

Kto kim z naszych? • Szok w Caritas • Humor

Tygodnik Podlaski
www.kontakty-tygodnik.com.pl

KONTAKTY

46 (2136)

19 listopada 2023

cena: 3,50 zł (z VAT 8%)

**Matka przypomniała sobie
o mnie, gdy miałam pieniądze**

Oddana

Pomagała zwierzętom i ludziom

Pomóżmy jej stać

**Uważali, że nieszczęścia we wsi
są karą boską za słuchanie
„diabelskiej skrzynki”**

Ukamienowany



ISSN 0208-6840 INDEKS 363286



9 770208 1684005 46

Foto: pixabay



mObywatel 2.0

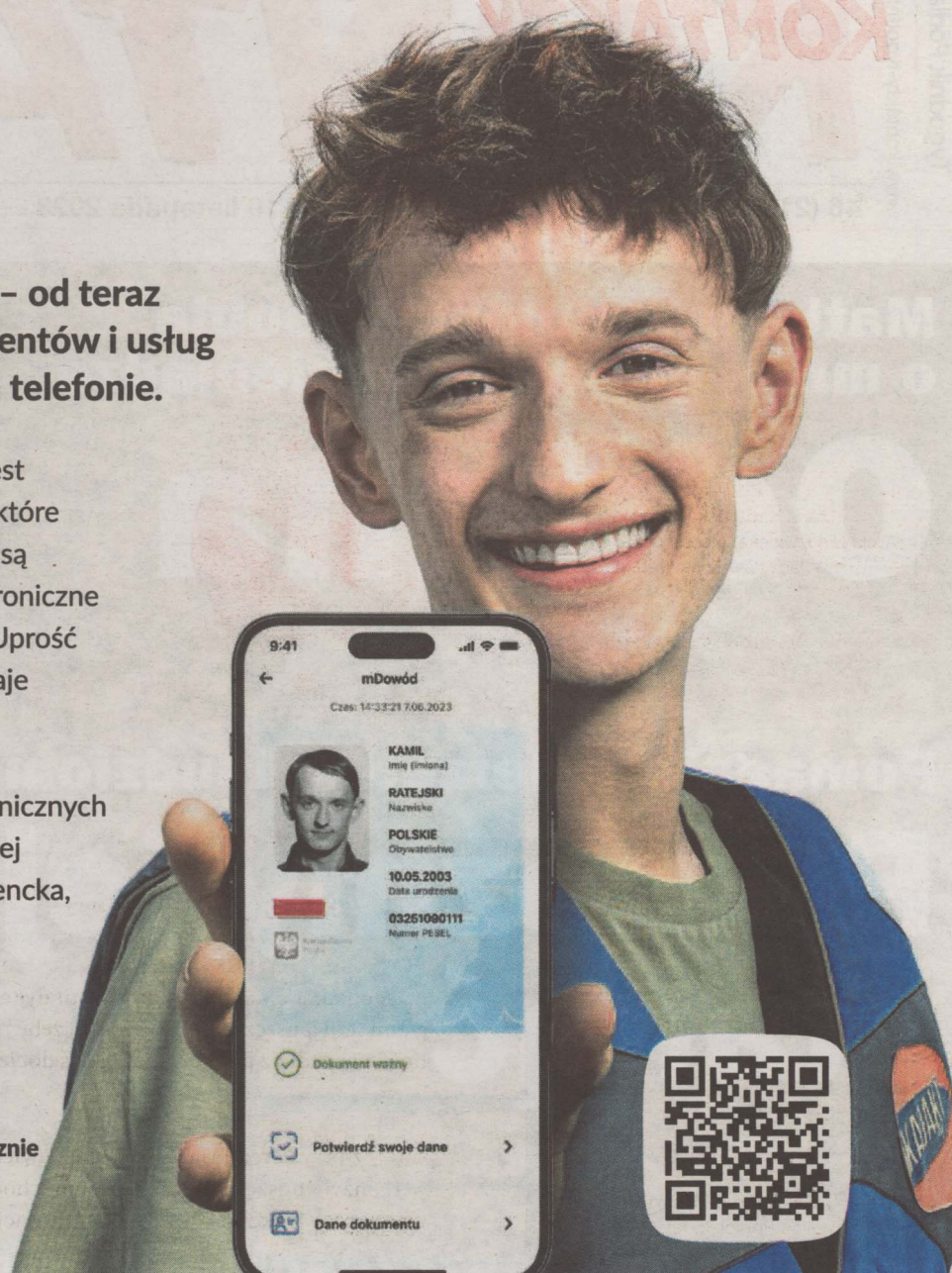
zrób to prościej

Jedna aplikacja i wiele możliwości – od teraz dostęp do najważniejszych dokumentów i usług publicznych możesz mieć w swoim telefonie.

Najnowsza wersja aplikacji mObywatel 2.0 jest już dostępna do pobrania. Wśród innowacji, które ułatwiają życie codzienne jej użytkownikom, są między innymi: mDowód, Tymczasowe elektroniczne prawo jazdy czy Naruszenie środowiskowe. Uprość sobie życie i skorzystaj z możliwości, które daje cyfrowa rewolucja.

Oprócz tego w aplikacji skorzystasz z elektronicznych wersji dokumentów, takich jak np. Karta Dużej Rodziny, legitymacje: emeryta-rencisty, studencka, szkolna oraz z takich usług jak Punkty karne, Bezpieczny autobus czy eRecepta.

Aplikację mobilną mObywatel 2.0 pobierzesz bezpiecznie i bezpłatnie ze sklepu Google Play i App Store.



mDowód

Zdarzyło Ci się zapomnieć dowodu osobistego? Nic nie szkodzi! mDowód masz zawsze przy sobie – w smartfonie. To całkiem nowy, pełnoprawny dokument, którym możesz bezpiecznie potwierdzić swoją tożsamość prawie wszędzie: w urzędzie, banku czy przychodni.



Tymczasowe elektroniczne prawo jazdy

Egzamin zakończony sukcesem, a plastikowe prawo jazdy odbierzesz dopiero za 14 dni? Nie musisz już czekać, by wsiąść za kółko – wystarczy, że aktywujesz Tymczasowe elektroniczne prawo jazdy i możesz zacząć jeździć. Dokument będzie ważny do 30 dni.



Naruszenia środowiskowe

Jeśli jesteś świadkiem zdarzenia, które może mieć negatywny wpływ na środowisko, jak np. porzucone w lesie śmieci, teraz możesz to zgłosić od razu, w aplikacji. Twoje zgłoszenie trafi bezpośrednio do Głównego Inspektoratu Ochrony Środowiska (GIOŚ). Zgłoszenie może pozostać anonimowe – decyzja należy do Ciebie.

mObywatel 2.0 to oficjalny projekt Ministerstwa Cyfryzacji i elektroniczna możliwość korzystania z najważniejszych dokumentów i usług administracji publicznej. Oszczędzaj czas i zrób to prościej. Pobierz aplikację i sprawdź jej możliwości.

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, Mikołaj Tocki

Rysunki: Waldemar Rukś

Felieton: Adam Dobroński

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

Wydawca:

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

Adres:

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

Sekretariat i Biuro Ogłoszeń:

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

Biura Ogłoszeń:

ARIUH „Dylewski”

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

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

Garmond Press, sieć własna wydawcy

Obróbka zdjęć barwnych: Gabs-Foto,

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

DTP: 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.

Symboliczne otwarcie się Polski



Chce się głośno zawołać: „Brawo Hołownia”. To brawo jest za decyzję o likwidacji barier przed Sejmem. Władza PiS odgrodziła się od ludzi. Mówiła o otwartości, a stawiała mury i szeregi uzbrojonych policjantów. Za komuny na spotkania z ważnymi partyjnymi dygnitarzami też wpuszczano tylko swoich, żeby broń Boże nie padło z publiczności jakieś dociekliwe pytanie albo komentarz. Te wzorce powtarzało PiS. Na spotkanie z Jarosławem Kaczyńskim, z premierem Mateuszem Morawickim w Łomży wpuszczano tylko swoich, chociaż mówiono o rzekomej otwartości. W relacjach z takich spotkań eksponowano wcześniej przećwiczone skandowanie imienia bohatera i radosne machanie chorągiewkami (jak dzieci w przedszkolu).

Barierki przed Sejmem stały prawie 7 lat! Można je było uznać nie tylko za izolację parlamentu od ludzi, ale też za izolację Polski w świecie, bo do tego zmierzały decyzje rządzącej partii.

Zniesienie barier jest jak symboliczne otwarcie Polski. Jak ważna była ta decyzja, świadczyła spontaniczna reakcja mieszkańców Warszawy, którzy sami rozbierali metalowe zapory także przed ogrodzonym nimi Trybunałem Konstytucyjnym. A agresywna dotąd policja nie tylko nie reagowała, ale, jak informowali niektórzy w internecie, zachowywała się wręcz sympatycznie.

Jako stała czytelniczka „Kontaktów”, dziękuję zespołowi redakcyjnemu, że zdecydowanie, otwarcie stawał w prawdzie.

Elżbieta Nowakowska
Łomża

**REPORTAŻE ŚLUBNE
TANIEJ NIŻ MYŚLISZ**



foto gabs
digi

PRZYJDŹ SPRAWDŹ OBEJRZYJ

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

■ 800 mieszkańców województwa może za darmo zbadać się w Białostockim Centrum Onkologii pod kątem raka prostaty. Badania odbywać się będą w listopadowe czwartki i soboty. Wcześniej trzeba się telefonicznie zapisać, tel. 85 664 68 88. Zgłaszać się mogą mężczyźni powyżej 40 roku życia. Badanie z krwi pozwala oznaczyć poziom markera nowotworowego pod kątem raka gruczołu krokowego.

■ Obozowisko kontenerowe z niezbędną infrastrukturą socjalno-bytową na 180 żołnierzy powstało w Województwie dla tworzonej Brygady Zmotoryzowanej.

■ Zasadom perswazji w badaniach językowych będzie poświęcone seminarium Towarzystwa Kultury Języka z udziałem prof. Elżbiety Wierzbickiej-Piotrowskiej (Uniwersytet Warszawski) w sobotę, 18 listopada (godz. 11.00) w siedzibie Łomżyńskiego Towarzystwa Naukowego, ul. Długa 13.

MYŚL TYGODNIA

Żyj tak, aby twoim znajomym zrobiło się nudno, gdy umrzesz
Julian Tuwim

Wszystko na swoim miejscu?

Opadł bitewny wyborczy pył. Na ubitej ziemi wyłonili się z niego zwycięzcy i zwyciężeni. Wśród pierwszych są i ci, którzy od początku pewni byli powrotu do swoich z tarczą i ci, którym udało się to po raz pierwszy. O tych, którzy dla jednych i drugich poświęcili się jako armatnie mięso, nikt już nie wspomni.

Znikają powoli bilbordy z wizerunkami wygranych i przegranych oraz pozostawione jeszcze gdzieś tu i tam wyborcze ulotki, cichną obwieszczane na cały świat obietnice. Nad Polską parlamentu X Kadencji słońce wschodzi i zachodzi jak za IX.

Krótko mówiąc: wszystko wraca na swoje miejsce. Z nadzieją, że nie staniemy się teraz znowu świadkami walki na frazesy, kompromitacje, haki metodami wypróbowanymi i nieustannie udoskonalanymi. Nie będziemy słyszeć, że przykładając przeciwnikowi czyni się to dla naszego wspólnego dobra.

Nawet, gdyby tak się stało, na razie nie ma się co łudzić: Polska będzie nadal przypominać Wielki Kanion Kolorado, czyli dwa brzegi tej samej rzeki rozdzielone głęboką przepaścią! Kładkę pojednania trzeba będzie budować mozolnie i długo.

Znaki czasu:

■ Barierki, stojące przed Sejmem na ulicy Wiejskiej, ustawione za rządów PiS i będące ich symbolem, zostały w poniedziałek, 13 listopada, rozmontowane przez obywateli. Na miejscu była policja i straż marszałkowska, która prawie nie reagowała. Po rozmontowaniu barierki przed Sejmem, ludzie udali się przed inne miejsca, gdzie znajdowało się podobne ogrodzenie, w tym przed budynek Trybunału Konstytucyjnego oraz Kancelarię Prezesa Rady Ministrów. Policja przyjechała, ale obyło się bez interwencji, relacjonował sprzed Trybunału reporter TOK FM Hubert Kowalski. Na miejscu, jak dodał, byli między innymi działacze Fundacji Otwarty Dialog i Obywatele RP. „Straż Trybunału prosiła policję o interwencję, a policja nie zareagowała. Pan policjant życzył mi miłego dnia”, powiedziała reporterowi jedna z demonstrujących. (List w tej sprawie, str. 9).

iPFRON+ ułatwiamy życie osobom z niepełnosprawnościami

Państwowy Fundusz Rehabilitacji Osób Niepełnosprawnych (PFRON) stworzył System iPFRON+, który pozwala jeszcze łatwiej uzyskać wsparcie na rzecz ON. Wśród jego celów jest m.in. uproszczenie procesu aplikowania o środki PFRON, usprawnienie i przyspieszenie procesu udzielania dofinansowań, a przede wszystkim poprawa jakości życia beneficjentów.

Wielka zmiana

PFRON pomaga ON już od 1991 r., czyli ponad trzydzieści lat. Obecnie realizuje projekt, dotowany z Unii Europejskiej, który zrewolucjonizuje system ubiegania się o wsparcie. Dzięki iPFRON+, instytucje działające na rzecz ON mogą wnioskować o środki PFRON w bardziej dogodny sposób. Załatwienie sprawy jest teraz możliwe drogą elektroniczną: począwszy od uzyskania informacji o trwających naborach, wypełnienia wniosku, jego podpisania i złożenia, przez dokonanie ewentualnych wyjaśnień i uzupełnień, zapoznanie się ze wzorem umowy, jej ewentualną negocjację i podpisanie, aż po rozliczenia online dofinansowania bądź refundacji.

Wnioskodawca, podczas całego cyklu trwania sprawy, ma również możliwość komunikowania się z PFRON postępując się przygotowanym do tego celu komunikatorem. Co więcej, wnioskodawca, który jest Instytucją, może dodatkowo w systemie zarządzać danymi Instytucji takimi jak: osoby reprezentujące Instytucję, użytkownicy Instytucji, baza Beneficjentów, baza Pracowników czy baza Kontrahentów.

Dla kogo i na co wsparcie

PFRON oferuje cały szereg programów, w tym dofinansowanie szkoleń języka migowego i innych środków komunika-



wania się dla osób z trudnościami. Jego adresatami w tym wypadku są wszyscy, którzy doświadczają trwałych lub okresowych trudności w komunikowaniu się. Zaliczają się tu osoby głuchoniemne, te, które mają problemy z mową i inne dysfunkcje komunikacyjne. Drugą grupą są bliscy osób z trudnościami komunikacyjnymi, którzy mają z nimi stały lub bezpośredni kontakt. Umożliwia to członkom rodziny osoby z dysfunkcjami lepsze zrozumienie jej potrzeb. Do trzeciej grupy zaliczają się osoby, które mają z reguły zawodowy i stały lub bezpośredni kontakt z osobami z trudnościami komunikacyjnymi. Są

to: tłumacze-przewodnicy, asystenci i wszyscy, którzy zapewniają wsparcie w komunikacji osobom z trudnościami w tym zakresie.

Dodatkowa pomoc

Dla osób, które miałyby jakiegokolwiek problemy z obsługą systemu, powstała specjalna infolinia. Przeznaczona jest dla Wnioskodawców Indywidualnych, Wnioskodawców Instytucjonalnych, Beneficjentów oraz Pracowników Jednostek Realizujących. Działa od poniedziałku do piątku w godzinach od 9:00 do 17:00 pod bezpłatnym numerem telefonu 800 007 140. Konsultanci udzielają informa-

cji dotyczących nawigacji w Systemie iPFRON+, wprowadzania danych do formularza wniosku i wypełniania pól formularza w zakresie podstawowej wiedzy merytorycznej wynikającej z przepisów prawa i ogólnych uregulowań czy problemów technicznych w działaniu aplikacji.

Pragniemy jeszcze bardziej wychodzić naprzeciw potrzebom ON. Jesteśmy przekonani, że dzięki nowej platformie ich życie stanie się łatwiejsze. Aby otrzymać wsparcie, należy najpierw wejść na stronę <https://ipfronplus.pfron.org.pl/>. Do złożenia wniosku elektronicznego niezbędne będzie posiadanie Profilu Zaufanego ePUAP lub podpisu kwalifikowanego. Zachęcamy do składania wniosków już dziś.

Od 5 września organizacje pozarządowe oraz podmioty wymienione w art. 3 ust. 3 ustawy z dnia 24 kwietnia 2003 r. o działalności pożytku publicznego i o wolontariacie, mogą dokonać rejestracji w Systemie i złożyć wniosek w otwartym konkursie ogłoszonym w ramach zadań zleczonych z art. 36 ustawy o rehabilitacji zawodowej i społecznej oraz zatrudnianiu osób niepełnosprawnych. Ogłoszenie konkursu planowane jest jesienią 2023 r.

Projekt „Uniwersalna platforma do projektowania i realizacji programów wsparcia ON* wraz ze zintegrowanym modulem analitycznym - System iPFRON+” w ramach Programu Operacyjnego Polska Cyfrowa 2014-2020, Oś Priorytetowa 2 „E-administracja i otwarty rząd”, Działanie 2.1 „Wysoka dostępność i jakość e-usług publicznych”.

Poseł ma miesięcznie do dyspozycji 35 904 zł 99 gr Kto kim z naszych w Sejmie i Senacie?



Marszałek Szymon Hołownia po raz pierwszy prowadzi posiedzenie Sejmu

Trzech parlamentarzystów wybranych z podlaskich list do Sejmu i Senatu zasiada w ich kierownictwie: Szymon Hołownia z Polski'2050, który był liderem podlaskiej listy Trzeciej Drogi do Sejmu i uzyskał najlepszy wynik z wszystkich kandydatów z naszego regionu (prawie 80 tysięcy) został marszałkiem Sejmu. Zagłosowało na niego 265 posłów. Szymon Hołownia urodził się i wychował w Białymstoku, tu mieszkają jego rodzice, a on sam wyprowadził się w okolice Warszawy.

– Mój cel i program jest prosty: chciałbym, aby rodzice, gdy w telewizji pokazują dzieciom Sejm, nie zasłaniali im oczu i nie zatykali im uszu. Przeciwnie, by mówili: zobaczcie, tak można ze sobą rozmawiać, nawet gdy się ze sobą nie zgadza – mówi Szymon Hołownia.

Wicemarszałkiem Sejmu został Krzysztof Bosak, który w Podlaskiem startował z listy Konfederacji. Bosak, który mieszka w Warszawie, uzyskał 15 października prawie 45 tysięcy głosów.

Były wojewoda podlaski, były wicemarszałek województwa podlaskiego, a ostatnio radny sejmiku Maciej Żywno został senatorem z listy Trzeciej Drogi dzięki prawie 140 tysiącom głosów. Mieszka w Sochoniach. Od poniedziałku, 13 listopada, jest wicemarszałkiem Senatu.

Z 17 podlaskich parlamentarzystów, 7 nie zasiadało do tej pory w Sejmie lub Senacie.

Wśród 14 podlaskich posłów, 7 reprezentuje Prawo i Sprawiedliwość: Adam Andruszkiewicz, Jacek Bogucki, Kazimierz Gwiazdowski, Sebastian Łukaszewicz, Dariusz Piontkowski, Jacek Sasin i Jarosław Zieliński. Troje Koalicję Obywatel-

ską: Alicja Łepkowska-Gołaś, Jacek Niedźwiedzki i Krzysztof Truskowski. Troje Trzecią Drogę: Szymon Hołownia, Stefan Krajewski i Barbara Okuła. Jedynym posłem Konfederacji jest Krzysztof Bosak. Lewica nie uzyskała mandatu (miała jeden w minionej kadencji).

Senatorami z naszego regionu zostali Anna Bogucka i Marek Komorowski z PiS i oraz Maciej Żywno z Polski'2050, startujący jako kandydat Paktu Senackiego.

Podstawowe uposażenie posła wynosi 12 826,64 zł brutto. Do tego dochodzi dieta w wysokości 4 008,35 zł brutto i 19 000 zł na biuro poselskie. Raz w kadencji parlamentarzysta może otrzymać fundusze na remont biura poselskiego i jego wyposażenie. Poseł podróżuje bezpłatnie komunikacją zbiorową i bezpłatnie może latać po kraju samolotami LOT.

40 lat temu

„Kontakty”, 20 listopada 1983:

O zapowiedzi podwyżek

Genowefa Drożyner, emerytka z Wysokiego Mazowieckiego: – Mam z mężem jedną emeryturę i to tak „wysoką”, że już teraz kupuję wszystko z ołówkiem w ręce. Gdy słyszę o nowej podwyżce, mam tylko jedno pytanie: „Jak związę koniec z końcem?”. I nie znam odpowiedzi.

Nowy rektor Seminarium

Biskup Ordynariusz diecezji łomżyńskiej mianował ks. prof. dr. Antoniego Boszkę rektorem Wyższego Seminarium Duchownego w Łomży.

Wygrał Laskowiec

Heroiczną i długotrwałą walkę o lokalizację szkoły stoczyły dwie wsie: Wdziękoń i Laskowiec (gm. Zambrów). Delegacje obu dotarły nawet do Ministerstwa Oświaty. Wygrał Laskowiec. Waży się los szkoły w Mroczkach. W dobie „zbiorówek” budynek stał pusty i niszczał. Ruszyły roboty przy wznoszeniu szkoły w Zagrodach Zakrzewie.

Druga Szwajcaria w Łomży

Oto rachunek wystawiony przez Komunalną Rozlewnię Gazu Płynnego „Korgaz 4” w Łomży: „1. Remont butli turystycznej 2 kg, szt. 1 – 104 zł; 2. Uszczelka gumowa, szt. 1 – 1,80 zł; – – – 0,20 zł. Słownie: sto sześć złotych”. Remont polega na założeniu uszczelki za złotych jeden osiemdziesiąt groszy przez wykręcenie jednym ruchem w stronę przeciwną zaworu. Wartość pracy łomżyńskiego fachmana w porównaniu z wartością zużytego materiału stawia go na równi z fachmanem od zegarków z Zurichu. A więc po II Polsce, II Japonii – II Szwajcaria?

Z marginesu

■ Dwaj młodzieńcy przez rok „z podszeptu” podpalili w Szczuczynie 24 stodoły ze zbiorami, aby naciągnąć PZU na wysokie odszkodowania.

■ Rolnikowi ze wsi Poryte Szlacheckie (gm. Stawiski) porwano z obory cielaka, barana i owcę. Odjechały białym, ciężarowym mercedesem w nieznanym kierunku.

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

Mural „Pani Hanki”

Mural najsłynniejszej łomżnianki Hanki Bielickiej powstaje na ścianie kamienicy przy ul. Rządowej, bezpośrednio sąsiadującej ze Starym Rynkiem. Ostatecznego wyboru portretu obrazu, spośród kilku propozycji, dokonali mieszkańcy Łomży przez głosowanie na profilu Facebook miasta w sierpniu. Mural „Pani Hanki” jest realizacją pomysłu z Budżetu Obywatelskiego. Jego autorem jest Bruno Neuhamer – ilustrator, rzeźbiarz, rysownik, który zaprojektował i wykonał m.in. warszawskie murale Kory i Niemena.



Wspólnota z prezesem, olimpiada z patronem



Hanka Gałązka

Dotychczasowa prezes Oddziału Stowarzyszenia Wspólnota Polska w Łomży Hanka Gałązka została wybrana na kolejną kadencję. Łomżyński oddział należy do najprężniejszych w kraju. Jest organizatorem Polonijnych Igrzysk Młodzieży Szkolnej im. senatora Jana Stypuły (były już 23 edycje, w tegorocznej startowało ponad 1000 dzieci i młodzieży), kolonii letnich pod hasłem „Łączy nas Łomża” dla dzieci z Litwy, Ukrainy i Polski, Międzynarodowego Turnieju Siatkarek (były 4 edycje). Nowym wydarzeniem w tym roku była Polonijna Olimpiada Osób Niepełnosprawnych. Na wniosek prezes Hanki Gałązki patronem olimpiady niepełnosprawnych będzie nieżyjący współzałożyciel Oddziału Wspólnoty Polskiej w Łomży Czesław Rybicki (1955 – 2019).

Z Łomżą w sercu



Jubileuszowy toast

W 40 rocznicę odzyskania niepodległości przez Polskę 11 listopada 1958 roku, warszawscy łomżniacy, czyli mieszkający w stolicy absolwenci łomżyńskich szkół różnych roczników, spotkali się w Warszawie na zebraniu założycielskim Towarzystwa Przyjaciół Ziemi Łomżyńskiej. Tydzień wcześniej, 3 listopada, Towarzystwo zostało wpisane do Rejestru Stowarzyszeń i Związków Prezydium Rady Narodowej Miasta Stołecznego Warszawy.

Inicjatorem i pierwszym przewodniczącym TPZŁ był absolwent Prywatnej Szkoły Handlowej w Łomży i Politechniki Piotrogrodzkiej Edward Ciborowski (1892 – 1973). Po wojnie pracował w Warszawie w Państwowej Szkole Mierniczej, Politechnice Warszawskiej oraz Instytucie Urbanistyki i Architektury. Utworzył 14 oddziałów Towarzystwa w całym kraju, w tym w Łomży.

Z inicjatywy Towarzystwa, o czym przypomnieli byli wieloletni prezes Zarządu Głównego Zygmunt Zdanowicz, Łomża otrzy-

mała pierwszy sztandar, została odznaczona Orderem Sztandaru Pracy, upamiętnieni zostali zasłużeni mieszkańcy: Helena Czernek, Donata Godlewska, Leon Kaliwoda, obrońcy Łomży, zamordowani przez UB.

Towarzystwo prowadzi bogatą działalność wydawniczą, organizuje zjazdy absolwentów i nauczycieli, spotkania jednoczące tych, co Łomżę w sercu mają.

W przeddzień 65 rocznicy powołania TPZŁ na grobach jego twórców na Warszawskich Powązkach, a w dzień rocznicy na grobach członków spoczywających na łomżyńskim cmentarzu zapalił znicze prezes Zarządu Głównego Józef Babel i członkowie TPZŁ.

Spotkanie jubileuszowe wzbogaciła projekcja archiwalnego filmu o Łomży drugiej znanej łomżnianki redaktor Haliny Miroszowej oraz spektakl „Ścieżka obok drogi” w wykonaniu Beaty Antoniuk i Bogdana Szczepańskiego w Muzeum Północno-Mazowieckim w Łomży.

Bilety dla seniorów



„Zapraszamy mieszkańców Łomży w wieku 60 lat i powyżej do odbioru biletów na koncert Filharmonii Kameralnej im. Witolda Lutosławskiego w Łomży, który odbędzie się 23 listopada 2023 r. o godz. 18.30 w sali koncertowej Filharmonii przy ul. Zawadzkiej 1. Podczas koncertu „Na przełomie epok” wystąpią: Antonio Di Cristofano (Włochy) – fortepian, Filharmonia Kameralna im. Witolda Lutosławskiego w Łomży, Santiago J. Otero Vela (Hiszpania) – dyrygent”, przekazuje Urząd Miejski.

Bezpłatne bilety na koncert seniorzy mogą odbierać w siedzibie Klubu Senior + (ul. Nowogrodzka 7A) w godz. 8.00 – 16.00. Jedna osoba może odebrać maksymalnie 2 bilety. Następnym koncertem odbędzie się 7 grudnia. Bezpłatne bilety dla mieszkańców Łomży 60+ będzie można odebrać kilka dni wcześniej.

„Bursztynowe jezioro” w Muzeum

Na rodzinny „Dzień bursztynu kurpiowskiego” zaprasza Muzeum Północno-Mazowieckie w Łomży w sobotę, 18 listopada, w godzinach 11.00 – 15.00. W programie: wykład o powstawaniu i właściwościach bursztynu dr. Jerzego Jastrzębskiego, premiera kurpiowskiej legendy „Bursztynowe jezioro” Longina Żbikowskiego, występ Andrzeja Staśkiewicza grającego na lirze korbowej i prezentacja jego rzeźb, pokaz bursztyniarza Zdzisława Bziukiewicza i wycinankarki Wiesławy Bogdańskiej, możliwość zakupu artystycznego rękodziela.

Spotkanie z autorem

Na spotkanie z autorem książki „Skąd nasz ród” Mieczysławem Bagińskim zaprasza łomżyński Oddział Towarzystwa Przyjaciół Ziemi Łomżyńskiej w piątek, 17 listopada o godz. 17.00 w siedzibie TPZŁ, ul. Sienkiewicza 8.

Zaspiewają patronce

XII Spotkania Chórów Świętej Cecylii odbędą się w Katedrze Łomżyńskiej, w sobotę, 18 listopada (godz. 18.00). Wystąpi 6 chórów z Łomży oraz z Piątnicy i Nowogrodu.



Uczniowie i nauczycielki Gimnazjum im. Księdza Józefa Obrebskiego z burmistrzem Wysokiego Mazowieckiego Jarosławem Siekierką (pierwszy z lewej) i sekretarzem miasta Ewą Konarzewską (pierwsza z prawej w trzecim rzędzie)

Delegacja młodzieży oraz dyrektor Wioleta Brodowska i nauczycielki Janina Mackiewicz, Ewa Jackiewicz i Leokadia Rynkiewicz z Gimnazjum im. Księdza Józefa Obrebskiego w Mejszagole na Litwie odwiedziła Wysokie Mazowieckie na zaproszenie burmistrza Wysokiego Mazowieckiego Jarosława Siekierki i dyrektora Centrum Kształcenia Zawodowego Józefa Sokolika.

Młodzież spotkała się z burmistrzem, uczestniczyła w konferencji zorganizowanej przez Centrum w ramach międzynarodowego programu Erasmus+ (uczestniczą w nim

uczniowie z Hiszpanii, Portugalii, Czech, Grecji i Polski), którego celem jest popularyzacja wśród młodzieży innowacyjnych narzędzi naukowych, w tym sztucznej inteligencji i internetu, aby zachęcić dziewczęta do podejmowania nauki na kierunkach ścisłych i technicznych.

Goście brali udział w miejskich obchodach 105 rocznicy odzyskania przez Polskę niepodległości, odwiedzili szkoły w mieście, kino i wyjechali na wycieczkę do Warszawy. Patron ich szkoły, ks. prałat Józef Obrebski (1906 – 2011), urodził się w Skarżynie Nowym (wówczas po-

wiat wysokomazowiecki, dziś gm. Zambrów). Był proboszczem w Mejszagole od 1950 r. do śmierci. Nazywano go „Patriarchą Wileńszczyzny”, podtrzymywał polską kulturę, język i religię, był duchowym przywódcą i wielkim autorytetem. Z nim spotykali się i wymieniali poglądy najwyżsi przedstawiciele wielu państw, m. in. odwiedzał go prezydent Lech Wałęsa. Przez cały czas, mimo zakazów sowieckich władz, prowadził działalność duszpasterską (naukę religii, udzielał sakramentów świętych, odwiedzał chorych i parafian po kołędzie). Całe życie mieszkał

w wiekowej, drewnianej plebanii bez wygod, w której po jego śmierci urządzono Muzeum Księdza Prałata Józefa Obrebskiego. Ks. Józef Obrebski został odznaczony Krzyżem Komandorskim Orderu Odrodzenia Polski, medalem Zasłużony dla Kultury Polski, a władze Wysokiego Mazowieckiego w 2006 roku uhonorowały go godnością Honorowego Obywatela Miasta Wysokie Mazowieckie. Ks. Obrebski, ze względu na wiek i stan zdrowia nie uczestniczył w tej uroczystości, tytuł zawiozła do Mejszagoly wysokomazowiecka delegacja.

Zamawiaj więcej płacąc mniej!

teraz pakiety promocyjne

dla wszystkich formatów odbitek

zdjęcia 10x15 już od **0,49zł**

foto gabs
digital

ŁOMŻA, STARY RYNEK 16

ŁOMŻA, DMOWSKIEGO 1B

Kodak Express
Digital Solutions

Z talentem o Niepodległej w Szczuczynie



Nikola Kondratowicz z Prostek i Maja Organek z Grajewa występowały pierwsze nagrody w IX Konkursie Pieśni Patriotycznej „Szlakiem Niepodległości”, zorganizowanym przez Bibliotekę Centrum Kultury w Szczuczynie. Drugie miejsca jury w składzie Anna Akus-

-Szklarzewska, Barbara Paszkowska, Janusz Siemion i Janusz Marcinkiewicz przyznała: Kindze Owsianko z Bzur (gm. Szczuczyn) oraz Oliwii Kalinowskiej i Lenie Świsłak ze Szczuczyna. Trzecie nagrody otrzymały: Joanna Skrodzka i Natalia Kreska, obie ze Szczu-

czyna oraz Gabriela Wróblewska z Brzeźna (gm. Szczuczyn). W konkursie wystąpiło 21 solistów. Na zdjęciu: młodzi artyści z jurorami i koordynatorem konkursu Andrzejem Szabelskim (pierwszy z prawej). Fot. Anna Chmielewska

Orkiestra stroi „instrumenty” także w Kolnie



„Płuca po pandemii – gramy dla dzieci i dorosłych!”, taki jest cel 32 Finału Wielkiej Orkiestry Świątecznej Pomocy, który odbędzie się 28 stycznia 2024 roku pod hasłem „Tu wszystko gra OK!”.

Zbiórka przeznaczona zostanie na wsparcie oddziałów pulmonologicznych dla dzieci i dorosłych, a dokładnie na sprzęt do diagnozowania, monitorowania i rehabilitacji chorób płuc pacjentów.

Na stronie WOŚP rozpoczęła się rejestracja sztabów.

Z Łomżyńskiego zarejestrowano już 4 sztaby, które rozpoczęły pracę. Są to: Biblioteka – Centrum Kultury w Szczuczynie (ul. Łomżyńska 11), szefem jest Janusz Marcinkiewicz; Gminny Ośrodek Kultury w Szepietowie (ul. Sienkiewicza 52), szefem jest Grzegorz Powojski; Aplikon w Wysokiem Mazowieckiem (Rynek Piśudskiego 57), szefem jest Bogdan Matuszewski i Gminny Ośrodek Kultury w Zbójnej (ul. Łomżyńska 44), szefem jest Renata Krajewska.

Do sztabów mogą już zgłaszać się wolontariusze.

W ubiegłym roku celem WOŚP była walka z sepsą. Zebrała ponad 243 mln zł.

Już kupiony sprzęt za 210 632 608 zł trafi do 208 laboratoriów medycznych w 151 miastach w całej Polsce, informuje Fundacja WOŚP.

Wyczerpujące informacje o 32 finale, na stronie <https://www.wosp.org.pl/fundacja/kontakt>

Nie żyje

Janusz
Pikuliński

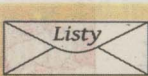
Zmarł 12 listopada Janusz Pikuliński, nauczyciel historii od 1974 i w latach 1975 – 1990 dyrektor Liceum Ogólnokształcącego w Kolnie. Ze szkołą, jako nauczyciel historii, związany był do 2005 roku. Absolwent Uniwersytetu Jagiellońskiego w Krakowie. Miał 86 lat.

Przestępczość w powiecie

Ponad 860 tys. przestępstw odnotowała policja w Polsce w ubiegłym roku. W powiecie kolneńskim 461, w tym w Kolnie – 245, w gminie Kolno – 65, w gminie Grabowo – 49, w gminie Turośl – 48, w gminie Mały Płock – 24, w gminie Stawiski – 17, w Stawiskach – 13.

Instrumenty dla orkiestry

Kolneński Ośrodek Kultury i Sportu otrzymał nowe instrumenty dla Orkiestry Dętej w Kolnie. Pieniądze na zakup wyłożyło ministerstwo kultury.



Szok w Caritas

Czytałem o wystąpieniu z Kościoła katolickiego wicedyrektora Caritasu archidiecezji białostockiej. Jako przyczynę podał karygodne zachowania duchownych i nadużycia. Sądzę, że takiej decyzji nikt nie podejmuje spontanicznie, dojrzewa do niej. Wicedyrektor widział i wiedział więcej, niż przeciętny człowiek.

Z niepokojem patrzę, że Kościół rozpada się od wewnątrz. Zachowania niektórych kapłanów, przeczące zasadom i prawom, które głoszą i brak zdecydowanych reakcji hierarchów, odrywają i odpychają ludzi od Kościoła.

Pewnie różne sytuacje zdarzały się wcześniej, ale nie było tak szybkich przekazów i można było je ukryć. Dziś wszystko dzieje się przy otwartej kurtynie i trzeba szybkiej i zdecydowanej reakcji. Tego nie ma. Nazwisko proszę zachować do wiadomości redakcji.

Edward N.
Grajewo

Demokracja sprzed wieku

Oto list E. Sarnackiego z Grabowa opublikowany w 1924 roku w „Gazecie Świątecznej”.

„W zeszłym roku były u nas wybory do rady gminy. Ja, który to pi-

szę, jestem już szósty rok członkiem rady. Kiedy zastępca starosty Henkiel przeczytał list członków poprzedniej rady i zapytał zgromadzonych, kogo z nich życzą sobie zatrzymać nadal, to ku wielkiemu zdziwieniu ludzi zacnych, zrobił się taki krzyk, jakby kto ludziom po jednej krowie zabrał. Przy każdym nazwisku, które przewodniczący wymienił krzyczeli: „Wyrzucić!” „Wyrzucić!” I jeszcze raz: „Wyrzucić!”. Próżno przewodniczący przekonywał, że trzeba koniecznie zatrzymać choć paru radnych na dalszą służbę. Nic to nie pomogło, krzyczeli swoje. Ja jako pozostałem nadal, choć także miałem dużo takich dobrodziejów, którzy krzyczeli nie-

stety, jak Żydzi na Piłata: „Ukrzyżuj!, ukrzyżuj!” Spodziewałem się czegoś innego, bo włożyłem wiele pracy w odłączenie naszej gminy Lachowskiej od gminy Grabowskiej, z którą przez 40 lat stanowiły jedno. Chciałem iść do przewodniczącego i prosić go o zwolnienie, tak samo, jak moi koledzy, którzy także podziękę otrzymali za paroletnią pracę dla gminy, a przecież nie takiej spodziewaliśmy się. Ale stojący obok mnie gospodarze powiedzieli: „Stój, nie rób tego, bo masz być nadal”. I przymusili mnie, żebym nie żądał zwolnienia. (...)

Kto zwołał ludzi, gdy wyszli z kościoła i urządził zgromadzenie w sprawie rozdzielenia gminy? Trzeba, zdaje się, ze wstydem przyznać, że ten Sarnacki dawał nawet pieniądze na przywiezienie doradcy gminnego, który to rozdzielenie prowadził.

Nie piszę tego, żeby się skarżyć przed współczynnymi, ale dlatego, że cały ten zamęt zrobili młodzi rolnicy i żonaci, i kawalerowie jeszcze, w wieku od 18 do 26 lat. Oni to wrzeszczeli jak opętani „wyrzucić!”, choć nie mają pojęcia, co to jest rada gminna i jakie ma zadania. Może by do dziś w naszej radzie było paru z poprzedniej rady i łatwiej byłoby przeprowadzić każde obrady, ale cóż, musieli ustąpić. Czytelnik E. Sarnacki”.

Janusz Pawelczyk
Gdańsk (wcześniej Łomża)

Pięknie na ich wargach jawi się wyraz: Ojczyzna



Uczniowie Szkoły Podstawowej nr 5 w Zambrowie Julia Groszfeld i Dawid Kaczyński zajęli pierwsze miejsca w XXXI Powiatowym Konkursie Recytatorskim Polskiej Poezji Patriotycznej. W konkursie uczestniczyło 15 recytatorów, których oceniało jury w składzie Grażyna Dąbkowska i Katarzyna Powichrowska. Drugie miejsca przyznała Zofii Bańkowskiej i Zuzannie Starczak, obie z SP 3. Trzecie miejsca wyrecytowały Aurelia Worosilak z SP 5 i Zofia Gosk z SP 4. Jury wyróżniło recytację Kornela Zarzeckiego i Julii Krasowskiej, oboje z SP 5. Na zdjęciu: nagrodzeni recytatorzy z jurorkami.

POWIAT WYSOKOMAZOWIECKI

Koce-Basie: Sołectwo Roku



Tytuł Sołectwo Roku 2023 i pierwsze miejsce w ogólnopolskim plebiscytcie „Mistrzowie Agro 2023” zdobyło sołectwo Koce-Basie z gminy Ciechanowiec. Na zdjęciu: sołtys Andrzej Wojtkowski ze statuetką laureata.

POWIAT ZAMBROWSKI

Wiedzą wszystko o strasznej chorobie



Kinga Krajewska z Zespołu Szkół nr 1 w Zambrowie zwyciężyła w etapie powiatowym Wojewódzkiej Olimpiady Wiedzy o HIV/AIDS, przeprowadzonym przez Powiatową Stację Sanitarno-Epidemiologiczną. Drugie miejsce zajęła Julia Żyłowska z I Liceum Ogólnokształcącego im. Stanisław Konarskiego, a trzecie Anna Gosiewska z Zespołu Szkół Agropresiębiorczości w Zambrowie. Dziewczęta 1 grudnia będą uczestniczyć w etapie wojewódzkim w Białymstoku. Na zdjęciu (od lewej): Anna Gosiewska, Julia Żyłowska i Kinga Krajewska.

Szlachetna Paczka pomaga uczciwie!

„Wolontariusze Szlachetnej Paczki odwiedzają rodziny, poznają ich historie i potrzeby. Następnie historie tych rodzin trafiają na www.szlachetnapaczka.pl. To właśnie z tej strony darczyńcy, wybierają rodziny, którym chcą pomóc. Wolontariusze są w kontakcie z darczyńcami. Wspierają ich, pomagają w przygotowaniu paczek spełniających potrzeby rodzin, a w trakcie Weekendu Cudów dostarczają pomoc. Razem zmieniamy świat na dobre”, mówi Wiktoria, wolontariuszka Szlachetnej Paczki.

W sobotę, 18 listopada zainicjuj dzień od wejścia na stronę Szlachetnej Paczki. Od godziny 8.00 widoczne będą opublikowane historie rodzin, które w tym roku czekają na pomoc. Może wybierzesz rodzinę, której historia poruszy twoje serce i dla której zdecydujesz się przygotować paczkę?

Szlachetna Paczka dociera tam, gdzie potrzebna jest pomoc. Czekają na nią rodzice samotnie wychowujący dzieci; rodziny, które dotknęła niepełnosprawność lub nieszczęśliwy wypadek; samotni i starsi. Wielokrotnie żyjące tuż za rogiem, w klatce obok, na sąsiedniej ulicy.

Jednym z nich jest Jakub, który pracował za granicą w branży budowlanej. Zachorował i wrócił do Polski. Leczenie szybko wyczerpało zgromadzone oszczędności, wtedy zaczęły się problemy. Otrzymuje zasiłek w wysokości 730 zł. Po opłaceniu rachunków, pozostaje mu 40 złotych na miesiąc. Często brakuje mu na leki i wtedy zdarzają się omdlenia. Przez brak środków nie wykupuje też środków przeciwbólowych ani uspokajających i wtedy cierpi jeszcze bardziej. Na jedzenie prawie go nie stać, często jest głodny.

Paczkę można przygotować samemu lub z grupą współpracowników, znajomych, członków rodziny. Razem dużo łatwiej jest przygotować pomoc, skompletować Paczkę i podzielić się z tymi, którzy potrzebują naszego wsparcia.

16 i 17 grudnia, w tzw. Weekend Cudów, pomoc trafi do rodzin.

Jubileusz Teatru Marzeń



Teatr Marzeń Gminnego Ośrodka Kultury w Czystym Polu, założony i prowadzony przez Annę Kazimierczuk, w niedzielę, 19 listopada (godz. 15.00), będzie obchodził jubileusz 20 lat działalności. W tym roku prowadzi zajęcia dla trzech grup wiekowych: od przedszkola, do młodzieży.

Spotkanie z „Dziedziczką” w Sokołach

Na spotkanie autorskie z Celiną Mioduszewską z prezentacją książki „Dziedziczka lipowej alei” o założycielce i fundatorce pierwszej w regionie szkoły rolniczej w Krzyżewie Stefani Karpowicz, zaprasza Centrum Kulturalno-Biblioteczne w Sokołach (ul. Kolejowa 3) w piątek, 17 listopada, godz. 17.00. Wstęp wolny.

Laptopy dla uczniów

Uczniowie klasy IV Szkoły Podstawowej w Jabłonce Kościelnej otrzymali na własność laptopy.

Senioriada W Zambrowie



Zambrowski Dzień Seniora odbędzie się w piątek, 17 listopada o godz. 14.00 w Miejskim Ośrodku Kultury.

W Nagórkach-Jabłoni

Dzień Seniora w gminie Zambrów odbędzie się w świetlicy wiejskiej w Nagórkach-Jabłoni w sobotę, 18 listopada, od godz. 17.00. Wystąpią zespoły Zamberski i Laskowianki, do tańca zagra The Spontan Life. Wstęp bezpłatny. W niedzielę rozegrany zostanie tu V Turniej Brydża Sportowego o Puchar Wójta Gminy Zambrów.

W Szumowie

Na bal seniora z zabawą przy rytmach zespołu Chutar zaprasza Centrum Biblioteczno-Kulturalne w Szumowie w sobotę, 18 listopada (godz. 19.00). Cena 110 zł od osoby (3 gorące dania, przystawki, słodki stół).

Od lat pomaga ludziom i zwierzętom z gmin Grajewo, Szczuczyn, Wąsosz, Radziłów. Teraz Iwona Masłowska z Grajewa pilnie potrzebuje kosztownego leczenia

Pomóżmy jej wstać!

Z serca

Wystarczył jeden telefon „Iwonko, pies w potrzebie”. Wsiadała w samochód i jechała po zwierzę, nie bacząc na odległość i koszty. Przywoziła do siebie i uczyła wszystkiego: zachowania czystości, chodzenia na smyczy, jazdy w samochodzie. We własnym zakresie, za własne pieniądze. Przez jej mieszkanie przeszły setki bezdomnych psów. Pracowała z psami wycofanymi, lękliwymi, nie znającymi dotyku, bojącymi się spojrzenia człowieka oraz z agresywnymi, a uzyskiwała efekty lepsze od psich behawiorystów. Wszystkim znalazła nowe kochające domy. Nieważne, jak daleko, jechała z nimi sprawdzić, „czy będzie im dobrze”.

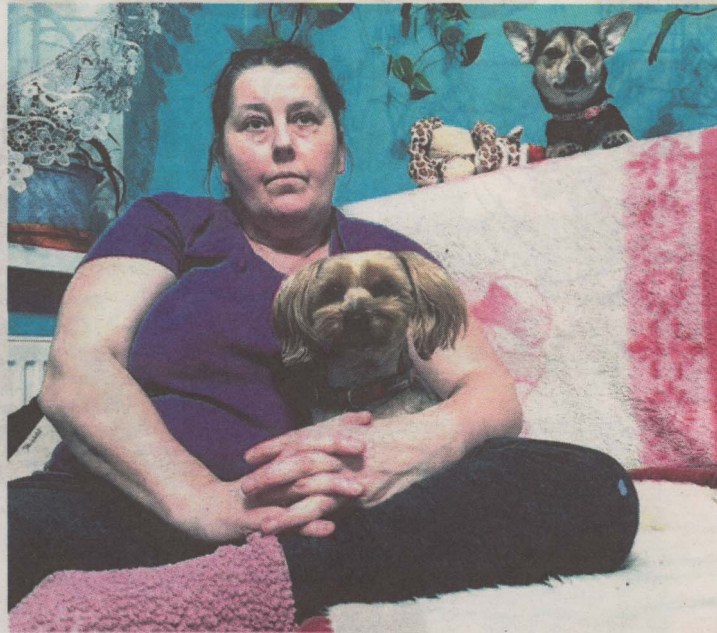
Żartuje, że urodziła się z „genem pomocy”. Przekazała go też trójce swoich dzieci. Organizowała zbiórki odzieży i jedzenia dla biednych. Zapadła jej w pamięć dziewczynka, która nie bacząc na ubrania, zabawki i smakołyki, chwyciła ręcznik z okrzykiem: „Nareszcie mam swój własny ręcznik”. Popłynęły łzy...

Gdy powstała Fundacja Magdalena, zaangażowała się w pomoc tam przebywającym psom i... kotom. Poznała wolontariuszki Joannę Kamińską i Ewelinę Rycewicz.

Pomysłem Joanny było utworzenie „Bazarku na rzecz zwierząt w Grajewie”, w ramach którego licytowano zebrane fanty, a uzyskane pieniądze przeznaczano na karmę i leczenie weterynaryjne, kastrację i sterylizację, szczepienia, odrobaczenia zwierząt w Fundacji i domach tymczasowych oraz przygotowanie wyprawek dla psów do adopcji (smycz, szelki, poślanie, miska, kocyk, zabawka, przysmaki). Do tworzących Bazarek Joanny, Iwony i Eweliny dołączyła Zdzisława Pupkowska ze Szczuczyna.

Choroba

Iwona Masłowska nie wyobrażała sobie życia bez pra-



Iwona Masłowska

cy. Ostatnio na umowie zleceniu. Gdy otrzymała skierowanie na operację kręgosłupa w maju 2020 roku, pracodawca umowy nie przedłużył. Po operacji jeździła na odławianie niebezpiecznych zwierząt i raz przekreśliła się jej stopa w kostce... Pierwsza uwagę zwróciła na to sąsiadka: „Jakoś dziwnie chodzisz”. Poprosiła córkę, by nagrała ją w ruchu. Rzeczywiście, chodząc wysoko unosiła biodro. Położyła to na karb następstw operacji. Coraz częściej jednak potykała się lewą stopą, czasem tracąc równowagę i padając. Pewnego dnia upadła na ulicy i nie mogła wstać. Mijali ją ludzie i nikt nie pomógł, nikt nie zapytał. Zadzwoiła do wówczas piętnastoletniej córki Nikoli, by ją podniosła. I tak już zostało. Nikola robi to od 2 lat. Iwona uwięziona przez chorobę w mieszkaniu w bloku na 2 piętrze, nie jest w stanie wykonać najprostszych czynności. Przed rehabilitacją mogła o kulach, trzymając się mebli, dojść do łazienki, ugotować obiad. Po rehabilitacji wróciła w gorszym stanie, jest zdana na Nikolę, która pomaga przy kąpielach i wszystkich czynnościach. Gdy upadnie w mieszkaniu, czeka na powrót córki ze szkoły. Siedzą

przy niej 2 koty znajdky i geriatryczna sunia, przygotowywana do adopcji.

Diagnoza

Ortopeda zlecił ćwiczenia, które nic nie wniosły. Neurolog stwierdził uszkodzenie nerwów obwodowych, przepisał witaminy neurovit i magnez. Diagnostykę przeszła w Uniwersyteckim Szpitalu Klinicznym w Białymstoku. Wykluczono SMA, raka, boreliozę, sprawy reumatologiczne. Badanie EMG wykazało brak przewodnictwa nerwowego. Diagnoza: polineuropatia aksonalna wiotka. Przyczyna choroby nieznana. Do pełnego obrazu potrzebna byłaby biopsja, diagnostyka w kierunku chorób autoimmunologicznych i powikłań pocovidowych. Iwona otrzymała sterydy i trzymiesięczną rehabilitację ogólnoustrojową na oddziale neurologicznym, która nie zatrzymała postępu choroby: utraciła zdolność chodzenia. Nogi nie funkcjonują od kolan w dół.

Leczenie

Iwona nie pracuje od 3 lat. Leży się prywatnie, by uniknąć oczekiwania w kolejkach, bo liczy się czas. Na leczenie musi zarobić mają, dlatego w domu bywa jedy-

nie w weekendy. W kwietniu złożyła dokumenty o rentę chorobową, która dotychczas nie jest zatwierdzona. We wrześniu otrzymała jedynie opinię lekarza orzecznika z ZUS o całkowitej niezdolności do pracy.

Chorobę powstrzymać może kosztowna rehabilitacja, wspomagana zautomatyzowanymi urządzeniami w Centrum Rehabilitacji „Panmedica” w Zdunkach, które posiada potrzebny lokomat. Koszt jednego turnusu to 31 tysięcy złotych. A turnusów powinno być minimum 3.

Anioły

Znając sytuację finansową rodziny, koleżanki z „Bazarku” proponowały założenie zbiórki finansowej w internecie. Iwona nie zgodziła się: „Jest tyle chorych małych dzieci. Nie mogę zabierać im pieniędzy. Zresztą, kto wpłaci na dorosłą osobę?”.

Zbiórkę założyła Zdzisława Pupkowska. Wbrew woli Iwony. Joanna Kamińska zawiesiła „Bazarek dla zwierząt” na „Pomóżmy jej wstać” dla Iwony. Odbiła się licytacja, w wyniku której zebrano 7 846 zł. Ogółem z wpłatami indywidualnymi uzbierało się 21 982 zł. Za mało nawet na 1 turnus.

Joanna i Zdzisława martwią się, a Iwona jest pozytywnie zaskoczona: „Nie wiedziałam, że wspiera mnie tak wielu. Jestem szczęśliwa, że są dobrzy i empatyczni ludzie. Mam 3 anioły: Asię, Zdzisię i Aurelię”.

Nieznana nikomu Aurelia Has wpłaciła największą kwotę na Bazarek oraz dała na licytację urządzenie kosmetyczne, z którego pieniądze przekaże na rehabilitację Iwony.

Joanna zbiera fanty na następny Bazarek.

Zdzisława prosi nawet o wpłaty 1, 5 zł, bo liczy się każda złotówka.

Iwona powtarza: „Dobro ma małe nóżki. Powoli idzie. Ale dochodzi”.

„Pomóżmy jej wstać...” na magam.pl/h7fn9p.

BARBARA PASZKOWSKA

Biologiczna matka i rodzina przypomnieli sobie o mnie, kiedy zaczęłam dobrze zarabiać

Oddana



Fot. pixabay

1.

Biologicznych rodziców w ogóle nie pamięta. Do adopcyjnych rodziców, Wiesi i Józka, Teresa nigdy inaczej się nie zwróciła, niż „mamo” i „tato”.

– Byłam najmłodszym, ósmym z kolei dzieckiem, które przyszło na świat w biednej, wiejskiej rodzinie, mieszkającej na wschodzie Polski. O takich miejscach mówi się kolokwialnie: tam, gdzie wrony zawracają. Moi rodzice mieli dość już własnych dzieci i stwierdzili, że oddadzą mnie bezdzietnym dalszym kuzynom – opowiada Teresa.

Wiesia i Józek nie mogli mieć własnych dzieci, chociaż od lat się o nie starali. Zaadoptowali ją, a rodzice zrzekli się praw do niej. I nie utrzymywali kontaktu.

Tak zyskała nowy dom. Mówi, że dom cudowny. Zawsze pełen ciepła i miłości.

– Byłam chorowitym dzieckiem, bardzo często zapadałam na choroby układu oddechowego. Kiedy miałam cztery latka, trafiłam do sanatorium chorób płuc, mama była tam ze mną. Czułam, że jestem bardzo kochana – opowiada Teresa.

2.

Chociaż Wiesia i Józek nie należeli do ludzi zamożnych, nigdy niczego jej nie brakowało. Była jeszcze babcia, mama Wiesi. To ona się opiekowała małą Tereską, kiedy rodzice pracowali. Chodziła z nią na spacer, wspólnie robiły zakupy. Posiłki szykowała takie, jakie lubiła jej wnuczka.

– Była to albo zupa pomidorowa z kluskami albo kotlety mielone z ziemniakami. Te dwie potrawy mogłam jeść na okrągło i właściwie do tej pory mi się nie przejadły – śmieje się Teresa.

Naprzeciwko ich mieszkania było kino. W każde niedzielne przedpołudnie tata zabierał Tereskę na poranek filmowy dla dzieci. Kiedy Tereska poszła do szkoły, babcia odprowadzała ją i przyprowadzała z lekcji do domu. Mieszkali w centrum miasta i chociaż do szkoły Tereska miała blisko, musiała pokonać dwie ruchliwe ulice. Tereska najbardziej lubiła powroty do domu. Przechodziły z babcią obok cukierni i Tereska wybierała sobie deser. Z reguły była to jakaś galaretką z bitą śmietaną i owocami.

– Byłam szczęśliwa, miałam swój ukochany pokoik. Łóżeczko z czasem zmieniło się w tapczanik, na którym sadzałam wszystkie swoje lalki. Kie-

dy babcia przyprowadzała mnie ze szkoły, opowiadałam im o swoich sukcesach i porażkach. Potem dowiedziałam się, że byłam adoptowana. Rodzice woleli mi sami powiedzieć, bo zawsze znajdzie się jakaś „życzliwa ciotka”. Bardzo to przeżyłam, ale mama i tata we wszystkim mnie wspierali. Bardzo też chcieli, żebym skończyła dobre studia – opowiada Teresa.

Nie tylko zrobiła dyplom na swojej uczelni, ale po studiach znalazła świetnie płatną pracę w swoim rodzinnym mieście. Wróciła do domu, tu chce układać sobie życie.

3.

Nagle któregoś dnia pojawił się u niej jej brat, z którym nigdy nie miała kontaktu. Oznajmił, że prawdziwi rodzice wysłali go do Teresy, bo jej potrzebują i powinna teraz, kiedy ma pieniądze, im pomagać.

– Rodzina to święta rzecz i o tym nigdy nie powinnaś zapominać – powiedział do Teresy.

– To było jak grom z jasnego nieba. Nigdy nie miałam z nimi kontaktu. Nikt mnie ani razu nie odwiedził, nikt się nawet nie zapytał, jak się czuję. Gdzie ta rodzina była, kiedy chorowałam i rodzice wysyłali mnie do

sanatoriów? Gdzie była, jak szłam do pierwszej komunii? Kto mnie karmił i ubierał? Kto drżał, kiedy miałam 40 stopni gorączki, kiedy przechodziłam wietrzną ospę? – mówi Teresa.

Powiedziała bratu, że kategorycznie odmawia, nie widzi powodu, by finansować kogokolwiek. Ma komu pomagać i to są Wiesia i Józek.

Na tej wycieczce jednak się nie skończyło. Za kilka tygodni pod pracą Teresy czekała jedna z jej siostr. Opowiadała, że rodzicom jest bardzo ciężko, chciała pożyczyć pieniądze na prośbę matki.

– Zaczęli mnie osaczać, takie miałam uczucie – mówi Teresa.

Powiedziała siostrze, że nic jej z całą rodziną nie łączy. Że ona, rodzice, rodzeństwo, wszyscy są jej obcy. Matka najbardziej, bo nie jest matką tą, która urodziła, ale ta, która wychowała i pokochała.

– Siedziało to we mnie jak zadra. Tylko mnie przecież oddali. I jeszcze mieli czelność przychodzić po latach po pieniądze. Wiem jedno. Wiesia i Józek wychowali mnie tak, jak umieli najlepiej. Poświęcili swoje życie, abym wyrosła na odpowiedzialną kobietę. I to są moi prawdziwi rodzice – mówi Teresa. (onet)

MAGDALENA GOROSTIZA

Śmierć za diabelską skrzynkę

Ukamienowany

Jan Nicewski z Wierzbowa (gm. Grajewo) był zamożnym gospodarzem. Interesował się nowościami technicznymi. Jeden z pierwszych w powiecie w 1929 roku kupił sobie radio. Był to kilkulampowy odbiornik z głośnikiem, zasilany prądem. Słuchał informacji, odczytów i muzyki. Jego radio wzbudzało duże zainteresowanie. Nicewski nie żałował nikomu słuchania. Zapraszał do swojego domu sąsiadów i młodzież, która szczególnie lubiła słuchać muzyki.

W gospodarstwach zawsze coś się dzieje, a to krowa zachoruje i padnie, a to mniej mleka da w wieczornym udoju, kury przestaną znosić jajka. Tak też działo się w Wierzbowie.

Chłopi uznali, że radioodbiornik jest „piekielnym wynalazkiem”, bo niby jak „skrzynka” może mówić, grać i śpiewać? Wszelkie gospodarcze straty, większe i mniejsze niepowodzenia zaczęli przypisywać radiu. Byli przekonani, że albo coś jest w radiu, albo nieszczęścia we wsi są karą boską za słuchanie „diabelskiego wynalazku”. Delegacja chłopów udała się do Nicewskiego i zażądała zniszczenia grającej „skrzynki”.

Nicewski żartował z delegacji, pokazał chłopom radio i zapewnił ich, że aparat nie ma nic wspólnego z chorobą bydła. „Diabelskiej skrzynki” nie zniszczył.

Chłopów nie przekonały tłumaczenia Nicewskiego. Postanowili zmusić go do zlikwidowania radia. Obserwowali, co robi i gdzie jeździ. W maju Jan Nicewski sam wracał ze Szczuczyna. Chłopi zatakowali go na drodze kamieniami. Ukamienowali go na śmierć!

W wyniku policyjnego dochodzenia aresztowani zostali przywódcy morderczego napadu: Jan Karbowski, Waław Kumkowski i Waław Wabiński.

„Ukamienowanie niewinnego człowieka jest jednym smutnym objawem niebываłej ciemnoty, jaka



Łomża, Długa 6; w tej kamienicy w 1927 roku Biuro Techniczne „ERG” sprzedawało pierwsze radioodbiorniki

panuje na wsi”, skomentował „Orędownik Ostrowski”.

„Ciemnota na wsi. Chłopi ukamienowali właściciela radia”, pisał „Dziennik Bydgoski”.

„Fala 480”

„Halo, halo Polskie Radio Warszawa, fala 480 milimetrów...”. Tymi słowami 18 kwietnia 1926 roku o godz. 17.00 zainaugurowała nadawanie regularnych audycji Polskiego Radia dziennikarka Janina Sztompka (lat 23). Stałe audycje poprzedziły próbne programy, z których pierwszy został nadany 1 lutego 1925 roku przez prywatne przedsiębiorstwo Polskie Towarzystwo Radiotechniczne. Radio nadawało dziennie program pięć godzin (17.00 – 23.00), później audycje zostały wydłużone do ośmiu godzin. Były to programy: informacyjne, oświatowo-kulturalne i muzyczne (emitowane wieczorem). Radioodbiorniki można było kupić w sklepach, urzędach

pocztowych i w zakładach pracy w czasie akcji promocyjnych.

W Łomży w 1927 roku radioaparaty i sprzęt radiotechniczny sprzedawało Biuro Techniczne „ERG”, które mieściło się przy ulicy Długiej 6. Według reklam firmy „ERG”, publikowanych w kolejnych numerach łomżyńskiej „Wspólnej Pracy”, klienci nabywający radia mogli korzystać z wygodnych warunków płatniczych.

„Propaganda radia”

W 1939 roku w Polsce funkcjonowało dziesięć stacji nadawczych: Warszawa I (stacja w Raszynie, zasięgiem obejmowała prawie 80 proc. powierzchni kraju), Warszawa II, Baranowicze, Wilno, Katowice, Toruń, Lwów, Poznań, Kraków i Łódź.

Radia w Polsce słuchało prawie pięć milionów ludzi.

Najwięcej odbiorników radiowych mieli warszawiaczy. W stolicy na 1000 mieszkańców przypadało 104 radia (w Danii w 1939 roku

– 201, w Niemczech 154).

W województwie warszawskim, do którego 1 kwietnia 1939 roku została przyłączona Łomża i powiat łomżyński, na 1000 mieszkańców było 38 odbiorników, a w województwie białostockim tylko 19.

W Łomży wówczas nikt nie bał się radia i nie nazywał go „diabelską skrzynką”, jak dziesięć lat wcześniej mieszkańcy Wierzbowa. Ludzie chcieli mieć swoje radio, ale nie wszyscy mogli sobie pozwolić na jego zakup. Starosta łomżyński Józef Drożański podjął starania o umożliwienie nabycia odbiorników uboższym mieszkańcom. 18 czerwca 1939 roku zamieścił w „Tygodniku Ziemi Łomżyńskiej” informację „o przystąpieniu do propagandy radia”. W mieście powołany został Powiatowy Społeczny Komitet Radiofonizacji Kraju, który rozpropagował „tanie i dobre radioodbiorniki detektorowe” (nie potrzebowały

zasilania prądem elektrycznym). Odbiornik ze słuchawkami i anteną kosztował 12 złotych. Starosta zalecał gminnym kasom pożyczkowo-oszczędnościowym udzielać pożyczek na zakup aparatów tym nabywcom, którzy „nie będą w możności pokryć należności z własnych funduszy”. Przed wybuchem II wojny światowej mieszkańcy powiatu mogli więc korzystnie nabywać radia i czerpać wiadomości, oprócz prasy, z jeszcze jednego medium. Jednakże głos z „taniego i dobrego radioodbiornika detektorowego”, kupionego za gotówkę lub na kredyt, ulatniał się po chwili. Zapisane strony łomżyńskich pism przetrwały do dzisiaj. I dzięki nim możemy opisać tę historię.

A radio? W nocy z 6 na 7 września 1939 roku stacja nadawcza w Raszynie została zniszczona przez Niemców. Radio zamilkło w całym kraju. Dziś „diabelska skrzynka” ma się dobrze.

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.0232/2023-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 dwie sztuki opon
zimowych, używanych.
Opony są w dobrym stanie.
Rozmiar 195/65/15.
Odbiór w Piątnicy.
Tel. 604 – 113 – 881

(o/b)

ROLNICTWO

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

(fak.0243/2023-o)

PRZYJMĘ

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

TRANSPORT

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

(fak.0207/2023-o-i)

Ogłoszenie w gazecie
żyje dzień



Ogłoszenie w tygodniku
KONTAKTY
żyje tydzień

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

(fak.0208/2023-o-i)

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



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



OFERTA PRACY

PREFBET
ŚNIAĐOWO

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

- Inżynier automatyki i robotyki
- Konserwator sieci i systemów komputerowych

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)".

OGŁOSZENIA BEZPŁATNE MOTORYZACYJNE

Sprzedam Opel Astra, (2015), bardzo bogata wersja wyposażenia, auto sprowadzone, zadbane, zarejestrowane, aktualne opłaty, cena 39 999 zł do negocjacji, tel. 692 – 480 – 599

(o/b)

Sprzedam Seat Ateca, (2019), 1.6 TDI, diesel, stan bardzo dobry, klimatyzacja automatyczna, nawigacja, przebieg 122 000 km, cena 87 000 zł do negocjacji, tel. 516 – 603 – 022

(o/b)

Sprzedam Volvo V70, 4x4, cena 15 000 zł do uzgodnienia, tel. 503 – 862 – 612

(o/b)

Sprzedam Kia Sportage, (2008), benzyna, auto zadbane, po dużym serwisie, aktualny przegląd i ubezpieczenie, cena 20 900 zł do negocjacji, tel. 604 – 833 – 731

(o/b)

Sprzedam Toyota Camry Solara, (2004), LPG, auto zadbane, doinwestowane, bezwypadkowe, przebieg 250 000 km, cena 20 900 zł do negocjacji, tel. 604 – 833 – 731

(o/b)

Sprzedam Suzuki Ignis, (2005), 1.3 benzyna + gaz, 94 KM, ciśnienie w cylindrach około 1,4 MPa, silnik super, stan bardzo dobry, przebieg 272 000 km, cena 8 900 zł, tel. 600 – 954 – 834

(o/b)

Sprzedam Opel Astra, (2002), benzyna + gaz, przebieg 280 000 km, cena 3 500 zł do negocjacji, tel. 609 – 836 – 190

(o/b)

Sprzedam Seat Arosa, (2001), 1.0 benzyna, stan idealny, bez wkładu finansowego, przebieg 205 000 km, cena 7 499 zł do negocjacji, tel. 502 – 704 – 882

(o/b)

Sprzedam Toyota Avensis, (2008), auto sprowadzone w 2011 r., drugi właściciel w kraju od 2014 r., diesel, bogate wyposażenie, cena 24 800 zł, tel. 505 – 774 – 996

(o/b)

Sprzedam Opel Corsa, (2003), benzyna, OC ważne do grudnia, przegląd do 01.2024 r., przebieg 244 000 km, cena 5 500 zł, tel. 516 – 949 – 978

(o/b)

Sprzedam Toyota Aygo, (2006), benzyna, auto w pełni sprawne, zarejestrowane w kraju, opłaty ważne do 01.2024 r., cena 10 000 zł do negocjacji, tel. 601 – 089 – 985

(o/b)

Sprzedam Chevrolet Epica, (2007), diesel, auto zadbane, z polskiego salonu, pierwszy właściciel, w oryginale, hak, komplet opon zimowych, cena 13 500 zł do negocjacji, tel. 511 – 095 – 709

(o/b)

Sprzedam Audi A4, (2009), 1.8 TFSI, 163 KM, benzyna, kolor czarny, przebieg 246 200 km, cena 29 000 zł, tel. 607 – 164 – 661

(o/b)

Sprzedam Mercedes Benz W211, (2003), diesel, auto w ciągłej eksploatacji, w bardzo dobrym stanie, serwisowane na bieżąco, cena 18 900 zł do negocjacji, tel. 508 – 509 – 237

(o/b)

Sprzedam Mercedes C, (1996), 1.8 benzyna + LPG, auto w bardzo dobrym stanie technicznym, wnętrze czyste i zadbane, cena 9 900 zł do negocjacji, tel. 608 – 624 – 898

(o/b)

Sprzedam Volkswagen Caddy, (2004), 1.4 benzyna, 90 KM, auto po wymianie oleju, filtrów, przebieg 165 700 km, cena 13 500 zł, tel. 731 – 699 – 993

(o/b)

Sprzedam Toyota Yaris, (2002), 1.0 benzyna, 68 KM, radio, klimatyzacja, elektryczne szyby, wspomaganie, przebieg 223 000 km, cena 5 500 zł, tel. 785 – 538 – 767

(o/b)

Sprzedam Opel Astra, (1999), 1.6 benzyna + LPG, opłaty aktualne, klimatyzacja, centralny zamek, cena 3 600 zł do negocjacji, tel. 533 – 128 – 871

(o/b)

Sprzedam Volkswagen Jetta, (2014), diesel, auto sprowadzone z USA, w 2016 r. zarejestrowane w kraju, w pełni sprawne, cena 36 999 zł do negocjacji, tel. 606 – 794 – 683

(o/b)

Sprzedam Seat Cordoba, (2006), 1.4 benzyna, bardzo dobry stan techniczny i wizualny, klimatyzacja, nowe opony wielosezonowe, cena 10 700 zł, tel. 505 – 632 – 217

(o/b)

Sprzedam Opel Corsa D, (2012), 1.6 LPG, klimatyzacja, opłaty i przegląd ważne do 03.2024 r., przebieg 238 000 km, cena 18 900 zł do negocjacji, tel. 505 – 603 – 916

(o/b)

Sprzedam Mazda 626, (1999), 2.0 DITD, 90 KM, diesel, przegląd do grudnia, OC ważne cały rok, cena 4 200 zł, tel. 504 – 774 – 874

(o/b)

Sprzedam Volkswagen Polo, (2012), 1.6 TDI, diesel, 90 KM, auto po pełnym serwisie, wymieniony rozrząd, przebieg 135 000 km, cena 23 900 zł do negocjacji, tel. 501 – 924 – 044

(o/b)

Sprzedam Audi A4 B8, (2012), 2.0 TDI, 120 KM, diesel, auto bezwypadkowe, w posiadaniu od 4 lat, oryginalny przebieg, cena 49 800 zł, tel. 517 – 038 – 654

(o/b)

Sprzedam Seat Leon, (2006), 1.6mpi, benzyna, w bardzo dobrym stanie, 2 komplety opon, 102 KM, przebieg 108 000 km, cena 18 300 zł do negocjacji, tel. 516 – 251 – 833

(o/b)

Sprzedam Audi A4 B6, (2003), benzyna, 200 KM, klimatyzacja dwusferowa, półskórzane siedzenia, cena 11 500 zł do negocjacji, tel. 732 – 885 – 077

(o/b)

Sprzedam Fiat Panda, (2010), benzyna, auto opłacone, gotowe do rejestracji, stan bardzo dobry, cena 7 900 zł do negocjacji, tel. 506 – 546 – 584

(o/b)

Sprzedam Ford Fiesta, (2011), 1.6 benzyna, 125 KM, auto sprowadzone z Niemiec, w pełni sprawne, ABS, ESP, klimatyzacja automatyczna, cena 23 900 zł do negocjacji, tel. 692 – 755 – 138

(o/b)

Sprzedam Peugeot Partner, (2018), diesel, auto zadbane, gotowe do jazdy, nie wymaga wkładu, w pełni sprawne, przebieg 52 000 km, cena 41 000 zł, tel. 508 – 535 – 970

(o/b)

Sprzedam Ford C-MAX, (2004), diesel, auto w stanie bardzo dobrym, stale użytkowane, bogate wyposażenie, przegląd i OC ważne do 06.2024 r., cena 7 500 zł do negocjacji, tel. 506 – 137 – 847

(o/b)

Sprzedam Toyota Aygo, (2009), benzyna, wszystko sprawne, nowe opony, ubezpieczenie i przegląd ważne do 11.2024 r., cena 10 600 zł do negocjacji, tel. 696 – 907 – 092

(o/b)

Sprzedam Honda CRV III, (2007), 2.2 diesel, 4x4, auto sprowadzone z Niemiec, stan techniczny bez zastrzeżeń, wszystko sprawne, cena 31 200 zł, tel. 511 – 025 – 393

(o/b)

Sprzedam Audi A4 B8, (2008), 2.0 diesel, 143 KM, auto sprowadzone z Niemiec 4 lata temu, do drobnych poprawek lakierniczych, cena 25 000 zł do negocjacji, tel. 518 – 838 – 977

(o/b)

Sprzedam BMW E90, (2008), 2.0 benzyna, pierwszy właściciel, wnętrze czyste, bez śladów korozji, bogate wyposażenie, cena 22 500 zł do negocjacji, tel. 506 – 836 – 230

(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.

OGŁOSZENIA BEZPŁATNE ROLNICZE

Sprzedam zgrabiarkę Kuhn 4121, w idealnym stanie, jak nowa, amortyzator, cena 24 000 zł do negocjacji, tel. 881 – 412 – 771

(o/b)

Sprzedam pług obrotowy 4-skibowy Kverneland, 14-16 cali, sprowadzony ze Szwecji, stan bardzo dobry, cena 23 900 zł do negocjacji, tel. 510 – 864 – 707

(o/b)

Sprzedam zbiornik do mleka, 2 000 litrów, cena 4 500 zł, tel. 572 – 109 – 982

(o/b)

Sprzedam wyciąg obornika, cena 1 200 zł, tel. 572 – 109 – 982

(o/b)

Sprzedam kosiarkę Krone Easy Cut 320, (2017), na centralnym zawieszaniu, bardzo mało używana, w bardzo dobrym stanie, cena 43 000 zł do negocjacji, tel. 513 – 613 – 057

(o/b)

Sprzedam pługi obrotowe, 4-skibowe, na podwójnym resorze, z przedpłużkami, nowe lemiesze, cena 18 500 zł do negocjacji, tel. 518 – 981 – 925

(o/b)

Sprzedam kopaczkę do ziemniaków, stan dobry, cena 2 500 zł do uzgodnienia, tel. 503 – 862 – 612

(o/b)

Sprzedam rozrzutnik do obornika, 2-osiovy, stan techniczny dobry, cena 6 000 zł do uzgodnienia, tel. 503 – 862 – 612

(o/b)

Sprzedam kombajn Claas Dominator 85, (1987), sprawny, stan dobry, garażowany, sieczkarnia do słomy, cena 53 000 zł do negocjacji, tel. 572 – 625 – 569

(o/b)

Sprzedam rozrzutnik obornika Brochard, łańcuchy hakowe, ładowność 10 ton, stan bardzo dobry, cena 20 400 zł do negocjacji, tel. 602 – 862 – 037

(o/b)

Sprzedam agregat ścierniskowy Gruber, podorywkowy, 3,50 m, zabezpieczenia sprzężnowe, 12 zębów w 3 rzędach, cena 13 500 zł, tel. 696 – 491 – 676

(o/b)

Sprzedam kultywator Bomet, z wałkiem, szerokość 2,80 m, cena 3 900 zł, tel. 506 – 522 – 743

(o/b)

Sprzedam talerzówkę, szerokość robocza 2,60 m, w bardzo dobrym stanie, łożyska sprawne, cena 5 900 zł, tel. 788 – 416 – 127

(o/b)

Sprzedam kosiarkę czołową Kuhn FC 313FC, ze zgniataczem pokosu, stan bardzo dobry, sprowadzona, nieużywana w kraju, cena 15 900 zł do negocjacji, tel. 533 – 205 – 505

(o/b)

Sprzedam beczkówkę, 4 000 litrów, stan dobry, sprawny, cena 12 000 zł do negocjacji, tel. 694 – 993 – 308

(o/b)

Sprzedam zgrabiarkę 2-karuzelową Krone, cena 17 800 zł, tel. 695 – 519 – 500

(o/b)

Sprzedam wóz paszowy, pojemność 12 m³, w bardzo dobrym stanie, cena 30 500 zł, tel. 506 – 322 – 646

(o/b)

Sprzedam zgrabiarkę Fella 1201, (2010), grabi do boku, stan bardzo dobry, cena 45 000 zł do negocjacji, tel. 505 – 343 – 613

(o/b)

Sprzedam rozrzutnik Fortschritt T-088, w bardzo dobrym stanie, nowa podłoga, cena 20 000 zł do negocjacji, tel. 530 – 015 – 639

(o/b)

Sprzedam beczkówkę, 8 000 litrów, w bardzo dobrym stanie, używany na małym gospodarstwie, cena 18 600 zł, tel. 508 – 813 – 159

(o/b)

Sprzedam wóz asenizacyjny, 10 000 litrów, oś skrętna, szerokie koła, pompa, cena 99 000 zł, tel. 516 – 941 – 853

(o/b)

Sprzedam rozrzutnik obornika, ładowność 8 ton, czeski, posuw mechaniczny ciągly, 3 prędkości taśmy do przody i 1 do tyłu, cena 30 000 zł do negocjacji, tel. 660 – 564 – 411

(o/b)

Sprzedam bronę talerzową Bomet, szerokość 2 m, cena 4 300 zł do negocjacji, tel. 798 – 634 – 097

(o/b)

Sprzedam opryskiwacz, 300 litrów, sprawny, w dobrym stanie, atest zrobiony w 06.2023 r., cena 1 330 zł, tel. 500 – 868 – 763

(o/b)

Sprzedam agregat uprawowy, szerokość 5,60 m, cena 5 700 zł, tel. 572 – 027 – 752

(o/b)

Sprzedam prasę belującą Fort, sprawna, cena 12 000 zł, tel. 500 – 456 – 665

(o/b)

Sprzedam kosiarkę dyskową Pottinger Novacat, w stanie bardzo dobrym, sprawna, cena 4 900 zł do negocjacji, tel. 516 – 640 – 387

(o/b)

Sprzedam pług 4-skibowy Agromet Unia, cena 4 999 zł do negocjacji, tel. 798 – 634 – 097

(o/b)

Sprzedam rozrzutnik obornika, (2010), w dobrym stanie, cena 9 500 zł, tel. 511 – 142 – 002

(o/b)

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

(o/b)

Sprzedam opryskiwacz Biardzki, 2 200 litrów, belka 18 m, w pełni sprawny, cena 16 000 zł, tel. 660 – 679 – 370

(o/b)

Sprzedam przewracarkę do siana, cena 2 700 zł do negocjacji, tel. 798 – 634 – 097

(o/b)

Sprzedam pługi 4-skibowe Unia Grudziądź, w dobrym stanie, cena 2 500 zł, tel. 534 – 372 – 477

(o/b)

Sprzedam siewnik do zboża Nordsten, 3 m, w ciąglym użytkowaniu, znaczniki talerzowe automatyczne, cena 5 900 zł, tel. 785 – 538 – 767

(o/b)

Sprzedam zgrabiarkę Pottinger TOP-800, stan bardzo dobry, 8 m, cena 27 900 zł, tel. 515 – 588 – 021

(o/b)

Sprzedam prasę belującą Krone KR 130, niespawana, niemalowana, cena 14 000 zł do negocjacji, tel. 606 – 928 – 651

(o/b)

Sprzedam opryskiwacz Gaysa, pojemność 1 200 litrów, posiada sterownik, cena 24 500 zł, tel. 600 – 662 – 977

(o/b)

Sprzedam ścinacz zielonek Zamet T-635, (2010), w bardzo dobrym stanie, garażowany, wałek przekaźnika, cena 35 600 zł, tel. 509 – 628 – 118

(o/b)

Sprzedam zgrabiarkę karuzelową Pronar, (2022/2023), szerokość zgrabiania 4,20 m, cena 25 500 zł do negocjacji, tel. 786 – 134 – 413

(o/b)

Sprzedam kombajn Bizon Super Z-056, sprawny, wózek do hedera, szerokie koła, po wymianie wialni i ślimaka, cena 21 000 zł, tel. 511 – 155 – 034

(o/b)

Sprzedam zgrabiarkę Kuhn GA-7822, w bardzo dobrym stanie, grabi na 1 lub 2 wałki, cena 24 900 zł do negocjacji, tel. 781 – 489 – 860

(o/b)

Sprzedam pługi Kverneland AB-100 Vario, (2013), niemalowane, niespawane, elementy robocze w bardzo dobrym stanie, oryginalne, cena 22 700 zł, tel. 601 – 689 – 232

(o/b)

KUPON

BEZPŁATNE OGŁOSZENIE ROLNICZE

Treść ogłoszenia do 15 słów:

Warunkiem ukazania się ogłoszenia jest podanie ceny!

Imię i nazwisko ogłaszającego:

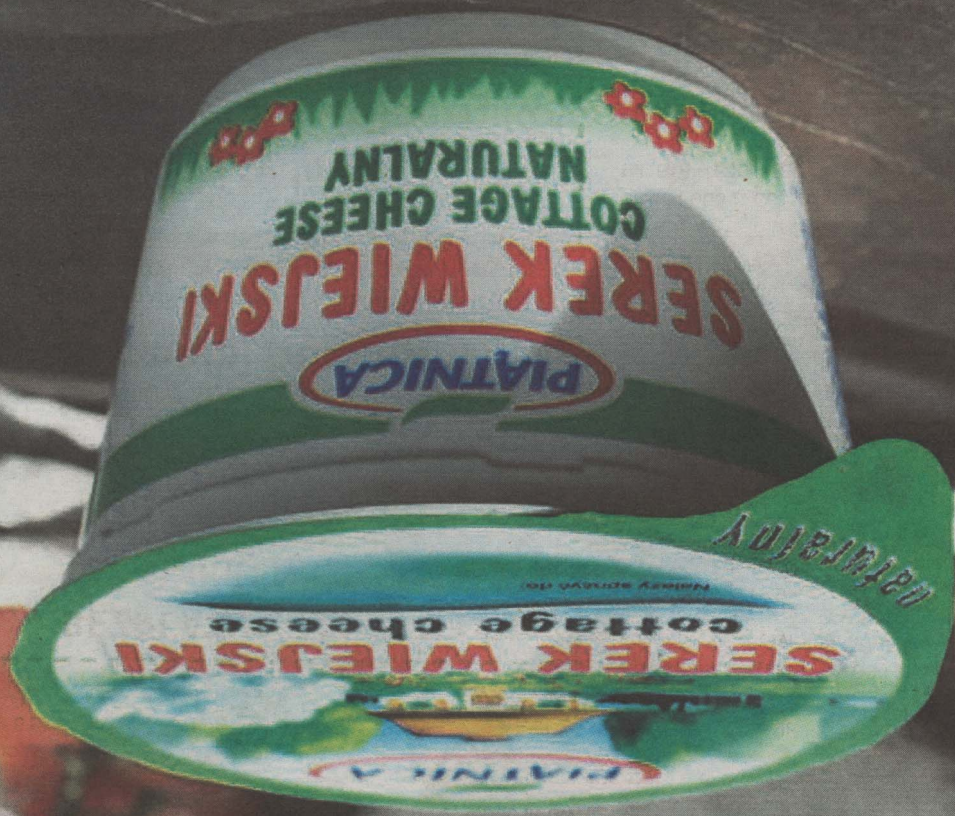
Adres:

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.



NO BO SKAÐ.
Z PIÄTNICY,



Uważaj na **fałszywe** prośby o szybki przelew



1 nie działaj pochopnie

2 nie klikaj w linki
i nie otwieraj załączników

3 zadzwoń do znajomego
i potwierdź potrzebę
przelewu

więcej na **cert.pl**

Policjanci ratują

Z topieli

Gdy do dyżurnego łomżyńskiej Komendy wpłynęło zgłoszenie rodziny, że ich bliska (6 lat) wyszła z domu i poszła w stronę łąk i rzeki Ruż, w nadrzeczny rejon od razu udał się patrol policji. Po dotarciu we wskazany teren, policjanci dostrzegli kobietę, która na ich oczach wskoczyła do wody. Policjanci, co widać na nagraniu, natychmiast ruszyli w jej kierunku. Posterunkowy Jan Wiliński, który pierwszy dotarł na miejsce, w pełnym umundurowaniu i wyposażeniu wskoczył do wody. Udało mu się szybko dotrzeć do desperatki i przetransportować ją do brzegu. Dno rzeki było bardzo grząskie, co sprawiało problemy z wyjściem na brzeg, ale pomógł mu kolega. Kobieta trafiła do szpitala. Rzeka Ruż wypływa ze źródeł w Czerwonym Borze, na południowy wschód od wsi Głęboz Wielki, a do Narwi uchodzi w pobliżu wsi Rybaki, poniżej Nowogrodu. Przepływa przez Głęboz Wielki, Kaczynek, Kleczkowo, Miastkowo, Rybaki.

Z cukrzycowej zapaści

Późnym wieczorem dyżurny łomżyńskiej Komendy otrzymał zgłoszenie rodziny z Nowogrodu, że z domu wyszedł chory na cukrzycę ich bliski (86 lat) i choć minęło kilka godzin, nie wrócił. Skierowany do Nowogrodu patrol w czasie objazdu miasteczka na nieoświetlonej ulicy na poboczu zauważył ruch. To chory, który nie był w stanie podnieść się z ziemi ani poruszać o własnych siłach, próbował czołgać się w kierunku centrum. Nie miał już na sobie butów, był wyczerpany i wyziębiony. Policjantom powiedział, że prawdopodobnie spadł mu cukier. I rzeczywiście, miał atak hipoglikemii, czyli niedocukrzenia. Policjanci przetransportowali go do domu. Na miejsce została wezwana załoga karetki pogotowia, która udzieliła mu pomocy medycznej.

Wniosek pierwszy: nie każdy, leżący na trawniku i nie mogący wstać, musi być pijany. Wniosek drugi: jeżeli jest to pijany, należy mu pomóc, szczególnie jesienią i zimą.

226 000 zł w piach!

Do mieszkanki (56 lat) powiatu białostockiego zadzwonił mężczyzna, podający się za policjanta. Powiedział, że rozbija szajkę, która chciała zaciągnąć kredyt na jej dane. Przekazał, że aby uchronić zgromadzone na koncie pieniądze, musi przelać je na bezpieczne konta zapewniając, że po wszystkim zostaną zwrócone. Aby potwierdzić opowiadaną przez siebie historię powiedział kobiecie, że za chwilę zadzwoni do niej prokurator. Po chwili rzeczywiście zadzwonił telefon. Dzwoniący przedstawił się jako prokurator i potwierdził historię, którą usłyszała wcześniej. Podał również dwa konta bankowe, na które miała wpłacić swoje oszczędności.

Zgodnie z instrukcjami oszustów kobieta wpisała w tytule przelewów

słowo „Dług” i przelała na wskazane przez nich konta ponad 100 tys. zł.

Na tym nie koniec! „Prokurator” wypytywał, czy ma jeszcze jakieś pieniądze, by złapać inne osoby z szajki. Gdy kobieta potwierdziła, że ma gotówkę, oszust będąc z nią wciąż na linii polecił jej wpłacenie pieniędzy w bankach. Nieprawdopodobnie, ale kobieta pojechała i wpłaciła łącznie prawie 100 tys. zł na wskazane wcześniej konta. Dopiero po powrocie i rozmowie z synami zorientowała się, że została oszukana! W sumie straciła prawie 200 tys. zł!

Tego samego dnia dwoje innych mieszkańców powiatu białostockiego wierząc, że rozmawiają z policjantami i pracownikami banku i że ich oszczędności są zagrożone, przelali oszustom 23 tys. zł i 3 tys. euro.

Jedziesz samochodem, radio gra wesołą melodię, śpiewasz z solistą i nagle widzisz na poboczu radiowóz policyjny...

Co mówi o Tobie reakcja na patrol?



Hamujesz: zawsze jesteś zabiegana/y i spieszysz się nawet, gdy nie musisz. Wydaje Ci się, że wygrasz wyścig z czasem. A w tym wyścigu nie zawsze przestrzegasz wszystkich reguł. Uważasz, że możesz je nagiąć, bo... nikt nie widzi. Jesteś we wszystkim bardzo zdecydowana/y.

Noga z gazu: choć jedziesz przepisowo, nie jesteś pewna/y swoich decyzji i często je analizujesz. Nie potrafisz cieszyć się spontanicznie z efektów swojej pracy. Zawsze coś Ci nie pasuje. Wahasz się nawet przy drobniactwach, od których nic nie zależy. Nawet, gdy przestrzegasz przepisów, też się czegoś obawiasz. Nie umiesz uwolnić się od lęku.

Uśmiechasz się i jedziesz dalej: jesteś pewna/y siebie. Życie dla Ciebie

jest jak mecz. Raz można wygrać, raz przegrać. Ty grasz zawsze fair play i jesteś zadowolona/y z każdego wyniku. Nawet przegrana nie wyprowadza Cię z równowagi, bo przecież następna rozgrywka może zakończyć się Twoim zwycięstwem. Jesteś optymistką/tą, często towarzyszy Ci uśmiech.

Denerwujesz się: mundur działa na Ciebie jak przysłowiowa czerwona płachta na byka. Ale nie tylko mundur, często irytują Cię sprawy i fakty, na które nie masz żadnego wpływu. To Twoja maska i gra, od której nie potrafisz się uwolnić. Szukasz powodów do zaczepki, wydaje Ci się, że Ty masz zawsze rację. Wcale tak nie jest, tylko Ty tego nie dostrzegasz.

Zaginęli

Mieszkanka Łomży



Dorota Sobocińska (47 lat): w piątek, 10 listopada, około godz. 8.00 wyszła z domu do pracy, po wyjściu z której do domu nie wróciła. Ma ok. 165 cm wzrostu, szczupłą budowę, włosy długie jasny brąz, oczy niebieskie. Ubrana była w szare spodnie dresowe, białe buty sportowe, bluzę z kapturem i czarną kurtkę do pasa.

Chłopiec z Białegostoku

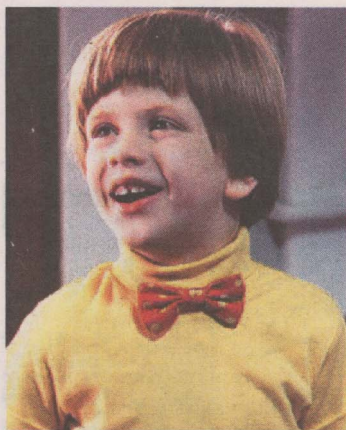


Mikołaj Maciorowski (15 lat) z Osiedla Dziesięciny wyszedł z domu w sobotę, 4 listopada. Do tej pory nie wrócił oraz nie nawiązał kontaktu z rodziną. Ma około 180 cm wzrostu, włosy ciemny blond. Ubrany był w ciemną kurtkę, ciemną bluzę, ciemne dresowe spodnie oraz ciemnozielone sportowe buty. Miał czarną szalik typu „nerka” przewieszoną przez bark.

Wszyscy, którzy widzieli ich po dacie zaginięcia, wiedzą cokolwiek o ich losie, proszeni są o kontakt z numerem alarmowym 112 lub najbliższą jednostką policji.

Poradnia psychologa

Z dobrego chłopca staje się zły



Od września, gdy poszedł do czwartej klasy, mój syn bardzo się zmienił. Przestał przychodzić zaraz po szkole do domu, wraca po 2, 3 nawet 4 godzinach. Nauczyciele mówią, że zrobił się arogancki, dostaje gorsze oceny niż dawniej, nie słucha mnie, przestał się uczyć. Pod koniec wakacji, kiedy byłam w ciąży, miałam go za co pochwalić, bo pomagał mi w kuchni, był naprawdę grzeczny, ale teraz muszę na niego krzyżać, bo przeszkadza, bałagani itd. Myślę, czy mu nie zmienić szkoły, bo chyba wpadł w złe towarzystwo. Może nauka jest dla niego zbyt trudna? Co Pan o tym sądzi?

Anna

Myślę, że zmiana klasy nie jest sposobem na rozwiązanie tego, co się dzieje z Pani synem. Syn ma 11 lat, przez 10 lat był najmłod-

szym dzieckiem w domu. Teraz spostrzegł, że rodzice mają dla niego mniej czasu i zajmują się najmłodszym dzieckiem. Żeby dzieci dobrze się zachowywały, muszą się dobrze czuć.

Tymczasem świat widziany oczami Pani syna jest teraz zupełnie inny: rodzice więcej wymagają, mają mniej czasu, a coraz więcej pretensji, szkoła stała się trudniejsza, a on wkracza powoli w wiek dojrzewania. To jest dla niego sytuacja kryzysowa, a prawdopodobnie dla całej rodziny.

Jak zaradzić temu, co się dzieje? Gdy dziecko jest głodne, to trzeba dać mu jeść. Pani syn potrzebuje więcej uwagi, troski i uczucia, że jest dla was ważny. Ponieważ nie może zdobyć tego zwykłymi sposobami (bycie grzecznym mu się nie opłaca, bo rodzice wtedy nie widzą potrzeby zajmowania się nim i korzystają z chwili ciszy i odpoczynku), więc zaczyna się źle zachowywać, co zmusza dorosłych do zauważenia go, troski itd.

Możliwe też, że szuka brakującej akceptacji w gronie rówieśników. Być może wystarczy trzy razy dziennie spędzić po 20 minut tylko z nim (rano, po powrocie ze szkoły i wieczorem), a będzie czuł się ważny i akceptowany?

DR MARCIN FLORKOWSKI
psycholog



Przysmak podlaski

Sycący garnek

Składniki:

- 50 dag mięsa mielonego (najlepiej wołowego)
- 4 duże pomidory
- 1 puszka czerwonej fasoli
- 1 puszka kukurydzy
- 1 papryka czerwona
- 1 ostra papryczka chilli
- 1 ząbek czosnku
- 1 szklanka bulionu
- 1 cebula
- 2 łyżki oleju

- 2 łyżki koncentratu pomidorowego
- 1 łyżeczka cukru
- 1 łyżka posiekanej natki pietruszki
- oregano
- sól, pieprz

Cebulę obierz, drobno pokrój, zeszklij na 2 łyżkach oleju. Dodaj mięso mielone i smaż. Wlej koncentrat i bulion, wrzuc pokrojone i obrane ze skórki pomidory, czosnek, pokrojone drobno chilli. Dopraw solą, pieprzem, oregano i cukrem. Po około 20 min. gotowania dodaj odsączoną kukurydzę i fasolę oraz pokrojoną w słupki paprykę. Gotuj jeszcze 10 minut (jeśli sos jest zbyt rzadki, wydłuż czas). Posyp natką pietruszki. Podawaj z ryżem, pieczywem.



Fot. pixabay

Pytanie intymne

Chciał, żebym się wszędzie goliła. Opierałam się, bo jakoś wydawało mi się, że golenie łona jest wbrew naturze. W końcu uległam i ogoliłam się. Był szczęśliwy i rzeczywiście nasz seks był bardziej namiętny i gorący. Ale wkrótce na skórze pojawiły się krostki. Lekko piekły, lekko swędziały, a przede wszystkim nie wyglądają podniecająco. Następnym razem zastosowałam krem do depilacji. Dostałam uczulenia, czyli jakby powtórka z rozrywki. Oznajmiłam, że więcej prób z usuwaniem włosów nie będzie.

Był niezadowolony. Powiedziałam, żeby sam ogolił sobie penisa i jądra. Nie ogolił się. Nie wiem, czy inni mają podobne problemy?

Misia

Golenie miejsc intymnych stało się modą. Ale do niczego, by robić coś wbrew sobie, nie powinnaś być uporczywie namawiana. W seksie nie może być żadnego przymusu, bo tylko wtedy będzie udany. Włosy łonowe nie tylko ozdabiają kobiece ciało. Dość skutecznie chronią przed grzybicą i są jakby tarczą zabezpieczającą narządy rodne przed różnymi drobnoustrojami.

Lekarz domowy

Często się pocę. Czasami mój pot ma bardzo brzydkie zapach. Od czego to zależy i jak sobie z tym radzić?

Michał

Skład potu i jego zapach uzależniony jest od tego, co jemy. Pot ma ostrą woń po spożyciu tłustego mięsa, czosnku, cebuli, alkoholu. Mało intensywny zapach ma przy jedzeniu dużej ilości warzyw i picciu wody mineralnej. Przy nadmiernej potliwości pomagają picie szałwi lub melisy. Można też napar z szałwi dodać do kąpieli.

Pocenie się w upały jest naturalne. Jednak pot o przykrym i intensywnym zapachu, który pojawia się, gdy nie jest upalnie, może być jednym z objawów cukrzycy, choroby nerek, a nawet nowotworu. Lepiej poobserwować swoje pocenie i w razie niepokoju skontaktować się z lekarzem.

W zniwelowaniu zapachu pomagają dezodoranty, bo zawierają składniki, zapobiegające rozwojowi bakterii oraz niwelujące przykrą woń potu. Wydzielanie potu ograniczają antyperspiranty w sztyftach.

Pod paragrafem

Chciałbym dowiedzieć się, jak prawidłowo powinien być oznaczony dom. Czy tę kwestię regulują jakieś przepisy?

Tomasz

Przepisy prawne regulują, że właściciel budynku ma obowiązek umieścić na nim w widocznym miejscu tabliczkę z numerem. Jeżeli budynek

znajduje się w głębi nieruchomości, a przed nim jest ogród lub drzewa i ogrodzenie, tabliczkę z numerem należy umieścić także na ogrodzeniu. W miejscowościach, w których są ulice z nazwami, na tabliczce z numerem powinna być nazwa ulicy. Natomiast w miejscowościach bez ulic, obok numeru powinna być nazwa miejscowości.



Co pierwsze dostrzegasz?



Jeżeli jako pierwsze dostrzegasz gryzonia, najbardziej boisz się upokorzenia i śmieszności. Litość i szyderstwo są dla ciebie najgorsze, odbierają ci całą pewność siebie. Bardzo starasz się być zawsze osobą samodzielną i samowystarczalną. Myślisz, że można kogoś poprosić o pomoc i być od niego zależnym, jest dla ciebie trudna. Nie chcesz, żeby ktoś inny miał jakikolwiek wpływ na twoje życie.

Jeżeli jako pierwsze dostrzegasz twarz z profilu, twój największy lęk to samotność. Potrzebujesz bliskich ludzi dookoła. Bez nich czujesz, że grunt zapada ci się pod nogami. Innych traktujesz jako swego rodzaju asekurację. Zazwyczaj doskonale radzisz sobie bez nich, ale wiesz, że

w razie czego masz na kim polegać. Kiedy czujesz osamotnienie, ogarnia cię strach.

Jeżeli jako pierwsze dostrzegasz i twarz i gryzonia, brakuje ci pewności siebie. Nawet gdy starasz się to ukrywać. Masz wiele kompleksów i nie do końca wierzysz w swoje siły i umiejętności. Podjęcie prawie każdego działania wiąże się u ciebie z lękiem, że sobie nie poradzisz. Zazwyczaj masz w głowie miliard czarnych scenariuszy.

Jeżeli nie dostrzegasz niczego konkretnego, boisz się śmierci. Na samą myśl miękną ci nogi i serce zamiera. Ten lęk nie pozwala ci w pełni cieszyć się życiem, bo zawsze gdzieś z tyłu głowy odzywa się refleksja, że się skończy.

ROZRYWNIK



Wszystkie najważniejsze wydarzenia w życiu człowieka zdarzają się, gdy jest całkowicie goły: narodziny, pierwszy seks, ostatnia rata kredytu hipotecznego.

W gościach pamiętajmy o dobrych manierach: widelce wkładamy do lewej kieszeni, noże do prawej.

Kruczoczarnemu facetowi urodziły się rude bliźniaki. Przestraszona żona bała się mu to powiedzieć. Lekarz postanowił jej pomóc. Pyta męża:

- Jak często kocha się pan z żoną? Raz na tydzień?
- No, co pan!
- Raz na miesiąc?
- No, nie...
- Raz na pół roku?
- Coś koło tego.
- No to zobacz pan, coś pan tym zardzewiałym sprzętem zrobił!

- Jak trafiłeś do więzienia?
- Za łapówkę.

- Co za czasy! Nawet, żeby do pierdła się dostać, trzeba w łapę dawać...

Doprowadzony na egzaminie do furii niewiedzą studenta, profesor otwiera drzwi na korytarz i krzyczy:

- Niech ktoś przyniesie tu marchew dla osła!

Student dodaje skromnie:

- A dla mnie kawę proszę, może być z mleczkiem.

- Jak ty właściwie rozróżniasz żonę od jej siostry bliźniaczki? - pyta kolega.

- To proste. Wkładam rękę pod sukienkę. Jak rozszerza nogi, to jej siostra.

Kurp zeznaje jako świadek w procesie o gwałt:

- ...i zaciągnął ją w krzoki, zdjął ubranie i złapał za cycki...

Sędzia:

- Za piersi.

Kurp:

- Ano, za piersi i wsadził jej...
- I co jej wsadził?
- Wybaczysz wysoki sąd, ale nie wiem, jak się ch... po sądowemu nazywo.

- Wysłałam żonę do sanatorium... - zwierza się sąsiad.

- Tak? A ja swoją sam zaspokajam.

- Nigdy nie wkładaj całego! Będziesz miał zapas, gdy krzykniesz: „Głębiej!”

ZAGADKA: JAROSŁAW KACZYŃSKI WYCIĄGNĄŁ RĘKĘ.



CO POWINNA ZROBIĆ OPOZYCJA?



Tu warto być



Foremniak i Malajkat w Łomży

Spektakl francuskiej komedii „Imię”. Wystąpią m.in. Małgorzata Foremniak, Wojciech Malajkat; Filharmonia Kameralna w Łomży, ul. Zawadzka 1, niedziela, 19 listopada, godz. 16.00 i 18.30. Bilety: kupbilecik.pl i biletyyna.pl.

Grajewo

Grajewskie Centrum Kultury (ul. Wojska Polskiego 20, tel. 86 272 29 91):
 ■ Koncert Jesienny Miejskiej Orkiestry Dętej OSP pod batutą Ryszarda Jasionowskiego z solistami: Grzegorz Karpowicz – trąbka oraz Maya Zyskowska i Grzegorz Stankiewicz – wokal. Gościnnie: Chór Państwowej Szkoły Muzycznej i Schola Vox Coelestis; niedziela, 19 listopada, godz. 17.00. Bilety w kasie.

Łomża

Miejski Dom Kultury (ul. Wojska Polskiego 3, tel. 86 216 32 26):
 ■ Projekcja filmu „Wędrówka na Zachód” w reżyserii nagrodzonego Złotym Lwem w Wenecji Tsai Ming-Liang z Tajwanu w Kinie Galeria (Galeria Pod Arkadami, Stary Rynek); środa, 22 listopada, godz. 17.30. Bilety w Galerii.
 ■ Koncert punkowy w wykonaniu kapel Eye for an eye, Depit i KMKZ; sobota, 25 listopada, godz. 18.00. Bilety w kasie.
Filharmonia Kameralna (ul. Zawadzka 1, tel. 501 609 510):
 ■ Spektakl muzyczny Aleja Rocka Symfonicznie w wykonaniu orkiestry symfonicznej, solistów, chóru i tancerzy z Ukrainy oraz polskiego zespołu rockowego Żuki z przebojami od The Beatles, Tiny Turner, Queen, po Roda Stewarta; piątek, 17 listopada, godz. 19.00. Bilety: kupbilecik.pl.

Piątница

Gminny Ośrodek Kultury (ul. Szkolna 25, tel. 86 216 44 34):
 ■ Potańcówka, na żywo gra i śpiewa Andrzej Grądzki; sobota, 18 listopada, godz. 18.00. Rezerwacja i bilety (30 zł) w Ośrodku, tel. 86 216 44 34.

Zambrów

Miejski Ośrodek Kultury (ul. Wyszyńskiego 2a, tel. 86 271 27 99):
 ■ Komedia „Wieczór paniński plus” z m.in. Katarzyną Skrzynecką w obsadzie; sobota, 25 listopada, godz. 17.00. Bilety: kupbilecik.pl i w kasie.

Repertuar kin:

■ **Kino „Relax” Grajewo:** nieczynne. **Kino „Wrzos” Kolno:** 18 listopada – „Sposób na ducha”, godz. 13.15 oraz „Kajtek czarodziej”, godz. 15.00, „Uwierz w Mikołaja”, godz. 17.00 i „Pięć koszmarnych nocy”, godz. 18.45. **Kino „Wars” Wysokie Mazowieckie:** 17 listopada – „Uwierz w Mikołaja”, godz. 17.00 i „Różyczka 2”, godz. 20.00; 18 listopada – „Sposób na Ducha”, godz. 14.00 oraz „Różyczka 2”, godz. 17.00 i „Uwierz w Mikołaja”, godz. 20.00; 19 listopada – „Sposób na Ducha”, godz. 14.00 oraz „Uwierz w Mikołaja”, godz. 17.00 i „Różyczka 2”, godz. 20.00; 22 listopada – „Różyczka 2”, godz. 17.00 i „Uwierz w Mikołaja”, godz. 20.00; 23 listopada – „Uwierz w Mikołaja”, godz. 20.00; 19 listopada – „Sposób na Ducha”. **Kino MOK Zambrów:** 17 listopada – „Czas krwawego księżyca”, godz. 18.00; 18 listopada – „Mukliki”, godz. 14.30 oraz „Ania z Zielonego Wzgórza”, godz. 16.15 i „Czas krwawego księżyca”, godz. 18.00; 19 listopada – „Mukliki”, godz. 14.30; 20 – 23 listopada – „Mukliki”, godz. 14.30 oraz „Ania z Zielonego Wzgórza”, godz. 16.15 i „Czas krwawego księżyca”, godz. 18.00.

HOROSKOP

BARAN (21 III – 20 IV): pohamuj swą przekorę i poddaj się wydarzeniom. Los chce Ci przekazać coś ważnego. Nie bądź ślepcem, nie chwytaj go jak ćma promień światła, ale też nie odwracaj się od niego z przekory i założonej nieufności.

BYK (21 IV – 20 V): słuchaj uważnie, wnikliwie czytaj to, co Ciebie dotyczy i tym razem unikaj kompromisów w obliczu dość ważnej decyzji. Tylko cierpliwość, rozsądek, kierowanie się własnym zdaniem, opanowanie emocji i głos intuicji pozwolą dokonać właściwego wyboru.

BLIŹNIĘTA (21 V – 21 VI): przed Tobą niezwykle intensywny tydzień. Postaraj się uzbroić

przed Tobą nowe „drzwi”. Tylko od Ciebie zależy, czy je otworzysz i przejdziesz w nowe, które za nimi czeka.

WAGA (23 IX – 23 X): uświadamiasz sobie, że nie bardzo rozumiesz ludzi. A czy rozumiesz siebie? Spróbuj, przeanalizuj swoje postępowanie. Da Ci to większy wgląd nie tylko w swoje życie, ale i w życie innych. Gdy to Ci się uda, wszystko wokół Ciebie stanie się prostsze.

SKORPION (24 X – 22 XI): pokonasz wszystkie zawirowania, jeśli bardziej otworzysz się na ludzi. Przemyśl czasem dwa razy sprawę, zanim coś powiesz, bo może to oddalać Twoje pragnienia, a czasu coraz mniej, by je spełnić.

STRZELEC (23 XI – 21 XII): przed Tobą dobry tydzień, wszystko będzie przebiegało według Twoich zamierzeń.

W drugiej połowie tygodnia inspirujące spotkanie, które w przyszłości przerodzi się w dłuższą znajomość.

KOZIOROŻEC

(22 XII – 20 I): uświadom sobie, w jakich tkwisz schematach i barierach. Gdy zaczniesz je przełamywać, coś w Twoim życiu ulegnie zburzeniu. Jeśli się nie wystraszysz, możesz zbudować coś znacznie silniejszego. Otwórz to przed Tobą nowe możliwości.

WODNIK (21 I – 19 II): uporządkuj nagromadzone myśli. Nie bierz na siebie zbyt wiele. Posłuchaj głosu intuicji, która pomoże Ci dokonać właściwego wyboru. Pamiętaj, że nie jesteś w stanie pomóc wszystkim, zacznij od siebie.

RYBY (20 II – 20 III): czas, w którym wszystko jest możliwe. Także uwolnienie z czegoś, w co zbyt daleko zabrnęło. Zaczniesz budować niektóre rzeczy od początku. Nie bój się wyrażać siebie, przyznaj się przed sobą do własnych marzeń i aspiracji, by wiedzieć, czego naprawdę pragniesz.



w cierpliwość. Wszystko dzieje się dokładnie tak, jak powinno i nie się ze sobą pewne lekcje, z których możesz skorzystać.

RAK (22 VI – 22 VII): spłynie na Ciebie nastrój, który sprawi, że wyda Ci się, iż możesz sięgnąć po wszystko, czego zapragniesz. Ale pamiętaj, że przy puszczonej samopas emocjach, łatwo rozmiąć złoto na błyskotki.

LEW (23 VII – 23 VIII): podejmij możliwości, które masz przed sobą i nie bój się zmian. Skoncentruj się i zacznij wykorzystywać wiedzę i umiejętności. Obudzi się w Tobie twórczy potencjał, ale tylko od Ciebie zależy, czy go nie zmarnujesz.

PANNA (24 VIII – 22 IX): ktoś będzie Cię chciał wykorzystać, ale masz szansę w porę to dostrzec. Nie odgradzaj się jednak od innych nieufnością. Pojawią się

Bieg biało-czerwony

Daniel Mikielski z Olsztynka i Paulina Duda z Kolna wygrali Bieg Niepodległości w Gielczynie na 10 km. Zanim biegacze wystartowali na tym dystansie, około 200 przebiegło z biało-czerwonymi flagami symboliczny dystans 1918 metrów. Drugi był Adam Szydlik z Łomży, a trzeci Michał Izdebski z Warszawy (40:02). Najwyższą z kobiet była Paulina Duda z Kolna (44:49). Bieg organizuje gmina Łomża.

**„Przerzutka”
śladem pomników**

Łomżyńska Grupa Rowerowa „Przerzutka” zorganizowała 11 listopada półtoragodzinny rajd do pomników i miejsc pamięci narodowej. Ze Starego Rynku w Łomży wystartowało w deszczu około 20 cyklistów na przystrojonych biało-czerwonymi chorągiewkami i szarfami w barwach polskiej flagi narodowej rowerach. Oprócz kilkudziesięciolatek, krótszą trasą pojechały dzieci, które pierwsze znicze zapaliły przy pomniku Pamięci Bohaterów Walk o Wolność i Niepodległość Polski w latach 1939 – 1956 oraz Pamięci Więźniów Politycznych Zamęczonych i Pomordowanych w latach 1939-1956 na skwerze między Teatrem a Filharmonią.

O Podkowę Kasztanki

V Ogólnopolski Turniej Brydża Sportowego Nauczycieli im. Mieczysława Jarzabka, połączony z Turniejem Niepodległości o Podkowę Kasztanki Marszałka, rozegrany został 11 listopada w Hali Kultury w Łomży. Wystartowały 32 pary z województw podlaskiego, warmińsko-mazurskiego i mazowieckiego, para z Litwy i 4 pary juniorów. W klasyfikacji nauczycieli I miejsce zajęli Maria i Jerzy Boczarowie z Warszawy, II miejsce Adam Wszeborowski i Tomasz Zalewski z Łomży, a III miejsce Adam Myśliwiec i Włodzimierz Królak, także z Łomży. Nagrodę dla najlepszej pary łomżyńskiej otrzymała para Bogdan Zakrzewski i Stanisław Gawryszczak. Najlepszą parą wśród juniorów byli Stanisław Wiszniewski i Norbert Mroczkowski. Turnieje sędziował Adam Rogowski.

Puchary ufundowali prezes ZNP Sławomir Broniarz, prezydent Łomży Mariusz Chrzanowski oraz prezes Okręgu Podlaskiego ZNP Andrzej Gryguć.

**XXV Motoparalotniowe Mistrzostwa Polski
XXIV Mikrolotowe Mistrzostwa Podlaskiego
„Kontakty” 2023**

Partner Strategiczny:
PIĄTNICA

Sponsor Główny:
PREFBET

Sponsorzy, partnerzy, mecenaszi:

HEXABANK MANS Jedwabne
WOLAS SUPPLENTRY DOMEL foto gabs
MOSiR TENT BŁYSK MPEC
Zakład Mechaniki Pojazdowej Szczepan Grodzki w Łomży
OSP w Piątnicy

Łomża, 14-20 sierpnia 2023

Soda w raka!

W kuchni zastąpi proszek do pieczenia, w łazience dokładnie wyczyści fugi, w lodówce zniweluje wszystkie przykre zapachy. Soda oczyszczona, to jeden z najbardziej uniwersalnych proszków, jakie zna ludzkość! Bo do tego wszystkiego, jest również skutecznym lekiem na wiele zdrowotnych przypadłości.

Wystarczy rozpuścić łyżeczkę sody w 1/2 szklanki wody i do smaku dodać odrobinę soku z cytryny. Pić trzy dni dwa razy dziennie, a pozbedziemy się zgagi. Z takiej metody leczenia zgagi nie powinny jednak korzystać chorujący na podwyższone ciśnienie krwi i kobiety w ciąży, ponieważ soda zatrzymuje wodę w organizmie.

Zakwaszenie organizmu jest wymieniane jako jedna z głównych przyczyn wielu chorób cywilizacyjnych, a powoduje je zła dieta, bogata w mięso, mleko i przetworzone produkty.

Kwaśny odczyn organizmu neutralizuje zasadowa soda, która poza tym, że odkwasza, usuwa również z organizmu toksyny. Należy rozcieńczyć 1 łyżeczkę sody oczyszczonej w szklance wody i pić codziennie rano tuż po obudzeniu się i wieczorem tuż przed snem.

Zdaniem włoskiego onkologa dr Tullia Simoncini, soda oczyszczona pomaga walczyć z rakiem. W jaki sposób? Otoczenie nowotworu i sam guz nowotworowy mają odczyn kwaśny (poniżej 7 w skali pH), zaś komórki zdrowe charakteryzuje odczyn lekko zasadowy (pomiędzy 7,2 a 7,5). Soda posiada pH 10,3, a więc jest bardzo zasadowa. Zwiększając pH wokół i we wnętrzu komórek nowotworowych, teoretycznie można doprowadzić do ich bardzo szybkiej śmierci. Zdrowym komórkom wysokie pH nie zagraża, gdyż potrafią je regulować do bezpiecznego poziomu. Przyjmując regularnie wodny roztwór sody, można w ciągu kilku dni doprowadzić do znacznego zwiększenia pH w ciele, a następnie przez kolejne miesiące utrzymywać je jak najbardziej alkaliczną dietą. Szczegóły Simoncini wyjaśnia w filmie: https://www.youtube.com/watch?time_continue=7&v=79r-oYtDMII. B



Aleksandra Sokalska: II nagroda w Konkursie Plastycznym „To mój kraj, to mój dom” w kategorii klas IV – VI, zorganizowanym przez Gminny Ośrodek Kultury w Piątnicy. Ola bierze udział w zajęciach plastycznych, prowadzonych przez artystkę plastyczkę Justynę Kryszpin-Żmudę w Świetlicy Wiejskiej w Drozdowie. Na Konkurs we wszystkich kategoriach wiekowych wpłynęły 144 prace. Oceniali je nauczyciele Państwowego Liceum Sztuk Plastycznych: Urszula Sępkowska (przewodnicząca jury), Anna Karwowska i Natalia Tułowiecka.