

Pamięć wspomóżmy hojnością

1 listopada po zmroku wielu łomżyniaków wyrusza na spacer, aby popatrzeć na lunę nad cmentarzem przy ulicy Kopernika, a z czasem także przy Przykoszarowej. Wówczas jest trochę tak, jakby przybywały tam świetliste dusze naszych zmarłych. Gliniane znicze powróciły do łask, choć nie na taką skalę, aby znów przywrócić "zorz" nad cmentarzami. Mimo to wszyscy tam pójdziemy z kwiatami i świecącymi, bo pamiętanie jest obowiązkiem.

Trwałym składnikiem łomżyńskiej tradycji Dnia Wszystkich Świętych jest kwesta pod hasłem "Ratujemy Łomżyńskie Zabytki Cmentarne". W 1984 roku rozpoczęli ją działacze Polskiego Towarzystwa Turystyczno - Krajoznawczego z Józefem Grochowskim oraz harcerze z Józefem Babiem oraz fotograficy. Zbiórka pieniędzy przeznaczonych na renowację zabytkowych nagrobków, rzeźb, krzyży, ogrodzeń, kapliczek i wszelkich in-



nych elementów tworzących nekropolię, będzie miała w tym roku numer 34. bo w latach 80. poprzedniego stulecia nie odbywała się co roku. Łącznikiem z początkami jednego z najpiękniejszych społecznych działań w Łomży jest Józef Babel, obecnie prezes Towarzystwa Przyjaciół Ziemi Łomżyńskiej, które sprawuje obowiązki organizatora corocznych zbiórek.

- Łomżyńska kwesta niezmiennie nosząca nazwę „Ratujemy Łomżyńskie zabytki cmentarne” rozpoczęła się 39 lat temu. Kiedy zaczynaliśmy, plan cmentarza wskazywał, że do renowacji jest około 560 nagrobków. Może nie tyle zabytkowych, co wartościach, historycznych, bo nie wszystkie są zabytkami, choć sam cmentarz jest wpisany do rejestru zabytków jako cały obiekt. Tylko kilkadziesiąt poszczególnych nagrobków jest wpisanych do tego rejestru – opowiada podczas spaceru po nekropolii Józef Babel, prezes Towarzystwa Przyjaciół Ziemi Łomżyńskiej.

➔ Dokończenie na s. 3

Przysięgli wierność ojczyźnie na Starym Rynku w Łomży

Po intensywnym, czterotygodniowym okresie podstawowego szkolenia, pierwszą ważną uroczystością jest przysięga wojskowa. W obecności zaproszonych gości, rodziców i przyjaciół, po uroczystym podniesieniu flagi i odśpiewaniu hymnu państwowego, sześćdziesięciu elewów zostało pełnoprawnymi kandydatami na żołnierzy zawodowych. Przysięga dobrowolnych zasadniczych służb wojskowych została złożona na Starym Rynku w Łomży.

- Dziś, po kilku latach przerwy wróciliśmy na Stary Rynek w Łomży – miasta, którego żołnierze, ale również społeczeństwo stanowiło o polskości tej ziemi - mówił płk Paweł Gałązka, dziękując elewom za wytrwałość i życząc szczęścia w życiu osobistym i wojskowym. - Procedura związana z zostaniem żołnie-



rzem zawodowym jest złożona z dwóch, a nawet trzech etapów: deklaracja obywatela, udanie się do wojskowego centrum rekrutacji i spełnienia pewnych wymagań i wypełnienie wniosku, a przede wszystkim zapisanie się na szkolenie podstawowe, dwudziestoosmiodniowe, przy czym ten ostatni dzień najczęściej to uroczystości związane ze złożeniem przysięgi. Przysięga otwiera elewom drogę do kolejnego etapu, czyli 11-sto miesięcznego przygotowania do służby zawodowej. Obserwujemy bardzo duże zainteresowanie służbą w wojsku z czego się niezmiernie cieszę. Tych jednostek formowanych przybywa i na pewno jest też potrzeba żołnierzy zawodowych – tłumaczył dowódca 18 Łomżyńskiego Pułku Logistycznego, pułkownik Paweł Gałązka.

➔ Dokończenie na s. 6

Jaka nazwa dla drogi łączącej ul. Wojska Polskiego z ul. Nowogrodzką?

Prezydent Łomży zaprasza mieszkańców miasta do wyrażenia opinii w sprawie nadania nazwy drodze łączącej DK61 (ul. Wojska Polskiego) z DW645 (ul. Nowogrodzka) położonej w północno – zachodniej części miasta Łomża. Na podstawie uchwały nr 660/LXXVI/23 Rady Miejskiej Łomży z dnia 27 września 2023r. powyższa droga została zaliczona do kategorii

dróg powiatowych i został ustalony jej przebieg. Działki składające się na przedmiotową drogę zgodnie z danymi ewidencji gruntów i budynków m. Łomża stanowią użytek.

Proponowane nazwy dla przedmiotowej ulicy to: ul. Północna, ul. Zachodnia, ul. Obwodowa, ul. Ostrołęcka.

Mieszkańcy mogą wyrazić swoją opinię za pomocą sondy internetowej znajdującej się na stronie www.lomza.pl od 24.10.2023 r. do 7.11.2023 r.

Szczegółowych informacji udziela Wydział Gospodarowania Nieruchomościami Urzędu Miejskiego w Łomży, p. 210, tel. 86 2156820.

Mieszkańcy Łomży wybrali. Znamy wyniki BO

Ponad 13,7 tysiąca mieszkańców Łomży wzięło udział w głosowaniu na zadania zgłoszone do Budżetu Obywatelskiego na 2024 r., oddając w sumie prawie 43 tysiące głosów. Tradycyjnie najwięcej osób zdecydowało się wskazać swoje propozycje wypełniając papierowe karty do głosowania.

Spśród 54 propozycji w pięciu kategoriach mieszkańcy mogli wybierać te, które zostaną zrealizowane w przyszłym roku w ramach Budżetu Obywatelskiego. Głosowanie trwało od 19 września do 3 października. Łącznie papierowo zagłosowało 11 799 osób, zaś internetowo 1987 mieszkańców. Liczba ważnie oddanych głosów wyniosła 42 902, z czego papierowo było ich 35 762, zaś internetowo 7140. Do rozdysponowania była kwota 2,5 mln zł, z czego 600 tys. zł na zadania ogólnomiejskie, 900 tys. zł na strefowe (po 300 tys. zł na każdą z nich), 750 tys. zł na osiedlowe (po 50 tys. zł na każde z osiedli), 100 tys. zł na Młodzieżowy Budżet Obywatelski, 150 tys. zł na Zielony BO. Do realizacji wybranych zostało ostatecznie 27 projektów.

Wyniki głosowania zaprezentował zastępca prezydenta Andrzej Garlicki, będący jednocześnie przewodniczącym 29-osobowej Rady Budżetu Obywatelskiego. W swojej wypowiedzi przypomniał ideę budżetu partycypacyjnego.

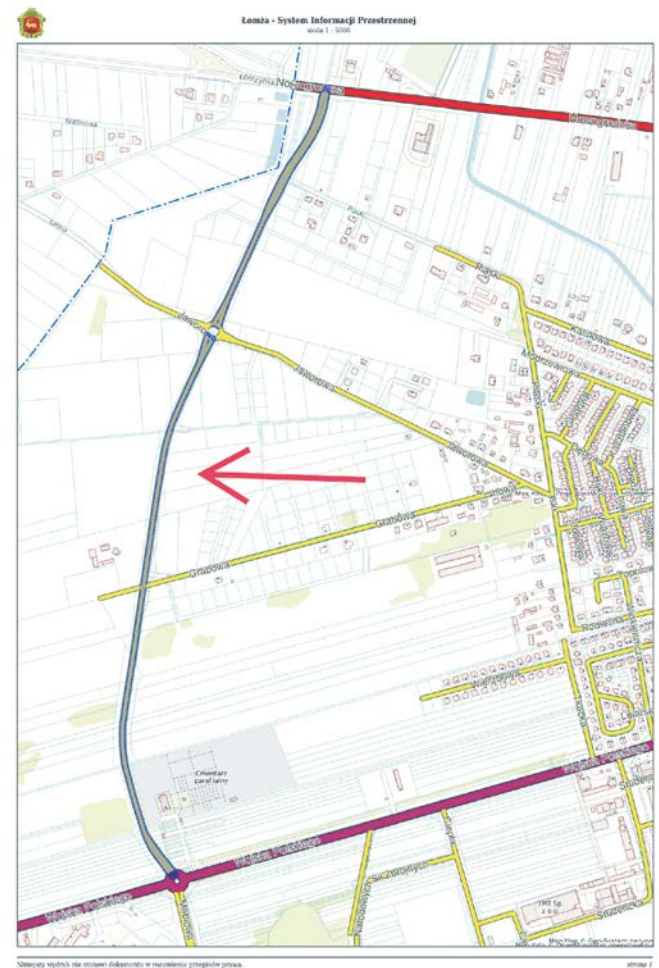
- Jest on podstawowym narzędziem wypowiedzi mieszkańców w zakresie ich potrzeb i oczekiwań, co do organizacji przestrzeni miejskiej – powiedział Andrzej Garlicki, dziękując wszystkim za zaangażowanie w pracę przy Budżecie Obywatelskim i gratulując autorom zwycięskich projektów oraz zachęcając do udziału w kolejnej jego edycji.

Zastępcy prezydenta towarzyszyła Angelika Obrycka, której pomysł pn. „Centrum Nauki Kopernik w Hali Kultury – wystawa objazdowa i pokazy naukowe”, zgłoszony w kategorii Młodzieżowy Budżet Obywatelski, zdobył najwięcej, bo aż 3571 głosów.

- Jestem wdzięczna za każdy oddany głos na wystawę Centrum Nauki Kopernik w Hali Kultury. To druga, po zielonych przystankach inicjatywa, której jestem pomysłodawczynią – mówiła podkreślając, że warto brać udział w tego typu projektach, gdyż dają one możliwość decydowania o tym, na co przeznaczone zostają środki budżetu miasta.



Wyniki głosowania					
Lp.	Nazwa zadania i jego lokalizacja	koszt realizacji zadania	liczba głosów papierowych	liczba głosów internetowych	Łączna liczba głosów
KATEGORIA I - ZADANIA OGÓLNO Miejskie					
1.	Szare na zielone, ul. Kierzkowa 7 (teren SP nr 4)	600 000 zł	2564	91	2655
KATEGORIA II - ZADANIA STREFOWE					
CENTRUM					
1.	Zestaw mobilnych boisk do koszykówki 3x3, Obiekty sportowe MOSIR	215 070 zł	2285	71	2356
6.	Przebudowa parkingu przy ul. Dmowskiego 2	90 000 zł	161	17	178
ŁOMŻYCA					
7.	Wspieramy Łomżyńskie osiedlenia - wymiana części ogrodzenia, ul. Wojska Polskiego 136	33 210 zł	450	292	742
8.	Modernizacja i rozbudowa placu zabaw, ul. Polna 40 A	300 000 zł	339	190	529
PÓŁDUNIE					
11.	Ruch i edukacja na świeżym powietrzu - modernizacja placu zabaw przy PP nr 14 w Łomży, ul. Kołłątaja 14 (działka nr 12239)	218 308,48 zł	2846	91	2937
KATEGORIA III - ZADANIA OSIEDLOWE					
1.	Rozbudowa placów zabaw, ul. Winiarskiego i Wronia, OSIEDLE 2	40 000 zł	517	195	712
2.	Remont wybranego odcinka ul. Obronców Łomży rozpoczynając od Obronców Łomży nr 43, ul. Obronców Łomży od nr 43 wzdłuż nr 41 w kierunku nr 22, OSIEDLE 3	50 000 zł	209	27	236
3.	Spotkania z kulturą, Hala Kultury, Stary Rynek 6, OSIEDLE 4	10 000 zł	278	34	312
4.	Ogrodzenie placu zabaw, ul. Nowogrodzka 6, OSIEDLE 4	40 000 zł	135	46	181
5.	Kulturalna Farna zaprasza - święto ulicy, ul. Farna, OSIEDLE 4	10 000 zł	104	32	136
6.	Łomżyńskie historie - utrwalamy pamięć o wielokulturowej historii Łomży, ul. Senatorska 13, OSIEDLE 5	40 000 zł	1171	404	1575
7.	Kładki na bulwarach, Łomżyńskie Bulwary, OSIEDLE 5	30 000 zł	883	252	1135
8.	Tablica radarowa „Prędkość” Zwolnij/Dziękuj, ul. Zdrojowa przed zakretem 34-36, OSIEDLE 6	35 000 zł	139	42	181
9.	Przebudowa parkingu przy ul. Dmowskiego 4, OSIEDLE 7	50 000 zł	167	18	205
10.	Osiedlowy piknik rodzinny, ul. Cegielińska (teren w okolicy placu zabaw), OSIEDLE 9	10 000 zł	668	11	79
11.	Budowa chodników łączących ul. Spokojną i Cegielińską oraz ul. Spokojną i Zabłą, działki nr 22428/18, 22514, 22515, OSIEDLE 9	40 000 zł	105	57	162
12.	Zakup sprzętu na miejski plac zabaw na ul. Mała Kraska, OSIEDLE 10	50 000 zł	73	38	111
13.	Dzień Sąsiedzi, plac zabaw przy ul. Mała Kraska, OSIEDLE 10	10 000 zł	101	4	105
14.	Piknik integracyjny budowania pozytywnej relacji międzysąsiedzkiej pt. „To my sąsiedzi”, Pl. Niepodległości, OSIEDLA 4, 8, 15	30 000 zł	151	46	197
15.	Wymiana nawierzchni parkingu przy ul. Prusa 19, OSIEDLA 11, 12	100 000 zł	481	94	575
16.	Zadanie o zdrowie - hartuj się z morami, plaża miejska, OSIEDLA 2, 5, 6, 14	40 000 zł	782	253	1035
KATEGORIA IV - MŁODZIEŻOWY BUDŻET OBYWATELSKI					
1.	Centrum Nauki Kopernik w Hali Kultury - wystawa objazdowa i pokazy naukowe, Hala Kultury, Stary Rynek 6	40 000 zł	3135	436	3571
2.	Piłka w grze - sportowe zmagania drużynowe, Obiekty sportowe na terenie Łomży	30 000 zł	2505	45	2550
3.	Aktywna Piątka Młodzieżowy Turniej Piłki Nożnej Dziewcząt i Chłopców, Obiekty sportowe przy SP nr 5 im. Stanisława Staszica w Łomży, ul. Polna 40A	20 000 zł	826	91	917
KATEGORIA V - ZIELONY BUDŻET OBYWATELSKI					
1.	Modernizacja Zielonej Strefy Relaksu w BUDOWLANCE dostępnej dla społeczności szkolnej i mieszkańców Łomży, teren przy ZSTiO nr 4, ul. Zielona 21	140 000 zł	2462	653	3115
3.	Zazielenienie przestrzeni publicznej (obsadzenie ozdobnymi krzewami, bylinami, tworzenie łaki kwietnej), teren przy SP nr 5, ul. Polna 40 A	10 000 zł	871	302	1173



Podsumowanie wyników BO 2024

Liczba oddanych kart - **13 786**
(1987 internetowo)

Liczba oddanych głosów - **42 902**
papierowo- 35 762, internetowo- 7 140

Lista zadań, które zdobyły największą liczbę głosów:

KATEGORIA OGÓLNO Miejska

Szare na zielone, ul. Kierzkowa 7 (teren SP nr 4) **2 655**

KATEGORIA STREFOWA

Ruch i edukacja na świeżym powietrzu - modernizacja placu zabaw przy PP nr 14 w Łomży, ul. Kołłątaja 14 **2 937**

KATEGORIA OSIEDLOWA

Łomżyńskie historie - utrwalamy pamięć o wielokulturowej historii Łomży, ul. Senatorska 13 **1 575**

MŁODZIEŻOWY BUDŻET OBYWATELSKI

Centrum Nauki Kopernik w Hali Kultury - wystawa objazdowa i pokazy naukowe, Hala Kultury, Stary Rynek **3 571**

ZIELONY BUDŻET OBYWATELSKI

Modernizacja Zielonej Strefy Relaksu w BUDOWLANCE dostępnej dla społeczności szkolnej i mieszkańców Łomży, teren przy ZSTiO nr 4, ul. Zielona 21 **3 115**



Zmiany w organizacji ruchu przy cmentarzach

W związku z obchodami dnia Wszystkich Świętych, w piątek 27 października 2023 r. w godzinach popołudniowych, została wprowadzona tymczasowa organizacja ruchu w rejonie cmentarzy w Łomży. Będzie ona obowiązywała przez tydzień, do przedpołudnia 3 listopada. W okresie od 28 października do 2 listopada w pobliżu nekropolii wyznaczone zostały okazjonalne miejsca pod handel.

Na ulicy Zawadzkiej wyłączony z ruchu został jeden pas lewoskrętu w ul. Sikorskiego. Natomiast na ulicy Sikorskiego, przed sygnalizacją świetlną, nieprzejezdny jest prawy pas jazdy na wprost w kierunku Al. Legionów. Zmiany te są podyktowane dopuszczeniem możliwości parkowania na wysokości cmentarza na prawym pasie jezdni ul. Sikorskiego.

Na skrzyżowaniu ulic Zawadzkiej i Kopernika jeden z parkingów przeznaczony został pod handel. Również przy ulicy Dworcowej wyznaczone zostały miejsca pod handel okolicznościowy.

Przy ulicy Przykoszarowej, w związku z zajęciem placu manewrowego autobusów MPK pod handel, zmianie uległo umiejscowienie przystanku autobusowego. Ponadto na nowym parkingu pomiędzy cmentarzem i kościołem kilka miejsc postojowych również zostało przeznaczonych pod handel okolicznościowy.

Linia specjalna i bezpłatna komunikacja na dzień Wszystkich Świętych

W związku z dniem Wszystkich Świętych, w środę 1 listopada 2023 r., Miejskie Przedsiębiorstwo Komunikacji uru-

chomi linię specjalną, łączącą cmentarze znajdujące się na terenie Łomży. Autobusy na tej trasie będą kursowały co 25 minut. Ponadto, zgodnie z zarządzeniem prezydenta Mariusza Chrzanowskiego, przejazdy na wszystkich liniach MPK w obrębie miasta będą bezpłatne.

1 listopada autobusy kursują wg. rozkładu obowiązującego w niedzielę i święta. Wszelkich informacji udziela Dystryktor MPK – tel. 86 2160335 – czynny całą dobę.

K/P	Nazwa przystanku	Linia specjalna 01.11.2023 r.																				
		9:00	9:25	9:50	10:15	10:40	11:05	11:30	11:55	12:20	12:45	13:10	13:35	14:00	14:25	14:50	15:15	15:40	16:05			
139	W. Politego MEBLOWA 11				9:40	10:05	10:30	10:55	11:20	11:45	12:10	12:35	13:00	13:25	13:50	14:15	14:40	15:05	15:30	15:55	16:20	16:45
26	W. Politego MPEC 09				9:41	10:06	10:31	10:56	11:21	11:46	12:11	12:36	13:01	13:26	13:51	14:16	14:41	15:06	15:31	15:56	16:21	16:46
25	WYŻSZA SZKOŁA AGROBIZNESU 07				9:42	10:07	10:32	10:57	11:22	11:47	12:12	12:37	13:02	13:27	13:52	14:17	14:42	15:07	15:32	15:57	16:22	16:47
30	W. Politego KOŚCİOL 05				9:44	10:09	10:34	10:59	11:24	11:49	12:14	12:39	13:04	13:29	13:54	14:19	14:44	15:09	15:34	15:59	16:24	16:49
41	Spokojna W. POLSKIEGO 02				9:45	10:10	10:35	11:00	11:25	11:50	12:15	12:40	13:05	13:30	13:55	14:20	14:45	15:10	15:35	16:00	16:25	16:50
61	Spokojna POPRZECZNA 04				9:46	10:11	10:36	11:01	11:26	11:51	12:16	12:41	13:06	13:31	13:56	14:21	14:46	15:11	15:36	16:01	16:26	16:51
187	Pileckiego AKADEMICKA 03				9:48	10:13	10:38	11:03	11:28	11:53	12:18	12:43	13:08	13:33	13:58	14:23	14:48	15:13	15:38	16:03	16:28	16:53
188	Pileckiego RONDO 01				9:49	10:14	10:39	11:04	11:29	11:54	12:19	12:44	13:09	13:34	13:59	14:24	14:49	15:14	15:39	16:04	16:29	16:54
90	Przykoszarowa PETLA V 04				9:53	10:18	10:43	11:08	11:33	11:58	12:23	12:48	13:13	13:38	14:03	14:28	14:53	15:18	15:43	16:08	16:33	16:58
92	Przykoszarowa KOŚCİOL 06				9:54	10:19	10:44	11:09	11:34	11:59	12:24	12:49	13:14	13:39	14:04	14:29	14:54	15:19	15:44	16:09	16:34	16:59
94	Zawadzka SYBIRAKÓW 07				9:56	10:21	10:46	11:11	11:36	12:01	12:26	12:51	13:16	13:41	14:06	14:31	14:56	15:21	15:46	16:11	16:36	17:01
96	Zawadzka GALERIA ŁOMŻA 05				9:58	10:23	10:48	11:13	11:38	12:03	12:28	12:53	13:18	13:43	14:08	14:33	14:58	15:23	15:48	16:13	16:38	17:03
98	Zawadzka MAZOWIECKA 08				9:59	10:24	10:49	11:14	11:39	12:04	12:29	12:54	13:19	13:44	14:09	14:34	14:59	15:24	15:49	16:14	16:39	17:04
100	Zawadzka KSIĘŻEJ ANNY 01				10:01	10:26	10:51	11:16	11:41	12:06	12:31	12:56	13:21	13:46	14:11	14:36	15:01	15:26	15:51	16:16	16:41	17:06
75	Sikorskiego CMENTARZ 11				10:03	10:28	10:53	11:18	11:43	12:08	12:33	12:58	13:23	13:48	14:13	14:38	15:03	15:28	15:53	16:18	16:43	17:08
5	Al. Legionów KOPERNIKA 03				10:05	10:30	10:55	11:20	11:45	12:10	12:35	13:00	13:25	13:50	14:15	14:40	15:05	15:30	15:55	16:20	16:45	17:10
3	Al. Legionów KONTAKTY 01				10:07	10:32	10:57	11:22	11:47	12:12	12:37	13:02	13:27	13:52	14:17	14:42	15:07	15:32	15:57	16:22	16:47	17:12
2	Pl. Kosciuszki JANITAR 02				10:09	10:34	10:59	11:24	11:49	12:14	12:39	13:04	13:29	13:54	14:19	14:44	15:09	15:34	15:59	16:24	16:49	17:14
1	Pl. Kosciuszki DELIKATESY 01	9:00	9:25	9:50	10:15	10:40	11:05	11:30	11:55	12:20	12:45	13:10	13:35	14:00	14:25	14:50	15:15	15:40	16:05			
38	Al. Legionów PO CZTA 02	9:01	9:26	9:51	10:16	10:41	11:06	11:31	11:56	12:21	12:46	13:11	13:36	14:01	14:26	14:51	15:16	15:41	16:06			
4	Al. Legionów URZĄD GMINY 04	9:02	9:27	9:52	10:17	10:42	11:07	11:32	11:57	12:22	12:47	13:12	13:37	14:02	14:27	14:52	15:17	15:42	16:07			
74	Sikorskiego LIDL 10	9:04	9:29	9:54	10:19	10:44	11:09	11:34	11:59	12:24	12:49	13:14	13:39	14:04	14:29	14:54	15:19	15:44	16:09			
76	Sikorskiego WYSZYŃSKIEGO 12	9:05	9:30	9:55	10:20	10:45	11:10	11:35	12:00	12:25	12:50	13:15	13:40	14:05	14:30	14:55	15:20	15:45	16:10			
99	Zawadzka GALERIA VENEDA 02	9:06	9:31	9:56	10:21	10:46	11:11	11:36	12:01	12:26	12:51	13:16	13:41	14:06	14:31	14:56	15:21	15:46	16:11			
97	Zawadzka PRUSA 04	9:08	9:33	9:58	10:23	10:48	11:13	11:38	12:03	12:28	12:53	13:18	13:43	14:08	14:33	14:58	15:23	15:48	16:13			
95	Zawadzka PRZYKOSZAROWA 06	9:10	9:35	10:00	10:25	10:50	11:15	11:40	12:05	12:30	12:55	13:20	13:45	14:10	14:35	15:00	15:25	15:50	16:15			
93	Przykoszarowa KOLLATAJA 03	9:12	9:37	10:02	10:27	10:52	11:17	11:42	12:07	12:32	12:57	13:22	13:47	14:12	14:37	15:02	15:27	15:52	16:17			
90	Przykoszarowa PETLA V 04	9:14	9:39	10:04	10:29	10:54	11:19	11:44	12:09	12:34	12:59	13:24	13:49	14:14	14:39	15:04	15:29	15:54	16:19			
91	Przykoszarowa JEDNOSTKA WOJSKOWA 01	9:15	9:40	10:05	10:30	10:55	11:20	11:45	12:10	12:35	13:00	13:25	13:50	14:15	14:40	15:05	15:30	15:55	16:20			
165	Pileckiego AL. LEGIONÓW 02	9:16	9:41	10:06	10:31	10:56	11:21	11:46	12:11	12:36	13:01	13:26	13:51	14:16	14:41	15:06	15:31	15:56	16:21			
168	Pileckiego ŁOMŻYŃSKA 04	9:17	9:42	10:07	10:32	10:57	11:22	11:47	12:12	12:37	13:02	13:27	13:52	14:17	14:42	15:07	15:32	15:57	16:22			
169	Spokojna PARKING 05	9:18	9:43	10:08	10:33	10:58	11:23	11:48	12:13	12:38	13:03	13:28	13:53	14:18	14:43	15:08	15:33	15:58	16:23			
62	Spokojna MPK 03	9:19	9:44	10:09	10:34	10:59	11:24	11:49	12:14	12:39	13:04	13:29	13:54	14:19	14:44	15:09	15:34	15:59	16:24			
64	Spokojna FABRYCZNA 01	9:20	9:45	10:10	10:35	11:00	11:25	11:50	12:15	12:40	13:05	13:30	13:55	14:20	14:45	15:10	15:35	16:00	16:25			
29	W. Politego POLNA 06	9:22	9:47	10:12	10:37	11:02	11:27	11:52	12:17	12:42	13:07	13:32	13:57	14:22	14:47	15:12	15:37	16:02	16:27			
23	W. Politego TKACKA 08	9:23	9:48	10:13	10:38	11:03	11:28	11:53	12:18	12:43	13:08	13:33	13:58	14:23	14:48	15:13	15:38	16:03	16:28			
27	W. Politego TRAFOSTACJA 12	9:24	9:49	10:14	10:39	11:04	11:29	11:54	12:19	12:44	13:09	13:34	13:59	14:24	14:49	15:14	15:39	16:04	16:29			
200	W. Politego CMENTARZ 14	9:25	9:50	10:15	10:40	11:05	11:30	11:55	12:20	12:45	13:10	13:35	14:00	14:25	14:50	15:15	15:40	16:05	16:30			



Fot. W. Kosiński

Pamięć wspomóżmy hojnością

Co roku w kweście bierze udział ponad sto osób. Także w tym roku, przy bramach nekropolii przy ul. Kopernika jak zwykle z puszkami pojawią się przedstawiciele parlamentu, samorządu, ważnych instytucji i organizacji, dziennikarze, harcerze, działacze TPZŁ. W ubiegłym roku, podczas kwesty, udało się zbierać 54 tysiące złotych.

- Takim obiektem, którego renowacja przyniosła nam największą satysfakcję jest pomnik rodziny Puchalskich. Przez kilkanaście lat szukaliśmy wykonawcy. Monumentalny, granitowy pomnik, z kamienia polnego, absolutnie zdestabilizowany z połamanym krzyżem. Konserwatorzy wraz z geologami znaleźli złoża kamienia, aby ten krzyż odtworzyć. To dało naprawdę dużą satysfakcję. Z tych środków opłaciliśmy również nagrobek w innej części cmentarza, w części prawosławnej. Chodzi o nagrobek Teodora Geislera – mówi Józef Babel.

Jak informuje Józef Babel, część zebranych w tym roku pieniędzy, zostanie przeznaczona na opłacenie rachunku za dwie płyty, które nie pojawią się jeszcze na nagrobkach przed 1 listopada z uwagi na wilgoć.

- Mamy jeszcze nieopłacone rachunki za dwie tablice, dwóch

najstarszych nagrobków na łomżyńskim cmentarzu, Seweryna Bończy – Skarzyńskiego z 1814 roku i Antoniego Jezierskiego z 1822 roku – wyjaśnia prezes TPZŁ.

Kwesta co roku cieszy się dużym powodzeniem. Łomżyniacy i ich goście chętnie otwierają swoje serca i portfele. Dla większości kwestujących jest to już tradycja.

- Kiedyś profesor Waldorf, ten który rozpoczął kwestę na warszawskich Powązkach, to była pierwsza kwesta, nasza jest druga, powiedział, że cmentarze są kotwicami narodu. Faktycznie tak jest. Tu jest nasza przeszłość. Cmentarz Łomżyński jest najstarszym cmentarzem na wschód od Wisły. Już samo to powoduje, że warto ratować nagrobki, które się na nim znajdują. Udało się zrobić już bardzo dużo. Każdy kto wejdzie na Łomżyński cmentarz i spojrzy na te nagrobki, to myślę, że sam sobie odpowie na pytanie: co by było, gdyby tej kwesty nie było – podsumowuje Józef Babel, Prezes Towarzystwa Przyjaciół Ziemi Łomżyńskiej.

Jak przypomina portal historyjny.pl, pierwotnym miejscem pochówków w Łomży była Katedra i jej otoczenie. Gdy jednak Łomża znalazła się

pod władzą pruską na przełomie XVIII i XIX wieku, sanitarne przepisy doprowadziły do zamknięcia nekropolii w centrum miasta i utworzenie jej na obrzeżach, na niewielkim piaszczystym wzgórzu. Oficjalny rok założenia nekropolii to 1801, a więc niewiele później niż Powązki w Warszawie, a wcześniej niż najstarszy krakowski cmentarz Rakowicki.

W dodatku łomżyńska nekropolia jest w istocie zespołem cmentarzy: katolickim, ewangelickim i prawosławnym, co jest spuścizną różnych epok politycznych w dziejach miasta (jest też część komunalna) i dowodem na wielokulturowość grodu. Nadal znajduje się w obrębie cmentarnych murów ponad 500 zabytkowych obiektów, które wymagają szczególnej troski i funduszy.

Główny ciężar renowacji cmentarnych nagrobków i innych elementów od lat wzięli na siebie mieszkańcy Łomży i goście miasta biorący udział w kwestach. Według danych TPZŁ od początku zbierania datków udało się odrestaurować około 300 nagrobków. Niektóre były odnawiane już dwukrotnie. Także w tym roku 1 i 2 listopada, od około 8:00 – 9:00 rano do zmroku, prosimy wraz z organizatorami o hojność.

To była najlepsza kampania w historii Łomżyńskiej Platformy

O kampanii parlamentarnej, zwycięstwie Alicji Łepkowskiej-Gołaś, reakcjach lokalnych włodarzy, ale także "podatkowej" sesji rady miasta, przyszłorocznym budżecie Łomży i zbliżających się wyborach samorządowych oraz potencjalnych kandydaturach, z **PIOTREM SERDYŃSKIM**, radnym miasta Łomża oraz przewodniczącym łomżyńskich struktur Platformy Obywatelskiej, rozmawia Marlena Siok.

Marlena Siok: - 13,5 tysiąca głosów dla Alicji Łepkowskiej-Gołaś, z czego ponad 6 tysięcy w samej Łomży i zdobycie mandatu poselskiego to historyczna chwila dla Łomżyńskiej Platformy?

Piotr Serdyński: - Zdecydowanie tak. Dzień po tym, gdy wyniki głosowania spłynęły do Państwowej Komisji Wyborczej, użyłem takiego sformułowania, że 15 października w Łomży skończył się PiS. Jediną osobą, która będzie reprezentowała Łomżę w Sejmie będzie Alicja Łepkowska-Gołaś. To właśnie ona wygrała wybory w Łomży, zdobywając największą liczbę głosów. Jeszcze nie tak dawno, kiedy rozmawialiśmy o zbliżającej się kampanii parlamentarnej, wielokrotnie docierały do mnie takie głosy, że łomżyńska Platforma Obywatelska nie ma szans na to, by mieć swoją reprezentantkę bądź reprezentanta w Sejmie. Wiele osób zarzucało nam, że na przestrzeni 20 lat funkcjonowania Łomżyńskiej Platformy, było już wiele podejść, wiele przeprowadzonych kampanii, które nie skutkowały wygraną. Ja się nie zrażałem tymi opiniami. Od 2 lat, od kiedy pełnię funkcję przewodniczącego miejskich struktur PO, staram stawiać sobie ambitne cele, a także budować drużynę, która jest nastawiona na ciężką pracę, na sukces. Ten sukces udało się osiągnąć. To była bardzo dobra kampania, najlepsza w historii łomżyńskiej Platformy. Przede wszystkim dlatego, że prowadziliśmy ją wśród ludzi. Nie tylko przez ostatnie tygodnie, miesiące kampanii wyborczej, ale przepracowaliśmy ciężko ostatnie lata, będąc wśród ludzi, rozmawiając z nimi. Kampania parlamentarna była tak naprawdę kulminacją naszych działań. Byliśmy obecni na terenie całego województwa podlaskiego. To wszystko przyniosło znakomity efekt. Najpierw udało nam się wywalczyć bardzo wysokie miejsce na liście, które psychologicznie dało ogromną siłę, a następnie ruszyliśmy na ulice, by przekonywać ludzi, że warto postawić na Alicję Łepkowską-Gołaś, że Łomża potrzebuje takiej właśnie repre-



zentantki w Sejmie. Chciałbym podziękować wszystkim mieszkańcom i mieszkańcom Łomży, Ziemi Łomżyńskiej za tę niesamowitą mobilizację. Ponad 70-procentowa frekwencja jest osiągnięciem historycznym. Dużo lepszy rezultat niż przy wyborach w 1989 roku. Pokazuje to, jak wielka była skala mobilizacji, jak wiele osób, które nie brały udziału do tej pory w wyborach, jednak zdecydowały się w nie zaangażować, wziąć sprawy w swoje ręce, bo zależało im na Polsce demokratycznej, praworządnej, uczciwej i bezpiecznej. To nasze wspólne marzenie udało się zrealizować. Demokratyczna opozycja będzie miała w przyszłym Sejmie większość – 248 mandatów, która pozwoli zbudować

przyszły rząd. To z pewnością się stanie. Wspólne oświadczenie liderów partii opozycyjnych już wybrzmiało, Donald Tusk został przez nie rekomendowany, jako kandydat na przyszłego premiera, a teraz czekamy na ruch pana prezydenta Andrzeja Dudy. Jestem jednak przekonany, że właśnie ta demokratyczna większość utworzy nowy rząd.

M.S: - Sporo ryzykowaliście wystawiając z Ziemi Łomżyńskiej tylko jedną kandydatkę...

P.S: - To prawda, ale tutaj też dobra współpraca z przewodniczącym Jackiem Piorunkiem spowodowała, że mieliśmy jedną wspólną kandydatkę, jako miasto Łomża i Powiat Łomżyński. Dzięki temu te głosy nie rozdrob-

niły się. Myślę, że to również doprowadziło do sukcesu. Już dzień po wyborach mieliśmy mnóstwo telefonów z gratulacjami od mieszkańców Łomży i Ziemi Łomżyńskiej, przedsiębiorców czy samorządowców. Natomiast, tego gestu, zabrakło ze strony prezydenta Łomży Mariusza Chrzanowskiego. Dla mnie jest to sytuacja niezwykle bulwersująca. Jeżeli władz tego miasta kieruje się osobistymi uprzedzeniami i nie potrafi pogratulować jedynej posłance, która będzie reprezentowała Łomżę, to jak w przyszłości wyobraża sobie współpracę? Nie tylko z panią posłanką, ale także większością sejmową? Pan prezydent nie powinien kierować się osobistymi uprzedzeniami, a interesem mia-

sta. Dokładnie pamiętamy, co działo się podczas tej kampanii. Według mnie pan prezydent zagrał vabank, postawił na popieranie Prawa i Sprawiedliwości, kandydatów z tej listy. Bardzo mnie dziwi także fakt, że jeszcze dwa dni przed ciszą wyborczą pan Chrzanowski wystąpił na wspólnej konferencji prasowej z Jackiem Sasinem, udzielając mu poparcia. W moim przekonaniu mogło spowodować to, że Łomża zamiast dwóch posłanek ma tylko jedną. Wiemy, że wiele głosów zostało oddanych na Jacka Sasina, kandydata z Warszawy. Z kolei zastępca prezydenta Łomży, Pan Andrzej Stypulkowski, wystąpił na wspólnej konferencji z wicemarszałkiem województwa podlaskiego Se-

bastianem Łukaszewiczem, kandydatem z Białegostoku, udzielając mu poparcia. Jeżeli kierujemy się interesem miasta powinniśmy stawiać na kandydatów stąd. Mnie zachowanie względem Alicji Łepkowskiej-Gołaś oburza też jako mężczyznę. Jak można tak zachować się wobec kobiety? Nie zdobyć się na taki gest? Nawet samorządowcy z Prawa i Sprawiedliwości zdobyli się na telefon z gratulacjami. Pan prezydent Chrzanowski gratulował kandydatom z Prawa i Sprawiedliwości z innych miejscowości, a posłance z Łomży nie potrafił powiedzieć tych kilku słów. W moim przekonaniu dyskwalifikuje go to, jako samorządowca, gdyż nie kieruje się interesem miasta.

M.S: - **Panie radny, polityka ogólnokrajowa jest szalenie istotna, ale nie mniej istotna jest polityka lokalna... Sesja Rady Miejskiej - podatkowa - za nami. Zdecydowaliście. Podatki od nieruchomości, od środków transportu i od posiadania psa nie będą podniesione...**

P.S: - Mnie osobiście to nie dziwi, ponieważ jestem przekonany, że prezydent nie miałby większości do tego, żeby podwyższyć podatki w mieście Łomża. Już rok temu jako Obywatelski Klub Samorządowy sprzeciwiliśmy się inicjatywie prezydenta, który próbował podnieść podatki o 12 procent. Stanowczo nie wyraziliśmy zgody na tak gigantyczną podwyżkę. Zdając sobie sprawę z inflacji, z tego, że Łomża potrzebuje dodatkowych środków chociażby na podwyżki wynagrodzeń dla osób pracujących w miejskich jednostkach budżetowych, złożyliśmy własną propozycję. Dzięki temu ta podwyżka podatków była na poziomie 6 procent. Obserwując obecną politykę prezydenta, uważam, że nadal zbyt wiele pieniędzy wydatkowanych jest chociażby na propagandę. Mam tu na myśli chociażby gazety drukowane przez Urząd Miejski w Łomży, w których atakuje się radnych opozycyjnych. Pieniądże zamiast na te najbardziej potrzebne rzeczy wydatkowane są chociażby na dekorację świąteczną. Te priorytety, które my wskazywaliśmy nadal nie są brane pod uwagę przez prezydenta. Przez to, że ta polityka jest tak nieodpowiedzialna, na pewno nie zgodzilibyśmy się na żadną podwyżkę. Pan prezydent prawdopodobnie wiedząc, że w tej chwili nie ma większości w radzie, nie miał innego wyjścia. Nie mógł proponować podwyżki podatków, ponieważ nie byłoby na to zgody radnych.

M.S: - **To, że podatki nie zostaną podniesione, to dla mieszkańców Łomży z pewnością dobra wiadomość. Wydaje się, że dla budżetu również, bo nieruchomości w Łomży przybywa...**

P.S: - To prawda. Mimo, że podatków nie podnieśliśmy, do miasta i tak wpłynie więcej pieniędzy. Natomiast do 15 listopada czekamy na propozycję pana prezydenta. Właśnie wtedy otrzymamy projekt budżetu. Gdy tylko będziemy go już znali, dokonamy analizy i odniesiemy się do propozycji, które przedstawi nam. Rok temu jako Obywatelski Klub Samorządowy przygotowaliśmy swoje poprawki i większość z nich została uwzględniona. Pozwoliło to na uchwalenie budżetu. Na pewno będziemy obserwowali jak wysoki kredyt proponuje prezydent na przyszły rok i co będzie priorytetem dla miasta Łomża. Wówczas zdecydujemy jakie poprawki przedstawimy jako radni opozycyjni, i jak będziemy głosować.

M.S: - **Panie radny, kadencja rady miasta powoli dobiega końca. Jak Pan ocenia te 5 lat, majątek, którym dysponuje miasto, inwestycje, które udało się zrealizować czy zadłużenie sięgające 200 milionów złotych...**

P.S: - Jeśli chodzi o inwestycje, w moim odczuciu, wiele z nich zostało przeplanowanych. Część inwestycji była prowadzona w sposób wątpliwy co do gospodarności. Weźmy chociażby Stary Rynek, który mógłby zostać zrealizowany za około 6 milionów, a finalnie kosztował nas 10 milionów złotych. Ale to nie tylko Stary Rynek. To na przykład hala sportowa przy Szkole Podstawowej nr 5 w Łomży. W tej chwili inwestycja ta czeka na dokończenie, rozstrzygnięcie przetargu. W mojej ocenie również jest przeszacowana. Zresztą nie tylko w mojej. Rozmawiając z ekspertami, którzy przeanalizowali projekt złożony przy realizacji tej inwestycji, wiele przesłanek wskazywało na to, że ona mogłaby zostać wykonana mniejszym kosztem. W innych samorządach, na przykład w Białymstoku, podobne inwestycje są realizowane za kwoty rzędu 10 – 12 milionów złotych, a już na ten moment wiemy, że hala sportowa przy Szkole Podstawowej nr 5 w Łomży będzie kosztowała miasto około 20 milionów złotych. Za takie pieniądze moglibyśmy wykonać dwie podobne inwestycje, dzięki czemu halę zyskalibyśmy na przykład Szkoła Podstawowa nr 4, tak bardzo potrzebną. Dzisiaj placówka ta dysponuje jedynie małą salą, w której nie ma warunków do prowadzenia właściwie za-

jęć z wychowania fizycznego. Mało tego, dziewczęta, które trenują tam koszykówkę, które odnoszą naprawdę imponujące sukcesy, nie mają warunków do tego, aby rozgrywać zawody w swojej szkole. Muszą korzystać z życzliwości dyrektorów innych szkół i hal, które się tam znajdują. W Łomży, niestety, takich przeplanowanych inwestycji jest więcej. Ja mam przekonanie, że Łomża ma ogromny potencjał. Ten potencjał to chociażby dobra baza edukacyjna, dynamicznie rozwijające się uczelnie wyższe, infrastruktura sportowo - rekreacyjna, ale przede wszystkim kapitał ludzki. Dobrze wykształceni, zdolni, ciężko pracujący ludzie. Ten potencjał dzisiaj nie jest wykorzystywany. Pan prezydent Chrzanowski nie ma żadnej strategii jak go skutecznie wykorzystać. Jeżeli chcemy, aby Łomża rozwijała się dynamicznie, aby zatrzymać trend wyludniania się, potrzebujemy w mieście dużych inwestycji, dobrej strategii czy chociażby współpracy z przedsiębiorcami, którzy zasilają budżet miasta swoimi podatkami. Dzisiaj takiej współpracy nie widzę. Rada gospodarcza przy prezydencie, co widać, jest ciałem martwym. Śniadania biznesowe, które miały powodować, że ta relacja między władzą wykonawczą, a przedsiębiorcami miałaby się zacieśniać, nie przynoszą dzisiaj oczekiwanego efektu. Frekwencja na tych spotkaniach jest coraz niższa. Moim zdaniem to nie jest przypadek. Przedsiębiorcy oczekują poważnego traktowania, a nie zapraszania tylko po to, by zrobić sobie wspólne zdjęcie. Jeżeli chcemy, aby w Łomży wydarzyły się poważne inwestycje, dzięki którym powstaną nowe miejsca pracy, które spowodują, że młodzi ludzie nie będą chcieli stąd wyjeżdżać, potrzebujemy dobrej współpracy z rządem czy samorządem województwa. Wiemy, że ten rząd będą tworzyły partie opozycyjne, co do których prezydent już teraz nie potrafi wykonać podstawowych gestów świadczących o tym, że jest odpowiedzialnym samorządowcem, gotowym do współpracy. Wiemy już, że podlascy radni Koalicji Obywatelskiej i Polskiego Stronnictwa Ludowego złożyli wniosek o odwołanie marszałka województwa podlaskiego Artura Kosickiego. To właśnie, prawdopodobnie, PO i PSL będą tworzyły nowy rząd województwa. Za pół roku odbędą się także wybory samorządowe, i w tym przypadku również jestem przekonany, że to właśnie partie demokratyczne będą tworzyły nową większość

w zarządzie sejmiku województwa podlaskiego.

M.S: - **Na kanwie tego, o czym Pan mówi zapytam wprost, otwartym tekstem, czy Piotr Serdyński będzie kandydatem na urząd prezydenta Łomży?**

P.S: - Dzisiaj za wcześnie jest jeszcze na deklaracje. Rozmawiamy wśród ugrupowań opozycyjnych, wśród partii demokratycznych i lokalnych środowisk. Naszym wspólnym celem jest stworzenie jednego silnego komitetu. To, kto będzie kandydatem na prezydenta Łomży, będzie wypadkową rozmów. Jestem przekonany, że wspólnie dojdziemy do strategicznie najlepszego konsensusu, tak by stworzyć silną drużynę. Samorząd to nie tylko prezydent, to również jego zastępcy, to również ludzie, którzy będą tworzyli nową strukturę miasta, którzy spowodują, że to miasto będzie funkcjonowało harmonijnie. Mam wrażenie, że po tych blisko 10 latach nasz ratusz potrzebuje nowego otwarcia. Nad tym już pracujemy, już przygotowujemy się do wyborów samorządowych. Myślę, że niebawem dojdziemy do konsensusu i przedstawimy kandydata, który zwycięży z panem Chrzanowskim i będzie nowym prezydentem.

M.S: - **Kiedy taki kandydat mógłby zostać przedstawiony?**

P.S: - Z szacunku dla partnerów po stronie opozycyjnej, nie będę dzisiaj składał takich deklaracji. Myślę, że na przestrzeni kilku tygodni podamy termin, w którym wskażemy wspólnego kandydata. Dla mnie w tej chwili najważniejsze jest to, aby doprowadzić do rozmów, które będą skutkowały powstaniem jednego wspólnego, silnego komitetu, które pozwolą wyłonić wspólnego kandydata. Jeszcze raz podkreślę, że te nowe otwarcie jest potrzebne. Wybory parlamentarne pokazały, jak wiele jest osób, które chcą z nami rozmawiać. Pojawia się coraz więcej sygnalistów, którzy udowadniają, że obecna władza pogubiła się w rządzeniu i wyczerpała się. Myślę, że w najbliższych tygodniach pokażemy wiele szokujących danych i informacji na temat tego jak marnowane są publiczne pieniądze, jakie koleśiostwo zapanowało w mieście. Mieszkańcy potrzebują nowego otwarcia, nowej drużyny, która będzie pracowała nie w interesie swoim czy swoich kolegów, a w interesie miasta, bo to mieszkańcy Łomży zatrudniają Prezydenta i jego zastępców i oczekują konkretnych działań i efektów. My będziemy tego gwarancją.

Rozmowa do obejrzenia w Telewizji Narew i na www.narew.info

Kawiarnia i Restauracja
„Na Farnej”
zaprasza
tel. 512 113 853



Przysięgli wierność ojczyźnie na Starym Rynku w Łomży



zasad, regulaminu, musztry czy obsługi broni. Zajęcia były podzielone na teorię odbywającą się na terenie łomżyńskiej jednostki wojskowej oraz ćwiczenia na poligonie. Część żołnierzy pozostanie w wojsku na dalsze szkolenia specjalistyczne.

Relacja w Telewizji Narew i na www.narew.info



W imieniu miasta głos zabrał zastępca prezydenta Andrzej Garlicki, który odczytał okolicznościowy list prezydenta Mariusza Chrzanowskiego.

- Cieszy fakt, że w czasach, gdy sytuacja międzynarodowa jest niepewna, młodzi ludzie chcą i wstępują w szeregi wojska, by podnosić swoje militarne umiejętności. Widzimy bowiem, że tylko silne, dobrze wyszkolone i wyposażone wojsko może być gwarantem bezpieczeństwa naszego kraju – mówił Andrzej Garlicki, składając jednocześnie wyrazy uznania i wdzięczności za służbę i poświęcenie, które przekłada się na to, że możemy żyć w niepodległej ojczyźnie.

Żołnierz w szczególności winien służyć za wzór miłości do ojczyzny i honoru. Mundur dla żołnierza to pewnego rodzaju świętość. Bycie Polakiem to powód do dumy i bez względu na to, gdzie jesteśmy, nie należy zapominać skąd pochodzimy.

- Od zawsze marzyłem, żeby być wojskowym. Mam bardzo patriotyczne poglądy. Uważam, że noszenie munduru to duma. Moim mottem życiowym jest „Bóg, Honor, Ojczyzna” – mówił nam nowo zaprzysiężony szeregowy Dawid Dawidziuk.

Szeregowy Radosław Magier z kolei tłumaczył, że wstąpienie w szeregi było jego marzeniem.

- Wojsko Polskie daje nam możliwości stałego rozwoju i stabilności ekonomicznej. Głównym priorytetem jest dla nas jednak służba wojskowa. Postanowiłem wstąpić do wojska i kontynuować swój rozwój zawodowy i życiowy – opowiadał szeregowy Radosław Magiera.

Składający przysięgę żołnierze przez ostatnie cztery tygodnie poznawali podstawy żołnierskiego zachowania, życia,

Pamiętamy

Pamięć nasza dotyczy głównie tych, którzy żyli z nami. Życ w pamięci, to piękna rzecz. Czy pamięć nasza z czasem blednie? Ludzka sprawa, że starsze rzeczy przesuwamy na dalszy plan. Wspomnienia z dzieciństwa mocno wyblakły, ustępują miejsca sprawom, które powstają dzisiaj dzięki naszym działaniom i umiejętnościom. Dziadków, a szczególnie dalsze pokolenia, znamy z imion, jakiś faktów z ich życia, ale powoli ich postaci się oddalają i nie oplakujemy ich odejścia. O życiu ziemskim przekazują nam stare kultury, również o niebie różne religie świata w ich wyobrażeniu.

My także modlimy się o rychłe zbawienie. To, co jest po drugiej stronie, na pewno będzie wielką, zaskakującą niespodzianką. Na pewno przestaniemy istnieć na ziemski sposób.

Co zostaje w naszej pamięci o tych, którzy odeszli? Na pewno to wkład w ciąg historii w różnych dokonaniach, wynalazkach, stworzonych dziełach oraz wielki wkład przekazania miłości tym, którzy kochali.

Nasza starość często oznacza zobojętnienie na sprawy, które w młodym życiu były bardzo ważne.

U kresu życia zaprzestajemy bycia aktywnym. Dostrzegamy, jak dalece jest to, co Bóg ofiaruje zbawionym.

Patrzę na ludzkie życie tych, których znałem. Jestem przekonany, że ich wiara była wspierana przez Boga. Jest w tym przeświadczeniu niezwykła siła, która zmusza nas do zatrzymania i zastanowienia się.

W Dzień Zaduszny myślimy o tych szczęśliwych Świętch. Staram się w tym szczególnym Dniu myśleć o wszystkich, których w długim już życiu, spotkałem. Być może spotkamy się wkrótce w Domu Ojca. Wtedy sobie spokojnie porozmawiamy.

Senior STANISŁAW KASEJA



1 listopada – Dzień Wszystkich Świętych

Ten dzień jest wszystkim nam dobrze znany. Jak co roku w pierwsze dni listopada udajemy się na cmentarze, wspominamy swoich bliskich, którzy odeszli. Podaje się, że 1 listopada groby swoich zmarłych odwiedza ponad 90 procent Polaków. Skąd wzięło się to święto? Jakie są tradycje?

1 listopada to dzień, w którym kulturuje się pamięć o osobach, które zgodnie z filarami wiary, już trafiły do Królestwa Niebieskiego, do pocztu świętych. 2 listopada natomiast przypada Dzień Zaduszny, w którym wspominamy bliskich zmarłych oraz modlimy się za dusze znajdujące się w czyśćcu.

Odwiedzanie grobów jest zwyczajem znanym wszystkim i przekazywanym z pokolenia na pokolenie. Chrześcijanie podjęli tę tradycję i nadali jej wymiar religijny. Dla przypomnienia sięgnijmy do dawnej tradycji.

W Polsce, jeszcze na początku XX wieku, podczas uroczystości Wszystkich Świętych szczególną czią otaczano żebraków i tzw. dziadów siedzących zazwyczaj przed wejściem do kościołów i na cmentarzach. Na tę okazję gospodynie wypiekały specjalne małe chlebki, zwane powalkami. Pieczono chlebki dwa dni wcześniej, gdyż 1 listopada, gdy dusze przodków wracały do swoich domów, nie wolno było rozpałać ognia. Piec miał być bowiem ulubionym miejscem przebywania duchów. Uważano, że jeśli ktoś tego dnia piecze chleb, domostwu grozi pożar.

Zgodnie z tradycją wypiekano tyle chlebków, ilu było zmarłych w rodzinie. Wręczając chlebki żebrakom, uważanych za utrzymujących kontakt zaświatami, proszono ich aby modlili się za dusze zmarłych. Utrwaliła się tradycja obchodów Święta Zmarłych i po wielu zmianach ustalono ją na okres przyjscia jesieni. Jesień jest czasem refleksji i zadumy, nie tylko nad umieraniem, ale też i nad oczekiwaniem nowego życia, nad więzią, jaka

łączy świat doczesny ze światem zmarłych. Święto Zmarłych stało się od początku najważniejszym obok Bożego Narodzenia i Wielkanocy, dniem łączącym wiernych w całej wspólnocie chrześcijańskiej.

Wśród złotych liści alejami cmentarza porusza się marsz żywych. Jak co roku idą w zamyśleniu, w ciszy, miarowym krokiem. Cmentarze pokrywają się woalem mgły, a wolno spadające srebrne krople deszczu sprawiają wrażenie, że płaczą nie-

biosa, a w powietrzu czuć wonny zapach wosku. Na wietrze kołyszą się chryzantemy. Rozpacz w sercu pozostaje wciąż żywa. Pamiętamy o Was, naszych bliskich, kolegach, koleżankach, sąsiadach. Zostawimy Wam płonące znicze, kwiaty, modlitwy i wspomnienia.

Dzień Wszystkich Świętych i Dzień Zaduszny są w Polsce również dniami pamięci narodowej. Płoną więc znicze w cmentarnych kwaterach żołnierskich, na grobach powstańców, na bezimiennych, tak licznych w Polsce. Płoną znicze na polnych i leśnych mogiłach żołnierskich, na miejscach straceń, przy tablicach pamiątkowych poświęconych pamięci poległych i zabitych we wszystkich wojnach. Płoną również „ognie pamięci” na grobach ludzi szczególnie zasłużonych dla Polski, w różnych dziedzinach.

Aktywni seniorzy z Klubu Seniora z Nowogrodzkiej pamiętają o koleżankach i kolegach, którzy odeszli do wieczności. Odwiedzają ich groby, zapalają symboliczne znicze. Jeszcze niedawno przebywali przecież w klubie. Strata bliskiej osoby boli zawsze, nawet gdy wierzymy, że śmierć nie jest końcem. Osobista tragedia przypomina nam, że życie to tylko chwila, która szybko i bezpowrotnie przemija. Ci, którzy odeszli, pozostawiają po sobie pustkę, którą staramy się wypełnić wspomnieniami.

RENIA ROMANOWSKA



Wszystkich Świętych – policjanci radzą

Tegoroczna policyjna akcja „Wszystkich Świętych” potrwa od 31 października do 2 listopada. W tym czasie policjanci będą czuwać nad bezpieczeństwem tych, którzy wybiorą się w podróż, aby odwiedzić groby swoich najbliższych. Mundurowych nie zabraknie także przy cmentarzach, gdzie w razie konieczności będą kierowali ruchem.

Wszystkich Świętych to okres szczególnie. Właśnie wtedy polskie drogi zapełniają się samochodami, wzrasta ruch w miastach, szczególnie w okolicach cmentarzy, gdyż każdy chciałby zapalić znicz na mogile swoich bliskich. Dla policjantów to czas wyjątkowej służby – wszystko po to, aby zapewnić bezpieczeństwo podróżującym.

Jednak w dużej mierze wiele zależy od nas samych, dlatego funkcjonariusze z Komendy

Miejskiej Policji w Łomży przypominają kilka prostych zasad, które należy przestrzegać, chcąc uniknąć nieprzyjemnych sytuacji:

Wybierając się samochodem w odwiedzinę na groby najbliższych należy mądrze zaplanować swoją podróż – tak, aby nie pokonywać całego, czasem kilkuset kilometrowego dystansu naraz, tylko rozłożyć go na kilka etapów. Przed wyruszeniem w drogę trzeba odpowiednio przygotować swój samochód do jazdy: sprawdzić, czy wszystkie światła są sprawne, czy płyny w silniku są uzupełnione, czy opony są odpowiednio napompowane, czy mamy wszystkie dokumenty. Podróżując samochodem, należy pamiętać o fotelikach dla dzieci oraz zapięciu pasów bezpieczeństwa.

Wyjeżdżając w odwiedzinę pomyślmy, również o odpowiednim zabezpieczeniu własnych mieszkań. W tym przypadku można poprosić o przysługę sąsiada lub znajomego rodziny.

W autach, którymi przemierzamy się w okolice cmentarzy nie zostawiamy żadnych cennych przedmiotów. Mogą stać się one łatwym łupem dla złodziei. Jeśli jednak musimy wziąć jakąś wartościową rzecz należy ją schować w bagażniku pojazdu, w schowkach lub ukryć w taki sposób, aby nie zwracała uwagi przechodniów.

Kradzież kieszonkowa jest często prowokowana przez zachowanie potencjalnej ofiary. Łatwiej złodziejowi okraść osobę zamyśloną, niezwracającą uwagi na otoczenie. Zatłoczone środki



kommunikacji, duże skupiska ludzi na cmentarzach dają ogromne możliwości działania kieszonkowcom dlatego:

- zwracajmy uwagę na nasze torby i portfele,
- zabierajmy tylko tyle go-

tówki ile zamierzamy wydać, • płacąc za towar nie pokazujemy zawartości portfela.

Zarówno pieszych jak i kierujących mundurowi proszą o szczególną ostrożność i wzajemną wyrozumiałość.

Dyskusja o współpracy podmiotów „trzeciego sektora” w Hali Kultury

Przedstawiciele organizacji pozarządowych, Łomżyńskiej Rady Działalności Pożytku Publicznego i Urzędu Miejskiego w Łomży wzięli udział w Forum Organizacji Pozarządowych, które odbyło się 23 października 2023 r. w Hali Kultury w Łomży. Spotkaniu przyświecało hasło „Porozmawiamy o współpracy”, a przygotowało je Centrum Organizacji Pozarządowych w Łomży.

Gości powitały organizatorki forum: Maria Krupa prezes Fundacji „Czas lokalny” w Łomży i Katarzyna Łotowska z Ośrodka Wspierania Organizacji Pozarządowych w Białymstoku, które poprosiły uczestników o przedstawienie siebie i reprezentowanej organizacji. Następnie uczestnicy poznali ofertę korzystania z pomieszczeń w Hali Kultury, którą zaprezentował kierownik Rafał Krasucki, a przewodniczący Łomżyńskiej Rady Działalności Pożytku Publicznego Robert Grzymała zachęcał organizacje pozarządowe do kontaktu i zwracania się do rady ze swoimi problemami.

Forum było okazją do wymiany poglądów, pomysłów i doświadczeń w zakresie działalności organizacji pozarządowych. Uczestnicy wskazywali na problemy dotyczące komunikacji, także tej między organizacjami. Iwona Gryczewska (ŁRDPP) zaproponowała stworzenie bazy aktywnych organizacji, Grażyna Czajkowska (Stowarzysze-

nie „Impuls”) mówiła o publikacji większej liczby wiadomości w zakładce „Organizacje pozarządowe” na stronie internetowej miasta i o upowszechnianiu sprawozdania z Roczno Programu Współpracy z NGO. Uczestnicy forum przedstawiali pomysły dotyczące promocji działań organizacji pozarządowych.

– Zależy nam, by informacje o naszych działaniach pojawiały się w Internecie przed rozpoczęciem wydarzeń, a nie tylko po ich zakończeniu – mówili.

Katarzyna Łotowska (OWOP) zachęcała do aplikowania o fundusze zewnętrzne, przedstawiła aktualne i planowane konkursy ofert dla organizacji pozarządowych. Zapewniła o wsparciu Centrum Organizacji Pozarządowych przy pisaniu i rozliczaniu projektów.

Forum Organizacji Pozarządowych zostało zorganizowane w ramach zadania pn. Centrum Organizacji Pozarządowych w Łomży, które działa na rzecz NGO w ramach projektu dofinansowanego z dotacji z budżetu Miasta Łomża.

Kontakt do COP:

kontakt@cop.lomza.pl
Maria Krupa
tel.: 608 050 154
<http://cop.lomza.pl/>

Kontakt do Łomżyńskiej Rady Działalności Pożytku Publicznego:
rada.pozytku@um.lomza.pl



Najstarsi 100-latkowie w Podlaskiem

Zakład Ubezpieczeń Społecznych w Białymstoku wypłaca świadczenie honorowe 82 osobom, które mają 100 lat i więcej. W lipcu tego roku w naszym województwie było 73 stulatków, a we wrześniu ubiegłego roku 83.

Najstarsza beneficjentka świadczenia honorowego mieszka w powiecie sejneńskim. Kobiecie ZUS wypłacił już 154 razy dodatkową premię za długie życie. Nestorka w styczniu tego roku skończyła 112 lat i jest jedną z najdłużej żyjących osób w kraju. Najstarszy mężczyzna, któremu ZUS w województwie podlaskim wypłaca świadczenie honorowe, ma 105 lat i mieszka w Suwałkach. Wśród stulatków zdecydowanie więcej jest kobiet, bo stanowią one 80 proc. osób cieszących się długowiecznością w naszym regionie.

– Seniorzy, którzy ukończyli sto lat i ZUS wypłaca im emeryturę lub rentę – świadczenie honorowe otrzymują z urzędu, bez składania dodatkowych wnio-

sków. Jest ono wypłacane dożywotnio i stanowi comiesięczny dodatek do świadczenia głównego. Premię za wiek mogą otrzymać także ci, którzy nie przepracowali ani jednego dnia i dlatego nie pobierają emerytury, ani renty np. kobiety, które przez całe życie zajmowały się domem i dziećmi. Jednak w przypadku takich osób świadczenie honorowe przyznawane jest wyłącznie na ich wniosek lub wniosek ich pełnomocnika, który należy złożyć w najbliższej placówce ZUS. Do wniosku należy dołączyć dokument potwierdzający datę urodzenia – informuje Katarzyna Krupicka, regionalny rzecznik prasowy ZUS w województwie podlaskim.

Świadczenie honorowe przysługuje osobom, które ukończyły 100 lat i jest wypłacane co miesiąc. Jego wysokość zależy od kwoty bazowej, która obowiązuje w dniu setnych urodzin seniora. Kwota ta zmienia się zawsze wraz

z waloryzacją i obowiązuje od 1 marca każdego roku kalendarzowego do końca lutego następnego roku. Raz przyznane świadczenie nie ulega zmianie i jest wypłacane do końca życia w tej samej wysokości.

– Dla osób, które ukończyły 100 lat po 28 lutego 2023 r., świadczenie honorowe wynosi 5540,25 zł brutto. Najstarszy mężczyzna mieszkający w naszym województwie, który ukończył 100 lat w 2018 r., otrzymuje świadczenie w wysokości 3731,13 zł. Natomiast najstarsza kobieta w regionie otrzymuje niemal połowę obecnej kwoty, czyli 2822,66 zł – albowiem dodatkowo premia za wiek nie jest waloryzowana – dodaje rzeczniczka.

ZUS nie jest jedyną instytucją, która wypłaca świadczenie honorowe dla stulatków. Oprócz ZUS-u specjalny dodatek dla swoich emerytów i rencistów wypłaca również KRUS i resortowe zakłady emerytalne.

Kto ma w dobroci silną wolę i silną chęć służby ludziom Temu życie pięknym snem będzie



Tak mawiał Janusz Korczak, lekarz, pedagog, pisarz, publicysta i działacz społeczny. Jego słowa są bardzo bliskie Stowarzyszeniu Kobiet z Problemem Onkologicznym w Łomży, które 6 października świętowało jubileusz 30-lecia. To ważne wydarzenie zgromadziło mnóstwo gości, a każdy moment uroczystości był pełen emocji i wzruszeń.

Wydarzenie rozpoczęło się odśpiewaniem hymnu Amazonek. Ta pieśń stała się symbolem, determinacją i wspólnoty kobiet, które łączy walka z chorobą nowotworową. To moment, który przypomniał wszystkim o ogromnym znaczeniu wsparcia i solidarności. Następnie zaprezentowano wszystkie osiągnięcia 30 lat istnienia stowarzyszenia. Wieloletnia prezes Barbara Porwoł i obecna Jadwiga Kruczevska z dumą opowiadały o licznych projektach, działaniach, wsparciu, pomocy oraz nadziei na lepsze jutro.

Podczas uroczystości była okazja do podziękowania sponsorom oraz przyjaciołom stowarzyszenia. Dzięki ich wsparciu finansowemu i dobremu sercu stowarzyszenie może kontynuować ważną misję pomocy kobietom z problemami onkologicznymi.

Pomagają systematycznie i wsparli nas: Urząd Marszałkowski Woj. Podlaskiego, Prezydent Miasta Łomża, BoDruk - Drukarnia Kamil, Krystyna i Krzysztof Bor-

kowscy, MPEC w Łomży, Starostwo Powiatowe w Łomży, Multipharma w Łomży, Parafia Krzyża Świętego w Łomży, Szpital Wojewódzki im. Kardynała Stefana Wyszyńskiego w Łomży, PHU Jan Kurpiewski, MANS w Łomży, Akademia Łomżyńska, Urząd Gminy w Piątnicy, Okręgowa Spółdzielnia Mleczarska w Piątnicy, Hexabank w Piątnicy, Burmistrz Miasta Kolno, Bank Spółdzielczy w Kolnie, ZSWiO nr 7 w Łomży, Telewizja Narew, Portal 4lomza, Wanda i Tadeusz Wąlkuscy, Przybylak Kwaciarnia Ogrodnik, Restauracja Swojskie Jadło, Firma Poli Bud Adam, Paweł i Michał Jałowieccy, Przedsiębiorstwo Handlowo-Wytwórczo-Usługowe Chełchowski, Bożena Kurak, Witold i Robert Wronowscy, Zarmax Krzysztof Zaremba, Agroturystyka w Dolinie Grzybowej, Prusinowski Krzysztof, Niklewicz Sebastian, Sztachañska Hanna, Anna i Józef Chojnowscy Sklep Medyczny, Działka i Ogród Andrzej Łukaszewski, Zakład Instalacyjny Smoliński, Dorota Karwowska.

W trakcie uroczystości nie zabrakło wzruszających momentów, życzeń, kwiatów od zaproszonych gości. Słowa wsparcia, otuchy i nadziei były wyjątkowo cenne dla obecnych kobiet i członkiń stowarzyszenia.

Występy muzyczne i taneczne dodały imprezie jeszcze więcej emocji i radości. Wystąpił m.in.: Projekt Artystyczny Meandry, Chór pod przewodnictwem Katarzyny Szmitko, Tancerze z Klubu Tańca Tow."AKAT", Soliści Studia Piosenki eMDEK w Łomży: Aleksander Szymański, Marta Perkowska i Maja Wronowska, Trio Saksofonowe w wyk. uczniów Państwowej Szkoły Muzycznej w Łomży: Maja Wronowska, Wiktoria Brzóska, Marek Jankiewicz oraz dodatkowo Izabela Janusz, Zespół Mażorettek z Krypna i Jasionówki, Kapela Kurpiowska.

Śpiew, taniec i muzyka sprawiły, że wszyscy uczestnicy cieszyli się niezapomnianymi występami. Wieczór zakończył się słodkim poczęstunkiem. Nie zabrakło jubileuszowego tortu, smacznych ciast, owoców i aromatycznej kawy. Był to doskonały moment na kontynuowanie rozmów i wymianę doświadczeń.

Jubileusz stowarzyszenia był nie tylko okazją do świętowania. To wyjątkowe wydarzenie dało nadzieję na lepsze jutro. Stowarzyszenie to organizacja, która realizuje ważną misję wspierania i pomocy kobietom w walce z chorobą nowotworową.

J. KRUCZEWSKA

LIST DO REDAKCJI

Chciałabym podzielić się z Państwem wiadomością o pracy Centrum Integracji Społecznej "Fundacji L", a ściślej projektem "Złota Rączka".

"Złota Rączka" początkowo świadczyła usługi różnego rodzaju bezpłatnie, potem zawieszono działalność. W tej chwili od lutego bieżącego roku można korzystać z ich pomocy, lecz odpłatnie. Mogą coś naprawić czy posprzątać. Można zamówić sobie taką usługę pod numerem telefonu: 690-300-155 lub odwiedzając lokal nr 1, przy ul. Wojska Polskiego 25.

Ceny usług są przestępne. Sama korzystałam z usługi Panów malarzy, a także Pani sprzątającej. Jestem zadowolona z jakości ich wykonania. Wykonano je szybko i solidnie.

Chciałabym jeszcze powiedzieć o istniejącej kawiarence na Starym Rynku 1, w której można smacznie zjeść posiłek: śniadanie, obiad i lunch w przyzwoitych cenach. Posiłki są świeże i pyszne. Można także napić się aromatycznej kawy czy herbaty, zjeść smaczne ciasto.

Wszystko zawdzięczamy Pani kierownik, Magdalenie Mrozek, która stworzyła wspaniałą i miłą ekipę. Gratulacje!

Polecam Państwu i usługi "Złotej Rączki", ale także słodką kawiarenkę "Sopotek", którą regularnie odwiedzam.

BARBARA DEPTUŁA

Seniorka z Dziennego Domu Senior+ w Łomży

Czytanie książek

Czyli podpowiadamy
po jaką pozycję sięgnąć.

„Zostań, jeśli kochasz” - Gayle Forman

„...bo dopóki mamy wszystko, a świat dookoła pędzi niezmiennie, wówczas niczym się nie przejmujemy. Ale w jednym momencie możemy wszystko stracić. Nasze życie, naszą świadomość, jasność umysłu, czy też ludzi w szczególnie sposób dla nas bliskich. Szczęście jest ulotne

i trzeba nim się cieszyć dopóki jest, każdego dnia dziękując za to, że ciągle jesteśmy, że nadal wraz z bliskimi możemy cieszyć się życiem”.

Po tragicznym wypadku samochodowym, w którym straciła rodziców i brata, Mia zostaje zawieszona między życiem, a śmiercią starając się zdecydować czy ma zostać i kontynuować życie sama po utracie rodziny czy może zamknąć oczy na zawsze i przejść dalej. W ciągu jednego dnia poznajemy najważniejsze momenty życia głównej bohaterki a także jej najbliższych, którzy walczą o to by pograżona



w śpiączce Mia walczyła dalej o zostanie wśród nich. Balansuje na granicy życia i śmierci. Jej dusza opuściła ciało, widzi ona wszystko z boku lecz nie może na to nic poradzić, nie może pocieszyć krewnych, którzy martwią się o jej stan czy się do nich przytulić. Widzi za to ból na ich twarzach, płacz i staranie się kochającego ją Adama, który robi wszystko aby się do niej dostać i odwiedzić ją w sali. Pomiędzy tego, że widzi to wszystko nie może z tym nic zrobić. Zadaje sobie pytanie czy już umarła czy nadal żyje, nie wie co ze sobą zrobić. Nie wie nic

prócz tego, że krewni i Adam bardzo ją kochają i chcą żeby żyła. Od pielęgniarki dowiaduje się, że o tym czy będzie żyła musi zdecydować sama, musi podjąć bardzo ważną decyzję, czy chce żyć dalej, wrócić do świata żywych i być przy ukochanym czy może umrzeć i już nigdy ich nie zobaczyć ani nie przytulić.

To opowieść o tym, jak poradzić sobie ze stratą. Jak żyć dalej, gdy wszystko wydaje się nie mieć już sensu. O tym, że zawsze możemy znaleźć kogoś, kto stanie za nami murem i będzie o nas walczył, nawet jeśli ta walka może zakończyć się porażką. Polecam.

TERESA RĘBIŚ

ŚPIEWAJMY DLA NIEPODLEGŁEJ
NAJPIĘKNIEJSZE PIEŚNI PATRIOTYCZNE



9 LISTOPADA 2023 / GODZ. 17.00
HALA KULTURY na STARYM RYNKU W ŁOMŻY

Zasmakuj w Łomży



Prezydent Łomży Mariusz Chrzanowski i dyrektor MDK-DŚT zapraszają na wspólne śpiewanie najpiękniejszych pieśni patriotycznych przy wtórze Łomżyńskiej Orkiestry Dętej pod batutą Waldemara Borusiewicza

i z udziałem Edyty Piaseckiej i Marii Hubluk. Wspólne śpiewanie zaplanowano na 9 listopada (czwartek), na godzinę 17:00 w Hal Kultury na Starym Rynku w Łomży. Wstęp wolny!

MIEJSKA BIBLIOTEKA PUBLICZNA
W ŁOMŻY

Kalendarz wydarzeń

Listopad

06.11	Lubimy poniedziałki "Koi w obronie ojczyzny" - prelekcja Emiliana Kudby. Filia Nr 2 MBP, ul. Księżnej Anny 2	12.30
06.11	Głośno czytanie w bibliotece Filia nr 6 MBP, ul. Małachowskiego 1 lokal 3	10.15
07.11	Uroczyste podsumowanie projektu "Cloria victis. Powstanie styczniowe na ziemi łomżyńskiej" w programie: > koncert pieśni patriotycznych > wiersze w interpretacji Dariusza Szady-Borzyzkowskiego. Hala Kultury, Stary Rynek 6	12.00
07.11	Podróże nie tylko po literaturze spotkania dla dzieci w wieku 6 - 12 lat. Filia Nr 6 MBP, ul. Małachowskiego 1 lokal 3	16.00
10.11	Weekendowe spotkania z audiobookiem spotkania z literaturą dla osób niewidomych. Oddział Zbiorów Specjalnych MBP, ul. 3 Maja 6A	10.00



URODZINY PANI HANI

KONCERT
**WIECZÓR
NA
BROADWAYU**



Miejski Dom Kultury-Dom Środowisk Twórczych zaprasza na kolejne spotkanie muzyczne z okazji urodzin Hanka Bielickiej. W tym roku MDK-DŚT proponuje klimatyczny i pełen humoru koncert „Wieczór na Broadwayu” w wykonaniu artystów polskiej sceny muzycznej. Na koncercie będzie można usłyszeć największe tytuły światowej sceny musicalowej, a artyści zaprezentują songi, które podbiły serca publiczności na całym świecie.

Data: 8.11.2023, Godzina: 18:00.
Miejsce: Hala Kultury na Starym Rynku w Łomży. Wstęp wolny

BAZYDŁO FURNITURE.PL

zakład produkcji
drzwi wewnętrznych klasy premium
i frontów meblowych

bazydlofurniture.pl

DRZWI
FRONTY
LAKIERNIA
PRODUKCJA MEBLI

TELEFON:
(+48) 693 444 174

ADRES:
JEZIORKO, PRZEMYSŁOWA 40C
18-421 PIĄTNICA

MIEJSKI DOM KULTURY - DOM ŚRODOWISK TWÓRCZYCH / INSTYTUCJA KULTURY MIASTA ŁOMŻA

MICHAŁ SUFFCZYŃSKI

PODRÓŻE W AKWARELI

M A L A R S T W O

wernisaz 10 listopada (piątek) 2023r. godz: 18.00
wystawę można oglądać do 4 grudnia 2023 r.



Galeria Pod Arkadami Łomża Stary Rynek
galeria czynna: wtorek-piątek 9.00-17.00, sobota 10.00-16.00

Wspólne badania z firmą EDPOL

Akademia Łomżyńska podpisała porozumienie o współpracy z firmą EDPOL Food & Innovation. Jest to kontynuacja współpracy partnerskiej pomiędzy instytucjami, ale wzbogacona o kolejne konkretne cele do osiągnięcia: przeprowadzenie badań konsumenckich innowacyjnych produktów spożywczych, przyjmowanie studentów uczelni do odbywania praktyk zawodowych m.in. w dziale B+R firmy, wspólne opracowywanie programów studenckich praktyk zawodowych w celu zapewnienia rozwoju badawczych i praktycznych kompetencji studentów.

EDPOL Food & Innovation to firma rodzinna. Od 30 lat specjalizuje się we wdrażaniu i kreowaniu innowacyjnych rozwiązań dla branży spożywczej oraz sektora HoReCa. Przewa-



gą konkurencyjną firmy są doświadczeni pracownicy, bogate zaplecze badawczo - rozwojowe, a klientami innowatorzy, którym zależy na oferowaniu żywności wysokiej jakości. Dowodem rzetelności firmy są przyznane jej certyfikaty BRCGS oraz IFS.

Otwartość firmy na potrzeby tzw. rynku B2B skutkuje rozszerzonym asortymentem pozycji produktowych, a wprowadzanie rozwiązań umożliwiających personalizację form pakowania dla sektora convenience, natomiast receptury oparte na naturalnych

składnikach wpisują się w trend prozdrowotny.

Zainicjowana pomiędzy Akademią Łomżyńską a firmą EDPOL Food & Innovation współpraca ma sprzyjać rozwojowi branży prozdrowotnych produktów spożywczych, aby opierał się on na wiedzy i dostępie do informacji o najnowszych badaniach naukowych oraz nowych technologiach. W tym celu instytucje korzystać będą ze swoich rozwiniętych zasobów infrastrukturalnych i badawczych oraz doświadczonych kadry pracowników.

Przypomnijmy: Akademia Łomżyńska to uczelnia z czterema wydziałami, kształcąca praktycznie dwa tysiące studentów, z dwudziestoletnią już historią. Funkcjonujący na uczelni Wydział Nauk Informatyczno-Technologicznych dysponuje halą technologiczną i laboratoriami, które w 2018 r. zostały wysoko ocenione przez niezależne gremium ekspertów Pol-

skiej Komisji Akredytacyjnej, jako zasoby najlepsze w kraju, unikalne w kontekście wyposażenia studentów w wiedzę o praktycznych procesach technologicznych branży spożywczej. W założeniach programowych uczelni jest powiązanie edukacji studentów Bezpieczeństwa i certyfikacji żywności oraz Technologii żywności z sektorem małych i średnich przedsiębiorstw działających w branży spożywczej. Sama umowa, poza aspektem konkretnych badań, dotyczy także kreowania ścieżek edukacji i kariery studentów wyżej wspomnianych kierunków, ale także studentów Dietetyki, odbywających cykl kształcenia na innym uczelnianym wydziale - Wydziale Nauk o Zdrowiu.

Akademia Łomżyńska i firma EDPOL Food & Innovation współpracują od 2018 roku. Zatem to już druga podpisana pomiędzy instytucjami umowa.

Strefa SOWA uczy i bawi od roku

Strefa SOWA ma za sobą pierwszy rok funkcjonowania. 9 tysięcy osób skorzystało z oferty małego centrum nauki prowadzonego przez Akademię Łomżyńską i Miasto Łomża pod patronatem Centrum Nauki Kopernik. Blisko trzydzieści placówek edukacyjnych z Łomży (szkoły, przedszkola, prywatne inicjatywy animacyjno-edukacyjne) oraz trzydzieści placówek edukacyjnych z regionu skorzystało z oferty Strefy SOWA. Podczas konferencji prasowej, będącej podsumowaniem pierwszego roku działalności Strefy SOWA, Rektor Akademii Łomżyńskiej dr hab. Dariusz Surowik, Prezydent Łomży dr Mariusz Chrzanowski, Dyrektor Szkoły Podstawowej Nr 1 w Łomży Krystyna Kamińska, a także nauczycielka Lidia Grad prowadząca Klub Młodego Odkrywcy „Exodus” w Zambrowie, opowiedzieli o najważniejszych atutach małego centrum nauki.

Swoim zasięgiem, przez pierwszy rok działalności, Strefa SOWA objęła Ziemię Łomżyńską, Ziemię Zambrowską, Ziemię Wiską, Kurpiowszczyznę, a także część Mazur - stając się dla dzieci i młodzieży miejscem rozwoju ich kompetencji związanych z kreatywnością, eksperymentowaniem, spontanicznym odkrywaniem prawideł nauki.

Rektor Akademii Łomżyńskiej, dr hab. Dariusz Surowik, podkreślał, że dla dzieci i młodzieży Strefa SOWA jest przestrzenią nabywania określonych kompetencji naukowych i kreowania ich zainteresowań, a misją uczelni jest popularyzowanie nauki na wszelkich możliwych szczeblach.

Prezydent Łomży, dr Mariusz Chrzanowski, mówił, że Strefa SOWA wzbogaca repertuar możliwości łomżyńskich placówek edukacyjnych i ma znakomitą opinię wśród uczniów i dyrektorów szkół. Na poparcie tej tezy dyrektor Szkoły Podstawowej Nr 1 w Łomży, Krystyna Kamińska, podkreślała, że Strefa SOWA to użyteczne



narzędzie, aby zaciekać młodych ludzi nauką i jednocześnie niezwykle otwarte na ich potrzeby miejsce. Szkoła Podstawowa Nr 1 w Łomży okazała się placówką najbardziej intensywnie korzystającą w roku szkolnym 2022/2023 z możliwości, jakie daje Strefa SOWA.

Uczestnicząca w konferencji prasowej Lidia Grad prowadzi w Zambrowie Klub Młodego Odkrywcy „Exodus” pod instytucjonalnym patronatem Centrum Nauki Kopernik. W jej opinii nauczanie to nie tylko symetrycznie ustawione rzędy ławek w szkolnej klasie, ale także samodzielne zdobywanie wiedzy, umiejętność zadawania nieoczywistych pytań i poszukiwanie ciekawych odpowiedzi „na własną rękę”. Na co dzień Lidia Grad pokazuje dzieciom tajniki daktyloskopii, z Wieżą Hanoi wprowadza w zagadnienia matematyki analitycznej, programowania. Prowadzony przez nią klub uczestniczy w naukowych piknikach Centrum Nauki

Kopernik, prezentując swoje pomysły szerokiej, często międzynarodowej publiczności.

- W Łomży możemy się poczuć jak w małym Centrum Nauki Kopernik. Jest blisko i warto tu przyjechać - mówiły Wiktoria Sobieska i Paulina Białkożewicz z Klub Młodego Odkrywcy „Exodus” w Zambrowie. Uczennice fascynują się fizyką, astrofizyką, astronautyką i z tymi obszarami pragną powiązać swoją przyszłość. - Działając w klubie naukowym miałyśmy styczność z fizyką, chemią, biologią, rozwiązywałyśmy różne zagadnienia i problemy naukowe w bardzo niekonwencjonalny sposób, przede wszystkim na drodze samodzielnego myślenia. Nauczyłyśmy się, że na każde pytanie jest odpowiedź i że warto jej szukać, bo to daje olbrzymią frajdę - mówiły młode dziewczyny, które w ubiegłym roku szkolnym odwiedzały działającą w Łomży Strefę SOWA, a w tym stały się uczennicami pierwszej klasy li-

ceum z planami, aby w przyszłości zostać być może astronautkami.

Strefa Odkrywania Wyobraźni i Aktywności, czyli Strefa SOWA, została uruchomiona w Akademii Łomżyńskiej w październiku 2022 roku. To inicjatywa wspierana przez Centrum Nauki Kopernik i finansowana przez Ministra Edukacji i Nauki. Jej celem jest popularyzowanie ciekawości naukowej, kreatywności, rozwój wyobraźni, „od przedszkola do seniora”. SOWA Łomża to małe centrum nauki, angażujące wyobraźnię ekspozycji, ale także możliwość bezpośredniej współpracy w koordynowanych przez Centrum Nauki Kopernik projektach. A takich w ubiegłym roku było sporo, między innymi Planetobus - czyli mobilne planetarium otwierające przed młodymi tajemnice wszechświata.

Strefa SOWA swoje urodziny świętowała organizując happening dedykowany całym rodzinom. 20. Października od godz. 16:00 do godz. 19:00 na uczestników czekały liczne atrakcje popularnonaukowe, prawdziwy tort urodzinowy, a także konkurs plastyczny na urodzinową sowę. - Strefa SOWA przez rok działania pokazała, że jest ważnym miejscem animacji naukowej, chętnie odwiedzianym przez dzieci, osoby indywidualne i grupy zorganizowane - mówiły animatorski Strefy SOWA Angelika Obrycka i Kornelia Obrycka. To ich pomysły, zapał i kreatywność budując codzienne funkcjonowanie Strefy Odkrywania, Wyobraźni i Aktywności, sprawiając, że małe centrum nauki tętni życiem nie tylko „od święta”.

Inicjatywa „SOWA - Strefa Odkrywania, Wyobraźni i Aktywności” finansowana jest w ramach dotacji Ministra Edukacji i Nauki, na podstawie umowy Nr 1/CNK-SOWA/2021 z dnia 2 marca 2021 r. w sprawie uruchomienia przez Centrum Nauki Kopernik 32 lokalnych Stref Odkrywania, Wyobraźni i Aktywności (SOWA) w latach 2021-2025.

Tak powstaje nowy most na Narwi



Obwodnica Łomży jest ostatnim fragmentem drogi ekspresowej S61 pozostającym w budowie i zarazem kluczowym dla przejeźdnosci całego korytarza transportowego Via Baltica. Budowany odcinek od węzła Łomża Zachód do istniejącego już węzła Kolno ma 12,92 km długości. Niemal jedna dziesiąta przypada na most przez dolinę Narwi (1205 m).

Nie tylko most

Dwujezdniowy most (MS-19) umożliwi bezkolizyjne przeprowadzenie drogi ekspresowej S61 nad doliną Narwi i samą rzeką. Będzie też pełnił funkcję przejścia dla zwierząt, a pod obiektem znajdują się również cztery drogi wewnętrzne gminy Piątnica oraz przejazd gospodarczy na wale przeciwpowodziowym. Obie nitki mostu będą miały po 22 przęsła na 21 podporach pośrednich oraz dwóch przyczółkach.

Estakada w trzech technologiach,

Jak informuje Generalna Dyrekcja Dróg Krajowych i Autostrad ze względu

na bardzo krótki czas budowy oraz przyjęty sposób realizacji ustroju niosącego konstrukcji, most jest wznoszony w następujących technologiach:

- nasuwania podłużnego – tak realizowana jest część zalewowa lewobrzeżna mostu o długości 664 m. To 30 sekcji po 20,75 m każda, o łącznej długości 622,5m oraz dwie sekcje na rusztowaniach stacjonarnych, o dł. 32,125 m oraz 9,375 m. Ta część obejmie podpory od 1 do 17.

- metodą nawisową – w ten sposób powstaje tzw. część nurtowa mostu o długości 458 m, poprzez betonowanie wspornikowe przy użyciu wózków oraz w części betonowana na rusztowaniach stacjonarnych. Przewidziano wahadła z podpory P18 i P19. Nad podporami zostaną wykonane sekcje startowe, na których z obu stron osadzone zostaną wózki. Dwie pierwsze sekcje nawisowe będą miały po 4 m długości, a następujących 12 sekcji po 5 m każda. Dla przęsła P20-P21 przewidziano wykonanie sekcji na rusztowaniach stacjo-

narnych. Posłuży ona za element startowy do jednostronnego nawisu.

- na rusztowaniach stacjonarnych – realizowana jest część zalewowa prawobrzeżna mostu o długości 83 m (między podporami P21 a P23).

Obecnie trwają prace przy zachodniej nitce mostu. Na podpory nasunięto już dziesięć sekcji ustroju nośnego i co tydzień obiekt wydłuża się o kolejne blisko 21 m. Wraz z nasuwaniem gotowej sekcji w szalunkach układane jest zbrojenie kolejnej, a następnie jest ona betonowana. Po sprawdzeniu parametrów betonu można przystąpić do sprzężenia segmentu i rozpocząć wysuwanie. Wykorzystywana jest do tego specjalna maszyna z hydraulicznymi siłownikami zamontowanymi pod ustrojem nośnym. Prędkość nasuwania to ok. 6-7 metrów na godzinę, w jednym cyklu nasuwane jest ok. 20 cm, a po ponad stu powtórzeniach i ponad 4 godzinach od startu przesunięty jest cały segment o długości 20,75 m. Długość nasuwanej sekcji wy-

nika z rozpiętości pomiędzy podporami i na tym obiekcie nasuwana jest połowa długości przęsła.

Obwodnica rośnie w oczach

Prace przy budowie obwodnicy Łomży postępują szybko. Obecnie zaawansowanie robót przekracza 46 proc. Przejeźdnosc odcinka po jednej jezdni trasy S61 (1x2) ma być osiągnięta już w przyszłym roku. Cały odcinek S61 od węzła Łomża Zachód do węzła Kolno w standardzie dwujezdniowej drogi ekspresowej ma być gotowy w połowie 2025 roku. Wartość umowy z wykonawcą inwestycji przekracza 713 mln zł.

Dofinansowanie ze środków UE

Inwestycja jest współfinansowana z Programu Operacyjnego Infrastruktura i Środowisko - kwota dofinansowania to 518,08 mln zł, przy całkowitej wartości projektu (od dokumentacji, przez wykupy, po roboty budowlane) - 804,79 mln zł.

Nowa inwestycja – Etap I



Sybiraków

26



SZMARAGDOWE
WZGÓRZE



DEVELOPMENT
Zacharzewski — Skwirński

508 178 747
86 219 81 81

**TELEWIZJA
narew**
OGŁĄDAJ NA 140 KANAŁE

RÓŻNE/SPRZEDAM

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

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.

NIERUCHOMOŚCI

Wynajme od września umeblowane mieszkanie - 48 m² w Łomży, ul. Ks. Anny dla uczniów lub studentów. Tel. 511 599 670.

Do wynajęcia nowe mieszkanie w Białymstoku dla lekarza lub studenta medycyny. Tel. 504 497 462.

Sprzedam mieszkanie 60 m² w Łomży, przy ul. Niemcewicza. Tel. 790 268 902

Sprzedam mieszkanie 48 m² - 3 pokoje z kuchnią, II piętro w Łomży, ul. Wojska Polskiego cena 310 tys. zł.
Tel. 784 934 051.

Sprzedam mieszkanie 48 m², 3 pokoje, II piętro. Łomża, ul. Wojska Polskiego przy Parku. Cena 310 tys. zł. Tel. 664 909 306.

Sprzedam mieszkanie 68 m² w Łomży, ul. Zawadzka widok na Park Jana Pawła. I piętro (winda), komórka lokatorska, 2 pokoje + salon z aneksem kuchennym.

Cena 680 tys. zł. Miejsce garażowe 40 tys. Tel. 509 828 750.

USŁUGI REMONTOWO-BUDOWLANE

Usługi dekarские- 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.



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, instalacje sanitarne i C.O, montaż kotłowni, grzejników, ogrzewanie podłogowe, przeróbki, odkurzacze centralne, pompy ciepła C.W.U. Tel. 668 645 922.

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

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

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 „Dzudli”. Gwarancja dobrej zabawy. Tel. 698 621 178.

MOTORYZACJA

AUTOZŁOMOWANIE, SKUP AUT DO DEMONTAŻU, ODBIÓR U KLIENTA. DOBRE CENY. 18-400

NEXUSAUTO (PL)

POLMO
MECHANIKA POJAZDOWA

OFERUJEMY

- mechanika pojazdowa
- serwis klimatyzacji
- diagnostyka komputerowa
- (DPF, EGR, CHIPTUNNING)
- wymiana opon
- holowanie
- sprzedaż części

Piątnica, ul. Stawiskowska 34
86 216 33 58 • 606 250 600

Grzymały k. Łomży. Tel. 602 259 306, 734 857 500.

Elektromechanika samochodowa. Kompleksowy serwis klimatyzacji, nabijanie, odgrzybianie, sprawdzenie szczelności. Stara Łomża p/sz., ul. Akacyjowa 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.

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 Zambrow
ul. Wojska Polskiego 31 Zambrow




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

Wasz Zegarmistrz od 1981 roku

MECHANIKA POJAZDOWA

Andrzej Boguski
Jarnuty, tel. 86 216 97 03
tel. 503 010 038

MONTAŻ INSTALACJI LPG

- Elektronika - Diagnostyka - Mechanika
Komputerowa diagnostyka samochodów osobowych ciężarowych i ciągników rolniczych
Serwis i naprawa klimatyzacji

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

ul. Łomżyńska 517, Konarzyce
+48 602 499 457

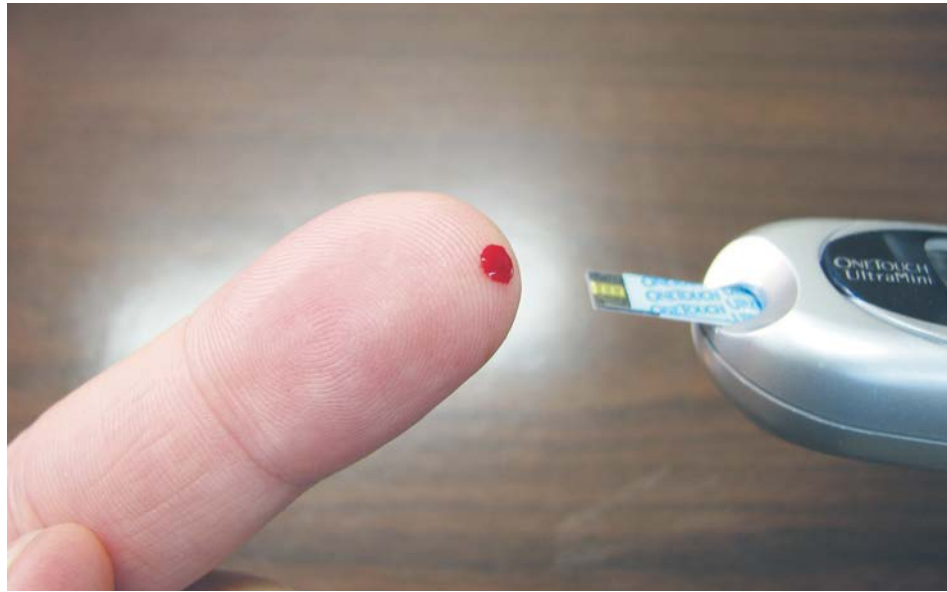
OFERTA
rośliny iglaste
rośliny liściaste
na zamówienie
oraz kwiaty
i byliny

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

Pierwsi uczniowie przebadani pod kątem cukrzycy typu 1

Ponad 220 uczniów łomżyńskich placówek oświatowych przeszło już badania populacyjne wczesnego wykrywania cukrzycy typu 1 u dzieci w okresie bezobjawowym. Odbyły się one w sobotę 28 października 2023 r. w Szkole Podstawowej nr 1. Kolejne planowane są 9 grudnia br. (w SP 9) i 13 stycznia 2024 r. (w SP 10). Na badania przez rodziców lub opiekunów zapisanych zostało dotychczas 900 przedszkolaków i uczniów klas I-III szkół podstawowych.

W ostatnim czasie obserwowany jest wzrost zachorowań na cukrzycę typu 1, czyli chorobę przewlekłą, która nadal jest nieuleczalna i osoba na nią chorująca leczona jest praktycznie przez całe życie. Darmowe i dobrowolne podstawowe badania, polegające na jednorazowym pobraniu krwi, są przeprowadzane przez wykwalifikowane pielęgniarki i laborantki we wskazanych placówkach edukacyjnych. Zgodę na nie wyraża rodzic lub opiekun prawny dziecka, obecny podczas tego zabiegu. Zamrożone próbki będą poddawane ilościowej ocenie występowania przeciwciał przeciw wyspom beta trzust-



kowym. Jeśli test będzie pozytywny, kolejno sprawdzone pozostaną poszczególne typy przeciwciał charakterystycznych dla cukrzycy typu 1. Jeśli jedno w wysokim mianie lub dwa oraz więcej przeciwciał

okaże się dodatnich, to w przeciągu 10-15 lat u takiego dziecka może się z dużym prawdopodobieństwem rozwinąć cukrzyca. Wynik badania będzie znany po około 6 tygodniach.

– W przypadku wyniku dodatniego klinika skontaktuje się z rodzicami pacjenta w celu dalszej diagnostyki. Taki pacjent będzie miał zapewnioną opiekę psychologa, dietetyka, edukatora, lekarza diabetologa i pielęgniarki. Rodzice otrzymają też glukometry do tego, aby kilka razy w tygodniu sprawdzić poziom cukru u pacjenta – przekazuje prof. dr n. med. Artur Bossowski, konsultant wojewódzki z endokrynologii i diabetologii dziecięcej oraz kierownik Kliniki Pediatrii, Endokrynologii, Diabetologii z pododdziałem Kardiologii UMB.

Dodaje, że takie badanie i leczenie nie kosztuje rodziców, gdyż na początku jest ono finansowane przez Uniwersytet Medyczny w Białymstoku, a później przez NFZ.

Obecnie badania obejmują przedszkolaków i uczniów klas I-III szkół podstawowych. Rodzice, którzy chcieliby jeszcze na nie zapisać swoje pociechy, mogą to uczynić w placówce, do której uczęszcza dziecko. Wstępnie w przyszły roku tego typu akcja planowana jest również wśród starszych uczniów.

THE GREATEST MUSICAL SHOW

18.11.2023 r. godz. 18.00

Łomża

Filharmonia Kameralna im. Witolda Lutosławskiego w Łomży

Z UDZIAŁEM TANCERZY Z GRUPY BEST ENTERTAINMENT TEAM

bilety do nabycia w biurze redakcji **narew** TYGODNIK PORTAL oraz internetowo za pośrednictwem: **pan bilet** **bil@tyna.pl** **kup i bilet** Tel. 579 610 929 **charlie**

GROMADA 1937

HOTEL GROMADA ŁOMŻA

zaprasza na

Bal

ANDRZEJKOWY

PEŁEN MAGII

25.11 | godz. 19:00

zapewniamy

4 gorące dania
urozmaicone przekąski
słodki bufet
napoje zimne i gorące
oprawa muzyczna DJ

210 zł/os.

rezerwacja

502 456 051
510 006 707
ul. Rządowa 1a, Łomża

WWW.GROMADA.PL/HOTEL-LOMZA GROMADALOMZA HOTELGROMADALOMZA

I Ogólnopolskie Zawody Pływackie

W sobotę (21 października) łomżyński Park Wodny był areną zmagania młodych pływaków, podczas zorganizowanych przez klub UKS Butterfly - I Ogólnopolskich Zawodów Pływackich pod Patronatem Prezydenta Miasta Łomża. W zawodach wzięło udział aż 300 zawodników z 17 klubów z Mazowsza i Podlasia. Tak liczna frekwencja i komplet kibiców na trybunach łomżyńskiej pływalni pokazuje, że pływanie to świetna promocja naszego miasta. Współorganizatorem zawodów był również MOSiR Łomża, a zostały one dofinansowane z budżetu Miasta Łomża.

Podczas ponad 6-godzinnych zmagania młodzi zawodnicy w wieku od 8 do 16 lat, rywalizowali w 8 konkurencjach indywidualnych oraz jednej sztafecie mix (4 x 50 m w stylu zmiennym). Młodszy zawodnicy (do 11 lat) swoje umiejętności pływackie mogli zaprezentować w 3 stylach: dowolnym, klasycznym i grzbietowym - na dystansie 50 m oraz 100 m. Starsi (12+) konkurowali na dystansie 50 m w stylu motylkowym oraz w pozostałych stylach na dystansie 100 m.

Rywalizacja odbywała się według ogólnopływackich przepisów FINA, nad przestrzeganiem których czuwali sędziowie z Podlaskiego Okręgowego Związku Pływackiego. Rozegrane zawody z pewnością przybliżyły licznie zgromadzonej publiczności zasady rywalizacji w tej dyscyplinie sportu. Młodym zawodnikom towarzyszyły wielkie emocje i niemal każdy start odbywał się przy gorącym dopingu zgromadzonej publiczności.

Najlepszą drużyną został Klub Pływacki „Płetwal” Mława, zdobywając łącznie 26 me-

dali. Zawodnicy UKS Butterfly zajęli w klasyfikacji generalnej II miejsce, zdobywając 24 medale, z czego 8 złotych oraz tyle samo srebrnych i brązowych. Chociaż - co podkreślają trenerzy UKS Butterfly - to nie medale są tu najważniejsze, ale właśnie „zarazanie” dzieci i młodzieży pasją do sportu, czemu służyły właśnie zorganizowane w Łomży zawody.

W konkurencjach indywidualnych medale dla UKS Butterfly zdobyli:

1. Kornelia Szerszun (12 l.) - 2 złote medale (100 m grzbiet. i 50 motylk.), zajmując w klasyfikacji

generalnej rocznika 2011 - II miejsce;

2. Oliwier Domaszewski (10 l.) - 1 złoto (100 zmienny) i 1 srebro (50 grzbiet.)

3. Karina Kopańczyk (13 l.) - 1 złoto (100 dow.) i 1 srebro (100 klas.), zajmując w klasyfikacji generalnej

rocznika 2010 - II miejsce;

4. Ksawery Brzeziński (11 l.) - 2 srebrne (50 dow. i 100 zmienny), zajmując w klasyfikacji generalnej

5. rocznika 2012 - II miejsce;

6. Wojciech Dobrowolski (13



l.) - 2 srebrne (100 dow. i 100 klas.)

7. Jan Cwalina (12 l.) - 1 złoto (100 grzbiet.)

8. Dawid Domaszewski (12 l.) - 1 złoto (50 motylk.)

9. Igor Darmetko (15 l.) - 1 srebro (50 motylk.)

10. Miłosz Jasionek (9 l.) - 1 brąz (50 grzbiet.)

11. Bartosz Kamiński (15 l.) - 1 brąz (100 grzbiet.)

12. Kajetan Balkiewicz (12 l.) - 1 brąz (50 motylk.)

13. Ignacy Balkiewicz (16 l.) - 1 brąz (100 zmienny)

14. Hubert Wiszowaty (10 l.) - 1 brąz (100 zmienny)

15. Eliza Chrzanowska (15 l.) - 1 brąz (100 dow.)

16. Lena Sienkiewicz (11 l.) - 1 brąz (50 klas.)

W wyścigach sztafetowych łomżyński klub zwyciężył w kategoriach 11 i 12 lat, w kategorii 14 lat i starszych zajął II miejsce, a w roczniku 10 lat - III miejsce.



Złoty medal dla Kingi Szyłak

W minioną sobotę, 28 października, w Gliwicach odbyły się 8. Mistrzostwa MMA przygotowane przez Stowarzyszenie MMA Polska. Wydarzenie przyciągnęło ponad siedemset amatorskich zawodników rywalizujących w mieszanych sztukach walki. Fight Club Łomża wystawiło 5. zawodników.

Złoty medal zdobyła Kinga Szyłak w kategorii seniorki - 47 kg. Tym razem zawodniczka w finale zrewanżowała się za ostatnie mistrzostwa rywalce z Arachion Iława.

- Ogromny proces, jaki zobaczyliśmy w tej walce, cieszył nasze oczy i pokazał, że nie stoimy w miejscu, a z treningu na trening stajemy się tylko lepsi - mówi Damian Zorczykowski z Fight Club Łomża.

Brązowe medale zdobyli Hubert Wronka i Mikołaj Kowalewski w kategorii kadetów 67 i 70 kilogramów, po raz kolejny pokazując, że ciężka praca i determinacja dają efekty.

- Dawid i Igor pokazali charakter, walczyli do końca, ale niestety przeciwnicy okazali się lepsi - podsumowuje Damian Zorczykowski.

Pływalnia jest tak czysta, jak czysti jesteście MY!

Technologia uzdatniania wody, w tym rodzaj i stężenie stosowanego środka dezynfekcyjnego mają wpływ na jakość wody i warunki sanitarno-higieniczne na basenach. Ale czystość wody w łomżyńskich pływalniach zależy także od każdego z nas!

Główny Inspektorat Sanitarny opracował wytyczne, dzięki którym na basenach ma być zdrowiej i bezpieczniej. Wytyczne powstały w oparciu o zalecenia Światowej Organizacji Zdrowia (WHO) i określają wymagania oraz zakres prowadzonych badań jakości wody na pływalniach, jak również wskazują wymagane warunki sanitarno-higieniczne w tych obiektach.

Przede wszystkim pamiętajmy, że wstęp na basen zakazany jest dla osób z przeciwwskazaniami lekarskimi, osób których schorzenia mogą być niebezpieczne dla innych użytkowników, chorych z upławami, z otwartymi ranami i stanami zapalnymi skóry, plastrami i bandażami na ciele oraz których stan higieny odbiega od ogólnie przy-

jętych norm. Jeśli czujesz, że łapie Cię przeziębienie lub twoje dziecko skarży się na ból brzucha - wizytę na basenie koniecznie przeloż na inny termin. Postępując odpowiedzialnie zadbasz także o zdrowie i samopoczucie innych użytkowników!

Do wody nie wchodzi my w makijażu. Jeśli masz pod opieką dzieci upewnij się, czy nie czują potrzeby skorzystania z toalety. Nie od dziś wiadomo, że na powierzchni skóry gromadzą się zanieczyszczenia. Bez względu na każdą osobę przed wejściem do hali basenowej powinna dokładnie umyć się mydłem i spłukać pod natryskiem - najlepiej bez kostiumów kąpielowych. Myjąc skórę przed wejściem do wody, zmywamy z siebie mikroorganizmy, które wchodząc w reakcję z chlorem zawartym w wodzie basenowej tworzą związki, które mogą podrażnić skórę.

Obecnie chlorowanie jest najczęstszą oraz najskuteczniejszą metodą oczyszczania i niszczenia drobnoustrojów chorobotwórczych w wodzie. Zarówno w Parku Wodnym jak i na Pływalni system monitorujący czystość wody w basenie na bieżąco rejestruje poziom zanieczyszczenia i automatycznie zwiększa podawanie środków niezbędnych do

oczyszczenia kiedy zachodzi taka potrzeba. Środki dezynfekujące wysuszają zarówno skórę jak i włosy, dlatego ważne jest zmycie z siebie chloru po pobyciu na pływalni. Mimo, iż nie ma takiego obowiązku na basenie rekreacyjnym również warto nałożyć czepkę, dzięki której we włosy wnika mniej chemii basenowej.

Poruszając się po strefie mokrej zawsze zakładaj klapki basenowe na stopy. Wchodząc do sauny pamiętaj o zdjęciu kłapek, ale siadając pod każdą część ciała mającą styczność z deskami, w tym stopy, musisz podłożyć ręcznik. Zanim po saunie skorzystasz z innych atrakcji wodnych pamiętaj o umyciu ciała z potu wydalonego przez twój organizm!

W interesie nas wszystkich jest świadomość, że jakość wody basenowej zależy także od nas samych. Chlor wysusza skórę, może powodować alergie, podrażnienia oczu... Pamiętajmy, że im więcej osób zadba o higienę, tym mniej chloru na pływalni i czystsza woda!

Kampania informacyjna Miejskiego Ośrodka Sportu i Rekreacji w Łomży ma na celu pogłębienie wiedzy użytkowników Pływalni i Parku Wodnego na to, jaki wpływ na nasze zdrowie i samopoczucie ma przestrzeganie zasad higieny.

Zapraszamy KWESTA CHARYTATYWNA

4.11.2023r. GALERIA
VENEDA godz. 11 - 17



KIERMASZ SŁODKOŚCI POKAZ MUSZTRY
POKAZ SAMOBRONY POKAZ PIERWSZEJ POMOCY
ANIMACJE DLA DZIECI malowanie twarzy, warkoczyki, postacie z bajek, ...
LICYTACJE NA ŻYWO



BoDruk®

światDruku
SWIECTCKA



GRUPA MEDIALNA TELEWIZJA
narew TYGODNIK
www.narew.info PORTAL

Bezowa
Chmurka
-PRACOWNIA WYRĘKÓW-

MANS
MIĘDZYNARODOWA AKADEMIA NAUK STOSOWANYCH
W ŁOMŻY

