

## Święto Dziadków Jezusa w Ogrodach Biskupich

26 lipca to w Kościele Katolickim wspomnienie św. Joachima i Anny, rodziców Matki Boskiej, dziadków Jezusa oraz wszystkich babć i dziadków na świecie. Jak co roku Biskup Łomżyński Janusz Stepnowski zaprosił dziadków wraz z wnukami na spotkanie u Babci Anny. Spotkanie odbyło się w ogrodach biskupich, a towarzyszyła mu wspólna radosna zabawa. Głośny śmiech i muzykę słyszeć było już z daleka.

- Cieszymy się, że Ci najmłodszy mieszkańcy naszego grodu, ale także dzieci, które przybywają do naszego miasta, często z różnych części Polski, mogą wspólnie spędzić czas z tym najstarszym pokoleniem, że możemy podarować im wspólne chwile radości

- mówi ks. bp Janusz Stepnowski, ordynariusz Diecezji Łomżyńskiej. - Jeśli natomiast chodzi o Pismo Święte, w Ewangeliach nie ma żadnych wzmianek ani o Świętej Annie, ani o Świętym Joachimie. Są jednak teksty apokryficzne różnego rodzaju. Apokryficzne Ewangelie, które nie należą do kanonu Pisma Świętego, są bardzo bogate jeśli chodzi o życie Świętej Anny i Joachima. Podobnie ikonografia, szczególnie wschodnia ikonografia, w której przedstawione są narodziny Maryi. I na tych obrazach, na tych ikonach taką pierwsoplanową figurą jest Święta Anna, a Świętego Joachima widać zawsze gdzieś z tyłu - dodaje ks. bp Janusz Stepnowski.

Gry i zabawy prowadzone przez księży Adama Ulatowskiego i Grzegorza Kierskiego, słodka cukrowa wata, malowanie twarzy, miła, rodzinna atmosfera, a także rajska i bujna zieleń. Wszystko to zachęcało do udziału w spotkaniu.

- Niezwykła atmosfera, bardzo dobra organizacja, ale także aspekt edukacyjny sprawia, że chętnie przychodzimy do Ogródów Biskupich i uczestniczymy w tych spotkaniach. Takie wydarzenia są szczególnie ważne dla dzieci. My dziadkowie dzięki obecności tu możemy przybliżyć swoim wnukom Boga i wiarę w bardzo atrakcyjny, radosny sposób.



Dokończenie na s. 5



## Lepsza diagnostyka w łomżyńskim szpitalu



Nowoczesny tomograf komputerowy i aparat do biopsji dla oddziału urologii pozwalający dokładniej diagnozować raka prostaty wzbogaciły możliwości diagnostyczne Szpitala Wojewódzkiego w Łomży. W przekazaniu dobrych informacji mieszkańcom wzięli we wtorek 25 lipca udział wicemarszałek Marek Olbrys i Marek Malinowski, członek zarządu województwa, który ma w swojej pieczy ochronę zdrowia. Urząd marszałkowski reprezentował też dyrektor Departamentu Zdrowia Dominik Maślach.

- Bardzo się cieszę, że kierownictwo łomżyńskiego szpitala i poszczególnych oddziałów tak wielką wagę przykładają do diagnostyki. To klucz do sukcesu terapii. Musimy utrzymać wysoką jakość leczenia sięgając po najnowocześniejsze urządzenia diagnostyczne. Dziękuję dyrektorowi szpitala i jego współpracownikom za skuteczne poszukiwanie także innych niż "marszałkowskie" funduszy krajowych i zagranicznych. Życzę, by poziom zadowolenie pacjen-

tów stale rósł. Ja zawsze jestem ambasadorem łomżyńskiego szpitala i ochrony zdrowia w ogóle. Dzięki dobrej współpracy w zarządzie z Markiem Malinowskim staramy się o systematyczne modernizowanie i wzbogacanie wyposażenia nie tylko naszych szpitali, ale także powiatowych, by razem tworzyć spójny system opieki zdrowotnej w województwie - powiedział Marek Olbrys.



Dokończenie na s. 4

## Alicja Łepkowska-Gołaś oficjalną kandydatką Platformy Obywatelskiej do Sejmu RP

Alicja Łepkowska-Gołaś uzyskała jednogłośnie rekomendację polityczną struktur Platformy Obywatelskiej (PO) RP w mieście Łomża oraz w powiecie łomżyńskim i tym samym jest oficjalną kandydatką na posła na Sejm RP w nadchodzących wyborach parlamentarnych. Tak brzmi komunikat łomżyńskich struktur PO.

- Biorąc pod uwagę nasze doświadczenia z poprzednich wyborów, w poczuciu odpowiedzialności za jak najlepszy wynik naszej kandydatki na liście wyborczej, uznaliśmy wspólnie, że pani Alicja Łepkowska-Gołaś będzie jedyną przedstawicielką Platformy Obywatelskiej z Ziemi Łomżyńskiej rekomendowaną na listę Koalicji Obywatelskiej - mówi Piotr Ser-

dyński, przewodniczący zarządu Platformy Obywatelskiej RP w mieście Łomża.



Dokończenie na s. 4





223. ROCZNICA URODZIN JAKUBA IGNACEGO WAGI

# Gwarno, gościnnie i serdecznie u Wagów

Jakub Ignacy Waga – polski przyrodnik i botanik urodzony 25 lipca 1800 roku w Grabowie. Zmarł 23 lutego 1872 roku w Łomży. Pamięć o synu Ziemi Łomżyńskiej pielęgnuje Łomżyńskie Towarzystwo Naukowe im. Wagów. W 223 rocznicę urodzin polskiego przyrodnika reprezentacje władz samorządowych i środowisk Łomży złożyły kwiaty na jego grobie.

- Okoliczność pamięci o człowieku w kontekście towarzystwa naukowego, które czyni wszystko, żeby integrować środowiska lokalne, ale także naukowe jest inspiracją do tego, żeby podejmować działania, które będą temu służyły. Dlatego organizujemy różnego rodzaju wycieczki, warsztaty, prelekcje by właśnie zachęcać inne środowiska, by kontynuowały tego typu tradycje – tłumaczy dr Małgorzata Frąckiewicz, wiceprezes Łomżyńskiego Towarzystwa Naukowe im. Wagów.

Jakub Waga od najmłodszych lat związany był z naszym terenem. Urodził się 25 lipca w 1800 roku w Grabowie, koło



Łomży, w majątku dziedzicznym Wagów. Uczył się w Szczuczynie, potem w Łomży oraz w Szkole Wojewódzkiej w Warszawie. Maturę zdał 28 lipca 1821 roku, po której został przyjęty na wydział filozoficzny w oddziale nauk przyrodniczych Uniwersytetu Warszawskiego. Po zakończeniu uczelni wyższej Waga został nauczycielem w warszawskiej szkole pijarów, a następ-

nie Radomiu i Szczuczynie. W 1928 roku na stałe osiedlił się w Łomży. Będąc nauczycielem gimnazjalnym zasłynął wśród uczniów miejscowej Szkoły Wojewódzkiej (dzisiejsze I LO im. T. Kościuszki) niebywałą serdecznością, umiłowaniem przyrody polskiej, chęcią jej odkrywania i poznawania. Ze względu na braki kadrowe w powyższej szkole nauczał również biologii,

matematyki, geografii, historii powszechnej i języka polskiego. Jednak jego serce najszybciej biło, kiedy opowiadał swoim uczniom o okazach roślin rosnących na Podlasiu. Placówkę łomżyńską zaczęto nazywać szkołą Wagi.

- Jakub Waga był synem tej ziemi. Pracując w łomżyńskim gimnazjum przez lata wychował wielu wybitnych nie tylko łomżyńskich, ale także przedstawicieli kultury polskiej. Wśród jego wychowanków był m.in. jeden z przedstawicieli rodziny Marii Skłodowskiej-Curie. Jego najwybitniejszym dziełem, powszechnie znanym, do tej pory docenianym jest opracowanie pt. „Flora Polska”. Jest to takie kompendium wiedzy przyrodniczej, stworzonej w warunkach XIX wieku. Wówczas chyba najciekawsza i najbardziej wartościowa pozycja książkowa. Było to dzieło jego życia, które z resztą opracował na podstawie badań terenowych prowadzonych na terenie Ziemi Łomżyńskiej, zbioru

różnego typu roślin – przypomina Sławomir Zgrzywa z Łomżyńskiego Towarzystwa Naukowe im. Wagów.

W programie obchodów 223. rocznicy urodzin wielkiego botanika, przyrodnika, autora „Flory Polskiej” znalazł się także kiermasz książek przy ul. Długiej, wyprawa przyrodnicza, warsztaty genealogiczne pn. „Poznaj swoje Korzenie” i konsultacje genealogiczne, a także stół, który łączy pokolenia, czyli poczęstunek przygotowany przez KGW „Olszynki”.

Różne spotkania przygotowane przez Towarzystwo Naukowe im. Wagów we współpracy z Parkiem Krajobrazowym Doliny Narwi, Miejską Biblioteką Publiczną w Łomży, Kołem Gospodyń Wiejskich „Olszynki” w Olszynie stanowiły efektywną promocję działalności Towarzystwa i integracja mieszkańców miasta. W czasie konsultacji, rozmów i poczęstunku były liczne okazje do uhonorowania członków ŁTN-u, zapoznania się z ciekawymi ludźmi i wymiany myśli oraz nawiązania i pogłębienia autentycznej współpracy ze współrealizatorami spotkania na Długiej 13.

## Nagle straciliśmy z Gabrysią kontakt. Musimy wydrzeć ją ze szponów choroby

**Gabrysia Kulikowska ma 8 lat. Choruje autoimmunologiczne zapalenie mózgu i rdzenia kręgowego. Choroba wywołuje liczne stany zapalne w organizmie. Dochodzi do zakażenia całego układu nerwowego. Jest to stan, w którym ciało obraca się przeciwko swoim tkankom, a układ odpornościowy zaczyna niszczyć ważne dla przetrwania struktury. Organizm, zamiast zwalczać infekcje, atakuje swój własny układ nerwowy. Chorobę tę można leczyć wlewami z immunoglobulin. Terapia jest bardzo kosztowna. Dlatego potrzebna jest pomoc i wsparcie.**

- Gdy Gabrysia skończyła rok, niemalże wycofała się ze świata. Straciliśmy z nią kontakt wzrokowy, przestała płakać, uśmiechać się. Pojawiły się problemy z chodzeniem, napięciem mięśniowym, problemy jelitowe, bóle brzucha. Żyła w swoim świecie, a my nie wiedzieliśmy dlaczego. Szukaliśmy pomocy i dostaliśmy diagnozę. Lata terapii nie przynosiły oczekiwanego efektu. Regres, regres, regres i tak w kółko... Z roku na rok było tylko gorzej. Jak się potem okazało, diagnoza była błędna – opowiadają Kasia i Patryk, rodzice Gabrysi.

W 2022 roku zwykła infekcja jelitowa zaczęła siał spustoszenie

w całym organizmie Gabrysi. Nie było już stanów lepiej – gorzej. Uśmiech zniknął bezpowrotnie. Gabrysia weszła w stan totalnego regresu i autoagresji. Przestała panować nad tym, co robi.

- Nie mieliśmy z nią żadnego kontaktu. Tiki, niekontrolowane ruchy, ciągłe pobudzenie psychoruchowe, lęki, agresja, silna autoagresja nie pozwalały jej funkcjonować. Musieliśmy pilnować jej 24 godziny na dobę, gdyż robiła sobie krzywdę – mówią rodzice dziewczynki.

Rodzina szukała pomocy, ale żaden ośrodek nie chciał im pomóc.

- Byliśmy bezradni, bezsilni – wspominają.

W październiku 2022 roku dziewczynka trafiła do Kliniki Neuroimmunologii w Kijowie.

- Wojna nie była nam straszna, gdy chodziło o zdrowie i życie naszego dziecka. Niezliczone ilości badań, konsultacji dały nam odpowiedź na to, co dzieje się z naszym dzieckiem. Niestety sytuacja, jaka panuje na wschodzie, nie pozwala nam na kontynuację leczenia na Ukrainie... Co teraz, co dalej – Pytają Kasia i Patryk.

Pojawiło się kolejne światło w tunelu – Centrum Medyczne św. Łukasza w Gdańsku, które

ostatecznie potwierdziło diagnozę. To właśnie autoimmunologiczne zapalenie mózgu i rdzenia kręgowego. Choroba wywołuje liczne stany zapalne w organizmie. Dochodzi do zakażenia całego układu nerwowego. Jest to stan, w którym ciało obraca się przeciwko swoim tkankom, a układ odpornościowy zaczyna niszczyć ważne dla przetrwania struktury. Organizm, zamiast zwalczać infekcje, atakuje swój własny układ nerwowy.

Badania potwierdziły, że Gabrysia przeszła szereg infekcji i neuroinfekcji, których rodzice nie widzieli gołym okiem, a jednak niszczyły ich dziecko, pozostawiając po sobie ślad. Ślad, który może zostać na całe życie. Doszło u uszkodzenia tkanek, narządów. Pojawiły się zaburzenia metaboliczne i mitochondrialne, padaczka oraz niedobory odporności. Wykonany rezonans pokazał zmiany zapalne w obrębie mózgu.

- Tak naprawdę nie wiemy, czy te zmiany są odwracalne, czy nie... Wiemy tylko tyle, że nie leczenie choroby spowoduje coraz gorszy stan, stan zagrażający życiu dziecka. Nawet najmniejsza infekcja powoduje kolejny regres... - mówią ze smutkiem rodzice Gabrysi.



Chorobę tę można leczyć wlewami z immunoglobulin, które naprowadzają odporność organizmu na właściwe tory, stale regenerują zaatakowany organizm i mózg. Klinika wyceniła, że jeden wlew z immunoglobulin przy aktualnej wadze dziecka to koszt 28 tys. zł. Gdy waga będzie rosła, będzie rosła też cena. W planach jest 6 wlewów. Jednak w planie leczenia są też drogie leki, suplementy, konsultacje, comiesięczne badania kontrolne. - Nasze dziecko ma szansę na w mia-

re normalne życie. Przez wiele lat dawaliśmy radę sami. Chorobę trzymaliśmy zamkniętą w czterech ścianach, nie chcąc obciążać nikogo swoimi problemami. W tym momencie jesteśmy bezradni. Leczenie jest bardzo kosztowne. Musimy za nie zapłacić wysoką cenę, która przerasta nasze możliwości finansowe – przyznają Kasia i Patryk. - Prosimy o wsparcie i pomoc, by ratować naszą ukochaną córkę – zwracają się do mieszkańców Łomży, i nie tylko rodzice Gabrysi.

**Leczenie Gabrysi można wspomóc poprzez zbiórkę organizowaną na [www.siepomaga.pl/gabrysia-kulikowska](http://www.siepomaga.pl/gabrysia-kulikowska)**



**Niksowizna to niewielka miejscowość w gminie Kolno, położona nad rzeką Skrodą na skraju Puszczy Zielonej. Jej mieszkańcy są bardzo mocno ze sobą zintegrowani. Dokładnie rok temu w miejscu starej zlewni mleka powstała świetlica wiejska, a właściwie Dom Kultury. Teraz tętni tu życie całej społeczności.**

- Społeczeństwo jest bardzo aktywne, kreatywne i twórcze. Dzięki temu, że w ubiegłym roku wybudowaliśmy tę piękną świetlicę, a właściwie Dom Kultury, przy wsparciu Ministerstwa Kultury i Dziedzictwa Narodowego, ta aktywność może być jeszcze większa - mówił Józef Wiśniewski, wójt gminy Kolno. - Mieszkańcy zawiązali koło gospodyń i realizują kilka przedsięwzięć, które służą przede wszystkim budowaniu tożsamości tej miejscowości. Nie robią tego wyłącznie dla siebie, ale jak widać dla wszystkich mieszkańców tej części naszej gminy - dodał wójt.

W budynku swoją siedzibę ma Koło Gospodyń Wiejskich, które na pierwszą rocznicę swojego powstania zorganizowało piknik plenerowy pod nazwą "Kulinaryny sztandar KGW Niksowizna", bo popisowymi daniami koła są parzaki, piwo kozicowe i babka ziemniaczana. To dopiero początek działalności

## Niksowizna to taka kraina, która się w sercu zaczyna

gospodyń z Niksowizny. Przedsięwzięcie dofinansowane było z Urzędu Marszałkowskiego Województwa Podlaskiego.

- Staramy się bardzo. Miałyśmy już trzy spotkania z seniorami, obiady dla seniorów z fundacji Biedronki, ostatki i wspólnego Sylwestra - opowiada Agnieszka Samul, przewodnicząca KGW „Niksowizna”. - W tym roku mieliśmy pierwsze urodziny i zorganizowałyśmy Dzień Dziecka - dodała przewodnicząca KGW.

- Tak się składa, że jestem mieszkańcem tej miejscowości od prawie 10 lat i podziwiam tę społeczność, która jest mądra, stabilna, spokojna i uczciwa - chwalił mieszkańców Niksowizny Tadeusz Klama, starosta powiatu kolneńskiego. - To, że dzisiaj mają święto, kolejne już w tym roku, dzisiaj to odsłonięcie tablicy, oni tworzą taką wewnętrzną historię, bo mamy dwie historie: jedną tę, którą uczą nas w szkołach, o wielkich wydarzeniach, o wielkich Polakach, a ta



druga, to historia, którą tworzą Ci ludzie - dodał starosta. - Dzisiaj mamy odsłonięcie tablicy, to taki symbol wdzięczności, pamięci tych, którzy kiedyś tutaj pracowali, uczyli się, dojrzewali i wchodzili w dorosłe życie. I za to chwali się tę społeczność, że pamiętają i pielęgnują pamięć o swoich przodkach. To jest w Niksowiznie najpiękniejsze - podkreślił Tadeusz Klama.

Spotkanie mieszkańców gminy Kolno miało także wymiar sentymalny. Dokładnie 50 lat temu Szkoła Podstawowa w Niksowiznie przestała istnieć. Historia tej Szkoły rozpoczyna się w 1919 roku, wtedy został wydany dekret o obowiązku szkolnym. Zakładano wówczas, że uczni-

wie wini mieć do najbliższej szkoły nie więcej niż 3 km. Najstarsze, dostępne dzisiaj dokumenty związane z tą szkołą datowane są na 1926 rok. Zachowały się zdjęcia, na których widnieją podpisy uczniów z Niksowizny na karcie pamiątkowej z okazji 150-lecia niepodległości Stanów Zjednoczonych.

- Nie wiemy dokładnie od kiedy istnieje ta szkoła. Prawdopodobnie powstała w czasie zaborów - opowiadał Alfred Samul, sołtys Niksowizny. - Istniała kilkadziesiąt lat, może około stu. Została zlikwidowana na skutek tego, że w Janowie został wybudowany nowy budynek i dzieciaki siłą rzeczy z naszych drewnianych budynków zostały przeniesione - jak na tamte czasy - naprawdę do dobrych warunków lokalowych - tłumaczył sołtys Niksowizny.

Byli uczniowie tej szkoły, mieszkańcy Niksowizny i przyjaciele zawiązali komitet organizacyjny i ufundowali tablicę pamiątkową, którą uroczystie odsłonięto. Szkoła jest stróżem prze-

szłości, piastunem teraźniejszości i siewcą przyszłości. Słowa Henryka Sienkiewicza doskonale rozumieją absolwenci szkoły z Niksowizny i jej ostatni pedagogzy.

Przez cały okres trwania szkoły w Niksowiznie nauka odbywała się w domach prywatnych nawet w kilku jednocześnie. Jak wspominali jej absolwenci, w wakacje 1948 roku ówczesna żona kierownika szkoły Stefania Kowalewska zorganizowała półkolonię dla mniejszych dzieci aby odciążać rodziców podczas żniw. Na uroczystości obecna była jej córka, również nauczycielka szkoły.

Tablicę upamiętniającą szkołę powszechną podstawową w Niksowiznie poświęcił ksiądz kanonik Gabriel Jastrzębski. Dzisiaj to dom kultury, który łączy pokolenia. To nie tylko miejsce spotkań, ale i przestrzeń, w której rodzą się inicjatywy lokalne. Tablica ma przypominać, że zawsze w tej miejscowości byli ludzie i szkoła, która skupiała wokół siebie mieszkańców.

Piknik był okazją do rozmów, wspomnień i wspólnego biesiadowania.

Relacja w Telewizji Narew i na [www.narew.info](http://www.narew.info)



# PODLASKIE SERCEM POLSKIEJ TRADYCJI

**Jacek Sasin**  
Minister Aktywów Państwowych



# Lepsza diagnostyka w łomżyńskim szpitalu



Relacja w Telewizji Narew i na [www.narew.info](http://www.narew.info)

Marek Malinowski, także wskazując na dobrą współpracę z wicemarszałkiem Markiem Olbrysiem, podkreślił, że od początku tej kadencji samorządu do subregionu łomżyńskiego trafiło prawie 100 milionów złotych na remonty i wyposażenie placówek ochrony zdrowia.

- Tu w szpitalu w Łomży zmodernizowanych zostało gruntownie kilka oddziałów, np. onkologia czy kardiologia. Tomograf to teraz jedno z najbardziej podstawowych urządzeń diagnostycznych.

W ubiegłym roku na 18 tysięcy pacjentów szpitala w Łomży wykonanych zostało ponad 8,5 tysiąca tomografii - mówił Marek Malinowski.

Dotychczasowy tomograf w Łomży liczył sobie już ponad 10 lat. Działał, ale dokładność jego wskazań nie była już dobra. O informacje o nowych urządzeniach dyrektor szpitala Jarosław Pokoleńczuk poprosił szefów radiologii i urologii. Podkreślił przy tym stałe rozwój możliwości diagnostycznych placówki.

- Na precyzyjne biopsje nie będą już pacjenci musieli jeździć poza Łomżę - wyjaśnił dyrektor.

Nowy tomograf stworzy także nowe możliwości diagnostyczne. Nie będzie już np. problemów z badaniem osób o zbyt wielkiej wadze czy bardzo wysokich.

- Jest wyposażony w algorytmy niskodawkowe, w ten sposób można obniżyć promieniowanie dla pacjenta o około 80 procent bez ubytku jakości obrazowania. Ma także wiele nowoczesnych funkcji,

które pozwolą lekarzowi na stworzenie obrazu diagnostycznego jeszcze przed zakończeniem badania, w czasie rzeczywistym. Możemy zatem szybciej zdecydować o dalszym postępowaniu wobec pacjenta - wyjaśniała Bożena Chojnowska, szefowa radiologii.

Obszernie o zaletach urządzenia dla urologii mówił z kolei koordynator oddziału Marek Załęski.

- Rak prostaty to najczęstszy nowotwór wśród mężczyzn. Czasem jest łatwy, a czasem trudny do stwierdzenia, zwłaszcza w pierwszej fazie, gdy jest większa szansa na leczenie. Ten nowy sprzęt to takie niezwykłe USG, które pozwoli nam na nakładanie obrazu rezonansu i właśnie USG i precyzyjniejsze wyszukiwanie miejsc do przeprowadzenia biopsji - informował koordynator urologii.

Uczestnicy spotkania, wśród których był także przewodniczący rady społecznej szpitala Adam Niebrzydowski, mieli okazję obejrzeć nowe urządzenia, które już służą pacjentom. Zakup tomografu za 3 miliony 800 tysięcy złotych (wraz z przygotowaniem pomieszczenia) był możliwy dzięki środkom z Europejskiego Funduszu Rozwoju Regionalnego przekazanych za pośrednictwem Ministerstwa Zdrowia. Wkład własny szpitala wyniósł 400 tys. zł. Aparatura do biopsji dla oddziału urologii kosztowała prawie 750 tysięcy, w całości z budżetu województwa podlaskiego

Alicja Łepkowska-Golaś: lat. 40, aktywistka i społeczniczka od ponad dekady aktywnie działa na rzecz uchodźców, osób dotkniętych wykluczeniem oraz praw kobiet, lokalna liderka z Łomży. Z wykształcenia administratywistka, archiwistka, HR-owiec, pedagog, absolwentka Szkoły Liderów Miasta Łomża oraz Szkoły

## Alicja Łepkowska-Golaś oficjalną kandydatką Platformy Obywatelskiej do Sejmu RP

Trenerów Przywództwa. Zawodowo pracowniczka samorządowa, która uwielbia ludzi, trenerka kompetencji miękkich oraz sprawna organizatorka eventów. Od 7 lat członkini Platformy

Obywatelskiej, wiceprzewodnicząca struktur Miasta Łomża i organizatorka Strajku Kobiet w Łomży. Inicjatorka działań równościowych. Ponad 10 lat prowadziła świetlicę dla dzieci

uchodźczych w Łomży, gdzie zarządzała ponad 60 wolontariuszami, członkini Stowarzyszenia Twórczego Działania BK STEP, gdzie odpowiedzialna jest za organizację turniejów tańca hip-

-hop i breakdance, koordynatorka koncertów WOŚP w Łomży, zaangażowana w Operację Czysta Rzeka w Łomży, członkini Rady Społecznej Wojewódzkiego Ośrodka Profilaktyki i Terapii Uzależnień, nauczycielka. Prywatnie zakochana mama pięcioletka, która w wolnym czasie oddaje się pasji wyplatania makram.

## 2,5 mln więcej z funduszy UE na rehabilitację pocovidową, w tym także dla łomżyńskiego szpitala

Zarząd województwa na posiedzeniu w czwartek, 27 lipca, zwiększył dofinansowanie ramach prowadzonego już projektu z zakresu rehabilitacji po przebytej chorobie Covid-19. Szpital w Grajewie, ośrodek rehabilitacji w Suwałkach, szpitale wojewódzkie w Białymstoku i Łomży, a także szpital w Łapach otrzymają dodatkowe wsparcie na zwalczanie powikłań u pacjentów po zarażeniu wirusem. Łącznie dotacja na ten projekt wyniesie blisko 13,4 mln zł.

Rehabilitacja po przebytej chorobie Covid-19 jest nakierowana na zwalczanie skutków ubocznych pojawiających się u pacjentów po przejściu zakażenia. Obejmują one nie tylko układ oddechowy, ale również neurologiczny (ośrodkowy i obwodowy), układ krążenia oraz narząd ruchu. Stąd też cel rehabilitacji pocovidowej nastawiony jest na zwalczanie

nie wszystkich następstw zarażenia, w tym na poprawę sprawności ruchowej, reedukację chodu, niwelowanie dolegliwości bólowych oraz wydolności oddechowo-krążeniowej.

-Doświadczenia podmiotów medycznych, które realizują ten projekt, wskazują na konieczność poszerzenia zakresu udzielanych świadczeń. Wymaga tego stan pacjentów, którzy trafiają do nich na rehabilitację. A jako zarząd województwa zawsze wychodzimy na przeciw potrzebom zdrowotnym mieszkańców - powiedział Marek Malinowski, członek zarządu województwa odpowiedzialny m.in. za sektor zdrowia.

Dodatkowe pieniądze zostaną przeznaczone na zakup dodatkowego sprzętu, a także przeprowadzenie prac modernizacyjnych.

#DecyzjeZarządu

**2 500 000 zł**

z funduszy europejskich na rehabilitację pocovidową dla 5 placówek medycznych w regionie





Zachęcić je do spotkania z Bogiem – tłumaczy babcia Krystyna, która na spotkanie u Babci Anny przysłała ze swoją wnuczką Martą już po raz drugi. Wcześniej Pani Krystyna przyprowadzała do Ogrodów Biskupich siostry Marty. Stąd spotkania u Babci Anny to już dla nich tradycja. - Lubię tu przychodzić, lubię spędzać czas ze swoją babcią, bo bardzo ją kocham – nie kryje uczuć Marta.

Na zaproszenie Łomżyńskiego Biskupa od lat odpowiada także pani Janina, babcia Ignacego.

- Jesteśmy tutaj, żeby podtrzymać tradycje. Wcześniej przyprowadzałam starsze wnuczka, ale one pokończyły już szkołę podstawową, a teraz przyszła kolej na najmłodszego wnuka. Był u drugich dziadków na wsi i rodzice specjalnie przywieźli go do Łomży, żeby mógł ze mną tu przyjść – mówi babcia Teresa, której towarzyszył wnuk Ignacy.

Każda babcia i każdy dziadek, który zjawiał się w ogrodach biskupich mógł z radością przyglądać się uśmiechom swoich wnuków, a od ordynariusza diecezji łomżyńskiej ks. bp Janusza Stepnowskiego otrzymał pamiątkę w postaci orędzia Papieża Franciszka na III Światowy Dzień Dziadków i Osób Starszych 2023. Był to pięknie przeżyty, wspólnie dzień.

#### ORĘDZIE OJCA ŚWIĘTEGO NA ŚWIATOWY DZIEŃ DZIADKÓW I OSÓB STARSZYCH 2023 r.

„Jego miłosierdzie z pokolenia na pokolenie” (Łk 1, 50)

#### Drodzy Bracia i Siostry!

„Jego miłosierdzie z pokolenia na pokolenie” (Łk 1, 50): oto temat III Światowego Dnia Dziadków i Osób Starszych. Temat ten prowadzi nas ponownie do błogosławionego spotkania młodej Maryi z jej starszą krewną Elżbietą (por. Łk 1, 39-56). Napelniona Duchem Świętym, kieruje ona do Matki Bożej słowa, które tysiące lat później nadają rytm naszej codziennej modlitwie: „Błogosławiona jesteś między niewiastami i błogosławiony jest owoc Twojego łona” (w. 42). A Duch Święty, który już zstąpił na Maryję, skłania Ją do odpowiedzi poprzez Magnificat,

w którym obwieszcza, że miłosierdzie Pana rozciąga się z pokolenia na pokolenie. Duch Święty błogosławi i towarzyszy każdemu owocnemu spotkaniu między różnymi pokoleniami, między dziadkami a wnukami, między młodymi a osobami starszymi. Bóg pragnie bowiem, aby tak jak Maryja z Elżbietą, młodzi radowali serca starszych i czerpali mądrość z ich doświadczeń życiowych. Ale przede wszystkim Pan pragnie, abyśmy nie pozostawiali osób starszych samym sobie, abyśmy nie spychali ich na marginesy życia, co niestety zdarza się dziś nazbyt często.

To piękne, że w tym roku obchody Światowego Dnia Dziadków i Osób Starszych i Światowe Dni Młodzieży przypadają blisko siebie. Obydwa wydarzenia mają za temat „pośpiech” Maryi (por. w. 39) w wydarzeniu nawiedzenia Elżbiety, a tym samym prowadzą nas do refleksji nad więzią między młodymi a osobami starszymi. Pan ufa, że młodzi spotykając się z nimi przyjmą wezwanie do pielęgnowania pamięci i rozpoznają w nich dar przynależności do większej historii. Przyjaźń osoby starszej pomaga młodemu człowiekowi nie sprowadzać życia do teraźniejszości i pamiętać, że nie wszystko zależy od jego zdolności. Z kolei dla osób starszych obecność osoby młodej otwiera nadzieję, że to, co przeżyli, nie zostanie utracone, a ich marzenia zostaną zrealizowane. Krót-

# Święto Dziadków Jezusa w Ogrodach Biskupich



Relacja w Telewizji Narew  
i na [www.narew.info](http://www.narew.info)

ko mówiąc, nawiedzenie Elżbiety przez Maryję i świadomość, że miłosierdzie Pana jest przekazywane z pokolenia na pokolenie, ujawniają, że nie możemy iść dalej - a nawet zbawić się - sami i że interwencja Boga zawsze objawia się w całości, w dziejach ludu. Mówi o tym sama Maryja w Magnificat, radując się w Bogu, który dokonuje nowych i zaskakujących cudów, będąc wierny obietnicy danej Abrahamowi (por. w. 51-55).

Aby lepiej przyjąć styl Bożego działania pamiętajmy, że czas musi być przeżywany w pełni, ponieważ największe rzeczywistości i najpiękniejsze marzenia nie są realizowane w jednej chwili, ale poprzez rozwój i dojrzwowanie: w drodze, w dialogu, w relacji. Dlatego ci, którzy skupiają się tylko na tym, co doraźne, na własnych korzyściach, które należy osiągnąć szybko i zachłannie, na „wszystkim i teraz”, tracą z oczu działanie Boga. Natomiast Jego plan miłości obejmuje przeszłość, teraźniejszość i przyszłość, obejmując i łącząc

pokolenia. Jest to projekt, który wykracza poza nas samych, ale w którym każdy z nas jest ważny, a przede wszystkim wezwany do wyjścia poza swoje ograniczenia. Dla najmłodszych jest to kwestia wyjścia poza doraźność, w której zamyka nas rzeczywistość wirtualna, często odwracająca uwagę od konkretnych działań. Dla najstarszych jest to kwestia nie rozpamiętywania słabnących sił i nie żałowania utraconych możliwości. Patrzmy w przyszłość! Dajmy się kształtować łasce Bożej, która z pokolenia na pokolenie uwalnia nas od bezruchu w działaniu i żalu za przeszłością!

W spotkaniu Maryi i Elżbiety, młodych i starych, Bóg daje nam swoją przyszłość. Droga Maryi i gościnność Elżbiety otwierają bowiem drzwi do objawienia się zbawienia: poprzez ich uścisk Jego miłosierdzie wkracza z radosną łagodnością w ludzką historię. Chciałbym zatem zaprosić wszystkich do zastanowienia się nad tym spotkaniem, co więcej, do zamknięcia oczu i wyobrażenia sobie, jak w migawce,

tego uścisku między młodą Matką Boga a starszą matką św. Jana Chrzciciela; do przedstawienia go sobie w myśli i uwidocznienia w sercu, do utrwalenia go w duszy jako świetlistej ikony wewnętrznej.

Zachęcam także, abyśmy przeszli od wyobraźni do konkretności, czyniąc coś, aby objąć uściskiem dziadków i osoby starsze. Nie zostawiamy ich samymi. Ich obecność w rodzinach i wspólnotach jest cenna, daje nam świadomość, że dzielimy to samo dziedzictwo i jesteśmy częścią ludu, w którym strzeże się korzeni. Tak, to właśnie osoby starsze przekazują nam naszą przynależność do świętego ludu Bożego. Kościół podobnie, jak społeczeństwo ich potrzebują. Przekazują oni teraźniejszości przeszłość, która jest niezbędna do budowania przyszłości. Czcijmy ich, nie pozbawiajmy siebie ich towarzystwa i nie pozbawiajmy ich naszego, nie pozwólmy, by byli odrzuceni!

Światowy Dzień Dziadków i Osób Starszych pragnie być małym, delikatnym znakiem nadziei dla nich i dla całego Kościoła. Dlatego ponawiam moje zaproszenie do wszystkich - diecezji, parafii, stowarzyszeń, wspólnot - aby obchodzić go, koncentrując się na przepelniającej radości z ponownego spotkania między młodymi a osobami starszymi. Wam młodym, którzy przygotowujecie się do wyjazdu do Lizbony, lub będziecie przeżywać Światowe Dni Młodzieży w waszych miejscowościach, chciałbym powiedzieć: zanim wyruszyście, odwiedźcie swoich dziadków, odwiedźcie samotną osobę starszą! Jej modlitwa będzie was strzegła i będziecie nosić w sercu błogosławieństwo tego spotkania. Proszę was, starsi, abyście towarzyszyli modlitwą młodym, którzy wkrótce będą świętować ŚDM. Ci ludzie młodzi są odpowiedzią Boga na wasze prośby, owocem tego, co zasialiście, znakiem, że Bóg nie opuszcza swojego ludu, ale zawsze odmładza go wyobrażeniem Ducha Świętego.

Drodzy dziadkowie, drodzy starsi bracia i siostry, niech błogosławieństwo uścisku Maryi i Elżbiety dotrze do was i napelni wasze serca pokojem. Z miłością was błogosławię. A wy, proszę, módlcie się za mną.

Rzym, u św. Jan na Lateranie,  
31 maja 2023 r., w święto Nawiedzenia NMP  
FRANCISZEK





## Kurpsioskie śpiewanie w skansenie



21.07.2023 rok, Nowogród i Muzeum - Skansen Kurpiowski im. Adama Chętnika. Pora popołudniowa, cisza, spokój. Narew spokojnie płynie. Zwiedzających nie ma. Bramka specjalnie otwarta dla zbierających się osób na wspólne śpiewanie pieśni kurpiowskich.

Na to spotkanie zaprosiła mnie Agnieszka Zielewicz. Wcześniej też mnie zapraszała na różne wydarzenia, ale nie mogłam uczestniczyć, z różnych względów. Postanowiłam zabrać ze sobą chętnych i dysponujących czasem członków zespołu Maryna. Jako zespół kultywujemy folklor kurpiowski. Mamy w swoim urozmaiconym repertuarze także pieśni kurpiowskie, tańce, scenki rodzajowe. Warto się integrować z osobami, które mają takie same zainteresowania jak my. Kochają siewać, uczą się gwary i poznają nowe pieśni. Wszystkich łączy fascynacja kurpiowszczyzną.

Byłam mile zaskoczona rozbieżnością wieku uczestników spotkania. Były obecne na nim dzieci, nastolatki, osoby dorosłe i seniorzy. Wszyscy brali czynny udział. Atmosfera była bardzo miła. Wspaniale i pożytecznie spędzone godziny na świeżym powietrzu w pięknym otoczeniu, a do tego w sympatycznym towarzystwie.

DANUTA WAŚKO  
 FOT. AGNIESZKA I PAWEŁ ZIELEWICZ



## Czytanie książki

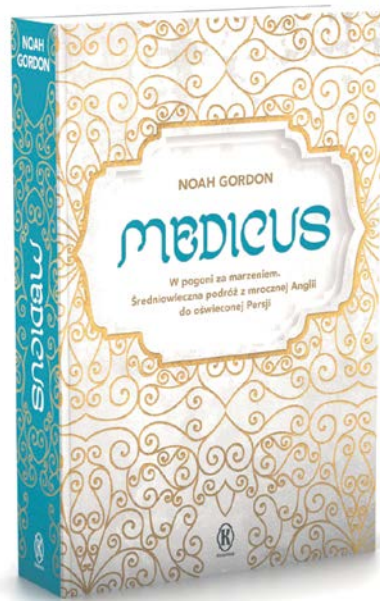
Czyli podpowiadamy po jaką pozycję sięgnąć.

### „Medicus” – Noah Gordon

Niezwykła opowieść, która przenosi czytelnika do XI wieku do Anglii. Główny bohater Rob, mając dziesięć lat trafia do wędrownego balwierza po śmierci rodziców. Tam rozpoczyna żmudną naukę ocierającą się o medycynę. Chłopak czuje, że to nie jest do końca to na czym mu zależy. Aby zdobyć wiedzę medyczną konieczne jest udanie się aż do Persji. Wykazuje nie tylko zapał do nauki, ale też ową szczególną wrażliwość, która pozwala „czytać” w chorym organizmie, dostrze-

gać w nim wolę walki lub chęć poddania się. Punktem zwrotnym w jego życiu staje się spotkanie z żydowskim lekarzem, którego kunszt przewyższa niktę umiejętności średniowiecznych medyków. Odtąd każdym krokiem Roba kieruje jedno tylko pragnienie: dotrzeć do Isfahanu i zostać uczniem sławnego perskiego lekarza, Ibn Siny, w świecie zachodnim zwanego Awicenną. Po śmierci opiekuna wyrusza w drogę do Persji, by studiować u Awicenny bo to właśnie on jest uznawany za najlepszego medyka świata w tamtym czasie. A, że w Persji do akademii nie przyjmują chrześcijan, młodzieniec musi być postrzegany jako Żyd. Całe swoje życie temu poświęca, ucząc się, podróżując i przeżywając mnóstwo przygód. Pomaga mu jego ogromna ambicja, ale i pewien dar, który posiada i który uczy się wykorzystywać.

Dorasta i dojrzewa na naszych oczach. Ale książka ta pokazuje też obraz Anglii tamtych czasów. nrzekrońi społeczeństwa.



rolę i wpływ kościoła, zwyczaję, życie codzienne wieśniaków, mieszczuchów. Poznajemy obraz średniowiecznej Europy i Bliskiego Wschodu oraz wzajemne relacje pomiędzy wyznawcami trzech religii. Losy głównego bohatera ukazane są na tle kultur chrześcijaństwa, judaizmu i islamu.

Równie ciekawe są opisy leków i praktyk chirurgicznych ówczesnych doktorów. Śledzimy rozwój medycyny. I są tu niezwykle przypadki jak na owe czasy, które obecnie zakwalifikować można do ingerencyjnego typu zabiegów, a wtedy graniczące niemal z cudem wyzdrowienia. Zderzenie kultur, podejście do ciała ludzkiego, zasady religii to wszystko zaskakuje, ale doskona-

le tłumaczy rozwój medycyny. Bardzo ciekawa opowieść o początkach medycyny w XI wiekowej Europie i krajach arabskich, dążeniu do zdobycia jak największej wiedzy o ludzkim ciele oraz przeszkód napotykanym przez medyków w związku z nakazami religijnymi.

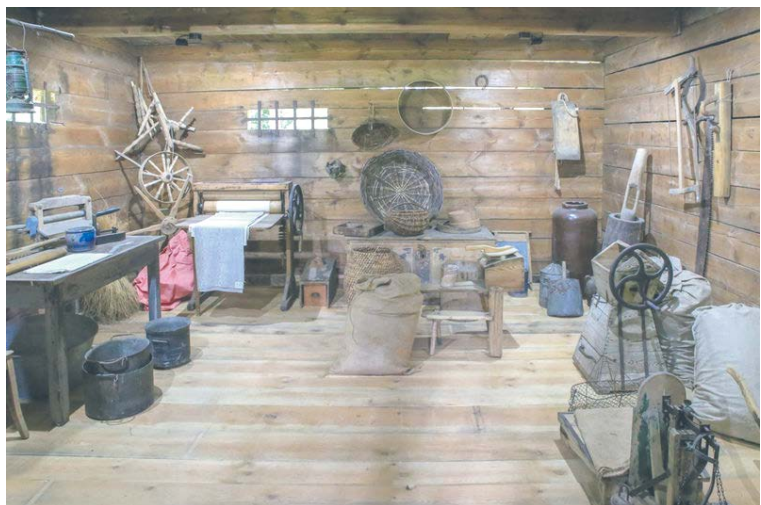
„Medicus” zabiera czytelnika w świat średniowiecznej medycyny. Nie jest to książka historyczna (postaci medyków perskich Ibn Sina i Dżuzdzaniego są autentyczne). To przede wszystkim opowieść o poszukiwaniu wiedzy, dążeniu do celu i spełnianiu marzeń w epoce przesądów i pogardy wobec życia.

Interesująca podróż przez różne kultury i religie. Historia pokazująca jak długa może być droga do spełnienia marzeń i jaką determinacją w dążeniu do celu może wykazać się człowiek.

TERESA RĘBIŚ



# Wycieczka do Grunwaldu i Olsztynka



**Wycieczka to wspaniała rzecz. Ma magiczną moc. Uzdrawia naszą duszę, pomaga zdystansować się i zapomnieć o problemach dnia codziennego. Dlatego 30 czerwca 2023 roku wybraliśmy się na wycieczkę do Grunwaldu i Olsztynka. Godzina 6:20 zbiórka przy ulicy Nowogrodzkiej 7 A w „Klubie Seniora”. Godzina 6:30 jedziemy w stronę Grunwaldu. Nasze kierowniczką to Marta i Ula. Na trasie mamy postój 45 - minutowy na rozprostowanie ramion, nóg i małe relaks.**



Panie Marta i Ula to fajne dziewczyny. Dbają o seniorów i podczas postoju karmią do oporu. Podają im bułki z serem i marmoladą, a do popicia raczą herbatą i kawą. By dojechać do celu każdy ma butelkę z wodą, a do osłody cukierek owocowy.

W Grunwaldzie spotykamy się z panią przewodnik i ruszamy w trasę. W skupieniu słuchamy opowieści naszej przewodniczki.

W południowej części gminy Grunwald znajdują się Pola Grunwaldu z Muzeum Bitwy Grunwaldzkiej i Pomnikiem

Zwycięstwa Grunwaldzkiego. 15 lipca w pobliżu Grunwaldu miała miejsce bitwa między Krzyżakami pod dowództwem Uricha von Jungingena a połączonymi siłami polskimi, litewsko-ruskimi i oddziałami czeskimi pod dowództwem Władysława Jagiełły i Witolda. Walka zakończyła się zwycięstwem Polaków. Zginął w niej wielki mistrz zakonu.

Wycieczka nasza wiedzie krótszą trasą. Obok muzeum znajduje się ciekawa makietka, która przedstawia stacjonujące wojska i ich obozy. Głównym punktem pola bitewnego jest wzgórze pomnikowe. Na jego szczycie znajduje się Pomnik Zwycięstwa Grunwaldzkiego. To granitowy obelisk i grupa masztów z metalowymi sztandarami polskich i litewskich chorągwi. Granitowe porozrzucane kamienie to ciosy, które przyjechały z Krakowa. Niemcy w 1939 roku zburzyli pomnik Grunwaldu w Krakowie, a w 1983 roku władze Krakowa przekazały głazy na pola bitwy pod Grunwaldem. Bardzo ważny jest pomnik

dwóch rycerzy wykuty w granicie. Na polach widoczny jest kocioł Jagiełły, który w latach 60. usypali harcerze. Inną atrakcją jest amfiteatr przed którym rozciąga się makietka przedstawiająca układ wojsk tuż przed bitwą. Po słynnym starciu są ruiny kaplicy i tam stoi słynny głaz zwany kamieniem królewskim bądź Jagiełłowym. W roku 1901 władze pruskie przeniosły głaz z miejsca ruin kaplicy i zrobiły z niego pomnik poświęcony wielkiemu mistrzowi. Napis wyryty oświadcza, że dowódca zakonu poległ

w bohaterskiej walce o niemieckie istnienie i prawo. Tą samą trasą wracamy do muzeum. Tam ekspozycje przedstawiają dziesięć bloków tematycznych:

- Zakon, Polska, Litwa przed wielką walką,
- Przyczyny bezpośrednie rozpoczęcia działań wojennych „Plany” i „Plany i problemy”,
- „Wyprawa wojenna”, „Bitwa pod Grunwaldem”,
- „Oblężenie Malborka”, „Tradycje Grunwaldzkie”,
- „Ekspozycje Chorągwi Rycerskich”,
- „Zabytki archeologiczne” oraz „Kaplica”.

Jest godzina 13:30 mamy spotkanie z przewodnikiem w Muzeum Budownictwa Ludowego w Olsztynku.

Muzeum powstało w 1909 roku w Królewcu, w stolicy dawnych Prus Wschodnich. W latach 1938-1942 rozbudowane i przeniesione do Olsztynka. Ma 35 hektarów i stoi tam 66 obiektów charakterystycznych dla wsi. Skansen to jeden z najstarszych w Polsce. Obiekty budownictwa pochodzą z Warmii, Mazur, Sambii, Małej Litwy. Mają różnicowaną architekturę prezentując różne funkcje. Domy mieszkalne, obiekty inwentarskie, gospodarcze, sakralne i przemysłowe np. młyn, wiatraki, olejarnie i garnarnia zbudowane są z drewna, kamienia i cegły, pokryte trzciną lub paloną dachówką ceramiczną. Poważną kolekcję stanowią malowane meble i kominki. Ciekawe jest tkactwo rzeźby z drewna, ceramika i haft. Znajdują się zbiory narzędzi kowalskich, stolarskich, ciesielskich, rolniczych i sprzętu gospodarczego i kuchennego. Przechodząc przez kładkę widoczny jest młyn wodny z kołem podsiębiernym. Da-



lej widnieje urządzenie do przemiału zbóż – wiatraki. Jest ich cztery. Na kulistej granitowej płycie są dwa koła gniotownika nasion oleistych. Dalej widnieje zespół kościelny. Kościół ewangelicko-augsburski ma wystrój skromny. Chałupy skansenu mają rozplanowane wnętrza charakterystyczne dla wiejskich domów. Opodal chałup znajduje



się nietypowa dzwonnica, a dalej eksponowany jest wóz Romów. Dużą nostalgię wzbudził wygląd drewnianej wiejskiej szkoły. Ciekawe ławki z kałamarzami i pióra do ortografii. Natomiast wewnątrz izb było jasne, a w nich piękne kolorowe ręczniki, tkane dywaniki, wyszywanki, kufry, skrzynie, szafy i łóżka drewniane. W jednej z pięknych chat znajduje się miniaturowa restauracja - „Pijalnia Ziół”. Tam można zjeść domowe ciasto, loda, napić się ziół. Zakupić można różne przetwory własnoręcznie robione. Na terenie skansenu jest mały zwierzynek. Są tam kurki, konie, owce, kozy. Więcej ciekawych informacji można było zasięgnąć od obsługi skansenu, która w strojach ludowych uzupełniała przekaz.

Po zwiedzeniu skansenu jedziemy na obiad do pobliskiego zajazdu. Pyszny obiad składał się z zupy, drugiego dania, kompotu i wody. Przed godziną 20:00 jesteśmy już w Łomży.

Wycieczka była wspaniała. Czekamy na następną. Dziękujemy Panu kierowcy i naszym przemysłowym organizatorom.

Opracowano na podstawie relacji przewodników.

MARIA ROMANOWSKA





# Szanowni Państwo, Drodzy Mieszkańcy Województwa Podlaskiego – Powiatu Łomżyńskiego, Powiatu Kolneńskiego, Powiatu Zambrowskiego, Powiatu Wysokomazowieckiego i Powiatu Grajewskiego,

jako poseł wywodzący się z naszego regionu i reprezentujący Państwa w Sejmie RP chciałbym przybliżyć Państwu moją codzienną pracę parlamentarną.



Posł Adam Andruszkiewicz, burmistrz Jedwabnego Adam Niebrzydowski na jednej z remontowanych dróg powiatu łomżyńskiego



Posł Adam Andruszkiewicz i Andrzej Mioduszewski informują o kolejnym ważnym wsparciu dla Zambrowa

Na wstępie jednak pragnę bardzo Państwu podziękować za zaufanie, którym mnie darzycie od 8 lat mojej pracy w Sejmie. To dla mnie wielki zaszczyt, ale i obowiązek wobec mieszkańców naszej ziemi. To dzięki Państwa głosom w 2019 roku uzyskałem jeden z najwyższych wyników poparcia w województwie podlaskim. Poparło mnie wtedy 7410 Mieszkańców Ziemi Łomżyńskiej, Kolneńskiej, Zambrow-

skiej, Wysokomazowieckiej i Grajewskiej. W związku z tym czuję się zobowiązany do podsumowania mojej 4-letniej pracy dla Państwa.

W ostatnich latach jako poseł Prawa i Sprawiedliwości popierałem wiele działań, mających na celu rozwój Państwa Regionu. Trzeba tu niewątpliwie wspomnieć o realizacji takich inwestycji i wsparciu, jak m.in.:

**POWIAT GRAJEWSKI (w ciągu ostatnich 8 lat łącznie 208 inwestycji z dofinansowaniem rządowym o wartości 558 milionów złotych), m.in.:**

- Budowa i przebudowa dróg gminnych w Grajewie - 28 424 000 zł
- Budowa sieci kanalizacji sanitarnej i wodociągowej na osiedlach Jana Pawła II i Legionistów w Grajewie – 13 319 000 zł
- Budowa ciągu ulic: Ekologicznej,

Elektrycznej i 9 pułku Strzelców Konnych w Grajewie – 6 898 814 zł

- Przebudowa ciągu ulic: Łąkowej, Stefczyka, Działkowej, Kwiatowej i Kolejowej na os. M. Konopnickiej w Grajewie – 12 665 896 zł

- Budowa ciągu ulic: Spokojnej, Legionistów, Ułańskiej, W.Perlitza, Rtm. Konopki, Grzybowej, Jaśminowej w Grajewie – 13 172 814 zł

- Budowa ulic św. Jana Pawła II oraz Pilota Kazimierza Sztramko w Grajewie – 9 856 952 zł

- sprzęt IT w ramach programu „Cyfrowa Gmina” – 651 270 zł

- Klub Młodego Programisty w Muzeum Mleka w Grajewie

- Program dla młodych piłkarzy Warmii Grajewo „Piłkarska przyszłość z LOTOSEM”

- mural historyczny upamiętniający akcję wyzwolenia Grajewa przez oddziały Armii Krajowej przy ul. Piłsudskiego 26

- Przebudowa dróg gminnych na terenie gminy Radziłów – 10 551 988 zł

- Rewitalizacja zabytkowego układu przestrzennego miejscowości Wąsosz – 4 320 000 zł

- Rozbudowa i modernizacja oczyszczalni ścieków w Szczuczynie – 8 000 000 zł

- Przebudowa z rozbudową głównych dróg powiatowych powiatu grajewskiego – 14 991 000 zł

- Poprawa jakości infrastruktury drogowej na terenie Gminy Rajgród – 8 265 000 zł

**POWIAT WYSOKOMAZOWIECKI (w ciągu ostatnich 8 lat łącznie 363 inwestycje z dofinansowaniem rządo-**

Wizyta Premiera Mateusza Morawieckiego w powiecie wysokomazowieckim, Posł Adam Andruszkiewicz, starosta Bogdan Zieliński, wójt Józef Zajkowski i Mieszkańcy





wym o wartości 717 milionów złotych), m.in.:

- Zagospodarowanie terenu Ośrodka Sportu i Rekreacji nad Zalewem w Ciechanowcu wraz z modernizacją Stadionu Miejskiego – 10 800 000 zł
- Przebudowa dróg gminnych na terenie gminy Klukowo prowadzących do tworzonych terenów inwestycyjnych – 9 900 000 zł
- Budowa i modernizacja dróg gminnych na terenie Gminy Czyżew – 10 000 000 zł
- Budowa punktu selektywnej zbiórki odpadów komunalnych oraz kompostowni kontenerowej w miejscowości Dąbrówka Kościelna – 6 835 000 zł

**POWIAT ZAMBROWSKI** (w ciągu ostatnich 8 lat łącznie 168 inwestycji z dofinansowaniem rządowym o wartości 456 milionów złotych), m.in.:

- Kompleksowa modernizacja budynków oświatowych w Mieście Zambrów – 12 750 000 zł
- Rozbudowa ciągu drogowego dróg gminnych Wola Zambrowska - Stary Laskowiec, gmina Zambrów – 5 996 550 zł
- Przebudowa z rozbudową drogi gminnej Żabikowo-Kalinowo-Srebrna-Srebrny Borek w Gminie Szumowo – 9 025 000 zł
- Przebudowa drogi wraz z infrastrukturą techniczną i zagospodarowaniem terenu relacji



Posel Adam Andruszkiewicz podczas inauguracyjnego podniesienia biało-czerwonej flagi na maszt w Stawiskach

Premier Mateusz Morawiecki, Posel Adam Andruszkiewicz i burmistrz Grajewa Dariusz Latarowski



- Budowa przedszkola łącznie ze żłobkiem w miejscowości Nowe Piekuty – 5 100 000 zł
- Budowa drogi od ul. Ludowej do alei Niepodległości w Wysokim Mazowieckiem wraz z infrastrukturą towarzyszącą – 11 209 000 zł
- Budowa indywidualnych źródeł ciepła zeroemisyjnego w budynkach użyteczności publicznej na terenie gminy Kulesze Kościelne – 4 750 000 zł
- Budowa boisk sportowych wraz z rozbudową sali gimnastycznej przy Szkole Podstawowej w Sokołach – 8 100 000 zł
- Budowa budynku z przeznaczeniem na ośrodek zdrowia (Gmina Kobylin-Borzymy) – 8 500 000 zł
- Budowa sieci kanalizacji sanitarnej wraz z oczyszczalnią ścieków i sieci wodociągowej w miejscowości Michalki (Gmina Wysokie Mazowieckie) – 7 598 100 zł

Wróble-Arciszewo - Czarnowoda na terenie gminy Kołaki Kościelne – 4 655 000 zł

- Modernizacja dróg gminnych w gminie Rutki – 4 950 000 zł

**POWIAT KOLNEŃSKI** (w ciągu ostatnich 8 lat łącznie 204 inwestycje z dofinansowaniem rządowym o wartości 438 milionów złotych), m.in.:

- Przebudowa stadionu miejskiego wraz z infrastrukturą techniczną w Kolnie – 10 800 000 zł
- Modernizacja i rozbudowa infrastruktury wodociągowej – kanalizacyjnej na terenie gminy Turośl – 7 396 487 zł
- Rozbudowa i przebudowa sieci wodociągowej-kanalizacyjnej, stacji uzdatniania wody i oczyszczalni ścieków na terenie gminy Grabowo – 9 500 000 zł
- Budowa gminnej oczyszczalni ścieków wraz z budową sieci kanalizacyjnej w Gminie Mały Płock – 14 000 000 zł

- Przebudowa i modernizacja dróg gminnych na terenie Gminy Stawiski – 10 000 000 zł
- Przebudowa i rozbudowa dróg na terenie Gminy Kolno – 8 075 000 zł

**ŁOMŻA i POWIAT ŁOMŻYŃSKI** (w ciągu ostatnich 8 lat łącznie 361 inwestycji z dofinansowaniem rządowym o wartości 1,1 miliarda złotych), m.in.:

- Budowa Przedszkola Publicznego nr 5 w Łomży – 12 750 000 zł
- Modernizacja dróg powiatowych na terenie powiatu łomżyńskiego wraz z zakupem sprzętu (Gmina Łomża) – 15 865 000 zł
- Przebudowa i rozbudowa stacji uzdatniania wody miejscowości Drodzowo wraz z zagospodarowaniem terenu wokół SÚW (Gmina Piątnica) – 7 999 000 zł
- Modernizacja dróg gminnych oraz dojazdowych do pól

o nawierzchni gruntowo-żwirowej na terenie Gminy Wizna z ich odwodnieniem i przepustami – 4 999 660 zł

- Modernizacja i przebudowa sieci dróg na terenie Gminy Jedwabne – 7 691 200 zł
- Przebudowa infrastruktury drogowej na terenie Gminy Przytuły – 5 130 000 zł
- Nowy Ład w rewitalizacji budynków zdegradowanych w Gminie Śniadowo – 5 865 000 zł
- Budowa drogi polegająca na rozbudowie i przebudowie drogi gminnej Nr 105877B we wsi Kaliszki (Gmina Miastkowo) – 4 275 000 zł
- Poprawa infrastruktury drogowej w najstarszej części Nowogrodu – 9 800 000 zł
- Rozwój sieci drogowej na terenie Gminy Zbójna – 4 702 500 zł

Występując publicznie jako Państwa Posel nie wstydę się tego, że reprezentuję województwo podlaskie, w tym Ziemię Łomżyńską, Kolneńską, Zambrowską, Wysokomazowiecką

i Grajewską w Sejmie Rzeczypospolitej Polskiej – wręcz przeciwnie: jest to dla mnie ogromny zaszczyt i kiedy tylko mam okazję, to głośno o tym mówię. Jestem dumny, że mogę Państwa reprezentować w polskim parlamencie. To dla mnie ogromny zaszczyt!

Mieszkańcy Powiatu Łomżyńskiego, Powiatu Kolneńskiego, Powiatu Zambrowskiego, Powiatu Wysokomazowieckiego i Powiatu Grajewskiego zasługują na dalsze mocne wsparcie ze strony Rządu RP, o co jako Posel na Sejm RP będę zawsze zabiegał.

Jeśli chcielibyście Państwo, abym jako Posel RP podjął interwencję w ważnej sprawie, zapraszam również do kontaktu: adam.andruszkiewicz@sejm.pl

Życzę Państwu wszystkiego co dobre – dużo zdrowia i wielu powodów do radości w codziennym życiu. Serdecznie pozdrawiam Mieszkańców Ziemi Łomżyńskiej, Kolneńskiej, Zambrowskiej, Wysokomazowieckiej i Grajewskiej!



Z wyrazami szacunku  
**ADAM ANDRUSZKIEWICZ**

Posel na Sejm RP  
z Województwa Podlaskiego



I choć rzeczywiście wakacje trwają w najlepsze, a seniorzy odpoczywają w różnych częściach Polski i nie tylko, z mniejszą aktywnością, ale Stowarzyszenie "Aktywny Senior" stara się podejmować działania.

W ramach projektu "Integracja i Profilaktyka Zdrowotna Seniorów w 2023 roku", 19 czerwca 2023 roku, odbył się grill w Domku Pastora. Atmosfera była wyjątkowa. Były kielbaski, kaszanki, karkówki i boczek. Nie zabrakło śpiewu, muzyki, tańca i śmiesznych kawałów o seniorach. Na tę okoliczność napisałem wiersz.

Dom Pastora Aktywnych Seniorów dziś przywołał.  
Po raz trzeci się spotkali  
i o różnych problemach pogadali.

## Dom Pastora aktywnych seniorów przywołał

*Integracja to rzecz święta, każdy senior o tym pamięta.*

*Dziś grillować, by się chciało  
I tańców też nie mało.*

*Śpiewać każdy może, trochę lepiej,  
trochę gorzej.  
To nieważne co śpiewamy, ważne,  
że się uśmiechamy.*

*Senior w seniorką grilla rozłożył,  
i węgle czerwone szybko wytworzył,  
a na nie karkówki, kaszanki,  
boczek i kielbasy włożył.*

*Grill już skwierczy, zapach się  
roznosi,  
a nos i buzia o jedzenie prosi.*

*Coś na gardło by się zdało,  
buteleczka to za mało.  
Więcej, więcej by się chciało,  
ale wódki nie starczało.*

Dziękujemy wszystkim seniorom za to, żeście tu przybyli i się dobrze pobawili.

A Pan Prezes obiecuje, że niedługo zabisuje.

Grill będzie jeszcze lepszy, upieczemy kilka wieprzy.

Z kolei 7 lipca na łomżyńskich bulwarach odbyło się spotkanie z Panem Europosłem Tomaszem Frankowskim, o którym było już słów kilka we wcześniejszym wydaniu Tygodnika Narew.

Jak zwykle atmosfera była miła. Wspólny śpiew, gimnastyka, smaczny grill i radośnie świecające słońce. Przeprowadziłem quiz na temat kariery piłkarskiej Tomasza Frankowskiego. Okazało się, że seniorzy wykazali się dużą wiedzą. W podziękowaniu otrzymali prezenty.

Wakacje trwają, seniorzy odpoczywają, Łomża się rozwija, widać to na każdym kroku. Powstał piękny Stary Rynek. Seniorzy tam spacerują i odpoczywają.

Niektórzy jednak przeprowadzają remonty. Z tym związane są wizyty w różnorodnych

sklepach. Mile zaskoczył Media Ekspert mieszczący się przy Al. Legionów. Miła obsługa, doradztwo, korzystne rabaty, sprzedaż ratalna. Doświadczyliśmy tego przy zakupie sprzętu AGD. Piszę o tym dlatego, że my seniorzy zostaliśmy potraktowani bardzo przyjaźnie. Dlatego chcemy podziękować Pani Paulinie, Karolinie i Panu kierownikowi Danielowi za przygotowanie korzystnych ofert. Zachęcamy do zakupów seniorów, którym "wydeptaliśmy ścieżkę".

Wszystkim seniorom i mieszkańcom Łomży życzymy dalszych udanych wakacji.

RENIA ROMANOWSKA  
CZESŁAW KONOPKO

W okresie wakacyjnym działalność Stowarzyszenia "Aktywny Senior" działającego przy Klubie Seniora, przy ul. Nowogrodzkiej 7a jest nieco mniejsza. Wykorzystujemy ten czas na odpoczynek.

Okazuje się, że wielu seniorów nie wychodzi w ogóle z domu. Dużo starszych ludzi jest także osamotnionych. Tak wynika z raportu stowarzyszeń. Organizacje próbują to zmienić. I tak chociażby Stowarzyszenie Mali Bracia Ubodzy organizuje akcję "Wakacje jednego dnia", podczas których wolontariusze zabierają osoby starsze do kawiarni, na lody czy do ulubionej restauracji.

Ważną rolę dla seniorów w Polsce odgrywają senatoria, ponieważ oferują im możliwość skorzystania z terapii i rehabilitacji, które przyczyniają się do poprawy zdrowia i samopoczucia. Do tego oferują także opiekę medyczną i różnorodne formy aktywności fizycznej. Dla osób starszych to czas na naładowanie baterii i ogólnej poprawy stanu zdrowia.

Po zmianach, jakie wprowadził rząd, jeszcze łatwiej będzie można wybrać się na tego typu wypoczynek, a wręcz bezpłatne wakacje. I to nie krótkie, bo jak wiadomo w sanatorium trzeba spędzić trochę czasu, aby dojść do siebie.

Emerytura nie musi być czasem spędzonym jedynie na siedzeniu w domu i oglądaniu telewizji czy też pilnowaniu wnuków. Można wykorzystać go znacznie bardziej aktywnie, bowiem jest to znakomita okazja, by realizować swoje pasje i marzenia, o których wcześniej nie było mowy. Wczasy dla seniorów, to wyjaz-



dy pozwalające na chwile relaksu i odpoczynku w zacisznym miejscu, a także szansa na poznanie nowych ludzi, będących w podobnym wieku i mających podobne zainteresowania. To również szansa na zawarcie trwałych znajomości i przyjaźni, które mogą przetrwać lata.

Otoczenie pięknych, nadbałtyckich plaż, a może wysokie, polskie góry? To od Państwa zależy, w jakim ośrodku zechcą wypocząć i w jaki sposób spędzić swoje wolne chwile. Wczasy dla seniorów to oferta skierowana zarówno do osób indywidualnych, jak i całych grup, które pragną zaznać zajęć relaksacyjnych w przyjemnej atmosferze oraz niesamowitej scenarii, a jednocześnie zadbać o swoje zdrowie i potrzeby. Prosimy o zapoznanie się z dokładnymi informacjami dotyczącymi każdego z zaprezentowanych wy-

jazdów, a także z atrakcjami, które na Państwa czekają.

Do najpopularniejszych miejscowości nadmorskich wśród naszych propozycji należy: Gdańsk (13%), Kołobrzeg (11%), Władysławowo (11%), Mielno (9%) i Łeba (9%). Najchętniej wybierane górskie kurorty to: Zakopane (36%), Karpacz (16%), Szczawnica (11%), Krynica-Zdrój (11%) i Solina (9%). Wybierający się na Mazury najczęściej decydują się na: Mikołajki (22%), Augustów (19%), Mrągowo (16%), Giżycko (16%) i Elk (14%).

Stowarzyszenie "Aktywny Senior" z ul. Nowogrodzkiej zachęca w okresie wakacji do spędzania czasu w tego rodzaju miejscach. Dajmy sobie szansę na aktywny i urozmaicony pobyt pod przewodnictwem fachowców dla poszczególnych grup wiekowych.

Ponadto poznamy piękne zakątki naszej Polski.

W województwie podlaskim warto odwiedzić żubry w Białowieskim Parku Narodowym czy bobry w Biebrzańskim Parku Narodowym. A kiedy nad zielem lasów przekładasz szum morskich fal i miękką, złocisty piasek, koniecznie wybierz się nad Bałtyk. Tam skorzystać możesz z dobrodziejstwa, a więc dosłownie "uzdrowienia morzem".

Seniorzy poszukując ciekawych pomysłów na spędzenie wolnego czasu, powinni zainteresować się ofertą fundacji i stowarzyszeń działających na ich rzecz. Tego typu organizacje oferują różnego rodzaju zajęcia dla seniorów. Przykłady? Nauka języka angielskiego, kursy komputerowe, nordic-walking, zajęcia fitness, gimnastyka umysłu czy wycieczki krajoznawcze. Warto

podkreślić, że zajęcia są często bezpłatne lub pobierane są za nie symboliczne opłaty.

Organizacje działające na rzecz seniorów znajdziemy w całej Polsce. Warto skupić się na tych działających lokalnie, choćby na terenie miasta. Gdy sprzyja to integracji z lokalną społecznością. Dzięki temu, uczestnicząc w zajęciach, seniorzy mają szansę poznać swoich sąsiadów, nawiązać nowe znajomości i wspólnie spędzić czas.

I na zakończenie jeszcze wierszyk o starości...

Gdy ktoś mnie zapyta: "Jak się dzisiaj czuję?"  
Śmiało odpowiem: "Dobrze,  
dziękuję".

A to, że mam artretyzm, to jeszcze nie wszystko.

Astma, serce mi dokucza, czasami mówię z zadyszką.

Puls mam słaby, a krew w cholesterol bogata.

Co mam powiedzieć? Dobrze się czuję, jak na swoje lata.

Bez laseczki już chodzić nie mogę, to wybieram najłatwiejszą drogę.

Bywają noce nieprzespane, bezsenność mocno morduje, ale przychodzi rano i znów dobrze się czuję.

Mam zawroty głowy, pamięć figle płata, ale ja się dobrze czuję, jak na moje lata.

Kiedy starości niemoc przychodzi, lepiej się godzić ze strzykaniem kości.

Trzeba się z losem pogodzić i nie opowiadać o starości.

Kiedy spać się kładę, zawsze myślę o tym "Starość jest okresem złotym".

RENIA ROMANOWSKA  
CZESŁAW KONOPKO



Dzieciństwo moje nie było rajem, mimo że za domem blisko była łąka. Łąka nad Wartą. Ten krajobraz w dużym stopniu określił moje wyobrażenia, a były to lata 1939 – 45. Mocno patrzmy na Niemców, bo wiemy kim byli w przeszłości. Pamiętamy co robili w czasie II wojny światowej.



# NIE DOPO WIE DZENIA

Poszukujemy w swoim życiu prawdziwych wartości. Pamiętamy nasze przebudzenie. Nastąpiło to w czerwcu 1956 roku. Wypadki Poznańskie, tak je nazwano, było to wydarzenie bezprecedensowe nie tylko w Polsce, ale w tej części Europy. Na fali tego wydarzenia na moment uchyliła się szczelina na świat. Wydarzenie to przenikało do innych miast i miejscowości, również do Warszawy, i wymknęło się spod kontroli ówczesnego reżimu. Języki się ze sobą mieszały, każdy chciał zobaczyć swój świat, a szczególnie Polacy przesiedleni z ziem wschodnich, nadzieja że wrócą. Przeżyliśmy i pamiętamy Polski Październik 1956 r. Trwała jeszcze odbudowa Warszawy i kraju z ruin powojennych. Rozmowy prowadzono szeptem, płynęły donosy do

bezpieki. Młodzi szukali języka do wyrażenia tego, co czuli.

Pochodzę z wielkopolskiej rodziny. W domu codziennością były rozmowy. Wydawało mi się to zupełnie normalne. Ojciec dokonywał zapisków, zbierał fotografie. Robił to w sposób bardziej kontemplacyjny, żeby się na chwilę oderwać od otaczającego świata. Również, jak to mówił, rozluźnić swoje przemyślenia. Lubiłem przeglądać te zapiski i zawsze byłem przekonany, że coś dopowie. Ojciec chciał mi wiele dać, czy byłem na te dary otwarty? W domu była bogata biblioteka. To była, mam wrażenie, taka waluta, którą ojciec w całości przechował przez okres okupacji. Czytanie jest ważne. Książka wszystko pokazuje, jest sztuką dopowiedzeń, znalezienia prawdy, buduje wyobraźnię.

Pisząc artykuły, chcę dopowiedzieć to, co mówią inni. Opieram się na tym co słyszę i widzę. Dzisiaj mówimy, że w Polsce jest dobrze, że czujemy wolność, bo w przeszłości byliśmy gnębieni przez zaborców, nazistów czy komunistów. Często jednak słuchamy i milczymy, nie wiemy co powiedzieć. Z jednej strony boimy się skrytykować system w którym żyjemy, z drugiej powiedzieć, że jest wspaniały, i wiemy że inni mają gorzej. Więc milczymy. Moje artykuły są tak różne, że nie wiem jak ocenia je czytelnik. Jest to mój przekaz wpleciony w dzisiejszy świat. Przekazuję treści na motywach tego co widzę, doświadczam. Tło jest sprawdzone, zweryfikowane. Czasem je zmieniam, przedstawiam na opak, na przekór. Staram się, aby treści pisane były podporządkowane mojej wiedzy,

żeby czytelnik wiedział na sto procent że to prawda a nie fałsz. Wierzę, że czytelnik mi ufa. Moje artykuły oparte są na faktach. Chcę, by były realistyczne, chodzi mi o realizm psychologiczny.

Czy mam pomysł na dalsze pisanie? Mam wrażenie, że muszę pisać bardziej radykalnie, inaczej niż dotychczas. Oparty jednak na faktach w porównaniu do zdarzeń historycznych. Chodzi o takie przekazy, żeby były podobne do siebie, a jednak się oddalały. Uważam, że ciągle jednak nic nie zacząłem, pomimo że moje artykuły są czytane w Sandomierzu, na Mazowszu i w Norwegii. Absolutna wolność przybliży się, gdy ustanie egoizm, prywatna – wytwarzanie samego siebie.

Senior STANISŁAW KASEJA

Łomża, Al. Legionów 54B  
Fb: Sklep Farmal Łomża

SYSTEM OCHRONY  
PIGMENTÓW

x

406 KOLORÓW  
DO WYBORU



# ŁATWO<sup>2</sup>

SUPERŁATWA APLIKACJA x PROSTE FAKTUROWANIE

## KORZYŚCI DO POTĘGI

TYNK SILIKONOWY



NOWOŚĆ

w



FARMAL®



## Sesja Rady Gminy Mały Płock z udziałem Marka Olbryśa

Rozwój gminy, realizowane inwestycje drogowe, opieka zdrowotna oraz pozyskiwanie funduszy na kolejne przedsięwzięcia – to najważniejsze z tematów, które poruszył wicemarszałek Marek Olbryś podczas spotkania z radnymi gminy Mały Płock. Posiedzenie miało miejsce 25 lipca.

Wicemarszałek podziękował wójtowi Józefowi Dymerskiemu i radnym za to, że są dobrymi gospodarzami swojej gminy.

– Od lat przyglądam się jak wasza gmina się rozwija i jestem pod wrażeniem – mówił Marek Olbryś. – W ostatnich latach pozyskaliście dużo środków na rozwój z funduszy wojewódzkich i unijnych. Wkrótce otrzymacie ponad 1,2 mln zł z programu regionalnego na rozbudowę infrastruktury oświetleniowej w gminie. Świadczy to o tym, że tutejsi



samorządowcy potrafią dobrze zarządzać, że wykorzystują szanse na zmiany.

Jak dodał, ten dynamiczny rozwój obejmuje w zasadzie wszyst-

kie kluczowe sfery życia, takie jak m.in.: opieka zdrowotna, edukacja, rozwój dzieci i młodzieży.

– Mogę tylko pogratulować i podziękować oraz zapewnić

dalsze wsparcie ze strony samorządu województwa – zaznaczył wicemarszałek.

W trakcie posiedzenia omówiono planowane inwestycje

drogowe mające na celu poprawę jakości infrastruktury komunikacyjnej w gminie. Radni podkreślali, że rozwinięta sieć dróg to kluczowy element wpływający na rozwój lokalnej społeczności oraz atrakcyjność gminy.

Rozmawiano również o znaczeniu opieki zdrowotnej i dostępności do niej mieszkańców. W tym kontekście wicemarszałek mówił o przekazanym tomografie komputerowym w szpitalu wojewódzkim w Łomży. Nowy sprzęt gwarantuje wysoką jakość diagnostyki związanej z chorobami wieńcowymi. Wicemarszałek podkreślał, że łomżyńska placówka jest stale wyposażana w nowoczesne technologie, dzięki czemu zwiększa się skuteczność i komfort leczenia.

## Ponad 4,5 mln zł na inwestycje w subregionie łomżyńskim



**Słoneczne elektrownie oraz modernizacje oświetlenia ulicznego to przedsięwzięcia, które zostaną zrealizowane w ramach dofinansowania z funduszy europejskich w Łomży, Małym Płocku i Przytułach. Dokumenty w tej sprawie podpisał w czwartek, 27 lipca, wicemarszałek Marek Olbryś z beneficjentami projektów.**

– Te przedsięwzięcia przede wszystkim zmniejszą koszty, ale także poprawią jakość i bezpieczeństwo w regionie. Oszczędność energetyczna to wyzwanie XXI wieku i cieszę się, że je podejmujecie. Dziękuję za poprawne napisanie wniosków, dzięki takim inwestycjom nasz region się rozwija. Życzę dobrego użytkowania – mówił Marek Olbryś.

Wicemarszałek zachęcił jednocześnie zgromadzonych bene-

ficjentów do korzystania z funduszy europejskich w przyszłej perspektywie.

### Nowoczesnie i ekologicznie

Na terenie Gminy Mały Płock zmodernizowane zostanie oświetlenie uliczne. W ramach projektu nowoczesne oprawy ze źródłami typu LED zastąpią wyeksploatowane lampy sodowe. Dodatkowo zainstalowany zostanie indywidualny system ich sterowania poprzez sieć internetową. Pojawi się także punkt oświetlenia ulicznego przy ul. Leśnej w Małym Płocku z zasilaniem z odnawialnych źródeł energii. Inwestycja pochłonie przeszło 1,4 mln zł. Dotacja z Unii Europejskiej to prawie 1,3 mln zł.

– Nowe oświetlenie pojawi się we wszystkich 26 miej-

scowościach gminy. Będzie to duża oszczędność energetyczna i znaczne zwiększenie bezpieczeństwa mieszkańców i użytkowników dróg – podkreślił wójt Małego Płocka Józef Dymerski. – Ta dotacja to ogromna pomoc, bez tego wsparcia nie byłoby nas na tę inwestycję stać – dodał.

O efektywność energetyczną zadba także miasto Łomża. To za sprawą wymiany oświetlenia ulicznego na głównych trasach w mieście: Alei Legionów, Alei Piłsudskiego, Szosie Zambrowskiej i ul. Wojska Polskiego. Koszt tej inwestycji to ponad 2,5 mln zł, jej dofinansowanie wyniosło przeszło 1,9 mln zł.

– Z dużą satysfakcją przyjęliśmy informację, że nasz wniosek uzyskał dofinansowanie. Jest

to bardzo istotne wsparcie, w ramach którego prawie 10 procent lamp oświetleniowych zostanie wymienionych na ledowe, co pozwoli nam wygenerować oszczędności, a ruch na tych ulicach będzie bezpieczniejszy i bardziej komfortowy – zaznaczył Andrzej Garlicki, zastępca prezydenta Łomży.

### OZE w Łomży i gminie Przytuły

W odnawialne źródła energii zainwestuje gmina Przytuły. Wybudowane zostaną tam mikroinstalacje fotowoltaiczne w gospodarstwach indywidualnych. Wartość tego projektu to niemal 1,21 mln zł, dofinansowanie – prawie 835 tys. zł

Ze źródeł odnawialnej energii skorzystają także spółdzielnie

mieszkaniowe w Łomży. I tak w ramach realizowanego projektu na dachach budynków należących do Spółdzielni Mieszkaniowej „Perspektywa” uruchomione zostaną elektrownie produkujące energię elektryczną z wykorzystaniem ogniw fotowoltaicznych. Jego wartość to ponad 680 tys. zł, dofinansowanie – niemal 410 tys. zł.

Panele fotowoltaiczne w Łomżyńskiej Spółdzielni Mieszkaniowej z kolei pojawią się na dachu budynku dawnej bazy technicznej przy ul. Konstytucji 3 Maja. Zmniejszy to koszty działalności spółki, ale również zredukuje emisję zanieczyszczeń do atmosfery. Koszt tego przedsięwzięcia to niemal 216,5 tys. zł. Dotacja ze środków unijnych wyniosła niemal 115 tys. zł.



TELEWIZJA  
narewOGLĄDAJ NA **140** KANAŁEvectra  
multiMedia

## RÓŻNE/SPRZEDAM

SZYCIE I NAPRAWA: PARASOLE, ALTANY, PRZEDSIONKI CAMPINGOWE, POKRYCIE NA ŁAODZIE, TAPICERKA, SKÓRY, TRUDNE MATERIAŁY. KOLNO UL. SENATORSKA 2. TEL. 698 947 100.

Sprzedam ule. Tel. 784 190 989.

Nawiążę współpracę z firmami jednoosobowymi w branży budowlanej na terenie Niemiec.  
TEL: 00491739247429.

Sprzedam działkę 5 arów na ROD „Bratek” w Stawiskach, murowany domek, elektryka, woda. Tel. 600 680 638.

Sprzedam nową pilarkę do drzewa 220 V, moc 2000 Wat. Cena 800 zł (w sklepie 1100 zł). Tel. 600 184 486.

## NIERUCHOMOŚCI

Wynajme od września umeblowane mieszkanie - 48 m<sup>2</sup> w Łomży, ul. Ks. Anny dla uczniów lub studentów. Tel. 511 599 670.

**Sprzedam mieszkanie 48 m<sup>2</sup> - 3 pokoje z kuchnią, II piętro w Łomży, ul. Wojska Polskiego cena 310 tys. zł. Tel. 784 934 051.**

## USŁUGI REMONTOWO-BUDOWLANE

Usługi dekarskie-**PERFEKT dach** pokrycia dachowe, wymiana konstrukcji dachowych, kominy z klinkieru, podbitki, montaż okien dachowych i włączów, materiały. Łomża, Boguszyce 17, Łukasz Just. Tel. 508 637 509.

Usługi hydrauliczn, instalacje sanitarne i C.O, montaż kłitowni, grzejników, ogrzewanie podłogowe, przerwóbki, odkurzacze centralne, pompy ciepła C.W.U. Tel. 668 645 922.

IWBUD Iwona Wiśniewska wypożyczalnia sprzętu budowlanego i ogrodniczego: -młoty wyburzeniowe i inne -zagęszczarki -rusztowania, piły spalinowe - kosiarki, wykaszarki do trawy, areator - sprzęt rolniczy Łomża, ul. Nowogrodzka 44B. Tel. 600 011 914.

**Usługi hydrauliczne PLUMBER Sobociński Sławomir: instalacje CO, instalacje wodno-kanalizacyjne, montaż urządzeń sanitarnych, kotłownia (olejowe, gazowe, węglowe), kolektory słoneczne, pełen zakres usług. Tel. 516 376 389.**

Układanie kostki brukowej: podjazdy, tarasy, chodniki i schody. SOLIDNIE. Tel. 509 981 956.

Usługi wykończeniowe solidnie i szybko - szpachlowanie i malowanie. Tel. 503 969 530

## DOM

EDWAL: meble na zamówienie. Projekt gratis. Tel. 86 218 79 53, 601 804 117.

## USŁUGI FINANSOWE

E-dyt biuro rachunkowe, Edyta Sokołowska - twoja pewność w rozliczeniach z Urzędem Skarbowym i ZUS. Zapraszamy: NOWY ADRES Łomża, ul. Nowogrodzka 155 d. Tel. 862 173 474, 606 728 258.



## USŁUGI RTV-AGD

Serwis ELEKTRO-AGD. Łomża, ul. Prusa 14 lok. 75. Tel. 86 2190 900.

Zakład usługowy RTV - Marek Brzeziak ul. Wojska Polskiego 26A, Łomża. Tel. 862 115 343, 696 884 735. Usługi w zakresie naprawy: TV, DVD VCR, KAMERY, LAPTOPY, MONITORY KOMPUTEROWE I INNE oraz montaż anten TV i SAT. www.brzesiakrtv.pl

## SALE WESELNE, USŁUGI WIDEOFILMOWANIE, ZESPOŁY MUZYCZNE

Fotografia ślubna, portretowa i okolicznościowa. rafallesicki.com Tel. 600 455 252.

Wesela, imprezy okolicznościowe, muzyka romska. Gra, śpiewa i tańczy „Dżduli”. Gwarancja dobrej zabawy. Tel. 698 621 178.

## MOTORYZACJA

AUTOZŁOMOWANIE, SKUP AUT DO DEMONTAŻU, ODBIÓR U KLIENTA. DOBRE CENY. 18-400 Grzymały k. Łomży. Tel. 602 259 306, 734 857 500. Elektromechanika samochodowa. Kompleksowy serwis klimatyzacji, nabijanie, odgrzybianie, sprawdzenie szczelności. Stara Łomża p/sz., ul. Akacja 5. Tel. 518 362 426.

Sprzedam Fiata Pandę 1,1 z gazem z 2003 roku. Przebieg 198 tys, stan dobry, gotowy do jazdy bez wkładu finansowego. Tel. 509 490 098. Cena 4000 PLN.

## ZDROWIE/URODA

Specjalista foniatra-otolaryngolog Lilianna U. Lechowicz. Tel. 086 218 22 29, 604 504 694.

**Zabierz rodzinę bądź przyjaciół do przytulnego domku w Balikach. „Domek u Zosi”. Tel. 501 627 081.**

## PRACA

Zatrudnię kierowcę -prawo jazdy kat.B, w tym załadowanie i rozładowanie dostaw - Piekarnia Piątnica, Stawiskowska 53b, kontakt w godz 8-12 tel. 86 219 13 34, 602 490 563, piekarnia.piatnica@op.pl



**ZEGARMISTRZ - STARY RYNEK 13.** Zapraszam poniedziałek - piątek 9.00 - 17.00. Sobota 10.00 - 14.00.

Wasz Zegarmistrz od 1981 roku

**POLMO SP. Z O.O.**  
18-421 PIĄTNICA  
UL. STAWISKOWSKA 34  
(BYŁY POLMOZBYT)  
**TEL. 606 250 600**

- WULKANIZACJA  
- NAPRAWY MECHANICZNE  
- KLIMATYZACJA  
- BADANIA TECHNICZNE  
- DIAGNOSTYKA KOMPUTEROWA  
STALI KLIENTI  
DODAKOWE UPUSTY

Dla stałych klientów spawanie plastików GRATIS!

**BLACHARSTWO - LAKIERNICTWO SAMOCHODOWE**  
**Janusz Dziemiński**  
**Rogienice Wielkie**  
**ul. Łazy 15**

tel. 603 943 572, tel. dom 86 218 06 63 po 20

**DZIAŁKA I OGRÓD KONARZYCE**

OFERTA rośliny iglaste rośliny liściaste na zamówienie oraz kwiaty i byliny

ul. Łomżyńska 517, Konarzyce  
+48 602 499 457

100-letnia tradycja zobowiązuje

ul. M.C. Skłodowskiej 1 Łomża  
ul. Sikorskiego 27 Łomża  
ul. Sienkiewicza 2 Łomża  
ul. Bernatowicza 6 Łomża  
ul. Kołłątaja 1A/17 Łomża  
ul. Przykoszarowa 22 Łomża  
ul. Stacha Konwy 11 Łomża  
ul. Wyszyńskiego 4D Zambrów  
ul. Wojska Polskiego 31 Zambrów

**SULIMA**

**DR KLUCZYK**

**HÖRMANN**  
Bramy • Drzwi • Napędy

**DORABIANIE KLUCZY**

**al. Legionów 52**  
**18-400 Łomża**

**tel. 731 697 210**

**CENTRUM SZKOLEŃ BHP i PPOŻ**  
**„WIKTOR”**  
mgr Agnieszka Skorupska  
**tel: 501 627 081**

RODO



# S19 w województwie podlaskim. Stan realizacji

Ponad 177 km długości będzie miała droga ekspresowa S19 w województwie podlaskim. Jej realizację Generalna Dyrekcja Dróg Krajowych i Autostrad podzieliła na 15 krótszych odcinków (uwzględniając obwodnicę Bielska Podlaskiego). Wyłoniono już wykonawców ośmiu odcinków. Dla dwóch GDDKiA jest w trakcie postępowania przetargowego, a wkrótce planuje ogłosić przetarg na wyłonienie wykonawcy kolejnego odcinka. Na odcinku od Kuźnicy do Sokółki trwają już prace budowlane w terenie.

Największym wyzwaniem jest tzw. południowa obwodnica Białegostoku. Tu decyzje o środowiskowych uwarunkowaniach dla odcinka Białystok Zachód - Ploski, prawomocnie uchylły w ubiegłym roku sądy. Dlatego GDDKiA zaktualizowała zgodnie z ich orzeczeniami raport oceny oddziaływania na środowisko i w lutym tego roku złożyła do Regionalnej Dyrekcji Ochrony Środowiska. Tym samym rozpoczęło się ponowne procedowanie decyzji o środowiskowych uwarunkowaniach (DŚU). GDDKiA spodziewa się jej do końca lipca.

## Droga w budowie...

Początek S19 to granica państwa w Kuźnicy. Nowa trasa będzie omijała Białystok od północy i zachodu, a następnie skieruje się na południe, aż za Bug.

Prace budowlane trwają już na odcinku od Kuźnicy do Sokółki, który ma być gotowy w I polo-



wie 2025 roku. Pozostałe odcinki realizacyjne są na różnym etapie zaawansowania.

## ... i w oczekiwaniu na ZRID

Sześć odcinków czeka na decyzję o zezwoleniu na realizację inwestycji drogowej, które są obecnie procedowane w Podlaskim Urzędzie Wojewódzkim. Wydania tych decyzji GDDKiA spodziewa się jeszcze w tym roku. Po ich uzyskaniu rozpocznie się budowa odcinków:

- Krynice - Dobrzyniewo - Białystok Zachód,
- Haćki - Bielsk Podlaski Zach.
- Bielsk Podlaski Zach. - Boćki,
- Boćki - Malewice,
- Malewice - Chlebczyn,
- Obwodnica Bielska Podlaskiego w ciągu DK66.

Powyższe odcinki powinny być gotowe z końcem 2025 roku.

## ... w przygotowaniu dokumentacji do wniosku o ZRID

Dla odcinka Ploski - Haćki wykonawca opracowuje wniosek o wydanie decyzji ZRID. Jako, że ten odcinek korzystał z dwóch decyzji środowiskowych - w części z decyzji prawomocnie uchylonej, w drugiej, większej części, z decyzji na którą skargi WSA w Warszawie oddalił, sąd zmodyfikował jego długość. Obecnie obejmuje odcinek Deniski - Haćki.

Przychylając się do postulatów organizacji ekologicznych w sprawie lokalizacji węzła Zabłudów w rejonie miejscowości Wojszki, został on przeniesiony. Obecnie węzeł jest planowany w rejonie miejscowości Deniski, na odcinku, który posiada decyzję środowiskową. Konieczne zmiany i prace projektowe przesunęły złożenie wniosku o ZRID na odcinek Deniski - Haćki, który do wojewody podlaskiego trafi przed końcem lipca 2023 r.

Jednocześnie, z dwóch odcinków Białystok Południe Ploski i Ploski Haćki został wyodrębniony dodatkowy odcinek Wojszki - Deniski obejmujący most na Narwi wraz z dojazdami, który będzie realizowany jako odrębne zadanie.

## W przetargu

W przetargach na wyłonienie wykonawcy w systemie Projektuj i Buduj są dwa odcinki na północ od Białegostoku (Sokółka - Czarna Białostocka oraz Czarna Białostocka - węzeł Białystok Północ), do których w sierpniu dołączy odcinek Białystok Północ - Dobrzyniewo.

Zgodnie z planem ta część S19 powinna zostać oddana do użytku w 2028 roku.

## W oczekiwaniu na nową decyzję środowiskową

Na początku czerwca 2021 roku GDDKiA otrzymała decy-

zję o środowiskowych uwarunkowaniach dla fragmentu S19 Białystok Zachód (dawnej Choroszcz) - Ploski. Niestety, wskutek złożonych skarg Wojewódzki Sąd Administracyjny uchylił ją w lutym 2022 r., a stanowisko to podzielił Naczelny Sąd Administracyjny w grudniu tego samego roku.

W ciągu trzech miesięcy od wyroku sądu, zgodnie z jego wskazaniem, GDDKiA zaktualizowała raport oddziaływania na środowisko. 21 lutego br. złożyła go w RDOŚ razem z wnioskiem o procedowanie DŚU. Do dnia dzisiejszego wydane zostały pozytywne opinie z Wód Polskich i Inspekcji Sanitarnej oraz zakończyło się postępowanie z udziałem społeczeństwa. Pod koniec czerwca RDOŚ ogłosił zakończenie postępowania dowodowego i poinformował o możliwości wydania decyzji do końca lipca br.

Wydanie DŚU umożliwi podjęcie dalszych działań zmierzających do realizacji tego fragmentu S19, w podziale na cztery odcinki realizacyjne:

- Białystok Zachód - Księżyno,
- Księżyno - Białystok Południe,
- Białystok Południe - Wojszki,
- Wojszki - Deniski.

Terminy realizacji tych odcinków będą zależne od terminu uzyskania dla nich wykonanej decyzji o środowiskowych uwarunkowaniach.

Warto jednak zauważyć, że przed uchyceniem DŚU, została opracowana dokumentacja dla odcinków realizacyjnych objętych uchyloną decyzją środowiskową (za wyjątkiem odcinka Wojszki - Deniski) i wykonawcy - w imieniu GDDKiA - złożyli wnioski o zezwolenie na realizację inwestycji drogowej. Tym samym dokumentacja, która jest własnością inwestora, jest do wykorzystania w toku dalszych prac.

Samo postępowanie o wydanie decyzji ZRID, z chwilą uchycenia decyzji środowiskowej, zostało wstrzymane do chwili uzupełnienia dokumentów o nową DŚU. GDDKiA planuje zrobić to natychmiast po jej otrzymaniu.

Zaawansowanie odcinków S19 w woj. podlaskim:

- Kuźnica - Sokółka, długość ok. 15,8 km (w tym 10,6 km S i 5,2 km dwujezdniowej GP), trwają prace budowlane;
- Sokółka - Czarna Białostocka, ok. 24,1 km, w przetargu;
- Czarna Białostocka - Białystok Północ, 13 km, w przetargu;
- Białystok Północ - Dobrzyniewo, ok. 8,8 km, przetarg w sierpniu br.;
- Dobrzyniewo - Białystok Zachód, ok. 10,2 km, w realizacji - GDDKiA oczekuje na ZRID;
- Białystok Zach. - Białystok Księżyno, ok. 16,6 km, GDDKiA oczekuje na nową DŚU;
- Białystok Księżyno - Białystok Południe, ok. 8 km S oraz ok. 13,8 km DK65, GDDKiA oczekuje na nową DŚU;
- Białystok Południe - Wojszki, ok. 11,2 km, GDDKiA oczekuje na nową DŚU;
- Wojszki - Deniski (most na Narwi z dojazdami) ok. 3,9 km, w przygotowaniu;
- Deniski - Haćki, ok. 6,6 km, w realizacji - wkrótce wniosek o ZRID;
- Haćki - Bielsk Podlaski Zachód, ok. 11,2 km, w realizacji - GDDKiA oczekuje na ZRID;
- Bielsk Podlaski Zachód - Boćki, ok. 12,2 km, w realizacji - GDDKiA oczekuje na ZRID;
- Boćki - Malewice, ok. 15,9 km, w realizacji - GDDKiA oczekuje na ZRID;
- Malewice - Chlebczyn, ok. 25,1 km, w realizacji - GDDKiA oczekuje na ZRID;
- Obwodnica Bielska Podlaskiego w ciągu DK66, ok. 6 km (GP), w realizacji - GDDKiA oczekuje na ZRID.

## Może ruszać rozbudowa DK63 w Wygodzie

Wojewoda Podlaski wydał decyzję o zezwoleniu na realizację inwestycji drogowej (ZRID) dla rozbudowy ok. 2,6 km DK63 przechodzącej przez Wygodę. To ostatni odcinek tej trasy pomiędzy węzłami na S8 i S61, który zostanie rozbudowany.

## Zakres inwestycji

Wraz z rozbudową droga zostanie wyposażona w zatoki autobusowe, ścieżkę pieszo - rowerową, dodatkowe jezdnie, nowe urządzenia bezpieczeństwa ruchu drogowego oraz stację ciągłego pomiaru ruchu. Przebudowane zostaną przepusty, a istniejący most zastąpiony przepustem. Skrzyżowanie z drogą powiatową nr 1938B na Modzele zostanie wykonane jako rondo, a pozostałe skrzyżowania będą przebudowane.

Umowę na zaprojektowanie i budowę podpisaliśmy 24 czerwca 2020 r. z konsorcjum firm: Przedsiębiorstwo Budownictwa Komunikacyjnego (lider), UNIBEP, VALUE ENGINEERING oraz PNOL.

Decyzja środowiskowa na realizację zadania została wydana przez Wójta Gminy Łomża 21 października 2021 r.

## Między S8 a S61

Odcinek, na który Wojewoda Podlaski wydał ZRID, zakończy modernizację DK63 między węzłem Zambrów Zachód na drodze S8 a węzłem Łomża Południe na drodze S61. Odcinek łączy się ze zrealizowanym w ramach budowy drogi S61 Łomża Południe - Łomża Zachód odcinkiem drogi krajowej nr 63.

## Źródło finansowania

Inwestycja jest przewidziana do finansowania ze środków budżetowych będących w dyspozycji Generalnego Dyrektora Dróg Krajowych i Autostrad.



# Damian Olender, stukilowa sztanga i rekordy Polski

Pochodzący z Łomży 30-letni Damian Olender na basenie Miejskiego Ośrodka Sportu i Rekreacji w Ostrołęce z wynikiem 514 powtórzeń ustanowił Rekord Polski w kategorii: „Najwięcej martwych ciągów z obciążeniem 100 kg wykonanych pod wodą w ciągu 1 godziny”. Poprzednim rekordzistą był Wojciech Sobierajski, a jego wynik wynosił 333 powtórzenia. Łomżniak pobił ten wynik o 181 powtórzeń, wykonując ich w sumie 514 i tym samym ustanowił nowy rekord.

- Plan był na ponad 400 powtórzeń. Dlatego też zacząłem robić po 7 powtórzeń w każdej minucie, ale dyspozycja tego dnia była na tyle dobra, że zacząłem zwiększać do 8 powtórzeń, następnie 9 i ostatnie 10-15 minut wykonywałem po 10 powtórzeń w serii – mówi Damian Olender. - W ustanowieniu rekordu problemem nie był ciężar sztangi, a oddech. Jednak gdy wydłużałem liczbę powtórzeń, dłużej mogłem wytrzymać pod wodą, a czas na odpoczynek skracał się – dodaje.

Jak przyznaje przygotowania do pobicia rekordu to tak naprawdę kilkanaście solidnie pracowanych lat.

- Można powiedzieć, że przygotowania do pobicia rekordu trwały 16 lat, bo tyle ogólnie trenuje na siłowni i wykonuje martwe ciągi, ale stricte pod ten rekord pod wodą wykonałem 3-4 treningi, które polegały na wykonywaniu martwych ciągów na wstrzymanym powietrzu, co miało choć trochę odzwierciedlić próbę pobicia rekordu. Dodatkowo wykonywałem systematycznie ćwiczenia oddechowe – wyjaśnia Damian Olender.

Rekord w kategorii: „Najwięcej martwych ciągów z obciążeniem 100 kg wykonanych pod wodą w ciągu 1 godziny” jest drugim na koncie Damiana Olendra. Łomżniak ze stukilową sztangą jest dobrze obeznany. 21 kwietnia 2023 roku ustanowił rekord Polski w kategorii: „Najwięcej martwych ciągów z obciążeniem 100 kg wykonanych w ciągu 12 godzin”, podnosząc sztangę 2768 razy.

- Taka liczba powtórzeń daje podniesionych ponad 276 ton, średnio prawie 400 kg w każdej minucie przez 12 godzin – uświadamia Damian Olender.

Jak zapowiada łomżniak ustanowione dwa rekordy Polski to dopiero początek.

- Na koncie mam już dwa, a w planach są kolejne. Na tę chwilę konkretnych nie mam, ale chciałbym ich z pewnością więcej. W tym roku na pewno jeszcze jeden. Jestem gotów do bicia rekordów znacznie cięższych i dłuższych. Chciałbym zrobić coś 24-godzinnego. Podoba mi się przełamywanie własnych granic, jest to trochę uzależniające, dlatego też kolejny rekord chciałbym żeby był naprawdę wymagający – tłumaczy łomżniak. - Przygotowany już jestem, bo jestem cały czas w treningu, ale z każdym rekordem wiąże się jego organizacja. Od opłaty dla biura rekordów, po przygotowanie kamer (każdą próbę rekordu trzeba nagrać) czy znalezienie miejsca w którym dany rekord mógłbym wykonać. Przy ostatnim rekordzie pomogła mi firma Ostrovit, której bardzo dziękuję. Jeśli znalazłaby się inna chętna firma wesprzeć moje rekordy byłbym bardzo wdzięczny. Ja ze swojej strony mogę zaoferować reklamę i oczywiście nowy rekord – zachęca Damian Olender.



## Turniej Siatkówki Plażowej MOSiR Łomża 2023 już za nami



Wyśmienita pogoda towarzyszyła zawodnikom, którzy postanowili wziąć udział w tegorocznej edycji Turnieju Siatkówki Plażowej MOSiR Łomża. W niedzielę 30 lipca, 11 dwuosobowych drużyn zmierzyło się na obiektach sportowych przy ul. Katyńskiej.

Turniej rozgrywany był równocześnie na dwóch boiskach plażowych, systemem brazylijskim (tj. podwójnych eliminacji). Sportowe emocje rozpoczęły się już o godzinie 10:00, kiedy to sędziowie z Podlaskiego Okręgowego Związku Piłki Siatkowej oficjalnie rozpoczęli zawody.

Wszyscy uczestnicy prezentowali wysoką formę sportową oraz ogromny hart ducha.

Po kilku godzinach emocjonujących spotkań wyłoniono najlepsze zespoły.

### KLASYFIKACJA KOŃCOWA

I miejsce: Żołnierze, czyli Artur Żołnierowicz i Jakub Żołnierowicz,  
II Miejsce: Duda-Rytelewski, czyli Krystian Duda i Mateusz Rytelewski,  
III miejsce: Flądery, czyli Bartosz Janczewski i Wiktor Kacprzyk,  
IV miejsce: Krasnale, czyli Bartosz Wiczerzycki i Adrian Just.

### NAJLEPSZE DRUŻYNY

Żeńska: Łapianki, to Edyta Sienkiewicz i Angelina Drozdowska,  
Mieszana: Fajny Team, to Paweł Gałczyk i Izabela Szumowska.

### WYRÓŻNIENIA INDYWIDUALNE

MVP: Jakub Żołnierowicz  
Najlepszy Atakujący: Krystian Duda.

Wszyscy uczestnicy otrzymali pamiątkowe medale, natomiast najlepsi oprócz medali, pucharów i statuetek, otrzymali karty podarunkowe.





**BAZYDŁO**  
FURNITURE<sup>PL</sup>



zakład produkcji  
drzwi wewnętrznych klasy premium  
i frontów meblowych

[bazydlofurniture.pl](http://bazydlofurniture.pl)

DRZWI  
FRONTY  
LAKIERNIA  
PRODUKCJA MEBLI

TELEFON:  
(+48) 693 444 174

ADRES:  
JEZIORKO, PRZEMYSŁOWA 40C  
18-421 PIĄTNICA

**PHU TYSZKO**  
Robert Tyszko

tel. 604 933 798

ul. Łąkowa 11A  
Łomża

**30** lat  
DOŚWIADCZENIA



**FIRMA**  
**BUDOWLANA**

- wykonywanie kompleksowo elewacji,
- układanie kostki brukowej,
- inne usługi od A do Z



[www.gram-ton.pl](http://www.gram-ton.pl)

Nowa inwestycja – Etap I



**SZMARAGDOWE**  
WZGÓRZE



DEVELOPMENT  
Zacharzewski — Skwirński

508 178 747  
86 219 81 81