Teodor Kleindienst. Trzy lata później został drużynowym I Męskiej Drużyny Harcerskiej im. Tadeusza Kościuszki, a Zofia Grzymkowska drużynową I Żeńskiej Drużyny Harcerskiej im. Emilii Plater. W roku 1917 ukazały się pierwsze numery czasopism „Czuwaj” i „Drużyna”. Do harcerstwa garnęło się coraz więcej młodzieży. Przyszło jej także walczyć z Niemcami, a wkrótce w wojnie polsko-bolszewickiej 1920 roku i drugiej wojnie światowej.

Łomżyński akcent ma historia Krzyża Harcerskiego. Zaprojektował go pochodzący z Drozdowa Kazimierz Lutosławski (1880 – 1924), ksiądz, doktor medycyny, poseł, publicysta, pedagog, druh „Szary”, zaprzyjaźniony z Andrzejem Małkowskim. Dwa harcerskie zastępy („Czajki” i „Kruki”) utworzył w majątku rodzinnym. Właśnie one dały początek powołanym przez niego drużynom w Warszawie.

Od kilku lat łomżyńskie harcerstwo (nie tylko, zresztą) przeżywa kryzys.

Natychmiastowa kara boska!

O prawdziwym pechu może mówić złodziej (41 lat), który w biały dzień okradł plebanię w gminie Strzeleczy (Opolskie). Z początku wszystko szło zgodnie z planem. Zabrał pieniądze i uciekł, przeskakując przez płot. Tu jednak, padając na ziemię, złamał nogę, a na dodatek jego łup rozwiął wiatr po placu kościelnym. Rannego znalazł ksiądz, który powiadomił policję. Złodziej nie działał sam. Ksiądz przekazał policjantom zdjęcie zaparkowanego przy kościele czarnego bmw, które wzbudziło jego podejrzenia. Śledczy przeglądając monitoring, zauważyli to samo auto, które nagle odjeżdża.

„To właśnie był kompan pchowca, który odjechał >zapominając< o nim”, informują kryminalni z Krapkowic.



Pieniądze rozsypane przez złodzieja przy upadku z płotu.
Fot. KPP Krapkowice

„Wojna” w Nowogrodzie

Na inscenizację walk o Nowogród zaprasza w poniedziałek, 14 sierpnia (godz. 17.00, obok schronu przy moście), burmistrz Nowogrodu. Inscenizacja walk, jakie toczyły się z przeważającymi siłami wroga, będzie wyrazem pamięci żołnierzy 33 Pułku Piechoty Strzelców Kurpiowskich walczących w Nowogrodzie. Tego dnia także w godz. 12.00 – 18.00 piknik wojskowy. Będzie pokaz sprzętu wojskowego, prezentacja wyszkolenia żołnierzy, występ orkiestry wojskowej z Siedleca (godz. 13.00), kurpiowskich zespołów z Nowogrodu (godz. 15.00), zespołu „Droga na Ostrołękę” (godz. 16.00) i wojskowego „My z Łomży” (godz. 17.30). Dla dzieci dmuchańce, dla wszystkich wojskowa grochówka.

Krzysztof Kozicki w eksperckim gronie

Krzysztof Kozicki z Powiatowego Centrum Pomocy Rodzinie w Łomży został powołany do Regionalnego Komitetu Rozwoju Ekonomii Społecznej. Komitet pełni funkcję konsultacyjno-doradczą oraz współpracuje z Zarządem Województwa Podlaskiego w zakresie ekonomii społecznej.

Serial w Skansenie

Ujęcia do serialu kostiumowego „Dewajtis” na podstawie powieści Marii Rodziewiczówny będą nagrywać filmowcy od czwartku, 10 sierpnia, do 25 sierpnia w Skansenie w Nowogrodzie. W rolach głównych zagrają m.in. Michalina Olszańska, Maria Pakulnis, Aleksander Machalica. W filmie wystąpią statyści z regionu. Premiera serialu (7 odcinków) planowana jest na jesień bieżącego roku, na antenie TVP1.

Remont szkoły w Konarzycach

Zabytkowy budynek Szkoły Podstawowej w Konarzycach zostanie odnowiony dzięki pozyskanej dotacji przez wójta gminy Łomża Piotra Kłysa. Szkoła w Konarzycach jest największa w gminie, uczy się w niej ponad 200 uczniów i ponad 50 przedшкоłaków.

Remont „dróżniczówki” w Miastkowie

Zabytkowy budynek, zwany „dróżniczówką” w Miastkowie będzie wyremontowany za 1,1 mln zł dotacji. Została wybudowana w latach 1826 – 1828 dla dróżnika.

Święto Wojska w Łomży



Fot. KPRM

Na obchody Święta Wojska Polskiego w 103 rocznicę Bitwy Warszawskiej i bohaterskiej obrony Łomży podczas wojny 1920 roku, zapraszają prezydent Mariusz Chrzanowski, starosta łomżyński Lech Marek Szablowski i Dowódca 18 Łomżyńskiego Pułku Logistycznego im. gen bryg. Mariana Raganowicza płk Paweł Gałązka.

W programie obchodów w piątek, 11 sierpnia (godz. 12.00) złożenie kwiatów przed tablicą Marszałka Józefa Piłsudskiego na Domku Pastora (ul. Krzywe Koło 1). Tego dnia (godz. 12.30) w Ratuszu władze Łomży i powiatu łomżyńskiego spotkają się z dowódcami jednostek wojskowych stacjonujących w mieście oraz przedstawicielami organizacji kombatanckich.

W sobotę, 12 sierpnia (godz. 11.00), na Placu Niepodległości w Łomży odbędzie się uroczysty apel z okazji święta 18 Łomżyńskiego Pułku Logistycznego i święta Wojska Polskiego oraz uroczysta przysięga wojskowa

żołnierzy Dobrowolnej Zasadniczej Służby Wojskowej.

W poniedziałek, 14 sierpnia (godz. 12.00), Apel Pamięci przy mogiłach obrońców Łomży poległych w 1920 roku, złożenie kwiatów i zapalenie zniczy na grobie gen. Mariana Raganowicza, płk. Jerzego Sawy Sawickiego i mogiłach żołnierskich na cmentarzu przy ul. M. Kopernika,

We wtorek, 15 sierpnia, o godz. 9.30, złożenie kwiatów przed pomnikiem żołnierzy 33 Pułku Piechoty (Plac Papieża Jana Pawła II); o godz. 10.00 Msza święta w intencji Ojczyzny i żołnierzy Wojska Polskiego (Katedra Łomżyńska, ul. Dworna 25); w godz. 12.00 – 16.00 Piknik Militaryny „Wojsko na swojsko” (Park Jana Pawła II, ul. kard. Wyszyńskiego); w godz. 18.00 – 20.00 koncert patriotyczny w wykonaniu zespołu artystycznego 18. Łomżyńskiego Pułku Logistycznego „My z Łomży” i studia wokalnego Emdek Magdy Sinoff (Stary Rynek).

Godny nagrobek dla artysty

Asystent aktora i reżysera Tomasz Brzezińskiego Michał Domitrz z Teatru Siviina II w Łomży założył zbiórkę na zrzutka.pl. Grupa znajomych Tomasza Brzezińskiego pragnie zamówić mu godny i trwały nagrobek na cmentarzu przy ul. Kopernika w Łomży, gdzie spoczywa.

„Jeśli znałaś lub znałeś >Brzezinę<, grałaś lub grałeś w Czarnym Teatrze, lubiłaś, ceniłaś, oglądałaś „Obrazki z wystawy”, wesprzyj naszą inicjatywę. Tomasz Brzeziński (+81) przez lata pracy w Teatrze

i Miejskim Domu Kultury w Łomży zasłużył na porządniejszy pomnik na grobie, niż dwa rzędy kamieni polnych dookoła piaszczystej mogiły”, piszą.

Twórca Czarnego Teatru Siviina II w Łomży Tomasz Brzeziński (1936 – 2017) to aktor, lalkarz, reżyser i scenograf. Ma w dorobku wystawionych i napisanych przez siebie kilkadziesiąt sztuk. Teatr Siviina II utworzył w Łomży w lipcu 1988 r. Tworzył w nim z młodzieżą niepowtarzalne spektakle.

Łomża pożyczka



Urząd Miasta ogłosił przetarg, mający wyłonić bank, który da miastu 29 mln zł kredytu „na pokrycie planowanego deficytu oraz spłatę zobowiązań z tytułu wcześniej zaciągniętych”, ogłosił Urząd Miasta. Chce go spłacać do 2037 r., przy czym od 2024 do 2027 po 20 tys. zł rocznie (5 tys. kwartalnie). Potem po więcej, ale ostatnia rata w 2037 r. wynosiłaby aż 13,5 mln zł, czyli prawie 47 proc. zaciągniętej pożyczki.

Nowy most w Wiźnie

Nowy most na Narwi w Wiźnie powstanie obok istniejącego. Będzie miał taką samą długość (184,5 m), ale będzie szerszy (14,7 m), ponieważ oprócz jezdnii (7 m), po jednej stronie będzie chodnik, a po drugiej chodnik i ścieżka rowerowa. Nośność: 11,5 t/ós. Koszt: 46,4 mln zł, zakończenie budowy pod koniec przyszłego roku. Roboty wstępne już ruszyły, dlatego należy się liczyć z utrudnieniami ruchu na obecnym moście.

Śniadanie

na Starym Rynku

Śniadaniowy Jarmark „Zasmakuj w Łomży” na Starym Rynku odbędzie się w niedzielę, 13 sierpnia, w godz. 9.00 – 15.00. Będą stoiska z regionalnymi wyrobami i rękodziełem artystycznym, a dla dzieci darmowe trampoliny.

„Suszowe”

w Jedwabnem

Rolnicy z gminy Jedwabne mogą składać wnioski o szacowanie szkód w uprawach do Urzędu Miejskiego w Jedwabnem oraz w publicznej aplikacji „Zgłoś szkodę rolniczą”. Bez złożenia wniosku w aplikacji wyniki pracy komisji nie będą brane pod uwagę, wynika z jednoznacznych wytycznych wojewody podlaskiego. Druk wniosku do wypełnienia można pobrać ze strony internetowej gminy Jedwabne.

Plenerowe kino

w Śniadowie

Komedia „Wojna z dziadkiem” zostanie wyświetlona w Kinie Plenerowym Radia Nadzieja w poniedziałek, 14 sierpnia (godz. 21.00), na placu przy kościele.

Dożynki na świętego Bartłomieja



Fot. pixels

Patronat Kontaktów

Festyn świętego Bartłomieja z dożynkami w Kuleszach Kościelnych w niedzielę, 13 sierpnia, rozpocznie się w południe Mszą świętą dziękczynną za zebrane plony. Następnie orszak dożynkowy przejdzie na festynowy plac, gdzie moc rozrywek i atrakcji poprzedzą podziękowania rolnikom wójta gminy Stefana Grodzkiego.

Muzyczne występy zainauguruje zespół Harmonika (godz. 14.30) z Sokół.

Jak co roku będzie można podziwiać własne „młode talenty” (godz. 15.30), a wśród nich ciszące się popu-

larnością „Kulesianki Band” (godz. 18.00). Równoległe (godz. 16.00) będzie można obejrzeć filmy w kinie plenerowym. Pod wieczór scenę opanują: 4Ever (godz. 19.00), Rider (godz. 20.00) i Samba Brazylijska (godz. 21.00), a jako gwiazda zagra zespół Power Play (godz. 21.30).

Pokaż sztucznych ogni o godz. 22.30 rozpocznie zabawę pod chmurką z DJ.

Wszystko to w scenerii dmuchańców dla dzieci i dożynkowych straganów, także z regionalnymi przysmakami.

Piękne konie, piękne zaprzęgi w pięknym pejzażu

Piękne amazonki (kobiety jeżdżąca konno) w epokowych strojach tańczyły konno kadryla. Ułani z Szwadronu Kawalerii im. 10 Pułku Ułanów Litewskich w Białymstoku z wachmistrzem Zdzisławem Pruszyńskim prezentowali umiejętności posługiwania się białą bronią podczas jazdy konnej. Były to interesujące przyrzeczenia II Amatorskich Zawodów w Powożeniu Zaprzęgami Konnymi Regionu Podlasia, zorganizowanymi w Czyżewie przez Gminny Ośrodek Kultury pod patronatem burmistrz Czyżewa Anny Boguckiej.

Było co podziwiać. Rywalizowało na oczach licznej publiczności 37 zaprzęgów w czterech kategoriach. Zawody prowadziła i oceniała sędzia zawodów jeździeckich Elwira Jakubiak.

A oto wyniki. W kategorii kucy: I miejsce – Wojciech Jastrzęb-



Patronat Kontaktów

ski (Szumowo), II miejsce – Leszek Kostro (Lubowicz Kąty) i III miejsce – Paweł Łuniewski (Burlino Koski).

W kategorii single – zawodowcy: I miejsce – Paweł Rostkowski (Stara Ruskołęka), II miejsce – Magdalena Sienkiewicz (Łomża) i III miejsce – Tomasz Miliszkiwicz (Ciechanowicz).

W kategorii single – amatorzy: I miejsce – Paweł Stokowski (Stokowo Bučki), II miejsce – Andrzej Gawrysiuk (Miłkowiec Paszta) i III miejsce – Bogdan Jemielita (Nur).

W kategorii pary: I miejsce – Dariusz Stokowski (Stokowo Bučki), II miejsce – Wojciech Chmielewski (Leśniewo), III miejsce – Paweł Wiśniewski (Ciechanowicz).

Sławni w Łomży

Łomżyńskie „bicie piany”

Król Zygmunt II August był synem króla Zygmunta I Starego i Bony. W roku 1543 poślubił Habsburżankę, a po jej śmierci zawarł potajemnie małżeństwo z Barbarą Radziwiłłówną. Po śmierci Barbary ożenił się w 1553 roku z Katarzyną Austriacką. Nie miał jednak potomstwa i na nim wymarła dynastia Jagiellonów.

Doprowadził do odnowienia unii Polski i Litwy w 1569 roku. Jednak jego ustępstwa na rzecz szlachty i możnowładców przyczyniły się do obniżenia rozwoju mieszczaństwa, upadku przemysłu i handlu krajowego, ogólnego osłabienia państwa. Dowodem na to tylko wydarzenia w Łomży. Przyjechał do naszego miasta w roku 1561 w związku ze sprawą przejścia Inflant. Zwołał radę Senatu. Obrady trwały prawie dwa miesiące, ale nic na nich nie uchwalono. Senatorowie uważali, że nie mogą podjąć żadnej ważnej decyzji bez udziału posłów (szlachty). Naznaczony w roku 1563 w Łomży Sejm także nie doszedł do skutku i został przeniesiony do Warszawy.

Ostatni król z dynastii Jagiellonów zmarł w 1572 roku podczas drogi do Wilna, gdy przejeżdżał przez Łomżę. Jego ciało złożono w grobowcu obok ojca Zygmunta II w marmurowej kaplicy na Wawelu.

Po śmierci króla zjechała do Łomży w 1572 roku szlachta mazowiecka. W naszym mieście przebywała bowiem Anna Jagiellonka, jego siostra. Zamiast jednak zająć się sprawami państwowymi, knuli jak pozbawić Annę odziedziczonego majątku.

Król Zygmunt August był wielkim mecenasem literatury, sztuki i nauki, znawcą tkactwa, haftów i złotnictwa. Otaczał się znakomitymi twórcami, jak Jan Kochanowski i Łukasz Górnicki. Panowanie jego było szczytowym okresem rozkwitu renesansowej kultury polskiej.

„Knieja! Do was ostatni przyjechał na łowy/ Ostatni król, co nosił kołpak Witoldowy/ Ostatni z Jagiellonów wojownik szczęśliwy/ I ostatni na Litwie monarcha myśliwy”, pisał o nim Adam Mickiewicz w „Panu Tadeuszu”.

KS. JAN ŻELAZNY

Zadbaj o bezpieczne hasła



1

stosuj minimum 14 dużych i małych znaków

2

używaj różnych haseł do różnych usług

3

włącz weryfikację dwuetapową

więcej na cert.pl



Samotny, chory, skrzywdzony

Roman Krejza z Ozieran Małych (gm. Krynki) ma lat 66 (na zdjęciu). Jest niepełnosprawny i chory. Był muzykiem. Grał na początku lat 80 XX wieku na festiwalu muzyki ludowej w Pałacu Kultury w Warszawie, grał w zespołach „Kuranci”, „Żółta Woda” i innych.

Gdy po rodzicach odziedziczył gospodarstwo z prawie 10 ha, był rolnikiem, sołtysem, członkiem Towarzystwa Białorusko-Kulturalnego.

Niestety, z powodu alkoholizmu i innych chorób, jego siedlisko wartę około 250 – 300 tys. złotych zostało podstępnie przejęte na podstawie aktu notarialnego przez pewnego przebiegłego biznesmena, prezesa firmy z Warszawy (imię i nazwisko znane redakcji za 10 tys. złotych. Dostał do ręki 4 tys., a resztę Bóg wie kiedy zapłacił. Wcześniej na raty „kupił” od Romana około 10 ha za 8 tys. za 1 ha.

Teraz ten niezaradny życiowo człowiek z niedowładem nóg i chorobą alkoholową żyje jak jaskiniowiec: nie ma

łazienki, prysznic, ubikacji. Żyje samotnie, po rozwodzie, syn nie przyznaje się do niego. Opieka społeczna z UM w Krynkach nic nie robi. Totalna bezradność. Jego rzekomy opiekun z Krynek, lokalny przestępca, przejmuje emeryturę Romana, bije go tak, aby nie było śladów. Mamy nagrania z opowieści Romana Krejzy i jego krzywdach. Mamy jego zdjęcia. Sprawa bulwersująca, ale nikt odpowiedzialnych nie chce się nią zająć.

Leszek Skrodzki

Ozierany Małe (gm. Krynki)

Nagraj film i wygraj nagrodę!

V Ogólnopolski Konkurs dla Młodzieży „Moja Wizja Zero” ogłasza Oddział Regionalny Kasy Rolniczego Ubezpieczenia Społecznego w Białymstoku. W Konkursie mogą brać udział młodzi od 13 do 21 lat włącznie. Należy nagrać krótki film (od 30 sek. do 2 min.) na temat kampanii „Wizja Zero” i co najmniej jedną z jej siedmiu Złotych Zasad, ze szczególnym zwróceniem uwagi na bezpieczeństwo pracy z niebezpiecznymi substancjami w gospodarstwie rolnym. Termin nadsyłania prac mija 30 września o godz. 23.59.

Laureaci I, II i III miejsca otrzymają nagrody pieniężne i rzeczowe. Oprócz nich będą 3 nagrody specjalne i 4 wyróżnienia.

Regulamin oraz informacje szczegółowe o Konkursie „Moja Wizja Zero 2023” są na stronie internetowej Kasy: gov.pl/web/krus.

Beata Dąbrowska

KRUS Białystok

Ruch zastąpi prawie każdy lek, podczas gdy żaden lek nie zastąpi ruchu

dr Wojciech Oczko – nądmowny lekarz królów polskich: Stefana Batorego i Zygmunta III Wazy

Wśród państw europejskich Polska należy do grupy o podwyższonym ryzyku wystąpienia chorób sercowo-naczyniowych. Dane statystyczne wskazują, że rośnie liczba Polaków z różnymi schorzeniami układu krążenia, które – jeśli nie są leczone – prowadzą do obniżenia jakości życia i skrócenia jego długości. Choroby układu sercowo-naczyniowego stanowią najczęstszą przyczynę umieralności w Polsce.

Oto tylko niektóre liczby, które obrazują powagę problemu:
❖ Śmiertelność z powodu chorób układu sercowo-naczyniowego w Polsce jest wyższa o 59% w porównaniu ze średnią wszystkich krajów grupy OECD.

❖ W 2019 roku zarejestrowano w Polsce łącznie 86 116 zgonów z powodu chorób układu krążenia, w tym 21 724 zgonny z powodu choroby niedokrwiennej serca i 15 903 zgonny z powodu choroby naczyń mózgowych (dane GUS).

❖ W 2021 roku zarejestrowano 22 248 przypadków ostrego zawału serca, 15 171 – duszniczy bolesnej, 9373 – zatoru płucnego, 17 739 – udaru mózgu oraz 4201 – tętniaka i tętniaka rozwarstwiającego aorty (dane ZUS).

Wspólnymi siłami możemy te liczby zmienić!

Rehabilitacja przynosi następujące efekty:

- ❖ modyfikuje czynniki ryzyka choroby niedokrwiennej serca,
- ❖ poprawia funkcje śródbłonna naczyń,
- ❖ hamuje rozwój miażdżycy i przyczynia się do jej regresji,
- ❖ poprawia wydolność układu krążeniowo-oddechowego,
- ❖ poprawia funkcje narządu ruchu i sprawność psychofizyczną,
- ❖ poprawia jakość życia pacjentów i je wydłuża.

Według najnowszych wytycznych Europejskiego Towarzystwa Kardiologicznego z 2022 roku **znaczenie rehabilitacji w leczeniu schorzeń układu sercowo-naczyniowego jest tak samo ważne jak zażywanie leków.**

Podstawą skierowania na rehabilitację w ramach prewencji rentowej ZUS jest orzeczenie o potrzebie rehabilitacji leczniczej. Lekarz orzecznik ZUS może je wydać:

- ❖ na wniosek lekarza leczącego,
- ❖ przy ustaleniu uprawnień do świadczenia rehabilitacyjnego,
- ❖ przy orzekaniu o niezdolności do pracy do celów rentowych,
- ❖ przy kontroli prawidłowości orzekania o czasowej niezdolności do pracy oraz wystawiania zaświadczeń lekarskich.

Wniosek o rehabilitację leczniczą w ramach prewencji rentowej ZUS może wystawić każdy lekarz, który prowadzi leczenie pacjenta. Wystarczy poprosić swojego lekarza o taki dokument i złożyć go w najbliższym placówce ZUS. Lekarz może także wystawić wniosek w formie elektronicznej na PUE ZUS.

Dlatego zachęcamy Państwa do skorzystania z bezpłatnego programu rehabilitacji leczniczej w ramach prewencji rentowej w schorzeniach układu krążenia. Udział w 24 dniowym turnusie rehabilitacyjnym daje szansę na utrzymanie bądź przywrócenie zdolności do pracy. Może wpłynąć na wzrost bieżących dochodów, a w przyszłości – na wyższą emeryturę.

Program rehabilitacji leczniczej w ramach prewencji rentowej ZUS w schorzeniach układu krążenia jest przeznaczony dla osób, które zmagają się z chorobami serca i naczyń krwionośnych, ale chcą jak najdłużej pozostać aktywne zawodowo.



ZAKŁAD
UBEZPIECZEŃ
SPOŁECZNYCH

Z tej formy rehabilitacji mogą skorzystać osoby:

- ❖ ubezpieczone w ZUS, które są zagrożone całkowitą lub częściową niezdolnością do pracy,
- ❖ uprawnione do zasiłku chorobowego lub świadczenia rehabilitacyjnego po ustaniu tytułu do ubezpieczenia chorobowego lub wypadkowego,
- ❖ które pobierają rentę okresową z tytułu niezdolności do pracy.

Kompleksowa rehabilitacja kardiologiczna jest prowadzona zgodnie z obowiązującymi standardami opracowanymi przez Polskie Towarzystwo Kardiologiczne.

W trakcie turnusów rehabilitacyjnych każdy uczestnik ma indywidualnie ustalony plan usprawniania, dostosowany do swoich możliwości.

Opiekę nad uczestnikami w ośrodkach sprawują doświadczone zespoły medyczne, które składają się z lekarzy, fizjoterapeutów i psychologa.

Aktywności ruchowej towarzyszą treningi relaksacyjne oraz prelekcje dotyczące chorób, z którymi zmagają się uczestnicy turnusu. Prowadzący wykłady promują zdrowy styl życia i zdrowe żywienie, a także omawiają zagrożenia środowiskowe.

Serdecznie zapraszamy Państwa do odwiedzenia naszej strony internetowej www.zus.pl/swiadczennia/prewencja-i-rehabilitacja/prewencja-rentowa/, gdzie znajdą Państwo szczegółowe i praktyczne informacje.

— POWIAT WYSOKOMAZOWIECKI

Festyn w Jabłonce Kościelnej

Na Festyn Rodzinny w Jabłonce Kościelnej zaprasza gmina Wysockie Mazowieckie we wtorek, 15 sierpnia (godz. 13.00). W programie występy: dzieci i młodzież (godz. 13.00), zespołu 4 Ever (godz. 15.30) i Pretekst (godz. 18.00). Ponadto: animacje teatralne „Cukiernia Pana Marcepana” z Teatrem pod Orzełkiem z Białogostoku (godz. 14.30 i 16.30); ogłoszenie wyników konkursu „Najładniejsza równianka, tradycyjny bukiet ze zbóż, ziół i kwiatów” (godz. 14.10); podsumowanie turnieju piłki nożnej o Puchar wójta gminy Wysockie Mazowieckie (godz. 17.30); zabawa taneczna z wodzirejem Tomkiem Chońskim (godz. 19.00).

Dzieci mogą liczyć, że nie będą się nudzić, a dorośli, że nie oprą się zapachom regionalnych potraw.

W czasie Festynu o godz. 14.00 wystartuje także Bieg pamięci w hołdzie Obrońcom Ojczyzny.

— POWIAT ZAMBROWSKI

Na dożynki do szlachcianek

Na Dożynki Sąsiedzkie zapraszają do Nagórek-Jabłoni Gminne Centrum Biblioteki Kultury i Sportu w Osowcu i Koło Gospodyń Wiejskich „Szlachcianki” w niedzielę, 13 sierpnia (od godz. 13.00). Będą prezentacje zniw jak dawniej i wieńca dożynkowego, wspólne biesiadowanie przy ognisku z degustacją swojskiego chleba oraz muzyka i atrakcje dla dzieci. „Poczujmy klimat jak za dawnych lat”, zachęcają „Szlachcianki” nie tylko mieszkańców gminy.

Skutki wichury w powiecie

Silne porywy wiatru i ulewa w miniony weekend sprawiły, że strażacy z Komendy Powiatowej Państwowej Straży Pożarnej w Zambrowie musieli usuwać powalone drzewa w Długoborzu, Cieciorkach, Szumowie, Ostrożnem i Zambrowie. Poza tym wichura zerwała poszycie dachu z solidnego, murywanego domu przy ul. Stokrotki w Zambrowie. Pozostałe przy tej ulicy, na szczęście, nie ucierpiały.

Pamięci ofiar wojennego okrucieństwa

Uroczystości upamiętnienia 21 Polaków zamordowanych przez Niemców w Skłodach Borowych w 1944 roku rozpoczyna się Mszą świętą w kościele w Nowych Piekutach, w piątek, 11 sierpnia o godz. 9.00. Po nabożeństwie przejazd do Skłodów Borowych i tam modlitwa za pomordowanych oraz złożenie wieńców i zapalenie zniczy pod pomnikiem.

W sierpniu 1944 roku Niemcy zarządzili wysiedlenie mieszkańców Skłodów Borowych. Nie wszyscy gospodarze opuścili swoje domostwa, co stało się pretekstem do pacyfikacji.

11 sierpnia Niemcy urządzili obławę. Ujęli kilkudziesięciu ludzi, oddzielili mężczyzn od kobiet i dzieci. Kobiety i dzieciom pozwolili odejść do sąsiedniej Dąbrówki. Mężczyzn zaprowadzili na podwórko Bolesławy Wojno, gdzie znajdowała się zburzona piwnica. Pięciu mężczyznom żołnierze dali łopaty i kazali kopać dół. Oznacza-



Tablica z nazwiskami rozstrzelanych

ło to dla nich śmierć i rzucili się do ucieczki. Dwóch zostało zabitych, a trzech uciekło. Wówczas Niemcy ustawili wszystkich mężczyzn przed piwnicą i rozstrzelali. Zginęło 21.

Po egzekucji podpalili zabudowania w Skłodach Borowych oraz sąsiednie wsie Pułazie i Krasowo Wielkie. Spłonęło 9 domów i 24 budynki gospodarcze. Zrabowali 45 koni, 63 krowy, 138 świń. Sprawcami pacyfikacji wsi byli żołnierze 55 Korpusu Armijnego 2 Armii dowodzonej przez gen. płk. Waltera Weissa.

Rowerowa pielgrzymka do Hodyszewa



Pielgrzymka rowerowa z Zambrowa (z parkingu parafii Trójcy Przenajświętszej) do Sanktuarium Matki Bożej Pojednania w Hodyszewie wyruszy w sobotę, 12 sierpnia, o godz. 8.00. Do pokonania będzie w obie strony około 100 km.

Mogą w niej pojechać pełnoletni, młodzież od 16 do 18 roku za pisemną zgodą rodzica (opiekuna prawnego), a młodzież od 14 do 16 lat pod opieką dorosłego za pisemną zgodą opiekuna prawnego. Należy mieć

kask, kamizelkę odblaskową, nakrycie głowy, okrycie od deszczu. Organizator zapewnia napoje i transport w przypadku awarii roweru lub złego samopoczucia.

Na rowerową pielgrzymkę zapisać się można do 11 sierpnia (od godz. 7.30 do 15.30), tel. 86 271 22 10, wew. 30.

Organizatorem pielgrzymki w ramach cyklu „Zambrow na rowery” jest Urząd Miasta Zambrow i Stowarzyszenie Sportowe Sporteam.

Burmistrz ekspertem



Do Zespołu Ekspertów do spraw Wzmacniania Efektywności Działania Jednostek Samorządu Terytorialnego w Kancelarii Prezesa Rady Ministrów powołany został burmistrz Wysokiego Mazowieckiego Jarosław Siekierko.

Zmarła nauczycielka

Zmarła wieloletnia nauczycielka Zespołu Szkół Rolniczych w Krzyżewie Zenobia Piszczatowska. Miała 68 lat.

Wiatr zdejmował dachy!

21 zgłoszeń związanych ze skutkami wichury w niedzielę, 6 sierpnia, otrzymali strażacy powiatu. Musieli zabezpieczyć 4 uszkodzone dachy i usunąć z dróg powalone drzewa.

Sesja w Nowych Piekutach

Sesja Rady Gminy Nowe Piekuty odbędzie się w piątek, 11 sierpnia (godz. 11.00), w Izbie Tradycji Regionalnej Rolnictwa.

Pamięci poległych



Mszą w kościele w Paproci Dużej, złożeniem kwiatów i zapaleniem zniczy pod kopcem w Paproci oraz pod pomnikiem i na grobie pchor. Williama Beyera na cmentarzu w Szumowie, uczczono pamięć poległych w 1920 roku pod Paprocią i Pęchratką.

Nowa dyrektor w Wiśniewie

Jolanta Chrostowska-Sufa od 1 września będzie dyrektorką SP w Wiśniewie. Obecny dyrektor Krzysztof Morysewicz odchodzi na emeryturę.

W przedszkolu bez zmian

Na kolejne 5 lat (do 2028 r.) stanowisko dyrektora Przedszkola gminy Zambrow powierzyl Barbarze Magdalenie Jasińskiej wójt gminy Zambrow.

„Letnia estrada”

Koncerty w cyklu „Letnia estrada” w wykonaniu zespołów Raider, Ultra i Diadem przy SP3 w Zambrowie, 13 sierpnia o godz. 18.00.

Mówi wierszem z „głowy”, czyta wspak, „zamawia” sny Agnieszka z Łomży!

Wierszownisia

Życie to gościna

– Byłam z mamą w kościele w Drygałach. Miałam z osiem lat, umiałam czytać. Na tablicy wyświetlił się tekst pieśni, którą zresztą znałam na pamięć. I zaczęłam śpiewać... od tyłu. Po chwili mama pyta „Cóż ty śpiewasz, dziecko?”. Mówię, że pieśń, ale od tyłu. Powiedziała, że jak nie przestanę, wyprowadzi mnie z kościoła. Obraziłam się i sama wyszłam – opowiada z uśmiechem Agnieszka Gardocka z Łomży.

W tym samym czasie zaczęły jej z głowy lecieć rymowanki. Najczęściej na podwórku, gdy była sama. Patrzyła wokół i wierszowała sobie głośno. Potem przy siostrach. Siostry powiedziały o tym koleżankom i kolegom: „Ty, Agnieszka do tyłu czyta”, „Agnieszka gada wierszem”. Nie wierzyli, mówili: „Przeczytaj od tyłu” albo „Powiedz wiersz”. Czytała i śpiewała wspak, mówiła rymem. Podobało się. Z czasem mama też prosiła, rodzina. Też im się podobało.

Gdy była w czwartej albo piątej klasie, ktoś powiedział o niej pani od techniki.

– Zaprosiła mnie do biurka, mówi „Agnieszka, przeczytaj od tyłu”. Przeczytałam. „A powiedz coś wierszem”. Powiedziałam. „To ty jesteś, dziewczyno, lepsza ode mnie. Dlaczego się nie uczysz?”. Powiedziałam, że mi się nie chce.

Nikt więcej w szkole w Drygałach, nawet polonistka, niecodziennymi umiejętnościami Agnieszki się nie zainteresował, nawet na ten temat nie rozmawiał.

– Czasem ludzie, którzy słyszeli, jak nagle mówię wierszem pytali, czyj to wiersz. Mówiłem „Mój”. „Aaa, nauczyłaś się na pamięć”. „Nie, to się mówi w głowie”. Wtedy słyszałam: „No, masz talent!”.

Jaki wiersz powie „z głowy” czytelnikom „Kontaktów”?

Życie to gościna
od gościny dzień się zaczyna
na gościnie się kończy, na stypie
kto nową garstkę nasypie
Bóg święty wie
ja nie



Agnieszka Gardocka z Łomży

Swoje miejsce

Urodziła się w Poniatowej na Lubelszczyźnie, ale gdy miała dwa lata, rodzice przeprowadzili się do Drygał, niedaleko Białej Piskiej, Orzysza.

W Łomży mieszka z przerwami na wyjazdy za granicę od 2008 roku. Przeniosła się tu sama. Dlaczego Łomża? Przejeżdżała przez miasto parę razy i spodobało jej się. Znalazła pracę, sprzedając okularów przeciwsłonecznych, wynajęła stancję. Na razie nie ma własnego mieszkania, ale mówi, że Łomży nie zamierza opuszczać. Tu, czuje, jej miejsce.

W tej chwili można ją spotkać ze straganem na odpustach, festynach, komunii, dożynkach w całej okolicy. Z obwarzankami, watą cukrową, z czym na daną okoliczność się da. Od Niedzieli Palmowej do 1 listopada przy cmentarzu w Łomży. Oprócz tego handluje kosmetykami z Aivonu, w internecie ubrania-

mi z metką kupowanymi w ciucholandzie, sprzęta biura i mieszkania z „poręczenia”.

– Lubię zmiany, lubię urozmaicenie, lubię różnorodność, być wśród ludzi – śmieje się.

Prorocze przeczucia

Jeszcze w Drygałach Agnieszka odkryła, że jakby widzi przyszłość. W dramatycznych okolicznościach. Nie z wróżby, nie z kabały. Z przeczucia, z pierwszej w danym momencie myśli.

– Któregoś dnia przechodziłam obok sąsiadki z synem, której umarł mąż. Mieli gospodarstwo, słyszałam od ludzi, że syn bardzo pomaga matce. Miał 18 lat, jeździł wieczorami samochodem do dziewczyny, wracał nad ranem. I gdy ich mijalam, pojawiła mi się myśl, że zmęczony wraca, uderza w drzewo, zostaje ranny, trafia do szpitala i umiera. Chciało mi się płakać, w oczach miałam łzy. Chciałam podejść do sąsiadki, powiedzieć żeby uważała na niego, aby ze zmęczenia nie wylądował na drzewie. Nie podeszłam, nie miałam odwagi. Bałam się, że pomyśli, co jej głupia jakaś mówi. Za dwa tygodnie stało się tak, jak przeszło mi przez myśl, mijając ich wtedy: wracał od dziewczyny, był zmęczony, uderzył samochodem w drzewo, miał krwiaka na mózgu, po dwu tygodniach w szpitalu umarł.

Takie przeczucia przychodzą często w bardzo prozaicznych sprawach. Przez myśl przemknie: za chwilę będzie telefon i za chwilę dzwoni telefon. Albo: za chwilę ktoś zapuka do drzwi i za chwilę ktoś puka.

Sen „na zamówienie”

Wiele spraw, które się wydarzyły, Agnieszka Gardocka widziała najpierw we śnie.

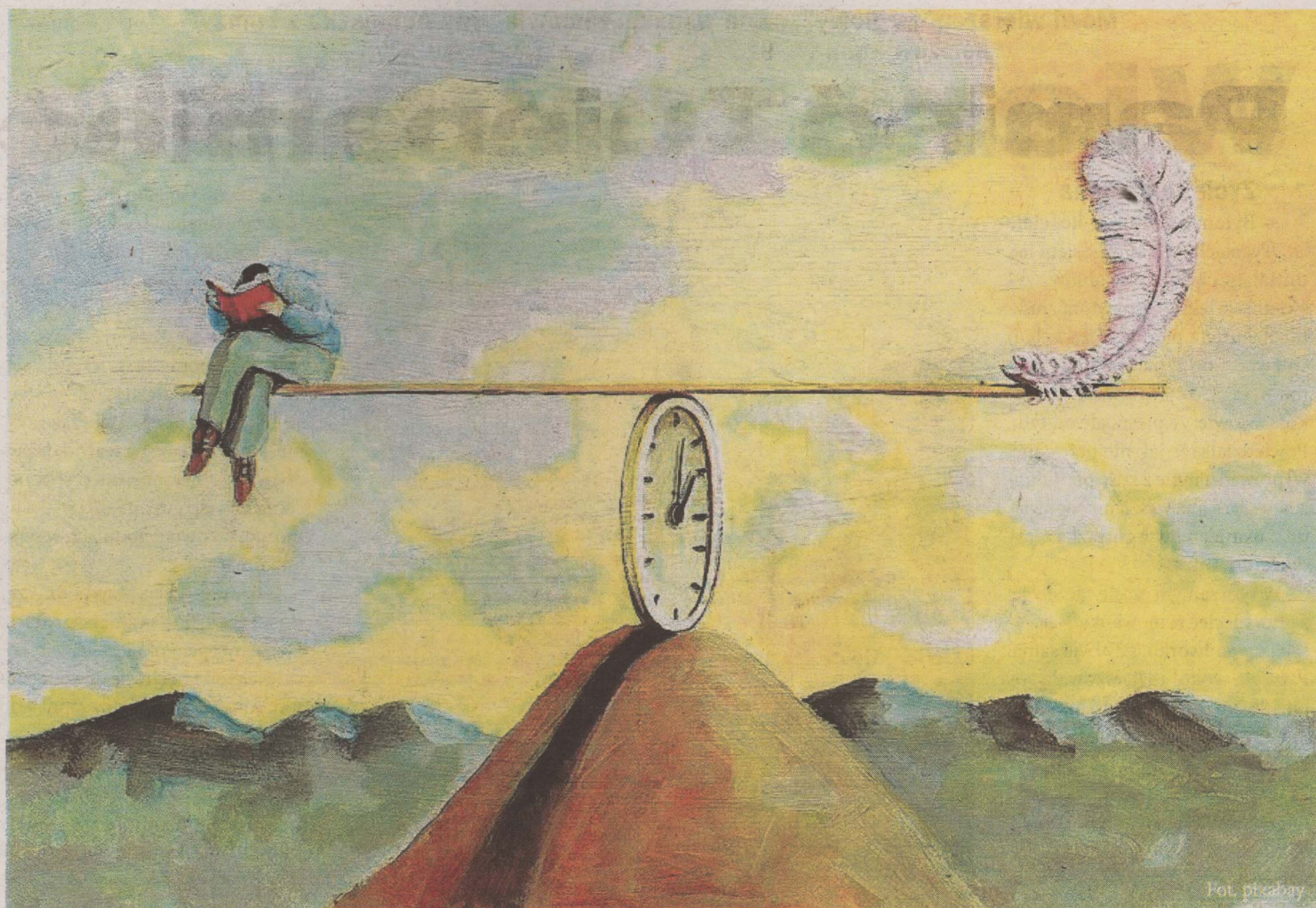
– Śnili mi się ludzie z zasłoniętymi ustami, twarzami. Po śnie z zasłoniętymi twarzami, przyśniły mi się strzykawki, ludzie w kolejkach, jacyś żołnierze. Za jakiś czas przyszedł koronawirus, trzeba było chodzić w maskach. Potem pojawiły się szczepionki, do szczepień ustawiały się kolejki, często do punktów w namiotach, pilnowanych przez żołnierzy. Całkiem niedawno przyśniło mi się, co będzie się działo w moim życiu, ale zostawię to dla siebie.

Lubi te swoje sny, taki inny swój świat. Zwłaszcza po tym, gdy odkryła, że może z pomocą snu otrzymać odpowiedź w konkretnej sprawie. Wymyśla wówczas scenariusz snu: jeśli ktoś we śnie zachowa się tak i tak, jeśli wydarzy się to i to, będę miała jednoznaczną odpowiedź na nurtujące pytanie.

– Gdy sen według „scenariusza” nie przychodzi, modłę się, żeby mi się przyśnił. I sen się śni – potwierdza opowieścią osobistej sytuacji.

Sny wykorzystuje w zasadzie tylko dla siebie. Raz jakiś czas temu „wyśniła” dla koleżanki, co dalej z jej związkiem. Nic pięknego, ale sprawdza się.

MIKOŁAJ NAWRA



Niechciana

Zapchlone zwierzę

Moja mama zawsze powtarzała, że nie zasługuje na takie dziecko, jak ja. Czułam się jak małe nic, przerażająco pisane dużą literą NIC. Tak właśnie się czułam i tego dnia, kiedy uświadomiłam sobie, że mama stała się alkoholizką. Potem odszedł tata. Zostaliśmy same.

Skoro w naszym domu cuchnie niepewnością, brakiem miłości i oparcia, więzów, bliskości, w którym dwa bóle łączą się w wielki ból, trzeba wiać...

Pewnie nie zrobiło to na mamie żadnego wrażenia. Alkohol odebrał jej ostatnie szare komórki, które pamiętały o mnie? Uciekłam więc... W narkotyki. Znieczulały, dusiły paraliżujący lęk. Lęk budził się we mnie obrazem: wrócę do domu, zastanę mamę i ona mnie nie pozna, wyrzuci za drzwi jak zapchlone zwierzę. Zrobi to z odrazą w oczach i grymasem obrzydzenia.

Piektwo w pigułce

Jak nazwać uczucie, które tkwi we mnie głęboko i rani? Jakie słowo pasuje, by opisać uczucie do kobiety, która dała mi w prezencie piektwo w pigułce, czyli życie? (dzieci nie będą mieć, one nie przyjdą na taki porąbany świat, gdzie każdy widzi tylko siebie i swoje potrzeby, nie będą się czuć zranione ani psychicznie kaleki). Serce mi dyktuje twoje imię, mamo, ale muszę je wymazać z pamięci. Zamknąć ostatecznie drzwi wspomnień o tobie i o tym naszym wspólnym życiu.

Pamiętam chwile, gdy byłam szczęśliwa i otoczona twoim ramieniem, mamo. Szybkie były to chwile.

Nasz dom wyglądał, jak przechowalnia rupieci. Wobec mebli, skazanych przez estetykę na banicję, rodzice przyjęli postawę ludzi, którzy chętnie się przywiązaniem do starych przedmiotów.

Koło telewizora są moje zdjęcia z dzieciństwa. Pośród nich jedno, na którym stoję przybrana w kwiecistą sukienkę z wyrazem paniki na twarzy. Obok mama, w brązowym jednoczęściowym kostiumie z białą obwódką, uśmiecha się ponuro. Jej ręce są żylaste i silne. Szyja też jest żylasta. Małe zmrużone niebieskie oczy nie pozostawiają żadnych wątpliwości co do siły charakteru.

Dom był odzwierciedleniem skłonności moich rodziców do gmatwania spraw jasnych. Meble ze ściśniętymi zębami i ostro wystawionymi łokciami, zażarcie walczyły ze sobą o jakąś wolną przestrzeń.

Przypalony Ikar

Dla ciebie chciałam rozkwitnąć i przeobrazić się w lekkiego motyla. Dotknąć niebios i bezkresów raj. Jestem jak świeża rosa, leniwy poranek. Moje skurczone niczym orzeszek serce, zabiło głośniej, niż

jakikolwiek dzwon na wieży. Nie musiałam polować na szczęście, przyszło z tobą. Jak to robisz, w jaki sposób zaczarowałeś rzeczywistość, którą znałam, zanim się pojawiłeś...

Wiedziałeś, że frunę i czekałeś, aż jak Ikar przypalę sobie skrzydła?

Gdzie jest ta ciepła przystań, której tak gorliwie szukam? Skąd nadzieję brać, gdy wyslizguje się z mych rąk?

Epitafium

Tylko w bajce brzydkie kaczątko przeistacza się w królową. Ale to jest kiepska bajka, w której dzieci też nie wierzą. Chyba, że są chowane w ramionach matki... To absurd, żeby wierzyć w takie zakończenia! Jakże może być moje? Umarła w długim oczekiwaniu na zmianę wieku chaosu na wiek ładu. Rozpoznanie: życiowstręt do obłudy i fałszu. Zlituj się Boże, otocz opieką. Amen.

OLA ALEKSANDROWICZ

Rok 2023, to setna rocznica ustanowienia 15 sierpnia Świętem Żołnierza na pamiątkę zwycięstwa nad bolszewikami w 1920 roku, dziś Święta Wojska Polskiego

Pamięć i niepamięć

Rozkaz generała

„Dzień 15-go sierpnia jest Świętem Żołnierza. W dniu tym wojsko i społeczeństwo czci chwałę oręża polskiego, której uosobieniem i wyrazem jest żołnierz. W rocznicę wiekopomnego rozgromienia nawały bolszewickiej pod Warszawą święci się pamięć poległych w wiekowych walkach z wrogiem o całość i niepodległość Polski”, napisał w „Rozkazie dziennym” nr 126 z 4 sierpnia 1923 roku minister spraw wojskowych gen Stanisław Szeptycki.

Święto ustanowione zostało 15 sierpnia na pamiątkę zwycięstwa nad bolszewikami w 1920 roku, w Święto Wniebowzięcia Najświętszej Maryi Panny (w polskiej tradycji nazywane świętem Matki Boskiej Zielnej).

„Rozkaz” zawierał ramowy program obchodów. W wigilię Święta wieczorem na ulicach miast garnizonowych: capstrzyk orkiestr wojskowych. W święto rano (godz. 9.00) przegład wojska oraz nabożeństwo z błogosławieństwem z udziałem miejscowych władz, organizacji i mieszkańców, aby pokazać, że wojsko jest „tarczą i obroną Ojczyzny”. Obchody miały kończyć się wieczornym apelem.

W miejscowościach, w których nie było garnizonów, mieszkańcy obchodzili Święto Żołnierza uczestnicząc w Mszy świętej, okolicznościowych akademiach i spotkaniach.

Lud mnogi

„Rojno i gwarno było w Wysokiem dnia 15 sierpnia. Zebrał się lud mnogi: szedł siwowłósy starzec i dziarski młodzieniec. Kroczyły niewiasty stateczne i krasne, a poczciwe dziewoje podlaskie, a na rękę wszystkich naręcza kwiatów poprzetykanych kłosami zbóż, boć tak trzeba, przecież to święto Matki Boskiej Zielnej, to święto Cudu nad Wisłą”, opisywał uroczystości w 1927 roku tygodnik „Życie i Praca”.

Katolicki tygodnik, eksponując „cudowny” wymiar zwycięstwa nad bolszewikami przemilczał i jednocześnie pomniejszał znaczenie politycznego przeciwnika związanej z Kościołem endecji, marszałka Józefa Piłsudskiego.

W wojnie z bolszewikami 1920 roku niepodległości bronili żołnierze,



Zrekonstruowany Pomnik Niepodległości z 1928 roku w Wysokiem Mazowieckiem

a obok nich „ramię w ramię” ochotnicy chłopci i ziemianie, robotnicy i inteligencja. Do historii przeszła bitwa z bolszewikami pod Jabłonką Kościelną 3 – 4 sierpnia (wśród walczących był urodzony w Łomży por. Marian Tyborowski, zginął we wrześniu 1939 r.) oraz potyczki pod Tyborami-Trzcianką i Gołaszami-Dębem.

W sierpniu 1927 roku mieszkańcy Wysokiego Mazowieckiego rano uczestniczyli w uroczystej Mszy świętej, a po południu zebrał się w sali Straży Ogniowej na „sejmiku”, aby radzić „o dobro Kościoła i Ojczyzny”. Zaśpiewali „Nie rzucim ziemi skąd nasz ród...” („Rota”) oraz wysłuchali przemówień Z. Kielczewskiego i proboszcza ks. Józefa Rogińskiego (zamordowany w 1940 r. w obozie koncentracyjnym).

Mogiły bohaterów

Tragiczne przeżycia sprzed siedmiu lat były wówczas jeszcze świeże i bolesne dla wielu mieszkańców regionu, a szczególnie dla tych, którzy stracili synów, braci, ojców. Z pewnością tego dnia odwiedzili ich groby.

Wojnę przypominały także mogiły bezimiennych bohaterów w okolicznych lasach.

Jedną z nich była na cmentarzu parafialnym w Wysokiem Mazowieckiem. W 1928 roku stanął na niej z ofiarności mieszkańców pomnik. Na tablicy umieszczono nazwiska siedmiu żołnierzy, które udało się ustalić. Są to: ppor. Wincenty Ciunelis

(zm. 1.08.1920), szer. Tomasz Bereza (7.08.1920), st. szer. Antoni Sidor (2.08.1920), Władysław Wartkowski (8.08.1920), szer. Władysław Worskowski (8.08.1920), szer. Wilhelm Wornat (8.08.1920), plut. Zenon Żuk (2.08.1920).

W następnym roku, czyli w dziesiątą rocznicę odzyskania niepodległości, z inicjatywy ówczesnego starosty Józefa Zycherta w centrum Wysokiego Mazowieckiego wzniesiony został Pomnik Niepodległości pamięci poległych w latach 1919 – 1920. Na tablicy wypisanych zostało 25 nazwisk, rzemieślnika Franciszka Kryszczuka i studenta Mariana Stecewicza oraz 23 rolników: Franciszek Brzóska, Waclaw Faszczewski, Stanisław Filipkowski, Izidor Galiński-Straża, Paweł Gołaszewski, Stanisław Gołaszewski, Teofil Gołaszewski, Antoni Grodzki, Józef Grodzki, Mikołaj Grodzki, Władysław Grodzki, Teofil Grodzki, Tomasz Jabłoński, Adam Kaczyński, Adolf Kalinowski, Franciszek Mierzwiński, Edward Nowowiejski, Kajetan Nowowiejski, Piotr Ostrowski, Jan Ożarowski, Józef Skrzyszewski, Franciszek Śleszyński i Józef Wnorowski.

Kasacja i powrót święta

Święto Żołnierza obchodzone było 15 sierpnia do 1947 roku. Potem władze PRL Święto Żołnierza skasowały i wprowadziły 12 października Dzień Wojska Polskiego, w rocznicę bitwy 1 Dywizji Piechoty im. Tadeusza Kościuszki pod Lenino. Zginęło w niej

510 żołnierzy, 1776 zostało rannych, a 776 dostało się do niemieckiej niewoli lub zostało uznanych za zaginionych bez wieści.

Pomnik Niepodległości w Wysokiem Mazowieckim w 1953 roku został zdemontowany i zakopany. Mieszkańcy miasta szczęśliwie ukryli tablice. W jego miejscu w centrum miasta przez lata był kwiatnik. W 1981 roku o przywrócenie pomnika starali się działacze „Solidarności”. Starania przerwał stan wojenny. W 1993 roku pomnik został wydobyty, zrekonstruowany i posadowiony na nowym cokole z inicjatywy Towarzystwa Przyjaciół Miasta Wysokie Mazowieckie, któremu przewodniczył Jan Kryński.

12 sierpnia 2020 roku z inicjatywy wójta gminy Wysokie Mazowieckie Krzysztofa Krajewskiego, odsłonięty został pomnik upamiętniający poległych w Jabłonce Kościelnej.

Po upadku PRL Dzień Wojska Polskiego 12 października został skasowany. Nastąpił powrót do przedwojennej tradycji, wyrosłej z rozkazu generała Szeptyckiego i ustawą Sejmu z 30 lipca 1992 roku ustanowiono 15 sierpnia Świętem Wojska Polskiego.

Cisza

Świętujemy dzień chwały oręża polskiego, jakim było rozgromienie bolszewików pod Warszawą w 1920 roku. Smutne jednak, że po zmianie ustrojowej w Polsce w 1989 roku, cisza zapadła nad grobami polskich żołnierzy, którzy nie mając wyboru, walczyli z Niemcami i ginęli w szeregach LWP. Byli to Polacy wywiezieni na Sybir, dla których jedyną drogą do ojczyzny po wyjściu z ZSRR armii generała Andersa, było wstąpienie do Ludowego Wojska Polskiego. Potem, w miarę wycofywania się Niemców z ziem polskich, młodzi Polacy z poboru. W sumie do zakończenia II wojny światowej zginęło 17,5 tys. żołnierzy LWP, 40 tys. zostało rannych, a 10 tys. uznanych za zaginionych. Tylko w próbie pomocy Powstaniu Warszawskiemu 2,3 tys. zostało ich zabitych, 1,7 tys. rannych i zaginionych, a w walkach o Berlin zginęło 7 tys. i 17 tys. zostało rannych.

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.0150/2023-o-i)

ODDAM

Ogłoszenia w rubryce „Oddam”
zamieszczamy bezpłatnie.
Treść można przesłać na adres:
redakcja@kontakty-tygodnik.com.pl
lub podać telefonicznie:
86 216 42 43
Oddam koldrę z piór.
Tel. 519 – 178 – 552

(o/b)

Oddam magiel ręczny, na korbę.
Tel. (86) 216 – 56 – 06

Oddam kocięta.
Tel. 516 – 957 – 045

(o/b)

(o/b)

PRZYJMĘ

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

(fak/sms)

ROLNICTWO

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

(fak.0152/2023-o)

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

(fak/sms)

Zakupię ciągniki, każdy model,
rok, stan, całe i uszkodzone.

Ursus, Massey Ferguson, John
Deere, Same, Lamborghini,
Deutz, Polmot, Farmer, Pronar,
MTZ Belarus, Kioti, Kubota,
New Holland, Ford, Fiat, Zeťor,
Landini, Valtra, Valmet,
Farmtrac, Foton, Case,
Renault, Władimirec itd. Dzwonić.
Tel. 660 – 795 – 977



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

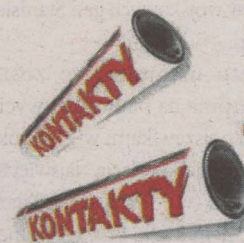
(fak.0098/2022-o-i)

Ogłoszenie w gazecie
żyje dzień

Ogłoszenie w tygodniku
KONTAKTY
żyje tydzień



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



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



OGŁOSZENIE

Na podstawie art. 35 ust. 1 ustawy z dnia 21 sierpnia 1997 r. o gospodarce nieruchomościami (Dz. U. z 2023 r. poz. 344 z późn. zm.) Wójt Gminy Wąsosz informuje, że na stronach BIP i stronie internetowej <https://gminawasosz.pl/> oraz na tablicy ogłoszeń Urzędu Gminy Wąsosz, został podany do publicznej wiadomości na okres 21 dni wykaz nieruchomości mienia gminnego przeznaczonego do zbycia w drodze zamiany – działka Nr 59/2 położona w obrębie Żebry. Szczegółowe informacje udzielane są w Urzędzie Gminy Wąsosz, Plac Rzędziana 8, pokój nr 14 oraz telefonicznie – 86 273 10 01.

KOMUNIKAT Burmistrza Miasta Zambrów

działając na podstawie art. 35 ust. 1 ustawy z dnia 21 sierpnia 1997 roku o gospodarce nieruchomościami (Dz. U. z 2023 r. poz. 344 z późn. zm.) podaje do publicznej wiadomości, że w siedzibie Urzędu Miasta Zambrów przy ul. Fabrycznej 3 wywieszono zostały na tablicy ogłoszeń na okres 21 dni (od 10 sierpnia 2023 roku do 31 sierpnia 2023 roku) następujące wykazy:

1. Lokalu mieszkalnego nr 5 przy ulicy Grunwaldzkiej 2 w Zambrowie przeznaczonego do sprzedaży w drodze bezprzetargowej na rzecz najemcy.
2. Lokalu mieszkalnego nr 22 przy ulicy Aleja Wojska Polskiego 44 w Zambrowie przeznaczonego do sprzedaży w drodze bezprzetargowej na rzecz najemcy.

Chcesz zamieścić
ogłoszenie lub reklamę
w „Kontaktach”?

Zadzwoń, napisz

nasi przedstawiciele pomogą, doradzą:
tel. 86 216 42 43, fax. 86 216 57 11
kom. 506 448 884

redakcja@kontakty-tygodnik.com.pl

Wszystkie ogłoszenia i reklamy
zamieszczamy bez dodatkowej opłaty
na naszej stronie

www.kontakty-tygodnik.com.pl



OGŁOSZENIA BEZPŁATNE MOTORYZACYJNE

Sprzedam Mercedes CLK 320, (2002), benzyna, auto w jednych rękach od 8 lat, dobre wyposażenie, do poprawek lakierniczych, cena 14 000 zł do negocjacji, tel. 889 - 272 - 969

(o/b)

Sprzedam Honda Civic, (2008), benzyna, 2 komplety kół, sprawna klimatyzacja, elektryczne szyby, auto w ciągłym użytkowaniu, cena 25 000 zł do negocjacji, tel. 608 - 538 - 846

(o/b)

Sprzedam Audi A4 B8, (2011), 3.0 diesel, auto sprawne, wszystko wymieniane na czas, roczne opony wielosezonowe, cena 38 500 zł do negocjacji, tel. 536 - 729 - 812

(o/b)

Sprzedam Opel Vectra C, (2005), benzyna, nowe opony letnie, sprawna klimatyzacja, przebieg 234 000 km, cena 7 300 zł, tel. 536 - 142 - 861

(o/b)

Sprzedam Citroen C2, (2004), benzyna, OC na rok, przegląd ważny jeszcze 2 tygodnie, centralny zamek, w ciągłej eksploatacji, cena 3 200 zł, tel. 665 - 821 - 009

(o/b)

Sprzedam Toyota Corolla, (2005), benzyna, auto bezwypadkowe, sprawna klimatyzacja, badania ważne do lipca 2024 r., cena 15 500 zł, tel. 663 - 930 - 609

(o/b)

Sprzedam Opel Vectra C, (2006), 1.9 CDTI, stan bardzo dobry, wnętrze ładne, zadbane, elektryczne szyby, ubezpieczenie i przegląd do 04.2024 r., cena 12 500 zł do negocjacji, tel. 668 - 250 - 286

(o/b)

Sprzedam Toyota Yaris, (2008), 1.3 benzyna, stan bardzo dobry, auto garażowane, wnętrze czyste, zadbane, cena 19 800 zł do negocjacji, tel. 508 - 481 - 807

(o/b)

Sprzedam Volkswagen Polo, (2006), benzyna, auto sprowadzone z Niemiec, do rejestracji, czyste, zadbane, klimatyzacja działa, cena 8 900 zł, tel. 669 - 160 - 831

(o/b)

Sprzedam Peugeot 308, (2008), 1.6 HDI, diesel, wspomaganie, centralny zamek, ABS, auto sprawne, ważne opłaty, cena 10 900 zł, tel. 518 - 634 - 453

(o/b)

Sprzedam Volkswagen Tiguan, (2008), diesel, stan bardzo dobry, kolor czarny, 140 KM, cena 32 000 zł, tel. 604 - 589 - 190

(o/b)

Sprzedam Seat Leon, (2012), auto sprawne, benzyna, 77 KM, przebieg 149 000 km, kolor srebrny, cena 21 000 zł do negocjacji, tel. 833 - 702 - 492

(o/b)

Sprzedam Subaru Forester, (2004), LPG, 177 KM, klimatyzacja, ABS, wspomaganie, radio CD, szyberdach, cena 11 900 zł, tel. 516 - 184 - 009

(o/b)

Sprzedam Seat Leon, (2013), 1.6 diesel, klimatyzacja, komplet kół zimowych, przebieg 289 000 km, cena 18 900 zł, tel. 508 - 183 - 852

(o/b)

Sprzedam Mazda 6, (2008), 2.0 diesel, 140 KM, przebieg 207 000 km, cena 16 000 zł do negocjacji, tel. 729 - 484 - 510

(o/b)

Sprzedam Volkswagen Caddy, (2007), diesel, stan idealny, nowe tarcze, klocki, rozrząd, przebieg 440 000 km, cena 19 999 zł do negocjacji, tel. 505 - 210 - 663

(o/b)

Sprzedam Ford Mondeo MK4, (2008), auto sprowadzone w 2018 r., diesel, cena 9 000 zł do negocjacji, tel. 574 - 218 - 170

(o/b)

Sprzedam BMW 118 D, (2009), diesel, auto w pełni sprawne, ważne opłaty, 140 KM, przebieg 300 000 km, cena 17 000 zł, tel. 573 - 949 - 426

(o/b)

Sprzedam Skoda Fabia, (2009), 1.2 benzyna, stan dobry, auto zarejestrowane, ubezpieczone, kolor srebrny, cena 7 900 zł, tel. 534 - 553 - 677

(o/b)

Sprzedam Toyota Auris, (2007), diesel, 125 KM, bogata wersja wyposażenia, auto bez uszkodzeń, garażowane, cena 15 900 zł do negocjacji, tel. 797 - 814 - 421

(o/b)

Sprzedam Volkswagen Passat B5, (2001), auto w dobrym stanie, ważne opłaty i przegląd, nowe opony, diesel, cena 7 900 zł do negocjacji, tel. 513 - 205 - 623

(o/b)

Sprzedam BMW Seria 1, (2006), diesel, stan bardzo dobry, nie wymaga wkładu finansowego, przebieg 220 000 km, cena 14 900 zł, tel. 660 - 065 - 322

(o/b)

Sprzedam Volkswagen Passat, (2007), benzyna, 2 kluczyki, ślady korozji i obcierki parkingowe, cena 9 500 zł, tel. 513 - 205 - 028

(o/b)

Sprzedam Citroen C3, (2002), benzyna, 60 KM, przebieg 219 000 km, cena 4 700 zł do negocjacji, tel. 604 - 398 - 705

(o/b)

Sprzedam Toyota Avensis, (2004), LPG, 129 KM, opłaty aktualne, stan bardzo dobry, przebieg 330 000 km, cena 10 500 zł do negocjacji, tel. 533 - 609 - 900

(o/b)

Sprzedam Ford Focus C-Max, (2006), LPG, ważne opłaty, naprawy robione na bieżąco, przebieg 251 000 km, cena 10 000 zł do negocjacji, tel. 509 - 281 - 155

(o/b)

Sprzedam Fiat Bravo, (2007), diesel, drugi właściciel, auto garażowane, wymieniony rozrząd, nowe opony, cena 8 900 zł, tel. 530 - 858 - 212

(o/b)

Sprzedam Peugeot 206, (2002), benzyna, w posiadaniu od 2 lat, ubezpieczenie ważne do grudnia, cena 1 900 zł, tel. 514 - 067 - 307

(o/b)

Sprzedam Volkswagen Passat, (2008), 1.9 TDI, diesel, stan techniczny dobry, auto serwisowane, do poprawek lakierniczych, cena 10 000 zł, tel. 515 - 370 - 880

(o/b)

Sprzedam Toyota Yaris, (2013), trzeci właściciel, benzyna, 69 KM, przebieg 209 900 km, cena 20 400 zł, tel. 662 - 158 - 734

(o/b)

Sprzedam Volkswagen Passat B5, (1999), 1.6 benzyna, w bardzo dobrym stanie, centralny zamek, klimatyzacja, cena 5 800 zł, tel. 507 - 599 - 944

(o/b)

KUPON BEZPŁATNE OGŁOSZENIE DLA ZMOTORYZOWANYCH

Treść ogłoszenia do 15 słów:

Warunkiem ukazania się ogłoszenia jest podanie ceny pojazdu!

Imię i nazwisko ogłaszającego:

Adres:

Tel.:

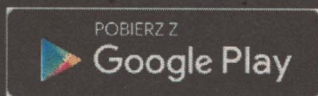
Oświadczam, że zamieszczam ogłoszenie jako osoba fizyczna nieprowadząca handlowej działalności motoryzacyjnej.

Czytelny podpis:

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

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

Pobierz aplikację mobilną



Najlepsza aplikacja w mieście



OGŁOSZENIA BEZPŁATNE ROLNICZE

Sprzedam talerzówkę Bomet, (2009), szerokość robocza 3,15 m, stan bardzo dobry, cena 6 500 zł do negocjacji, tel. 516 – 703 – 142

(o/b)

Sprzedam prasę kostkującą Sipma Z 224/1, stan bardzo dobry, garażowana, cena 9 500 zł do negocjacji, tel. 512 – 877 – 767

(o/b)

Sprzedam rozrzutnik 2-osiowy, woryginaie, mało używany, cena 8 500 zł, tel. 515 – 395 – 992

(o/b)

Sprzedam bronę talerzową, szerokość robocza 3,15 m, gotowa do pracy, cena 6 700 zł, tel. 785 – 538 – 767

(o/b)

Sprzedam prasę kostkującą Sipma Z 224/1, pierwszy właściciel, w ciągłej eksploatacji, cena 12 100 zł, tel. 503 – 540 – 089

(o/b)

Sprzedam kombajn zbożowy John Deere 530, stan bardzo dobry, heder 3,20 m, cena 15 500 zł do negocjacji, tel. 511 – 008 – 736

(o/b)

Sprzedam dojarke przewodową Westfalia, kompletna, cena 9 500 zł, tel. 517 – 976 – 109

(o/b)

Sprzedam kombajn zbożowy Claas Mercator 70, heder 4,20 m, sprawny, cena 17 900 zł do negocjacji, tel. 886 – 808 – 768

(o/b)

Sprzedam zgrabarkę Claas WS-380 S, (2000), w bardzo dobrym stanie, cena 9 500 zł, tel. 880 – 182 – 422

(o/b)

Sprzedam paszowóz, pojemność 12 m³, w bardzo dobrym stanie, posiada wagę, cena 31 500 zł, tel. 506 – 322 – 646

(o/b)

Sprzedam wał pierścieniowy, pierwszy właściciel, 3 m, stan bardzo dobry, mało używany, cena 8 500 zł do negocjacji, tel. 663 – 087 – 085

(o/b)

Sprzedam siewnik Poznaniak, 2,70 m, woryginaie, znaczniki, w ciągłym użytku, sprawny, garażowany, cena 2 500 zł do negocjacji, tel. 577 – 548 – 641

(o/b)

Sprzedam pługi obrotowe Nemeyer, (2008), cena 7 800 zł, tel. 511 – 279 – 861

(o/b)

Sprzedam agregat uprawowo-siewny Amazone AD-302, wysiew talerzowy, zabezpieczenia wałka ze sprzęgłem, cena 33 000 zł, tel. 605 – 439 – 789

(o/b)

Sprzedam rozrzutnik obornika Brochard, łańcuchy hakowe, ładowność 10 ton, stan bardzo dobry, cena 26 000 zł do negocjacji, tel. 602 – 862 – 037

(o/b)

Sprzedam agregat podorywkowy Lemken, szerokość robocza 2,60 m, cena 5 700 zł do negocjacji, tel. 572 – 027 – 752

(o/b)

Sprzedam pługi Kverneland, 4-skibowe, sprowadzone z Holandii, oryginalne elementy robocze, cena 33 500 zł, tel. 517 – 976 – 109

(o/b)

Sprzedam prasę zmienno-komorową Claas Variant 380, szeroki podbieracz, cena 54 500 zł, tel. 502 – 243 – 394

(o/b)

Sprzedam bronę Amazone z hydropakiem, stan bardzo dobry, cena 11 900 zł do negocjacji, tel. 886 – 251 – 224

(o/b)

Sprzedam rozrzutnik obornika Czarna Białostocka, 1-osiowy, w bardzo dobrym stanie, cena 5 300 zł do negocjacji, tel. 798 – 634 – 097

(o/b)

Sprzedam siewnik zbożowy Poznaniak, 2,70 m, przekładnia olejowa, mało używany, garażowany, grabki, znaczniki, cena 4 200 zł, tel. 515 – 395 – 992

(o/b)

Sprzedam rozrzutnik obornika Czarna Białostocka, w pełni sprawny, zdrowa rama, około 2 lat nieużywany, cena 4 500 zł, tel. 516 – 139 – 239

(o/b)

Sprzedam prasę łańcuchową Krone Round Pack 1250, rotor z nożami, wałek szerokokątny ze sprzęgłem, cena 73 000 zł do negocjacji, tel. 514 – 821 – 537

(o/b)

Sprzedam dojarke bezprzewodową, (2000), cena 5 100 zł do negocjacji, tel. 734 – 185 – 617

(o/b)

Sprzedam prasę Sipma Z 279/1, woryginaie, niemalowana, sprawna, szeroki podbieracz, owijanie sznurkiem, cena 16 500 zł, tel. 784 – 161 – 031

(o/b)

Sprzedam kopaczkę do ziemniaków, cena 2 200 zł, tel. 798 – 634 – 097

(o/b)

Sprzedam siewnik zbożowy Sulky, szerokość robocza 3 m, sprawny, w bardzo dobrym stanie, cena 4 600 zł do negocjacji, tel. 513 – 596 – 479

(o/b)

Sprzedam pszczoły, 6 rodzin, ule warszawskie, zwykłe, nowe, jednoroczne, na 12 ramkach, miejscowość Krzewo Nr 101, gmina Piątnica, cena 460 zł do negocjacji, tel. 720 – 698 – 860

(o/b)

Sprzedam wóz paszowy, 10 m³, sprowadzony, chodzi jak należy, cena 26 000 zł, tel. 506 – 322 – 646

(o/b)

Sprzedam kosiarkę dyskową Krone Easy Cut 280, w bardzo dobrym stanie, szerokość robocza 2,80 m, centralne zawieszanie, cena 14 900 zł, tel. 509 – 628 – 118

(o/b)

Sprzedam kopaczkę do ziemniaków, elewatorowa, w bardzo dobrym stanie, po kompletnym remoncie, cena 3 100 zł, tel. 795 – 705 – 314

(o/b)

Sprzedam kosiarkę Vicon, 6 dysków, 2,40 m, sprawna, woryginaie, wałek ze sprzęgłem, cena 12 500 zł do negocjacji, tel. 504 – 409 – 278

(o/b)

Sprzedam kombajn zbożowy Bizon, (1989), pierwszy właściciel, niemalowany, niespawany, garażowany, wszystko sprawne, cena 57 000 zł, tel. 515 – 316 – 338

(o/b)

Sprzedam wał posiewny, stan bardzo dobry, szerokość 2 m, niemalowany, niespawany, cena 5 200 zł, tel. 510 – 969 – 979

(o/b)

Sprzedam rozrzutnik obornika Tytan 11, sprawny, cena 48 500 zł do negocjacji, tel. 796 – 530 – 023

(o/b)

Sprzedam kombajn New Holland 1545, heder 4 m, nowe łożyska, cena 38 500 zł, tel. 669 – 016 – 172

(o/b)

Sprzedam rozrzutnik obornika Igamet, (2011), 6 ton, pierwszy właściciel, mało używany, stan idealny, cena 19 900 zł do negocjacji, tel. 506 – 217 – 703

(o/b)

Sprzedam kombajn Claas Mercator 75, rura hydrauliczna, heder 3 m, silnik 6 Perkins, aktualnie w trakcie żniw, cena 22 000 zł, tel. 797 – 772 – 197

(o/b)

Sprzedam pługi Kverneland Vario 4, obracane, zabezpieczenią resorowe, kostka pamięci, możliwość regulacji orki podczas jazdy, cena 24 500 zł, tel. 508 – 183 – 852

(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.

Letnie festiwale w pełni, co jeszcze przed nami?

W tym roku lato obfituje w wiele atrakcyjnych wydarzeń kulturalnych. Szczególną popularnością cieszą się festiwale muzyczne. To nie tylko okazja, by oddać się bez trosce i szalonej zabawie w gronie przyjaciół, ale także szansa na spotkanie idoli, posłuchanie wybitnych artystów „na żywo” i skorzystanie z masy dodatkowych atrakcji oraz konkursów w ramach akcji Xperience Your Way. Specjalna strefa towarzyszy: Sunrise Festival Kołobrzeg, SunFest Festival Kołobrzeg, SBM Festival. Pierwszy z nich, święto muzyki elektronicznej, zakończył się 24 lipca i zebrał znakomite recenzje. Nad polskim morzem podczas SunFestu muzycznym emocjom oddawali się fani polskiego hip-hopu. Z kolei w dniach 23 – 26 sierpnia na uczestników SBM Festival czeka kolejna dawka solidnego rapu. Na warszawskiej scenie wystąpią m.in. Mata, So-kół czy Żabson.



Koncerty wzbogacone są o wspomnianą już strefę Xperience Your Way. To miejsce, gdzie festiwalowicze mogą nabyć customowe koszulki, własnoręcznie wykonać graffiti, zrobić szalone selfie czy ozdobić ciało tymczasowym tatuażem. Dodatkowo będzie można

zagrać w kultową grę komputerową PONG czy złożyć pozdrowienia za pośrednictwem wielkiego telebimu. Strefa daje także okazję osobom palącym poznać jedną z mniej szkodliwych alternatyw dla palenia, jaką są podgrzewacze tytoniu, np. GLO. Warto też śledzić profile

społecznościowe Xperience Your Way, gdyż w ramach organizowanego tam konkursu oprócz zestawów podwójnych biletów, zwycięzcy mogą liczyć na bezpłatny przejazd na festiwal i samochód z kierowcą do dyspozycji przez cały czas trwania imprezy.

OFERTA PRACY

PREFBET
ŚNIADOWO

W związku z rozwojem produkcji firma PREFBET – Śniadowo zatrudni pracowników na stanowiskach:

- Inżynier automatyki i robotyki
- Elektryk zmianowy

Oferujemy:

- Stabilne warunki zatrudnienia-umowa o pracę
- Wynagrodzenie godzinowe + premia
- Szkolenia zawodowe i możliwość podnoszenia kwalifikacji
- Szeroki zakres świadczeń socjalnych (ubezpieczenia medyczne, dopłaty do wypoczynku, dopłaty do dojazdów do pracy)

Zgłoszenia proszę kierować do Sekretariatu P.P.B. Prefbet Sp. z o.o.,
Kolejowa 17, 18-411 Śniadowo, e-mail: sekretariat@prefbet.pl, tel. 86 217 61 28

z dopiskiem

"Wyrażam zgodę na przetwarzanie moich danych osobowych w celu rekrutacji zgodnie z art. 6 ust. 1 lit. a Rozporządzenia Parlamentu Europejskiego i Rady (UE) 2016/679 z dnia 27 kwietnia 2016 r. w sprawie ochrony osób fizycznych w związku z przetwarzaniem danych osobowych i w sprawie swobodnego przepływu takich danych oraz uchylenia dyrektywy 95/46/WE (ogólne rozporządzenie o ochronie danych)".

Walka o maszt. Nie zawsze przeciw

Wprowadzamy w Polsce telefonię komórkową piątej generacji, nazywaną w skrócie 5G. To dobra okazja dla samorządowców, by przypomnieć sobie lekcje fizyki i dzięki solidnej wiedzy prowadzić otwarty dialog z mieszkańcami. Nowe technologie telekomunikacyjne łączą ludzi z niebywałą łatwością i doskonałą jakością, ale z drugiej strony wywołują pytania, a czasem obawy mieszkańców, którzy mogą nie rozumieć, jak to działa?

Najpierw trzeba stwierdzić, że 5G działa dobrze. Liderem wprowadzania tej technologii są Chiny i Stany Zjednoczone, a w Europie Niemcy. Najbogatsze państwa świata i najszybciej rosnące gospodarki stawiają na transformację cyfrową, której trzonem jest niezawodna telekomunikacja, a zwłaszcza transfer danych. Dzięki temu mogą rozwijać sklepy i usługi internetowe, bankowość elektroniczną czy dostęp do światowych zasobów kultury i edukacji.

NIE WSZĘDZIE JEST ŚWIATŁOWÓD

Mieszkasz w gminie pozbawionej możliwości założenia światłowodu, gdzie internet działa, „jak wiatr zawieje”? Takich miejsc jest w Polsce ciągle bardzo dużo i prawie 20% mieszkańców narzeka na słaby internet w swojej miejscowości. W tych przypadkach mówi się o wykluczeniu cyfrowym. Oznacza to zarówno brak możliwości pracy zdalnej czy płatności kartą, jak i niższy poziom bezpieczeństwa mieszkańców, bo chociażby wezwanie pomocy w nagłych wypadkach czy teleporada medyczna nie zawsze będą możliwe, itp. Średnia prędkość internetu mobilnego w Polsce jest niższa niż w sąsiednich krajach z powodu braku częstotliwości dedykowanych dla 5G. Wyprzedza nas nie tylko Europa Zachodnia, ale też Rumunia czy Czechy.

Mieszkańcy upominają się – i słusznie – o lepszy, szybszy, bardziej stabilny internet. Władze lokalne mogą w tym pomóc umożliwiając operatorom budowę stacji bazowych telefonii komórkowej (SBTK). Tu jednak zaczynają się pierwsze kłopoty ze znajomością fizyki, bo zawsze znajdzie się kilka osób głoszących fake newsy o szkodliwym wpływie promieniowania elektromagnetycznego (PEM) na ludzkie zdrowie. Cóż, jeśli burmistrz nie odrobił kiedyś lekcji z elektrodynamiki, to teraz nie będzie umiał podjąć dialogu z oponentami.

NAUKA I 5G

Sieć 5G to nic innego jak transmisja radiowa na określonej częstotliwości, podobnie jak ma to miejsce obecnie w sieciach 2G, 3G, czy 4G. W sieci 5G będą wykorzystywane częstotliwości z pasm: 700 MHz, 3,4-3,8 GHz oraz 26 GHz, a więc takie, które dotychczas były już wykorzystywane aczkolwiek w innych zastosowaniach niż sieci komórkowe. Protesty przeciwko budowie lub za zmianą lokalizacji stacji bazowych telefonii komórkowej przypominają w swojej logice rzucanie się z motyką na słońce i to w dosłownym znaczeniu. To jak protest, żeby w ogródku sąsiada było więcej słońca, a u nas – więcej cienia.

Warto wiedzieć, że w każdym kraju zakłada się pewne dopuszczalne poziomy promieniowania elektromagnetycznego, które gwarantują bezpieczeństwo wszystkich obywateli bez względu na czas i miejsce przebywania i z zasady nie mogą być przekraczane. Poziomy dopusz-

czalne dotyczą także PEM emitowanego przez stacje bazowe telefonii komórkowej. Za dotrzymanie wartości PEM poniżej poziomów dopuszczalnych, na podstawie pomiarów wykonanych przez akredytowane laboratoria badawcze w otoczeniu stacji bazowych, odpowiadają prowadzący instalacje. Poza klasycznymi pomiarami PEM w otoczeniu stacji bazowych prowadzony jest również monitoring środowiska na obszarze PEM – te zadania realizuje Inspekcja Ochrony Środowiska. Niezależnie kampanie pomiarowe PEM, jak również monitoring PEM, prowadzą niezależne jednostki badawcze, takie jak np. Instytut Łączności – PIB.

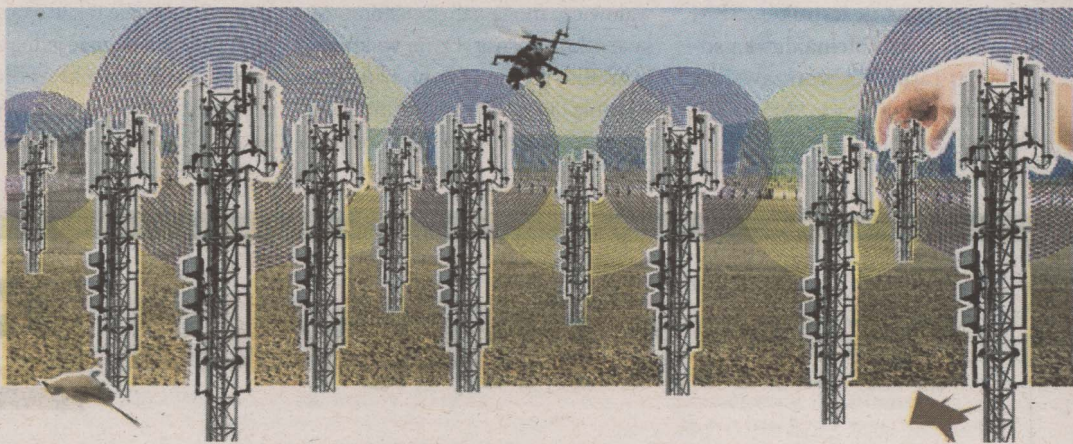
Światowa Organizacja Zdrowia (WHO), która reprezentuje środowisko nauk medycznych, zapewnia, że technologia 5G nie wywołuje żadnych negatywnych skutków dla zdrowia publicznego, o ile ustalone poziomy dopuszczalne są dotrzymane, a jak wiadomo ich dotrzymanie jest obowiązkowe (za przekroczenie grożą kary). Używanie urządzeń bezprzewodowych nie wywiera negatywnego wpływu na organizm człowieka, a jedyny udowodniony naukowo efekt oddziaływania to efekt termiczny. Przed nim jednak chronią właśnie obowiązujące poziomy dopuszczalne, gwarantujące aż 50-krotny margines

z dostępnością szerokopasmowego internetu w danej lokalizacji. Nieruchomości w miastach ze słabym internetem są wyraźnie tańsze, a ich wynajem, nawet czasowy, nie jest tak opłacalny, jak w lokalizacjach z szybkimi łączami.

WYBORCY NIE ZAWSZE MAJĄ RACJĘ

Technologia 5G w wielu polskich miejscowościach stała się tematem politycznym. Powielanie fałszywych informacji o szkodliwości stacji bazowych telefonii komórkowej jest wykorzystywane np. przez lokalnych działaczy opozycji do walki z władzą lub przez obce grupy wpływów, którym zależy na paraliżowaniu rozwoju naszego państwa. To nic nowego, bo podobne protesty dotyczyły już wcześniej wiatraków. Zdarza się, że burmistrzowie wstrzymują inwestycje pod naporem takich głosów, choć mają świadomość negatywnych konsekwencji braku dostępu do szerokopasmowego internetu dla swojego terenu.

Naprzeciw pytaniom mieszkańców i opisanym problemom wódcy i samorządowców wyszedł KPRM oraz Instytut Łączności – PIB w projekcie „Sprawna telekomunikacja mobilna jako klucz do rozwoju i bezpieczeń-



stwa”. W jego ramach są organizowane szkolenia dotyczące procesu inwestycyjnego, technologii telekomunikacyjnych, a także tego, jak rozmawiać z mieszkańcami, by rozwiązać istniejące problemy, a nie pogłębić je. Wszystkie osoby z samorządów i władz lokalnych, które chciałyby wziąć udział w takich szkoleniach, mogą zgłosić się przez e-mail: proces_inwestycyjny@il-pib.pl.

BIZNES I 5G

Zdarza się, że miasta z wydzieloną strefą zabytkową i uzdrowiska odmawiają lokalizacji stacji bazowych telefonii komórkowej, tłumacząc się przepisami o ochronie krajobrazu. Przeciętny turysta nie dostrzega w tych decyzjach żadnej logiki, bo zastawione szkaradnymi straganami promenady nadmorskich miejscowości trudniej „odwiedzić” niż stację bazową. A brak możliwości nadawania na żywo relacji z wakacji w mediach społecznościowych może odstraszać młodych turystów od odwiedzenia wielu miejscowości.

Także zamożniejsi inwestorzy, którzy rozważają zakup nieruchomości wakacyjnej omijają tzw. dziury komórkowe. Badania InsightOut Lab z 2022 r. pokazują, że skłonność do inwestowania na rynku nieruchomości łączy się

Ekspertki wytłumaczają, na czym polega idea sprawnej sieci telekomunikacyjnej i dlaczego maszty muszą mieć konkretną lokalizację, którą można porównać do wyplatania koronki – liczy się idealny, powtarzalny wzór, a nie łączenie nitek w dowolną kombinację. Optymalne rozmieszczenie masztów według ściśle określonych zasad planowania radiowego gwarantuje wszystkim użytkownikom urządzeń mobilnych płynną łączność dobrej jakości, pomimo przemieszczania się urządzenia, np. smartfonu pomiędzy kolejnymi stacjami bazowymi. Właśnie dlatego nie da się masztu przesunąć o kilometr w lewo lub w prawo, bo pewne obszary nie będą miały zapewnionego właściwego pokrycia sygnałem radiowym i taka sieć po prostu nie będzie działała sprawnie.

Przydatne wskazówki znajdziesz także tutaj:

<https://www.gov.pl/5g/powiedzsprawdzam-i-dowiedz-sie-gdzie-szukac-informacji-o-inwestycjach-telko-by-sie-nie-zakopac>

Jeśli jesteś burmistrzem lub starostą powiatowym i wpłynął do Ciebie wniosek o ustanowienie inwestycji celu publicznego, to nie czekaj aż konflikt zacznie eskalować. Pamiętaj, że w procesie inwestycyjnym bierze udział wiele podmiotów.

Działaj:

1. oceń, czy inwestycja dotyczy lokalizacji o wysokim ryzyku protestów;
2. poproś inwestora o spotkanie i rozmowę;
3. dokładnie informuj mieszkańców, co się dzieje.

Policjanci z Łomży pomogli dziecku

Do dyżurnego łomżyńskiej komendy zadzwonili zrozpaczeni rodzice spod Łomży z prośbą o pomoc w szybkim dotarciu do szpitala, ponieważ ich malutka córeczka połknęła metalowy przedmiot. Na miejsce natychmiast wyruszył patrol, który od granic miasta na sygnale pilotował opla z dziewczynką do drzwi łomżyńskiego szpitala. Tu lekarze szybko uporali się z problemem i dziecko wróciło do domu.

Złodziejska para

Policjanci z posterunku w Rutkach-Kossakach zatrzymali kobietę (26 lat) i mężczyznę (28 lat), przyłapanych przez pracownika ochrony na próbie wyniesienia ze sklepu artykułów przemysłowych. Śledztwo wykazało, że nie była to jednorazowa kradzież. Straty zostały oszacowane na kwotę ponad 2 tys. złotych. Kobieta i mężczyzna usłyszeli zarzuty kradzieży. Staną przed sądem.

Splonęła belarka

Belarka i słoma z ok. 60 arów splonęła w Lubowiczu Wielkim (gm. Klukowo). Przed przybyciem strażaków rolnikowi udało się odczepić maszynę od ciągnika i odjechać nim na bezpieczną odległość.

Przepadła zaliczka

Mieszkaniec (38 lat) powiatu kolneńskiego zainteresował się ogłoszeniem w internecie o sprzedaży audi w atrakcyjnej cenie. Auto z 2018 roku wystawione było za kwotę 105 tysięcy zł i miało zostać sprowadzone z Niemiec. Po rozmowie ze sprzedającym na podane przez niego konto wpłacił 20 tys. zł zaliczki. Po kilku dniach kontakt ze sprzedającym urwał się i kupujący zgłosił oszustwo kolneńskiej policji.

Przygnieciony przez kombajn

Helikopter Lotniczego Pogotowia Ratunkowego ratował rolnika ze wsi Malec (gm. Ciechanowiec), któremu podczas prac naprawczych na podwórku kombajn zbożowy przygniół stopę. W momencie przybycia pomocy noga była uwolniona przez naprawiających z nim maszynę.

Tragedia w Srebrnej: zginęło dziecko!



„Z wielkim smutkiem, niedowierzaniem i w poczuciu ogromnej straty przyjęliśmy wiadomość o śmierci naszego ucznia Karolka. W imieniu całej społeczności szkolnej składamy Rodzinie i Bliskim wyrazy współczucia i solidarności w tych bolesnych chwilach”, pisze Szkoła Podstawowa w Srebrnej (gm. Szumowo) po śmierci swego ucznia (9 lat) w tragicznym wypadku. Zginął w nim przygnieciony trakto-

rem, gdy ojciec nie chcąc najechać na mężczyznę, który spadł z jadącego przed nim skutera, zjechał na pobocze, w wyniku czego traktor się wywrócił. Do szpitala przewieziony został kierowca traktora i pasażer skutera. Skuterem, który brał udział w tragedii jechał trzynastolatek bez uprawnień do kierowania pojazdem. W dodatku uciekł z miejsca wypadku. Fot. KP PSP Zambrów



Helikopter Lotniczego Pogotowia Ratunkowego zabrał pasażerkę i kierowcę seata, który podczas wyprzedzania stracił nad nim panowanie. Auto uderzyło w drzewo w Pruszkach Wielkich, na drodze Rutki-Kossaki – Łomża. Fot. OSP Rutki-Kossaki



Kierująca tym peugeotem kobieta trafiła do szpitala po uderzeniu przez volkswagena, który nagle zjechał z przeciwnika na jej pas ruchu na drodze serwisowej S8 na wysokości miejscowości Rutki-Kossaki. Fot. OSP Rutki-Kossaki

Poradnia psychologa

Od pierwszego wejrzenia



Fot. pixabay

Zobaczyłem tę dziewczynę i zakochałem się od pierwszego wejrzenia. Od tej chwili nie mogę przestać o niej myśleć. I nie chcę przestać. Ale boję się, że to jest jakieś dziwne, nigdy mi się to wcześniej nie przydarzyło.

Marcin

Zakochanie się jest w psychologii rozumiane na różne sposoby, nie można jednak zgodzić się z tym, że zawiera w sobie coś, czego żadna teoria nie potrafi wytłumaczyć, magię.

Niektórzy mówią o „chemii miłości”: w pewnych sytuacjach odzywa się w nas z niezwykłą intensywnością popęd płciowy, który odczuwamy jako zakochanie. Taka fala podniecenia może być spowodowana czymś banalnym, spojrzeniem, gestem, wyglądem lub zapachem.

Są psychologowie, którzy miłość od pierwszego wejrzenia wiążą z zakochaniem w sobie. „Czymże

bowiem jest miłość do nieznanej osoby, jak nie uczuciem kierowanym do własnego wyobrażenia o niej?”, twierdzą. Ponieważ nie znamy człowieka, którego pierwszy raz widzimy, toteż nie kochamy go, lecz kochamy nasze myśli o nim. Taka miłość jest z góry skazana na porażkę, bowiem wcześniej czy później przekonamy się, że osoba z krwi i kości odbiega od naszego wyobrażenia i wtedy gotowe jest rozczarowanie. Miejemy nadzieję, że w Pana przypadku jest to błędne mniemanie.

Co do niepokoju, że to jakieś dziwne, uspokoję: to, że się zakochujemy jest normalne niezależnie od tego, czy po długiej lub krótszej znajomości, czy od pierwszego wejrzenia. Także to, że wtedy się o kims, w kim się zakochaliśmy, myśli.

DR MARCIN FLORKOWSKI
psycholog



Przysmak podlaski

Ziemniaki po szwedzku

Składniki:

- 1 kg ziemniaków
- 80 g masła lub margaryny
- 3-4 łyżki oliwy z oliwek
- ulubione zioła świeże lub suszone
- sól, pieprz

Ziemniaki obieramy, a następnie dokładnie myjemy. Nacinamy je w poprzek co kilka milimetrów. Nacieramy oliwą z oliwek i ulubionymi przyprawami. Oprószamy też solą i pieprzem. Ziemniaki po szwedzku pieczemy w 200 stopniach Celsjusza przez około 50 minut. Po tym czasie układamy na nich kawałki masła oraz świeże zioła (opcjonalnie). Doskonale będą komponować się z kotletami i ulubioną surówką. Możemy jednak przygotować do nich również sos czosnkowy i jeść posypane na przykład świeżym szczypiorkiem lub koperkiem.



Fot. pixabay

Pytanie intymne

Mój chłopak jest wysoki i dobrze zbudowany, a ja jestem szczupła i niska. Lubię, gdy mnie całuje i pieści, ale boję się seksu z nim, bo pewnie ma dużego penisa i nie będziemy do siebie pasować.

Beata

Nie ma reguły, że wysoki mężczyzna jest obdarzony obfitą męskością, a niski skromnym penisem. I nie ma też reguły, że szczupła kobieta będzie miała małe narządy.

Kształt i wielkość penisa i pochwy nie mają wielkiego wpływu na erotyczne odczucia. Jakość seksu zależy głównie od uczucia i od zaangażowania, finezji pieśszcót i fantazji.

Ścianki pochwy są bardzo rozciągliwe i nawet szczupła kobieta może przyjąć w siebie dorodnego penisa. Łatwiej go przyjmie, gdy będzie bardzo podniecona i nawilżona. A jeśli zdarzyłoby się, że wielkość byłaby problemem, to zawsze można dopasować odpowiednią pozycję.

Należy też pamiętać, że najbardziej wrażliwe miejsca znajdują się w pierwszym odcinku pochwy (około 3 cm od wejścia) na przedniej ścianie. By było dobrze, nie trzeba wcale głębokiej penetracji.

Mężczyzna z naprawdę dużym penisem powinien wykazać się dużą wrażliwością i delikatnością, aby nie sprawić kochanej kobiecie bólu.

Lekarz domowy

Czuję i słyszę, jak mi strzyka w kolanie. Czy powinienem to leczyć?

Andrzej

Strzykanie może być objawem przeciążenia stawów. Gdy strzykaniu towarzyszy ból, może to oznaczać uszkodzenie chrząstki w stawie. Do szybszego zużycia chrząstki przyczynia się otyłość, siedzący tryb życia, przeciążenia, a także cukrzyca, zaburzenia hormonalne, stres. W lecze-

niu stosuje się maści i ćwiczenia (pływanie, jazda na rowerze, spacer).

Budulcem chrząstki, który możemy mieć w posiłku, jest galaretka drobiowa lub wieprzowa, a także mleko i twaróg. Można też pić (gdy zgęstnieje, jeść łyżeczką) naturalną żelatynę. Dłużej występujące strzykanie warto skonsultować z ortopedą, bo mogą to być objawy stanu zapalnego stawów albo postępujących zmian zwyrodnieniowych.

Pod paragrafem

Chciałabym dowiedzieć się, czy po Europie można podróżować z psem?

Maria

Można podróżować, ale pies musi mieć swój paszport. W dokumencie wpisane są dane właściciela i psa. Paszport ważny jest rok, wyrabia się go u weterynarza. Pies musi mieć aktualne świadec-

two szczepień (głównie przeciw wściekliznie) i mikrochip (identyfikator) lub tatuaż z psim PESELEM. Pies nie może mieć kleszczy ani tasiemca. Belgia i Finlandia nie wpuszczają psów poniżej trzeciego miesiąca życia. Dla podróżujących małych psów samochodem można kupić klatkę, duże pasy muszą być przypięte pasami (są „psie” w sklepach zoologicznych).

Co o tobie mówi Barbie!



Wybierz lalkę Barbie, która zwróciła twoją uwagę. Co to mówi o tobie?

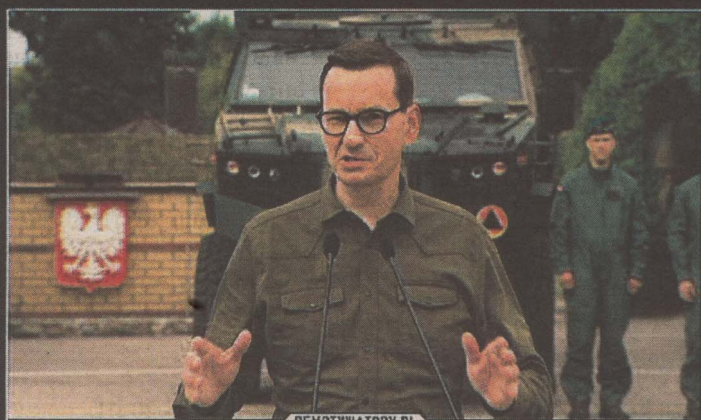
1. Jesteś osobą, która nie boi się wyrażać swoich poglądów i ujawniać pomysłów. W dodatku posiadasz zdolność myślenia poza utartymi schematami. Lubisz ryzyko i potrafisz z determinacją stawiać czoło wyzwaniom, jeśli uznasz, że to dla ciebie naprawdę ważne.

2. Zależy ci na tym, aby wyglądać dobrze, podkreślić swoją indywidualność. Nie jest to przejaw próżności, ponieważ nie znosisz sztampy w żadnej dziedzinie. U innych cenisz oryginalne widzenie świata, spojrzenie na rzeczywistość, pasję. Ludzie cenią i lubią cię za otwartość, tolerancję, szczerą radość z sukcesów innych.

3. Masz wyraźne oczekiwania co do relacji z innymi ludźmi: powinny być partnerskie, bez cienia wzajemnej zależności, z krytycyzmem wobec innych, ale także wobec siebie. Oczekujesz uczciwości i lojalności. Nie akceptujesz półśrodków w żadnej sferze. Wynika to z twojej życiowej postawy: zawsze starasz się osiągnąć najlepsze wyniki i nie poddajesz się w obliczu trudności.

4. Jesteś człowiekiem dociekliwym, lubisz zgłębiać różnorodne tematy. Masz zdolność skupienia się na szczegółach, ale i analizy. Poznawanie nowego, zdobywanie nowych umiejętności jest dla ciebie sposobem na rozwijanie się i lepsze zrozumienie świata.

Nie trzeba bać się tych białoruskich helikopterów!



Tuż po przekroczeniu polskiej przestrzeni powietrznej zostały przepisane na moją żonę



Do psychiatry zgłosił się facet, któremu wydawało się, że jest myszą. Po kilku miesiącach terapii przyszedł zadowolony do lekarza z butelką koniaku.

– Panie doktorze, jestem już w 100 procentach zdrowy, dziękuję panu!

– Nie ma za co, przecież to moja praca – odparł lekarz.

Po jakimś czasie, przychodzi na wizytę kontrolną. Z przerażeniem w głosie mówi do lekarza:

– Panie doktorze, widziałem kota!

– No tak, ale to przecież nic takiego. W końcu wie pan już, że nie jest pan myszą.

– Ja wiem, ale czy kot wie?

Lekarz leczy pacjenta zdalnie. Pacjent dziękuje Bogu. Osobiście.

– Doniesiono mi dzisiaj w pracy, że widziano naszego syna kupującego prezerwatywy w aptece. Co robimy? – pyta matka.

– Cieszymy się, że nie był to test ciężowy – odpowiada ojciec.

Mojej żonie zapisuję paracetamol i ibuprofen. Całą resztę majątku zapisuję mojej sąsiadce, której nigdy nie bolała głowa.

Na plażę przyjeżdża samochód Zakładu Oczyszczania Miasta. Wsiadają pracownicy i zaczynają zbierać butelki, papiery, puszki, opakowania, folie, pampersy, peaty, resztki jedzenia, niedopalone patyki z ognisk. Widząc to kilkuletni chłopczyk przybiega do mamy i woła:

– Mamo, mamo, śmieciarze przyjechali!

– Śmieciarze, to my. Ci panowie, to służba sprzątająca po śmieciarzach – mówi mama.

Miłość nie ma nic wspólnego z seksem. To, że skarbówka mnie wyzymała nie oznacza jeszcze, że ją Kocham.

Chłopakowi spodobała się dziewczyna z pracy. Po kilku podejściach umówili się na kolację. Zaprosił ją do eleganckiej restauracji, siedli przy stoliku, kelner zaprezentował menu. Chłopak przeżył lekki szok, gdy wybrała najdroższe przekąski, danie, dostawki i wino. „Odbiję to sobie u mnie”, pomyślał. Gdy kelner dostarczył potrawy i stolik był prawie cały zastawiony, pyta:

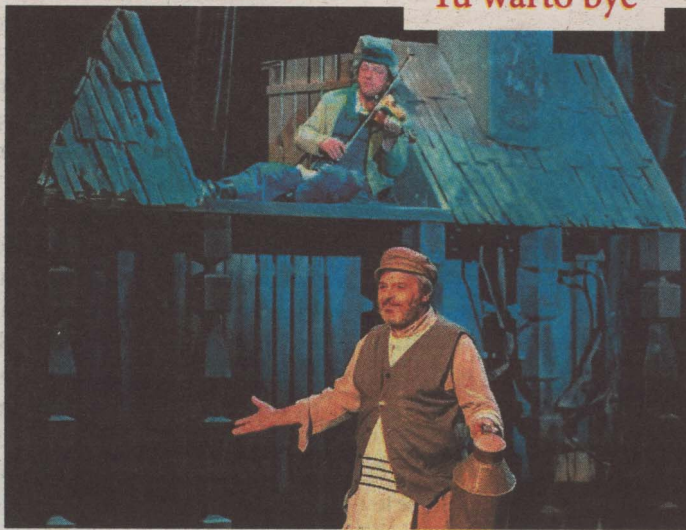
– Ty zawsze tak dużo jesz?

– Nie, tylko wtedy, gdy mam okres... – odpowiada dziewczyna.



Gdy wybieriecie PO to kury wam się przestaną nieść a krowy nie będą dawać mleka

Tu warto być



Skrzypek na dachu

Słynny musical „Skrzypek na dachu” przez 9 lat nie schodził z afisza na nowojorskim Broadway’u po prapremierze w 1964 roku. Od tego czasu odbyło się ponad 3 000 przedstawień, które podbiły serca publiczności na całym świecie. Polską wersję musicalu w Teatrze Żydowskim zrealizował w 2002 roku polski aktor, reżyser, inscenizator i choreograf, znawca kultury żydowskiej Jan Szurmiej. Spektakl zostanie zaprezentowany w środę, 16 sierpnia, o godz. 20.30 na Rynku Kościuszki w Białymstoku. Choć to środek tygodnia, warto się wybrać! Wstęp wolny.

Grajewo

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

■ Spektakl dla dzieci „3X Królowa, 3X Smok” w wykonaniu Teatru pod Orzełkiem; środa, 16 sierpnia, godz. 11.00. Bilety w kasie.

Łomża

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

■ Koncert zespołu pianisty i kompozytora Dariusza Petery, który tworzą topowi muzycy polskiej sceny jazzowej: Emil Misk, Maciej „Kocin” Kociński, Krzysztof Lenczowski, Andrzej Świągły i Krzysztof Szymański; piątek, 11 sierpnia, godz. 18.00. Wstęp wolny.

■ Koncert bliźniaczek, wokalistek, kompozytorek, auterek tekstów Dagmary i Martyny Melosik, laureatek Nagrody Publiczności w koncercie „Debiuty” 55 Festiwalu w Opolu za piosenkę „Batumi”; sobota, 12 sierpnia, godz. 18.00. Wstęp wolny.

Zambrów

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

■ Koncert „Dzieci Sancheza” pamięci Andrzeja Sokołowskiego, w którym wystąpią jego przyjaciele: zespół Bill Bord, Adam „Szabas” Kowalewski, Sławomir Kosiński, Marcin Sokołowski z Olą Wiśniewską i Marek Bańkowski; poniedziałek, 14 sierpnia, godz. 17.00. Wstęp wolny.

Repertuar kin:

■ Kino „Relax” Grajewo: 12 – 13 sierpnia – „Lassie. Nowe przygody”, godz. 16.30 i „Pajęczyna”, godz. 19.00. Kino „Wrzos” Kolno: 11 sierpnia – „Mavka i strażnicy lasu”, godz. 13.00 oraz „Miraculus: biedronka i czarny kot”, godz. 14.45 i „Barbie”, godz. 16.45. Kino „Wars” Wysokie Mazowieckie: 11 sierpnia – „Między nami żywiołami”, godz. 17.00 i „Porady na zdrady 2”, godz. 20.00; 12 sierpnia – „Porady na zdrady 2”, godz. 17.00 i „Między nami żywiołami”, godz. 20.00; 13 sierpnia – „Między nami żywiołami”, godz. 17.00 i „Porady na zdrady 2”, godz. 20.00; 16 sierpnia – „Porady na zdrady 2”, godz. 17.00 i „Między nami żywiołami”, godz. 20.00; 17 sierpnia – „Titina”, godz. 11.00 oraz „Między nami żywiołami”, godz. 17.00 i „Porady na zdrady 2”, godz. 20.00. Kino MOK Zambrów: 11 – 13 i 16 – 17 sierpnia – „Kici Kocia na pikniku”, godz. 14.30 oraz „Alibi.com 2”, godz. 16.30 i „Oppenheimer”, godz. 18.30.

Cleo, parada starych traktorów, obrzędy XXI Podlaskie Święto Chleba

Święto Chleba w Ciechanowcu rozpocznie się Mszą Świętą w kościele Trójcy Przenajświętszej w niedzielę, 13 sierpnia, o godz. 10.00. Po Mszy przejazd zaprzęgów konnych do Muzeum Rolnictwa o godz. 11.30.

Po oficjalnym otwarciu Święta, o godz. 12.45 parada zabytkowych ciągników i lokomobil. Od godz. 13.30 do 16.45 koncerty zespołów Pro-

ject M2, Warszawska Kapela Podwórkowa, Trzeci Oddech Kaczuchy i Anny Żebrowskiej. Równoległe od godz. 14.00 do 15.50 prezentacja zwyczajów i obrzędów żniwnych (koszenia, młócenia, wspólna biesiada). O godz. 17.30 koncert Syleny, o godz. 18.30 Mitry, a o godz. 20.00 gwiazdy wieczoru Cleo.

Od początku, czyli od godz. 10.00 występy zespołów folklorystycznych i kapel ludowych.

HOROSKOP

BARAN (21 III – 19 IV): ktoś jest Tobą zainteresowany, ale może nie mieć śmiałości, aby się z tym ujawnić. Ułatw to. Działasz trochę bez zastanowienia.

BYK (20 IV – 21 V): ożywienie, które przyniesie ciekawie zmiany. Poddaj się tej energii i idź do przodu z najważniejszą decyzją, o której myślisz.

BLIŹNIĘTA (22 V – 21 VI): rozważasz zmiany, żeby z Tobą i Tobie łatwiej się żyło? To dobry czas na takie decyzje. Miłość przyniesie zmiany także w uczuciach.

RAK (22 VI – 22 VII): jest dziwna sprawa i czujesz się nie najlepiej? Dowiedz się, na czym stoisz, by na tej podstawie podejmować decyzje.

LEW (23 VII – 22 VIII): coś nie poszło według planów? Dla odmiany zajmij się czymś, w co wierzysz i co przynosi rezultaty od razu. Nadzieja dodaje ducha i wynosi na wyższy poziom.

PANNA (23 VIII – 22 IX): jeśli ktoś Ci źle życzy, nie wpadaj w panikę. Nie ma teraz w Tobie odporności na złośliwość i niesprawiedliwość, ale tym akurat nie warto się przejmować.

WAGA (23 IX – 23 X): pędzisz naprzód jak zdobywca, nie martwiąc się o konsekwencje. Powiedzie Ci się, los Ci sprzyja, wszystko możesz osiągnąć.

SKORPION (24 X – 21 XI): postaraj się nie stracić z oczu celu, nie zatracić się w emocjach. Gdy czujesz, że tracisz energię, wycofaj się.

STRZELEC (22 XI – 21 XII): zastanawiasz się, jak to jest, że jedni mają powodzenie w życiu, a innym wiatr w oczy wieje? Spróbuj odkryć tę tajemnicę i zastosuj w praktyce.

KOZIOROŻEC (22 XII – 20 I) choć przeżywasz wzloty i upadki, pokonasz przeszkody. Nie przegap pewnych sygnałów, bo namiętność, która rodzi się w burzy, daje chwile barwne jak tęcza.

WODNIK (21 I – 20 II): jesteś „w dolnej strefie stanów niskich”? Nie wpadaj w dołek emocjonalny, zmobilizuj siły, może Ci się udać coś niesamowitego.

RYBY (21 II – 20 III): doszukujesz się nieżyczliwości, a to mogą być tylko Twoje uprzedzenia i domysły. W miłości nie narzucaj swojego zdania, więcej słuchaj, niż mów.

Turniej piłkarski w Wąsoszu

Do 10 sierpnia drużyny (szescioosobowe plus trzech rezerwowych) mogą zapisywać się na XVIII Turniej Piłki Nożnej o Puchar Wójta gminy Wąsosz, tel. 86 273 10. Turniej rozpocznie się we wtorek, 15 sierpnia o godz. 12.00 na Orliku w Wasoszu.

Inauguracja piłkarskiej ligi w Łomży

Nowa edycja rozgrywek o Puchar Miejskiej Ligi Piłki Nożnej MOSiR Łomża rozpoczyna się na Orliku (ul. Katyńska 3) w niedzielę, 13 sierpnia o godz. 12.00. W rozgrywkach mogą wziąć udział drużyny, które startowały w Lidze w sezonie 2022/23. Aby zgłosić drużynę do rozgrywek, należy przesłać uzupełnioną kartę zgłoszeniową (dostępna do ściągnięcia na stronie mlpnlomza.ligspace.pl, na adres zdziekonski@mosir.lomza.pl.

Rowerem nad Bug z Ciechanowca

Dorosłych i dzieci na wakacyjną wycieczkę rowerową nad Bug zaprasza Stowarzyszenie „Razem” z Ciechanowca w niedzielę, 20 sierpnia. Start o godz. 14.00 ze Stadionu Miejskiego w Ciechanowcu. Zapisy u Ani, tel. 517 707 240 lub Adama, tel. 660 477 988.

Rekord triathlonu w Łomży

Sergiusz Sobczyk z Warszawy zwyciężył w 8. Triathlonie MOSiR Łomża. Wystarczyło mu 46 minut, aby przepłynąć 1,2 km Nąrwii, przejechać rowerem 15 km i przebiec 3 km. Najszybsi triathloniści z Łomży: Kornelia Szumny wśród kobiet i Szymon Czartoszewski wśród mężczyzn.

Piłkarski turniej strażaków w Zaniach

Turniej Piłki Nożnej o Puchar Oddziału Gminnego OSP w Kołakach Kościelnych wyłonił najlepsze strażackie drużyny piłkarskie. Na boisku przy szkole w Zaniach-Leśnicy wystartowały zespoły z Zań, Kruszy, Laskowca, Kołak, Szczoduchów, Rutek i Zambrowa. Klasyfikacja końcowa: I miejsce Rutki, II miejsce Laskowiec, III miejsce Zambrów. Najlepszy strzelec Turnieju: Karol Biały z Zambrowa.

Wokalny talent, sportowe marzenia

Utalentowana wokalnie Sylwia Paszkiewicz-Garczarek z Zambrowa w październiku 2021 roku wystąpiła w programie telewizyjnym „Jaka to melodia”. Po jednej nutce potrafiła odgadnąć tytuł piosenki. Wówczas prowadzący program spytał ją o jej największe marzenie. Zambrowianka wyznała, że marzy o locie balonem.

To marzenie spełnił burmistrz Zambrowa Kazimierz Dąbrowski, który podarował jej voucher na balonowy lot nad jeziorem w Giżyku. Zrealizowała go teraz.

Sylwia Paszkiewicz-Garczarek od lat jest podopieczną fundacji Avalon, wspierającą niepełnosprawnych. Często bierze udział w przeglądach, konkursach i festiwalach piosenki, zdobywając nagrody i wyróżnienia. Występowała w Bytomiu Odrzańskim, Su-



Sylwia Paszkiewicz-Garczarek z matką przed balonem, którym leciała

walkach (śpiewała razem z Majką Jeżowską), Kielcach, Grudziądzu, Kołobrzegu oraz wielokrotnie w Zambrowie. W 2006 roku zo-

stała laureatką nagrody Burmistrza Miasta Zambrów „Złotego Żubra” w kategorii twórczość i upowszechnianie kultury.

Sportowo i familijnie w Lemanie



III Festyn Rodzinny i VI Letni Turniej Piłki Nożnej zorganizowała Szkoła Podstawowa im. Stanisława Krupki w Lemanie oraz Koło Gospodyń Wiejskich z Lemana (gm. Turośl). Wystartowały dorosłe drużyny z Lemana, Łachay, Ksebek i Zimnej. Zwyciężyła ekipa z Lemana, drugie miejsce zajął zespół z Łachy, a medale brązowe otrzymali zawodnicy z Ksebek i Zimnej. Dla dzieci była zjeżdżalnia, animatorki zabaw, nauka tańca „belgijka”, lody. Na stoisku pań KGW można było poczęstować się chlebem ze smalcem, bigosem, babką ziemniaczaną, piero-

gami, gołąbkami, a na deser czymś słodkim. Nad bezpieczeństwem czuwał zespół ratowników medycznych z Grupy Ratowniczej „Nadzieja” z Łomży oraz strażacy OSP w Lemanie. Między meczami występował zespół folklorystycz-

ny z Lemana pod kierownictwem Ireny Górskiej.

Organizację Turnieju i Festynu wsparli finansowo lub rzeczowo wójt gminy Turośl Piotr Niedbała i starosta kolneński Tadeusz Kłama oraz wielu darczyńców prywatnych.





NA SŁONO I NA SŁODKO!
NATURALNIE

