

Duch radości • Zakochałam się jak kotka!

Tygodnik Podlaski
www.kontakty-tygodnik.com.pl

KONTAKTY

49 (2139)

10 grudnia 2023

cena: 3,50 zł (z VAT 8%)

Zgwałcił, gdy miałam 11 lat

Brzemie

Upadła ubogich i bogatych

Chciwość Bieda

**Prawda o stanie wojennym
z 13 grudnia 1981
Sowieci za tym stoją**



**Nie skreślaj
człowieka!**

ISSN 0208-6840 INDEKS 363286



9 770208 684005 1 49

Fot. pixabay

Kreml od 1980 r. używał próśb i gróźb, aby skłonić polskich przywódców do wprowadzenia stanu wojennego. Straszyl przygotowywaną interwencją wojsk Układu Warszawskiego, później szantażował doprowadzeniem Polski do bankructwa przez obcięcie tanich dostaw ropy i gazu. Stan wojenny został wprowadzony 13 grudnia 1981
Prezydent Reagan: „Sowieci za tym stoją!”

1.

Wasilij Mitrochin był majorem KGB, który wiele lat kopiował najtajniejsze dokumenty z archiwum radzieckiego wywiadu. Po upadku ZSRR przekazał swoje zdobycze brytyjskiemu MI6 (wywiad) w zamian za azyl dla siebie oraz rodziny. Zgromadzone przez niego materiały zostały po odtajnieniu opublikowane w dwóch książkach. Okazuje się jednak, że nie wszystkie. Niepublikowane oryginały zawierają więcej informacji na temat wprowadzenia stanu wojennego i uzupełniają luki, dotyczące relacji Warszawa-Moskwa w krytycznym momencie.

2.

Z materiałów Mitrochina wiadomo, że krótko przed wprowadzeniem stanu wojennego z radzieckiej ambasady w Warszawie wysłano informację sygnowaną przez radzieckiego marszałka, ambasadora oraz szefa rezydentury KGB – ich zdaniem stan wojenny jest przygotowany, ale Jaruzelski się waha: „Uważamy za pilne znalezienie możliwości wpływu na Jaruzelskiego w celu poparcia i aprobaty dla realizacji zaplanowanej przez niego akcji”. Pod presją podję-



to decyzję, aby wybrani członkowie Politbiura zadzwonili do Jaruzelskiego. Wygląda na to, że przekazano mu jakieś gwarancje. Niepokój go jednak nie opuścił.

Jednak w momencie, kiedy Jaruzelski podjął decyzję, Kreml udawał, że nie miał z tym nic wspólnego

3.

Przed południem 13 grudnia 1981 r. Jaruzelski rozmawiał telefonicznie z Władimirem Kriuczukowem, szefem wywiadu zagranicznego KGB, który pogratulował skutecznego wprowadzenia stanu wojennego. Polski premier był bardziej wstrzemięźliwy. Stwierdził, że w najbliższych tygodniach kluczowa jest kwestia gospodarki. Popro-

sił o wsparcie tłumacząc, że nawet najkosztowniejsza pomoc finansowa będzie dla Kremla niższa, niż koszty gaszenia pożaru, jeżeli sytuacja wymlknie się spod kontroli.

Tego dnia z gratulacjami zadzwonił sam Breżniew. Nie powiedział tego na głos, ale był niezwykle zadowolony, że w krytycznym momencie nie było w Polsce nikogo z najwyższego radzieckiego kierownictwa. Po pierwsze dlatego, że w razie fiaska nie można było obarczyć winą radzieckich doradców. Po drugie, pozwalało to przedstawić całą operację jako wewnętrzną sprawę Polski. Z punktu widzenia Kremla był to sukces osiągnięty stosunkowo tanim kosztem. Dzięki straszakowi interwencji militarnej oraz zastosowaniu szantażu go-

spodarczego udało się uniknąć kosztownej inwazji oraz okupacji.

4.

Prezydent USA Ronald Reagan tak na to nie patrzył. Dla amerykańskiego prezydenta wprowadzenie stanu wojennego przy mocnym wsparciu ze strony Moskwy, było wydarzeniem zwrotnym w historii zimnej wojny.

„Pierwszy raz od 60 lat mamy taką okazję. Inna może się już w naszym życiu nie przydarzyć. Czy stać nas na to, by iść na całość? (...) Żadnego detente! My wiemy i świat wie, że to Sowieci za tym stoją. Wycofaliśmy się już tyle razy”, tłumaczył w czasie posiedzenia Rady Bezpieczeństwa Narodowego.

Reagan naprawdę wierzył w to, co mówił. Dlatego wprowadzenie stanu wojennego było momentem wprowadzenia przez USA i Zachód nowej, ofensywnej polityki, opartej na sankcjach oraz konfrontacji ze Związkiem Radzieckim, która ostatecznie doprowadziła do rozpadu bloku sowieckiego. (Źródło: onet).

DR TOMASZ KOZŁOWSKI
(Instytutu Studiów Politycznych PAN i Biura Badań Historycznych IPN).



Stacja narciarska
RYBNO

k. Łomży
www.rybno.pl



TRASZY:

- ① - 350 m - czerwona
- ② - 400 m - niebieska
- ③ - 500 m - niebieska
- ④ - 500 m - niebieska
- ⑤ - 400 m - niebieska

wyciąg	długość wyciągu	naśnieżanie /oświetlenie	różnica wysokości
A	300 m	+/+	50 m
B	315 m	+/+	50 m
C	450 m	+/+	55 m
D	200 m	+/+	20 m
E	70 m	+/+	7 m

Łączna długość tras - 2300 m. Powierzchnia tras 8 ha. Trasy ratrakowane.

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 Rukść

Felieton: Adam Dobroński

Zdjęcia: Gabor Lörcinzy, Stawomir 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 Ostrów 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.

Rekolekcje adwentowe



Fot. pixabay

Duch radości

Opowiada stara legenda, że Ewa opuszczając raj, wzięła ze sobą dzban radości. Ale na widok anioła, stojącego z mieczem u bram raju, przelekleła się i dzban rozbiła. Zostały z niego tylko skorupy.

Choć to tylko legenda, gdy obserwujemy dzieje ludzkości wydaje się, że zawiera dużo prawdy. W rzeczywistości wszyscy staliśmy się zbieraczami skorup radości. Wszyscy szukamy szczęścia. Szukamy szczęścia wszędzie. Szukamy radości w oknach wystawowych, czy ekranie telewizyjnym. Znowu nęci nas najnowszy model samochodu. Wabią widoki i ciekawe podróże, lokale rozrywkowe.

Szukamy radości, choć często nam się wymyka i ucieka, pozostawiając smutek i żal, gorycz i zniechęcenie do życia. Ujrzeć ją możemy w twarzy i oczach małego dziecka. Widocznie musi gdzieś być, skoro ją widzimy i tak mocno jej pragniemy.

Nasza religia jest religią radości. Kazanie na górze, to kodeks radości i doskonałości. Kodeks ten opiera się na miłości Boga i ludzi.

Jak swe życie wypełnić radością? Wystarczy wyjść ze swojego małego „ja”, nastawić się na służbę innym, a radość spłynie do serca. Bo im więcej dajemy, tym więcej otrzymujemy. Im więcej człowiek stara się sprawić radości innym, tym więcej sam jej zakosztuje.

Radość nie wynika z posiadania luksusowego domu, czy wysokiego konta bankowego. Nie zasiada w wygodnym fotelu i na wysokim stanowisku. Wyrasta z czystego sumienia, rozwija się i wzrasta w klimacie miłości i dobroci wobec innych.

W okresie przedświątecznym musimy zwrócić szczególną uwagę, aby radości nie zagłuszyć, by jej nie przytłumić zewnętrznymi, zbytecznymi troskami.

Smutek paraliżuje życie. Radość je potęguje. Smutek więzi człowieka. Radość daje wolność. Smutek sprowadza choroby ciała i duszy. Radość leczy! Smutek zaślepia. Radość opromienia.

KS. JAN ŻELAZNY

REPORTAŻE ŚLUBNE TANIEJ NIŻ MYŚLISZ



foto
gabs

PRZYJDŹ SPRAWDŹ OBEJRZYJ

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

Wójt Piotr Kłys z medalem

Wójt Gminy Łomża Piotr Kłys odznaczony został „za wzorowe, wyjątkowo sumienne wykonywanie obowiązków wynikających z pracy zawodowej” Medalem Srebrnym Za Długoletnią Służbę przez prezydenta Andrzeja Dudę na wniosek wojewody podlaskiego. Piotr Kłys jest wójtem gminy drugą kadencję.

Stypendia prezidenta Łomży

Stypendia za wysokie osiągnięcia w nauce (24 uczniów), sportowe (74) i nagrody edukacyjne (23) uczniom łomżyńskich szkół przyznał prezydent Łomży Mariusz Chrzanowski. Uczniowie szkół podstawowych otrzymali stypendia naukowe w wysokości 120 zł miesięcznie, a uczniowie szkół ponadpodstawowych 180 zł (obydwa wypłacane przez 10 miesięcy). Stypendia sportowe wynoszą 110 zł miesięcznie, wypłacane przez 10 miesięcy. Nagrody edukacyjne są jednorazowe i wynoszą 800 zł dla uczniów szkół podstawowych, 1000 zł dla uczniów liceów ogólnokształcących i 1200 zł dla uczniów ponadpodstawowych szkół zawodowych.

Dziecko w Muzeum

„Oddaj dziecko do Muzeum!”, proponuje rodzicom Muzeum Północno-Mazowieckie w Łomży w handlowe niedziele 10 i 17 grudnia w godz. 11.00 – 13.00. Rodzice będą mogli spokojnie zrobić zakupy, a ich dzieci (7 – 11 lat) w tym czasie skorzystają z ciekawych zajęć plastycznych pod opieką Anny Bureś (10 grudnia) i Agnieszki Chojnowskiej (17 grudnia). Zapisy, tel. 86 216 64 87.

Łomża się stroi

Ośmiometrowa choinka stanęła na Starym Rynku, a w parku Jana Pawła II miś Łomżatek, wiewiórka z orzechem, jelonek i renifer. Trójwymiarowy kapelusz Hanki Bielickiej pojawi się na rogu ulic Długiej i Farnej.

Lodowisko zaprasza

Lodowisko Orlik w Łomży (ul. Katyńska) czynne jest 7 dni w tygodniu, w godzinach 9.30 – 21.30. Sprzęt można wypożyczyć. Godzina na lodowisku kosztuje 6 zł, z wypożyczeniem łyżew 12 zł. Bilet można kupić w kasie lub na stronie eaktywni.pl.

MYŚL TYGODNIA

Nawet tam, gdzie nie działa prawo, pozostaje jeszcze sumienie
Publiliusz Syrus

Otrąbiony adwent



173 wykonawców w czterech kategoriach wiekowych (wśród nich 16 dzieci) zagrało w 42 Konkursie Gry na Instrumentach Pasterskich im. Kazimierza Uszyńskiego, zorganizowanym przez Muzeum Rolnictwa w Ciechanowcu. Wystąpili muzycy z Polski, Litwy, Słowacji, Ukrainy, Szwajcarii, Estonii, Finlandii.

„Ligawkowy” konkurs, którego pomysłodawcą był pierwszy dyrektor Muzeum Rolnictwa Kazimierz Uszyński, przywraca i podtrzymuje tradycję otrąbienia adwentu. Pierwotnie był to konkurs gry na ligawce. Z czasem przybyły inne instrumenty pasterskie, jak trombity, bazuny, rogi pasterskie. Stał się konkursem ogólnopolskim, a od kilku lat międzynarodowym.

Dwie niedziele handlowe przed Świętami Bożego Narodzenia



W niedziele, 10 i 17 grudnia, czynne będą wszystkie sklepy w Polsce. To efekt nowelizacji ustawy, którą uchwalili nowi Sejm. Nowelizacja zakłada, że każda Wigilia, przypadająca w niedzielę, będzie dniem objętym zakazem handlu.

Podziękowanie twórcom kultury

– To jest uhonorowanie i podziękowanie wszystkim tym, którzy swoją codzienną pracą przyczyniają się do rozwoju i promocji naszej podlaskiej kultury. Kultury, która z jednej strony jest bardzo bogata i różnorodna, a z drugiej oparta na tradycyjnych wartościach. Szanowni państwo, to wy przyczyniacie się do tego, że tworzą ją mieszkańcy naszego całego regionu – powiedział marszałek województwa Artur Kosicki do pracowników regionalnych instytucji kultury w czasie uroczystości „WyTwórcy kultury”, w sobotę, 2 grudnia, w Operze i Filharmonii Podlaskiej.

W czasie uroczystości wyróżniono z Łomżyńskiego Gminny Ośrodek Kultury i Sportu w Wąsoszu, Miejski Dom Kultury w Szczuczynie i Centrum Kulturalno-Biblioteczne w Sokółkach. Gwiazdą spotkania był zespół LemOn.

W tym roku instytucje kultury i organizowane przez nie imprezy samorząd województwa wsparł 140 mln zł.

Stypendyści z Łomżyńskiego

Uczeń Szkoły Podstawowej nr 4 w Zambrowie Maciej Janiszewski i Mateusz, Chłudziński z Technikum w Zespole Szkół Centrum Kształcenia Rolniczego w Marianowie otrzymali stypendium (6 tys. zł) za szczególne osiągnięcia w nauce, przyznane przez Zarząd Województwa. Wszystkich stypendystów w województwie jest 58.

Obajtek przepisuje majątek

Po tegorocznych wyborach parlamentarnych prezes PKN Orlen Daniel Obajtek zaczął pozbywać się majątku. Ze śledztwa przeprowadzonego przez Wirtualną Polskę wynika, że przepisał działki na swojego niepełnoletniego syna Piotra jako darowiznę. W aż 20 księgach wieczystych zmieniono status dotyczący właściciela nieruchomości. Daniel Obajtek skomentował w mediach społecznościowych doniesienia jednym zdaniem: „Co komu przekazuje to moja prywatna sprawa”.

Prezes Orleń jest właścicielem wielu nieruchomości o łącznej wartości kilkudziesięciu milionów złotych. Między innymi w gminie, w której ma powstać pierwsza elektrownia atomowa.

Kiermasz Bożonarodzeniowy dla rodziny Dudów



10 grudnia Koło Gospodyń Wiejskich u Wągów we współpracy z gminą Grabowo, Gminnym Ośrodkiem Kultury i Szkołami w Grabowie, Konopkach Monetach, Surałach organizują przy kościele w Grabowie Kiermasz Bożonarodzeniowy, z którego dochód będzie całkowicie przeznaczony na wsparcie rodziny Dudów z Ciemiarki (gm. Grabowo), którym spłonął dom (pi-

saliliśmy o ich dramacie w tekście „Pomóżmy im powstać z popiołów” w poprzednim numerze). Na kiermaszu będą świąteczne słodkości i dekoracje oraz świąteczna loteria fantowa z losami w cenie 10 zł.

„Szukamy firm, które chciałyby wesprzeć naszą loterię przekazaniem wszelkiego rodzaju voucherów na usługi lub towaru oraz ludzi, przekazujących upieczone

ciasta ozdoby świąteczne, drobne upominki. Oczywiście będziemy mieć do sprzedaży wyroby spożywcze i dekoracje wykonane przez nas, ale w gromadzie siła”, apelują organizatorzy.

Pomoc można zadeklarować w komentarzu pod postem www.facebook.com albo w prywatnych wiadomościach do Koła Gospodyń Wiejskich lub Gminnego Ośrodka Kultury.

40 lat temu

„Kontakty”, 11 grudnia 1983:

Mieszkania dla sierot

20 wychowanków Państwowego Domu Dziecka w Łomży otrzymało książeczki mieszkaniowe z pełnym wkładem. Ich fundatorami są: Społeczny Komitet Przeciwalkoholowy w Łomży (8) i Stowarzyszenie Pomocy Mieszkaniowej dla Sierot w Poznaniu-Baronowie (12).

Marnotrawcy w GS Nowogród

Mieszkańcy Gawrych wykonali prace wartości 496 tys. złotych. GS w Nowogrodzie od dłuższego czasu nie robi nic, by wykończyć pawilon. Niszczą żelazną konstrukcję pawilonu GS w Dębnikach. W Rudzie Osowieckiej GS nie zainstalo- wał pieca. Nie zainteresowało to jednak ani prokuratora, ani kontrolerów NIK.

Pracowita Wanacja

W wykupionym przez Urząd Gminy od rolnika budynku mieszkańcy Wanacji (gm. Tursoł) postanowili urządzić szkołę i sklep. W czynie społecznym zobowiązali się wykonać tynki, instalację wodno-kanalizacyjną, centralnego ogrzewania i elektryczną.

W rok 100 mieszkań w Szczuczynie

Istniejąca od ubiegłego roku Spółdzielnia Mieszkaniowa zdołała zapewnić już mieszkania prawie 100 rodzinom (część lokatorów mieszka w blokach zbudowanych jeszcze przez spółdzielnię grajewską). Liczy sobie 106 członków i 153 kandydatów. Trwa właśnie zawieranie umów z nowymi członkami, ale bez konkretnego terminu przydziału mieszkania.

Traktory z piekarni!

Prezes Spółdzielni Mieszkaniowej „Perspektywa” w Łomży, bynajmniej nie architekt, usiadł któregoś dnia i pewną ręką zaprojektował planowany na ulicy Księcia Janusza pas zieleni na parking. Tuż pod oknami bloku. Liczymy, iż otwartą głowę prezesa wezmą sobie do serca piekarze i wreszcie zaczną produkować tak niezbędne dla gospodarki traktory.



Stary Rynek 16 Łomża
tel/fax 86 216 77 16
www.fotogabs.pl

Zatrzymaj wyjątkowe chwile na dłużej!
Podaruj komuś bliskiemu fotoalbum z wspaniałymi wspomnieniami.
Możesz też stworzyć sobie pamiątkę na lata.



Tel. 86 216 77 16

Co kupić pod choinkę najbliższej rodzinie?

Mamie

W ciemno: torebkę (zawsze jest potrzebna), kosmetyki (ale krem przeciwzmarszczkowy albo dezodorant może być źle odebrany albo zrobieć jej przykrość), perfumy (każda pani lubi ładnie pachnieć), szlafrok albo piżama (kobieta nawet gdy śpi musi ładnie się prezentować), kuferek na biżuterię (mamy mają tego sporo).



Fot. pixabay

ją i lubią wszyscy), pasek do spodni (dopełnienie stroju młodego mężczyzny, są dwustronne: z jednej czarny, z drugiej brązowy, można taki kupić także tacie).

Siostrze (nastolatce)

Uśmiech zadowolenia wywoła lampa i lakiery do hybrydowego manicure (dziewczyny dbają o swoje paznokcie), bilety na kabarety (każda lubi

Tacie

Tu potrzebne rozeznanie! Bilet na wydarzenie sportowe (w dziedzinie, której jest kibicem albo ją lubi), akcesoria samochodowe (te, które by mu się przydały,

lecz ich nie ma), klucze i inne narzędzia (dla majsterkowicza), zegarek (choć „czasomierz” ma się w komórce, to dopełnienie męskiej elegancji), portfel (nie zapomnij wrzucić grosik na szczęście).

Bratu (nastolatki)

Każdego chłopaka ucieszy dron, bilet na koncert (ulubiony zespół na żywo to jest to), słuchawki (to prezent dla melomana), scrabble (tę grę słowną zna-

się pośmiać), gra planszowa (dobrze wiedzieć, jaką ma i jaką lubi, a nie ma; gdy nie wiesz, postaw na sprawdzoną, jak Monopoly), biżuteria (wszystkie kobiety kochają błyskotki).

MATERIAŁ INFORMACYJNY

Ekspert radzi

— BĄDŹ BEZPIECZNY W SIECI —

Korzystanie z Internetu stało się nieodłączną częścią naszego życia. Za pomocą mediów społecznościowych i komunikatorów możemy kontaktować się z rodziną i znajomymi. Możemy szybko zrobić zakupy nie wychodząc z domu, mamy dostęp do informacji, możemy zapisać się do lekarza, opłacić rachunki, załatwić sprawy urzędowe, znaleźć przepisy na nowe potrawy, obejrzeć serial i wiele więcej.



Niestety korzystając z internetu jesteśmy narażeni na oszustwa. Eksperci z Urzędu Komunikacji Elektronicznej zwracają uwagę na najpowszechniejsze zagrożenia w internecie oraz proste metody ochrony przed nimi.

Phishing

Jednym z najczęstszych zagrożeń w internecie jest phishing. Polega na podszywaniu się pod prawdziwe instytucje, firmy czy nawet najbliższe osoby w celu wyłudzenia pieniędzy lub danych do logowania, np. do banku. Najpopularniejszą metodą oszustwa jest wysyłanie fałszywych wiadomości email lub sms, które wydają się pochodzić od znanych firm czy urzędów, np. z informacją o niedopłacie za prąd czy gaz. Kliknięcie w link z wiadomości może przekierować nas na fałszywą stronę, gdzie podanie danych czy loginu i hasła do banku będzie skutkowało utratą pieniędzy z naszego konta.

Jeśli otrzymałeś podejrzaną wiadomość z linkiem, to nie klikaj w link, nie podawaj na stronie, do którego link kieruje, numeru PESEL, nazwiska panińskiego matki, numeru klienta lub hasła do serwisu bankowości elektronicznej czy danych karty płatniczej, kodu BLIK, numeru karty i kodu CVV2.

Jeśli masz jakiegokolwiek wątpliwości, skontaktuj się bezpośrednio z odpowiednią instytucją, aby zweryfikować autentyczność otrzymanej wiadomości.

Bezpieczne zakupy online

Oszuści zakładają fałszywe strony internetowe i konta na popularnych platformach sprzedażowych. Kuszą niskimi cenami, a po opłaceniu zakupu zostajemy bez towaru. Trzeba być czujnym, zwłaszcza przed okresem zakupów świątecznych.

Aby chronić się przed oszustwami podczas zakupów online, sprawdź czy sklep ma na stronie wszystkie dane kontaktowe, adres, numer telefonu, numer NIP oraz regulamin, opisy sposobu płatności, dostarczenia przesyłki i zwrotu towaru.

Sprawdź wiarygodność i opinie sklepu/sprzedawcy przed zakupem. Staraj się korzystać z bezpiecznych metod płatności, takich jak PayPal, i unikaj podawania informacji finansowych na niezaufanych stronach.

Bezpieczne hasła

Zakładając konto w jakimkolwiek serwisie internetowym, np. w sklepie internetowym, w mediach społecznościowych czy konto poczty elektronicznej, należy określić hasło. Wiele osób nadal używa prostych haseł, które łatwo odgadnąć. Ważne jest, aby używać unikalnych i skomplikowanych haseł, innych dla każdego konta. Bezpieczne hasło składa się z minimum 14 znaków i zawiera małe i wielkie litery, cyfry i znaki specjalne, np. & # ? !. Unikaj używania haseł, które są związane z Twoją tożsamością, takich jak imię, nazwisko czy data urodzenia.

Dla bezpieczeństwa regularnie zmieniaj hasła, korzystaj z menadżera haseł lub z funkcji dwuetapowej autoryzacji (wpisanie hasła do przeglądarki + potwierdzenie np. sms-em), jeśli jest dostępna.

Media społecznościowe

Media społecznościowe są popularne wśród osób w różnym wieku. Podajemy tam dużo osobistych informacji, czasami zbyt dużo. Warto być ostrożnym i nie udostępniać swoich danych obcym.

Publikując swój adres, numer telefonu, zdjęcia z domu, albo to gdzie obecnie jesteś, możesz np. ułatwić złodziejom kradzież. Nie akceptuj zaproszeń od nieznanomych i unikaj publikowania zbyt osobistych informacji. Pamiętaj również o ustawieniach prywatności i regularnie je sprawdzaj, aby kontrolować, kto ma dostęp do Twojego profilu.

Wirusy

Wirusy to złośliwe oprogramowanie, które instaluje się, żeby m.in. mieć dostęp do danych w Twoim komputerze/smartfonie. Programy te mogą zainfekować urządzenia poprzez wchodzenie na niezaufane strony internetowe, fałszywe reklamy, zainfekowany załącznik czy pobrane z niepewnych źródeł oprogramowanie. Aby zabezpieczyć się przed wirusami, zawsze pamiętaj o aktualizowaniu swojego oprogramowania i systemu operacyjnego, korzystaj z oprogramowania antywirusowego i unikaj klikania w podejrzane reklamy.



Urząd Komunikacji Elektronicznej

Milena Górecka

Agnieszka Osełka

Pamiętaj!

Im więcej wiesz na temat zagrożeń w internecie, tym skuteczniej możesz się zabezpieczyć przed nimi. Zachowuj ostrożność i przestrzegaj podstawowych zasad bezpieczeństwa. Aby poznać więcej zasad dotyczących bezpiecznej bankowości online, zakupów w sieci i załatwiania spraw urzędowych przez internet skorzystaj z bezpłatnych kursów UKE.

Więcej informacji znajdziesz na cik.uke.gov.pl

250 lat marszu do wiedzy

Uczniowie i nauczyciele Gimnazjum im. księdza Józefa Obrembskiego w Mejszagole na Litwie świętowali 250 rocznicę utworzenia polskiej szkoły i jednocześnie 250 rocznicę powołania Komisji Edukacji Narodowej. Szkolnictwo w Mejszagole rozpoczęło się od powołanej w 1773 r. przez KEN szkoły parafialnej.

Patron szkoły ks. prałat Józef Obrembski (1906 – 2011) urodził się w Nowym Skarżynie, w 2006 r. został uhonorowany godnością Honorowego Obywatela Miasta Wysokie Mazowieckie.

Na jubileuszowych uroczystościach na Litwie był dyrektor Cen-



trum Kształcenia Zawodowego w Wysokiem Mazowieckiem Józef Sokolik, który przekazał szkole w Mejszagole w prezencie trzy zestawy startowe do nauczania nowych technologii informatycznych.

Wkrótce do szkoły w Mejszagole pojedzie z Wysokiego Mazowieckiego dwóch nauczycieli, którzy na miejscu przeprowadzą dwudniowe szkolenia dla nauczycieli informatyki.

W czasie uroczystości przy budynku gimnazjum w Mejszagole odsłonięta została marmurowa pamiątkowa tablica i otwarta aleja, ozdobiona 250 biało-czerwonymi gołębiami. Wydano także jubileuszową pozycję „250 lat marszu ku wiedzy. Dzieje oświaty polskiej w Mejszagole”, której autorem jest absolwent mejszagołskiej szkoły poeta Henryk Mażul.

Liryczny świat z koniem

– Lubię ten obraz, bo odzwierciedla fragment życia Konrada. Mąż rok przed wojną został profesorem Akademii Sztuk Pięknych w Krakowie. Po wojnie wrócił na Akademię. Nic nie miał, bo wszystko stracił w wojnę. Do stał mały pokój na uczelni. Okno wychodziło na ulicę, a tam stał koń z wozem i ten obraz przedstawia ta praca na płótnie – powiedziała „Kontaktom” Danuta Srzednicka, która przyjechała spod Lublina na wernisaż prac męża Konrada Srzednickiego (1894 – 1993) do Galerii Sztuki Współczesnej w Łomży.

Grafi i malarstwo Srzednickiego, urodzonego w Wysokiem Mazowieckiem, ucznia łomżyńskiego gimnazjum, wypełniają ściany dwóch sal Galerii. Jest ich około 50. Wszystkie pochodzą ze zbiorów prywatnych historyka, kolekcjonera, byłego pierwszego marszałka województwa podlaskiego Sławomira Zgrzywy z Łomży.

– Od dawna fascynuje mnie ten artysta. Jego prace zbieram od 12 lat, wiele kupowałem na aukcjach – mówi Sławomir Zgrzywa.

Okazało się, że z nieszczęścia zrodziło się szczęście. Do krakowskiej pracowni artysty było kilka włamań. Złodzieje ukradli grafiki i... je sprzedawali. Szczęśliwie trafił na nie Sławomir Zgrzywa. Wyeksponowane na wystawie dwa piękne kartony witraży, których konserwację wykonał Przemysław Adamowski, Sławomir Zgrzywa podarował Muzeum. „Kupiłem je w Krakowie, były zwinięte w rulony, nikt się nimi szczególnie nie interesował”, zdradził.

W końcu lat siedemdziesiątych Srzednicki przyjechali w rodzinne strony artysty. Danutę, pochodzącą z Krakowa, ciekawiła inność Podlaskiego. Pamięta, że jej mąż nie znalazł w Wysokiem Mazowieckiem dawnej studni, w okolicach Szepietowa „czarnego lasu” i innych fragmentów zatrzymanej w pamięci rzeczywistości z dawnych lat.

Wystawę „Liryczne światy Konrada Srzednickiego”, ze zbiorów Sławomira Zgrzywy można oglądać w Galerii Sztuki Współczesnej Muzeum Północno-Mazowieckiego w Łomży (ul. Długa 13) do 20 stycznia 2024 r. Prace Srzednickiego były prezentowane na wystawach sztuki w wielu krajach (Austria, Francja, Japonia, Kanada, Szwajcaria, USA).

Zambrowska historia na ścianie

Pierwszy w Zambrowie mural na budynku Zespołu Szkół Agropredsiębiorczości im. Szkół Podchorążych Rezerwy, poświęcony patronowi szkoły odsłonięty został w Dzień Podchorążego (29 listopada), ustanowionego na pamiątkę wybuchu Powstania Listopadowego. O młodych powstańcach, kadetach Szkoły Podchorążych Piechoty w Warszawie i niepodległościowych zrywach mówił odsłaniający mural starosta zambrowski Zbigniew Teofil Jach.

Mural, autorstwa artysty plastyka Michała Selerowskiego z Zambrowa, przedstawia archiwalne zdjęcie z ćwiczeń bombardierów na placu manewrowym Mazowieckiej Szkoły Podchorążych Rezerwy Artylerii w Zambrowie



Mural autorstwa Michała Selerowskiego

(funkcjonowała w latach 1937-1939). Uroczystość odsłonięcia została połączona ze ślubowaniem pierwszoklasistów klas munduro-

wych: wojskowej, policyjnej i pożarniczo-ratowniczej oraz otwarciem nowoczesnej multimedialnej strzelnicy.



Ślubowanie pierwszoklasistów klasy wojskowej. Fot. Marzena Mioduszewska

Kryształowe Krowy dla milionerów



Kryształowymi Krowami, honorującymi rolników, którzy w 2022 roku po raz pierwszy dostarczyli Spółdzielni Mleczarskiej Mlekolpol powyżej 1 mln litrów mleka, nagrodzeni zostali: Mariusz Mieczkowski z Cieciorok, Andrzej Waszczyszyn z Lechowa, Jerzy Winiarek z Samo-

lubi, Paweł Zajkowski z Targoni Wielkich, Paweł Dąbrowski z Łabiszyna Wsi, Łucja Wysocka z Godaw, Wojciech Kosiński z Górnej, Marek Klimaszewski z Kozik Jałbrzykowa Stoku, Marek Prawdzik z Biernatek, Jacek Janusz Kruszyński z Myszek, Paweł Kulesza z Rębiszewa Zegadeł, Czesław Wiszo-

waty z Grabowskich, Stanisław Szulewski z Łumbi, Rafał Szczech ze Starych Gut, Paweł Jaśkowski Kotów Rybna, Grzegorz Skowroński z Bargłowa Dolnego.

Uroczystość wręczenia Kryształowych Krów odbyła się w Klinice Uzdrawiskowej „Pod Tężniami” w Ciechocinku.

Koncert dla Mai

Na Świąteczny Koncert Charytatywny w kinie Grajewskiego Centrum Kultury ze zbiórką dla chorej Mai, zaprasza Przedszkole Miejskie nr 6 w Grajewie w sobotę, 9 grudnia, o godz. 15.00. W programie: kolędy, pastorałki, recytacje poetyckie, licytacje bonów.

Czytać każdy może, ale niektórzy są mistrzami!



Finaliści i laureaci Konkursu z dyrektor Biblioteki Jolantą Dudzińską i starostą Tadeuszem Klamą

Zofia Konstanty, Teresa Pomichowska, Anna Prusinowska, Eugeniusz Regliński i Anna Świdorska zostali laureatami finału Powiatowego Konkursu o tytuł Mistrza Interpretacji „Czytać każdy może...” dla czytelników powyżej 55 roku życia, zorganizowanego przez Miejską Bibliotekę Publiczną w Kolnie. Finał,

do którego zakwalifikowało się 14 osób, poprzedziły eliminacje środowiskowe. Uświetnił go występ Zespołu Kolneńskie Dziewczyny z Plusem.

Zalążek dostępnej dla wszystkich, bezpłatnej biblioteki w Kolnie utworzyło Towarzystwo Biblioteki Publicznej w 1919 roku. Dziś zbiory Miejskiej Bibliote-

ki Publicznej liczą ponad 41 tys. książek tradycyjnych i około 3 200 mówionych. Na koniec 2022 roku miała w rejestrze 1395 czytelników, w tym 1249 aktywnie wypożyczających książki, którzy wypożyczyli ich 17 418. Najwięcej korzystają z niej dzieci i młodzieży od 6 do 15 lat oraz dorośli od 25 do 44 lat.

Winda do Starostwa



Winda na 8 osób z przystosowaniem dla niepełnosprawnych uruchomiona została z poziomu parkingu w Starostwie Powiatowym. Zainstalowanie wind w Powiatowym Centrum Pomocy Rodzinie i Warsztatach Terapii Zajęciowej w najbliższym czasie zapowiada starosta Tadeusz Kłama.

Nowa biblioteka i nowa dyrektor

Z 1 stycznia 2024 r. w Kolnie zacznie funkcjonować Powiatowa Biblioteka Publiczna, która zastąpi Powiatową Bibliotekę Pedagogiczną. Po rozstrzygnięciu konkursu na dyrektora, starosta powołał na to stanowisko Aleksandrę Szcyc. Nowa dyrektor nowej biblioteki pochodzi z Łomży. Była dziennikarką „Gazety Współczesnej”, od kilku lat pracowała w Urzędzie Gminy Kolno, gdzie była m.in. redaktorką „Gazety Gminnej”. Obecna dyrektor Powiatowej Biblioteki Pedagogicznej, likwidowanej 31 grudnia Bożena Kowalewska odchodzi na emeryturę.



Ocalenie

Żywoć w klatce

Iwona z Zambrowa: – Po 28 latach małżeństwa „walczę o rozwód” i to nie z powodu zdrady, czy alkoholizmu.

Żyłam w „złotej klatce”. Nie pracowałam, bo umówiliśmy się na początku, że zajmę się domem, a on będzie na ten dom pracował. Robił to z różnym skutkiem, ale to już teraz nie ma znaczenia.

Najgorsze w tym wszystkim było to, że ja nie miałam swoich pieniędzy. Mój mąż stosował zasadę „zakupy na bieżąco z nim”. Mówiłam sobie przez lata, że jeżeli dzieci mają zapewniony byt i pełną rodzinę, moja walka o mnie samą nie ma tu większego znaczenia. Parę razy podejmowałam próbę podjęcia pracy, ale mąż uważał, że dzieci muszą mieć matkę w domu i nie było zgody na takie rozwiązanie. A jeżeli na siłę postawię na swoim, to o moje zarobki mniejszy budżet domowy.

Takie życie przez wiele lat zaczęło we mnie gromadzić złoza obojętności, chociaż na zewnątrz chodziłam uśmiechnięta i serdeczna dla całego otoczenia.

Siedem lat temu mąż przeszedł operację usunięcia nerki z powodu nowotworu. Starałam się za wszelką cenę pomóc mu w tych trudnych chwilach. Wycięcie tej nerki okazało się skuteczne. Jednak mąż przy mocnym poparciu swojej rodziny do dzisiaj nie pracuje, bo twierdzi, że nadal jest chory. Dodam, że od 5 lat nie bierze żadnych leków ani nie przechodził żadnego cyklu leczenia.

Siedzieliśmy w domu razem 24 godziny na dobę i w pewnym momencie zauważyłam, że już ze sobą nie potrafimy w ogóle rozmawiać. Zapytałam go kiedyś, czy zamierza wrócić do zarabiania pieniędzy, bo żyliśmy z zasiłków i sprzedaży kawałka ziemi, którą otrzymałam w spadku po rodzicach. Odpowiedział, że jest chory i skoro tak stawiam sprawę, to mogę iść do pracy

i utrzymywać dom. Tyle, że ja w wieku 50 lat bez „lat pracy” żadnej szansy w jej znalezieniu nie mam.

I chyba to było tą kroplą, która przelała dzban gorczy. Postanowiłam się rozwieść. I dodam jeszcze, że nie zostawiam mego męża w chorobie tylko w nieudacznictwie, które mnie zaczynało zabijać.

Żywoć z Kiepskim

Marzena z Kolna: – Jestem trzy i pół roku po ślubie i od pół roku poważnie zastanawiam się nad rozwodem. Znamy się 10 lat. Jesteśmy młodymi ludźmi. Mój mąż jest taki, że jak się go nie popchnie, to nic nie zrobi (nie rozumiem w ogóle, jak z nim wytrzymałam 10 lat). Mam taki sam zawód, myślałam, że razem będziemy prowadzić firmę, że będzie fajne szczęśliwe życie. A tu urodziło się dziecko i zamiast się cieszyć, że jest zdrowe, nie ma dnia bez awantury. Mój mąż nie jest mną zainteresowany nawet seksualnie (jestem zadbaną, ładną kobietą), nie mamy żadnych planów. Nasze życie wygląda tak, że każdy siedzi w innym pokoju. Rozmawialiśmy o tym, mówi, że chce się zmienić, ale już nie wierzę. Czy mam czekać, aż urodzi się drugie dziecko (pewnie znowu z mojej inicjatywy?). Boję się odejść, ale czuję, że to się nie zmieni i skończy się moja nerwica albo, co gorsza, dziecka.

Ludzie, zastanówcie się trzy razy, gdy bierzecie ślub, bo to nie jest tylko papiererek, ale bardzo poważne zobowiązanie.

Żywoć z katem

Anna z Wysokiego Mazowieckiego: – Moja małżeństwo trwało 14 lat, plus 5,5 roku „chodzenia”. Mąż nie pił, nie palił, nie lumpił, pracował, całkiem dobrze zarabiał. Jakies 1,5 roku po ślubie mieliśmy już swoje mieszkanie, kompletnie wykończone, praktycznie nowy samochód i zero długów.

Do pełni szczęścia brakowało mi tylko dziecka. I tu zaczęły się schody, bo jak się okazało, dziecka brakuje tylko mnie. Na początku bardzo spokojnie chciałam mi wyperswadować ten pomysł twierdząc, że mamy czas (nie mieliśmy jeszcze 25 lat), żebyśmy troszkę użyli życia, podróżowali. W sumie był to jakiś pomysł, ale mój instynkt macierzyński był jakiś uparty i w nosie miałam podróże i używanie, chciałam dziecka. Żeby się nie kłócić i dogodzić mężowi postanowiłam nie naciskać i używać, ale los chciał inaczej. Z bożą pomocą (bo inaczej nie można tego nazwać) jakimś cudem zaszłam w ciążę. Mojego męża doprowadziło to do wściekłości tak dużej, że życzył śmierci dziecku i mnie. Przeżyłam szok. Sielanka znikła, bo byłam tak bezczelna, że zrobiłam coś wbrew jego woli.

Narodziny córki jakby go odmieniły. Po swojemu pokochał ją i nawet się zajmował. Pozory. Ślepa, zakochana przez wiele lat nic nie widziałam, a raczej widzieć nie chciałam. Dziecko chore, trzeba jechać do lekarza, a on mówi: wali mnie to, niech twój ojciec jedzie. Spokojnym i normalnym głosem mówił do córki, że jak będzie niegrzeczna, to mamusia znajdzie sobie innego tatusia, a ją odda do domu dziecka. Gdy dzwonił telefon, on mówił, że to po nią z domu dziecka. Wcisnął jej, że długie włosy to głupota i jak nie da obciąć, to ją w nocy ogoli na łyso. Mówiłam mu, że tak nie można, ale on się śmiał. Troszkę przytyłam, zaczął mnie wyzywać do grubych hippek itp. Wytykać, że nic nie umiem, marnuję mu życie... Nie pomagał w niczym. Wracał z pracy i spał. Marzyło mi się drugie dziecko, ale on słyszeć nie chciał. Wszystkie moje koleżanki były głupie i miałam zakaz przyprowadzania ich do domu, a najlepiej i spotykania się. Z większością znajomych i rodziny skłóciłam mnie. W końcu za-

czął mnie śledzić, sprawdzać i wszędzie widział kochanków. Zrobił mi nagie zdjęcie w kąpielni i wysłał do gazety, bo za opublikowanie mógł dostać 100 zł tyle, że nie wiedział, że potrzeba mojej zgody.

Pierwszy raz o rozwodzie myślałam na oddziale położniczym w szpitalu. Dzień wcześniej ze skurczami zostawił mnie 3 km od domu na mrozie 15 stopni. Dziecko się urodziło, mnie przeszło. Potem myśli wracały, ale był strach. Zarabiałam za małą, żeby się samej utrzymać, bałam się samotności.

Pewnej nocy usłyszałam płacz córki. Nie chciała się przyznać, dlaczego płacze, ale w końcu wydusiła, że przez tatę. Wówczas zrozumiałam, że mieszkanie z nim, to dla niej krzywda. Napisałam pozew i zostawiłam na wierzchu ludząc się jak głupia, że coś to zmieni. Wściekł się, a potem gdzie się dało robił mi opinię dziwki, która puszcza się wszędzie i z każdym. Jedyny jego dobry gest i jego matki to chwilowe zostawienie nam mieszkania. Możemy tu mieszkać dopóki córka nie pójdzie na studia. Ale nic za darmo. Mam się zrzec alimentów. To była kolejna głupota, którą zrobiłam, ale chciałam mieć spokój i pewny dach nad głową.

To tylko małeńki obraz tego, co się działo. Spędziłam z psychicznym katem 14 lat i o 14 za dużo. Nie jest mi lekko. Ledwo wiąże koniec z końcem, ale mam święty spokój, szczęśliwe i radosne dziecko, które o ojcu nawet słyszeć nie chce.

Czasami jeszcze w nocy budzę się przerażona, że jednak rozwodu nie było, budzę się i sprawdzam, czy go faktycznie naprawdę nie ma.

Od czasu do czasu lubi mi dawać i życie uprzykrzyć, ale to i tak nic w porównaniu z tym, co było. No to się wygadałam...

EWA WILCZYŃSKA

POWIAT WYSOKOMAZOWIECKI

Rezygnacje ze stołków: Radnego

Radny Wysokiego Mazowieckiego lekarz weterynarii Sławomir Mioduszewski (PiS) zrzekł się po 9 latach funkcji radnego ze względu na podjęcie pracy w Powiatowym Inspektoracie Weterynarii w Wysokiem Mazowieckiem. Ustawa zabrania pracownikowi służby cywilnej być jednocześnie radnym. Oprócz pracy w Inspektoracie będzie prowadził prywatną działalność weterynaryjną. Komisarz wyborczy w Łomży Jan Leszczewski 28 listopada wydał postanowienie w sprawie wygaśnięcia mandatu radnego. W Wysokiem Mazowieckiem nie będzie wyborów uzupełniających.

Kierownika

Zrezygnował z kierowania Powiatowym Zakładem Aktywności Zawodowej w Krzyżewie Jacek Murawski, którym szefował od grudnia ubiegłego roku. Nie ma nowego kierownika, bo kandydaci, którzy zgłosili się na konkurs, nie spełniali kryteriów formalnych.

POWIAT ZAMBROWSKI

Dyrektor z medalem

Dyrektor Miejskiego Ośrodka Kultury w Zambrowie Marta Kopnoka została uhonorowana Srebrnym Medalem za Długoletnią Służbę, przyznany przez Prezydenta Andrzeja Dudę, na wniosek burmistrza Zambrowa.

Kierownik Centrum

Katarzyna Chomontowska, wyłoniona w drodze konkursu, od 1 stycznia 2024 r. będzie kierownikiem Centrum Opiekuńczo-Mieszkalnego w Pęchratce Polskiej, utworzonym w budynku byłej szkoły za prawie 4 mln zł. W Centrum zamieszka 5 niepełnosprawnych mieszkańców gminy, a 15 będzie korzystało z opieki dziennej.

Rozbudowa „kultury”

Ośrodek Kultury w Zambrowie (wybudowany w 2010 i 2011) zostanie rozbudowany, na co miasto Zambrów otrzymało 10 mln zł dotacji. Korzystających z bogatej oferty kulturalnej Ośrodka jest bardzo dużo i dla twórczych grup brakuje miejsca.



Kompleksową przebudowę za 6,9 mln zł przeszedł dworzec kolejowy w Czyżewie, zbudowany w stylu neoklasycystycznym w latach 1859 – 1862 (uruchomienie Kolei Warszawsko-Petersburskiej). Zachowany został zabytkowy wygląd budynku, wewnątrz zyskało zupełnie do niego nie pasujący nowoczesny szlif.

Pomogą w wypadku!

Uczniowie Szkoły Podstawowej w Kuleszach Kościelnych zwyciężyli w XV Powiatowym Konkursie „Pierwsza pomoc w nagłych wypadkach”, zorganizowanym przez Komendę Powiatową Państwowej Straży Pożarnej w Wysokiem Mazowieckiem i Szpital Ogólny w Wysokiem Mazowieckiem w szkole w Szepietowie. W konkursie startowało 11 drużyn. Drugie miejsce zajął zespół z Rosochatego Kościelnego, a trzecie z Dąbrówki Kościelnej.

Rada dyrektorów

Nową Powiatową Społeczną Radę do Spraw Osób Niepełnosprawnych powołał starosta Bogdan Zieliński. Tworzą ją dyrektorzy ośrodków pomocy społecznej Krzysztof Porowski (przewodniczący) w Nowych Piekutach, Marzena Kryńska (zastępca przewodniczącego) w Ciechanowcu, Tomasz Kulesza (sekretarz) w Kuleszach Kościelnych, Iwona Koc w gminie Wysokie Mazowieckie i Marcin Ostrowski (Powiatowy Urząd Pracy).

Nauczyciel skazany za molestowanie



Na 4 lata więzienia za czyny o charakterze seksualnym wobec 5 dziewcząt poniżej 15 lat skazał Sąd Rejonowy nauczyciela (56 lat) Szkoły Podstawowej nr 4 w Zambrowie. Jak informuje rzecznik Sądu Okręgowego w Łomży Jan Leszczewski, nauczycielowi udowodniono, że w czasie prywatnych korepetycji dotykał ich różnych części ciała, w tym nóg i piersi.

W śledztwie i w sądzie nauczyciel nie przyznał się do winy.

Wyrok zakazuje mu wykonywania zawodu związanego z nauczaniem i wychowywaniem dzieci przez 15 lat i zbliżania się do pokrzywdzonych na odległość nie mniejszą, niż 100 m oraz zapłacenie im po 30 tys. zł zadośćuczynienia.

Wyrok nie jest prawomocny.

Zdaża

– nie zdaża?



Do końca grudnia Wysokie Mazowieckie musi wymienić 1200 sztuk tradycyjnych lamp na energooszczędne ledowe, na które otrzymało 3 mln zł dotacji. Nie ma na razie świątecznych dekoracji, aby nie utrudniać prac firmie, która zaczęła wymianę lamp.

Działka pod blok

Za 2 mln 700 tys. zł brutto władze Wysokiego Mazowieckiego sprzedały działkę (0,42 ha) przy ul. Warszawskiej firmie Rogowski, która wybuduje na niej blok. Będzie to trzeci blok przy tej ulicy, pierwszy już stoi, drugi jest wznoszony.

Mniejszy kredyt miasta

Kredyt w wysokości 14 mln zł wpisany był w tegoroczny budżet Wysokiego Mazowieckiego. Miasto zaciągnie jedynie 7 – 7,5 mln zł, aby mieć na udział własny przy inwestycjach z unijnymi dotacjami, poinformował burmistrz Jarosław Siekierko.

Potrzebna krew



Pilnie potrzebna jest krew: 0 Rh-, A Rh- i AB Rh-, monituje Regionalne Centrum Krwiodawstwa i Krwiolecznictwa w Białymstoku. W czwartek, 7 grudnia, w godz. 8.30 – 13.30, będzie można oddać krew w ambulansie w Zambrowie (ul. Fabrycznej 3a).

Świąteczna paczka

Zbiórkę żywności, środków chemicznych, odzieży zorganizował Ośrodek Pomocy Społecznej w Kołakach Kościelnych. Do czwartku, 14 grudnia, w sklepach „Oskar” i „Sam” w Kołakach będą pojemniki na artykuły, które zostaną przekazane ubogim.

Świątecznie w Zambrowie

Przy akompaniamencie Miejskiej Młodzieżowej Orkiestry Dętej w Zambrowie pod batutą kapelmistrza Krzysztofa Witkowskiego burmistrz Kazimierz Dąbrowski w towarzystwie dzieci zapalił czwarty raz choinkę przy Zalewie oraz pierwszy raz przy Szkole Podstawowej nr 3. Przy choinkach był św. Mikołaj ze słodyczkami dla dzieci.

Mam na imię Tamara, mam 34 lata. Boję się mężczyzn z obgryzionymi paznokciami. Takie miał mój kuzyn. Podduszał mnie dłońmi, kiedy gwałcił. Pierwszy raz zrobił to, gdy miałam 11 lat. Śnię o tym niemal co noc...

1.

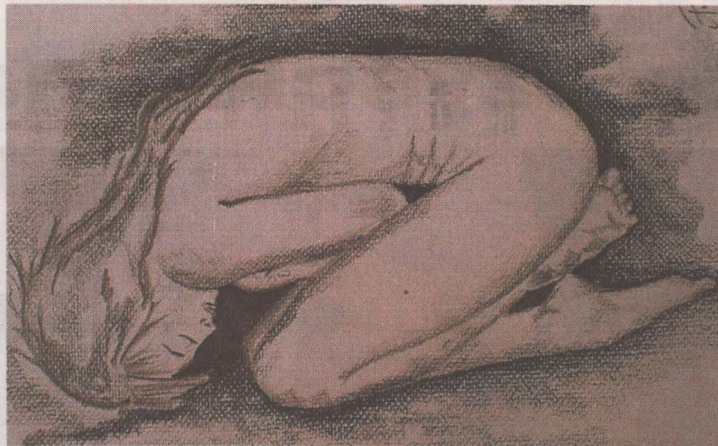
Mama przygarnęła go, gdy jego mama umarła. Pierwszy raz przyszedł do mojego łóżka, gdy miałam 10 lat. Obejrzał wtedy film z dorosłymi o ludziach, którzy umierają na raka. Tak zmarła jego mama, moja ukochana ciocia. Wtedy wieczorem powiedział, że boi się spać sam. Pozwolili mu położyć się do mnie. Miałam 10 lat, a on 15. Kiedy wszyscy usnęli, zaczął mnie dotykać. Zesztywniałam. Nie wiedziałam, co mi robi, co się dzieje. Wtedy tylko mnie dotykał.

Potem przychodził prawie co noc. Nauczył się chodzić na palcach po deskach podłogi, żeby nie skrzypiały. Zaczął wkładać we mnie palce. Kiedy próbowałam się wyrwać, straszył domem dziecka albo ojcem. Taty bałam się wtedy bardziej, niż jego. Tata, zanim rodzice się rozwiedli, strasznie mnie bił i krzyczał. Wydawało mi się, że najgorsze, co może mi się zdarzyć, to do niego wrócić. Więc milczałam.

2.

Był środek tygodnia. Nie poszłam wtedy do szkoły, bo mama z młodszym bratem pojechała do lekarza. Pilnowałam dwóch pozostałych braciszków. W którymś momencie mój kuzyn zamknął ich dwa pokoje dalej. Pamiętam, że był w krótkich spodenkach i bawełnianej koszulce. Wysoki i potężny, wypełniał całe drzwi, kiedy wchodził. Pamiętam też, że moi bracia strasznie płakali. Krzyczeli, żebym ich nie zostawiała. Słyszałam to, kiedy popchnął mnie na łóżko rodziców. Kazał się rozebrać, zatkał usta, chwycił dłońmi za szyję i podusił tak, że zrobiło mi się słabo. Rozszerzył moje nogi i zgwałcił. Krwawiłam. Po wszystkim groził, że jeśli pisnę słówko, to zgłosi nas do opieki socjalnej i ta odda mnie i moich braci do domów dziecka. Albo pójdę do ojca. Nie powiedziałam nic. Kiedy wróciła mama, dostałam lanie drewnianą deską kuchenną, bo bracia powiedzieli, że ich zostawiłam.

Po tym pierwszym razie miałam dwa tygodnie spokoju. Myślałam, że już więcej tego nie zrobi. Ale zrobił. Ile razy? Nie liczyłam. Kiedyś, gdy nikogo nie było w domu, przystawił mi nóż kuchenny do gardła



Pałące brzemie

i powiedział, że moje życie zależy od niego. Powtarzał, że sama tego chcę, że jestem małą dziwką, której można używać. Szybko mu uwierzyłam. Raz zgwałcił mnie w noc przed Wigilią Bożego Narodzenia. Następnego dnia siadaliśmy razem do stołu. Nie chciałam łamać się z nim oplatkiem. Mama krzyczała, że zepsułam święta, nie mam sumienia.

3.

Mój kuzyn był wtedy w wojsku, miałam 14 lat. Gdy się dowiedziałam, że ma przyjechać na przepustkę, wpadłam w panikę. Płakałam kilka dni. Wreszcie postanowiłam porozmawiać z mamą. Powiedziałam, co ze mną robił. Mówiłam, że się boję, że nie chcę, by przyjeżdżał. Nie uwierzyła. Gdy przyjechał, wezwała go na rozmowę i zapytała, czy to prawda. Odpowiedział, że nie. Uwierzyła jemu. Wtedy straciłam wiarę, że coś się może zmienić.

Kiedy się bałam, zawsze mało jadłam. Ale jakiś czas po rozmowie z mamą pomyślałam, że jeśli przestanę jeść w ogóle i będę bardzo chuda, to on nie będzie mnie chciał. Że poczuje obrzydzenie i zostawi mnie w spokoju. Chudłam szybko i bardzo. Miałam 15 lat i przy 170 cm wzrostu ważyłam 38 kg. Gdy się przekonałam, że głodzenie nie pomaga, zaczęłam jeść na siłę. I wymiotowałam. Z anoreksji popadłam w bulimię. Trafiłam do lekarza, a ten wysłał mnie do szpitala. Byłam tam dwa tygodnie. Chciałam zostać jak najdłużej. Któregoś dnia, gdy przyszła pani doktor, chciałam jej wszystko opowiedzieć. Wydawała się ciepła, mądra i rozumiejąca.

Kiedy jej powiedziałam, że nie chcę wracać do domu, bo kuzyn mnie dotyka, wkłada we mnie różne rzeczy i gwałci, zadzwoniła do mamy. Powiedziała, że opowiadam historie wysane z palca i żebyśmy to sobie załatwili w domu.

Następnego dnia mama zabrała mnie ze szpitala. W domu zbiła drewnianą deską kuchenną, że robię wstyd.

4.

Próbowałam się zabić dwa razy. Raz w parku za moją starą szkołą. To było już po tym, jak w wieku 18 lat wyprowadziłam się z domu. Nawet wtedy mój kuzyn nie dał mi spokoju. Nachodził mnie co jakiś czas, przestępował drogę gdziekolwiek się wyprowadziłam. Stawał przede mną i pytał, czy chcę jeszcze. Albo czy pamiętam, jak było dobrze. Któregoś dnia wieczorem spotkałam go po pracy. Rozpiął rozpiorek, ściągnął spodnie i zapytał, czy mu obciągnę. Zemdlałam. Postanowiłam z tym skończyć. Poszłam do parku, próbowałam się powiesić, ale urwała się lina. Byłam na siebie wściekła, że nawet zabić się nie potrafię.

Trafiłam na oddział. Drugi raz był w szpitalu. Po tym, jak potraktowała mnie pani psycholog wycekałam w łazience, aż wszyscy usną i próbowałam powiesić się na framudze drzwi. Ktoś przyszedł do toalety i odratowali mnie.

5.

Na terapię trafiłam w 2005 roku dzięki pani psycholog, która wyłapała mnie na internetowej grupie wspar-

cia. W 2008 roku zdecydowałam się złożyć sprawę do sądu. Terapeutki pomogły mi pójść do prokuratury, skontaktowały z prawnikiem. Najpierw było trzy godziny przesłuchań u prokuratora, potem osiem rozpraw. Było i kilka takich, które się odbyły, bo mój kuzyn się nie stawił. Przed każdą wymiotowałam, prawie na każdej mdlałam. Ze strachu i stresu. Na co drugą wzywali do mnie pogotowie. Gdy moja mama dostała wezwanie na przesłuchania, zadzwoniła do mnie i krzyczała, że zamiast zapomnieć, ciągam ją po sądach i robię wstyd. Ale potem mówiła. Że widziała, jak piórę zakrwawione majtki i pościel, że nie wie, czemu nie pytała i nie reagowała, że faktycznie lekarzka powiedziała jej o mojej skardze.

W 2010 r. sąd skazał mojego kuzyna na 2 lata i 10 miesięcy więzienia. Za gwałty i inne czynności seksualne.

6.

Dwa dni przed rozprawą odwoławczą dowiedziałam się, że mój kuzyn zmarł w szpitalu w wyniku obrażeń, które odniósł w ulicznej bójce. Poczułam ulgę, ale i winę. Pomyślałam, że to przeze mnie. Powiedziałam to terapeutce. Odpowiedziała: „Jeśli czujesz się winna, to go przepraszaj za wszystko”. Poczulałam złość. Nigdy go nie przeproszę, poczucie winy prysnęło, jak bańka mydlana.

Wciąż boję się ciemności, bo wtedy śni mi się pierwszy gwałt. Ale zaczynam już lubić sukienki. I marzę o dziecku. Mój mąż był pierwszą osobą, która mi uwierzyła. Pomógł w terapii, wspierał podczas procesu, woził do lekarzy, jeździł na konsultacje do mojej psycholog. Zawsze był cierpliwy i wyrozumiały. Nie muszał do dotyku, nie naciskał.

7.

Obserwuję ludzi wokół i często wyłapuję takich, którym dzieje się krzywda. Których ktoś gwałci i wykorzystuje, jak mnie. Jest ich wielu. Mówię o tym, bo chciałam, żeby to, co przeżyłam, nie poszło na marne. Żeby ludzie tacy jak ja wiedzieli, że można nie być ofiarą przez całe życie. Że można o sobie zadbać, że można o sobie decydować. Chciałabym napisać o tym książkę do wszystkich, którzy nie chcą być sami. (nto24)

Wykaz Rodzin Szlachetnej Paczki otwarty został na stronie internetowej www.szlachetnapaczka.pl. Prezentuje rodziny i samotnych z powiatów grajewskiego, kolneńskiego, łomżyńskiego, wysokomazowieckiego i zambrowskiego. Paczkę dla wybranej rodziny lub osoby można ufundować samemu lub z grupą bliskich, sąsiadów, przyjaciół. Dotrze do nich 16 lub 17 grudnia

Bieda to czyścić na Ziemi

Sprzedaj gospodarstwo na leczenie syna

Adam (lat 59) i Ilona (lat 46) są rodzicami trojga dzieci: Julii (lat 22), Jakuba (lat 17) i Huberta (lat 10). Przed narodzinami trzeciego dziecka prowadzili duże gospodarstwo. Po narodzinach Huberta rodzice dowiedzieli się, że ich syn jest poważnie chory na przewlekłą chorobę. Choroba, która wymaga nieustannej opieki i rehabilitacji, zmieniła ich życie. Adam zlikwidował gospodarstwo, sprzedał wszystko, co mieli, aby ratować dziecko. Szukali pomocy i jeździli do różnych szpitali w kraju, aby Hubert zaczął funkcjonować (jest leżący). Obecnie ciężko jest im wyżyć z otrzymywanych świadczeń (4513 zł). Pomaga im finansowo mama Adama.

Ze względu na syna Adam jest cały czas w pogotowiu, nie może podjąć stałej pracy. Czasami dorabia w sąsiedzkim gospodarstwie, zbiera nakrętki i butelki, które sprzedaje. W ich domu nie ma centralnego ogrzewania i przecieka dach.

Potrzebują: szafę na odzież, środków czystości, żywności, odzież, kołdrę.

Baza Szlachetnej Paczki, która odbierze paczkę dla rodziny i ją przekaże jest w Łomży (Akademia Łomżyńska, ul. Akademicka 1).

373 zł na życie dla dwojga

Katarzyna (lat 40) musiała zrezygnować z pracy po wypadku syna Aleksandra (lat 20), który wymagał opieki. Sama choruje na depresję, zaburzenia lękowe i cukrzycę. Olek wrócił do zdrowia, obecnie studiuje. Katarzyna poszukuje stałej pracy, ale bez efektów, czasami pracuje dorywczo.

Łączny dochód rodziny wynosi 1488 zł miesięcznie, a stałe wydatki 1115 zł. Mama z synem marzą o poprawie sytuacji finansowej.

Potrzebują: kuchenkę mikrofalową, laptop, telefon komórkowy, pralkę, trwałą żywność, środki czystości, odzież, obuwie.

Baza Szlachetnej Paczki, która odbierze paczkę dla rodziny i jej



Fot. pixabay

przekaze jest w Zambrowie (I LO, ul. M. Konopnickiej 16).

Po wypadku

Małżonkowie Krystyna (lat 72) i Zbigniew (lat 82) mieszkają z synem Janem (lat 51). Jan nie ma swojej rodziny, pracował w Niemczech. Jego rodzice w Polsce prowadzili gospodarstwo. Kłopoty zaczęły się od wypadku samochodowego Jana. Był w ciężkim stanie, przeszedł trepanację czaszki. Później przyszło załamanie, depresja i schizofrenia. Z tego względu nie ma stałej pracy. W do-

datku od pewnego czasu ojciec nie podnosi się już z łóżka. Utrzymują się za 3992 zł miesięcznie.

Potrzebują: łóżko dla Zbigniewa, żywności, odzieży.

Baza Szlachetnej Paczki, która odbierze paczkę dla rodziny i ją przekaże jest w Łomży (Akademia Łomżyńska, ul. Akademicka 1).

Samotność z chorobą

Daniel (lat 66) prowadził spokojne życie. Pracował jako zawodowy kierowca w państwowym zakładzie, z żoną wychowywali syna. Wszyst-

ko się zmieniło po nagłej śmierci żony. Sam wychował syna, który już założył własną rodzinę. Daniel został sam. Przeszedł dwa udary, choruje na cukrzycę i serce, ma kłopoty z nadciśnieniem. W wyjazdach do lekarza w Białymstoku pomaga syn lub sąsiad. Wiek i zdrowie nie pozwala mu pracować, a jego miesięczny dochód, to 2 tys. zł przy stałych wydatkach 1560 zł.

Potrzebuje: żywności, środków czystości, odzieży, pralkę.

Baza Szlachetnej Paczki, która odbierze paczkę dla niego i ją przekaże jest w Rosochatem Kościelnym (OSP, ul. Mazowiecka 6).

Poświęciła się matce

Hanna (lat 61) od roku mieszka z córką Magdaleną (lat 32). Jest sparaliżowana, porusza się za pomocą wózka, wymaga całodobowej opieki. Wcześniej Hanna opiekowała się starszymi ludźmi, a później schorowanym mężem, który zmarł niedawno. Magdalena zrezygnowała z prywatnego życia i poświęciła się matce. Ich dochód miesięczny wynosi 5207 zł, a opłaty rachunków, koszty leczenia i leków 4018 zł.

Potrzebują: pralkę (piorą ręcznie), żywności, środków czystości.

Baza Szlachetnej Paczki, która odbierze paczkę dla rodziny i ją przekaże jest w Łomży (Akademia Łomżyńska, ul. Akademicka 1).

Jak obdarować Szlachetną Paczką?

Aby obdarować kogoś Szlachetną Paczką, należy wejść na stronę www.szlachetnapaczka.pl. Tam wybrać pasek „Wybieram Rodzinę”. Otworzy się okienko z informacją „Wybierz lokalizację”. Z tego okienka należy wybrać województwo. W województwie podlaskim, w części obejmującej Łomżyńskie, bazy Szlachetnej Paczki są w Grajewie, Jedwabnem, Łomży, Rosochatem Kościelnym, Wojewodzinie i Zambrowie. Teraz trzeba wybrać powiat (lub miasto). Są tam opisy oczekujących na Paczkę. Można znaleźć rodzinę opisaną dzisiaj w „Kontaktach”.

Po wyborze rodziny, wejść w „Wybieram tę Rodzinę”. Otworzy się strona, na której należy po-

dać swoje dane (koniecznie z numerem telefonu i adres e-mail) i potwierdzić wybór rodziny lub osoby. Poczta zwrotną otrzymamy mail, potwierdzający wybór i informację, gdzie należy zawieźć paczkę. Przy opisie każdej rodziny albo osoby jest adres magazynu, do którego będą dostarczane paczki. Z magazynu paczki będą rozwozić 16 i 17 grudnia wolontariusze. Po dostarczeniu paczek napiszą do ofiarodawców, jak zareagowali obdarowani.

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



Chciwość

Złodziejski komornik z Łomży

Komornik sądowy przy Sądzie Okręgowym Łomży Ignacy Kukliński (lat 42) w grudniu 1931 roku kupił sobie samochód. Kilka dni później nie przyszedł do kancelarii. Jego przedłużająca się nieobecność budziła niepokój. W mieście szeptało, że Kukliński wyjechał z Łomży z kochanką, a była nią dziewiętnastoletnia uczennica szkoły handlowej Eugenia. Sensacyjne informacje dotarły do Sądu.

W kancelarii przeprowadzono kontrolę. Po weryfikacji dokumentów okazało się, że komornik nie rozliczył się z zajmowanych depozytów, pobranych opłat i wpływów. Brakowało 20 tys. zł. Powiadomiona policja zaczęła poszukiwania Kuklińskiego. W Polskę rozeszła telefonogramy z jego danymi i opisem wyglądu.

Na trop defraudanta z Łomży wpadła w marcu 1932 r. warszawska policja. Od kilku dni obserwowała gościa, który wynajmował mieszkanie przy ulicy Dobrej 11. Kukliński zmienił nazwisko i sfalszował legitymację służbową, w której „przemianował” siebie z komornika na aplikanta łomżyńskiego sądu. Nie wiadomo, w jaki sposób pozyskał blankiet metryki, w którym wpisał nowe nazwisko i w dokumencie tym sfalszował podpis proboszcza Bakalarzewa.

W środę, 30 marca 1932 r., został zatrzymany, kiedy wychodził

z bramy przy ulicy Dobrej. Przedstawił się fałszywym nazwiskiem, próbował tłumaczyć, że to jakies nieporozumienie i pomyłka. Ale zgadzał się jego rysopis. Po dokładnym sprawdzeniu „gościowi” z Łomży dokumentów, trafił do stołecznego aresztu.

Po trzech miesiącach zabawy w stolicy, panna Eugenia prawdopodobnie wróciła do Łomży.

Pazerny wójt z Grabowa

Mieszkańcy gminy Grabowo (wówczas pow. szczuczyński) w 1930 r. skarżyli się na pazerność i nieuczciwość wójta Dziekońskiego. Podatki gminne były wysokie, a wójt pobierał je dwukrotnie nie zważając na wyjaśnienia, że już raz zostały zapłacone. Ludzie buntowali się i żądali pokwitowań. Okazało się, że na wystawianych dokumentach figurowały niższe kwoty od rzeczywiście wpłaconych. Wójt z bezwzględnością ściągał podatki także od tych mieszkańców, którzy ze względu na trudną sytuację w rodzinie byli z nich zwolnieni. Jeśli ktoś opóźnił się w opłacie, jego majątek był natychmiast zajmowany.

Wszystko ma swój kres. Zdenerwowani mieszkańcy gminy złożyli zażalenie na wójta w Sądzie Okręgowym w Łomży. Przeprowadzone śledztwo potwierdziło zarzuty. Wójt Dziekoński został pociągnięty do odpowiedzialności sądowej i pożegnał się ze stanowiskiem.

Złote zęby pod zastaw

Inżynier Stanisław K. po wojnie bolszewickiej (1920) miał poważny ubytek w dolnej szczęce. Wojenna „pamiątka” nie przeszkadzała mu przez wiele lat. Do czasu... W 1935 r. Stanisław zakochał się i postanowił się ożenić. Pragnął podobać się wybrance i nowy etap życia zacząć z pełnym „garniturem” zębów.

Złoty mostek zamówił u dentystry we Lwowie. Mężczyźni umówili się na termin odbioru. Błyszczące złote zęby czekały na Stanisława. Ale dzień przed wizytą inżyniera, dentystę odwiedził komornik. Okazało się, że dentysta unikał płacenia podatków i za zaległości komornik zajął... złote zęby! Nie pomogły wyjaśnienia, że jest to własność pacjenta, który się żeni.

Dolary z listów

Wacław Filipkowski (lat 22) pracował na poczcie w Łomży. Zauważył, że zagraniczne listy wyróżniają się nie tylko pieczętką na kopercie, ale też jej grubością. Zainteresował się ich zawartością. W czasie nocnego dyżuru dobrał klucz do składnicy pocztowej, odpieczętował worki i z amerykańskich listów powyjmował dolary.

Złodziejstwo szybko wyszło na jaw. 30 stycznia 1922 r. Sąd Okręgowy w Łomży skazał go „na 8 lat ciężkiego więzienia, z nowej Usta-

wy z dn. 13 marca z 1921 r.”, pisała „Gazeta Łomżyńska”.

Wkrótce okazało się, że dodatkowe „zarobek” z amerykańskich listów interesował także innych. W kwietniu 1922 r. „Gazeta Łomżyńska” poinformowała o otrzymaniu listu poleconego od ks. Łuniewskiego z Ameryki. Ksiądz pisał, że w liście wysłał redakcji dwa dolary. „List doszedł, ale niestety, bez dolarów”, pisała „Gazeta”.

Amerykańskie przesyłki skuśiły i doprowadziły do więzienia kierownika Urzędu Poczтового w Gródku (pow. białostocki) Kazimierza Mancarza i jego zastępcę Witolda Muchę. Obaj, gdzie się dało, wyciągali z listów dolary. To nie wszystko: w czerwcu 1926 r. samowolnie wprowadzili opłaty za zagraniczne przesyłki. Odbiorca listu z Ameryki musiał zapłacić na pocztę 1,50 zł, a odbiorca paczki 7-9 zł. Opłaty były poza ustanowioną taryfą pocztową i trafiały do kieszeni urzędników. Odbiorcy zagranicznych przesyłek wkrótce zorientowali się w procederze wymuszania opłat. Sprawę zgłosili policji. Dochodzenie inspektora Wójcika wykryło wszystkie kombinacje. Sąd w Białymstoku skazał kierownika i jego zastępcę na trzy lata więzienia, ale na podstawie amnestii karę skrócił do dwóch lat, informował „Dziennik Białostocki”.

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

PRZYJMĘ

Ogłoszenia w rubryce

„Przyjmę” zamieszczamy

bezpłatnie. Treść można

przesłać na adres: redakcja@

kontakty-tygodnik.com.pl

lub podać telefonicznie:

86 216 42 43

ROLNICTWO

Rzeźnia kupi bydło pourazowe

do uboju z konieczności.

Tel. 511 – 075 – 866

lub 662 – 396 – 670

(fak.0243/2023-o)

SPRZEDAM

Sprzedam betoniarke.

Cena 2 500 zł do uzgodnienia.

Tel. 503 – 862 – 612

(p-001683-o)

TRANSPORT

Belgia, Niemcy, Holandia,

soboty, niedziele, poniedziałki,

środy, czwartki

– klimatyzacja, DVD,

85 747 – 00 – 01, 602 – 664 – 771

(fak.0207/2023-o-i)

Frankfurt n/Menem i okolice

– soboty, środy, 85 747 – 43 – 63,

602 – 681 – 677

(fak.0208/2023-o-i)

Ogłoszenie w gazecie
żyje dzień

Ogłoszenie w tygodniku
KONTAKTY
żyje tydzień

Burmistrz Nowogrodu

informuje, że w dniu 07 grudnia 2023 r. w siedzibie Urzędu Miejskiego w Nowogrodzie przy ulicy Łomżyńskiej 41 na tablicy ogłoszeń zostały wywieszone na okres 21 dni wykazy nieruchomości, stanowiących własność Gminy Nowogród, przeznaczonych do dzierżawy w trybie bezprzetargowym, stanowiących działki nr: 248/2, 1221/1 (część), 1221/2 (część), położone w obrębie ewidencyjnym 0001, Nowogród.

Wykazy zostały również zamieszczone na stronach: bip.um.nowograd.wrotapodlasia.pl, www.nowograd.com.

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

Syndyk masy upadłości Agnieszki Żochowskiej (sygnatura akt: IX GUp 239/20 „of”) sprzeda z wolnej ręki w drodze wyboru najkorzystniejszej oferty:

I. udziału w wysokości 22/100 w prawie własności nieruchomości gruntowej o pow. 94 m² (działka nr ewidencji 1728/3), położonej przy ul. Siedleckiej 19 w Sokołowie Podlaskim, dla której Sąd Rejonowy w Sokołowie Podlaskim, IV Wydział Ksiąg Wieczystych prowadzi księgę wieczystą nr SI1P/00002644/8, za cenę nie niższą niż kwota oszacowania tj. 900,00 zł (słownie: *dziewięćset złotych 00/100*) tj. kwotę stanowiącą 50% ceny oszacowania.

II. Prawa własności lokalu mieszkalnego o pow. użytkowej 72,06 m² wraz z udziałem w wysokości 16717/34704 w nieruchomości wspólnej stanowiącej działkę ewidencyjną nr 1728/4, położonej przy ul. Siedleckiej 19 w Sokołowie Podlaskim, dla której Sąd Rejonowy w Sokołowie Podlaskim, IV Wydział Ksiąg Wieczystych prowadzi księgę wieczystą nr SI1P/00002644/8, za cenę nie niższą niż kwota oszacowania tj. 123.250,00 zł (słownie: *sto dwadzieścia trzy tysiące dwieście pięćdziesiąt*

złotych 00/100) tj. kwotę stanowiącą 50% ceny oszacowania.

Sędzia-komisarz postanowieniem z dnia 15 listopada 2023 roku zatwierdził warunki sprzedaży.

Oferty należy składać w terminie do dnia 28 grudnia 2023 roku (decyduje data wpływu oferty do biura syndyka) poprzez przesłanie ich listem poleconym do biura syndyka (adres: Robert Kosmal, ul. Wiktorska 67/1, 02-582 Warszawa), osobiste dostarczenie do kancelarii syndyka (adres: ul. Wiktorska 67/1, 02-582 Warszawa) lub za pomocą wiadomości e-mail (plik PDF) (adres e-mail: biuro@kwiatkowskilegal.pl).

Otwarcie ofert nastąpi w dniu 29 grudnia 2023 roku, o godz. 10.00.

Ofertą powinna zawierać m.in. dokładne oznaczenie oferenta, dokładne oznaczenie przedmiotu oferty, oferowaną cenę (również słownie), wyraźną akceptację wszystkich warunków sprzedaży (regulaminu sprzedaży) oraz czytelny podpis oferenta.

W sprawie dodatkowych informacji prosimy o kontakt pod numerem telefonu: 22 11 99 047 lub za pomocą adresu e-mail: biuro@kwiatkowskilegal.pl

Syndyk masy upadłości

Robert Kosmal

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



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



OGŁOSZENIA BEZPŁATNE MOTORYZACYJNE

Sprzedam Volkswagen Passat, (2000), 1.9 TDI, diesel, radio, klimatyzacja, nowe opony i akumulator, cena 3 500 zł do negocjacji, tel. 515 – 253 – 713

(o/b)

Sprzedam opony zimowe, 175x70x14, 4 sztuki, cena 150 zł za sztukę do uzgodnienia, tel. 503 – 862 – 612

(o/b)

Sprzedam Volvo V70, 4x4, cena 20 000 zł do uzgodnienia, tel. 503 – 862 – 612

(o/b)

Sprzedam Volvo V70, skrzynia manualna, po wymianie oleju, paska rozrządu, stan dobry, cena 15 000 zł, tel. 503 – 862 – 612

(o/b)

Sprzedam Opel Corsa C, (2002), 1.0 benzyna, 58 KM, przegląd i ubezpieczenie ważne do 06.2024 r., auto w dobrym stanie technicznym i blacharskim, cena 4 500 zł do negocjacji, tel. 530 – 790 – 180

(o/b)

Sprzedam Mitsubishi Lancer, (2008), benzyna, wszystko sprawne, przegląd ważny do lipca, ubezpieczenie do sierpnia, przebieg 230 000 km, cena 20 000 zł do negocjacji, tel. 663 – 733 – 638

(o/b)

Sprzedam Audi A4 B5, (1996), 1.9 tdi, diesel, 90 KM, przebieg 340 000 km, cena 4 500 zł, tel. 508 – 081 – 604

(o/b)

Sprzedam Opel Astra H, (2005), 1.7 Cdti, diesel, normalne ślady użytkowania, wymieniony akumulator, OC i przegląd ważne do 07.2024 r., cena 8 700 zł, tel. 533 – 455 – 425

(o/b)

Sprzedam Audi A6 C6, (2004), benzyna + LPG, 177 KM, przegląd i OC ważne rok, przebieg 268 000 km, cena 20 000 zł, tel. 508 – 348 – 282

(o/b)

Sprzedam Volvo V40, (2004), 1.9 diesel, 115 KM, sprawna klimatyzacja, hak, centralny zamek, kolor srebrny, przebieg 300 000 km, cena 4 800 zł do negocjacji, tel. 780 – 544 – 290

(o/b)

Sprzedam Opel Insignia, (2009), 2.8 benzyna, bardzo dobry stan techniczny i wizualny, kolor czarny, przebieg 208 000 km, cena 29 000 zł, tel. 503 – 616 – 154

(o/b)

Sprzedam Chevrolet Aveo, (2007), 1.2 benzyna, nowe opony, pierwszy właściciel od nowości, auto czyste, zadbane, bez rdzy, cena 10 500 zł, tel. 607 – 447 – 991

(o/b)

Sprzedam Volkswagen Golf IV, (1999), benzyna + LPG, ubezpieczenie ważne do 01.2024 r., przegląd do 08.2024 r., cena 3 700 zł, tel. 500 – 458 – 929

(o/b)

Sprzedam Toyota Yaris, (2009), 1.0 benzyna, 69 KM, auto sprowadzone z Niemiec, mechanicznie wszystko sprawne, cena 18 500 zł do negocjacji, tel. 696 – 902 – 361

(o/b)

Sprzedam Volkswagen Passat CC, (2010), 2.0 diesel, 140 KM, nowe sprzęgło, kolor czarny, przebieg 235 700 km, cena 33 600 zł do negocjacji, tel. 511 – 558 – 030

(o/b)

Sprzedam Toyota Carina, (1994), stan dobry, ładne progi, do delikatnych poprawek, przebieg 200 000 km, cena 5 900 zł, tel. 505 – 799 – 980

(o/b)

Sprzedam Audi A4 B8, (2009), 1.8 TFSI, 163 KM, benzyna, w ostatnim czasie wymienione wahacze przód, nowe sprzęgło, opony zimowe, cena 28 000 zł, tel. 607 – 164 – 661

(o/b)

Sprzedam Opel Meriva, (2005), 1.7 CDTI, auto świeżo sprowadzone z Niemiec, opłacone, gotowe do rejestracji, cena 7 900 zł do negocjacji, tel. 506 – 546 – 584

(o/b)

Sprzedam Citroen C3, (2014), benzyna, 82 KM, auto zarejestrowane, ubezpieczone, wszystko sprawne, wymieniony pasek rozrządu, cena 23 500 zł do negocjacji, tel. 884 – 810 – 889

(o/b)

Sprzedam Volvo S60, (2010), diesel, drugi właściciel, auto w bardzo dobrym stanie technicznym i wizualnym, przebieg 285 000 km, cena 34 500 zł, tel. 726 – 372 – 332

(o/b)

Sprzedam Citroen Xsara Picasso, (2006), 1.6 HDI, diesel, auto zadbane, w dobrym stanie, użytkowane na co dzień, wszystkie opłaty aktualne, cena 6 900 zł, tel. 512 – 576 – 250

(o/b)

Sprzedam Opel Meriva, (2003), 1.6 benzyna + gaz, wnętrze czyste, w dobrym stanie, ubezpieczenie i przegląd aktualne, cena 6 900 zł do negocjacji, tel. 516 – 433 – 015

(o/b)

Sprzedam Volkswagen Golf 6, (2009), diesel, auto w bardzo dobrym stanie, bezwypadkowe, normalne ślady użytkowania, bez wkładu, cena 21 000 zł do negocjacji, tel. 506 – 982 – 506

(o/b)

Sprzedam Volkswagen Golf V, (2005), 1.9 tdi, diesel, 2 komplety kół lato/zima, środek czysty, brak rdzy, cena 11 500 zł, tel. 517 – 466 – 700

(o/b)

Sprzedam BMW E36, (1995), LPG, auto w dobrym stanie, przegląd i badania techniczne aktualne, przebieg 269 000 km, cena 5 300 zł do negocjacji, tel. 602 – 686 – 225

(o/b)

Sprzedam Ford Focus MK1, (2003), benzyna, 115 KM, auto sprawne technicznie, bez wkładu finansowego, przebieg 250 000 km, cena 5 400 zł do negocjacji, tel. 516 – 084 – 436

(o/b)

Sprzedam Volkswagen Golf, (1999), benzyna, przegląd ważny do XI.2024 r., cena 3 500 zł do negocjacji, tel. 785 – 715 – 640

(o/b)

Sprzedam Skoda Octavia, (1999), 1.9 TDI, OC i przegląd aktualne, auto sprawne, przebieg 430 000 km, cena 4 000 zł, tel. 696 – 087 – 191

(o/b)

Sprzedam Peugeot 308 SW, (2011), 1.6 EHDI, auto w ciągłej eksploatacji, przegląd i OC ważne, wspomaganie, radio, klimatyzacja manualna, cena 17 500 zł do negocjacji, tel. 889 – 272 – 969

(o/b)

Sprzedam Toyota Corolla Verso, (2007), 2.2 diesel, pierwszy właściciel w kraju, auto garażowane, w bardzo dobrym stanie, przebieg 235 000 km, cena 19 600 zł do negocjacji, tel. 606 – 825 – 775

(o/b)

Sprzedam Volkswagen Tiguan, (2014), diesel, 140 KM, auto w kraju od 2016 r., zadbane, bardzo dobrze wyposażone, cena 59 900 zł, tel. 692 – 731 – 644

(o/b)

Sprzedam Opel Astra G, (2005), benzyna + gaz, stan bardzo dobry, OC ważne do 21.03.2024 r., przegląd do 09.09.2024 r., sprawna klimatyzacja, cena 6 000 zł do negocjacji, tel. 515 – 659 – 487

(o/b)

Sprzedam Audi A4, (2005), 1.9 tdi, 116 KM, skórzana tapicerka, ABS, ESP, radio CD, centralny zamek, cena 20 900 zł, tel. 888 – 186 – 954

(o/b)

Sprzedam Ford Fiesta, (2004), 1.3 LPG, w ostatnim czasie zmieniono sprzęgło, oleje, filtry, przebieg 238 500 km, cena 4 500 zł do negocjacji, tel. 514 – 023 – 473

(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 Samasz Uno, jak nowa, bardzo małe zapotrzebowanie mocy, w oryginale, cena 21 300 zł do negocjacji, tel. 695 - 391 - 285 (o/b)

Sprzedam kosiarkę Novacat 305, tylna, z kondycjonerem, w bardzo dobrym stanie, pierwszy właściciel, cena 34 000 zł do negocjacji, tel. 665 - 719 - 975 (o/b)

Sprzedam hydrofor, 200 litrów, silnik 2-fazowy, pompa, cena 1 000 zł do uzgodnienia, tel. 503 - 862 - 612 (o/b)

Sprzedam rozrzutnik do obornika, 2-osiowy, stan techniczny dobry, cena 5 000 zł do uzgodnienia, tel. 503 - 862 - 612 (o/b)

Sprzedam siewnik do kukurydzy Sfoggia, 4-rzędowy, w dobrym stanie, pierwszy właściciel, cena 15 000 zł do negocjacji, tel. 665 - 719 - 975 (o/b)

Sprzedam pługi obrotowe, 4-skibowe, na podwójnym resorze, z przedpłukami, nowe lemiesz, cena 18 500 zł do negocjacji, tel. 518 - 981 - 925 (o/b)

Sprzedam wóz paszowy, stan dobry, wysokość 2,50 m, szerokość 2,40 m, wałek w komplecie, cena 26 500 zł, tel. 510 - 389 - 871 (o/b)

Sprzedam bronę talerzową, 6 m, hydraulicznie składna, cena 27 000 zł, tel. 511 - 276 - 200 (o/b)

Sprzedam pług Kverneland AB-100, (2012), zagonowy, mało używany, niemalowany, niespawany, garażowany, cena 21 000 zł do negocjacji, tel. 660 - 744 - 225 (o/b)

Sprzedam kombajn Claas Dominator 85, (1978), sprawny, stan dobry, garażowany, sieczkarnia do słomy, cena 38 000 zł do negocjacji, tel. 572 - 625 - 569 (o/b)

Sprzedam pług zagonowy Kverneland AB-100 Vario, zmienna szerokość 30-50 cm, cena 23 500 zł, tel. 509 - 440 - 963 (o/b)

Sprzedam kosiarkę Pronar, (2016), centralne zawieszenie, szybka wymiana noży, szerokość koszenia 3 m, cena 16 000 zł, tel. 783 - 116 - 696 (o/b)

Sprzedam wóz paszowy, pojemność 12 m³, w bardzo dobrym stanie, cena 30 500 zł, tel. 506 - 322 - 646 (o/b)

Sprzedam prasoowijkę Claas Rollant Roto, (2005), owijanie siatką, rotor, noże, stawiacz bel, stan bardzo dobry, cena 93 000 zł do negocjacji, tel. 665 - 465 - 306 (o/b)

Sprzedam pług Overum 3+1, elementy robocze w stanie bardzo dobrym, cena 12 800 zł, tel. 739 - 091 - 138 (o/b)

Sprzedam kosiarkę Vicon, szerokość robocza 2,40 m, w dobrym stanie, 100% sprawna, cena 17 500 zł, tel. 506 - 322 - 646 (o/b)

Sprzedam wał posiewny, hydrauliczny, cena 15 500 zł do negocjacji, tel. 690 - 997 - 510 (o/b)

Sprzedam siewnik zbożowy Amazone D-7, szerokość 3 m, cena 5 800 zł do negocjacji, tel. 603 - 615 - 876 (o/b)

Sprzedam kombajn Bizon Rekord Z-58, w użytkowaniu 20 lat, co roku garażowany, cena 37 800 zł, tel. 791 - 773 - 075 (o/b)

Sprzedam opryskiwacz, zawieszany, świeżo sprowadzony z Belgii, 12 m, bardzo solidne lance, sprawny, ważny przegląd, cena 1 650 zł, tel. 516 - 391 - 797 (o/b)

Sprzedam agregat uprawowo-siewny Grasno-System, pierwszy właściciel, stan bardzo dobry, oryginalny, cena 8 500 zł do negocjacji, tel. 578 - 019 - 968 (o/b)

Sprzedam zgrabiarkę 2-karuzelową Kuhn, kompletna, z wałkiem przekąźnika, opony 80%, stan bardzo dobry, cena 23 500 zł, tel. 517 - 976 - 109 (o/b)

Sprzedam pług obrotowy Thieme 3+1, płynny obrót, bardzo masywna konstrukcja, cena 11 500 zł, tel. 511 - 171 - 855 (o/b)

Sprzedam pług 4-skibowy Staltech, wysokość pod ramą 70 cm, cena 2 900 zł do negocjacji, tel. 785 - 538 - 767 (o/b)

Sprzedam talerzówkę Bugnot, w dobrym stanie, duże talerze, składana hydraulicznie, rama cała, niespawana, cena 40 000 zł do negocjacji, tel. 608 - 559 - 020 (o/b)

Sprzedam wycinak do kukurydzy Pronar, stan bardzo dobry, cena 7 500 zł, tel. 513 - 658 - 274 (o/b)

Sprzedam ładowacz, bez silowników, do ciągnika John Deere, cena 5 000 zł, tel. 696 - 437 - 939 (o/b)

Sprzedam zgrabiarkę karuzelową Pronar ZKP-420, sprawna, gotowa do pracy, cena 12 200 zł do negocjacji, tel. 511 - 086 - 490 (o/b)

Sprzedam siewnik zbożowy Rolmasz, 2,70 m, skrzynia olejowa, grabki, rynienki, stan bardzo dobry, cena 4 100 zł, tel. 516 - 640 - 387 (o/b)

Sprzedam cyklop do obornika, w dobrym stanie, sprawny, niespawany, cena 4 500 zł, tel. 516 - 640 - 387 (o/b)

Sprzedam kosiarkę rotacyjną, 1,65 m, sprawna, z wałkiem, cena 1 500 zł, tel. 608 - 294 - 795 (o/b)

Sprzedam rozrzutnik Jeantil, 8 ton, w bardzo dobrym stanie, gniazda i listwy nowe, cena 25 000 zł, tel. 781 - 256 - 520 (o/b)

Sprzedam rozsiewacz nawozów Amazone, stan bardzo dobry, cena 3 600 zł, tel. 511 - 125 - 992 (o/b)

Sprzedam przewracarkę do siana, cena 2 700 zł do negocjacji, tel. 798 - 634 - 097 (o/b)

Sprzedam rozsiewacz nawozowy Lely, 1 000 litrów, kompletny, z wałkiem, cena 3 200 zł do negocjacji, tel. 695 - 519 - 500 (o/b)

Sprzedam siewnik Monosem NG Plus, 6-rzędowy, talerzowy, kontrola wysiewu z sygnalizacją, gotowy do użytku, cena 38 500 zł, tel. 506 - 798 - 935 (o/b)

Sprzedam kultywator, pościerniskowy, 2,50 m, 11 łap, sprowadzony ze Szwecji, stan dobry, w oryginale, niemalowany, cena 2 500 zł, tel. 608 - 294 - 795 (o/b)

Sprzedam tura, kompletny, masywny, ciężki, cena 6 000 zł, tel. 608 - 294 - 795 (o/b)

Sprzedam wóz asenizacyjny Pomot, (2006), pojemność 10 000 litrów, stan dobry, pierwszy właściciel, cena 42 000 zł do negocjacji, tel. 665 - 719 - 975 (o/b)

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




 NA SŁONO I NA SŁODKO!
 NATURALNIE





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.

Zginął pod ciężarówką

Do tragedii doszło koło wsi Kocce Basie (gm. Ciechanowiec): na miejscu zginął pieszy (64 lata), potrącony przez ciężarówkę. Kierowca był trzeźwy.

Czujka uratowała życie w Męczkach

Po północy z piątku na sobotę (2 na 3 grudnia) w domu w Męczkach (gm. Wizna) zapaliło się drewno zgromadzone w piwnicy, ale dzięki zamontowanej czujce dymu, zaalarmowani domownicy sami opuścili dom, a ogień na czas stłumili strażacy. Ich zdaniem, przyczyną pożaru mógł być gorący popiół, stojący tuż obok w worku. Czujka dymu i czadu to koszt kilkudziesięciu złotych.

W szponach miłosnej namiętności

Pracownica banku w Białymstoku poinformowała policję, że w placówce jest kobieta, która chce zaciągnąć kredyt i przekazać pieniądze lekarzowi z zagranicy. Wkrótce seniorka (77 lat) opowiedziała mundurowym całą historię: około 2 tygodni wcześniej na komunikatorze odezwał się do niej mężczyzna. Napisał, że jest polskim lekarzem, na stałe mieszkającym w Stanach Zjednoczonych, w tej chwili na misji w Jemenie. W trakcie rozmów opowiadał, że misja jest bardzo niebezpieczna. Jest ważnym lekarzem i zarabia dużo pieniędzy. Na potwierdzenie przesyłał zdjęcia, na których były skrzynie wypełnione dolarami. Wkrótce relacja nabrała charakteru uczuciowego. „Lekarz” zapewniał, że się w niej zakochał, że przekaże jej za pomocą firmy kurierskiej wszystkie ciężko zarobione przez siebie pieniądze. Tłumaczył, że w Jemenie nie może ich przetrzymywać z uwagi na niebezpieczną sytuację. Jedyną rzeczą, jaką kobieta miała zrobić, to opłacić kuriera. Koszt opłaty za przesyłkę miał wynieść 24 tys. złotych. Pieniądze miała wpłacić na podany numer konta. Pochłonięta miłosnym uniesieniem kobieta poszła do banku po pożyczkę. Na szczęście trafiła na bystrą i nieobojętną pracownicę banku i nie straciła pieniędzy. Jednak choć policjanci wytłumaczyli jej, że była to próba oszustwa stwierdziła, że chyba wierzy lekarzowi, musi przemyśleć całą sytuację i zastanowić się, czy nie warto mu pomóc.



Łoknica, to nieduża i płytka rzeka, ale osobowe suzuki zanurzyło się całe, gdy wpadło w poślizg w okolicach wsi Koźyno (gmina Bielsk Podlaski). Autem jechały dwie osoby. Na szczęście kobieta (32 lata), która nim kierowała i pasażer sami wydostali się z zatopionego samochodu i nikomu nic się nie stało. Fot. straż



Zimowe drogi zawsze są niezwykle zdradliwe, o czym przekonał się kierowca tego autobusu PKS Nova na trasie Zambrów – Łomża na prostym odcinku, na wysokości skrzyżowania do wsi Polki. Jechał sam, nic mu się nie stało, ale strażacy OSP Zbrzeźnica musieli się natrudzić, by go z rowu wyciągnąć. Fot. OSP Zbrzeźnica

**Zamawiaj więcej
płacąc mniej!**

teraz pakiety promocyjne

dla wszystkich formatów odbitek

zdjęcia 10x15 już od **0,49zł**

foto gabs ŁOMŻA, STARY RYNEK 16

Kodak Express
ŁOMŻA, DMOWSKIEGO 1B Digital Solutions

Poradnia psychologa

Zakochałam się jak kotka



Fot. pixabay

Dzięki niemu rozkwitłam. Uwielbiał mnie fotografować nago. Na początku się wstydziłam, ale potem to polubiłam. Zakochałam się jak kotka. Z czasem zaczął mnie zdradzać, znalazł sobie drugą kochankę, a jego żona zaszła w ciążę. Do dzisiaj jednak nadal chodzę z nim do łóżka, sama nie wiem, dlaczego.

Iwona

Zakochałaś się, byłaś szczęśliwa, wydawało się, że znalazłaś to, czego ludzie szukają w miłości: uczucie, bliskość, seks, docenienie. Za taką miłością się tęskni i chce się ją przeżywać ciągle. Teraz, gdy mię-

dy wami się popsulo, trudno rozstać się z przeszłością. Inna sprawa, że wasz związek zabarwiony był perwersją. Takie związki z reguły łączą silne więzi emocjonalne, co niekoniecznie idzie w parze ze szczęściem. Raczej oznacza, że partnerom trudno jest się od siebie uwolnić. Aby zaangażować się w nową miłość, stara musi się zakończyć. Trudno Ci rozstać się z przeszłością, bo byłoby to zamknięcie etapu szczęścia. Minionego, ale zawsze...

Trzeba go jednak zamknąć!

DR MARCIN FLORKOWSKI
psycholog



Przysmak podlaski

Kurczak w kapuście

Składniki:

- 8 podudzi kurczaka
- 0,5 kg kapusty kiszzonej z marchewką
- garść moreli suszonych
- masło klarowane
- 5 łyżek sosu sojowego
- sok z pół pomarańczy
- 2 łyżki miodu
- 2 łyżeczki kurkumy
- 1 łyżeczka papryki słodkiej

- pół łyżeczki papryki ostrej
- 3 łyżki oliwy
- sól, pieprz

Do dużego naczynia wlać sos sojowy, sok z pomarańczy i miód. Dodać kurkumę i paprykę. Dodać oliwę i wymieszać. Do tak przygotowanej marynaty włożyć udka kurczaka. Przykryć i na godzinę wstawić do lodówki. Od czasu do czasu przemieszać. Kapustę odcisnąć z nadmiaru soku i posiekać. Przełożyć do żaroodpornej foremki, wysmarowanej masłem klarowanym. Dorzucić pokrojone morele. Na kapuście umieścić zamarynowane mięso. Połać marynatą. Wstawić do piekarnika rozgrzanego do 180 st. C i zapiekać tak długo, aż kurczak ładnie się zrumieni. Przed podaniem można udekorować świeżym tymiankiem.



Fot. pixabay

Pytanie intymne

Przekroczyliśmy czterdziestkę. Prowadzę gospodarstwo, żona pracuje w szkole i w domu. Wcześniej kochaliśmy się średnio raz w tygodniu, czasami dwa razy. A teraz nie wiem, co się z nią stało. Chce się kochać prawie każdego dnia. Tak było między nami na początku małżeństwa. Często jestem tak zmęczony, że wieczorem nawet nie chce mi się kąpać i wcale nie myślę o seksie. A do tego jeszcze chce się kochać nie tak, jak zawsze, tylko wymyśla różne figury. Pojęcia nie mam, skąd ona to wie. Podejrzewam, że ma jakiegoś nauczyciela od seksu. Takie myśli dodatkowo mnie paraliżują. Jestem w oborze i myśl wraca. Nie potrafię sobie tego wytłumaczyć. Co robić?

Andrzej

Lekarz domowy

Mój kuzyn przemroził sobie twarz i teraz latem ma czerwone policzki. Niebawem pojawią się pierwsze mrozy, jak się ustrzec przed odmrożeniami?

Magda

Aby ustrzec się przed odmrożeniami i jego skutkami, trzeba ubierać się stosownie do pogody (czapka, rękawiczki), przed wyjściem na mróz natrzeć kremem twarz i ręce, które są najbardziej narażone. Odmrożenie może nastąpić nawet przy małym mrozie, minus 4 – 5 stopni.

Pod paragrafem

Nasi dziadkowie przepisali swój dom na moją cioteczną siostrę i na mnie. Dziadkowie nie żyją. Nie mieszkam w przepisanim domu, mieszka tam moja kuzynka. Chciałbym sprzedać swoje pół domu, ale ona się nie zgadza i twierdzi, że bez jej zgody nie mogę tego zrobić. Mam

Niejeden mężczyzna ucieszyłby się z takiego ożywienia w związku i w sypialni. To naturalne, że kobieta po czterdziestym roku życia jest w erotycznym szczyście. Ma za sobą erotyczne doświadczenie, zna reakcje swego ciała i swoje potrzeby. Nabrała pewności siebie i potrafi wyrazić to, czego pragnie. Podpowieź jest tylko jedna: trzeba uwolnić się od podejrzliwych myśli i odpowiedzieć sobie na pytanie, czy rzeczywiście najważniejsze jest gospodarstwo, by poświęcać mu wszystkie siły, że nie starcza ich na wasze małżeństwo? W tej chwili prezentujesz postawę: w gospodarstwie musi być wszystko związane na ostatni guzik, w małżeństwie nie musi. Dla gospodarstwa muszę mieć czas i siłę. Dla małżeństwa nie muszę. A to błąd, który może skutkować nawet rozpadem małżeństwa!

Pierwsze objawy odmrożenia to ból, pieczenie, drętwienie, obrzęk, skóra blednie. Nie zaleca się, jak kiedyś, nacierania odmrożonych miejsc śniegiem, bo tarcie może uszkodzić tkanki. Można dłonie lub stopy zanurzyć w letniej wodzie. Gdy pojawiły się na skórze pęcherze, nie wolno ich przekłuwać. Przy lekkich odmrożeniach skóra powraca do normy, ale często pozostaje nadwrażliwość na działanie zimna. Przy znacznych odmrożeniach należy skontaktować się z lekarzem.

majątek, którym nie mogę rozporządzać. Co mogę zrobić w takiej sytuacji?

Szczepan

Należy wystąpić do sądu o zniesienie współwłasności. Sąd albo przysądzi nieruchomości jednemu ze współwłaścicieli z obowiązkiem spłaty drugiego albo zarządzi sprzedaż i podział uzyskanej sumy.

Co mówi o Tobie choinka?



Możesz zdecydować, że w tym roku zmieniasz choinkę sztuczną na żywą, jednobarwną na wielokolorową, małą na dużą lub odwrotnie. I sama/sam się zmienić!

Choinka żywa: żyjesz z rozmachem, uwielbiasz naturę i piękno. Kochasz szczerość i otwartość, wyzwania i przygody. Nie zrażają Cię żadne trudności. Dusza towarzystwa, tryskasz radością i energią, przy tym masz skłonność do pomocy. Ale gdy ktoś Cię zrani, potrafisz być jak „igielki choinki”.

Choinka sztuczna: chcesz zachować tradycję i „gościć” choinkę w swoim domu, ale nie mieć z nią dodatkowych kłopotów. Dowód wygody, raczej nie pomożesz innym. W towarzystwie często gra, sztuczność i nieszczerłość. Brakuje Ci spontaniczności, boisz się zmian i wyzwań.

Choinka „ubrana” w jeden kolor: lubisz harmonię nie tylko na świątecznym drzewku, ale także w życiu. Wiele wymagasz od siebie i innych. Boisz się ryzyka, zadowolasz się tym, co masz. To także świadectwo samokontroli i wielkiej dyscypliny. Masz zawsze kasę, ale...brakuje Ci trochę fantazji.

Choinka różnobarwna: przebojowość i śmiałość! Nie boisz się zmian, z chęcią podejmujesz każde nowe wyzwanie. Pragniesz kariery i ją osiągasz. Nie straszne Ci porażki, bo nakręcają Cię do działania i prowadzą do sukcesu.

Choinka duża: wielki rozmach i wylewność w życiu uczuciowym. Masz wiele erotycznej fantazji. Umiesz brać i obdzie-

łać miłością. Niezawodność w przyjaźni, potrafisz słuchać, radzić i zachować dyskrecję. Życie z Tobą jest ciekawe i ma różne smaki.

Choinka mała: nieśmiałość i skrytość w uczuciach. W związku jesteś dość trudnym partnerem, bo ciągle Ci się wydaje, że nie zasługujesz na miłość. Masz niewielu przyjaciół, bo nie potrafisz zaufać i przełamać nieśmiałości. Męczysz się, bo wydaje Ci się, że nikt Cię nie rozumie.



Cena benzyny to dziś 6,57 zł za litr. Cena owsa, to 1 zł za kilogram. Czas siodłać konie!

Prostego durnia obecnie trudno znaleźć. Wszyscy wykształceni i na stanowiskach.

Znalazłem haka na moją żonę. Jak ją poznałem, była pomalowana. A art. 197. § 1. kodeksu karnego mówi: „Kto przemocą, groźbą bezprawną lub podstępem doprowadza inną osobę do obcowania płciowego, podlega karze pozbawienia wolności od lat 2 do 12”. Makijaż to jawny podstęp!

Medycyna to przyszłość! Licealista, ucz się! Jeszcze nie zdałeś na studia, a Twój pacjent ma już do Ciebie skierowanie!

– Ojciec dziecka będzie przy porodzie – pyta pacjentkę ginekolog.

– Nie sądzę. Nie przepada za moim mężem.

– Kelner, u mnie w zupie jest aparat słuchowy!

– Słucham?

„Panie doktorze, mam 16 lat, a mój członek ma 25 cm. Czy to normalne?”, napisał chłopak do rubryki porad intymnych tygodnika „Kontakty”. „Oczywiście, że normalne. W twoim wieku wszyscy chłopcy kłamią na temat wielkości członka”, odpowiedział lekarz.

Odkąd na tylnej szybie samochodu mam naklejkę: „Masz małego penisa – zatrąb!”, mogę na światłach stać, jak długo zechcę.

Nowe przysłowia polskie:

– Ten się śmieje ostatni, kto wolniej kojarzy.

– Nie pożąday żony bliźniego swego nadaremno.

– Jak cię widzą, to pracuj.

– Kto rano wstaje, ten idzie po bułki.

– Jak sobie pościelesz, to mnie zawołaj.



Tu warto być



Fot. pixabay

Grajewo

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

■ Komedia „Nerwica natręctw” autorstwa Laurenta Baffiego w wykonaniu Teatru po Godzinach Grajewskiego Centrum Kultury. Spektakl dla widzów dorosłych; niedziela, 10 grudnia, godz. 17.00. Bilety na www.biletyna.pl lub w kasie kina.

Łomża

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

■ Pokaz trzech francuskich filmów w Galerii Pod Arkadami (Stary Rynek) w ramach, prezentowanych na 17 Międzynarodowym Festiwalu Filmów Krótkometrażowych Żubroffka; czwartek, 7 grudnia, godz. 18.00. Wstęp wolny.

■ Otwarcie wystawy fotografii Romana Krawczenki i Ryszarda Kaczmareckiego pt. „Trzy sonety” w Galerii Pod Arkadami (Stary Rynek); piątek, 8 grudnia, godz. 18.00. Wstęp wolny.

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

■ Znakomity aktor Wiktor Zborowski w baśni „Podróż Królowej Melodii” z orkiestrą Filharmonii Kameralnej pod batutą Jana Miłosza Zarzyckiego; czwartek, 7 grudnia, godz. 18.30. Bilety: interticket.pl i w kasie.

Zambrów

Kościół Trójcy Przenajświętszej (ul. Cmentarna 2, tel. 86 276 11 12):

■ Spektakl pt. „Święty Mikołaj. Historia prawdziwa”. Teatr Piaskowej Animacji „Febus”, niezwykle połączenie muzyki, słów i pięknej historii, która powstaje z piasku na oczach widza; czwartek, 7 grudnia, godz. 16.00. Wstęp wolny.

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

■ Otwarcie wystawy malarstwa i rysunku Aleksandy Olszewskiej w Galerii Sztuki Labirynt; piątek, 8 grudnia, godz. 18.00. Wstęp wolny.

Repertuar kin

■ Kino „Relax” Grajewo: nieczynne. Kino „Wrzos” Kolno: nieczynne. Kino „Wars” Wysokie Mazowieckie: 8 grudnia – „Marvels”, godz. 17.00 i „Lęk”, godz. 20.00; 9 grudnia – „Kici kocia pod choinkę”, godz. 14.00 oraz „Lęk”, godz. 17.00 i „Marvels”, godz. 20.00; 10 grudnia – „Kici kocia pod choinkę”, godz. 14.00 oraz – „Marvels”, godz. 17.00 i „Lęk”, godz. 20.00; 13 grudnia – „Lęk”, godz. 17.00 i „Marvels”, godz. 20.00; 14 grudnia – „Marvels”, godz. 17.00 i „Lęk”, godz. 20.00. Kino MOK Zambrów: 8 grudnia – „Życzenia”, godz. 14.30 i 16.30 oraz „Tajemnica Łuki”, godz. 18.30; 9 – 14 grudnia – „Życzenia”, godz. 14.30 i 16.30 oraz „Igrzyska śmierci: ballada ptaków i węży”, godz. 18.30.

HOROSKOP

BARAN (21 III – 20 IV): będzie okazja przekonać się, że przy pomocy bliskich i przyjaciół nie ma rzeczy niemożliwych. Pojawi się szansa na pomyślne osiągnięcie celu, do którego od pewnego czasu zmierzasz. W uczuciach otwórz się na nowe i nieznanne.

BYK (21 IV – 20 V): możliwość odnalezienia pasującego elementu do skomplikowanej układanki, którą stanowi Twoja rodzina. Jeśli fantazjujesz o biznesowych posunięciach, masz doskonały okres, by od myślenia przejść do czynu.

BLIŹNIĘTA (21 V – 21 VI): nie oczekuj niespodzianki od kogoś z daleka. Niedługo wykielkuje w Tobie wola spotkania i tym razem będzie możliwość pełnej realizacji. Za kilka dni będzie Ci sprzyjał kolor czarny, zwracaj uwagę na ludzi tak ubranych.

RAK (22 VI – 22 VII): może Cię spotkać dość wewnętrznie przykra, ale bardzo pożyteczna sytuacja: przekonasz się, że Twoja ocena ludzi była błędna. Saturn w zestawieniu z Marsem sprawi, że Twoja sprawność fizyczna będzie dużo lepsza, niż sprawność umysłowa. Single spod znaku Raka w zbliżającym się tygodniu będą miały szansę na poznanie kogoś bardzo interesującego.

LEW (23 VII – 23 VIII): Lwy powinny bardzo spokojnie i bardzo uważnie obserwować innych. Od tego może zależeć podjęcie ważnej decyzji. Odbierzesz sygnały, że niektórzy postrzegają Cię nie tak, jak tego oczekujesz i jak jest naprawdę. Wynikać to może z jakiegoś błędu w Twoim postępowaniu.

PANNA (24 VIII – 22 IX): prześl, z kim się spotykasz i rozważ, czy to dla Ciebie odpowiednio. Ktoś może potrzebować Twojego zrozumienia, a nie żartów i poklepywania po plecach. Nieprzemysłane zachowanie może zranić kogoś Ci bliskiego.

WAGA (23 IX – 23 X): w okolicznościach, które wydadzą Ci się nieprzychylnie, tkwi nowa szansa.

Musisz ją dostrzec i wykorzystać. Nie działaj pochopnie, nie ulegaj presji chwili. Kieruj się jasnymi zasadami i nie podchodź do tego zbyt emocjonalnie.

SKORPION (24 X – 22 XI): tydzień, który może być startem nowego rozdziału w relacjach z kimś Ci znanym, ale teraz jakby bez spojrzenia z zaskościami. Podejmij próbę, by inaczej niż dotąd wyrażać swoje emocje i odzyskać niedawną jeszcze ciekawość życia.

STRZELEC (23 XI – 21 XII): znaczącym sygnałem może być stara książka na stole u kogoś, kogo nie lubisz. Przestań roztrząsać to, co było, zwróć uwagę na to, co teraz oraz pielęgnuj przyjaźnie, gdyż lada dzień mogą się przydać. Doświadczysz, że dzięki

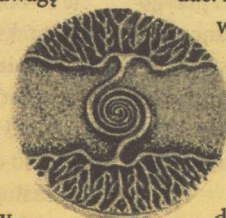
wspieraniu nie ma rzeczy niemożliwych do zrealizowania.

KOZIOROŻEC (22 XII – 20 I): będzie Ci dopisywało powodzenie, ale tylko wtedy,

gdy nie przegapisz najbliższych dni. Merkury w kompozycji z Wenus spowoduje, że Twoja zręczność umysłowa będzie dużo lepsza niż fizyczna. Wsłuchaj się w najbliższych, masz dzięki temu szansę odkryć coś, co nawet nie przechodziło Ci przez myśl.

WODNIK (21 I – 19 II): nie zapomnij, iż nie zawsze masz rację. Przyglądaj się temu, co jesz, posiłki potrafią działać na samopoczucie, a to przekłada się na stosunki z otoczeniem. Masz szansę na dostrzeżenia właściwych sygnałów w sferze uczuć, co zakończy okres niepewności i niepokoju.

RYBY (20 II – 20 III): staranność i dokładność nie zostanie doceniona, co może stać się pretekstem zmian. Pozytywnym omenem może być odbłask księżycy w lustrze. Na początku przyszłego tygodnia poczujesz ulgę i wróci Twój wigor. Sobota będzie dobrym dniem do samotnej wyprawy, w trakcie której może Ci się udać podjąć długo odwlekaną, a ważną decyzję.



Na narty do Rybna



Najbliższa w Łomżyńskim Stacja Narciarska w Rybnie (gm. Łomża) już czynna! Na miejscu można wypożyczać narty, kaski i deski, zlecić naostrzenie i smarowanie własnych nart. W Stacji działa bar z daniami obiadowymi i przekąskami, ciepłą herbatą i kawą. W weekendy czynna od godziny 10.00 do 20.00, natomiast od poniedziałku do piątku w godzinach 14.00 – 20.00.

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



Partner Strategiczny:



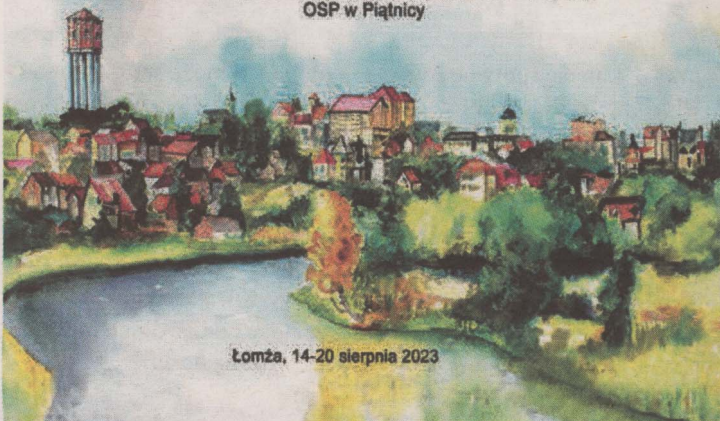
Sponsor Główny:



Sponsorzy, partnerzy, mecenaszi:



Zakład Mechaniki Pojazdowej Szczepan Grodzki w Łomży
OSP w Piątnicy



Łomża, 14-20 sierpnia 2023

O B W I E S Z C Z E N I E

**Burmistrza Miasta Zambrów
o przystąpieniu do sporządzenia zmiany
miejscowego planu zagospodarowania
przestrzennego części miasta Zambrów
dotyczącej obszaru położonego pomiędzy
ulicami: Targową, Aleją Wojska Polskiego
oraz południową granicą miasta Zambrów**

Na podstawie art. 17 pkt 1 ustawy z dnia 27 marca 2003 r. o planowaniu i zagospodarowaniu przestrzennym (Dz. U. z 2023 r. poz. 977 z późn. zm.) oraz art. 39 w związku z art. 54 ust. 2 ustawy z dnia 3 października 2008 r. o udostępnianiu informacji o środowisku i jego ochronie, udziale społeczeństwa w ochronie środowiska oraz o ocenach oddziaływania na środowisko (tekst jednolity Dz. U. z 2023 r. poz. 1094 z późn. zm) zawiadamiam o podjęciu przez Radę Miasta Zambrów uchwały Nr 301/L/2023 z dnia 24 października 2023 r. w sprawie przystąpienia do sporządzenia zmiany miejscowego planu zagospodarowania przestrzennego części miasta Zambrów dotyczącej obszaru położonego pomiędzy ulicami: Targową, Aleją Wojska Polskiego oraz południową granicą miasta Zambrów.

Zainteresowani mogą składać wnioski do w/w zmiany planu miejscowego w terminie do dnia **2 stycznia 2024 r.** Wniosek składa się na piśmie utrwalonym w postaci papierowej na adres: Urząd Miasta Zambrów, ul. Fabryczna 3, 18-300 Zambrów lub w sekretariacie, pokój nr 225 lub elektronicznej, w tym za pomocą środków komunikacji elektronicznej, w szczególności poczty elektronicznej na adres um@zambrow.pl lub formularza zamieszczonego na stronie podmiotowej Urzędu Miasta Zambrów. Formularz pisma dotyczącego aktu planowania przestrzennego dostępny jest na stronie <https://bip.zambrow.pl/artukul/pismo-dotyczace-aktu-planowania-przestrzennego>.

Składający wniosek do projektu aktu planowania przestrzennego podaje swoje imię i nazwisko albo nazwę oraz adres zamieszkania albo siedziby oraz adres poczty elektronicznej, o ile taki posiada, oznaczenie nieruchomości, a także wskazuje, czy jest właścicielem lub użytkownikiem wieczystym nieruchomości objętej wnioskiem oraz może podać dodatkowe dane do kontaktu takie jak adres do korespondencji lub numer telefonu.



NATURALNIE NAJLEPSZE!

