

## Wielkie muzyczne święto w Drozdowie i odznaka honorowa dla Jacka Szymańskiego

Tradycyjna Wielka Gala w Pałacu zakończyła w niedzielę 9 lipca jubileuszową, 30, edycję Festiwalu Muzyczne Dni Drozdowo - Łomża. Koncert ze sceną na tarasie Muzeum Przyrody - Dworu Lutosławskich i widownią w dworskim parku był także scenerią wręczenia Jackowi Szymańskiemu, twórcy i dyrektorowi artystycznemu festiwalu, Honorowej Odznaki Województwa Podlaskiego przez wicemarszałka Marka Olbryśia.

Odnaczenie przyznane przez zarząd województwa wręczyłem największej gwiazdzie naszego festiwalu, bo wszyscy wspinali artyści, którzy byli i są wśród nas w kolejnych edycjach Muzycznych Dni znaleźli się tu w wyniku starań Jacka Szymańskiego. Gratuluję mu i dziękuję, że przez tak wiele lat czyni nasze życie piękniejszym i sprowadza ten artystyczny świat do naszego regionu.

████████████████████ Dokończenie na s. 4



## Kobiety z województwa podlaskiego stają się coraz bardziej świadome i odważne. Stawiają na swój rozwój i chcą czynnie uczestniczyć w życiu publicznym

Jak wskazuje Europejski Urząd Statystyczny w Polsce różnica między wynagrodzeniem kobiet i mężczyzn sięga 4,5 procent. Według Ministerstwa Rodziny i Polityki Społecznej luka płacowa wynosi 4,8 procent. Mniej

zarabiają oczywiście kobiety. Opracowana przez Unię Europejską dyrektywa zmierza do poprawy sytuacji.

M.in. o tym jak budować politykę opartą na równości płci, ale nie tylko, bo także o tym w jaki

sposób my, obywatele możemy wpłynąć na prawodawstwo w UE, czy chociażby czym jest i jak reagować na coraz bardziej powszechną dezinformację rozmawiały lokalne liderki ze Stowarzyszenia Kobiety w Centrum. Kilkanaście kobiet z całego kraju, w towarzystwie lokalnych dziennikarzy, na zaproszenie Przedstawicielstwa Komisji Europejskiej w Polsce, miało okazję wziąć udział w panelach prowadzonych przez ekspertów Komisji Europejskiej, a także odwiedzić Parlament Europejski. Prezesce Podlaskiego Oddziału Stowarzyszenia Kobiety w Centrum, **Agnieszce Zawistowskiej** towarzyszyła Marlena Siok.

Podczas wizyty w "stolicy" Unii Europejskiej Paniom udało się porozmawiać m.in. o działalności Podlaskiego Oddziału Stowarzyszenia Kobiety w Centrum, kobiecej solidarności, a także o tym czy głos kobiet w województwie podlaskim jest słyszalny.

**Marlena Siok: - Stowarzyszenie Kobiety w Centrum, to organizacja, która chce wspierać kobiety na wielu płaszczyznach – praca, dom, życie publiczne i społeczne. Pragnąca tego, aby Polki rozwijały siebie oraz swój region i ojczyznę. W ubiegłym miesiącu stowarzyszenie świętowało swoje 2 urodziny. W tej chwili zrzesza już setki kobiet w całej Polsce. A jak długo stowarzyszenie działa w województwie podlaskim, ile liczy członkiń i jak zmienia nasz region?**

**AGNIESZKA ZAWISTOWSKA: -** Podlaski Oddział Stowarzyszenia Kobiety w Centrum został powołany w listopadzie 2021 roku. Dzisiaj aktywnych członkiń mamy ponad 30. Nasz region zmienia się bardzo. Kobiety są bardziej świadome i odważne. Stawiają na swój rozwój i chcą czynnie uczestniczyć w życiu publicznym. Pociągające jest to, że dzieje się to nie tylko w dużych miastach ale i na obszarach wiejskich. Ogromny w tym udział ma właśnie Podla-

ski Oddział Stowarzyszenia Kobiety w Centrum.

**M.S: -** Stowarzyszenie Kobiety w Centrum podejmuje szereg inicjatyw. Są to różnego rodzaju konferencje, szkolenia, warsztaty, wydarzenia kulturalne, ale także chociażby kampanie społeczne. Jakie inicjatywy od momentu powołania wojewódzkiego oddziału podjęło stowarzyszenie?

**A.Z: -** Jedną z ważniejszych inicjatyw podjętych przez stowarzyszenie była Regionalna Akademia Liderki, która odbyła się we wrześniu zeszłego roku. To wyjątkowy projekt realizowany przez Stowarzyszenie Kobiety w Centrum. Było to spotkanie kobiet z województwa podlaskiego. 2 dni wspólnej pracy, warsztatów i korzystania z wiedzy najlepszych trenerów w Polsce. Uczestniczki podniosły swoje kompetencje oraz dzieliły się dobrymi praktykami z innymi kobietami.



████████████████████ Dokończenie na s. 6

## PiS odbiera szanse rozwojowe takim miastom jak Łomża



**PiS odbiera szanse rozwojowe takim miastom jak Łomża przez wstrzymanie europejskich pieniędzy z Krajowego Planu Odbudowy. Przez to oddala się perspektywa, że Łomża będzie doganiać najbogatsze miasta Polski. To właśnie były miasta wojewódzkie, takie jak Łomża, tracą najwięcej. Nie możemy się już na to zgodzić. Dlatego warto tu w Łomży namawiać: pójdźmy jesienią na wybory i zmienimy władzę ze złodziejskiej na prorozwojową, uczciwą i transparentną – apelował poseł na Sejm RP Robert Tyszkiewicz podczas konferencji w Łomży.**

Poseł podczas spotkania mówił także o kontroli wyborów, a ściślej o akcji Obywatelskiej Kontroli Wyborów.

- Tu w Łomży prosimy wszystkich, którym zależy na tym, aby ta władza, która potrafiła okradać kontenery z PCK, któ-

ra nie zawaha się, by ukraść nam wynik wyborów, przyłączyli się do akcji Obywatelskiej Kontroli Wyborów. Zależy nam na tym, by w każdej komisji, w każdym obwodzie wyborczym byli członkowie komisji oraz mężowie zaufania z demokratycznej opozycji. Zapraszamy wszystkich, którzy chcą wziąć w tym dziele udział – zachęcał do przyłączenia się do akcji poseł Tyszkiewicz.

Do wspólnego apelu dołączenia do akcji Obywatelskiej Kontroli Wyborów dołączył także profesor Paweł Kowal, poseł na Sejm RP.

- Każdemu, kto zastanawia się nad tym co zrobić jesienią, kto zastanawia się jak poukładać się na listach czy warto może pójść w rozproszeniu mówię jedno: popatrzcie w oczy tym ludziom,

którzy byli karmieni obietnicami, że będzie lepiej. Na końcu okazało się jak za Urbana. Była kiedyś taka notatka, która przypomina mi się, gdy patrzę na PiS. Chodzi o notatkę ekipy Urbana i Pożogi do Jaruzelskiego, która mówiła: "Ustawimy gospodarkę tak, że nasze będą banki, a dla nich pietruszką". Myślę, że to jest właśnie pomysł na państwo PiS. I to jest pomysł, za sprawą którego, ja osobiście angażuję się w bycie posłem, ponownie w ostatnich latach, i dla którego nie tracę ani pół dnia. Jeśli mogę, jadę, agituję, przekonuję, pokazuję, że jest czas zmiany, że są to decydujące wybory – tłumaczył prof. Paweł Kowal, poseł na Sejm RP.

W konferencji udział wziął także poseł na Sejm RP Krzysztof Truskolaski.

- Polska to dobro nas wszystkich. Polska jest tu w Łomży. Jest w Białymstoku, Suwałkach. Polska jest tu w województwie podlaskim. Polska jest wspólna i musimy o tym pamiętać – tłumaczył parlamentarzysta. - Niezależnie od tego, ile pieniędzy przywiezie tu pan Jacek Sasin w postaci tekturowych czeków, nie uda mu się wypracować poczucia, że jest prawdziwym łomżyńniakiem. Przez ostatnich 8 lat nie pojawiał się w tym mieście wcale, dopiero tuż przed wyborami bryluje niemal na każdym festynie. Ludzie z Łomży i województwa podlaskiego nie nabiorą się na takich farbowanych lisów – przekonywał Truskolaski. - My w Łomży jesteśmy bardzo często, mamy bardzo silne struktury, i jestem przekonany, że w październiku

to właśnie nam zaufają wyborcy z tego regionu – mówił parlamentarzysta.

Obok parlamentarzystów Roberta Tyszkiewicza, Krzysztofa Truskolaskiego oraz Pawła Kowala stanęli także: Piotr Serdyński, przewodniczący miejskich struktur Platformy Obywatelskiej, Jacek Piorunek, przewodniczący zarządu Powiatu Łomżyńskiego Ziemskiej Platformy Obywatelskiej oraz Alicja Łepkowska-Golaś, lokalna społeczniczka, aktywistka.

- Niezmiernie cieszy mnie, że kolejny polityk z najwyższej półki, profesor Paweł Kowal przyjął zaproszenie do Łomży. Jest to dowód na to, że struktury Platformy Obywatelskiej w Łomży, na Ziemi Łomżyńskiej działają bardzo prężnie. Zrobimy wszystko, aby w najbliższych tygodniach, miesiącach, wykonać maksymalnie dużą pracę po to, aby przekonać jak najwięcej mieszkańców do tego, że warto zagłosować na Platformę Obywatelską, Koalicję Obywatelską. Jesteśmy przekonani, że w październiku zwyciężymy i dokonamy tej zmiany, na którą czeka tak wiele Polek i Polaków – przekonywał Piotr Serdyński, szef miejskich struktur Platformy Obywatelskiej.

Konferencja prasowa poprzedziła spotkanie autorskie z posłem na Sejm RP, profesorem Pawłem Kowalem. Podczas spotkania w Restauracji Retro rozmawiano o historii i polityce, o Polsce i Ukrainie, ale także o dwóch książkach, których autorem jest parlamentarzysta: "Spokojnie już nie będzie" oraz "Abakanowicz. Trauma i Sława".

## Nasza granica od dwóch lat jest w niebezpieczeństwie

**Nasza granica od dwóch lat jest w niebezpieczeństwie. Działania Putina i Łukaszenki w 2021 roku, efektem których była fala migrantów właśnie do naszego województwa sprawiła, że musieliśmy temu przeciwdziałać – mówił Kazimierz Gwiazdowski, poseł na Sejm RP podczas konferencji prasowej zorganizowanej na Starym Rynku w Łomży.**

- Rząd Prawa i Sprawiedliwości nie pozostał bierny. Została podjęta decyzja o utworzeniu zapory na granicy wschodniej. Wybudowano konstrukcję o długości około 1900 metrów, która kosztowała miliard 600 milionów złotych. Pamiętajmy, że podjęte zostały stosowne ustawy, które pozwalały, żeby ta zaporą powstała w jak najszybszym



czasie. Nie zapominajmy, kto był przeciwko tej zaporze: Platforma Obywatelska Lewica. Oni głosowali przeciw zabezpieczeniu polskiej granicy. Donald Tusk uważał, że jest ona zbędna. Twierdził, że nigdy nie powstanie. Rząd Prawa i Sprawiedliwości dotrzymał jednak danego słowa – kontynuował poseł.

Jak przekonywał, z zapory cieszą się mieszkańcy, zwłaszcza gmin przygranicznych.

- Oni byli w wielkim niebezpieczeństwie, bo migranci niemal każdego dnia zaglądali do ich gospodarstw i domów – przekonywał Kazimierz Gwiazdowski.

Zdaniem posła, dziś stoimy przed realnym ryzykiem kolejnej fali. ▶

► - Ryzyko związane jest z Grupą Wagnera, która stacjonuje na Białorusi. Oni w każdej chwili mogą rozpocząć przerzut migrantów przez naszą granicę – tłumaczył Gwiazdowski. - W związku z tym zagrożeniem postanowiliśmy zwiększyć siły zbrojne na granicy wschodniej, bo chcemy by była ona bezpieczna – dodawał.

Parlamentarzysta podczas konferencji prasowej odniósł się także do polityki azylowej i unijnych rozporządzeń dotyczących przyjmowania uchodźców w Unii Europejskiej. W połowie czerwca parlament europejski przyjął dwa rozporządzenia wprowadzające jednolite zasady dotyczące procedowania wniosków azylowych i przyjmowania uchodźców. Unijnym rozporządzeniem przeciwna była wyłącznie Polska, według której prawo obligowałyby przyjmowanie uchodźców napływających do innych państw członkowskich. Według posła Kazimierza Gwiazdowskiego, sprawa ta powinna zostać rozstrzygnięta w referendum.

- Opowiadamy się za referendum w sprawie relokacji migrantów. Chcemy, żeby takie referendum odbyło się w naszym kraju. Zależy nam, żeby odpowiednia

ustawa została przyjęta już w lipcu, żebyśmy mogli przekazać głos Polakom, którzy są przeciwni relokacji migrantów – mówił parlamentarzysta. - Ponad 50 procent Polaków chce, żeby takie referendum się odbyło – przekonywał Gwiazdowski.

W konferencji prasowej udział wzięli także: senator RP Marek Komorowski, wicemarszałek województwa podlaskiego Marek Olbryś, radny wojewódzki Piotr Modzelewski, starosta powiatu łomżyńskiego Lech Szablowski, burmistrz Jedwabnego Adam Niebrzydowski oraz przewodniczący rady miejskiej Łomży Wiesław Grzymała.

- Jako parlamentarzyści, jako ugrupowanie Prawa i Sprawiedliwości, jesteśmy zdecydowanie za podniesieniem i poprawą bezpieczeństwa Polski. Jest to istotne szczególnie dla nas, gdyż na terenie naszego województwa znajduje się najbardziej niebezpieczne miejsce w Europie. Mam na myśli oczywiście Przesmyk Suwalski. Dlatego jesteśmy za wzmocnieniem zarówno jednostek wojskowych, jak i za wzmocnieniem granicy. Jeżeli wschodnia granica kraju będzie bezpieczna, bezpieczny będzie cały kraj. Dlatego uważamy, że na tym etapie konieczny jest mocny



głos z Polski. Jesteśmy przekonani, że będzie nim referendum – mówił Marek Komorowski, senator RP.

Do apeli parlamentarzystów przyłączył się także wicemarszałek województwa podlaskiego Marek Olbryś.

- Bezpieczeństwo kraju to nie tylko obowiązek ustawowy rządu polskiego, ale także samorządów. Jako województwo podlaskie wspieramy straż graniczną, wojsko, policję oraz służby leśne, które również pomagają ludziom mieszkającym w gminach przygranicznych. Chcemy, żeby województwo podlaskie, jako region graniczący z Białorusią był regio-

nem bezpiecznym. Dlatego przyłączam się do apeli parlamentarzystów. Samorządowcy również są za tym, żeby bronić bezpieczeństwa mieszkańców kraju i lokalnych wspólnot. Jeżeli ktoś chce mieszkać i pracować w Polsce, to ma do dyspozycji legalne procedury. Taka osoba może wystąpić o azyl oraz z wnioskiem o pozwolenie na pracę. Polska jest krajem demokratycznym i takie procedury są w naszym kraju realizowane. Natomiast na przymusową relokację, działającą wbrew przepisom po prostu się nie godzimy. Dlatego chcemy, żeby w tej sprawie wypowiedziało się społeczeństwo. Do tego

właśnie służyć ma referendum. – tłumaczył wicemarszałek województwa podlaskiego Marek Olbryś.

Jak tłumaczył poseł Kazimierz Gwiazdowski, mimo zbudowania na granicy wschodniej zapory, od stycznia do czerwca tego roku 10,5 tysiąca nielegalnych migrantów próbowało przekroczyć granicę.

- Liczby te pokazują jak potężna jest to skala. Musimy uczynić wszystko, żeby tę falę migrantów powstrzymać – mówił Gwiazdowski.

Poseł Kazimierz Gwiazdowski podczas konferencji prasowej skierował także pytania do przewodniczącego Platformy Obywatelskiej Donalda Tuska.

- Panie przewodniczący czy chciałby Pan zburzyć mur i pozwolić zalać Polskę nielegalnymi imigrantami? Czy jest Pan za referendum w sprawie relokacji uchodźców? Panie Tusk, proszę o odpowiedź na te pytania, ale także wcześniejsze, które zadawaaliśmy. Tych 10 pytań także pozostało bez odpowiedzi. Liczymy, że Pan podejmie rękawice i odpowie czy jest Pan za bezpieczną Polską – pytał poseł na Sejm RP Kazimierz Gwiazdowski.

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

**DBAMY O  
BEZPIECZEŃSTWO  
POLSKI WSCHODNIEJ**

**Jacek Sasin**  
Minister Aktywów Państwowych

# Wielkie muzyczne święto w Drozdowie i odznaka honorowa dla Jacka Szymańskiego



Olbrys oddając także hołd poprzedniemu biskupowi łomżyńskiemu Stanisławowi Stefankowi i obecnemu Januszowi Stepnowskiemu (był obecny na finałowej gali), którzy objęli wydarzenie duchową opieką i zaprosili muzykę do świątyni.

Jacek Szymański ma już bogaty zbiór dowodów uznania dla swojej działalności artystycznej i organizacyjnej, a odznakę przyjął z radością.

- Nieco żartobliwie jestem zdania, że najlepiej jak się otrzymuje tego rodzaju wyróżnienia za życia. Wtedy można się tym bardziej cieszyć. A tak zupełnie serio - to jest honorowe, radosne i nobilitujące wydarzenie. To rok pięknego dojrzałego jubileuszu naszego festiwalu, ale ja każdego roku się staram o jak najlepszą obsadę i repertuar. Mnie się nadal "chce chcieć". Najlepiej to widać było po prostu na koncertach, których zwieńczeniem była tym razem rewelacja - "Traviata" wystawiona scenicznie w auli Akademii Łomżyńskiej z udziałem plejady polskich gwiazd i najlepszych głosów znanych z polskich teatrów operowych. Nową jakością tej edycji było wprowadzenie festiwalu do Skansenu Kurpiow-

skiego w Nowogrodzie, czyli muzyka w niepowtarzalnym otoczeniu i zaakcentowanie roli jaką ma muzyczne dziedzictwo narodowe każdego kraju. Każdy kompozytor bazował na ludowości - mówił Jacek Szymański.

Finałowa gala miała swoistą "łomżyńską kłamrę", o której mówił prowadzący Jacek Szymański, a jeszcze przed festiwalem sygnalizował główny organizator, Jarosław Cholewicki, dyrektor Regionalnego Ośrodka Kultury - Instytucji Kultury Powiatu Łomżyńskiego (ROK) w Łomży. Widzów przywitał kwartet saksofonowy uczniów Państwowej Szkoły Muzycznej w Łomży, a zakończyli podopieczni Agnieszki Żemek-Pawczyńskiej ze studia wokalnego ROK, czyli młodzi łomżyńscy artyści integrujący się wśród krajowych i międzynarodowych gwiazd biorących udział w Muzycznych Dniach. Ogółem na tarasie dworu Lutosławskich pojawiło się tego wieczoru 35 wykonawców, solistów i instrumentalistów.

Województwo Podlaskie było jednym z najważniejszych partnerów wydarzenia, a patronatem honorowym objęli Muzyczne Dni marszałek Artur Kosicki i wicemarszałek Marek Olbrys. Na jego ręce wicestarosta Maria Dziekońska przekazała specjalne podziękowania dla zarządu województwa. Podobne otrzymał także przewodniczący Rady Miejskiej Łomży Wiesław Grzymała oraz dyrektorzy: Jarosław Cholewicki i Ewa Sznejder z Muzeum Przyrody - Dworu Lutosławskich w Drozdowie.

Artystów biorących udział w finałowej gali Festiwalu Muzyczne Dni Drozdowo - Łomża oklaskiwali m. in. wiceminister rolnictwa Lech Antoni Kolakowski, poseł Stefan Krajewski, radny wojewódzki Jacek Piorunek.



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



Dariusz Wójcik dołączył do grona kawalerów Honorowej Odznaki Województwa Podlaskiego. Śpiewak, twórca i organizator wydarzeń muzycznych otrzymał w czwartek 7 lipca odznaczenie z rąk wicemarszałka Marka Olbrysa na koncercie "Odpukaj pan" w łomżyńskiej Hali Kultury.

- Wspaniały, charyzmatyczny artysta, który od 30 lat bierze udział w tworzeniu muzycznych wydarzeń w naszym województwie, choć jego rodzinne strony są w zupełnie innej części Polski, a zawodowe losy przede wszystkim związał z Trójmiastem. Dariusz Wójcik od początku bierze udział w Festiwalu Muzyczne Dni Drozdowo - Łomża i ze swoim rozpoznawalnym głosem oraz scenicznym temperamentem należy do najbardziej ulubionych przez widzów wykonawców. Maestro, za te 30 lat przyjaźni i artystycznych wzruszeń, dziękujemy - zwrócił się do Dariusza Wójcika wicemarszałek Marek Olbryś oglądający koncert wraz z małżonką Bogumiłą i nie szczędzący gratulacji muzykom towarzyszącym wokaliście.

Koncert w Hali Kultury był benefisem artysty, który - według słów prowadzącego wydarzenie Jacka Szymańskiego - obchodzi właśnie swoje "20 urodziny po raz trzeci, albo 30 po raz drugi". Bohaterami wieczoru byli także Mie-

## Odznaka dla Dariusza Wójcika



czysław Fogg i wspaniali twórcy piosenek radiowych, filmowych i estradowych z okresu dwudziestolecia międzywojennego.

- Fantastycznie jest docierać do ludzi przez muzykę. Staram się być bardzo naturalny w tym, co robię i bardzo spontaniczny. Lubię muzykę która ma jakiś przekaz, a muzyka dwudziestolecia ma taki przekaz - cudowne teksty, wspaniałe melodie, które zostają w uchu. Myślę, że nawet młodsze pokolenia znają to z przekazów, płyt, platform internetowych, gdzie dostępne są oryginalne nagrania z gwiazdami

takimi jak Bodo, Fogg, Mankiewiczówna - pochodząca z Bronowa koło Wizny - czy Hanka Ordonówna... Wspaniali artyści, o których pamiętamy. Ujęła mnie twórczość Fogg'a ze względu na kompozytorów i tekściarzy żydowskich. Mądrze pisali, czuli się Polakami, a ja lubię mądrość w muzyce, owe emocja i przekaz, które filtrują przez swoją wrażliwość - opowiadał o koncercie Dariusz Wójcik.

Uhonorowany najważniejszym w województwie odznaczeniem artysta znalazł nad Narwią swoje ważne miejsce.

- Jak przyjechałem po raz pierwszy rok przed rozpoczęciem festiwalu, tak zapalem miłością do przepięknej Ziemi Łomżyńskiej. To miłość od pierwszego wejrzenia i dotknięcia. Trwa do dzisiaj. Nie wyobrażam siebie, abym miał kiedyś nie przyjechać i nie pobyć wśród tych serdecznych, ciepłych ludzi - dodał Dariusz Wójcik.

O jego dokonaniach i laurach opowiadał podczas koncertu Jacek Szymański, twórca i dyrektor artystyczny Muzycznych Dni.

- Bierzymy udział w koncercie wyjątkowym. Darek z którym, jako jedyni braliśmy udział we wszystkich edycjach festiwalu, jest też dzisiaj w roli jubilata, ale ciągle nie wygląda na tyle lat, ile ma. Cieszę się, że przy tej okazji możemy się podzielić sztuką okresu międzywojennego, popularnymi piosenkami z czasu rozkwitu kina, radia, kabaretów. Tamte szlagiery śpiewane są do dzisiaj, a Darek jest ich niezrównanym wykonawcą - mówił Jacek Szymański.

Według niego, Dariusz Wójcik jest także niezwykle specjalistą od muzyki klezmerskiej, muzyki Bliskiego Wschodu. Za swoje dokonania uhonorowana została m. in. Złotym Liściem Retro od rodziny Foggów za propagowanie muzyki okresu

międzywojennego, nagrodami ministra kultury, marszałków województw podlaskiego i pomorskiego, starosty łomżyńskiego

- Za stałe podnoszenie "artystycznej poprzeczki" - dodał Jacek Szymański.

Program "Odpukaj pan" zaprezentowany w Hali Kultury w Łomży złożony był głównie z utworów z repertuaru Mieczysława Fogg'a. Powstał w 2021 roku, w 120. rocznicę urodzin ikony polskiej piosenki. Składają się na niego m. in. nieśmiertelne szlagiery z lat 20 i 30. ubiegłego wieku: Mały biały domek, Niebieska chusteczka, Tango Milonga, Serce matki, Ostatnia niedziela, Piosenka o mojej Warszawie... Dariuszowi Wójcikowi towarzyszył zespół Cuarteto Re!Tango w składzie Łukasz Perucki, Paweł Nowak, Maciej Sadowski i sprawujący kierownictwo muzyczne Paweł Zawada.

Wśród nagradzających owącjami bohatera wieczoru byli m. in. radny województwa Jacek Piorunek, wiceprezydent Łomży Andrzej Garlicki, starosta łomżyński Lech Marek Szablowski i wicestarosta Maria Dziekońska, którzy wraz z dyrektorem Regionalnego Ośrodka Kultury Jarosławem Cholewickim wręczyli Dariuszowi Wójcikowi jubileuszowe upominki i kwiaty.



**Kacper ma 10 lat. Po rozstaniu rodziców pozostał pod opieką matki. Któregoś dnia, wezwani do interwencji policjanci odkryli, że podczas libacji alkoholowej, jaką matka zorganizowała wraz ze swoim nowym partnerem, chłopiec chował się w... piwnicy. Jak się wkrótce okazało, nie był to pierwszy raz.**

Decyzją sądu rodzinnego opiekę nad chłopcem przejął ojciec. Wkrótce zgłosił się on do Lokalnego Punktu Pomocy Pokrzywdzonym Przesłaniem, szukając wsparcia dla swojego syna.

Kacper doświadczył wielu trudnych sytuacji w domu matki. W ośrodku otrzymał natychmiastowe wsparcie psychologiczne. Miał zaburzone poczucie bezpieczeństwa, problemy z emocjami i odnalezieniem się w nowej sytuacji, bo musiał zmienić nie tylko miejsce zamieszkania, ale też całe środowisko rówieśnicze.

### Pomoc realna i potrzebna

Znaczącym wsparciem dla osób pokrzywdzonych przestępstwem, bliskich i świadków jest Fundusz Sprawiedliwości.

## Ochrona dzieci. Zobacz, gdzie zgłosić się po pomoc!

Specjaliści posiadają cenne doświadczenie w pracy z dziećmi. Gwarantują udzielenie szerokiej pomocy, dzięki której możliwe jest wyjście nawet z najtrudniejszej sytuacji.

Nie ma miejsca na jakiegokolwiek akty przemocy wobec najmłodszych. Dzieci zasługują wyłącznie na miłość, troskę i opiekę - nie na krzyki, wyzwicka, szarpanie i bicie - wyjaśnia Marcin Romanowski wiceminister sprawiedliwości.

Pomoc dla dzieci i młodzieży udzielana ze środków Funduszu Sprawiedliwości jest kompleksowa i różnicowana. Wsparcie jest niezwykle istotne, zwłaszcza w przypadku gdy ofiarami przestępstw są najmłodszy. Traumatyczne przeżycia wymagają udzielenia natychmiastowej pomocy prawnej, psychologicznej oraz często lekarskiej.

-W centrum zainteresowania Funduszu Sprawiedliwości zawsze były dzieci i młodzież - jako grupa narażona na pokrzywdzenie przestępstwem, która ze względu na swój wiek, nie potrafi się sama obronić. Często nawet nie wiedzą jak - tłumaczy Marcin Romanowski.

**NIE BĄDŹ BIERNY! REAGUJ! MOŻESZ URATOWAĆ ŻYCIE!**

**WIDZISZ ZAGROŻENIE? REAGUJ!**

1. PODEJRZEWASZ, ŻE DZIECKO Z TWOJEGO SASIEDZTWA JEST KRZYWDZONE? TWÓJ SYGNAŁ MOŻE OCALIĆ CZYJŚ ŻYCIE. BĄDŹMY WRAZLIWI NA SYGNAŁY, ŻE DZIECKO JEST NARAŻONE NA PRZEMOC I REAGUJMY NATYCHMIAST, ABY ZAPEWNIĆ MU OCHRONĘ.
2. ZAREAGUJ! POWIEDZ STOP
3. ZGŁOŚ PRZESTĘPSTWO NA POLICJĘ. MOŻESZ TEŻ ZADZWONIĆ.

CAŁODOBOWA LINIA POMOCY POKRZYWDZONYM: **222 309 900**

OGÓLNY NUMER ALARMOWY: **112**

[funduszsprawiedliwosci.gov.pl](http://funduszsprawiedliwosci.gov.pl)

Fundusz Sprawiedliwości

Osoby pierwszego kontaktu oraz specjaliści współpracujący z ośrodkami - psychologowie, psychoterapeuci, psychiatry, prawnicy - zostali odpowiednio przygotowani oraz posiadają doświadczenie w pracy z dziećmi i młodzieżą pokrzywdzoną przestępstwem.

### Bezpłatne wsparcie!

W Polsce działa 305 ośrodków finansowanych ze środków Funduszu Sprawiedliwości, którego dysponentem jest Minister Sprawiedliwości Zbigniew Ziobro. Można tam uzyskać bezpłatną pomoc prawną, psychologiczną, a w razie potrzeby również materialną.

Wszystkie potrzebne informacje, w tym adresy i kontakty do ośrodków w całej Polsce są dostępne na stronie wraz z interaktywną mapą: [www.funduszsprawiedliwosci.gov.pl/pl/znajdz-osrodek-pomocy/](http://www.funduszsprawiedliwosci.gov.pl/pl/znajdz-osrodek-pomocy/)

Działa też telefoniczna, ogólnopolska i całodobowa Linia Pomocy Pokrzywdzonym: 222 309 900. Można również wysłać maila na: [info@numerosos.pl](mailto:info@numerosos.pl)

**NIE BÓJ SIĘ PROSIĆ O WSPARCIE**

## Kobiety z województwa podlaskiego stają się coraz bardziej świadome i odważne. Stawiają na swój rozwój i chcą czynnie uczestniczyć w życiu publicznym

Tematami przewodnimi były: przedsiębiorczość, polityka oraz działalność społeczna. Akademia była okazją do rozmów, spotkań, a w szczególności do rozwijania swoich kompetencji leaderskich i aktywności w życiu publicznym. W grudniu 2022 roku w Łomży zorganizowałyśmy konferencję na temat przemocy pod hasłem „Przemoc Łamie Skrzydła”. Ponadto organizujemy szereg różnego rodzaju konferencji, spotkań, a także prowadzimy kampanie społeczne dotyczące zdrowia.

**M.S:** - *Kobieca solidarność przestaje być wyłącznie pustym sloganem. To wsparcie, fuzja doświadczeń, nieskończoność pomysłów na pojawiające się wyzwania. Czy kobiety z województwa podlaskiego chcą się od siebie uczyć i wzajemnie inspirować?*

**A.Z:** - Kobieca solidarność to dzisiaj wspólne działanie w większych sprawach. Kobiety wiedzą, że łącząc siły mogą więcej. Podlasiarki coraz częściej ze sobą współpracują i tworzą nowe projekty. Takim przykładem jest Forum Kobiet Podlasia, które tworzą organizację kobieca działającą na terenie województwa podlaskiego. Bardzo się cieszę, że Kobiety w Centrum mogą być częścią tego przedsięwzięcia. To idealny przykład ze solidarność kobiet w województwie podlaskim nie jest już pustym sloganem. Jest to siostrzeństwo – to niewidzialna więź, poczucie bycia razem i dawanie sobie siły, które jest dla mnie, ale i dla całego stowarzyszenia, bardzo ważne.

**M.S:** - *Co takiego, Pani zdaniem, jest w Kobietach w Centrum, co sprawia, że Panie dołączają do stowarzyszenia?*

**A.Z:** - Kobiety już nie chcą tylko aktywności skupiających się na konkursach pieczenia ciast

i wygrywania mikserów. Mają swoje problemy, takie jak ograniczony dostęp do ochrony zdrowia, nierówny poziom w edukacji, molestowanie czy łączenie życia zawodowego z rodzinnym. Często są ofiarami przemocy nie tylko fizycznej ale coraz częściej psychicznej i ekonomicznej. Niezwykle istotne jest to, że chcą brać sprawy w swoje ręce, a my jako Stowarzyszenie im w tym pomagamy i podajemy rękę przekazując pomoc. Bo pomoc jak samo słowo wskazuje to udanie się „po moc”. A kobiety naprawdę mają moc. Kobiety w stowarzyszeniu łączy pasja, energia do działania, siostrzeństwo i kobieca perspektywa. Każda z Nas ma skrzydła, a my pomagamy je rozwijać.

**M.S:** - *Pani osobiście, co zyskała dzięki Kobietom w Centrum? Czy dołączenie do stowarzyszenia pociągnęło za sobą znaczące zmiany w Pani życiu?*

**A.Z:** - Zyskałam bardzo wiele. Przede wszystkim spełniłam jedno ze swoich marzeń. Wspólnie z 12 kobietami z całej Polski założyłam Ogólnopolskie Stowarzyszenie Kobiety w Centrum. Poznałam wiele fantastycznych kobiet z całego kraju, z którymi wspólnie zabiegamy o prawa kobiet i jesteśmy ich głosem w ważnych sprawach. Pomagam kobietom w ich codziennych problemach, wspieram i mobilizuję do działania. Pokazuje im, że kobieta może iść swoją ścieżką, a nie tą która jest jej narzucana przez społeczeństwo. Od zawsze czułam, że rola kobiet w Polsce jest umniejszana. Najbardziej tego doświadczyłam, kiedy rozpoczęłam swoją przygodę z polityką. Ostatnie lata w polskiej polityce to tak naprawdę kilka kroków wstecz w kwestii równouprawnienia.

Po latach rozkwitu, wprowadzenia parytetów, kobiet w roli szefów rządu czy stojących na czele ministerstw, w obecnym rządzie kobiet nie ma prawie w ogóle. Do gry politycznej zaczęto wykorzystywać nasze prawa i co za tym idzie uczucia. O kobiety zabiega się w momencie tworzenia list wyborczych. W życiu publicznym kobiety często spotykają się z niechęcią ze strony mężczyzn czy umniejszaniem ich roli poprzez sprowadzanie do roli pomocniczej – parzenie kawy czy robienie notatek. W pewnym momencie postawiłam sobie za cel, że trzeba to zmienić i to właśnie robię z innymi cudownymi kobietami. Dodaję odwagi i motywuję. Dlaczego? Bo jeżeli my same o nas nie zadamy, to nie zrobi tego nikt inny. A co ja zyskałam dzięki Kobietom w Centrum? Przede wszystkim wierę, że kobiety mogą dużo zmienić i mogą współpracować. To dzięki działalności w stowarzyszeniu w trudnym etapie mojego życia dostałam pomoc od wielu kobiet, które w ostatnich latach wsiadły do mojego pociągu. Nikt tak nie zrozumie kobiety jak druga kobieta.

**M.S:** - *Co czwarta Polka uważa, że wóldarze polskich gmin i miast nie uwzględniają potrzeb kobiet w zarządzaniu samorządem. Tak wynika z badania przeprowadzonego przez IBRIS i Kobiety w Centrum „Czy miasto jest kobietą?” A co jeśli chodzi o województwo podlaskie? Czy głos kobiet w naszym regionie ma znaczenie?*

**A.Z:** - Na szczęście w naszym województwie zaczyna się coś dziać i głos kobiet jest coraz bardziej brany pod uwagę. Choćby pokazuje to Rada Kobiet powołana przy Marszałku Województwa Podlaskiego czy Prezydencie Miasta Białegostoku.



Co prawda rady powołane zostały po apelu przedstawicielek Forum Kobiet Podlasia, ale najważniejsze że wóldarze przychylili się i utworzyli takie rady. Mam nadzieję, że niedługo takie rady zostaną powołane w Łomży i w Suwałkach, a przykład z dużych miast wezmą te mniejsze. Liczę na to, że są to działania podjęte po to, żeby głos kobiet z województwa podlaskiego był naprawdę słyszany i brany pod uwagę.

**M.S:** - *Tu pojawia się także pytanie, czy kobiety z województwa podlaskiego nie boją się, chcą i mają odwagę zabierać głos? Czy te, które to robią, nie są wyłącznie jednostkowymi przykładami?*

**A.Z:** - Kobiety nie boją się zabierać głosu. Co więcej chcą być aktywne, i pełnić ważną rolę, zarówno w życiu rodzinno-domowym, jak i społecznym. Naszym zadaniem, tych aktywnych kobiet, które nie boją się upominać o swoje, jest zadbanie o inne kobiety i zmotywowanie ich do działania.

**M.S:** - *Już jesienią, wspólnie z Podlaską Erą Nowych Kobiet, Fundacją Rozwoju Demokracji Lokalnej – Podlaskie Centrum, Podlaskim Stowarzyszeniem Właścicielek Firm, 100-leciem Kobiet w Hotelu Traugutta3 w Białymstoku, organizujecie II Forum Kobiet Podlasia. Tematem przewodnim spotkania będzie hasło „Co ludzie powiedzą”? Rozumiem, że chcecie uświadomić kobietom jak często wpadają w pułapkę myślową uzależniając własne działanie od zdania innych i pomóc się z niej wydostać?*

**A.Z:** - Dokładnie tak. Kobiety często boją się tego, co ludzie powiedzą, jak ocenią je, co zrobią, gdy się dowiedzą? Wiele kobiet, przez to rezygnuje ze swoich marzeń, szczęścia, z działalności w życiu publicznym. Boją się po prostu żyć po swojemu. Często żyją w schematach i ramach narzucanych przez innych. Jako Stowarzyszenie Kobiety w Centrum chcemy inspirować, dodawać odwagi, poczucia bezpieczeństwa i pewności siebie, tak aby kobiety na żadnym etapie swojego życia nie musiały z czegoś rezygnować. Dlatego jesienią w województwie podlaskim łączy siły w ramach Forum Kobiet Podlasia i organizujemy wydarzenie, które pokaże kobietom, że można i warto podążać swoją drogą.

**M.S:** - *Dlaczego zatem warto zarezerwować sobie 20 dzień października i pojawić się w Białymstoku?*

**A.Z:** - Bo każda kobieta powinna znaleźć czas dla siebie, na swój rozwój osobisty, a co więcej zachęcić do tego tą drugą. Będzie to bardzo kobiece wydarzenie, które pokaże, że można żyć inaczej. Bo kobieta jest szczęśliwa wtedy, kiedy przestaje się bać. Dlatego drogie Panie 20 października przestajemy się bać co ludzie powiedzą i widzimy się w Białymstoku. Do zobaczenia!



Lokalne liderki Stowarzyszenia Kobiety w Centrum i lokalni dziennikarze między panelami eksperckimi w Komisji Europejskiej w Brukseli

# Szczodre dary dla Muzeum Północno-Mazowieckiego w Łomży

**Bernard Szymański i Paulina Bronowicz-Chojak, dyrektor Muzeum Północno-Mazowieckiego w Łomży**

**Monografia Łomży autorstwa prezydenta miasta Władysława Świderskiego wydana w 1925 roku, papierośnica z monogramem prezydenta ofiarowana w 1927 roku prezydentowi z okazji imienin, dokumenty, zdjęcia, czy pocztówka adresowana do żony przez Władysława Świderskiego, ale także kompletny strój łomżyńskiego Bractwa Kurkowego. Różnorodne i cenne dary (w sumie prawie 30) wpłynęły 7 lipca do Muzeum Północno-Mazowieckiego w Łomży.**

- Muzeum Północno-Mazowieckie w Łomży, jak wszelkie inne placówki muzealne, bazuje na powiększaniu swoich zbiorów. Odbyna się ono zawsze dwiema drogami; można coś od kogoś kupić, albo można coś dostać. Zakupy są niezwykle przyjemne, bo wówczas można zdobyć prawdziwe perełki. Na to niestety trzeba mieć fundusze. Natomiast dar, to dobra wola darczyńcy. I takimi darami nasze muzeum obdarowywane jest w ciągu roku naprawdę licznie, bo do wszystkich działów, jakie prowadzimy, szczególnie do działu etnografii, trafia bardzo dużo pamiątek. Podobnie jest z działem historii. Jednak tym razem jest to o tyle wyjątkowy przekaz, że rodzina pierwszego po pierwszej wojnie światowej prezydenta Łomży, Władysława Świderskiego, robiąc porządku w pamiątkach po pradziadku, bo to jest już to pokolenie, znalazła dokumenty, pocztówki, zdjęcia, które postanowiła do muzeum przekazać. Prezydent Świderski, choć urodził się w Ostrowi Mazowieckiej, to związany był z Łomżą. To tu był prezydentem, to o tym mieście napisał monografię wydaną w 1925 roku, której do tej pory w zbiorach muzealnych nie mieliśmy. Taką monografię, z własnoręcznym podpisem prezydenta, otrzymaliśmy. Jest to chyba jeden z najcenniejszych darów przekazanych przez prawnuka prezydenta Świderskiego. Mam nadzieję, bo takie plany od kilku miesięcy snujemy z działem historii, że na 100 lecie wydania tej monografii, w 2025 roku zrobić reprint. Podobnie zrobiliśmy chociażby z "Dawną i Terazniejszą Łomżą" Leona Rzeczniewskiego. Mógłby być to idealny początek kolekcji wydawnictw muzealnych związanych z historią Łomży – mówi Paulina Bronowicz-Chojak, dyrektor Muzeum Północno-Mazowieckiego w Łomży.

Pamiętki po Władysławie Świderskim, pierwszym powojennym prezydencie Łomży,

przekazał w darze jego prawnuk Rafał Sobierański.

- Są to bardzo osobiste, rodzinne pamiątki. Jednak jestem bardzo zadowolony, że zdecydowałem się przekazać je muzeum, że znajdą swoje miejsce, będą eksponowane i mieszkańcy Łomży będą mogli je oglądać. Myślę, że dziadek byłby dumny, że podjąłem taką decyzję. Wszystko, co znalazłem w mieszkaniu dziadka przekazałem muzeum. Jeśli znajdę coś jeszcze również oddam to w darze muzeum – tłumaczył prawnuk prezydenta Władysława Świderskiego, Rafał Sobierański.

Jak podkreśla prof. Krzysztof Sychowicz, historyk, przewodniczący Rady Muzeum, Władysław Świderski (1879-1942) sprawował swoją funkcję w niezwykle burzliwym okresie dla Łomży.

- Władysław Świderski do naszego miasta trafił już jako kilkuletni chłopiec. To tu uczył się w gimnazjum i to tu kształtowały się jego poglądy polityczne, można powiedzieć wyczuł polityczne. Władysław Świderski rozpoczął swoją działalność w Polskiej Partii Socjalistycznej i jednocześnie związał się z Organizacją Bojową, a później z Polską Organizacją Wojskową działając tak naprawdę w jednym celu; odzyskania niepodległości i odbudowy państwa Polskiego. Był członkiem Komitetu Obywatelskiego. To on tworzył pierwsze władze Łomży. Został najpierw burmistrzem w 1919 roku, natomiast od czerwca 1920 prezydentem miasta Łomża – tłumaczył profesor Krzysztof Sychowicz. - Władysław Świderski sprawdził się jako prezydent. Nie tylko jako preorganizator, ale także, jak to niektórzy mówią w boju. W jego wypadku dosłownie. Po pierwsze sprawował funkcję prezydenta miasta w czasie wojny polsko-bolszewickiej, czyli w momencie kiedy oddziały polskie na fortach piątnickich stawiały opór bolszewikom. To właśnie on zaangażował się w koordynowanie obrony cywilnej i w gruncie rzeczy pośredniczył w kontaktach z dowództwem wojskowym. W tym okresie pozostał w Łomży, był razem z mieszkańcami naszego miasta. Po drugie, o tym, że prezydent Władysław Świderski sprawdził się na tym urzędzie stanowi fakt, że funkcję prezydenta sprawował do 1934 roku. Świderski cieszył się dużym poparciem oraz sympatią mieszkańców miasta. Czy warto pamiętać Władysła-

wa Świderskiego? Myślę, że bez wątplenia. Tablica umieszczona na Ratuszu Miejskim z 1994 roku jest tego najlepszym przykładem. Choć nie pochodził z Łomży, to właśnie z tym miastem, i jego mieszkańcami, związał się sercem i duszą. W Łomży ułożył swoje życie, które było związane z życiem miasta, dla tego miasta i jego mieszkańców, ale także dla Polski, którym poświęcił najlepsze lata swojego życia – dodawał prof. Krzysztof Sychowicz.

Niecodzienny eksponat podarował Muzeum także Bernard Szymański, król Łomżyńskiego Bractwa Kurkowego „Pospolite Ruszenie”. To komplet stroju Bractwa Kurkowego: żupan, kontusz, pas i czapka, uszyty wg przedwojennych zasad w zakładzie krawieckim w Zambrowie.

- Decyzja o przekazaniu Muzeum Północno-Mazowieckiemu w Łomży kontusza wynika z szacunku do przeszłości, teraźniejszości oraz przyszłości. Zależy mi na tym, by pokolenia, które po nas nadejdą miały świadomość tego, że w Łomży istniało Bractwo Kurkowe „Pospolite Ruszenie”, którego tradycje sięgają połowy XIII wieku. Dla bractwa od zawsze niezwykle ważne było kształtowanie postaw patriotycznych poprzez wykorzystanie szerokich możliwości. Równie istotna dla braci kurkowych, była i jest, działalność społecznikowska na rzecz lokalnych środowisk. Ponadto Bractwo Kurkowe bardzo blisko związane jest z tradycjami chrześcijańskimi, o które dba i które pielęgnuje. Jestem bardzo dumny, że mogę reprezentować Łomżyńskie Bractwo Kurkowe „Pospolite Ruszenie” - nie krył wzruszenia Bernard Szymański, król kurkowy łomżyńskiego bractwa.

Lokalny patriota zamierza także przekazać Muzeum Północno-Mazowieckiemu w Łomży również inne dary. Mowa tu chociażby o szabli, która liczy sobie przeszło 100 lat. Zdaniem króla kurkowego łomżyńskiego bractwa będzie to doskonale dopełnienie stroju.

Dary przekazane przez Rafała Sobierańskiego, prawnuka prezydenta Władysława Świderskiego oraz Bernarda Szymańskiego, króla kurkowego łomżyńskiego bractwa, trafią do zbiorów działu historii oraz etnografii Muzeum Północno-Mazowieckiego w Łomży. Niektóre z nich znajdą swoje miejsce na wystawie stałej dotyczącej historii Łomży.



Fot. Joanna Klama



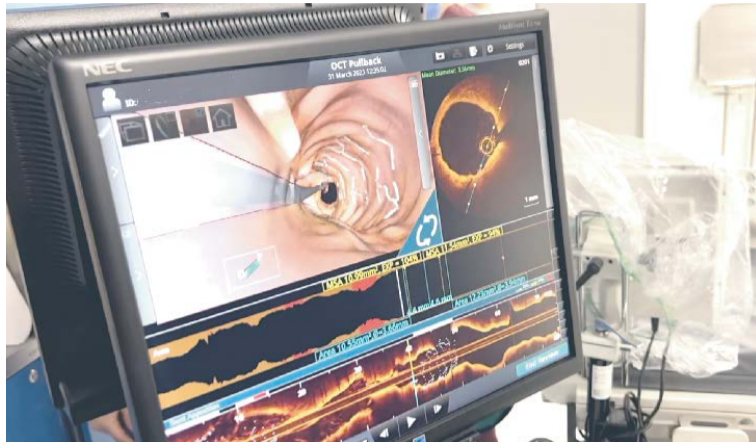
**Rafał Sobierański, prawnuk prezydenta Władysława Świderskiego**

# Kolejne nowoczesne technologie w oddziale kardiologii łomżyńskiego szpitala

Od niedawna kardiolicy ze Szpitala Wojewódzkiego im. Kardynała Stefana Wyszyńskiego w Łomży dysponują kolejnymi dwoma najnowszymi technologiami (zabiegową i diagnostyczną). Chodzi o litotrypsję wewnątrznacyniową (SHOCKWAVE IVL) oraz koherentną tomografię optyczną (OCT).

Litotrypsja/kruszenie złożeń jest znana w urologii i wykorzystywana do leczenia kamicy nerkowej. Od niedawna możliwe jest zastosowanie tej technologii w kardiologii i chirurgii naczyniowej.

Leczenie zabiegowe chorych z masowymi zwapnieniami tętnic wieńcowych to prawdziwe wyzwanie dla kardiologów. Zwapnienia w blaszkach miażdżycowych utrudniają uzyskanie dobrego rezultatu angioplastyki wieńcowej (PCI), czasem mogą nawet uniemożliwić poszerzenie naczynia. Nowoczesne metody zabiegowe modyfikujące strukturę zwapnień w obrębie zmian miażdżycowych umożliwiają uzyskiwanie znacznie lepszych wyników angioplastyki. Jedną z nich jest przezskórna litotrypsja wewnątrznacyniowa. Opiera się ona na działaniu



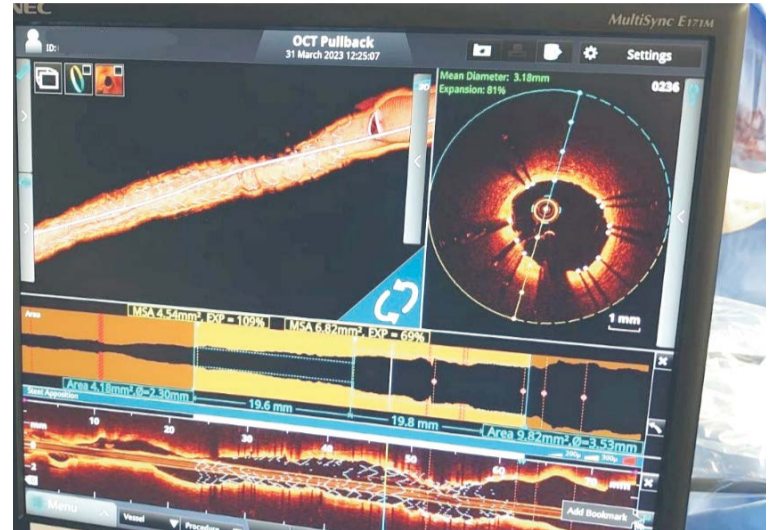
Obraz tętnicy wieńcowej uzyskany z badania OCT wykonanego u jednego z pacjentów łomżyńskiego szpitala

ultradźwiękowej fali uderzeniowej. Ultradźwięki aplikowane za pomocą specjalnego balonika wprowadzanego do światła zwapniałej tętnicy powodując kontrolowane pęknięcie zwapnień, ich „pokruszenie”.

Zastosowanie litotrypsji wewnątrznacyniowej znacznie ułatwia wszczęcie stentów wieńcowych i uzyskanie dobrego wyniku zabiegu angioplastyki. Od maja litotrypsja wewnątrznacyniowa jest dostępna dla pacjentów z chorobą wieńcową leczonych w Oddzia-

le Kardiologii Szpitala Wojewódzkiego w Łomży.

Koherentna tomografia optyczna czyli tomografia wewnątrznacyniowa to z kolei bardzo istotne badanie diagnostyczne - dokładnie uwidoczni strukturę zmian w tętnicach wieńcowych. Badanie pokazuje szczegóły budowy naczyń krwionośnych oraz występujących w nich zmian chorobowych z bardzo wysoką rozdzielczością niedostępną innym dotychczas stosowanym metodami obrazowym. Celem diagnostyki za pomocą



Obraz tętnicy wieńcowej z wszczepionym stentem - uzyskany z badania OCT wykonanego u jednego z pacjentów łomżyńskiego szpitala

tego nowoczesnego tomografu jest optymalizacja zabiegów angioplastyki wieńcowej oraz decyzji nt. rozległości zabiegu.

Od marca ta metoda diagnostyczna finansowana jest przez NFZ. Szpital Wojewódzki w Łomży posiada zarówno wyspecjalizowaną kadrę medyczną, jak i aparaturę, który od kilku miesięcy stanowi wyposażenie Oddziału Kardiologii Szpitala Wojewódzkiego

w Łomży i był już wielokrotnie wykorzystany w diagnozowaniu i leczeniu pacjentów z Łomży i okolic. W wielu przypadkach uzyskiwany obraz przyczynił się do ostatecznego postawienia prawidłowej diagnozy, ułatwił rozpoznanie erozji blaszki miażdżycowej z wytworzeniem się skrzeplin na jej powierzchni, potwierdził spontaniczne pęknięcie ściany wewnętrznej tętnicy wieńcowej.

## Wizyta Rektora Akademii Łomżyńskiej na Uniwersytecie Kanagawa

Rektor Akademii Łomżyńskiej, profesor Dariusz Surowik, odwiedził Uniwersytet Kanagawa w Jokohamie (Japonia). Kilukdniowa wizyta studyjna odbyła się w ramach programu Erasmus+ (KA 107), a prowadzone podczas jej trwania dyskusje i wypracowane pomysły umożliwią uczelniom z Łomży i Jokohamy intensyfikację dotychczasowej współpracy oraz realizację wspólnych grantów badawczych.

Uniwersytet Kanagawa w Jokohamie kształci na jedynastu wydziałach, gdzie studiuje osiemnaście tysięcy studentów. Uczelnia prowadzi także osiem szkół podyplomowych.

Podczas wizyty w Japonii profesor Dariusz Surowik zaprezentował Akademię Łomżyńską przedstawicielom Uniwersytetu Kanagawa oraz przedstawicielom innych uczelni.

Spotkania z władzami Uniwersytetu Kanagawa (rektorem, prorektorem ds. współpracy międzynarodowej, dziekanem wydziału informatyki) zaowocowały rozpoznaniem specyfiki polskiej i japońskiej uczelni, wyznaczeniem

potencjalnie wspólnych obszarów funkcjonowania, działania i planowania, a także podjęciem pragmatycznych decyzji dotyczących rozszerzenia współpracy międzynarodowej o realizację wspólnych grantów badawczych oraz wyjazdy studentów Akademii Łomżyń-

Polska i japońska uczelnia współpracują ze sobą od roku 2020, a relacje pomiędzy placówkami zacieśniane są dzięki wzajemnym wizytom studyjnym przedstawicieli obydwu środowisk akademickich. Przypomnijmy, że na przełomie maja



skiej do Japonii w ramach programu Erasmus+ (dotychczasowa umowa dawała taką możliwość pracownikom uczelni).

i czerwca w Akademii Łomżyńskiej gościł profesor Norihito Tanaka z Uniwersytetu w Kanagawie oraz wystąpił z prelekcją



„International Business, Japanese Global Companies - case study”, dotyczącą genezy sukcesu międzynarodowych japońskich firm

z branży nowoczesnych technologii. Wizyta profesora Tanaki odbywała się w ramach International Staff Week, czyli międzynarodowego tygodnia wymiany wiedzy i doświadczeń pomiędzy przedstawicielami światowych uczelni.

Podczas wizyty na Uniwersytecie Kanagawa rektor Akademii Łomżyńskiej, prof. Dariusz Surowik spotkał się z prof. Tanaką oraz jego współpracownikami, a także uczestniczył w zajęciach prowadzonych przez Profesora.



**Przebudowa ulicy Kasztelańskiej w Łomży ruszyła. Oficjalnemu przekazaniu placu budowy wykonawcy towarzyszył briefing prasowy.**

Spotkanie z dziennikarzami rozpoczął prezydent Mariusz Chrzanowski.

- O inwestycję, którą właśnie rozpoczynamy wielokrotnie prosili mieszkańcy osiedla oraz radni. Teraz, dzięki rządowemu wsparciu możemy ją realizować - mówił gospodarz miasta przypominając aktywność Miasta Łomża w pozyskiwaniu środków na drogi.

- Rekordowym rokiem był 2019, kiedy to złożyliśmy aż 12 wniosków na 14 zadań, a dofinansowanie rządowe stanowiło 50 procent kosztów - zaznaczył prezydent.

Wyjątkową skuteczność Łomży w staraniach o fundusze na różnego rodzaju przedsięwzięcia zauważył wicewojewoda podlaski Tomasz Madras.

- Z tego typu pomocy ma możliwość skorzystać każda podlaska gmina i miasto. Potrzeba do tego dobrego zarządu, jak to miejsce w przypadku Łomży oraz odpowiednich funduszy - dodał wicewojewoda

## Kasztelańska już w przebudowie



- To przedsięwzięcie jakich bardzo wiele w ostatnich latach. Przyczyniły się do tego przede wszystkim programy rządowe, w ramach których podlaskie samorządy ubiegają się o wsparcie finansowe - powiedział poseł Kazimierz Gwiazdowski dodając, że

dzięki temu poprawiają się rozwiązania komunikacyjne oraz bezpieczeństwo uczestników ruchu.

Radna Rady Miejskiej Łomży Hanka Gałązka dziękowała wicewojewodzie i posłowi za zrozumienie potrzeb Miasta Łomża w zakresie inwestycji.

- Przebudowa ul. Kasztelańskiej to jedno z tych zadań, które znacząco wpłynie na poprawę komfortu życia mieszkańców tej części Łomży - mówiła.

Wykonawca prac - Sławomir Lipiński z Łomżyńskiego Przedsiębiorstwem Robót In-

żynierskich sp. z o.o. zapewnił, że roboty drogowe będą prowadzone w taki sposób, aby w jaki największym stopniu zminimalizować uciążliwość z nimi związane.

- Będą one polegały m.in. na wykonaniu robót drogowych, sanitarnych, przebudowie oświetlenia drogowego, budowie kanału technologicznego oraz usunięciu kolizji z istniejącymi sieciami - wyliczał Sławomir Lipiński.

W ramach zadania planowana jest również przebudowa czterech skrzyżowań, realizacja urządzeń bezpieczeństwa ruchu, czyli progów zwalniających i wyniesionych przejść dla pieszych, wykonanie zieleni drogowej. Powstanie też oznakowanie aktywne na trzech przejściach dla pieszych. Nawierzchnia jezdni, chodników, parkingów i zjazdów będzie wykonana z kostki betonowej.

Koszt przebudowy ulicy Kasztelańskiej wynosi 4.470.572,76 zł. z czego dofinansowanie z Rządowego Funduszu Rozwoju Dróg to 2.742.269 zł. Prace potrwać do końca maja przyszłego roku.

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

## Parklety na Starym Rynku



**O kolejne nasadzenia wzbogacił się zrewitalizowany Stary Rynek. Obok drzew i wiszących pelargonii plac zdobią nowe, dekoracyjne rośliny. Wkomponowane w ustawione tam parklety tworzą pięć wysp zieleni.**

Parklety z siedziskami i zielenią, które można w miarę potrzeb dowolnie ustawiać zakupiło i zamontowało Miejskie Przedsiębiorstwo Gospodarki Komunalnej i Mieszkaniowej.

W skład roślinnej kompozycji wchodzi: kwiaty światłolubne i przystosowane do wzrostu w donicach: hortensje, pelargonie i begonie oraz drzewka i krzewy: brzoza, solanum i wiśnia ozdobna.

- Mając świadomość potrzeb naszych mieszkańców w zakresie zieleni miejskiej, jak również efektu estetycznego systematycznie uzupełniamy roślinność na Starym Rynku - mówi zastępca

prezydenta Łomży Andrzej Garlicki dodając, że parklety z siedziskami wśród drzewek i kwiatów będą z pewnością idealnymi miejscami do wypoczynku dla odwiedzających zabytkową część miasta.

Nasadzenia wrażliwe na mrozy zostaną na Starym Rynku do jesieni. Przez cały ten czas ich profesjonalną pielęgnacją zajmować się będą pracownicy Zakładu Dróg i Zieleni.

## W Łomży przybywa zielonych przystanków



**Eko przystanek powstał na ul. Poznańskiej przy Akademii Łomżyńskiej. Inwestycja była zgłoszona jako zadanie osiedlowe do Budżetu Obywatelskiego 2022.**

Wzdłuż tylnej ściany przystanku został posadzony bluszcz pospolity, którego pnącza z biegiem czasu przykryją ją w całości. Na dachu znajduje się natomiast mata z nasadzonym rozchodnikiem. Przy bocznej ścianie ustawiono donicę z trawą dekoracyjną, lawendą z niebieskofioletowymi wonnymi kwiatami oraz brodziszkiem białym. Obok jest stacja solarna zasilająca oświetlenie wiaty przystankowej

i gablot informacyjnych. Posiada ona wejścia USB i ładowarkę indukcyjną umożliwiające np. ładowanie telefonu. W planach jest też ustawienie koszy na śmieci pozwalających na segregację odpadów, które przy przystanku powinny pojawić się jeszcze w tym miesiącu.

Zielony przystanek powstaje również w rejonie Miejskiego Dworca Autobusowego. Niebawem rozpocznie się realizacja tego typu obiektu na Starym Rynku, a jeszcze w tym roku kolejny planowany jest w ramach Budżetu Obywatelskiego na Al. Legionów w rejonie Galerii Aleja Park.

# Ratujmy telewizje lokalne

**5 lipca w Senacie RP odbyła się debata pt. „Panel ekspercki. Rola telewizji lokalnych w debacie publicznej”. Celem spotkania było umiejscowienie telewizji lokalnych w debacie publicznej i zaadresowanie potrzeby stworzenia nowego modelu finansowania telewizji lokalnych w Polsce. Debata zainaugurowała przygotowaną przez PIKE ogólnopolską akcję „Ratujmy telewizje lokalne”.**

**W dyskusji** na temat sytuacji telewizji lokalnych i zapewnienia im finansowania wzięli udział eksperci rynku medialnego, przedstawiciele telewizji lokalnych zrzeszonych w Polskiej Izbie Komunikacji Elektronicznej oraz politycy, w tym członkowie Sejmowej Komisji Cyfryzacji, Innowacyjności i Nowoczesnych Technologii, Sejmowej i Senackiej Komisji Kultury i Środków Przekazu oraz Senackiego Zespołu ds. Małych i Średnich Przedsiębiorstw.

- Współorganizatorem spotkania senatorów i posłów z przedstawicielami telewizji lokalnych była Polska Izba Komunikacji Elektronicznej, wspierająca telewizje lokalne od ponad 20 lat. W Polsce działa ponad 150 telewizji lokalnych, które pełnią misję publiczną, integrują lokalne społeczności oraz tworzą silny fundament dla społeczeństwa obywatelskiego. Niestety nie mają one zapewnionego stałego źródła finansowania, a w ustawie o radiofonii i telewizji nie ma o nich nawet wzmianki. Zapewnienie finansowania lokalnych nadawców jest dla wielu z nich szansą na kontynuowanie działalności, ale rozpoczynając dyskusję o przyszłości telewizji lokalnych chcemy mówić nie tylko o przetrwaniu, ale też o rozwoju tych podmiotów, właśnie ze względu na ich ogromne znaczenie dla społeczności, do których docierają. Przy okazji lex pilot przekonaliśmy się, że debata publiczna może doprowadzić do pozytywnych zmian, dlatego pozytywnym sygnałem są zapowiedzi konkretnych propozycji legislacyjnych, o których usłyszeliśmy w trakcie spotkania, a których efekty mamy poznać w październiku – mówi Jerzy Straszewski, Prezes PIKE.

Debatę poprzedziła konferencja prasowa w trakcie której głos zabrali współorganizatorka debaty, wiceprzewodnicząca Komisji Rodziny, Polityki Senioralnej i Społecznej Magdalena Kochan, współorganizator debaty, wiceprzewodniczący sejmowej Komisji Cyfryzacji, Innowacyjności i Nowoczesnych Technologii Grzegorz Napieralski, przewodnicząca Komisji Kultury i Środków Przekazu Barbara Zdrojewska, przewodniczący Senackiego Zespołu ds. Małych i Średnich Przedsiębiorstw Adam Szejnfeld, a także zastępczyni przewodniczącego sejmowej Komisji Kultury i Środków Przekazu Iwona Śledzińska-Katarasińska, przewodniczący sejmowej Komisji Cyfryzacji, Innowacyjności i Nowoczesnych Technologii Jan Grabiec, oraz Prezes PIKE Jerzy Straszewski.

**- Jesteśmy konsekwentni** i spełniamy obietnicę, która padła podczas wystąpienia publicznego przy tzw. ustawie Lex pilot. Prawie wszystkie telewizje lokalne przyjechały wtedy na to spotkanie i mó-



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

wili o swoich problemach, swojej sytuacji i co tak naprawdę chcą robić, a gdzie napotykały przeszkody. Dziś otwieramy taką debatę i chcemy wysłuchać telewizji lokalnych oraz ich pomysłów na przyszłość – powiedział w trakcie konferencji prasowej Grzegorz Napieralski, inicjator i współorganizator debaty.

**W panelu eksperckim** udział wzięli: Witold Graboś, Ekspert rynku medialnego, Członek Rady Konsultacyjnej PIKE, Krzysztof Luft, Były członek Krajowej Rady Radiofonii i Telewizji, Maciej Świrski, Przewodniczący Krajowej Rady Radiofonii i Telewizji. Moderatorem spotkania był Jakub Woźny z Kancelarii Prawnej Media.

W trakcie spotkania swoje wystąpienia wygłosili przedstawiciele telewizji lokalnych: Ewa Michalska, (Fundacja Fundusz Telewizji Lokalnych), Anna Kobielska-Okrój (Telewizja Proart), Patrycja Drewna, (Twoja Telewizja Morska), Piotr Marek (Truso Media), Bogda Orzechowska (Telewizja Suwałki), Adam Pachura (Telewizja Sudecka), Eugeniusz Domański (Telewizja Olsztyn), Rafał Tatarek (Rekord Grupa Mediowa), Juliusz Marek (Stowarzyszenie Polskie Telewizje Lokalne i Regionalne).

**- Media lokalne** zajmują się sprawami, które dotyczą ludzi tu i teraz i pokazują jak lustro to co dzieje się w społeczeństwie. Zajmujemy się tym, że gdzieś na ulicy w mieście powiatowym wycinane są bezprawnie drzewa, czy tym że osoby niepełnosprawne na skutek barier ar-

chitektonicznych mają problemy z tym, żeby się swobodnie poruszać. Mówimy o tym, że gdzieś droga jest w tak fatalnym stanie, że mieszkańcy tej ulicy nie mogą przemieszczać się z domu do pracy. Pracujemy u podstaw i tak naprawdę to u nas jak w lustrze przeglądają się obywatele tego miasta i szukają odpowiedzi na to kim są, kim jesteśmy my jako Polacy i jako obywatele. Podejmując z nami walkę o lokalne telewizje, podejmujecie Państwo walkę o demokrację w wymiarze lokalnym, a przez to ogólnopolskim. Telewizje lokalne stanowią podwalinę pod realizację wartości społeczeństwa demokratycznego. Żadna z naszych stacji nie ma milionowej publiczności, ale razem mamy ją naprawdę ogromną. Ratujmy telewizje lokalne – powiedziała Anna Kobielska-Okrój, dyrektor generalna Telewizji Proart.

Telewizje lokalne to posiadające koncesję KRRiT stacje telewizyjne, nadające strumieniowo program kierowany do mieszkańców konkretnego miasta lub powiatu (powiatów). Aktualnie w Polsce jest ponad 150 takich podmiotów, a większość z nich, to niezależne telewizje, prowadzone przez prywatnych przedsiębiorców, tak jak chociażby Telewizja Narew.

**- Telewizja Narew** nadaje swój program od 30 lat. Emitowanie programu zaczęliśmy od Łomży. W kolejnych latach objęliśmy swoim zasięgiem ówczesne województwo łomżyńskie, a następnie podlaskie oraz północno-wschodnie Mazowsze. Od tego roku nasz program dostępny jest także w całej Warszawie i okolicznych

miastach. O tym jak ważna jest Telewizja Narew przekonaliśmy się podczas pandemii Covid-19. W tym nieprzewidywalnym czasie nasza telewizja nie przerwała nadawania programu nawet na jeden dzień. Mało tego, każdego dnia transmitowaliśmy Mszę Świętą z Łomżyńskiej Katedry – mówi Artur Filipkowski, szef Grupy Medialnej Narew. - Od 30 lat, przygotowując informacje z regionu, wypełniamy misję mediów publicznych. Informacje kulturalno - społeczne są na naszej antenie numerem jeden. Dlatego takie debaty są niezwykle ważne, by zmienić sytuację mediów lokalnych, które są równie ważne, jak media ogólnopolskie – dodaje Artur Filipkowski.

Wg badań prowadzonych przez Krajowy Instytut Mediów telewizje lokalne ogląda w Polsce 5,2 mln osób w wieku 15 lat i więcej. Największe lokalne telewizje ogląda prawie 350 tys. widzów, a najmniejsze – 7,5 tys. Najwięcej telewizji lokalnych (po 16) jest w województwach wielkopolskim i mazowieckim. Po 12 telewizji jest w województwach dolnośląskim (0,9 mln widzów) i podkarpackim (0,5 mln), a najmniej, bo tylko jedna – w województwie opolskim.

**Inicjatywa Ratujmy telewizje lokalne** ma na celu doprowadzenie do nowelizacji Ustawy medialnej, która zapewni telewizjom lokalnym dalsze funkcjonowanie. Szczegóły dotyczące akcji „Ratujmy telewizje lokalne”, znaczenie i potencjał telewizji lokalnych znajdują się na stronie: <https://ratujmytelevizjelokalne.pl>.

# Nowe rondo w Kolnie oficjalnie otwarte

Ma usprawnić ruch drogowy i poprawić bezpieczeństwo podróżujących. Szerokie rondo zastąpiło zwykłe skrzyżowanie ulic: Konstytucji 3 Maja (droga wojewódzka), Króla Jana III Sobieskiego (droga powiatowa) i Armii Krajowej (droga miejska). Oficjalne oddanie do użytku inwestycji, którą sfinansował samorząd województwa podlaskie, odbyło się w piątek, 7 lipca.

–Udręka mieszkańców Kolna ma swój kres. W ciągu dwóch lat udało się zakończyć inwestycję, która poprawi komunikację w mieście, ograniczy liczbę wypadków, do których w tym miejscu wcześniej dochodziło i poprawi estetykę Kolna. Taki był nasz cel i został zrealizowany – podkreślał wicemarszałek Olbrys, w zarządzie województwa odpowiedzialny m.in. za infrastrukturę drogową.

Rondo usytuowane jest w ciągu drogi wojewódzkiej 647. Radny województwa podlaskiego Sekściński przypomniał, że jest to kolejne w ostatnim czasie wydarzenie związane z drogami wojewódzkimi na terenie powiatu kolneńskiego.

– Dwa miesiące temu podpisaliśmy umowę na wykonanie projektu ścieżki rowerowej na



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

drodze wojewódzkiej 647 (chodzi o odcinek Kolno-Zabiele), a dzisiaj wieńczymy nasze działania, które tak naprawdę rozpoczęliśmy cztery lata temu. Sprawdzą się one do tego, aby wymazać miasto Kolno, powiat kolneński z mapy wykluczenia komunikacyjnego na terenie województwa. Bo te tereny przez wiele lat były w zapomnieniu – mówił radny i przekazał gratulacje z okazji otwarcia ronda od posła Kazimierza Gwiazdowskiego.

Starosta kolneński Tadeusz Klama podkreślał, że nowo wybudowane skrzyżowanie jest bardzo ważnym punktem na mapie drogowej całego powiatu.

– Ruch jest tutaj bardzo duży, bo z ronda korzystają podróżni zjeżdżający z dróg krajowych, a także mieszkańcy gmin: Stawiski, Grabowa i Kolna.

Inwestycja kosztowała ok. 12 mln zł. Jak informował dyrektor Podlaskiego Zarządu Dróg Wojewódzkich Mariusz Nahajew-

ski, sporą część tych pieniędzy pochłonęła budowa półtorakilometrowego kanału odprowadzającego wodę z pasa drogowego i łączących się z nim dróg. Dzięki temu zlikwidowano nawracający przy dużych deszczach problem, z którym borykali się mieszkańcy i podróżni przejeżdżający przez stare skrzyżowanie.

Nowe skrzyżowanie w ruchu kołowym (bo tak brzmi właściwe określenie ronda w prawie o ruchu drogowym) jest szerokie

i wygodne. Zewnętrzna średnica ma 38 metrów, natomiast średnica wyspy środkowej 20 metrów. Średnica pierścienia najazdowego to 27 metrów. Szerokość jezdni to 5,5 m, szerokość pierścienia najazdowego – 3,5 m.

Na rondzie zamontowano również urządzenia podczyszczające oraz separatory substancji ropopochodnych z osadnikami części mineralnych. Znalazł się tam żelbetowy kanał deszczowy.

SM Mlekpól, wiodąca polska spółdzielnia mleczarska, zajęła drugie miejsce w kolejnej edycji prestiżowego Ogólnopolskiego Rankingu Najlepszych Spółdzielni Mleczarskich. Ten zaszczytny wynik potwierdza wysoką pozycję produktów i marek Mlekpolu oraz zaangażowanie firmy w procesy inwestycyjne, pozyskiwanie nowoczesnych sposobów finansowania działalności, a także w działania na rzecz lokalnych społeczności i rozwój bazy surowcowej.

Celem Ogólnopolskiego Rankingu Spółdzielni Mleczarskich jest wyróżnienie reprezentantów polskiego sektora mleczarskiego oraz promowanie przykładów dobrych praktyk spółdzielczych. Kapituła ocenia przede wszystkim wyniki ekonomiczne, dane dotyczące produkcji mleka, działania podejmowane w obszarze kadr i szkoleń, asortyment produktów, realizację nowych inwestycji, działania w dziedzinie społecznej odpowiedzialności biznesu, z uwzględnieniem lokalnych inicjatyw. Mlekpól w tegorocznej edycji plebiscytu znalazł się na drugiej pozycji wśród najwyższej ocenionych spółdzielni mleczarskich w Polsce.

– Od lat bierzemy udział w rankingu najlepszych spółdzielni mleczarskich, m. im. ze wzglę-

## Mlekpól znowu na podium w Ogólnopolskim Rankingu Spółdzielni Mleczarskich



du na stosowany przez organizatorów szeroki zakres kryteriów oceny. Z radością przyjmujemy tegoroczne wyróżnienie, które stanowi zachętę do kontynuowa-

nia intensywnej pracy nad rozwojem Mlekpolu i innowacjami technologiczno-produktowymi. Chciałbym serdecznie podziękować wszystkim, którzy codziennie

przyczyniają się do naszego sukcesu – rolnikom dbającym o dostarczanie do Spółdzielni najwyższej jakości mleka, a także pracownikom i współpracownikom. Dzięki

ich wysiłkom produkty wytwarzane w zakładach Mlekpolu są doceniane zarówno przez polskich, jak i zagranicznych konsumentów – mówi Tadeusz Mroczkowski, prezes SM Mlekpól.

SM Mlekpól z siedzibą w Grajewie to czołowy polski producent mleka i artykułów mleczarskich. Od lat utrzymuje pozycję lidera rodzimej branży mleczarskiej oraz jest jednym z dwudziestu największych przetwórców mleka w Europie.

Wysokojakościowe produkty Mlekpolu powstają w 14 nowoczesnych i wyspecjalizowanych zakładach produkcyjnych, zlokalizowanych w Grajewie, Zambrowie, Mragowie, Kolnie, Sejnach, Bydgoszczy, Sokółce, Dąbrowie Białostockiej, Radomiu, Zwoleniu, Gorzowie Wielkopolskim i Suwałkach. Ostatnio w strukturze firmy weszła również ŁSM Jogo. Mlekpól oferuje konsumentom szerokie portfolio, obejmujące m. in. tak znane marki jak: Łaciate, Milko, Maślanka Mragowska czy Rolmlec.

30 czerwca w Zakopanem odbyła się gala finałowa Konkursu Miss Polonia 2023. Województwo podlaskie, Łomżę oraz Kolno, reprezentowały: Miss Polonia Województwa Podlaskiego 2023 - Linda Filipkowska z Łomży, studentka prawa na Uniwersytecie Warszawskim oraz 2 Wicemiss Polonia Województwa Podlaskiego 2023 - Weronika Falkowska z Kolna, tegoroczna absolwentka Zespołu Szkół Weterinarskich i Ogólnokształcących nr 7 w Łomży. Obie dziewczyny awansowały do TOP10 najpiękniejszych polek 2023 roku. W rywalizacji o koronę stanęło 19 kandydatek z całej Polski. Ponadto, Linda Filipkowska została wyróżniona tytułem komplementarnym – Miss Polonia IQ Nails.

- Zgrupowanie Miss Polonia było dla mnie ogromnym wyzwaniem, czymś nowym dotychczas nieznanym. Był to okres pełen ciężkich chwil, ale i wspaniałych znajomości. Dziś wiem, że była to fantastyczna decyzja, bo dzięki niej zawiązałam znajomości na lata. Bycie jedną z dziesięciu najpiękniejszych polek jest dla mnie ogromnym wyróżnieniem. Nie spodziewałam się takiego wyniku, byłam zaskoczona, ale również szczęśliwa, wdzięczna i dumna. Obecnie wracam powoli do swoich codziennych obowiązków, a także do dalszego pełnienia roli Miss Polonia Województwa Podlaskiego. Mimo, że krajowy konkurs już się odbył nie

## Linda i Weronika w TOP10 najpiękniejszych kobiet w Polsce



zamierzam zwalniać tempa i zaprzestać działań, które jako Miss z dumą realizuję - przyznaje Linda Filipkowska.

Współpraca Konkursu Miss Polonia Województwa Podlaskiego

z najstarszym w Polsce Konkursem piękności Miss Polonia miała w tym roku miejsce pierwszy raz. Wcześniej, przez siedem lat konkurs realizowany był pod nazwą Miss Ziemi Łomżyńskiej.

- Jestem bardzo dumna z dziewczyn. TOP10 i to dwójnie to wielki sukces. Obie włożyły ogrom pracy, by godnie reprezentować województwo podlaskie na arenie krajowej.

Były świetnie do tego przygotowane. Zdeterminowane ale także bardzo rozsądne - w drodze po tę przygodę. Obie doskonale wiedziały, że największą wartością jest sam udział w Finale Konkursu Miss Polonia, możliwość zawarcia nowych znajomości oraz same w sobie przeżycia i emocje, które zapamiętają na całe życie. Dziś bogatsze o kolejne doświadczenie będą doskonałym wsparciem i motywacją dla kolejnych finalistek naszego Konkursu – tłumaczy Anna Kurządkowska-Kosińska, organizatorka Konkursu Miss Polonia Województwa Podlaskiego.

Miejsce w TOP10 było także dużym wyróżnieniem i ogromną radością dla 2 Wicemiss Polonia Województwa Podlaskiego 2023 - Weroniki Falkowskiej.

- Sam udział w Konkursie Miss Polonia to dla mnie ogromne wyróżnienie już na samym starcie. Trafienie do 10 najpiękniejszych kobiet w Polsce jest niewyobrażalnym marzeniem, którego miałam możliwość doświadczyć. Stres towarzyszył mi tylko przed pierwszym wyjściem, później była to już fantastyczna i pełna emocji zabawa. Dziękuję za wsparcie od moich najbliższych, przyjaciół, koordynatorów oraz przyjaciół z regionalnego konkursu – nie kryje radości Weronika Falkowska.



## Starosta na „Tropie trupa” w Skansenie w Nowogrodzie

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

**Gejzer pozytywnej energii i wodospad świetnych pomysłów. Wrocławianka z korzeniami na Kresach Wschodnich, polonistka dyplomowana i etnologa niedyplomowana. Poliamorycznie zafascynowana Wrocławem i województwem podlaskim. Niestrudzona orędowniczka przywrócenia do łask kryminału ironicznego.**

Z niesamowitym humorem potrafi opisać rodzinne perypetie lub poszukiwanie mordercy przez domorosłą panią detektyw. Wydała już dziesięć powieści, które zostały bardzo ciepło

przyjęte przez czytelników. Najnowsza, bo z maja tego roku, nosi tytuł „Na tropie trupa”. Akcja tej powieści osadzona jest w Skansenie Kurpiowskim w Nowogrodzie, w którym autorka jako studentka etnologii, odbywała praktyki. Teraz po siedemnastu latach wróciła tu, by spotkać się ze swoimi czytelnikami.

- Pozostały mi po tamtym pobycie wyjątkowe wspomnienia i trzeba było je przelać na papier. Szkoda by było tych historii, szkoda by było tego miejsca, a że

ja bardzo lubię zabierać czytelników w różne podróże, zwłaszcza do miejsc, które są mało znane, to Nowogród wydawało mi się idealny – mówiła autorka różowych kryminałów gwarantując, że już teraz będzie bardziej znany.

Jak mówi o sobie jest autorem „kradziejem”, bo słucha, patrzy i później czerpie z takich spotkań inspiracje, a że ma dobrą pamięć do ciekawostek, to efektem tego są komedie obyczajowo - kryminalne i nie tylko.

- To chyba jest część mojej osobowości. Nie ukrywam tego, że jestem bohaterką tych książek, więc po prostu to jestem ja. Córka głównej bohaterki ma na imię tak jak moja córka, mieszkamy pod moim adresem. Razem z bohaterką jest wiele elementów mojego życia, więc to jest moje alter ego – opowiada Małgorzata vel Małgonia.

Autorka uznaje to za swego rodzaju czytelnicy „smaczek” dlatego nie wypiera się tego, wręcz przeciwnie, jest przekonana, że czytelnicy bardzo to lubią.

- Pewnie będą się teraz głowić co jest prawdą, a co nie – nie kryje satysfakcji autorka.

Wierni czytelnicy Małgorzaty Starosty doskonale wiedzą, że zawsze za tropieniem trupa, złoczyńcy czy poszukiwaniem

prawdy stoi u autorki coś jeszcze, dlatego jak mówiła podczas spotkania jeździ z swoimi bohaterami po Polsce, przelamuje się do czytania romantycznych wieszczów, uczy się gotować potrawy regionalne, zwiedza zamki i pałace.

Spotkanie autorskie w Brzostkowskim dworcu prowadziła Iwona Choroszevska-Zyśk, wiceprezes Związku Kurpiów, który objął patronat nad najnowszą powieścią Małgorzaty Starosty.

- Tak się szczęśliwie złożyło, że dostaliśmy propozycję i nie zastanawialiśmy się zbyt długo, bo bardzo cenimy książkę, która powstała, mało tego jesteśmy pod ogromnym wrażeniem i naprawdę zaszczytami tym patronatem – powiedziała prowadząca spotkanie Iwona Choroszevska-Zyśk.

Letni, sielski klimat wzmocnił występ zespołu kurpiowskiego z Miejsko-Gminnego Ośrodka Kultury w Nowogrodzie. Tego popołudnia czas z pewnością zatrzymał się w Skansenie.

- Świetna kryminalna komedia i co ważne, ta książka ma też olbrzymi walor edukacyjny, bo na końcu są przepisy dań kurpiowskich i cały rozdział poświęcony także Stachowi Konwie, bohaterowi kurpiowskiemu – zachęcał do jej przeczytania Juliusz

Jakimowicz, dyrektor Muzeum - Skansenu Kurpiowskiego im. A. Chętnika w Nowogrodzie

Na Kurpiach Małgorzatę Starostę do dzisiaj fascynuje budownictwo, ludowizna oraz legendy. Nie jest jej także obojętna bursztynowa biżuteria oraz kurpiowskie przysmaki. Za to przywiązanie i fascynację kurpiowszczyzną burmistrz Nowogrodu serdecznie dziękował i przekazał autorce rzeźbę lokalnego artysty z Jankowa Młodzianowa.

- Niesamowite, że w tak wyjątkowy sposób możemy promować Nowogród – mówił Grzegorz Palka, burmistrz Nowogrodu.

A gdyby tak rzucić wszystkim i wyjechać... na Kurpiowszczyznę? Tak autorka zachęca do przeczytania najnowszej swojej książki, postanawia odwiedzić ukochany skansen kurpiowski w Nowogrodzie, aby złapać oddech i znaleźć wenę do napisania romansu historycznego. Jednak cały plan bierze w łeb, gdy przypadkiem staje się świadkiem podejrzanych zakopków, dyrektorka skansenu znika bez śladu, a Barbs wysyła Małgonię na komisariat w celu zgłoszenia zaginięcia szemranego typu. Jak skończyła się ta historia? Przekonajcie się sami.

**TELEWIZJA  
narew**

OGŁĄDAJ NA **140** KANAŁE

**vectra**  
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.

**NIERUCHOMOŚCI**

Wynajme od września umeblowane mieszkanie - 48 m2 w Łomży, ul. Ks.

Anny dla uczniów lub studentów. Tel. 511 599 670.

**USŁUGI REMONTOWO-BUDOWLANE**

Usługi dekarckie - Perfekt dach: pokrycia dachowe, wymiana konstrukcji dachowych, kominy z klinkieru, podbitki, montaż okien dachowych i włazów, materiały. Łomża, Boguszyce 17, Łukasz Just. Tel. 508 637 509.

**PERFEKT  
dach**

Usługi hydrauliczn, instalacje sanitarne i C.O, montaż kotłowni, grzejników, ogrzewanie podłogowe, przepływy, odkurzacz 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, kotłowanie (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 „Dzudli”. Gwarancja dobrej zabawy. Tel. 698 621 178.

**MOTORYZACJA**

AUTOZŁOMOWANIE, SKUP AUT DO DEMONTAŻU, ODBIÓR U KLIENTA.

**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

**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

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. Akacyjowa 5. Tel. 518 362 426.

**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.



**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

**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

Tylko w ciągu tygodnia dwoje mieszkańców Łomży straciło swoje oszczędności. 90-latek uwierzył, że pomaga w złapaniu złodziei, natomiast 85-latka uwierzyła, że pomaga swojej córce, która spowodowała wypadek.

W poniedziałek (3 lipca) po godzinie 15:00, na numer stacjonarny 90-latka zadzwoniła kobieta, która podała się za prokuratora. Powiedziała, że szuka osób, które pomogą policji w złapaniu groźnych przestępców. Senior bez chwili namysłu zgodził się pomóc. W reklamówkę spakował gotówkę i biżuterię, którą zgodnie z instrukcją kobiety wystawił przed drzwi. Mężczyzna uwierzył w historię o tym, że wychodzący z klatki złodzieje wpadną w zasadzkę policji i na gorącym uczynku zostaną zatrzymani. Rzekoma prokurator po całej akcji miała raz jeszcze skontaktować się z 90-latką. Po pewnym czasie senior wyszedł z mieszkania, jednak re-

## Stracili oszczędności, bo uwierzyli oszustom

klamówki już nie było. Kobieta też już więcej nie zadzwoniła. Mężczyzna powiedział o wszystkim swojej żonie, która uświadomiła go, że padł ofiarą oszustów. W rezultacie mieszkaniec Łomży stracił 2,5 tysiąca dolarów oraz wartość 1000 złotych biżuterię.

Natomiast w czwartek (6 lipca) po godzinie 11:00, na numer stacjonarny 85-letniej mieszkanki Łomży zadzwonił mężczyzna, który podał się za policjanta. Powiedział, że jej córka potrafiła kobietę w ciąży i grozi jej za to 8 lat więzienia. Ciężarna zgodziła się jednak pójść na ugodę. Zażądała 180 tysięcy złotych zadośćuczynienia. Kobieta oświadczyła, że nie ma takiej kwoty, ale odda wszelkie oszczędności. Pomimo przekonania męża, że jest to oszustwo kobieta uwierzyła rzekomemu po-

licjantowi. Jak później powiedziała mundurowym chciała pomóc swojemu dziecku. Gdy kobieta rozmawiała z oszustem jej mąż poszedł do wnuczki. Liczył, że ona zapobiegnie przekazaniu pieniędzy i powiadomi policję. Jednak zanim zdążył to zrobić oszust już zapukał do drzwi 85-latki. Ta oddała mu zapakowane w reklamówkę 42 tysiące złotych.

### WAŻNE:

**Policjanci prowadząc czynności służbowe nigdy nie zwracają się z prośbą o przekazanie pieniędzy. W przypadku jakichkolwiek podejrzeń, a tym bardziej o zaistniałym fakcie stania się ofiarą oszusta, należy natychmiast poinformować Policję, dzwoniąc pod numer 112. Zachowaj ostrożność - jeżeli**



**dzwoni ktoś, kto podszywa się pod członka rodziny, policjanta i prosi o pieniądze, nie podejmuj żadnych pochopnych działań - nie wykonuj jego poleceń, nie podawaj numeru komórkowego - nie daj się zmanipulować! Nie mów nikomu, a szczególnie**

**przez telefon, o kwocie oszczędności jakie posiadasz i gdzie je przetrzymujesz. Rozłącz starannie rozmowę telefoniczną, zadzwoń do kogoś z rodziny i upewnij się, czy osoba, która prosiła o pomoc, faktycznie jej potrzebuje.**

## Każdy emeryt i rencista może mieć elektroniczną legitymację

Emeryci i renciści od tego roku mogą korzystać z mLegitymacji ZUS. Tę wygodną formę zamiast lub obok plastikowej karty wybrało już 431,5 tys. świadczeniobiorców. Elektroniczny dokument można pobrać z bezpłatnej aplikacji mObywatel.

- Od stycznia 2023 r. legitymacje emeryta-rencisty są wydawane w formie elektronicznej. Wystarczy, na swoim smartfonie zainstalować aplikację mObywatel potwierdzić tożsamość dodając dowód osobisty i pobrać dokument „legitymacja emeryta-rencisty”. Od tego momentu na pulpicie aplikacji będzie widocz-

na ikona mLegitymacji. Tylko w czerwcu br. mLegitymację pobrało 18 tys. osób, a od początku roku z tej możliwości korzysta już 431,5 tys. świadczeniobiorców ZUS – informuje Katarzyna Krupicka, regionalny rzecznik prasowy ZUS w województwie podlaskim.

Dzięki elektronicznej legitymacji można udowodnić uprawnienia emeryta lub rencisty np. do zniżek na bi-



lety. Legitymacja emeryta-rencisty w mObywatelu ma taką samą moc prawną jak plastikowa legi-

tymacja. Można ją okazać w każdej sytuacji, w której można okazać tradycyjny dokument.

- W okresie wakacyjnym przemierzamy się i podróżujemy znacznie częściej niż w innych miesiącach. MLegitymacja jest zawsze dostępna w telefonie i nawet gdy emeryt nie zabierze ze sobą plastikowej karty, to na ekranie smartfonu potwierdzi, że jest uprawniony do świadczeń zdrowotnych i przysługujących

mu ulg, np. dodatkowych rabatów i ulg na leki dla seniorów – wyjaśnia rzeczniczka.

Jeśli emeryt lub rencista, któremu wydana została tylko elektroniczna wersja legitymacji, chce posługiwać się tradycyjną plastikową kartą, może złożyć do ZUS-u wniosek o jej wydanie (na formularzu o symbolu ERL). Jeśli natomiast senior posiada tylko plastikową kartę, a chce korzystać z elektronicznej legitymacji, nie musi składać żadnego wniosku. Z obu dostępnych wersji dokumentu świadczeniobiorcy mogą korzystać według własnych preferencji lub potrzeb.



**NOWOCZESNE TAPETY**  
**SZTUKATERIA**  
**TYNKI DEKORACYJNE**






**FARMAL®**  
**ŁOMŻA AL. LEGIONÓW 54B**  
[www.farmal.pl](http://www.farmal.pl)

**OKŁADZINY FILCOWE**  
**LAMELE**  
**MIESZALNIA FARB I LAKIERÓW**

## Power Challenge i 5 miejsc na podium Akademii Sportu Medyk



Zawodnicy Akademii Sportu Medyk zdobyli pięć medali w zawodach organizowanych w Ostrowi Mazowieckiej „Power Challenge”.

Uczestnicy musieli wykonać dwa treningi oparte na ruchach funkcjonalnych, które miały za

zadanie sprawdzić ich zwinność, szybkość, siłę oraz wytrzymałość. Drużyna Akademii Sportu Medyk okazała się bezkonkurencyjna. Mężczyźni zajęli trzy miejsca na podium:

- Paweł Remiszewski - 1 miejsce,

- Patryk Zieliński - 2 miejsce,  
- Jakub Grygo - 3 miejsce.  
Natomiast Panie zajęły dwa miejsca na podium:

- Anna Dąbrowska - 2 miejsce,

- Beata Obrycka - 3 miejsce.

## Czy mieszkańcy Łomży chętnie przesiadają się na ŁoKeR-y?

Od dwóch miesięcy można ponownie korzystać z Łomżyńskiej Komunikacji Rowerowej. 100 pojazdów tradycyjnych i 30 elektrycznych czwartej generacji rozmieszczonych na 15 stacjach będzie dostępnych do końca października. Tegoroczny łączny czas użytkowania wszystkich miejskich jednośladów wyniósł już 165 dni.

Obsługę Łomżyńskiej Komunikacji Rowerowej w latach 2022-2025 zapewnia firma NEXTBIKE POLSKA S.A. Zadanie jest realizowane w ramach projektu pn. „Zrównoważona mobilność miejska w Łomży” współfinansowanego ze środków Europejskiego Funduszu Rozwoju Regionalnego w ramach Regionalnego Programu Operacyjnego Województwa Podlaskiego na lata 2014-2020. Zgodnie

z umową system funkcjonuje od 1 maja do 31 października.

Z danych przedstawionych przez operatora wynika, że w maju najpopularniejszymi miejscami wypożyczenia i zwrotu rowerów były stacje zlokalizowane na Starym Rynku i w pobliżu Orlika przy ul. Katyńskiej. W czerwcu do tego grona dołączyły w kontekście wypożyczeń stacja przy Miejskim Dworcu Autobusowym, zaś zwrotów ta znajdująca się na Placu Kościuszki.

W tym roku najwięcej razy rowery były wypożyczone 10 czerwca (196), 21 maja (179), 8 czerwca (178), 28 maja (172) i 14 maja (169). W maju i czerwcu z jednośladów najczęściej korzystano w niedzielę (łącznie 1241 razy) i poniedziałki (1237), zaś najrz-

ziej w piątki (941). Największą popularnością ŁoKeRy cieszą się w godzinach od 17:00 do 21:00, zaś najmniejszą od godz. 24:00 do 6:00. Tegoroczny łączny czas użytkowania wszystkich miejskich jednośladów wyniósł już 165 dni.

Rejestrację w systemie, umożliwiającą wypożyczanie rowerów, można zrealizować poprzez stronę internetową [www.lomzarower.pl](http://www.lomzarower.pl), aplikację mobilną nextbike lub kontakt telefoniczny z BOK ŁoKeR (22 123 06 06). Wypożyczenie roweru tradycyjnego na czas do 15 minut jest bezpłatne. Korzystanie z niego od 16 do 60 minut kosztuje 2 zł. Każda rozpoczęta kolejna godzina to koszt 4 zł. W przypadku rowerów elektrycznych za przejazd do 15 minut należy zapłacić 1 zł, od 16 do 60 minut 3 zł, zaś za każdą następną rozpoczętą godzinę kolejne 5 zł.

Rowery przystosowane są do komfortowego korzystania przez osoby o wzroście od 150 cm do 200 cm w pozycji wyprostowanej, a ich nośność jest nie mniejsza niż 100 kg. Stacje znajdują się w następujących miejscach: Stary Rynek, bulwary, tzw. strzelnica na os. Konstytucji 3-go Maja, Bawelna w rejonie ul. Wojska Polskiego i Studenckiej, Plac Kościuszki, Orlik przy ul. Katyńskiej, Park Wodny przy ul. Wyszynskiego, okolice Miejskiego Centrum Przesiadkowo-Komunikacyjnego (skrzyżowanie Sikorskiego-Legionów), Galeria Łomża przy Rondzie Solidarności, ul. Szmaragdowa, Akademia



## Kolejny medal KS Prefbet-Sonarol

Z kolejnym medalem z Mistrzostw Polski wrócili z Włocławka zawodnicy Klubu Sportowego Prefbet-Sonarol. Tym razem młodzieżowcy (U23) wywalczyli brązowy medal w sztafecie 4x400m biegnąc w składzie: Paweł Wyszynski, Piotr Dąbrowski, Bartosz Jurak i Marcin Suchta, uzyskując czas 3:27,36.

W tym samym składzie zawodnicy pobiegli w sztafecie 4x100 zajmując 5 lokatę. Indywidualnie w biegu na 400 metrów Piotr Dąbrowski zwyciężył w swojej serii z drugim wynikiem w karierze (48,15 sek.) co pozwoliło mu zająć 10-te miejsce, natomiast Dawid Boć przy-

biegł 18-ty na dystansie 100 metrów (10,97sek.). Medale Piotra Dąbrowskiego i Bartosza Juraka, podopiecznych trenera Andrzeja Korytkowskiego, są odpowiednio ich 16 i 13 medalem z Mistrzostw Polski, natomiast Marcin Suchta i Paweł Wyszynski z medala cieszyli się po raz pierwszy w karierze.

Zawody były bardzo dobrze zorganizowane, chociaż pogoda nie dopisała, a silny wiatr bardzo przeszkadzał zawodnikom w uzyskaniu lepszych wyników. Bardziej mnie cieszy dobry bieg Piotrka, któremu zabrakło zaledwie 0,44sek. do rekordu życiowego. Ten zawodnik jest najmłodszy w kategorii U23 i na Mistrzostwach Polski Młodzieżowców będzie jeszcze startować przez dwa kolejne lata – mówi trener Andrzej Korytkowski.

Nauk Stosowanych przy ul. Akademickiej, hala sportowa Szkoły Podstawowej nr 9, Galeria Aleja Park, SM Perspektywa i Cmentarz przy ul. Przykoszarowej. Dzięki technologii 4G stacje sta-

nowią wirtualne strefy o promieniu 20 m od ich środka. Jednoślady można zostawiać również poza wyznaczonymi do tego celu miejscami, jest to jednak dodatkowo płatne.



**Producent  
chemii  
budowlanej**  
**tynki  
elewacyjne**  
silikonowe  
i mozaikowe  
**grunty  
farby**



Od wielu lat specjalizujemy się  
w produkcji najlepszych  
gatunkowo tynków elewacyjnych  
i mozaikowych, gruntów,  
hydroizolacji oraz farb.

**CENY PRODUCENTA**



**Wykonujemy również  
kompleksowo elewacje**

**ul. Łąkowa 11A  
Łomża  
tel. 604 933 798**

**30 lat DOŚWIADCZENIA**

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



**BAZYDŁO  
FURNITURE<sup>PL</sup>**

zakład produkcji  
drzwi wewnętrznych  
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

**Nowa inwestycja – Etap I**



**Sybiraków**

**26**



**SZMARAGDOWE  
WZGÓRZE**



**DEVELOPMENT**  
Zacharzewski — Skowroński

**508 178 747  
86 219 81 81**