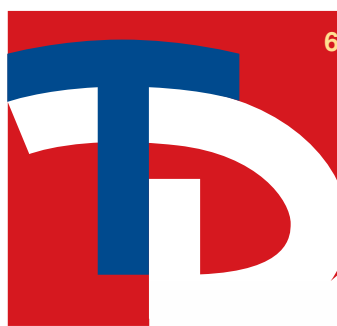




6 KWIETNIA 2021 R.

NR 14 (2154)

tygodnik DZIAŁDOWSKI

www.tygodnikdzialdowski.pl

Działdowo
Iłowo
Lidzbark
Płońnica
Rybno
Kozłowo
DąbrównoNR INDEKSU 379646
NAKŁAD 14 300 EGZ.
TYGODNIK
działdowski
WYDANIECena **3,50 zł** (w tym 5% VAT)

Działdowo

Ponad 20 lat trwały starania związane z pozyskaniem środków zewnętrznych na remont byłego niemieckiego obozu KL Soldau.

Przez ten czas nie udało się pozyskać nawet złotówki. Aż do dziś. Projekt „Rewaloryzacja budynku pokoszarowego” otrzymał dofinansowanie rządowe w wysokości 4 mln zł.

4 mln zł na ratowanie koszar

Czytaj na str. 2

Rozmowa

Bieganie to moje życie po pracy

W latach szkolnych trochę interesowała się sportem, ale nie miała swojej wymarzonej dyscypliny. Dopiero po latach poczuła smak biegania i od ośmiu lat systematycznie, kilka razy w tygodniu, odbywa swój ulubiony trening biegowy, na leśnych ścieżkach, bieżni stadionu czy też w hali sportowej. Najpierw jednak jest praca zawodowa (piastuje funkcję kierownika Inspektoratu ZUS w Działdowie) i obowiązki rodzinne, resztę czasu poświęca bieganiu. **Wioletta Falba**, bo o niej mowa, jest bohaterką naszego materiału w dzisiejszym wydaniu „Tygodnika Działdowskiego”.

Czytaj na str. 19



Superliga tenisowa Jarosław lepszy od Dekorglassu

Wtorek, 30 marca był ostatnim akcentem w rozgrywkach superligi tenisa stołowego w sezonie zasadniczym. Teraz pozostały już tylko play-offy. Do Jarosława nasza drużyna pojechała w mocno odmłodzonym składzie i co za tym idzie także osłabionym.

Czytaj na str. 19

Profesor z Rybna

Każda szkoła jest dumna z sukcesów swoich absolwentów. Jest tak również w przypadku Szkoły Podstawowej w Rybnie, która to pochwaliła się niedawno, iż jej były uczeń Piotr Mederski uzyskał tytuł profesora nauk leśnych.

Czytaj na str. 2

REKLAMA

CECH RZEMIEŚLNIKÓW I PRZEDSIĘBIORCÓW W DZIAŁDOWIE OGŁASZA NABÓR Kandydatów na uczniów

- Mechanik pojazdów samochodowych
- Lakiernik samochodowy
- Blacharz samochodowy
- Elektryk
- Stolarz
- Tapicer
- Rzeźnik-wędliniarz
- Sprzedawca
- Ślusarz
- Murarz-tylnik
- Monter sieci instalacji i urządzeń sanitarnych
- Monter zabudowy i robót wykończeniowych
- Piekarz
- Cukiernik
- Fotograf
- Fryzjer

Informacje można uzyskać w biurze Cechu w Działdowie ul. Młyńska 1 lub pod nr telefonu 23 697 24 62

ZDOBAJ ATRAKCYJNY ZAWÓD!

REKLAMA

KONSTAŁ PRODUCENT GARAŻE Blaszane BRAMY Garażowe KOJCE dla Psów

Najniższe **CENY**
Automatyka do bram
Dogodne **RATY**
Transport i montaż
GRATIS cały KRAJ

23-683-10-85 22-100-45-96
24-368-32-17 56-649-44-30
29-642-34-61 89-650-30-43
505-526-036 509-574-644
www.konstal-garaże.pl

REKLAMA

Węgiel kamienny
• ekogroszek
workowany i luzem
• pellet
CIĄGŁE PROMOCJE !!!
P.H.U. Naworski,
Cibórz k. Lidzbarka
Tel. 23 696 12 84,
666 303 276

Działdowo

4 mln zł na ratowanie koszar

Ponad 20 lat trwały starania związane z pozyskaniem środków zewnętrznych na remont byłego niemieckiego obozu KL Soldau. Przez ten czas nie udało się pozyskać nawet złotówki. Aż do dziś. Projekt „Rewaloryzacja budynku pokoszarowego” otrzymał dofinansowanie rządowe w wysokości 4 mln zł.

Próba ratowania działdowskich koszar rozpoczęła się w 2001 roku. Wtedy to budynek przejął od miasta Caritas, który chciał tam stworzyć hospicjum dla osób przewlekle i nieuleczalnie chorych. Niestety projekt nie przekonał władz państwowych, których pomoc była niezbędna. W 2011 roku obiekt ponownie wrócił do miasta. Jego stan z roku na rok się pogarszał, a władze miasta nie były w stanie zapewnić milionów na jego remont. Światłoko w tunelu pojawiło się, gdy urząd burmistrza objął w 2014 roku Grzegorz Mrowiński. Wtedy to wraz z radnymi postanowili, iż należy wykonać niezbędną dokumentację techniczną rewaloryzacji budynku, a także przeprowadzić prace związane z uzyskaniem uzgodnień i zezwoleń. Ten krok miał ułatwić staranie się o pieniądze zewnętrzne. Od tego czasu miasto, przy pomocy wielu osób, w tym Stowarzyszenia Odnowy Chrześcijańskiej „Pamięć i Tożsamość”, zaczęło pukać do wszystkich możliwych drzwi z prośbą o pomoc. Ta przyszła dopiero po ponad 6 latach, jednak warto było na nią czekać. W grudniu władze miasta złożyły wniosek o dofinansowanie w wysokości 6 mln zł w ramach Rządowego Programu Funduszu Inwestycji Lokalnych. W minioną środę poseł Robert Gontarz ogłosił, że podjęto decyzję, iż Działdowo dostanie na remont byłych koszar 4 mln zł. - Cieszymy się, że ten wniosek został doceniony



Budynek grozi aktualnie całkowitym zawaleniem

i otrzymaliśmy te środki. Chciałem podziękować przede wszystkim panu posłowi Robertowi Gontarzowi, który włożył w to wiele pracy i serca – komentował na gorąco burmistrz Grzegorz Mrowiński.

Prace zabezpieczające i częściowy remont

Są to pierwsze pieniądze zewnętrzne, które miasto otrzymało na ratowanie byłych koszar. - Te środki bardzo cieszą. Oczywiście potrzeby są dużo większe, ale najważniejsze jest to, aby rozpocząć zabezpieczenie i ratowanie tego, co jeszcze można uratować. Plan jest taki, że do tych pieniędzy dokładamy swój wkład własny w wysokości 1 mln zł. Staraliśmy się jeszcze o środki z Urzędu Ochrony Zabytków. Myślę, że uda nam się zebrać w tym roku około 5,5 mln zł – mówi burmistrz Działdowa. Środki te zostaną przeznaczone na prace zabezpieczające przed postę-

pującą degradacją, częściowy remont i przygotowanie budynku do kolejnego etapu prac, mających na celu nadanie obiektowi nowych funkcji społecznych. - Chcemy uporządkować ten teren, zabezpieczyć te części obiektu, które nadają się do uratowania. Ponadto chcemy wyremontować dach, zabezpieczyć otwory okienne, odgruzować część obiektu, która się zawaliła czy zabezpieczyć murowane klatki – mówi Grzegorz Mrowiński.

To jest ostatni moment na ratunek

Poseł Robert Gontarz, który od dłuższego czasu zabiegał o rządową pomoc na remont obiektu pokoszarowego, twierdzi, że stało się to w ostatniej możliwej chwili. - To bardzo ważne, że właśnie teraz te pieniądze przysły. Czas działał na niekorzyść. Z każdą zimą ten budynek coraz bardziej degradował. Ważne jest podjęcie szybkich i dyna-

micznych działań, które pozwolą na zatrzymanie tego procesu i głęboko wierzę, że ten pierwszy krok, który został w tym momencie wykonany, będzie przyczynkiem do kolejnych kroków, które pozwolą na całkowite i pełne upamiętnienie, w którym było wielkie cierpienie, ale i jeszcze większy heroizm – komentuje poseł. Jak dodaje, trzeba było przeprowadzić bardzo dużo rozmów, aby to się udało. - Musiałem wyjaśnić jak ważna jest to inwestycja dla upamiętnienia tak wielkiej historii, która nie dotyczy tylko tego regionu, ale całej Polski – dodaje.

Całkowity koszt to ponad 20 mln zł

Miasto posiada gotowy projekt, który zakłada różne funkcje, ale najważniejszą z nich jest upamiętnienie ofiar. W odtworzonej kubaturze przewidziano m.in. utworzenie zimowego ogrodu pamięci z przeszklonym

dachem i jedną ze ścian. W zachowanych piwnicach planowane jest umieszczenie ekspozycji historycznej mówiącej o dziejach obozu. Na realizację całego projektu potrzeba jednak ponad 20 mln zł, a o brakuje środki miasto będzie się starało w kolejnych etapach. Teraz najważniejsze jest zabezpieczenie budynku. - Przed nami teraz przekosztorowanie całego projektu, ogłoszenie przetargu i wyłonienie firmy, która podejmie się tych trudnych prac. Trudnych, ponieważ jest to obiekt wpisany do rejestru zabytków, więc firma musi mieć doświadczenie w tego typu inwestycjach. Myślę, że w tym roku uda nam się te pieniądze wydać. Będziemy robili wszystko, ponieważ każda zima może się w znaczny sposób przyczynić do destrukcji tego budynku – mówi burmistrz Grzegorz Mrowiński.

Obiekt z tragiczną historią

Oboz zagłady Soldau w Działdowie był pierwszym tego typu obozem założonym przez Niemców na obszarze II Rzeczypospolitej. Zlokalizowano go na terenie koszar wojskowych, gdyż przed wybuchem II wojny światowej Działdowo leżało w strefie przygranicznej. Z badań przeprowadzonych przez pasjonata historii, ks. kanonika Mariana Ofiarę wynika, że przez obóz mogło przejść ponad 60 tys. osób, z czego ponad 25 tys. zostało zamordowanych. Koniec II wojny światowej nie zakończył tragicznego losu tego miejsca. W 1945 roku NKWD zorganizowało tam obóz nakazoworozdzielczy, z którego w głąb ZSRR wysyłano tysiące Polaków. Według historyków, właśnie ten okres spowodował całkowitą niechęć władz PRL do tego miejsca i puszczenie go w całkowite zapomnienie. W budynku po byłym obozie przez wiele lat mieściły się mieszkania czy magazyny. Bez remontów popadał w ruinę, aż znalazł się w stanie katastrofy budowlanej.

PP

Profesor z Rybna

Każda szkoła jest dumna z sukcesów swoich absolwentów. Jest tak również w przypadku Szkoły Podstawowej w Rybnie, która to pochwaliła się niedawno, iż jej były uczeń Piotr Mederski uzyskał tytuł profesora nauk leśnych.

Pochodzący z Rybna Piotr Mederski otrzymał 22 lutego 2021 roku tytuł profesora nauk leśnych. Faktem tym pochwaliła się jego pierwsza szkoła – SP w Rybnie. Poniżej przedstawiamy sylwetkę tej ważnej dla szkoły i gminy osoby.

Piotr Mederski ukończył SP w Rybnie w 1988 roku. Następnie wyjechał, by uczyć się w Technikum Leśnym im. 1000-lecia Państwa Polskiego w Tucholi. Następnie został przyjęty na Wydział Leśny Akademii Rolniczej im. Augusta

Cieszkowskiego w Poznaniu (obecnie Uniwersytet Przyrodniczy w Poznaniu). W trakcie studiów wyjechał do Londynu, gdzie podczas dwuletniego pobytu studiował język angielski. Po zakończeniu studiów (z tytułem zawodowym magistra inżyniera) uzyskał stopień naukowy doktora nauk leśnych (2004) oraz habilitację (2014), a obecnie tytuł profesora.

Prof. dr hab. Piotr Mederski ma bardzo bogaty dorobek naukowy. Jest autorem i współautorem 80 publikacji naukowych, w tym w najbardziej prestiżowych, międzynarodowych czasopiśmie: Forest Ecology and Management, Science of the Total Environment oraz Annals of Forest Science. Jest współautorem opublikowanego patentu głowicy harwestera do pozyskiwania drewna gatunków liściastych. Wykładał na Uniwersytetach we Florencji, Padwie, Salonikach, Eberswalde, Viterbo i Jelgawie. Jako



Prof. dr hab. Piotr S. Mederski

prelegent brał udział w najbardziej prestiżowych światowych konferencjach użytkowania lasu w Nowej Zelandii, Austrii, Niemczech, we Włoszech oraz Japonii. Był recenzentem 87 artykułów naukowych dla najważniejszych czasopiśm naukowych indeksowanych na Web of Science.

Był prezesem Forest Stewardship Council w Polsce, zastępcą sekretarza

Generalnego Poznańskiego Towarzystwa Przyjaciół Nauk, członkiem Polskiego Towarzystwa Leśnego, Polskiej Izby Gospodarczej Przemysłu Drzewnego oraz Kuratorium für Waldarbeit und Forsttechnik. Koordynował projekty europejskie oraz był kierownikiem trzech projektów realizowanych dla Lasów Państwowych. Na Wydziale Leśnym i Technologii Drewna pełni obecnie funkcję zastępcy przewodniczącego Rady Naukowej Dyscypliny Nauki Leśnej.

Poza pracą naukową profesor Mederski jest sympatykiem sztuki, szczególnie malarstwa i rzeźby, czynnie uprawia sport oraz żeglarstwo, podróżuje. Odwiedził wiele krajów Europy, Azji czy Ameryki Południowej. Jednak jak sam mówi, chętnie przyjeżdża do Rybna i okolic, bo bardzo lubi tutejszy krajobraz.

Opr. PP

Powiat

Środki również dla innych gmin

Najwięcej środków z nowego rozdania Rządowego Funduszu Inwestycji Lokalnych otrzymało Działdowo, jednak pomoc przyszła również do innych gmin z powiatu działdowskiego. 400 tys. zł otrzymała gmina Płońnica na przebudowę drogi gminnej w Wielkim Łecku. Całość inwestycji jest warta ponad 700 tys. zł i obejmuje wykonanie jezdni z betonu asfaltowego o szerokości 5 m na długości ok. 1,8 km. Nowa droga powstanie również w Lidzbarku przy ul. Brzozowej. Na ten cel gmina otrzymała również 400 tys. zł. Tyle samo środków otrzymała gmina Działdowo na budowę kanalizacji sanitarnej w Filicach. Na wsparcie w wysokości 500 tys. zł mogła liczyć również gmina Rybno. Za te środki ma zostać wybudowana sieć kanalizacji sanitarnej w Rapatach. Łącznie gminy z terenu powiatu działdowskiego otrzymały 5,7 mln zł.

PP



Straty wstępnie oszacowano na 70 tys. zł

Pożar w Żochach

12 marca około południa ciechanowscy strażacy otrzymali zgłoszenie o pożarze budynku gospodarczego w Żochach, w gminie Ojrzeń.

Jak informuje rzecznik ciechanowskiej straży, Damian Kołpaczynski, po dojechaniu na miejsce strażacy zobaczyli wiatę całkowicie objętą pożarem.

Stała w sąsiedztwie murowanego budynku gospodarczego z drewnianym stropem. Na połaci dachu znajdowały się panele fotowoltaiczne. Wiatę spłonęła doszczętnie. Ogień zniszczył część instalacji do pozyskiwania energii słonecznej.

Pożar w budynku udało się ugasić. Częściowemu zniszczeniu uległa ściana usytuowana od strony płonącej

wiaty, a także drewniane elementy na poddaszu.

Z ogniem zmagano się 6 jednostek straży pożarnej. Strażacka akcja trwała ponad 3 godziny. Straty niestety nie są małe. Wstępnie oszacowano je na 70 tys. zł. Przyczyna pożaru na razie nie jest znana.

rom

Ukradł silniki i się tym pochwalił

57-latek został nagrany jak przyznaje się do kradzieży, a nagranie to trafiło do mundurowych. Przedmiotem kradzieży były silniki siłowe. Dzięki temu skradziony towar wrócił do właściciela.

Kilka dni temu do płońskiej komendy zgłosił się mieszkaniec gminy Sochocin z informacją, że z jego stodoły skradzione zostały trzy silniki siłowe oraz widły od podnośnika. Mężczyzna wiedział kim jest złodziej, a nawet dysponował nagraniem z jego przyznaniem się do winy. Nagranie otrzymał od swojego czujnego sąsiada.

Jak się okazało, na początku marca, w nocy do drzwi domu owego sąsiada zapukał znany mu z widzenia mężczyzna. Poprosił o pomoc w załadunku złomu, który spadł mu z wózka. Wyrwany ze snu mężczyzna, widząc kogoś w potrzebie niewiele myśląc pomocy udzielił. Po powrocie do domu zaczęło go jednak coś trapić i zaczął podejrzewać, że złom – silnik siłowy,

który pomagał ładować na wózek oraz inne przedmioty, mogą pochodzić z kradzieży. Gdy kilka godzin później spotkał tego samego mężczyznę, włączył dyktafon w telefonie i nagrał całą rozmowę, uwieczniając między innymi wyznanie komu wszystkie rzeczy zostały skradzione.

Powiadomił o wszystkim swojego sąsiadę, który nawet nie zauważył, że skradziono mu rzeczy z pomieszczeń gospodarczych, gdyż przez ostatnie dni nie miał potrzeby z nich korzystać. Poszkodowany powiadomił o kradzieży policję.

57-letni sprawca kradzieży został szybko zatrzymany przez mundurowych. Na terenie jego posesji, między drzewami, policjanci znaleźli jeden z silników. Kolejny ukryty był przez mężczyznę na tyłach lokalnego sklepu. Odzyskane mienie funkcjonariusze zabezpieczyli, a po wykonaniu niezbędnych czynności zwrócili właścicielowi.

Sprawca usłyszał już zarzuty. Za kradzież i kradzież z włamaniem grozi mu do 10 lat więzienia.

rom

Wandale w poczekalni

Poczekalnia autobusowa przy ul. Nowy Rynek w Pułtusku stała się miejscem spotkań młodzieży. Nie byłoby w tym nic złego, gdyby nie to, że zbierające się w poczekalni osoby, dewastują ją. Zarząd Powiatu w Pułtusku apeluje o zaprzestanie zniszczeń i przypomina o monitoringu.

Mieszkańcy Pułtusk i okolic oraz podróżni mogą korzystać z poczekalni autobusowej od 18 czerwca 2019 r. Samorząd powiatu pułtuskiego jako jeden z nielicznych w kraju zdecydował się wybudować poczekalnię. Nowoczesny obiekt powstał na działce użyczanej przez miasto,

przy ul. Nowy Rynek 5 A, w pobliżu dawnego dworca PKS. Jest czynny codziennie. Wartość inwestycji wyniosła ponad 1 mln zł z budżetu powiatu.

Poczekalnia miała też zwiększać bezpieczeństwo i komfort młodzieży dojeżdżającej do szkół. To był jeden z argumentów przemawiających za budową obiektu. Nie wszyscy to docenili. Już kilkakrotnie wandale dali o sobie znać. W jeden z weekendów było tak wiele szkód (zbita umywalka, pęknięte płytki, wyrwana klamka i inne), że Zarząd Powiatu w Pułtusku postanowił zwrócić się do mieszkańców z apelem.

Zniszczeń dokonuje głównie młodzież, która w chłodne dni traktuje poczekalnię jako miejsce spotkań. Dlatego Zarząd Powiatu na

czele ze starostą Janem Zalewskim poprosił rodziców i opiekunów „o właściwe sprawowanie opieki nad swoimi dziećmi oraz o przeprowadzenie rozmów i wyjaśnienie, czemu i komu budynek ma służyć”. Przypominał, że obiekt jest monitorowany. Mimo to przedstawiciele samorządu chcieliby „uniknąć zgłaszania przypadków chuligaństwa do organów ścigania”. Jednak, jeżeli kolejny raz dojdzie do zniszczeń na poczekalni, trzeba będzie problem wandalizmu rozwiązać poprzez zgłoszenie go na policję, zastrzega Zarząd Powiatu w Pułtusku.

W ostatnim czasie do aktów wandalizmu na terenie Pułtusk doszło w kilku miejscach, m.in. kilku mężczyzn wrzuciło stary telewizor do kanałku.

IK

Powiatowy inspektorat weterynaryjny w Żurominie wykrył kolejne ognisko na terenie powiatu. W miejscowości Swojcin (gm. Lutocin) zlikwidowanych będzie 45 tys. kur.

To już drugie, w tej gminie, ognisko ptasiej grypy. Wcześniej wykryto ptasią gripę w Chromakowie.

Niestety, mimo starań służb, ptasia

grypa atakuje kolejne fermy drobiu. PIW w Żurominie otrzymał wyniki badań padłych kur z kompleksu trzech ferm w Swojcinie. Okazały się pozytywne. Chorobę wykryto w dwóch fermach, kury w trzeciej pochodzą z taz. kontaktu, a więc niestety także zostaną zagazowane i zutylizowane. W kompleksie było 45 tys. kur - znacznie mniej niż w Chromakowie.

Jest także podejrzenie ptasiej grypy na terenie gm. Biezuń.

kuj

Straty liczone są już w milionach

Plaga „fałszywych policjantów”

Policja przestrzega przed kradzieżami przy użyciu metody „na policjanta”. Powodem jest to, że przybywa tego typu kradzieży.

W ostatnie oszukanych, tylko w ostatnich dniach, znalazły się m.in. znane aktorki i księgowa radomskiej miejskiej spółki. Kwoty, jakie padają łupem oszustów, liczone są już w milionach złotych. Piszemy o tej sprawie, bo oszuści mogą zadzwonić do każdego z nas...

O tego typu kradzieżach piszemy coraz częściej. W miesiącu jest co najmniej kilka takich przypadków. Oszukani to zwykle osoby starsze, którym łatwo wmówić, że biorą udział w supertajnej operacji, które celem jest zdemaskowanie grupy oszustów. Za każdym razem w takim przypadku zagrożone mają być pieniądze osoby, do której dzwonią złodzieje.

Potrąfią oni tak zmanipulować swoje ofiary, że te podają im swoje dane osobowe, numery kont, hasła do logowania, a na ogół same dokonują przelewu na wskazane konto. Robią to w przeświadczeniu, że pomagają funkcjonariuszom Centralnego Biura Śledczego lub innym wysoko postawionym policjantom w przyłapaniu złodzieja na gorącym uczynku. Szajka ma wszystko rozpisane na role. Dla uwiarygodnienia historii w swoje działania włącza także inne osoby, w tym kierującego akcją „prokuratora”. Polacy tracą w ten sposób coraz większe kwoty.

W styczniu br. ogólnopolska prasa donosiła, że 92-letnia mieszkanka Lublina straciła monety o wartości 1,2 mln zł. Reklamówkę pełną złotych monet przekazała fałszywemu policjantowi w bramie jednej z kamienic. Seniorka uwierzyła, że w ten sposób pomaga złapać szajkę oszustów.

Naciągacze zaczęli się specjalizować w dotarciu do grup społecznych, które mogą posiadać więcej zaskórniaków niż przeciętny Polak.

Możliwości są ogromne. Mimo pandemii, nasi rodacy mają niemal 1,2 biliona złotych oszczędności zgromadzonych na kontach bankowych, lokatach i w gotówce. To sprawia, że oszuści wymyślają coraz nowsze i bardziej wyrafinowane sposoby nabijania nas w butelkę. Złodziei nie odstrasza nawet to, że mogą pójść nawet na 8 lat do więzienia. Rozpracowanie ich jest bowiem tylko kwestią czasu, choć nie jest to łatwe zadanie. Niedawno na ławie oskarżonych posadzono oszusta, któremu zarzucono wyłudzenie metodą „na policjanta” łącznie ponad 2 mln zł.

Fałszywi policjanci nie mają oporów, żeby dzwonić także do osób wykształconych, wydawać by się mogło, wyposażonych w odpowiednią wiedzę, żeby nie uwierzyć w tego typu kłamstwa.

Około 1 mln złotych straciły pod koniec lutego polskie aktorki, oszukane metodą „na policjanta”. Kobietom wmówiono, że biorą udział w policyjnej zasadce wymierzonej w przestępczość bankową. W jed-

nostkach warszawskich prokuratur są prowadzone cztery takie sprawy - informuje Prokuratura Okręgowa w Warszawie.

W gronie oszukanych znalazła się aktorka znana z sensacyjnych filmów Patryka Vegi. Oszuści odegrali niezły spektakl z jej udziałem w roli głównej. Z kobietą skontaktował się fałszywy policjant, podający się za Arkadiusza Nowickiego. Wmówił on aktorce, że bierze ona udział w policyjnej zasadce wymierzonej w oszustów bankowych. Kobieta przelewała takie kwoty na różne konta za granicą, zacierając dowody swojej przestępczej działalności.

Część celebrytów nie dała się nabrać. Pod koniec lutego za pośrednictwem Instagramu znane osoby ostrzegały swoich obserwatorów o przestępstwie, którego mogły paść ofiarą. Lara Gessler, córka znanej restauratorki, opowiadała, że oszust mówił, że jest ze stołecznej komendy policji. Przekonywał, że kobieta ma

na podsłuchu telefon, a gangsterzy właśnie włamują się na jej konto bankowe. Nie dała się oszukać. Zaskoczyła ją to, że oszust nie chciał żeby przychodziła na komendę, choć była w pobliżu.

Metodę na policjanta zastosowała w ostatnich dniach także grupa, która oszukała księgową jednej z radomskich miejskich spółek. Zmanipulowana jej księgowa dokonała prawie dwudziestu przelewów niezgodzonych z prezesem spółki. Według jej relacji, mieli się do niej zgłosić funkcjonariusze CBS, którzy prosili o przetestowanie jakiegoś „niejawnego systemu przelewów”. Z konta firmy zniknęło 1,8 mln zł.

Jak się przed takimi sprawami uchronić? Policjanci ani funkcjonariusze innych służb nigdy nie dzwonią do kogokolwiek z prośbą o przelewanie jakichś kwot na cudze konto. Nieważne, jaki jest tego powód. Jeśli pada taka prośba, nawet w celu ochrony naszych pieniędzy, z góry wiadomo, że mamy do czynienia z oszustwem!

RN



Pani

Bożenie Wrotnej

Przewodniczącej
Ogólnopolskiego Związku Zawodowego
Pielęgniarek i Położnych ZOZ
przy SPZOZ w Mławie

wyrazy współczucia
z powodu śmierci

Mamy

składają

Dyrekcja i Pracownicy
Samodzielnego Publicznego
Zakładu Opieki Zdrowotnej w Mławie
oraz członkowie Związków Zawodowych
działających w SPZOZ w Mławie



„Żegnając przyjaciela, nie płacz,
ponieważ jego nieobecność ukaże ci to,
co najbardziej w nim kochasz”

Khalil Gibran

Z GŁĘBOKIM ŻALEM
I SMUTKIEM
PRZYJĘLIŚMY WIADOMOŚĆ
O NIESPODZIEWANEJ
(PRZEDWCZESNEJ) ŚMIERCI
NASZEGO PRACOWNIKA

EWY TUROWSKIEJ

PIELĘGNIARKI
SAMODZIELNEGO PUBLICZNEGO
ZAKŁADU OPIEKI ZDROWOTNEJ W MŁAWIE

**Z RODZINĄ
ORAZ NAJBLIŻSZYMI ZMARŁEJ
ŁĄCZYMY SIĘ W BÓLU
I SKŁADAMY WYRAZY
NAJGŁĘBSZEGO WSPÓŁCZUCIA.**

DYREKCJA I PRACOWNICY SPZOZ W MŁAWIE
ORAZ ZAWIĄZKI ZAWODOWE
DZIAŁAJĄCE PRZY SPZOZ W MŁAWIE



„Wspomnienie jest formą spotkania”

Khalil Gibran

Z głębokim smutkiem
przyjeliśmy wiadomość o śmierci

Śp.
Kazimierza Strzyżewskiego

Firma Drogi i Mosty Jan Kaczmarczyk
żegna Drogowca, Kolegę,
z którym Jan Kaczmarczyk współpracował od 1978 roku
w Miejskim Zarządzie Dróg i Mostów w Pułtusk, gdzie śp. Kazimierz był Zastępcą Dyrektora,
a od 1999 roku - Dyrektorem Powiatowego Zarządu Dróg w Pułtusk, następnie w kolejnych latach do chwili obecnej pełnił funkcję Inspektora Nadzoru na wielu inwestycjach drogowych.

Pozostanie w naszych sercach i pamięci.

**Jego Rodzinie i Bliskim
składamy wyrazy współczucia.**

Zarząd i pracownicy firmy Drogi i Mosty

FCP-132



„Umarłych wieczność dotąd trwa,
dokąd pamięcią im się płaci”

Wisława Szymborska

Pani

Małgorzacie Szydłowskiej

Główniej Księgowej
najszczerze wyrazy współczucia
z powodu śmierci

Ojca

składa
Dyrekcja oraz Pracownicy
Powiatowego Centrum Kultury i Sztuki
im. Marii Konopnickiej
w Ciechanowie

FCP-133



Wyrażamy głębokie i szczerze wyrazy współczucia
dla całej rodziny i bliskich z powodu śmierci

Śp.
Zenona Majkowskiego

Radnego Gminy Ciechanów 2002 – 2018

Wójt Gminy Ciechanów
z Pracownikami
oraz
Przewodniczący Rady Gminy Ciechanów
z Radnymi

FCP-139

Z głębokim żalem
przyjeliśmy wiadomość
o śmierci

Inspektora Nadzoru

Kazimierza Strzyżewskiego

**Rodzinie i Najbliższym
składamy najszczerze kondolencje**

*Witold, Sebastian i Mariusz Piętka
właściciele firmy KOPTRANS*



FCP-137

Coraz więcej przypadków ptasiej grypy

Prace przebiegają sprawnie

Zaczął się w Chromakowie, a potem kolejne przypadki ptasiej grypy wykrywano w następnych kurnikach na wschód od tej lokalizacji. Starosta żuromiński ma już pewność, że przyczyną pomoru jest przelot dzikich gęsi.

Zestarostą Jerzym Rzymowskim rozmawialiśmy we wtorek (30 marca br.), dzień po posiedzeniu Powiatowego Zespołu Zarządzania Kryzysowego. Wówczas wiadomo było na pewno o trzech ogniskach, natomiast były podejrzenia kolejnych dwóch, które z czasem się potwierdziły.

- W czasie posiedzenia wczorajszego sztabu kryzysowego lekarze weterynarii poinformowali nas o aktualnej sytuacji. Jeśli chodzi o pierwsze ognisko ptasiej grypy w Chromakowie jest ono praktycznie zlikwidowane. Wywieziono stamtąd do utylizacji już wszystkie kury. Pozostały jeszcze jaja, które muszą być zutylizowane. Tych jaj jest bardzo dużo, bo ponad dwa miliony sztuk. Natomiast ściółka, obornik, zostaną zutylizowane na miejscu. Zgodnie z tą informacją najprawdopodobniej w czwartek będziemy mogli powiedzieć o całkowitej likwidacji tego ogniska. Oczywiście dochodzi także dezynfekcja klatek, pomieszczeń, którą zajmie się specjalistyczna firma – wyjaśnia starosta, po czym dodaje: Drugie ognisko, które pojawiło się w Swojcinie jest mniejsze. Już wczoraj (w poniedziałek, przyp. red.), od poran-

ka specjaliści gazowali znajdujące się tam kury. Prace idą bardzo sprawnie, najprawdopodobniej jeszcze dziś drób zostanie wywieziony do utylizacji.

W trzech fermach w Swojcinie było około 45 tys. kur. W Wilewie (pierwsze ognisko na terenie gminy Biezuń) hodowanych było także około 45-48 tys. indyków.

- Indyki są rozmieszczone w sześciu fermach, z tym, że nie jest to własność jednego hodowcy – informuje Jerzy Rzymowski.

Szybkie wygaszanie ognisk

Starosta jest bardzo zadowolony ze względu na sprawnie usuwanie ognisk. Być może, dzięki sprawnym działaniom uda się uniknąć dalszego rozprzestrzeniania się choroby poprzez kontakt.

- Przebiega to dosyć sprawnie, trzeba to przyznać. Jeśli chodzi o moje wyobrażenia o tej całej akcji, to rzeczywiście firmy wykonujące prace działają szybko i skutecznie. Całkiem inna sytuacja, całkiem inna organizacja tego wszystkiego, niż miało to miejsce 14 lat temu. Rozwój technologiczny, najnowsze badania naukowe sprawiają, że półprofesjonalność w usuwaniu ognisk zwiększyła się – chwali Jerzy Rzymowski.

Na początku starostwo martwiło się o zasoby ludzkie, jeśli chodzi o wynoszenie padłego drobiu po zagazowaniu, na szczęście firma utylizująca okazała się dobrze zorganizowana, zatrudnia wielu pracowników, którzy wynosili truchła z ferm i ładowali na przyczepy ciężarówek. Następnie, w asyście policji, drób wywożony był do zakładów utylizacyjnych.

- Podczas spotkania sztabu była rekomendacja wyłożenia mat dezynfekujących na drogach dojazdowych na granicy obszaru zapowietrzonego, zarówno na drogach gminnych i powiatowych. W tym momencie analizujemy pod kątem organizacyjnym potrzebę stworzenia tych posterunków dezynfekcyjnych, szczególnie, biorąc pod uwagę fakt, że szybko udaje się likwidować ogniska. Jednym z głównych problemów jest dostępność na rynku tych mat, już nie mówiąc o kosztach, ponieważ maty na jeden taki punkt to koszt około 4 tys. zł. Na drogach powiatowych w tym momencie mamy wyzna-



Ostrzeżenia o ptasiej zarazie

go ptactwa. W Chromakowie wynik badań wykazał, że kury zarażone były wirusem H5N7.

- Patrząc na mapę, gdzie się pojawiają ogniska, jest to równoznaczne z kierunkiem przemieszczania się dzikich ptaków, konkretnie dzikich gęsi. Jesteśmy tego właściwie pewni – zaznacza Jerzy Rzymowski.

Starosta martwi się, żeby nie doszło do zakażenia na naprawdę ogromnych fermach, na przykład w Kosielsku, Chodubce, czy Adamowie. Obawy dotyczą także

zgod w powiecie, gdzie hodowanych jest ponad 75 mln kur wydaje się trudnym zadaniem.

Jerzy Rzymowski ma nadzieję, że zakończenie przelotów dzikiego ptactwa przyniesie kres występowaniu choroby w fermach. Niestety, zanim to nastąpi, przypadków będzie przybywać.

W momencie pisania tego artykułu (czwartek, 1 kwietnia br.) w powiecie żuromińskim było potwierdzonych pięć ognisk: w Chromakowie, Swojcinie, Wilewie, Zgliczynie Pobodzy i Sadłowie. O ile w przypadku czterech ostatnich ognisk drobiu nie było aż takich ilości, jak to miało miejsce w Chromakowie, pojawiło się podejrzenie wystąpienia ptasiej grypy w dwóch kolejnych kompleksach ferm w Sadłowie, gdzie łącznie hodowanych jest ponad milion kur. Jedno potwierdzone ognisko wystąpiło na terenie powiatu mławskiego - w Ratowie (gm. Radzanów).

Greenpeace apeluje

Na stronie jednego z portali internetowych pojawił się film autorstwa organizacji ekologicznej Greenpeace, w którym autorzy pokazują kadry filmowe nagrywane dronem nad fermami w Chromakowie. Aktywiści zaznaczają, że hodowla przemysłowa zwierząt jest niebezpieczna nie tylko dla nich samych, ale także dla ludzi. W filmie powołują się na naukowców, których zdaniem, takie przemysłowe hodowanie drobiu lub trzody chlewnej może przyczynić się do mutowania chorób odzwierzęcych i przenoszenia ich na ludzi.

Organizacja nawołuje do podpisania petycji wyrażającej sprzeciw hodowli przemysłowej zwierząt, jednak nie podaje konkretnej alternatywy, o którą pytali widzowie filmu.

Z problemem dużego zagęszczenia ferm drobiu, czy też trzody chlewnej, mieszkańcy powiatu żuromińskiego zmagają się od dawna, a tymczasem takich obiektów wciąż przybywa. Jakość życia się pogarsza, na co uwagę zwracają wólarze. Problemem jest wszechobecny, nieprzyjemny zapach, ale nie tylko. Ogromnym problemem jest wciąż postępująca degradacja dróg, po których przemieszczają się ciężkie samochody.

Z drugiej strony mięso jest potrzebne do codziennego funkcjonowania. Jak pogodzić te aspekty?

Tekst i zdjęcia kuj



Starosta żuromiński Jerzy Rzymowski

czono 6 takich punktów. Jeśli dołożymy do tego drogi wojewódzkie, drogi gminne, to już się robią koszty 50-90 tys. zł – wyjaśnia starosta żuromiński.

Koszty zakupu mat są co prawda rekompensowane, jednak zanim dojdzie do zwrotu poniesionych nakładów, samorządy muszą w zakresie własnego budżetu takie pieniądze wygospodarować. Istnieje także ryzyko, że dostarczone w ciągu kilku dni maty okażą się zbędne, choć wólarz powiatu się zastanawia, czy jeszcze się nie przydadzą na przyszłość.

Wszystkiemu winne gęsi?

Zdaniem weterynarzy punkty zakażeń drobiu pokrywają się z trasami przelotu dzikich gęsi (z zachodu na wschód). Ptasia grypa przenosi się między innymi w odchodach dzikie-

ferm zlokalizowanych w Brudnicach.

Zakażenie w ogromnych skupiskach drobiu wiązałoby się z trudnym wyzwaniem logistycznym.

Pytaliśmy także starostę, czy w aktualnej sytuacji konsumenci drobiu nie powinni obawiać się wzrostu cen mięsa, czy jaj, jednak zdaniem Jerzego Rzymowskiego, choć, jak zaznaczył, nie jest analitykiem, do wzrostu cen nie powinno dojść.

Hodowcy w powiecie żuromińskim są w trudnym położeniu. Na każdą czynność, od wywozu kur do rzeźni, po sprzedaż jaj czy nawet wywóz obornika, muszą uzyskać zgodę lekarza weterynarii. Do powiatu skierowano już dodatkowych lekarzy, ze względu na to, że sama obsada Powiatowej Inspekcji Weterynaryjnej w Żurominie nie byłaby w stanie sama poradzić sobie z tym problemem. Mimo to, wydawanie

Ptasia grypa w Ratowie

We wtorek w jednej z ferm drobiu w Ratowie (gm. Radzanów) potwierdziły się podejrzenia o pojawieniu się wirusa ptasiej grypy. Do utylizacji trzeba było przeznaczyć około 92 tys. sztuk drobiu.

Powiatowy Inspektor Weterynarii w Mławie we współpracy z innymi służbami podjął już niezbędne działania mające ograniczyć do minimum ryzyko rozszerzenia się wirusa na inne fermy w okolicy.

- Wszystkie ptaki zostały już uszpionowane i obecnie trwa ich wywóz ciężarówkami do zakładu utylizacyjnego położonego 150 km od Ratowa. Samochody jeżdżą

w asyście policji. Jeszcze przed świętami wszystkie prace związane z likwidacją tego ogniska zostaną zakończone – poinformował nas w czwartek Roman Domański, powiatowy inspektor weterynarii w Mławie.

Zgodnie z obowiązującymi przepisami, hodowcy powinni zgłaszać do odpowiednich osób i instytucji (lekarz weterynarii prywatnej praktyki, powia-

towy lekarz weterynarii, wójt gminy) każde podejrzenie wystąpienia choroby zakaźnej u drobiu.

Co więcej, z uwagi na występujące zagrożenie zakażenia drobiu wirusem grypy ptaków ze strony dzikiego ptactwa, hodowcy powinni zachowywać szczególną ostrożność i stosować środki bioasekuracji, minimalizujące ryzyko przeniesienia wirusa grypy ptaków do gospodarstw.

Środki bioasekuracji to między innymi: zabezpieczanie budynków, w których utrzymywany jest drób, oraz pasze, karmienie i pojenie drobiu wewnątrz budynków inwentarskich, stosowanie środków dezynfekcyjnych w wejściach do budynków, w których jest drób.

W.D.



Pani

**WIESŁAWIE
WOJDOWSKIEJ**

oraz

Jej RODZINIE I BLISKIM

najszczerze wyrazy współczucia
wsparcia i otuchy w trudnych
chwilach z powodu śmierci

MEŻA

składają
koleżanki i koledzy
z Narodowego Funduszu Zdrowia

PC-520

Świętowano nie tylko w Ciechanowie

Finał zbiórki na leczenie Laury!

Około 200 tysięcy osób z całej Polski zrzuciło się na kosztujący ponad 9 mln zł lek dla niespełna 2-letniej Laury Paczuły, chorującej na rdzeniowy zanik mięśni (SMA). 31 marca świętowano w Ciechanowie zakończenie tej zbiórki. Potrzebną ogromną kwotę udało się zebrać przez pół roku.

SMA typ 2 to rdzeniowy zanik mięśni, który stopniowo odbiera „władzę” w rękach i nogach. Teraz groźną chorobę będzie można pokonać dzięki najdroższemu na świecie lewemu.

Pieniądze na leczenie Laury zbierano za pośrednictwem trzech fundacji – siepomaga.pl (6,2 mln zł), Serce dla maluszka (2,4 mln zł), Zdążyć z pomocą (ok. 169 tys. zł) oraz akcji SMS Caritas Polska (330 tys. zł).

W poniedziałek w trasę rowerową wokół granic Polski, połączoną z charytatywną zbiórką na leczenie Laury, wyruszyła ciechanowianka Izabella Sobolewska. Po dwóch dniach dowiedziała się o zebraniu całej kwoty. Dzięki założonej skarbnicy udało się jej zebrać 13,6 tys. zł. Pani Iza nie przerwała charytatywnej podróży. Zapowiedziała jedynie, że od teraz zachęca do wsparcia leczenia Filipka Bugajewskiego.

Zbiórka dla Laury mocno przyspieszyła w ostatnich dniach. Jeszcze tydzień wcześniej brakowało bowiem około 1 mln zł.

Zebranie tak dużej kwoty nie byłoby możliwe, gdyby nie nagłośnienie tej charytatywnej akcji nie tylko w lokalnych czy regionalnych mediach („TC” również kilkakrotnie pisał o tej inicjatywie), ale też w ogólnopolskich telewizjach, stacjach radiowych, a także na portalu społecznościowym.

Na jednym z nich licytowano też подарowane przedmioty. Grupa, która aktywnie brała udział w tego typu sprzedaży liczyła ponad 36 tysięcy osób. Tylko w ten sposób zebrano około 1 mln zł. Licytowano różne rzeczy, od domowych konfitur z własnego ogródka, po organizację wesela na terenie parku Pałacu Poraj dla 80 osób, z całonocną biesiadą i jedzeniem – za 27,5 tys. zł. Niejednokrotnie wylicytowane przedmioty ponownie przekazywano na licytację.

Laura i jej rodzice gościli m.in. w programie Elżbiety Jaworowicz i innych znanych programach publicystycznych i informacyjnych. Do wsparcia charytatywnej zbiórki zachęcali znani aktorzy, piosenkarze i celebryci – m.in. Danuta Stenka, Katarzyna Cichopek, Justyna Steczkowska.

Jak przyznali jednak rodzice dziewczynki – Katarzyna Borkowska-Paczuła i Mateusz Paczuła – największy efekt przyniosła jednak pomoc „zwykłych ludzi”.

I chyba to oni, poza samymi rodzicami i rodziną Laury, najmocniej cieszyli się z wiadomości o tym, że zbiórka dobiegła końca. Gdy powiadomiliśmy o tym na portalu społecznościowym „TC”, komentarzom i radości nie było końca.

nam się uda. Cuda się zdarzają, choć na niektóre trzeba trochę poczekać – przekonywała.

Urszula Paczuła, z zawodu cukiernik, komentowała, że pierwsze chwile były dla rodziny straszne. Nie wiadomo było, co robić. Na początku niektórzy ludzie kręcili głową, zwłaszcza, gdy dowiadawali się, o jaką chodzi kwotę.

- Pomogło na pewno to, że mamy dużą rodzinę. To dało nam moc. Trze-



- Jeszcze nigdy nie widziałam takiego zaangażowania wśród mieszkańców. Każdy z nas wspierał, jak tylko mógł. Cieszę się, że udało się zebrać daną kwotę – stwierdziła Katarzyna Sękowska z Ciechanowa.

- Wiadomość dnia: coś pięknego. Zdrówka i dużo sił dla Laury i jej rodziców – komentował Mateusz Ciechanowski.

Szacujemy, że w różny sposób na lek dla Laury zrzuciło się około 200 tys. osób. Było to jedno z większych tego typu przedsięwzięć w kraju. Ludzie zastąpili Narodowy Fundusz Zdrowia, który w tym przypadku nie pomógł, bo amerykański lek nie jest jeszcze w Polsce refundowany.

Świętowanie zakończenia zbiórki można było obejrzeć w Internecie. W Ciechanowie wzięło w nim udział kilkunastu najbardziej zaangażowanych wolontariuszy. Obecni byli też rodzice Laury, z zawodu lekarze. Głos zabierała Urszula Paczuła, babcia dziewczynki, a także Agata Kozły, która pomogła rozkręcić zbiórkę na Pomorzu, skąd pochodzi część rodziny Laury.

- Dziękujemy wam wszystkim za pół roku wspólnej walki – przywitała wszystkich Katarzyna Borkowska-Paczuła.

W rozmowie z „TC” mówiła, że były chwile zwątpienia, bo kwota do zebrania wydawała się ogromna.

- Ludzie, których spotykaliśmy, dodawali nam otuchy i wierzyli, że wspólnie

ba też serdecznie podziękować obcym ludziom, którzy poświęcili Laurze ostatnie pół roku. Dziękujemy wszystkim, którzy wzięli udział w tej zbiórce choć przez chwilę. Teraz mam nadzieję, że lek zadziała i Laura szybko wyzdrowieje. Były też trudy codziennego życia. Trzeba było np. wstać w niedzielę o 3.00 w nocy, żeby dojechać i rano sprzedawać ciasto. O dziwo w tym czasie nie chorowałam. Choroby pewnie wiedzą, że mam lekarzy w rodzinie – żartowała.

- Kiedy pół roku temu zaczęliśmy zbiórkę Laury nie wierzyłam, że się uda. Teraz mogę powiedzieć, że nie ma rzeczy niemożliwych! Ta akcja zmieniła nie tylko życie Laury, ale i moje. Nauczyła mnie pokory i wiary w ludzi – opowiada Klaudia Borkowska, ciocia Laury.

Wszyscy byli zdania, że w przypadku takich zbiorów nie ma dobrych rad. Nie trzeba się załamywać, tylko działać.

Termin planowanego podania leku to 27 kwietnia – w drugie urodziny Laury. Ma się to odbyć w Lublinie, gdzie istnieje ośrodek zajmujący się terapią genową dla pacjentów chorych na SMA. Wcześniej, 12 kwietnia, dziewczynka trafi tam na specjalistyczne badania.

Rdzeniowy zanik mięśni to rzadko choroba. Żeby upewnić się, czy nie grozi ona niemowlakowi, należy wykonać specjalistyczny test przesiewowy, który nie jest drogi.

Tekst i fot. ROMAN NADAJ

Falszywa „żołnierka armii USA”:

Oszukała mieszkańca gminy Joniec

Policjanci ostrzegają przed oszustami, którzy wymyślają wciąż nowe metody, by wzbogacić się kosztem innych osób. Sprawcy coraz częściej wykorzystują Facebooka, gdzie podają się np. za amerykańskich żołnierzy. działającemu w ten sposób oszustomi dał się nabrać 51-letni mieszkaniec gminy Joniec, który stracił ponad 40 tys. zł!

Na początku marca br. 51-latek, za pośrednictwem popularnego portalu społecznościowego poznał kobietę, która podawała się za „amerykańską żołnierkę” pełniącą misję w Syrii. Oszustka twierdziła, że zapoznała się z jego profilem na portalu, zakochała się i chce przyjechać do Polski...

- Korespondując dosyć często, kobieta zdobyła zaufanie swojego rozmówcy. Któregoś dnia oświadczyła, że wysłała mężczyźnie paczkę z 15 tysiącami dolarów, które chciałyby zainwestować w Polsce w jakiś biznes – informuje Kinga Zmysłowska-Drężek, rzeczniczka płońskiej komendy policji.

- Zwraca uwagę, że kontaktując się z kimś przez internet, tak naprawdę nigdy nie wiemy, z kim mamy do czynienia.

- Oszuści zakładają fikcyjne konta, wykorzystując w nich cudze zdjęcie. Zrobią wszystko, żeby zdobyć zaufanie osoby, którą sobie „upatrzyli”. Nagminnie są informacje przesyłane na adres mailowy, o rzekomym otrzymaniu ogromnego spadku po rzekomym naszym krewnym w Stanach Zjednoczonych. Oszustwo na „żołnierza” a nawet oficera amerykańskiej armii, który chce nas obdarować kosztowną paczką, też staje się coraz bardziej

popularne, o czym jednak 51-latek prawdopodobnie nie wiedział.

- Mieszkaniec gminy Joniec, w związku z tym, że paczka utknęła na polskiej granicy, miał opłacić kosztowne „znaczkę”, dokonując przelewu 12 tys. zł. na podany numer konta bankowego. 51-latek bez wahania spełnił prośbę fałszywej „żołnierki”. Nie zastanowiło go, że za tak stosunkowo niewielką kwotę (równowartość ok. 60 tys. zł), nie można rozkręcić żadnego „biznesu”. Ani też, że zwyczajnie, nie kupuje się kota w worku...

Po kilku dniach 51-latek otrzymał wiadomość od kuriera o problemach z dostarczeniem paczki i konieczności dokonania kolejnych opłat, tym razem celnych. Na podany inny numer konta bankowego, mężczyzna przelał wskazaną kwotę.

- Nie był to jednak koniec jego kłopotów z „przesyłką”. Oszustka jeszcze kilka razy kontaktowała się z nim i próbowała nakłonić do wpłacania różnych kwot pieniędzy na podawane przez nią numery kont, co miało być niezbędne by odzyskać paczkę z dolarami. W sumie, zanim 51-latek zorientował się, że został oszukany, stracił ponad 40 tys. złotych – dodaje pani rzeczniczka.

Przypomina, że oszuści cały czas modyfikują swój sposób działania i dlatego w każdym przypadku, gdy ktoś próbuje uzyskać od nas pieniądze, trzeba wykazać się dużą ostrożnością. Oszustwo „na żołnierza” jest jedną z nowszych form tego procederu, znaną jednak już kilka lat. Zawierając znajomości z obcą osobą, która nieoczekiwanie się do nas odzywa, należy być ostrożnym, w szczególności, gdy oczekuje ona od nas przekazania pieniędzy lub innych kosztowności. Najlepiej nie ulegać chwilowemu zauroczeniu, presji czasu i nie przekazywać pieniędzy nieznanym osobom.

RN

Przybywa oszustw „na wnuczka”

Ciechanowscy policjanci ostrzegają przed oszustami, którzy wyludzają pieniądze od mieszkańców naszego powiatu. 30 marca na terenie Gliniojka doszło do wyludzenia pieniędzy metodą „wnuczka”.

Seniora uległa oszustce podającej się za wnuczkę i przekazała jej kilkadziesiąt tysięcy złotych. Oszustka nakłoniła kobietę do przekazania pieniędzy swoją opowieścią o tym, że miała wypadek i potraciła osobę nakłoniła seniorę do przekazania pieniędzy. Niestety 79-latką z Gliniojka uwierzyła w fałszywe informacje.

Rzeczniczka ciechanowskiej komendy twierdzi, że podobną opowieść usłyszała mieszkanka miejscowości Krusz,

w gminie Gliniojeck. Jej córka z mężem miała przebywać w szpitalu. Seniora poprosiła o pomoc w zawiezieniu pieniędzy na SOR swojego wnuka, który będąc już w placówce medycznej zorientował się o oszustwie.

Policja apeluje o zachowanie czujności i ostrzeganie przede wszystkim osób starszych, iż są osoby, które mogą chcieć wykorzystać ich życzliwość. Przestępcy posługują się różnymi legendami i metodami mającymi ich uwierzygodnić oraz ciągle te metody modyfikują. Wybierają swoje ofiary posługując się książkami telefonicznymi, gdzie widnieje imię, które wskazuje na to, że może to być starsza osoba.

rom

Ukradł puszkę z pieniędzmi dla Laury, zwróci pieniądze

Sprawca kradzieży puszek z pieniędzmi, zebranymi na leczenie Laury Paczuły, został zatrzymany przez pułtuskich policjantów. Pułtuszczanin zobowiązał się zwrócić pieniądze. Grozi mu do 5 lat pozbawienia wolności.

Gdy trwała walka z czasem, by zebrać potrzebne dla Laurki pieniądze na naj-

droższy lek świata (9 mln zł), a w wielu miejscowościach odbywały się kiermasze, ze sklepu Intermarche w Pułtusk 26 marca zniknęła puszka ze zbiórki. Stojąca przy kasie puszka, należąca do fundacji „Serce dla Maluszka”, jedna z trzech znajdujących się w sklepie, została skradziona wieczorem. Sprawca wykorzystał nieuwagę pracownika ochrony. Chwilę, gdy wkłada puskę do torby, zarejestrowała kamera monitoringu sklepowego.

Na profilu społecznościowym zostało udostępnione nagranie i wpis dotyczący wydarzenia z komentarzem: „Karma wraca, dobrze wydad te pieniądze, chore dziecko poczeka”, ozdobionym emotikonami przedstawiającymi zagniewaną twarz.

Tożsamość sprawcy ustalili policjanci z pułtuskiej komendy. Okazało się, że jest nim 35-letni pułtuszczanin. Został on zatrzymany.

- Policjantom wyjaśniał, że żałuje tego, co zrobił i zobowiązał się zwrócić pieniądze – powiedziała 1 kwietnia mł. asp. Anna Kowalczyk, oficer prasowy Komendy Powiatowej Policji w Pułtusk. – Mężczyzna usłyszał zarzut kradzieży puszek z pieniędzmi. Grozi mu teraz do 5 lat pozbawienia wolności.



IK

Artur Barciś zaszczepił się w Żelaznej Rządowej

Artur Barciś, mieszkający w Warszawie aktor, zaszczepił się przeciw covid-19. W tej informacji nie byłoby nic nadzwyczajnego, gdyby nie fakt, że na szczepionkę przyjechał do Żelaznej Rządowej, miejscowości znajdującej się w gminie Jednorzec. W to miejsce wystąpił go bowiem Narodowy Program Szczepień.

- Pojadę tam, przede wszystkim dlatego, że mogę. Jestem zmotoryzowany i mogę zrobić sobie taką wycieczkę. Tym bardziej, że nie wiedziałem, że istnieje taka miejscowość, a teraz, jak już to ogłosiłem, to nawet nie wypada mi tam nie pojechać. Traktuję to jako zwieńczenie mojej całej gehenny z covid-19 i myślę, że jest nawet zabawne, że kończy się nie tak banalnie w Warszawie na Żelaznej, ale w Żelaznej Rządowej. Zabawne jest jeszcze to, że obok Żelaznej Rządowej jest Żelazna Prywatna, więc po prostu zrobię sobie małą wycieczkę – informował po zapisaniu się na szczepienie w rozmowie z Wirtualną Polską.

Jak zapowiedział, tak zrobił. Do Żelaznej Rządowej, przybył 1 kwietnia. Mieszkańcy bardzo się ucieszyli z odwiedzin i gorąco powitali aktora. Artur Barciś został przywitany przez starostę przasnyskiego, Krzysztofa Bieńkowskiego, a także wójta gminy Jednorzec, Krzysztofa Iwulskiego.



FOT. KGW ŻELAZNA RZĄDOWA

Było cudnie – stwierdził Artur Barciś po przyjęciu szczepionki w Żelaznej Rządowej

i wspianego aktora w naszych skromnych progach – poinformowały na profilu społecznościowym panie z KGW Żelazna Rządowa.

Barciś to samo zrobił w Faktach TVN opowiadając o spotkaniu z paniami z KGW, pysznym cieście i ciesząc, że drugą dawkę szczepionki wyznaczono mu w tym samym miejscu. Tak, że do ponownego spotkania na pewno dojdzie.

Po wspólnych rozmowach, w czasie których aktor miał możliwość poznać historię regionu, Artur Barciś udał się na szczepienie.

- Ale było cudnie. A najbardziej z paniami z Koła Gospodyń Wiejskich. Takich prezentów naprawdę się nie spodziewałem. Bardzo dziękuję, na Święta jak znalazł. Szczepienie też poszło bezboleśnie. Jeszcze raz dziękuję – skomentował, kiedy było już po wszystkim. rj

- Nie, to nie Prima Aprilis. To wydarzyło się naprawdę. Mieliliśmy zaszczyt gościć w naszej miejscowości znanego i cenionego aktora teatralnego i filmowego - Artura Barcisia. Za spędzony z nami czas serdecznie dziękujemy i mamy nadzieję, że jeszcze będziemy mieli zaszczyt gościć tak miłego



Powstaną masowe punkty szczepień

Znaczny wzrost zakażeń covid-19

W ciągu tygodnia liczba zakażeń koronawirusem na naszym terenie zwiększyła się o około 40 procent. Przybyło także przypadków śmiertelnych, choć na szczęście nieznacznie. Tylko 1 kwietnia na północnym Mazowszu doszło do 526 zakażeń związanych z covid-19. Zmarło 19 pacjentów, którzy mieli dodatni wynik.

Koronawirus nie był jedynym tego powodem. Mieli oni także inne choroby. Najwięcej zgonów odnotowano w powiatach nowodworskim i pultuskim (po 5 osób), a w dalszej kolejności w powiatach ciechanowskim (4 zgony) i płońskim (3 zgony). 1 osoba zmarła w powiecie przasnyskim. W pozostałych powiatach na naszym terenie tego dnia nie odnotowano takich przypadków. Niestety utrudniony dostęp do służby zdrowia i trudna sytuacja związana z pandemią powoduje, że mocno wzrosła liczba zgonów z powodu innych poważnych chorób!

W części powiatów liczba zakażeń co najmniej się podwoiła. Najgorzej wypadła w statystykach powiat legionowski (165 zakażeń), a w dalszej kolejności nowodworski (113 zakażeń), płoński (81 zakażeń) i ciechanowski (48 zakażeń). Najbezpieczniej pod tym względem jest w powiatach żuromińskim (12 zakażeń) oraz przasnyskim i makowskim (po 26 zakażeń).

W powiecie żuromińskim do tej pory najmniej osób zgłosiło się na szczepienie przeciwko koronawirusowi – zaledwie 5547 osób. Średnia dla naszego terenu to około 9-10 tysięcy szczepień na powiat. Na tym tle pozytywnie wyróżnia się powiat ciechanowski, w którym pierwszą dawkę szczepionki otrzymało już 17,5 tys. osób.

To nadal zdecydowanie za mało, żeby miało to wyraźny wpływ na spadek zakażeń. Tym bardziej, że mamy kolejną falę wzrostu przypadków covid-19 w kraju. W ostatni czwartek potwierdzono ponad 35 tysięcy dodatknych wyników. To kolejny tego typu rekordowy wynik w ciągu ostatniego tygodnia. Szpitale alarmują, że są na granicy swoich wydolności. Najwięcej zakażeń jest na Śląsku, a w drugiej kolejności na Mazowszu.

Z informacji wojewody mazowieckiego wynika, że największym problemem jest brak personelu do pracy w szpitalach tymczasowych. Z tego powodu nie funkcjonują jak należy tego typu placówki m.in. w Ostrołęce i Płocku. Z trudnościami kadrowymi boryka się także Szpital Poludniowy w Warszawie.

Rzeczniczka ciechanowskiego szpitala twierdzi, że w ostatnich dniach na wniosek wojewody mazowieckiego z miejscowej placówki zostało oddelegowanych do szpitali tymczasowych na Mazowszu 4 lekarzy i 8 pielęgniarek.

- Zgoda na oddanie części tak potrzebnego teraz personelu to dla szpitala problem, ale rozumiemy, że tylko wspólnie możemy zadbać o zdrowie pacjentów z koronawirusem. Osoby te wyraziły zgodę na pracę w szpitalach tymczasowych – wyjaśnia.

Rząd zapowiada, że już w drugiej połowie kwietnia spodziewa się około 7 mln dawek szczepionek. Do tej pory w Polsce zaszczepiono ponad 6 tysięcy osób, teraz rząd chce co najmniej tyle osób szczepić w ciągu miesiąca i do końca sierpnia uporać się z tym całkowicie.

Niektórzy już przygotowują się do tej sytuacji. Płońskie starostwo poinformowało, że w najbliższym czasie uruchomiony zostanie Masowy Samorządowy Punkt Szczepień w powiecie płońskim.

- Jesteśmy po wstępnych rozmowach i jak tylko formalności zostaną załatwio-

ne to taki punkt zostanie uruchomiony. Z inicjatywą jego zorganizowania Zarząd Powiatu zwrócił się do dyrektora płońskiego szpitala, co ma związek ze spodziewanym zwiększeniem dostaw szczepionek przeciw covid-19 dostarczanych do Polski i koniecznością zwiększenia potencjału szczepień powszechnych – informuje starostwo, zapewniając, że inicjatywa jest też odpowiedzią na nowe wytyczne wojewody mazowieckiego.

Także władze Ciechanowa zapowiedziały, że wkrótce szczepienia przeciw covid-19 będą wykonywane w miejskiej hali sportowo-widowiskowej przy ul. Kraszewskiego, gdzie miasto tworzy masowy punkt szczepień we współpracy z Centrum Medycznym Arnica. Po uzyskaniu niezbędnych zgód administracji rządowej i otrzymaniu szczepionek, dziennie będzie możliwe podanie dawki co najmniej 400 osobom.

Na razie mamy do czynienia z kolejną wpadką służb odpowiedzialnych za program szczepienia w Polsce. Na krótko uruchomiono możliwość zaszczepienia dla osób w przedziale wiekowym od 40 do 59 lat. Część z nich zdążyła się szybko zapisać na termin kwietniowy, po czym wszystkie tego typu rejestracje zostały anulowane. Rząd tłumaczy tę wpadkę pomyłką. Wyjaśnia, że osoby te będą zarejestrowane, ale na maj. Deklaruje, że pierwszeństwo będą mieli ci, którzy na szczepienia zarejestrowali się poprzez specjalny formularz już w styczniu.

Zapowiedź zwiększenia ilości szczepień wiąże się także z obietnicą, że będą mogli zajmować się tym nie tylko lekarze i pielęgniarki, ale także inne osoby związane ze służbą zdrowia (m.in. aptekarze, stomatolodzy), a poza tym studenci ostatniego roku studiów medycznych. Szczepienia mają już wkrótce nabrać masowego charakteru. RN

Spółki oszukane na kilka milionów złotych

PGK w gronie pokrzywdzonych spółek

Prokuratura Okręgowa w Świdnicy nabrała wody w usta w sprawie śledztwa, które dotyczy kilku oszukanych w kraju miejskich spółek, w tym Przedsiębiorstwa Gospodarki Komunalnej w Płońsku.

- W związku z informacjami na temat interwencji CBA w Przedsiębiorstwie Gospodarki Komunalnej w Płońsku informujemy: prokurator Prokuratury Okręgowej w Świdnicy prowadzi postępowanie przygotowawcze w sprawie, w której PGK w Płońsku posiada status pokrzywdzonego. Na żądanie prokuratury nasze przedsiębiorstwo wydało dobrowolnie rzeczy mogące stanowić dowód w sprawie. Wszelkich informacji o toczącym się postępowaniu może udzielić Prokuratura Okręgowa w Świdnicy – poinformowała płońska firma.

Rzecznik Prokuratury Okręgowej w Świdnicy, Tomasz Orepuk, twierdzi, że w połowie grudnia ub. roku wszczęła ona śledztwo dotyczące

działania na szkodę spółek komunalnych oraz jednostek samorządowych dotujących wykonywane przez nie inwestycje. Dotyczy to lat 2018-2019.

Postępowanie dotyczy kilku spółek komunalnych z terenu całego kraju. Jednym z podmiotów pokrzywdzonych w tym śledztwie jest PGK. Prokuratura Okręgowa wydała postanowienie o przeszukaniach w spółkach związanych z tą działalnością. Czynności wykonuje CBA. Szkody, jakie poniosły te spółki to kilka milionów złotych. Ze względu na dobro sprawy, zakres informacji przez nas udzielany jest bardzo skąpy. Na razie na tym etapie nie udzielamy informacji na czym działania przestępcze miałyby polegać. Będzie to możliwe w późniejszym czasie – twierdzi rzecznik.

Choć od czasu wydania tego oświadczenia minęło kilka tygodni, prokuratura – wbrew wcześniejszym zapowiedziom – nadal nie ujawnia szczegółów związanych z tą sprawą. Powód podaje ten sam: dobro śledztwa.

rom

Ani złotówki z rządowego funduszu

Płońsk mocniej się zadłuży

Rada Miejska w Płońsku, podczas ostatniej sesji, zdecydowała o emisji obligacji na kwotę 13 mln zł. Pieniądze z tego źródła będą przeznaczone na sfinansowanie miejskich inwestycji. Niestety miasto nie otrzymało ani złotówki z Rządowego Funduszu Inwestycji Lokalnych, którego kolejna transza została podzielona w ostatnich dniach.

to 10 mln zł. Choć dochodów w porównaniu do 2020 r. jest o 8,5 % mniej, to nadal zasadniczą część budżetu stanowią inwestycje, które w tym roku prowadzone są na dużą skalę. Wydatki inwestycyjne w 2021 mają wynieść prawie 40 mln zł. W tym roku dobiegnie końca budowa obwodnicy centrum miasta – największej inwestycji w historii Płońska, na którą przeznaczono 66 mln zł, budowa obwodnicy zachodniej, planowane jest uruchomienie komunikacji miejskiej, a także przewidziano inne, wspomniane już zadania.

Dodatkowe obligacje to nic innego, jak zwiększenie długu miasta. Na razie nie ma szans na to, żeby został on zmniejszony. Ostatnie wieści dla miasta nie są dobre.

- Z przykrością informuję, że po raz kolejny Płońsk został pominięty przy podziale pieniędzy z Rządowego Fun-

Fundusz z obligacji władze miasta zamierzają wydać m.in. na rozpoczęcie niedawno rewitalizację rynku, rewitalizacji dworca PKP i wieży ciśnień, przebudowę ulicy Szkolnej, budowę kolejnych ścieżek rowerowych, prze-



Jedna z tegorocznych płońskich inwestycji – modernizacja ul. Szkolnej

budowę małego targowiska, a także na spłatę wcześniej zaciągniętych zobowiązań.

Wykup obligacji ma nastąpić w latach 2027-2035. Przewidywane zadłużenie Płońska na koniec bieżącego roku ma wynieść około 46 mln zł.

Gdy uchwalano tegoroczny budżet, przewidywano deficyt w wysokości oko-

duś Inwestycji Lokalnych. Nie otrzymaliśmy ani złotówki, a wnioskowaliśmy o dofinansowanie na przebudowę ul. Piaskowej i Szczęśliwej, budowę tak potrzebnego zielonego parkingu przy dużym targowisku oraz na modernizację basenu – ubolewa Andrzej Pietrasik, burmistrz Płońska.

rom

Spowolnić przebieg choroby

***Czym jest stwardnienie rozsiane?**

Justyna Jasińska: To jedna z występujących na świecie chorób układu nerwowego. Może rozwijać się w trzech głównych postaciach: rzutowo-remisyjnej, pierwotnie postępującej i wtórnie postępującej. W organizmie chorego niszczeniu ulega mielina, czyli substancja otaczająca włókna nerwowe centralnego systemu nerwowego, odpowiadająca za przekazywanie impulsów nerwowych. Nazwa choroby sclerosis multiplex, SM odwołuje się do tego, co dzieje się wówczas w ludzkim organizmie. Sclerosis odnosi się do zbliźniowatego stwardnienia, powstałego w miejscu uszkodzenia mieliny, a multiple – do licznych miejsc w centralnym układzie nerwowym, w których te uszkodzenia powstają. W zależności od miejsca powstania stwardnienia, dana funkcja organizmu zostaje zaburzona lub wstrzymana. Choroba uznawana jest za nieuleczalną, ale można spowolnić jej przebieg.

***Jakie są najczęstsze symptomy SM?**

J. J.: Jednym z objawów są zaburzenia chodzenia. Ktoś, kto patrzy na osobę chorą na SM, zauważy przede wszystkim chwiejny krok. Do objawów należą też: zaburzenia wzroku, podwójne widzenie, plawowe mrowienie kończyn, zmęczenie. Te objawy mogą wskazywać na SM. Gdy tylko coś nas niepokoi, trzeba zasięgnąć fachowej porady neurologicznej.

***Czy szybko udaje się zdiagnozować SM? W jaki sposób?**

J. J.: Jeśli ktoś podejrzewa stwardnienie rozsiane, najlepiej niech zwróci się do lekarza. Lekarz doradzi co robić pod względem medycznym, ja natomiast mogę doradzić, co można zrobić w życiu codziennym. Osoby z podejrzeniem SM mają robione badania: rezonans magnetyczny, tomografię głowy, badanie płynu mózgowo-rdzeniowego. Jeżeli jest diagnoza, można wprowadzić leki pierwszego rzutu. Osoby, które mają podejrzenie SM, powinny pójść do lekarza i zrobić zalecone badania, a osoby, które są zdiagnozowane, powinny się leczyć, żeby nie dopuścić do tego, by choroba ograniczyła ich funkcjonowanie.

Ewa Świerczyńska: Na spotkaniu Polskiego Towarzystwa Stwardnienia Rozsianego w tamtym roku jeden z profesorów powiedział, że jeśli szybko zdiagnozuje się SM, jest bardzo duże prawdopodobieństwo długiego spowolnienia skutków choroby i utrzymania sprawności osoby chorej. Medycyna poszła mocno do przodu.

***Polskie Towarzystwo Stwardnienia Rozsianego ma swój Oddział w Ciechanowie. Kto do niego należy?**

J. J.: Towarzystwo zostało założone w 1990 r., a nasz Oddział istnieje od 1997 r. – założyła go p. Anna Niesłuchowska. Zostałam jego przewodniczącą w 2018 roku. Oddział w Ciechanowie podlega Radzie Głównej Polskiego Towarzystwa Stwardnienia Rozsianego w Warszawie jako jeden z 28 oddziałów w kraju. Do naszego Oddziału należą

Rozmowa z **Justyną Jasińską**, przewodniczącą Polskiego Towarzystwa Stwardnienia Rozsianego Oddział w Ciechanowie i **Ewą Świerczyńską**, asystentką, wolontariuszką.



Justyna Jasińska



Ewa Świerczyńska

32 osoby, w tym 4 wolontariuszy – są to osoby zdrowe. Zrzeszamy głównie mieszkańców Ciechanowa i powiatu ciechanowskiego, ale też powiatów makowskiego i pułtuskiego. Możemy też przyjąć osoby z innych powiatów. Członkowie naszego Oddziału to przede wszystkim osoby po 50 roku życia, mocno schorowane, w tym leżące. Dominują panie.

***Czy do Oddziału należą osoby zmagające się z innymi chorobami niż SM?**

J. J.: Członkami mogą być też osoby z innymi niepełnosprawnościami, zmagające się np. z chorobami neurologicznymi. Ostatnio przyjęliśmy osobę chorą na ataksję mózdkoworodzeniową. Gdy ktoś występuje do nas o przyjęcie, patrzymy jaką ma jednostkę chorobową i zastanawiamy się, czy rzeczywiście możemy mu pomóc, czy inne stowarzyszenie.

***W jaki sposób Oddział realizuje misję Towarzystwa?**

J. J.: Misją Towarzystwa jest poprawa jakości życia osób ze stwardnieniem rozsianym. W jej realizacji pomagają nam rehabilitanci, psycholog, logopeda oraz wolontariusze i asystenci: panie Ewa i Basia.

E. Ś.: Od 2020 r. pełnię funkcję asystentki, a wcześniej przez rok byłam wolontariuszką. Jedną z form realizacji misji Towarzystwa jest bezpłatny udział członków Oddziału w projekcie „Krok do formy ON”. Projekt, dofinansowany ze środków Państwowego Funduszu Rehabilitacji Osób Niepełnosprawnych

(PFRON), realizuje Oddział w Koninie, ale obejmuje on cały kraj. Osoby z niepełnosprawnościami, zarówno leżące, jak i chodzące, miały w swoich domach rehabilitację – 60 godzin rocznie, konsultację z logopedą i psychologiem oraz wizyty asystenta. Mamy nadzieję, że projekt będzie kontynuowany. Osoby z niego korzystające były bardzo zadowolone. Poza tym organizujemy paczki żywnościowe dla osób najbardziej potrzebujących. Jako jedyny Oddział Towarzystwa podpisał umowę z Bankiem Żywności w Ciechanowie. Przeważnie raz w miesiącu otrzymujemy artykuły spożywcze i rozdzielamy je wśród osób mających najtrudniejszą sytuację finansową. Oddział, a właściwie asystent pomaga osobom chorym zapisać się na wizytę u lekarza neurologa, najczęściej u p. Katarzyny Kuczalskiej, bo to ona zajmuje się w ciechanowskim szpitalu chorymi na stwardnienie rozsiane, oraz u innych specjalistów, bo SM pociąga za sobą inne choroby. Kiedy trzeba, zawiozę na wizytę do lekarza, a potem wykupię leki. Pomagam także dostać się na rehabilitację.

***Z jakimi instytucjami i organizacjami jeszcze współpracuje Oddział?**

E. Ś.: Jako asystent jestem łącznikiem między osobami chorymi a instytucjami i organizacjami. Pomagam wypełniać wnioski do Powiatowego Centrum Pomocy Rodzinie o dotacje, np. na poko-

nywanie barier architektonicznych, czyli przystosowanie pomieszczeń do osób chorych, o zwrot części środków na zakup sprzętu rehabilitacyjnego, np. łóżka czy materaca przeciw odleżynom, o zwrot części środków na zakup artykułów higienicznych i pielęgnacyjnych, np. pieluch, wkładek, maści, środków odkażających. Wydatki na ten cel części osób wynoszą miesięcznie od 300 do 600 zł. Pomagałam też jednemu z podopiecznych, który jest osobą leżącą, w uzyskaniu grupy inwalidzkiej. Pozostałe osoby chore z naszego Oddziału, albo mają grupę inwalidzką, albo procedura związana z jej przyznaniem jest w toku. Współpracuję również ze Starostwem Powiatowym w Ciechanowie i p. Jolaną Przybyłowską, pełnomocnikiem ds. wspierania osób niepełnosprawnych, z Miejskim Ośrodkiem Pomocy Społecznej i Polskim Czerwonym Krzyżem w Ciechanowie – dzięki nim nasi podopieczni mają pomoc opiekunów lub pielęgniarek. Z pomocą p. Jolanty Przybyłowskiej zorganizowałam przed Bożym Narodzeniem paczkę dla osób potrzebujących. Pani pełnomocnik włączyła się też mocno w pomoc jednej z naszych podopiecznych.

J. J.: Oddział współpracuje również z Krajowym Ośrodkiem Mieszkalno-Rehabilitacyjnym dla Osób Chorych na SM w Dąbku. W okresie pandemii turnusy organizowane dla osób chorych na SM zostały wstrzymane. Pozostaje nam tylko kontakt tele-

foniczny. Oczekujemy z niecierpliwością na uruchomienie turnusów, ponieważ są one dużą pomocą dla osób chorych, by spowolnić przebieg choroby.

***W jaki sposób można to zrobić? Co jest najbardziej potrzebne członkom Oddziału?**

E. Ś.: Przebieg SM spowalnia rehabilitacja, uzależniona oczywiście od stanu fizycznego danej osoby. Powinna odbywać się codziennie, ale jest to niemożliwe. Im częściej nasi podopieczni mają rehabilitację, tym lepiej się czują.

J. J.: Oprócz ćwiczeń, które pomagają, jak najdłużej się poruszać, ważny jest czynnik społeczny: osoba chora ma kontakt ze środowiskiem zewnętrznym. Nie zostaje sama ze swoimi problemami.

E. Ś.: U osób, które nie mają wsparcia rodzinnego, które mieszkają same, czasem występuje depresja. Bywa, że osoby chore dzwonią do mnie, żeby opowiedzieć o swoim problemie, ale też żeby po prostu porozmawiać. Stwardnienie rozsiane może też spowolnić odpowiednią dietę, zależną od wywołanych przez nie dodatkowych schorzeń. Często u osób chorych na SM występują problemy ze wzrokiem, układem moczowym czy wątrobą.

J. J.: Wskazane jest, by osoby chore brały witaminę D3, witaminy z grupy B, kwasy Omega 3-6-9, używały oleju lnianego, by poprawić obie samopoczucie. Co do żywienia, organizm często będzie „sam mówił”, że coś może zjeść, albo czegoś nie może.

***Cofnijmy się do czasu przed epidemią. Jak funkcjonował wówczas Oddział?**

J. J.: Spotykaliśmy się raz w miesiącu w Domu Pomocy Społecznej „Kombatant” w Ciechanowie, który jest przystosowany do potrzeb osób niepełnosprawnych. Udostępniano nam salę kominkową. Te spotkania dawały nam duże zadowolenie. Organizowaliśmy też spotkanie wigilijne. Otrzymaliśmy dotację z Urzędu Miasta w Ciechanowie, natomiast swoje środki mogliśmy przeznaczyć na inne cele związane z pomocą osobom zrzeszonym w naszym Oddziale. Staramy się wszędzie pukać i cieszyć się, gdy otwierają nam drzwi.

E. Ś.: Zamierzałam odwiedzić różne instytucje i firmy, by zebrać środki dla naszych podopiecznych np. na wspólny wyjazd, ale epidemia mi w tym przeszkodziła. Roczna składka członkowska jest niewysoka, wynosi 48 zł od osoby, gdyż większość osób ma trudną sytuację materialną, bo stwardnienie rozsiane to choroba postępująca, wymagająca coraz większych kosztów. Mamy obecnie ograniczone pole działania. Prosimy więc o 1 procent podatku.

J. J.: Jeśli ktoś chce pomóc osobom chorym na stwardnienie rozsiane, może przekazać 1 procent podatku dochodowego na: KRS - 000 007 79 74. Będziemy wdzięczni. Można też wpłacić na naszą rzecz darowiznę. Nasz Oddział w Ciechanowie jest oddziałem bardzo schorowanym i potrzebującym pomocy.

***Czy Oddział współpracuje z rodzinami, przyjaciółmi czy znajomymi osób chorych?**

J. J.: Oczywiście, bez rodziny osoby chorej nie udało by się nam działać i pomagać.

E. Ś.: Osoby z rodziny, które przebywają z chorymi, bywają bardzo zmęczone. Znam pana, który opiekę się żoną leżącą i córką poruszającą się na wózku, którą trzeba karmić. Takie domy, w których na SM są chore, i matka, i córka zdarzają się wcale nie tak rzadko. Tu potrzebna jest długoterminowa pomoc pielęgniarki, opiekunki, rehabilitanta i asystenta.

***Czy SM jest dziedziczne?**

E. Ś.: Profesorowie specjaliści mówią, że SM nie jest chorobą dziedziczną.

Rozmawiała IZABELA KOBIA

Konkurs

LIBER MAZOVIA rozstrzygnięty!

Kapituła konkursu „Liber Mazovia” pod przewodnictwem redaktora naczelnego „TC” Ryszarda Maruta składająca się z dziennikarzy Tygodnika Ciechanowskiego i bibliotekarzy Powiatowej Biblioteki Publicznej im. Z. Krasińskiego w Ciechanowie jednogłośnie w tym roku przyznała nagrodę książce pt. „Aktywność społeczno-gospodarcza ziemian guberni płockiej w latach 1865-1914” autorstwa pani Bogumiły Umińskiej.

Konkurs organizowany jest od 2011 roku, w tym roku przypada jego 10. jubileuszowa edycja. Oceniano książki wydane w latach 2019-20.

Celem konkursu jest promowanie książek związanych z północnym Mazowszem o tematyce historycznej, społecznej, kulturalnej, mające charakter naukowy bądź popularny; wydawane przez stowarzyszenia regionalistyczne, samorządy, uczelnie i szkoły oraz osoby prywatne. Nie mogą to być wydawnictwa periodyczne lub czasopisma (np. pierwszy lub kolejny tom wydawnictwa wielotomowego – takie wydawnictwa będą rozpatrywane jako całość po wydaniu ostatniej części).

Jury konkursu miało do oceny 46 tytułów, które zostały wydane w latach 2019/2020 i wpłynęły do



Kapituła konkursu „Liber Mazovia” podczas pracy

redakcji, bądź znajdując się w księgozbiorze Czytelnicy Regionalnej Powiatowej Biblioteki Publicznej im.

Zygmunta Krasińskiego w Ciechanowie.

Po przeczytaniu i szczegółowym przeanalizowaniu treści książek Kapituła postanowiła przyznać nagrodę „Liber Mazovia” za lata 2019/2020 książce „Aktywność społeczno-gospodarcza ziemian guberni płockiej w latach 1865-1914” autorstwa Bogumiły Umińskiej, wydanej przez Muzeum Szlachty Mazowieckiej w Ciechanowie.

Zdaniem Kapituły książka B. Umińskiej okazała się najbardziej oryginalną, najwartościowszą pod względem treści, wagi tematycznej, doboru ilustracji a także walorów graficzno-wydawniczych. Uzupełnia ona dotychczasową lukę, dotyczącą dziejów ziemiaństwa na północnym Mazowszu schyłku epoki rozbiorowej.

Jest książką nie tylko dla zawodowych historyków ale także miłośników historii regionalnej.

Pozostałe książki, które zwróciły uwagę jury będą promowane poprzez zamieszczanie ich recenzji na łamach Tygodnika Ciechanowskiego.

O terminie i miejscu wręczenia nagrody poinformujemy czytelników.

WT

„Aktywność społeczno-gospodarcza ziemian guberni płockiej w latach 1865 – 1914” autorstwa Bogumiły Umińskiej to dzieło sążniste z racji zawartego w nim bogactwa materiału. To kawał historii północnego Mazowsza, w tym ziemi ciechanowskiej, w najciemniejszej epoce zaboru rosyjskiego: czasie represji po powstaniu styczniowym.

powstałe dzięki aktywności gospodarczej ziemian. Trzeba podkreślić, że pod względem przemysłowym powiat ciechanowski przodował. Wielkość produkcji w roku 1996 wynosiła 1,8 mln rubli, gdy w powiecie mławskim – 370 tys., zaś w płockim – 200 tys. rubli. W powiecie ciechanowskim zatrudniano w tym czasie 1340 robotników, poło-

rośli uprawnych i maszyn rolniczych. Organizatorem tego rodzaju działań stało się Towarzystwo Rolnicze, które miało oddziały gubernialne i powiatowe. Dbało one jednocześnie o wymianę doświadczeń produkcyjnych, a także o rozwój kultury. Dla przykładu: Okręgowe Towarzystwo Rolnicze w Ciechanowie zajmowało się rozrodem zwierząt hodowlanych, miało gniazda rozrodo- we w kilku majątkach. Utrzymywało też własnego instruktora. OTR wybudowało własną siedzibę, istnieje ona do dziś w Ciecha-

nie spółek i stowarzyszeń kredytowych, które finansowały zarówno inwestycje, takie jak melioracje, jak też działalność bieżącą. Powstały w tym czasie m.in. Towarzystwo Kredytowe Ziemskie, Towarzystwo Wzajemnego Kredytu, Towarzystwo Drobego Kredytu i inne, będące początkiem banków spółdzielczych i spółdzielczości w ogóle.

Z czasem ziemianie zaczęli współpracować na niwie gospodarczej z chłopami, których sytuacja była ciężka. By się utrzymać chłopci dorabiali w folwarkach, wyjeżdżali na sezonowe roboty do Prus wschodnich. Masowo też wyjeżdżali na stałe do Stanów Zjednoczonych Ameryki i Brazylii. Umińska szacuje wielkość emigracji z całego Królestwa Polskiego na 1,6 mln osób. Z guberni płockiej rocznie wyjeżdżało od 550 do 1300 osób, zdecydowanie bieda, ale też przedsięwzięcia i nie bojących się nieznanych wyzwań.

Lata objęte dziełem Bogumiły Umińskiej były na ogół czasem politycznego spokoju, utrzymywanego dzięki reżimowi ze strony carskiej administracji i policji. Oczywiście rosła świadomość narodowa i społeczna, zwłaszcza wśród chłopów i robotników, powstawały partie polityczne, mające na celu wyzwolenie narodowe i społeczne, na ogół jednak ich radykalni aktywiści kończyli na Syberii lub w więzieniach, niemniej rok 1905 przynosił rewolucję społeczną.

Wprawdzie w guberni płockiej nie odnotowano większych wystąpień zbrojnych, niemniej strajki były organizowane. Strajkowali również robotnicy rolni w folwarkach, na ogół wywalczali lepsze warunki pracy i wynagrodzenia.

Rok 1905 przyniósł na ziemiach Królestwa Polskiego swego rodzaju odwilż, dającą możliwość powstawania organizacji społecznych oraz szkół rolniczych. Także szybszy rozwój społeczno-gospodarczy, który trwał do wybuchu I wojny światowej i zajęcia północnego Mazowsza przez Niemców.

Wybiegając poza zakres czasowy dzieła Bogumiły Umińskiej, trzeba podkreślić, że dokonania społeczno-gospodarcze ziemian na Mazowszu: cukrownie, spółdzielczość, bankowość, stały się podstawą gospodarki odrodzonej Rzeczypospolitej i służyły przez dziesiątki lat. Świadczy to o wadze przemian z lat 1865 – 1914. Wpływ na nie mazowieckich ziemian jako uczestników życia gospodarczego był zasadniczy. Książka Bogumiły Umińskiej jest ich największym kompendium.

STEFAN ŻAGIEL

Sól gospodarczych przemian

Autorka, muzealniczka z Muzeum Szlachty Mazowieckiej w Ciechanowie, zapewne nie bez kozery podjęła tematykę ziemiaństwa, a więc swistego „następcy” szlachty – ale też to właśnie ziemianie, przynajmniej w guberni płockiej, byli solą przemian gospodarczych. Książka to bowiem historia gospodarcza, „część” historii niezbyt lubiana przez uczniów i czytelników, jako że nie ma w niej mowy o wydarzeniach spektakularnych, jak np. działania militarne, bitwy, zwycięzy wodzowie. Ale też trzeba pamiętać, że gospodarka jest podstawą znaczenia i siły państwa, w tym kultury i siły militarnej.

Północne Mazowsze, w tym objęte granicami guberni płockiej, znalazło się po powstaniu styczniowym – jak cały obszar zaboru rosyjskiego objęte granicami dawnego Królestwa Polskiego (granicami nieco umownymi) – w całkiem nowej sytuacji gospodarczej. Sprawilo ją upaństwowienie majątków kościelnych (kasata zakonów), licznych majątków ziemiańskich, odebranych za udział w powstaniu, a zwłaszcza uwłaszczenie chłopów. Dwory straciły darmową siłę roboczą, chłopci zyskali ziemię uprawną, o powierzchni na ogół nie wystarczającej do wyżywienia rodzin, za którą trzeba było zapłacić w postaci zwiększonego podatku. Wszystko w otoczone ucisku, rusyfikacji i brutalnego represjonowania wszystkich przejawów polskości. Większość urzędniczych stanowisk zajmują Rosjanie. Swoistym zjawiskiem jest przesiedla-

nie do Królestwa Żydów, tzw. Litwaków, którzy dysponując funduszami i powiązaniami tworzą liczne przedsiębiorstwa przemysłowe. Nie dotyczy to jednak guberni płockiej, lecz Warszawy i guberni piotrkowskiej, gdzie powstaje przemysłowa Łódź.

Umińska charakteryzuje gubernię płocką pod względem administracyjnym, jej podział na powiaty i gminy, zmiany granic gubernialnych, demografię. Dowiadujemy się więc jacy carscy urzędnicy pełnili funkcję gubernatorów i którzy byli przychylni środowisku polskiemu – jak pierwszy z nich Michał baron Wrangel, a którzy byli polakożercami – jak gen. Leonid Czerkasow. Przy okazji poznajemy cały system administrowania gubernią. Również kształt administracji powiatowej i samorządowej. Charakteryzuje autorka system komunikacyjny: w 1874 roku dróg gubernialnych było 287 km, w tym 8,5 km brukowych, zaś powiatowych – 1396 km (głównie gruntowych). Sieć drogową się rozwijała, w roku 1885 gubernialnych dróg bitych było już 465 km. Przybyła też Kolej Nadwiślańska, która wpłynęła na rozwój gospodarczy regionu. Umińska szczegółowo wymienia rodzaje i wielkości produkcji rolniczej, wielkości wywozu i przywozu towarów, zmiany obszarowe w gospodarstwach: jedne upadały, inne na tym korzystały i rozwijały się. Rodził się też przemysł, głównie oparty na miejscowych surowcach, a więc cukrownie. W roku 1912 było ich siedem, przy czym trzy w powiecie ciechanowskim: Krasiniec, Izabelin i Ciechanów,

wę robotników z całej guberni.

Książka przypomina pojęcia ongiś codzienne, dziś zapomniane, jak chociażby serwity, czyli dworskie lasy bądź pastwiska, z których korzystały całe wsie. Stanowiły one źródło konfliktów, podobnych do pokazanego w powieści „Chłopi”, gdzie dziedzic chciał wyciąć swój las, będący takim serwitem, a chłopci mu to uniemożliwili.

Trudne warunki gospodarowania wymusiły na ziemianach poszukiwanie efektywniejszych sposobów produkcji. Szukano intensywnych odmian roślin uprawnych, bardziej wydajnych zwierząt hodowlanych, czemu służyły wystawy. Organizowano odczyty na temat nowych metod upraw, nowych



nowe, służy bankowości. Światlejsi ziemianie podejmowali indywidualne inicjatywy; takowymi było zakładanie własnych stacji doświadczalnych uprawy roślin. Założył taką w Chojnowie koło Przasnysza właściciel majątku Stanisław Chelchowski. Placówka ta przyjmowała na praktyki adeptów rolnictwa. Od 1904 roku przeniesiono ją do Chruszczewa pod Ciechanowem.

Producenci zorientowali się, że lepsze rezultaty finansowe przynosi prze- rób płodów rolnych na miejscu. Obok dużych zakładów przemysłowych, jak cukrownie, zaczęły powstawać mniejsze, jak olejarnie czy młeczarnie. Do ich budowy konieczne było powstawa-

Pochodząca z Ciechanowa Barbara Paluch pilnie potrzebuje pomocy w walce o życie! Bała się koronawirusa, a w listopadzie 2020 roku zdiagnozowano u niej ostrą białaczkę szpikową. Przed nią długie i wyczerpujące leczenie. Standardowa terapia nie przynosi oczekiwanych efektów, dlatego rodzina zgodziła się na kosztowny lek.

Pacjentka jest pod opieką bardzo dobrych lekarzy na oddziale hematologii szpitala w Toruniu, ale zastosowana terapia nie wystarczyła. Dlatego lekarze zaproponowali użycie nierefundowanego leku. Miesięczny koszt nie jest mały: wynosi ponad 7 tys. zł.

- Mama przeszła dzielnie przez pierwsze dwie chemioterapie. Poddaje się wszystkim długim, wyczerpującym i często bolesnym zabiegom bez słowa skargi. Zawsze była dla nas wsparciem, a teraz my razem z tatą próbujemy coś zrobić dla niej. Choć czasem, nie wiemy co. Możemy jednak prosić o pomoc, by ratować jej życie! - opowiada syn Grzegorz, obecnie mieszkający w Toruniu, gdzie kilkanaście lat temu przeprowadzili się jego rodzice.

Zdecydowali się na ten ruch, choć całe swoje dorosłe życie mieszkali w Ciechanowie.

- Przeznaczamy dla mamy wszystkie pieniądze, które jesteśmy w stanie, ale to nie wystarcza. Wiemy, że są ludzie młodszy, dzieci, które także potrzebują wsparcia. Ale mama jest dla nas całym światem. W tym roku w lipcu skończy 74 lata. Powiedziała, że chciałaby jeszcze trochę pożyć. Ma małą prawnuczkę i kolejnego prawnuka w drodze, który urodzi się we wrześniu bieżącego roku. Ile by dała za to, by go zobaczyć - dodaje mieszkająca w Ciechanowie córka Joanna Gola.

Nieznane przyczyny

Wspomina, że mama wcześniej miała jedynie mało groźne choroby, stosowne do jej wieku. W ubiegłym roku zaczęła się źle czuć. Nie dostała się do lekarza. Udzielono jej jedynie teleporady. Dopiero gdy wybrała się do lekarza prywatnie, ten od razu rozpoznał u niej objawy białaczki i skierował niezwłocznie na oddział hematologii.

Ostra białaczka szpikowa to nowotwór szpiku kostnego - tkanki wypełniającej kości, której zadaniem jest produkcja erytrocytów (krwinek czerwonych), leukocytów (krwinek

Pani Barbara marzy, żeby poznać prawnuka

Pomóc może każdy z nas



Pacjentka jest pod opieką bardzo dobrych lekarzy na oddziale hematologii szpitala w Toruniu, ale zastosowana terapia nie wystarczyła. Dlatego lekarze zaproponowali użycie nierefundowanego leku. Miesięczny koszt nie jest mały: wynosi ponad 7 tys. zł.

białych) i płytek krwi, czyli podstawowych elementów krwi. Podczas choroby zmienione nowotworowo zostają krwinki białe, a konkretnie leukocyty, które namnażają się w sposób niekontrolowany, kumulują, wypierając komórki zdrowe i doprowadzając do pojawiania się objawów chorobowych. Roczna częstotliwość występowania tej choroby w Polsce to „zaledwie” niecałe 4 przypadki na 100 tysięcy osób. Przyczyny są nieznane. Wiadomo jedynie, że czynnikami, które zwiększają ryzyko rozwoju białaczki, są wrodzone choro-

by genetyczne, promieniowanie jonizujące (wykorzystuje się je w medycynie, m.in. w diagnostyce rentgenowskiej), ekspozycja na środki chemiczne (m.in. na farby, produkty przemiany ropy naftowej, herbicydy i pestycydy używane w rolnictwie i ogrodnictwie), palenie papierosów, niektóre leki stosowane głównie w leczeniu innych nowotworów.

- Paradoks polega na tym, że mama nigdy nie miała długotrwałej styczności z tymi wszystkimi czynnikami; nie paliła, a także stroniła od alkoholu, dlatego

pojawienie się białaczki w jej przypadku jest dla nas dużym zaskoczeniem - twierdzi córka Joanna. Dodaje, że do dziś trudno jej uwierzyć w tę diagnozę, która wciąż brzmi jak jakiś koszmarny sen.

Nie może się nawet zaszczepić

Pani Barbara całe zawodowe pracowała w ciechanowskim ZUS, a potem w KRUS, w którym pracowała do 2002 roku, gdy przeszła na emeryturę. W sumie przepracowała 35 lat.

- Rodzice dwa lata temu obchodzili złote gody. Zawsze byli bardzo zgodnym małżeństwem. Mieliśmy w nich oparcie. Zawsze służyli nam dobrą radą i pomocą. Ja do tej pory nie mogę uwierzyć w to, co się stało. Mama ma bardzo ciężki okres. W szpitalu jest sama. Z powodu obecności pandemii i potencjalnego zagrożenia, jakie możemy dla niej stanowić, nie można jej w ogóle odwiedzać. Tata bardzo źle to znosi. Sam siedzi w domu. Zdarza się, że płacze. Gdy mama nie odbiera telefonu, tata się denerwuje, bo zaraz myśli, że stało coś złego - dodaje nasza rozmówczyni.

Leczenie trwa od listopada ubiegłego roku. W tym czasie pani Barbara przeszła już dwie chemoterapie, oznaczające w jej przypadku za każdym razem 3-4 tygodniowy pobyt w szpitalu. Do domu wraca na dwa tygodnie, a potem znów musi udać się do szpitala.

Pani Barbara z powodu choroby nie może się zaszczepić przeciwko koronawirusowi, co stanowi dla niej dodatkowe zagrożenie. Gdyby miała choć raz kontakt z wirusem, mogłoby się to dla niej bardzo źle skończyć. Jej mąż też nie zdążył się zaszczepić. Chętnych było tyłu, że pierwszy termin ma wyznaczony za kilka tygodni.

KRUS pomoże

Zbiórka dla pani Barbary Paluch odbywa się na stronie znanej, bardzo aktywnej fundacji - siepomaga.pl. Na szczęście w tym przypadku nie jest potrzebna jakaś ogromna kwota. Powinno wystarczyć około 65 tys. zł,

nie licząc tego, co rodzinie udaje się zebrać samodzielnie.

- Teraz rozmawiamy z mamą tylko telefonicznie lub stojąc pod oknem szpitala. Tak bardzo pragniemy, by do nas wróciła. Przez pandemię nie możemy nawet przy niej być, co jest dla nas szczególnie trudne. Jeśli ktoś chciałby wesprzeć mamę, choćby drobną kwotą, będziemy bardzo wdzięczni. Będzie to nadzieja dla nas, ale przede wszystkim dla naszej mamy, dzięki której nasza rodzina zawsze była razem. Wiemy, że rokowania nie są pewne. Zrobimy jednak wszystko, żeby mam do nas wróciła zdrowa - opowiada rodzina, która bez wahania zdecydowała się na nierefundowany lek.

Tak zrobiłby każdy z nas, kto dowiedziałby się o chorobie bliskiej nam osoby.

Koronawirus sprawił, że wiele rodzin nie spotykało się podczas świąt bożonarodzeniowych i wielkanocnych. Dla pani Barbary jest to trudne, bo to ona zawsze zapraszała całą rodzinę do siebie, piekła dla dzieci i wnuków smakołyki. Teraz musi zmierzyć się z trudną szpitalną rzeczywistością.

Jeszcze w 2019 roku państwo Paluchowie bawili na ślubie wnuczki, a rok wcześniej - na ślubie wnuka. W lipcu ubiegłego roku przyszła na świat prawnuczka. Nie przyjechali do małej, bo zwyczajnie bali się koronawirusa.

Kierownik ciechanowskiego oddziału KRUS Andrzej Berent twierdzi, że 29 marca otrzymał od córki pismną prośbę o pomoc. Jeszcze tego samego dnia wystąpił do szefostwa KRUS o wsparcie pani Barbary, byłej pracownicy, z funduszu socjalnego.

- Będzie też zachęcał, żeby jeśli ktoś się nie rozliczył, przekazał na rzecz pani Barbary 1 procent należnego podatku, a poza tym planujemy zorganizowanie zbiórki pieniężnej wśród naszych pracowników. Na razie tyle możemy zrobić, tak na szybko, ale pewnie jeszcze coś wymyślimy - zapowiada.

Pomóc może także każdy z nas. Kosztowne leczenie Barbary Paluch można wesprzeć dzięki zbiórce organizowanej na stronie siepomaga.pl. Wystarczy wpisać jej nazwisko, a bez trudu znajdziemy link do tej akcji.

ROMAN NADAJ

Pułtusk dla Laury

Około 12 tys. zł zebrali wolontariusze podczas charytatywnego kiermaszu, który odbył się 27 marca na placu przy centrum handlowym w Pułtusku. Wszystko dla chorej na rdzeniowy zanik mięśni 2-letniej Laury Paczufy.

Organizatorami kiermaszu ciast i ozdób wielkanocnych w Pułtusku oraz zbiórki jest pełna empatii małżeństwo, rodzice czwórki dzieci - Ewelina i Tomasz Bochenkowie z powiatu pułtuskiego. Pół roku temu powitali w swojej rodzinie Marcelka, który jest ich czwartym dzieckiem. Po urodzeniu zdiagnozowano u Marcelka Zespół Downa. Dotychczas państwo Bochenkowie mocno angażowali się we wszelkie akcje charytatywne na rzecz ratowania życia chorych dzieci. Zadziwia, że mimo licznych obowiązków i wyzwań,



Laura na rękach u Maszy z rodzicami i organizatorami kiermaszu

które pojawiają się w związku z czwartym potomkiem, nie ustają w walce o życie innych. Nie brak im energii do działania.

Zbiórkę utrudniają obostrzenia w związku z epidemią koronawirusa. Mimo to, z zachowaniem wszelkich zasad ostrożności, wydarzenie wsparło wiele



W akcję włączyli się strażacy z OSP Grabówiec

osób, które wykonały ozdoby na kiermasz i upiekły ciasta. Dla Laury kwestowali również strażacy z Ochotniczej Straży Pożarnej w Grabówcu. Za datki do puszek częstowali grillowaną kielbasą i prezentowali sprzęt, które służy na co dzień w misji niesienia pomocy, cieszył się zainteresowaniem najmłodszego pokolenia pułtuszczyzan.

Rodzice muszą zbierać jeszcze niepełną 1 mln zł, aby Laura mogła podjąć

leczenie i miała szansę na nowe życie. Jedyne ratunkiem jest terapia genowa, której koszt przekracza 9 milionów złotych. Leczenie może zostać przeprowadzone pod warunkiem, że Laura nie osiągnie wagi granicznej. Kwalifikacja do leczenia zależy od wielu czynników, a każdy dzień oczekiwania jest ogromną stratą. Zbiórka na rzecz Laury prowadzona jest na www.siepomaga.pl/laura-sma.

BH

Cztery i pół roku trwały prace nad kompleksową monografią miasta nad Orzycem. Do druku trafia właśnie drugi tom *Dziejów Makowa Mazowieckiego*. Tom I (do 1945 roku) jest już do pozyskania, tom drugi (po 1945 roku) lub dwa tomy w komplecie nabyć będzie można już od maja.

Prace nad monografią rozpoczęły się już w 2016 roku. – Nasze Stowarzyszenie Pomocy Liceum im. Marii Curie-Skłodowskiej postanowiło wydać monografię na 600-lecie miasta. Wówczas w listopadzie utworzyliśmy zespół redakcyjny składający się wstępnie z nauczycieli Liceum Ogólnokształcącego. Potem zaczęliśmy szukać profesorów, naukowców, historyków, którzy podjęliby się, na nasze zlecenie, stworzenia tego dzieła – mówi nam Jan Rutkowski, prezes stowarzyszenia.

Pierwsze kroki skierowali do dr Aleksandra Kociszewskiego z Ciechanowa. – Doktor Kociszewski pomógł nam wybrać osoby, które mogłyby zająć się pisaniem poszczególnych części. Opracowanie monografii powierzono zespołowi autorskiemu, składającemu się głównie z historyków, specjalizujących się w kolejnych etapach dziejowych mazowieckiego regionu. Redaktorem naukowym pierwszego tomu został profesor Janusz Szczepański, który opracował koncepcję, podzielił tematy na rozdziały. Zespół redakcyjny zebrał się w maju 2017 roku i tak to się wszystko zaczęło – opowiada nasz rozmówca.

Do pierwszego tomu swoje rozdziały napisali: prof. dr hab. Janusz Grabowski, który ukazał pierwszy okres istnienia Makowa w czasie panowania Piastów mazowieckich, prof. dr hab. Radosław Lolo – opisał dzieje miasta w czasach I Rzeczypospolitej, dr Aleksander Kociszewski poświęcił swój rozdział dzieciom Makowa w czasach pruskich i w okresie wojen napoleońskich, prof. zw. dr hab. Janusz Szczepański czasom autonomicznego Królestwa Polskiego oraz historii miasta w okresie Drugiej Rzeczypospolitej i czasem II wojny światowej oraz prof. dr hab. Adam Dobroński, który analizował warunki życia mieszkańców w okresie popowstaniowym.

– Książka powstała w dużym trudzie badawczym. W wyniku zawieruch wojennych prawie wszystkie akta miejskie Makowa Maz. zostały zniszczone, autorzy poszczególnych rozdziałów zostali zmuszeni do sięgnięcia po dotychczas niewykorzystane materiały źródłowe, w znacznej mierze rękopiśmienne. Umożliwiły one rekonstrukcję różnorodnych aspektów życia społeczno-politycznego, gospodarczego i kulturalnego na przestrzeni stuleci. Członkowie zespołu autorskiego podczas kwerend źródłowych korzystali z zasobu 10 archiwów, na czele z Archiwum Głównym Akt Dawnych i Archiwum Akt Nowych w Warszawie. Warto wspomnieć, że wiele spośród wykorzystanych materiałów jest w języku łacińskim, rosyjskim i niemieckim. Autorzy sięgnęli także do 17 tytułów prasowych oraz kilkuset źródeł drukowanych, pamiętników, wspomnień i opracowań naukowych. Dla utworzenia dziejów makowskich Żydów, bardzo przydatna była Księga Pamięci Gminy Żydowskiej Makowa Maz., która została przetłumaczona z jęz. jidysz i hebrajskiego na zlecenie Stowarzyszenia przez językoznawców z Uniwersytetu Jagiellońskiego. – informuje prof. Janusz Szczepański.

– Praca nad dziejami Makowa była bardzo ciężka i czasochłonna. Zbiór tematów zaś był tak obszerny, że okazało się, iż niemożliwym jest umieszczenie wszystkiego w jednym tomie.



Maków z lotu ptaka

Monografia na 600-lecie Makowa



Zespół redakcyjny, który rozpoczął prace do publikacji książkowej „Dzieje Makowa Mazowieckiego”. Od lewej: Piotr Matejuk, Mariusz Celmer, Dariusz Budelewski, Katarzyna Olzacka, Robert Kluczek, prof. Janusz Szczepański - redaktor naukowy I tomu, oraz Jan Rutkowski.

Profesor zdecydował, że będą dwa. Pierwszy od zarania Makowa do końca drugiej wojny światowej, zaś drugi tom to historia współczesna po 1945 roku aż do dzisiaj. Profesor okazał się też świetnym organizatorem prac. To dzięki pilnowanym przez niego terminom udało się zdążyć z wydaniem książki – opowiada Jan Rutkowski.

Do redagowania drugiego tomu profesor Szczepański wyznaczył lokalnych historyków i pasjonatów historii. Wśród nich znaleźli się dr Mariusz Celmer, który szczegółowo opisał życie religijne Makowa, dr Piotr Matejuk - służbę zdrowia i służbę weterynaryjną, Robert Kluczek - oświatę, dr Dariusz Budelewski kompleksowe dzieje Makowa w III RP, a profesor Romuald Turkowski i dr Krzysztof Wiśniewski historię i życie polityczne. – Pracę nad książką zaczynała z nami

również śp. Katarzyna Olzacka, prezes Towarzystwa Miłośników Ziemi Makowskiej, która opisywała życie kulturalne miasta. Po jej śmierci pracę kontynuował jej mąż Sławomir Olzacki, ze wsparciem dr Dariusza Budelewskiego. Redaktorem naukowym został profesor Romuald Turkowski. Mi przypadło pisanie o życiu gospodarczym Makowa Mazowieckiego – mówi Jan Rutkowski i zachęca do lektury obu tomów. – Oba tomy mają bardzo obszerną bibliografię. Ja sam jeżdżąc do archiwum byłem zdumiony ilością dokumentów, które zachowały się, pomimo tych zniszczeń. W tej książce jest wiele bardzo ciekawych wątków, historii, które zainteresują każdego makowianina, ale również osoby spoza naszego miasta.

– Ja bardzo się cieszę, że mogłem napisać część o życiu gospodarczym. Publikacje, które do tej pory się uka-

zywały zwykle wspominały o władzach miejskich, decydentach. Ja mogłem zaś poświęcić rozdział zwykłym ludziom, rolnikom i rzemieślnikom, którzy tak naprawdę byli solą tej ziemi. To dzięki ich bardzo ciężkiej pracy, miasto tak zniszczone po wojnie, mogło funkcjonować. Bardzo zależało mi żeby podkreślić rolę zwykłych mieszkańców w powojennych dziejach miasta, bo rola ich była niedoceniona i nieoceniona – opowiada.

– Jestem przekonany, że mieszkańców zainteresują też rozdziały poświęcone społeczności żydowskiej. W końcu osoby wyznania mojżeszowego stanowiły ogromny odsetek ludności – dodaje.

W obu tomach znajdziemy też kilka set fotografii, z których część nigdy do tej pory nie była nigdzie publikowana. – Jest dużo zdjęć ze zbiorów miejskiej biblioteki i ze zbiorów Towarzystwa

Przyjaciół Ziemi Makowskiej. Sporo zdjęć udało nam się otrzymać od mieszkańców. Współpracujemy także z Michałem Chrzanowskim, pasjonatem lokalnej historii i z Alfredem Kohnem, którzy przekazali nam prawdziwe perełki. Wszystkie zdjęcia do tomu I i II (łącznie ok. 400) opracowywał redakcyjnie Sławomir Olzacki wraz z Grażyną Myślińską.

Teraz autorzy i pomysłodawcy *Dziejów Makowa Mazowieckiego* czekają na recenzje mieszkańców. – Oczywiście szczególnie interesujące mogą być wypowiedzi dotyczące najnowszej historii Makowa. Przecież wiele opisanych tam osób żyje, a sporo historii tkwi jeszcze w pamięci mieszkańców. Myślę jednak, że udało nam się historię miasta nad Orzycem spisać obiektywnie – podsumowuje nasz rozmówca.

W związku z zakończeniem pracy nad książką Stowarzyszenie Pomocy Liceum rozpoczęło przygotowania do utworzenia stałej wystawy historycznej z wybranymi z obu tomów zdjęciami, która byłaby wystawą mobilną. Z okazji jubileuszu 600-lecia miasta plano-



Okładki



wana jest także sesja naukowa z wykładami profesorów, którzy są autorami poszczególnych rozdziałów. W aktualnej sytuacji najwcześniejszy możliwy termin tej sesji to wrzesień 2021.

„Dzieje Makowa Mazowieckiego” można nabyć w Liceum Ogólnokształcącym nr I im. Marii Curie-Skłodowskiej w Makowie Mazowieckim, ul. Kopernika 2 (w bibliotece szkolnej lub w sekretariacie), w Bibliotece Miejskiej przy Urzędzie Miasta, ul. Moniuszki 6, lub wysyłkowo po dokonaniu przedpłaty. Każdy zainteresowany otrzymaniem tych publikacji może złożyć zamówienie na facebookowym fanpage'u Stowarzyszenia Pomocy Liceum lub mailowo przez liceum (e-mail: lommak@o2.pl; tel. 29 7171285). Wysyłka nastąpi po wcześniejszym przekazaniu darowizny na konto nr 91 1240 5325 1111 0000 5051 3853 tytułem Darowizna na rzecz Stowarzyszenia (minimum 60 złotych za 1 książkę).

RENATA JASIŃSKA

Balony i spadochrony z Legionowa

Wytwórnia Balonów i Spadochronów w Legionowie w 1939 roku zaprezentowała swoje możliwości produkcyjne w prospekcie reklamowym. Dzięki niemu wiemy w szczegółach, co produkowała, a właściwie co mogła wykonać, ponieważ pewne urządzenia produkowała tylko na zamówienie. Prospekt jest skromną broszurą, jednak krótkie opisy „towarów”, w języku polskim i francuskim, poparte rysunkami technicznymi, wystarczająco obrazują produkowane w Legionowie urządzenia.

Prezentację wykonano na potrzeby spółki dystrybuującej legionowskie wyroby: Reprezentacji Generalnej dla Zagranicy SEPEWE S.A. Polska w Warszawie na ul. Mazowieckiej 9. Drukowała ją Zakład Graficzny „DRUKPRASA” na Nowym Świecie w Warszawie.

W krótkim wstępie podkreślono, że polska wytwórnia balonów produkuje nie byle co. Czytamy: „Polska w zawodach balonowych o puchar Gordon Bennetta wzięła udział po raz pierwszy w roku 1932, kiedy zawody organizował Aeroklub Szwajcarski w Zurychu. Od tego czasu ekipa polska staje do zawodów co rok. W latach 1933, 1934 i 1935 zajmuje pierwsze miejsce, zdobywając dla Aeroklubu R. P. przechodni puchar na własność. W latach 1936 i 1937 zwycięstwo przypada Belgii, zaś w roku 1938 polscy baloniarze kpt. Janusz z inż. Janikiem zajmują pierwsze miejsce. Zwycięskie balony „Kościszko”, „Warszawa”, „Polonia” i „L. O. P. P.” wykonane zostały właśnie w Wytwórni Balonów i Spadochronów”.

Wytwórnia powstała zaraz po wojnie polsko-bolszewickiej. Przechodziła liczne reorganizacje. Zawsze jednak była ważnym zakładem pracy dla Legionowa, związanym z istniejącym tu Batalionem Balonowym, dowodzonym przez ppłk. Aleksandra Wilcza, a potem przez ppłk. Juliana Sielewicza. W ostatnim okresie kierował nią mjr Stanisław Mazurek.

Jakie wyroby oferowała odbiorcom: Balony wolne, kuliste, produkowano w różnych pojemnościach: 600, 900, 1200, 1600, 2200 m³ lub - na zamówienie - w każdej innej pojemności. Dowiadujemy się szczegółów technicznych, m.in., że powłoka może być wykonana z tkaniny pojedynczej o masie 190 g na m² kwadratowy lub podwójnej przegumowanej o masie 275 g na m² kw. Z tej ostatniej robione są balony napełniane wodorem; specjalne gumowanie wynalazł i opatentował inż. Józef Rojek z legionowskiej wytwórni. W zależności od pojemności balonu i rodzaju gazu wypełniającego był on wyposażony w koszyk dla od jednej do sześciu osób. Podano wymiary balonów o poszczególnych pojemnościach, i tak: średnica balonu o pojemności 600 m³ gazu wynosiła 10,7 metra, zaś o pojemności 2200 m³ - 16,15 m. Analogicznie powierzchnia powłoki balonu najmniejszego wynosiła 360 m² kw., zaś największego - 800 m² kw.

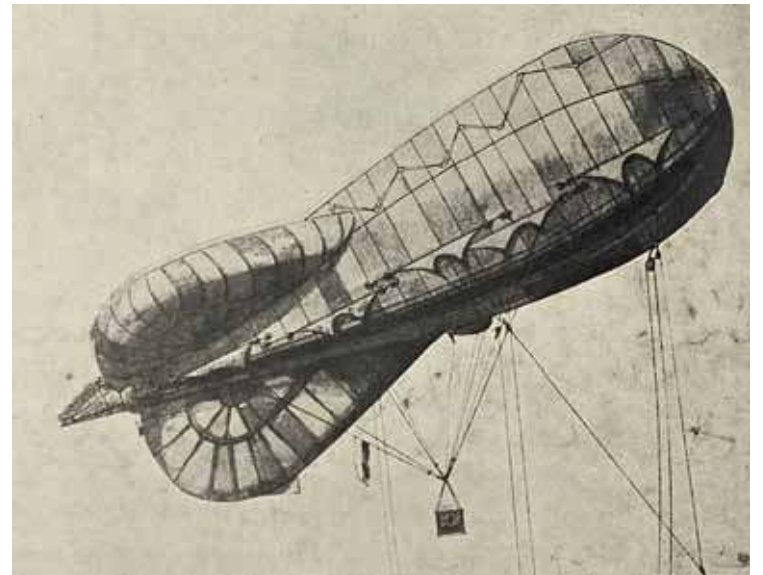
Warto dodać, że balony o pojemności 2200 m³ należały do wyczynowych. Taką pojemność miały: SP-ADS „Kościszko” na którym Franciszek Hynek i Zbigniew Burzyński zdobywali puchar Gordona Bennetta, a także SP-BCU „LOPP” (zastąpił „Kościszko”), na którym zwyciężali w pucharze kpt. Antoni Janusz i Franciszek Janik.



Kapitan Zbigniew Burzyński dwukrotnie zdobywał Puchar Gordona Bennetta na balonach z legionowskiej wytwórni

WLegionowie produkowano też balony zaporowe dla celów obronnych, pracujące w układzie tandemowym, na uwięzi - do 4,5 km wysokości. Miały kształt rakiety: cygara z trzema statecznikami, wypełnionymi powietrzem. Także balony obserwacyjne - na uwięzi. Podobne w kształcie do balonów zaporowych. Wyposażony w koszyk dla obserwatora i specjalistyczne olinowanie. Pułap balonu przy dwóch obserwatorach: od 1500 do 1800 metrów. Praca możliwa przy szybkościach wiatru do 25 m na sekundę.

GAZOCHRONY - walcowate zbiorniki do przechowywania bądź transportu gazu do napełniania balonów. Długość - 9,3 m, średnica - 4 m, pojemność - 100 m³; wytwórnia była w stanie wyprodukować gazochrony o dowolnej pojemności, zgodnie z zamówieniem odbiorcy. Istotną była tu przenikliwość dla wodoru: mierzone aparatami Schoppa lub Renarda



Balony obserwacyjne produkowano głównie dla wojska

wynosiła najwyżej 5 litrów na m² kw. na dobę.

Produktem specjalnym był balon stratosferyczny - w kształcie kropli o średnicy 56,6 m i długości 79,1 m. Pojemność - 124 790 m³. Ciężar całkowity - 1400 kg. Czasza wykonana z podwójnej tkaniny jedwabnej, podwójnie gumowanej. Był to prawdziwy król wśród balonów, stosowany do badań stratosferycznych i... bicia rekordów, co w latach międzywojennych było modne. Posiadaczami rekordu wysokości - 10 km 859 m byli kpt. Zbigniew Burzyński i Konstanty Jodko-Narkiewicz, uzyskali go na balonie Warszawa II. o pojemności 4 tys. m³. Burzyński miał ustanowić nowy rekord wysokości lotu balonem „Gwiazda Polski” - o wspomnianej pojemności; zamierzał wznieść się na wysokość 30 km. W 1938 roku w tatrzańskim Dolinie Chocholowskiej czyniono przygotowania, napełniano balon. Jak wiadomo, zamysł pokrzyżowała burza, piorun zapalił balon wypełniony wodorem. Próbę zamierzano ponowić w roku następnym, z balonem napełnionym helem. Uniemożliwiła ją wojna. Pierwotny rekord Burzyńskiego i Narkiewicza przetrwał 26 lat.

Wytwórnia produkowała też różnego rodzaju spadochrony: plecowe, do skoków z samolotów (składające się ze spadochronu właściwego, spadochronu pilotażowego - pilotyka, pokrowca i uprząży), spadochrony wieżowe i ćwiczebne, a także ciężarowe, wyposażone w pojemniki z amortyzatorami oraz nieduże spadochrony do bomb oświetlających.

Inne drobiazgi, które mogła produkować legionowska wytwórnia to zimowe oponice (kombinezony) lotnicze, kaski i kominiarki lotnicze, buty lotnicze, rękawy strzelnicze - czyli cele ćwiczebne dla lotnictwa myśliwskiego. Wyrobem niezwiązanym z lotnictwem były ubrania nurkowe: nieprzemakalne, ocieplane kombinezony do prac podwodnych.

Jacek Szczepański, legionowski historyk, ustalił, że wytwórnia wyrabiała rocznie do 30 balonów zaporowych, 8 obserwacyjnych, 2 balony kuliste do lotów ćwiczebnych i sportowych, ok. 500 spadochronów i trochę innego sprzętu, produkowanego na zamówienie. Przez pewien czas wytwórnia produkowała też wodór do wypełniania balonów.

STEFAN ŻAGIEL

25 marca wieczorem w pułtuskim szpitalu zmarła Adriana Maria Machnacz, założycielka Ośrodka Szkoleniowo-Integracyjnego „Młyn Gąsiorowo” w Gąsiorowie, prezes Stowarzyszenia Krzewienia Kultury Wiejskiej „Gąsiorówka”, mazowszanka z wyboru, osoba o wielu zainteresowaniach i pasjach, pełna woli życia. Chorowała na covid-19. Miała 37 lat.

Z wykształcenia ekonomistka i specjalistka turystyki wiejskiej ukończyła m.in. studia na kierunku turystyka wiejska na Akademii Humanistycznej im. A. Gieysztora w Pułtusku.

Na Mazowsze przyjechała z Podbeskidzia, spod Bielska-Białej. Około 15 lat temu Adriana Machnacz, wówczas Kiełoch, życie w stolicy zamieniła na wiejskie zacisze, a pracę w korporacji na tworzenie „Młyna Gąsiorowo”. Jej pasjami stały się turystyka i gastronomia, co zaowocowało nagrodami w konkursach kulinarnych, m.in. Perłą 2012 i 2014, czyli najwyższą nagrodą w konkursie „Nasze Kulinarne Dziedzictwo - Smaki Regionów” na najlepszą polską potrawę regionalną lub danie, organizowanym przez Polską Izbę Produktu Regionalnego i Lokalnego (Perłę 2012,

Adriana Machnacz 1984 - 2021



FOT. ARCHIWUM PRYWATNE

czyli „gastronomicznego Oscara”, jak o niej mówiła, otrzymała wspólnie z mężem Jackiem). W „Młynie Gąsiorowo”, który należał do Sieci Dziedzictwa Kulinarne Mazowsza, Adriana Machnacz, członek Mazowieckiej Regionalnej Organizacji Turystycznej, organizowała imprezy rodzinne i firmowe, warsztaty m.in. zawodów ginących, podczas których uczyła historii regionu. By zachować miejscowe zwyczaje, założyła Stowarzyszenie Kultury Wiejskiej „Gąsiorówka” i kapelę. Zakochana w folklorze Puszczy Białej, przez rok współpracowała z Zespołem Ludowym „Gloria” w Obytem.

Żeglowała (miała patent żeglarski jachtowego) i nurkowała. Latała na motolotni, była wyszkoloną załogantką balonową. Grała na akordeonie, szczególnie szanty i piosenki ludowe, a także

na fortepianie, fletach i gitarze. Malowała akrylem na drewnie. Podróżowała, w 2020 r. zdążyła być w Argentynie.

Cechowały ją energia, pogoda ducha, życzliwość, zapał w realizacji pomysłów, konsekwencja w dążeniu do wytyczonego sobie celu oraz umiejętność cieszenia się życiem. Wiele osób mówiło o niej: „kobieta petarda”, „kobieta torpeda” czy „kobieta żywioł”. Stała się bohaterką reportażu-portretu „Cztery żywioły Adriany” („TC” nr 24 z 9 czerwca 2020), którego tytuł nawiązywał symbolicznie do jej osobowości (ogień) i różnorodnych pasji. Po jego przeczytaniu, wzruszyła się i powiedziała, że nikt wcześniej tak jej nie ukazał. Wzięła w 2020 r. dwukrotnie udział w sondach „TC”: na temat plusów izolacji (nr 17 z 21 kwietnia) oraz działalności branży gastronomiczno-hotelarskiej (nr 46 z 10 listopada).

„Wiem, że żyję. Bez względu jak nieraz jest ciężko, jak teraz jest ciężko, mnie się tego życia chce”, mówiła w pierwszej połowie 2020 roku. „Obawiam się, czy „Młyn Gąsiorowo” przetrwa, i obawiam się o swoje zdrowie ze względu na stres, w jakim żyję. Mam nadzieję, że i „Młyn”, i ja przetrwamy”, tak powiedziała kilka miesięcy później. Miała w przyszłości opowiedzieć

o tym, co spowodowało, że tak bardzo, mimo wszystko, cieszy się życiem (można było się domyślać, że ciężka choroba, z którą jej wyzdrowiała).

W marcu Adriana Machnacz zachorowała na covid-19, została zabrana do szpitala. Zmarła 25 marca (w Kościele Katolickim to Dzień Świętości Życia). Miała 37 lat, kolejne urodziny świętowałaby 12 grudnia. Pozostawiła męża Jacka, rodzinę, przyjaciół i znajomych oraz kotkę Misię i „Młyn Gąsiorowo”, swoje „najważniejsze i najukochańsze dziecko”. W jej śmierć trudno uwierzyć.

Urna z prochami Adriany Machnacz została złożona w grobie rodziny Machnaczów na cmentarzu parafialnym w Mordach (powiat siedlecki). Uroczystość odbyła się w gronie najbliższej rodziny.

„Dziękuję wszystkim za wsparcie oraz wzruszające i ciepłe słowa o Adrianie. Młyn Gąsiorowo będzie działał dalej, a Adriana z jej dobrym i radosnym sercem zawsze będzie z nami”, napisał tego samego dnia Jacek Machnacz, mąż Adriany i współtwórca „Młyna Gąsiorowo”, na jego stronie na portalu społecznościowym FB.

IZABELA KOBIA

Szkoła równych szans

O zakończonym niedawno remoncie szkoły, planach na przyszłość i rekrutacji do placówki rozmawiamy z **Tomaszem Olkowskim**, dyrektorem Zespołu Szkół im. Tadeusza Kościuszki w Krasnosielcu

*** Dobiegł końca gruntowny remont szkoły...**

- Teraz to jest zupełnie inny świat. Mamy wszystko co powinna mieć nowoczesna szkoła. Ja jestem bardzo zadowolony i myślę, że młodzież będzie także zachwycona tą zmianą. Budynek szkoły był oddany do użytku w 1967, zaś szkoła średnia w Krasnosielcu w tym roku świętuje 70 lat istnienia. Planowaliśmy, z okazji tej rocznicy, zrobić uroczysty zjazd absolwentów, podobny jaki mieliśmy na 60-lecie. Niestety nastąpiła pandemia i plany nam pokrzyżowała. Za to dostaliśmy piękny prezent od starosty Zbigniewa Deptuły. Bo ten remont i to jak wygląda teraz szkoła to głównie jego pomysł. Dodam tylko, że remont został w całości sfinansowany ze środków własnych powiatu.

*** Remont był dwuetapowy**

- Tak. W pierwszym etapie, który był przeprowadzony w wakacje, udało się zrobić dwa piętra, w tym podłogi i klasopracownie. W grudniu pomimo, że decyzje związane z pandemią, zapadły z dnia na dzień, starosta postanowił zaryzykować i wykonać drugi etap. Okazało się, że się nie mylił i że była to bardzo dobra decyzja. Wszystko się udało. Ten etap, remont parteru, był trudniejszy. Sala lekcyjna została zamieniona na bardzo potrzebną



Dyrektor Tomasz Olkowski przekonyuje, że przy wyborze szkoły warto przyrzeć się też ofercie małych placówek

szatnią z szafkami dla każdego ucznia. Powstały też sanitariaty i przebieralnie na lekcje wychowania fizycznego. Wszystko teraz jest tak, jak być powinno. Wszystko, czego młodzież potrzebuje, jest. W między czasie udało się wyposażyć szkołę również w nowoczesny sprzęt. Od NASK-u dostaliśmy 50 tabletów, zaś nauczyciele przedmiotów zawodowych dzięki udziałowi w projekcie Zintegrowanego Rozwoju Szkolnictwa Zawodowego realizowanego przez Samorząd Mazowsza, pozyskali wyposażenie pracowni biznesowo-ekonomicznej. Mogę więc z radością powiedzieć, że okres pandemii wyko-

rzystaliśmy maksymalnie, nie tylko na doskonalenie zdalnego nauczania, ale właśnie też na remonty i wyposażanie placówki. Czekamy tylko na powrót młodzieży.

*** Komentarze w Internecie były bardzo pozytywne. Pojawiały się w nich też pytania o halę sportową.**

- Gdybyśmy byli dużą szkołą to pewnie hala czy duża sala gimnastyczna byłaby do tej pory już gotowa. A tak biorąc pod uwagę, że w najbliższym czasie czeka nas niż demograficzny, nie wiadomo czy ten postulat uda się spełnić. Choć po tym remoncie, myślę, że już wszystko

może się zdarzyć. Tutaj oczywiście mówi się bardziej o hali gminnej, która dostępna byłaby dla wszystkich szkół i wszystkich mieszkańców. Tylko taka inwestycja bowiem ma sens. Zobaczymy co przyniesie nam przyszłość. Tymczasem jest złożony projekt na rozwój bazy sportowej. Jeśli przejdzie, to powstanie siłownia zewnętrzna i skocznia do skoków w dal z prawdziwego zdarzenia. Nasza młodzież lubi tę dyscyplinę.

*** Niedługo rozpocznie się rekrutacja do szkół średnich. W krasnosieleckim zespole szkół propozycja jest tradycyjna: klasa liceum ogólnokształcącego i technikum agrobiznesu?**

- Zostajemy wierni tym kierunkom. Bardziej niż w wymyślaniu nazw, zależy nam na pokazaniu młodzieży, na podstawie losów naszych absolwentów, w jakich kierunkach mogą iść dalej, gdzie mogą znaleźć pracę i co studiować. Sama nazwa, choćby była nie wiem jak atrakcyjna, to w niczym nie pomoże. Jeśli bowiem szkoła ma w ofercie klasę policyjną, to warto zapytać, ile osób po jej skończeniu, dostało się do policji, jeżeli zaś jest klasa medyczna, to ilu absolwentów dostało się na medycynę. My mamy określone rozszerzenia. Zdecydowaliśmy się na geografę, język angielski, WOS. Chcieliśmy, żeby rozszerzenia dawały jak najszersze możliwości uczniom. Rynek pracy zmienia się bowiem dziś bardzo szybko. I po liceum naszym można studiować naprawdę wiele kierunków, w tym ekonomię, prawo, turystykę, zarządzanie i marketing. Zawsze jakaś grupa uczniów wybiera też anglistykę, a są i tacy, którzy studiuje potem na akademiach wychowania fizycznego. Mamy też drugi język do wyboru: rosyjski lub niemiecki.

*** Komu poleca pan naukę w technikum agrobiznesu?**

- Ludziom dość często kojarzy się ten kierunek, tylko i wyłącznie z tym, po którym można przejąć gospodarstwo rolne. A to jest tylko jedna z możliwości. Warto bowiem zwrócić na drugi człon nazwy, która w praktyce oznacza małą rachunkowość. Więc można po nim zatrudnić się również w handlu, założyć własną działalność gospodarczą, czy choćby gospodarstwo agroturystyczne. Co ważne do dyplomu technika jest sporządzany suplement w języku angielskim. I znam absolwentów, którym taki dyplom zagranicą się przydał.

*** Nauka w małej szkole ma więcej plusów czy minusów?**

- Bezwzględnie plusów. Ja uważam, że to jest szkoła równych szans. Zdawalność matur jest na bardzo dobrym i stabilnym poziomie. Właśnie z tego względu, że szkołą nie jest duża, to każdego można odpowiednio poprowadzić. Mamy tu klasy zróżnicowane, mamy bardzo dobrych uczniów, którzy świetnie zdają maturę i mamy uczniów słabszych, ale oni też maturę zdają. Nie gubimy więc ani zdolnych, ani tych, którzy z nauką mają problemy. Trochę oczywiście obawiam się o ten rocznik maturzystów. Osobiście byłbym za tym, żeby maturę nieco przesunąć w czasie. Odbywają się u nas lekcje zdalne, mamy konsultacje, ale ten rocznik jest na zdalnej nauce już od połowy drugiej klasy. A trzeba pamiętać, że to są uczniowie po gimnazjum, więc ich szkołą średnią trwała krócej. Nasi uczniowie nie korzystają też masowo z korepetycji, jak ma to miejsce wśród uczniów w większych ośrodkach. Ale wracając do zalet małej szkoły, to dobre jest to, że wszystkich uczniów znamy po imieniu, a to pozwala nam uniknąć wielu problemów, które wynikają z anonimowości dużych szkół. Uczniowie też chętnie angażują się w rozmaite działania, nauczyciele starają się wykorzystać też zainteresowania młodzieży. Naprawdę uważam, że Zespół Szkół w Krasnosielcu, to jest po prostu dobra szkoła.

Rozmawiała
RENATA JASIŃSKA

Można nim obdarzyć dzieci, które do tej pory nie zaznały ciepła, bliskości i bezpieczeństwa. W całym kraju poszukiwane są osoby, które chciałyby zostać rodziną zastępczą. Podobnie jest w powiecie żuromińskim.

Pełnienie pieczy zastępczej może przybrać różne formy: rodziny zastępczej (spokrewniona, niezawodowa, zawodowa) i rodzinnego domu dziecka. Ustawia o wspieraniu rodziny i systemie pieczy zastępczej z dn. 9 czerwca 2011r. (Dz. U. z 2020r. poz. 821 z późn. zm.) reguluje wszystkie kwestie związane z formalnym pełnieniem pieczy zastępczej, zarówno obowiązki rodziny, jak i podmiotów pomocniczych, takich jak Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie.

Aby stworzyć rodzinę zastępczą nie trzeba być koniecznie w związku małżeńskim, jednak trzeba się liczyć z większą odpowiedzialnością, która w przypadku małżeństw rozkłada się na dwie osoby.

Warunki, jakie musi spełnić rodzina, która ubiega się o możliwość pełnienia pieczy zastępczej, czy to rodziny zastępczej zawodowej, czy niezawodowej, dotyczą stricte warunków bytowych, jakie trzeba zapewnić dziecku, ze szczególnym uwzględnieniem poczucia bezpieczeństwa. Oprócz tego kandydaci do stworzenia rodziny zastępczej lub rodzinnego domu dziecka muszą przejść szkolenie, które odpowiednio przygotowuje je do wychowywania dzieci pozbawionych opieki ze strony rodziny biologicznej.

- Rodzic zastępczy musi zapewnić dziecku opiekę i wychowanie. Zawsze można napotkać trudności. Nie róż-

Potrzeba bliskości

Rodzicielska miłość to cenny dar

nią się one znacząco od tych trudności jakie hipotetycznie może napotkać każda rodzina. Rodzice zastępczy spotykają się nie tylko z samymi trudnościami. Ci, którzy podjęli się tej misji, zaznaczają, że w ich życiu są dni pełne uśmiechu, wzruszeń, dumy i szczęścia – wyjaśnia nam dyrektor PCPR w Żurominie, pani Danuta Przybył.

Niełatwe zadanie

- Pełnienie roli rodzica zastępczego/rodziców zastępczych nie należy do łatwych zadań. Wymaga dużego poświęcenia i zaangażowania. Kandydat na rodzica zastępczego powinien odpowiedzieć sobie na pytania czy jest gotowy do podzielenia się „sobą” z innymi – często osieroconymi, krzywdzonymi, pozbawionymi domu i opieki lub porzuconymi dziećmi. Cechy takie jak empatia, otwartość, cierpliwość, szacunek, troska, altruizm powinny charakteryzować kandydatów na rodziców zastępczych. Umożliwienie dzieciom dorastania w prawidłowo funkcjonującej rodzinie jest nieporównywalne z żadnym innym działaniem. Daje z pewnością poczucie satysfakcji i spełnienia – podkreśla pani dyrektor.

Niejednokrotnie można spotkać się z opinią, że rodziny zastępcze utrzymują kontakt ze swoimi byłymi podopiecznymi, a wiele radości przynosi fakt, że ich działania przynoszą efek-

ty. Dzieci wychowywane w rodzinach zastępczych często osiągają sukcesy zawodowe, zakładają własne rodziny, a także zdobywają wykształcenie wyższe.

Podopieczni czekają, a chętnych brakuje

W powiecie żuromiński aktualnie nie ma kandydatów na pełnienie funkcji rodziny zastępczej. Podobna sytuacja panuje w wielu miejscach w całym kraju.

- Na obecną chwilę nie ma osób zainteresowanych pełnieniem funkcji rodziny zastępczej. Jest to problem ogólnokrajowy – stwierdza dyrektor PCPR.

Niestety, niewiele osób decyduje się na zostanie zastępczym rodzicem, pomimo iż może otrzymać wsparcie merytoryczne i finansowe. Jest to smutna wiadomość przede wszystkim dla samych dzieci, które z braku rodzin zastępczych trafiają do domów dziecka.

- Każde dziecko powinno mieć realną szansę na wychowywanie się w rodzinie. Potrzebuje bliskości, miłości, rodzinnych relacji, zaufania. W placówkach pracują wykwalifikowani wychowawcy, którzy otaczają dzieci wsparciem i dbają o ich dobro. Jednak rodzina daje większe szanse na niwelowanie problemów spo-

łecznych i emocjonalnych z jakimi borykają się dzieci. Przy dużej ilości podopiecznych, nawet przy najlepszych chęciach, trudno jest zapewnić dzieciom odpowiednią dawkę uwagi, zainteresowania, wyrozumiałości. Dziecko wychowujące się w rodzinie uczy się prawidłowych ról społecznych, relacji pomiędzy domownikami, zachowania kochających rodziców. Ma większą szansę na założenie w przyszłości własnej, prawidłowo funkcjonującej rodziny – podkreśla różnicę pomiędzy wychowywaniem się w domu dziecka i w pieczy zastępczej Danuta Przybył.

Wiele osób nie decyduje się na pełnienie roli rodziny zastępczej, ponieważ czuje, że nie sprostą pojawiającym się trudnościom. Innym czynnikiem jest także reakcja lokalnej społeczności, której często niesłusznie obawiają się ewentualni rodzice zastępczy.

- Może to wynikać również z związku z tym, że żyjemy w małym środowisku – twierdzi dyrektor PCPR.

Warto podzielić się miłością

Dzieci z powiatu żuromińskiego trafiają do domów dziecka i rodzin zastępczych oddalonych od rodzinnych stron o wiele kilometrów.

- Obecnie w instytucjonalnej pieczy zastępczej na terenie innych powiatów

jest umieszczonych 9 dzieci z naszego powiatu (w placówkach opiekuńczo wychowawczych oraz w interwencyjnych ośrodkach preadopcyjnych). Jeżeli zostanie wydane postanowienie sądu o umieszczeniu dziecka w pieczy zastępczej jesteśmy zobowiązani do realizacji postanowienia i wskazania miejsca umieszczenia w rodzinnej lub instytucjonalnej pieczy zastępczej – tłumaczy kierunki działania PCPR w tej kwestii Danuta Przybył.

Pani dyrektor jest zdania, że wychowywanie się dziecka w rodzinie zastępczej, a nie w pieczy instytucjonalnej jest dla niego bardziej korzystne, wspiera jego rozwój.

- Każde dziecko potrzebuje bezwarunkowej miłości, akceptacji i ciepła rodzinnego domu. Dzieci pozbawione możliwości wychowywania się w rodzinie biologicznej czekają na powrót do rodziny biologicznej, chcą być kochane i dostrzegane. Rodzina zastępcza jest nadzieją na szczęśliwe dzieciństwo, namiastką własnego domu i najlepszym rozwiązaniem (pomijając rodzinę biologiczną) dla prawidłowego rozwoju dziecka. Wierzymy, że jest wiele osób, które pragną otworzyć swoją rodzinę na przyjęcie dzieci pozbawionych opieki ze strony rodziców biologicznych – zachęca do pochylenia się nad zagadnieniem Danuta Przybył.

kuj

Sport w zaciszu domowym

„W zdrowym ciele, zdrowy duch”, „sport to zdrowie” to hasła, które zapisały się każdemu z nas głęboko w głowie. Jednak nie wszyscy umiemy wcielić je w nasze życie. Brakuje nam konsekwencji, motywacji, zapału. Aktualnie brakuje nam też miejsca, ponieważ wiele siłowni, klubów fitness jest zamkniętych lub są otwarte tylko dla sportowców z licencją zawodowca.

Nie warto porzucać swoich chęci, odkładać je na później. Jeśli chcemy osiągnąć założony cel, musimy wykazać się pomysłowością i elastycznością, która zdecydowanie zapoczątkuje w przyszłości. – Musimy pamiętać, że każda aktywność fizyczna wpływa pozytywnie na nasze zdrowie, samopoczucie, ale musi być wykonywana systematycznie – mówi Joanna Iwaszko, nauczyciel wychowania fizycznego oraz instruktor fitness, a także terapeuta ruchowy.

Sport możemy uprawiać w domu i to na wiele sposobów. Nawet jeśli ograniczają nas dzieci, praca, obowiązki domowe czy po prostu czas. Jednak możemy wykorzystać czas, który mamy podwójnie. Być może sprzątanie i wiosenne porządki nie były nigdy klasyfikowane jako sport, ale tak mówią tylko ci, którzy nie mieli w ręku mopa lub trzepaczki do dywanów. Razem z kurzem i brudem uciekają zbędne kalorie, a mięśnie wyrabiają się podobnie jak na siłowni. Godzinne sprzątanie łazienki lub mycie podłogi to 196 spalonych kalorii, a mycie okien – 140. Oczywiście dokładne wyniki zależą od zakresu naszego działania i czasu, który poświęcamy. Warto jednak pamiętać, że czasem domowe obowiązki z powodzeniem mogą zastąpić jeden trening.

Ćwiczenia przed ekranem

Z pomocą przychodzi nam też internet i wszelkiego rodzaju ćwiczenia przed komputerem, przed którym zazwyczaj siedzimy nieruchomo i bezwiednie wpatrujemy się w jego ekran. Wystarczy poświęcić kilkadziesiąt lub nawet kilkanaście minut swojego czasu, odmówić sobie kolejnych odwiedzin na portalach społecznościowych i przeglądania setek zdjęć znajomych. Wśród gąszczu filmów są również te, które pomogą nam schudnąć, nabrać zdrowych sił witalnych czy rozruszać nasze „zardzewiałe” stawy i mięśnie o których istnieniu nie mieliśmy wcześniej pojęcia.

– Niestety jest to bardzo trudny czas dla branży fitness, instruktorów oraz osób, które preferują taką formę aktywności fizycznej. Wiele trenerów przeniosło swoje zajęcia do internetu. Powstało wiele grup, platform, gdzie można uczestniczyć w treningach. Jako jedna z nich staram się pamiętać o swoich klientkach. Prowadzę zamkniętą grupę na Facebooku, gdzie spotykamy się na zajęciach online. Nagrywam filmiki instruktażowe, a na stronie Akademii Fitness staram się

motywować i zachęcać do podejmowania aktywności fizycznej – dodaje pani Joanna.

Można też wykupić całe zestawy ćwiczeń od popularnych „trenerów domowych” jak Anna Lewandowska czy Ewa Chodakowska.

Na początek warto wybrać coś nieskomplikowanego, jak np. proste ćwiczenia i sukienkami chowają się strażnicy

naszej pożądanej sylwetki. Z początku krótkie przebieżki i przejażdżki mogą przerodzić się w coraz dłuższe sesje sportowe. Za oknem z każdym dniem robi się cieplej, warto więc przygotować się do letniego sezonu i już dziś zaopatrzyć się w dobre buty do biegania i wyciągnąć rower z piwnicy.

bardziej wyważone, wpływające zarówno na nasze ciało jak i duszę, idealnym rozwiązaniem może być joga. – Joga jest dla każdego, nie tylko dla kobiet, czy osób wysportowanych i ponadprzeciętnie rozciągniętych. Na moich zajęciach (poza wprowadzonymi obecnymi restrykcjami) ćwiczą panowie, a nawet emeryci, są panie w różnym

przeciwwskazań – zaznacza instruktor jogi. Ćwiczenia te mogą pomóc w utrzymaniu prawidłowej postawy (która w dobie zdalnych lekcji i pracy zapewne wymaga poprawy), korzystnie wpłynąć na elastyczność naszego ciała, a także mogą uwolnić nas np. od bólu pleców czy karku. – Joga to bardzo złożony, dogłębnie przemyślany i wie-



Piotr Starski na zajęciach stacjonarnych (kiedy były możliwe)

czenia siłowe z obciążeniem. Hantle możemy z powodzeniem zastąpić butelkami z wodą, wcześniej wybierając odpowiednią pojemność. – Trening w domu może też być efektywny, lecz problemem jest kwestia bezpieczeństwa i poprawność wykonywanych ćwiczeń – przypomina instruktorka fitness. Wymachy ramion, przysiady, skłony, popularny na lekcjach wychowania fizycznego zestaw ćwiczeń z rozpoczynającej lekcje rozgrzewki, może nam się tu świetnie sprawdzić.

W poszukiwaniu motywacji i sprzętu

Rozpoczęcie ćwiczeń nie jest proste. Brak nam motywacji. Czasem my sami dołujemy się swoją postawą, brakiem postępów. Warto skupić się na pozytywach. Rano czy wieczorem, kiedy mamy poćwiczyć dodajmy sobie pewności siebie, pochwalny się choćby za to, że próbujemy. Niektórzy z nas mają w swoich domach sprzęty, o istnieniu których zapomnieli... Czy gdzieś w kącie pokoju, pod sterą ubrań nie stoi rowerek stacjonarny albo piłka gimnastyczna? Pod bluzkami, spodnia-

Bieganie i jazda na rowerze to chyba najprostsze dyscypliny sportowe. Nie mówimy tu o profesjonalnych sportowcach i treningach z trenerem. W zajęciach sportowych uprawianych w domu ważne jest nasze zdrowie i poprawa kondycji, a nie bicie światowych rekordów. W wielu miastach i miasteczkach funkcjonują grupy sportowców, którzy dzięki wspólnym treningom wzajemnie motywują się do osiągania założonych celów. Warto zajrzeć na profile naszych „socjalach” i sprawdzić czy w naszym mieście działa taka grupa, lub czy któryś z naszych znajomych już do niej trafił i może nas wkręcić.

Wewnętrzny spokój jogi

Podczas wysiłku fizycznego wydzielają się tzw. „hormony szczęścia” czyli endorfiny – to one napędzają nas do działania. Praca nad dobrym samopoczuciem w dobie pandemii jest niezwykle ważna. Pozytywne podejście do życia, skupianie się na dobrych stronach może poprawić nasz wewnętrzny spokój.

Dla osób, które wolą zajęcia nieco

wieku. Joga to jedna z najwspanialszych rzeczy, jakie odkryłem. To sposób na życie, który pozwolił mi stać się innym, bardziej pozytywnym, wrażliwym człowiekiem. Odrzucić negatywne nałogi, poprawić kondycję i skupienie – mówi Piotr Starski, instruktor w klubie jogi OM Shanti, działającym przy COEK Studio. Do pierwszych ćwiczeń potrzebujemy jedynie kawałek wolnej przestrzeni i maty. W sieci można znaleźć wiele kanałów poświęconych tej tematyce, które są prowadzone przez prawdziwych zawodowców.

– W odróżnieniu od innych dyscyplin sportowych joga wymaga pełnej świadomości i uwagi tego, jak ćwiczymy. Dobrze byłoby mieć nauczyciela, który by nas poprowadził tak, jak w każdej innej dziedzinie. Jeśli na razie nie mamy takiej możliwości to spróbujmy chociaż zrobić podstawowe ćwiczenia obserwując instruktorów w internecie. Oczywiście miejmy też świadomość swojego stanu kondycyjnego i zdrowotnego. Wiele technik jogicznych nie jest polecana w przypadku różnych poważnych dolegliwości, wad kręgosłupa itp. Lepiej wtedy poczytać i dowiedzieć się, czy nie ma jakiś

lokalnie weryfikowany, ponadczasowy i ponadkulturowy system utrzymywania człowieka w stanie optymalnego funkcjonowania, relaksu i zdrowia. Jednocześnie cały ten system umożliwia uaktywnienie swojego potencjału oraz osiągnięcia pełnej szczęśliwości i radości. Poprawa postawy, sylwetki, czy kondycji to zaledwie kilka z efektów ubocznych praktyki jogi – dodaje pan Piotr. Joga może mieć też zbawienny wpływ na nasze skołatanie nerwy. Ćwiczenia te pozwalają się odprężyć, zrelaksować, wyciszyć i uspokoić nasz oddech. Oddychanie jest tu bardzo ważne, jest to jeden z elementów, który warunkuje poprawne wykonanie wszystkich ćwiczeń.

Warto w tym trudnym, przedłużającym się okresie stagnacji, pomyśleć o jakiegokolwiek aktywności fizycznej szczególnie, że za nami okres świąteczny. Na naszych stołach zapewne pojawiły się tradycyjne polskie potrawy wielkanocne, którym do dań dietetycznych daleko. Ćwiczenia pozwolą nam też zadbać o prawidłowe trawienie. Dzięki nim, będziemy w formie, nie tylko tej, w której miłośnicy się świąteczna babka lub mazurek. **Natson**

Słowniczek jogi:

hatha joga - oznacza w największym skrócie praktykę asan (ćwiczeń jogi) i pranajamy (ćwiczeń oddechowych). Jednakże często można spotkać się z używaniem pojęcia hatha joga jako określenia delikatniejszych

zajęć o wolniejszym tempie, bez dynamicznych przejść przeznaczonych dla początkujących i tych, którzy szukają relaksu, np. po ciężkim dniu pracy

ashtanga joga (asta, czyli ośmiem) – ośmiostopniowa ścieżka jogi. Jest innym określeniem jogi królewskiej.

asana (pozycja, siedzenie) - pozycja jaką przyjmuje jogin podczas praktyki.

dharana (koncentracja) - polega na całkowitym skupieniu umysłu na wybranym obiekcie. Jest etap wstępny do dhjany

dhjana (medytacja) - określa się ją jako nieprzerwany spontaniczny strumień skupienia na obiekcie koncentracji

jama (yama) - przestrzeganie pięciu

uniwersalnych zasad moralnych: niekrzywdzenie, prawda, powściągliwość, niekradzenie, niezachłanność

pranajama - jeden z członów ścieżki polegający na opanowaniu przepływu energii życiowej. Dokonuje się tego poprzez kontrolę oddechu, który jest procesem regulującym przepływ energii w ciele. Oddech dzieli się fazy: wdech,

wdech, oraz zatrzymanie oddechu.

samadhi (wędrowanie) - kołowrót życia, na który składa się ciąg narodzin śmierci i ponownych narodzin

buddhi (intelekt, inteligencja) - termin nie jest tożsamy z tym co rozumiemy pod pojęciem inteligencji w kulturze zachodniej. W jodze oznacza wyższy umysł lub mądrość albo poznanie.

Rozmowa z Radosławem Sagankiem, współwłaścicielem firmy DSO.pl, sklepu z odżywkami i akcesoriami dla sportowców

*** Przychodzi do pana do sklepu osoba, która po raz pierwszy chce stosować odżywkę. Co pan by jej doradził?**

- Przede wszystkim zapytałbym o staż treningowy, rodzaj uprawianego sportu oraz o cel treningu, bo ten dla każdego może być bardzo różny. Niektórzy chcą zwiększyć siłę, inni masę mięśniową, jeszcze inni stracić zbędne kilogramy. Co innego będę mógł zaproponować osobie, która biega, jeździ na rowerze, pływa a jeszcze co innego trenującej sporty typowe siłowe.

*** Czym są odżywki i jakie jest ich zastosowanie w sporcie?**

- Odżywki to bardzo szerokie pojęcie obejmujące suplementy diety oraz preparaty specjalnego przeznaczenia żywieniowego. Potocznie wszystko określa się najczęściej mianem odżywek. Zaliczamy do nich przede wszystkim odżywki wysokobiałkowe, witaminy i minerały, preparaty aminokwasowe, suplementy wspomagające redukcję tkanki tłuszczowej i jeszcze kilka innych.

*** Wszystkie odżywki są dozwolone w sporcie?**

- Tak, te które posiadamy w swoim asortymencie są dozwolone do stosowania przez osoby uprawiające sport zarówno amatorski, jak i wyczynowy. Każdy preparat, który trafia na półki sklepowe musi wcześniej przejść badania i zostać zatwierdzony do obrotu pozaaptecznego.

*** Czy suplementy mogą przyjmować osoby, które nie uprawiają żadnego sportu?**

- Jak najbardziej tak, szczególnie ostatnio popularne są suplementy wspomagające odporność, probiotyki, witaminy – szczególnie D i C, kwasy tłuszczowe Omega-3.

*** Czym w takim razie jest ta cieśząca się popularnością kreatyna?**

- Kreatyna jest co prawda składnikiem pokarmowym, ale nie dociera

Suplementacja plus zdrowe odżywianie



do mięśni jedynie z pożywienia, bo organizm potrafi ją też samodzielnie produkować. Jednak produkcja ta jest bardzo skąpa i wolna, więc nie pokrywa zapotrzebowania na kreatynę do szybkiego rozwoju masy mięśniowej. W związku z tym, sportowcy najczęściej uzupełniają kreatynę suplementami diety, dzięki czemu mogą ją szybciej przyswoić i co najważniejsze w odpowiednich ilościach, dlatego że kreatyna produkowana przez organizm jest zdecydowanie niewystarczająca dla

organizmu sportowca.

*** Jest jakiś próg wiekowy od momentu którego można bez obaw stosować suplementację?**

- Raczej nie, ale w wieku poniżej juniorskiego nie ma potrzeby brania odżywek. Nawet juniorom proponowałbym stosowanie tych najbardziej podstawowych, typu izotoniki czy węglowodany. A to i tak po wcześniejszej konsultacji z lekarzem sportowym. Uważam, że w przypadku dzieci i młodzieży najważniejsza jest zdrowa i zbilansowana dieta.

lansowana dieta.

*** A co z kobietami trenującymi dyscyplinę wytrzymałościową bądź siłową? Czy dla nich też są odpowiednie preparaty?**

- Zdrowy tryb życia jest coraz bardziej popularny, jest coraz więcej osób świadomych w tym kobiet, które znacznie częściej niż kiedyś są klientkami naszego sklepu. Są też specjalne grupy odżywek przeznaczonych dla kobiet, które oprócz standardowych składników zawierają takie, które wpływają pozytywnie na skórę, paznokcie, włosy

itp. Jednak zdecydowana większość odżywek to są preparaty, które z powodzeniem mogą stosować panowie jak i panie. Różnią się tylko dawki, które muszą przyjmować.

*** Kto nie powinien stosować odżywek?**

- Generalnie większość z nas może je spożywać, uważać powinny jedynie te osoby, które mają jakieś indywidualne alergie, czy brak tolerancji na niektóre składniki pokarmowe, np. na laktozę.

*** Czy da się uprawiać sport na wysokim poziomie nie stosując suplementacji?**

- W dzisiejszych czasach jest to praktycznie niemożliwe. Większość osób amatorsko uprawiających sport stosuje różnego rodzaju odżywki i suplementy, a jeżeli chodzi o zawodowców to tym bardziej. Różnica polega na tym, że ci drudzy dysponują najczęściej sztabem specjalistów, którzy bardzo indywidualnie dobierają im odpowiedni rodzaj i dawki.

*** W okresie pandemii mamy ograniczony dostęp do obiektów sportowych. Jak radzić sobie w tym trudnym czasie, aby nie wypaść z formy?**

- Dużą popularnością cieszy się trening w domowym zaciszu. Od jesieni obserwowaliśmy zwiększony popyt na sprzęt i akcesoria sportowe, dzięki którym każdy z nas mógł wykonywać trening w domu lub w ogrodzie. Są to różnego rodzaju sztangelki, kettle, gumy oporowe, rowerki stacjonarne, drążki do podciągania. Teraz, kiedy już robi się coraz cieplej większość z nas zdecydowała się zapewnić na trening na świeżym powietrzu (bieganie, rower itp.). Ten rodzaj rekreacji jest bez wątpienia najlepszy dla naszego organizmu.

Rozmawiał RM

Druga edycja Serock Triathlon już 30 maja

Olimpijka w Serocku



Strefa zmian znajduje się tuż przy plaży

Triathlon w Serocku to jedno z niewielu zawodów w kraju, gdzie uczestnicy mają okazję rywalizować na dystansie olimpijskim (1,5 km pływania, 40 km jazdy rowerem i 10 km biegu).

Druga edycja Serock Triathlon zaplanowana jest na niedzielę 30 maja 2021 r. Zapisy na imprezę ruszyły pod

koniec lutego. Mimo że do imprezy pozostało prawie dwa miesiące, to już dzisiaj warto zapisać się na te zawody. Nie robiąc tego w ostatniej chwili możemy zaoszczędzić sporo grosza, a co istotniejsze lepiej przygotować się do „olimpijki”.

Ubiegłoroczna edycja zawodów ze względu na pandemię przeniesiona została na początek września. Piękna słoneczna pogoda sprawiła, że impreza

w Serocku miała swój niepowtarzalny klimat. Pływanie w Jeziorze Zegrzyńskim, strefa zmian usytuowana tuż przy miejskiej plaży, szybka trasa rowerowa i bieg promenadą z pewnością zapadły w pamięci startującym w Serocku.

W tym roku organizatorzy liczą, że zawody uda się przeprowadzić w wyznaczonym terminie, czyli w ostatnią niedzielę maja.

Na dwóch dystansach i w sztafecie

Zawodnicy, którzy zdecydują się na start w Serock Triathlon będą mieli do wyboru dwa dystanse w konwencji bez draftingu: sprint (0,75 km pływania, 20 km jazdy na rowerze i 5 km biegu) oraz olimpijski (1,5 km pływania, 40 km jazdy na rowerze i 10 km biegu). Podczas zawodów odbędzie się zarówno rywalizacja indywidualna, jak i sztafetowa, w których jedna osoba płynie, druga ściga się na rowerze, a trzecia biegnie. Na obu dystansach oprócz standardowych klasyfikacji OPEN i wiekowych, prowadzone będą również klasyfikacje dla najlepszej mieszkanki i mieszkańca gminy Serock oraz powiatu legionowskiego.



Dystans pływacki zawodnicy mają do pokonania w Narwi

I sportowo i turystycznie

Kolejnym argumentem, żeby przyjechać do Serocka jest jego położenie na mapie Polski. Usytuowana nad Narwią, zaledwie 40 km od Warszawy, ma idealne warunki do uprawiania sportu, a przede wszystkim organizacji imprez. Złazszcza triathlonu. Podobnie jak przed rokiem start, meta oraz strefa zmian usytuowane będą na serockiej plaży miejskiej. Pływanie odbędzie się w rzece Narew. Szybka i płaska trasa kolarska poprowadzona w stronę miejscowości Święcienica w większości prowadzić będzie przez las. O jakości i stan asfaltu żaden z uczestników nie powinien się martwić. Równie i szerokie podłoże z pewnością przyczynią się do

poprawiania „życiówek”. Podobnie na ostatnim etapie biegowym prowadzącym wzdłuż nabrzeża rozlewiska ujścia Bugu do Narwi.

Do Serocka warto zajrzeć również ze względu na jego walory turystyczne. Nadnarwiańskie zakątki, średnowieczny rynek oraz mnóstwo szlaków pieszo-rowerowych biegnących nad Jezioro Zegrzyńskie sprawiają, że okolica ma swój niepowtarzalny klimat.

Zapisów na zawody można dokonać na oficjalnej stronie zawodów: www.triathlonserock.pl. Dużo przydatnych informacji dotyczących imprezy można znaleźć na stronie facebookowej. Głównym organizatorem imprezy triathlonowej jest spółka Serockie Inwestycje Samorządowe.

erm

Śniadanie na 70 sposobów

Scenarzysta z 20-letnim stażem, któremu zawdzięczamy takie telewizyjne historie jak „Plebanią”, „Policjanci i policjantki” czy kultowy „Klan”. Przez miłość i trochę przez przypadek zamieszkał w Ciechanowie. Początkowo miał zamieszkać tu tylko „na chwilę”, a został na 20 lat. Zazwyczaj to on pisze o kimś, tworzy historię losów wielu bohaterów, sam ukrywając się w cieniu napisów końcowych. Jednak tym razem to właśnie Grzegorz Lipka jest głównym bohaterem naszej rozmowy.

*** Na początek pytanie o twój początek. Kiedy napisałeś swój pierwszy scenariusz? Był to tekst stworzony na potrzeby serialu czy filmu?**

- Pierwsze scenariusze, jakie napisałem, były do reklam. Krótkie 30 sekundowe formy, w których trzeba „sprzedać” konkretny produkt. Był rok 1999, pracowałem w Radio GRA w Toruniu. Później w różnych agencjach reklamowych w Warszawie. Wprowadzaliśmy na rynek „silniejszy lek od bólu”, kto pamięta, wie o jaki lek chodzi. Jeden z najpopularniejszych do dzisiaj.

O pracy w filmie zdecydował przypadek. Jakoś wiosną 2004. spotkałem kolegę, który opowiedział o organizowanym przez TVP konkursie na serial i zaproponował byśmy wzięli udział. Pomyślałem, dlaczego nie? Może warto spróbować. Napisałem trzy pełne odcinki, koledzy opisali zarys fabuły, skonstruowali pakiet konkursowy. Pewni zwycięstwa wysłaliśmy go do telewizji. Niestety, jak to w życiu bywa, gdy amatorzy wyzywają zawodowców – przegraliśmy z kretelem. Wychodzi więc, że pierwsze scenariusze, były porażką, ale tak naprawdę były początkiem...

- Kiedy twój talent zapoczątkował na tyle, że stał się pracą? Przy jakiej produkcji?

- Po przegranej konkursie, skontaktowałem się z producentem, którego projekt, wspomniany konkurs wygrał. Zapytałem wprost, jak to zrobić i że chciałem się nauczyć... Rozbawiłem go tym nieco bezczelnym mailem. Niespodziewanie zadzwonił i poprosił, bym przesłał mu próbkę tego, co pisałem. Ponieważ nie miałem szuflady pełnej „genialnych scenariuszy” wysłałem mu ten, który przegrał konkurs. Pamiętam dwugodzinną analizę błędów, wytykanie bzdur, braków w dramaturgii, chaos, słabą ekspozycję bohaterów, generalnie bezlitosna wnikliwość mojego dzieła. Ale na koniec padła jedna uwaga: niezłe dialogi. Pan producent zaproponował mi test:



napisanie próbnego odcinka serialu „Plebanią”. Napisałem, chyba się spodobało, bo gdzieś po miesiącu, w październiku 2005, dołączyłem do zespołu.

*** Pochodzisz z południa Polski, studiowałeś filozofię w Toruniu, a co sprawiło, że osiedliłeś się w Ciechanowie?**

- Przypadek. Na studiach poznałem żonę, która pochodzi z Ciechanowa i jakoś tak zjawiliśmy się tutaj. Ciechanów miał być tylko na chwilę, na rok, dwa... A mieszkamy tu już blisko 20 lat.

*** Czy studia filozoficzne przydają się w twojej pracy? Wiązałeś z nimi swoją przyszłość?**

- Studia filozoficzne mają tę zaletę, która przez niektórych traktowana jest jako wada, że nie dają praktycznie żadnego zawodu. Będąc jednak na to przygotowanym, trzeba sobie wymyślić swój świat i co się będzie po studiach robiło. A można robić praktycznie wszystko... Moi koledzy pracują w radiu, prowadzą firmy budowlane, zajmują się marketingiem, prowadzą galerie sztuki, a ja piszę filmy... Filozofia jest przede wszystkim nauką krytycznego myślenia i daje zdrowy dystans do świata, co nie znaczy, że pozbawia go emocji. Wręcz przeciwnie. Pozwala je świadomie przeżywać i lepiej rozumieć...

*** Jak wygląda twoja praca?**

- Praca przy tworzeniu filmów, ale również przy pisaniu książek, zaczyna się

od słowa. Zanim powstanie plan filmowy, zanim pojawią się aktorzy, zanim padnie pierwszy kłaps, film już istnieje w głowie autorów i zostaje zapisany na kartach scenariusza. Filmy fabularne, najczęściej pisze jeden autor. W zeszłym roku, zbiera dokumentację, tworzy drabinkę - czyli schematyczny rozkład scen, którą później wypełnia dialogami. Potem jeszcze kilka miesięcy poprawek i powstaje scenariusz, który dostaje Oskara, albo przemija niezauważony.

Praca przy serialu wygląda nieco inaczej. W przypadku serialu codziennego, takiego jak „Plebanią”, „Barwy Szczęścia”, „Klan” czy „Złotopolscy”, sytuacja się komplikuje. Trzeba napisać co tydzień 5 odcinków, po około 30 minut każdy. Oznacza to, 2 godziny 30 min filmu jest do napisania w ciągu tygodnia. Nie da się tego napisać samemu. Dlatego serial piszą zespoły. 5-6 dialogistów i tzw. storylinerzy - osoby odpowiedzialne za tworzenie narracji i układanie drabinek - opisy kolejnych scen. Każda scena filmu musi być opisana: kto w niej występuje, co ma się wydarzyć itd. Drabinki dostają do rozpisania dialogiści. To oni odpowiedzialni są za dialogi, błyskotliwe pointy i oni tworzą finały scenariuszy serialu, który na koniec trafia do redaktora. To osoba dbająca o spójność kolejnych odcinków. Pilnuje, by historia z jednego odcinka była właściwie kontynuowana w kolejnych. To oczywiście skrótowy opis,

bo w rzeczywistości jest to dużo bardziej złożone.

*** Czy pandemia wpłynęła na twoją pracę, sposób jej wykonywania?**

- Przed pandemią zespoły spotykały się raz-dwa razy w tygodniu, by dokładnie omawiać dalszy rozwój wątków, oceniać prace itd. Jednak od roku pracujemy z domów, korzystając z komunikatorów internetowych. Ma to swoje wady i zalety. Na pewno praca z domu jest konkretniejsza. Po prostu nie ma możliwości pójść na kawę i pogadać przy automacie. Na pewno wzrosła efektywność, ale spadła jakość. Coś za coś.

*** Skąd biorą się w twojej głowie pomysły na kolejne sceny, losy bohaterów?**

- Pomysły biorą się zewsząd i są wszędzie. Każdy człowiek jest skarbnicą wiadomości, które trzeba tylko z niego wyciągnąć. Trzeba umieć słuchać i dostrzegać. Podam jeden przykład. Napisałem około 200 odcinków serialu „Plebanią”, kto oglądał pamięta postać babci Józ i Proboszcza. Większość odcinków zaczynała się sceną na plebanii, podczas śniadania. Napisałem około 70 scen ze śniadaniem. Po pierwszych 5 byłem pewien, że nie wymyślę już nic oryginalnego, na kolejne. Okazało się, że można. 70 śniadań i żadne nie było takie samo.

*** Czy przy pisaniu scenariuszy konsultujesz swoje pomysły ze specjalistami, jak się przygotowujesz, by sceny, które piszesz były wiarygodne i realne?**

- Dokumentacja to najważniejsza, a przy okazji najprzyjemniejsza, część pracy każdego twórcy. Nie można pisać filmu o XVIII-wiecznych piratach nie mając pojęcia o żaglowcach, technikach pościgu, niszczeniu żagli, takielunku, nie wiedząc czym były kule łańcuchowe, kartacze, nie znając uzbrojenia z epoki. Podobnie z każdym innym tematem. Pamiętam dokumentację pracy windykatorów. Po godzinie rozmowy, przedstawieniu wszystkich oficjalnych metod pracy, przepisów, ograniczeń, mój rozmówca zaczął opowiadać o wiedzy tajemnej. Po kolejnych dwóch godzinach miałem w głowie serial, który został zrealizowany przez Polsat, i emitowany był pt. „Miaśno długów”.

*** Możesz się pochwalić przy jakich tytułach pracowałeś i nad czym pracujesz teraz?**

- Chronologicznie: „Plebanią”, „Wszystko przed nami”, „Klan”, „Policjanci i policjantki”, „Sprawiedliwi - wydział kryminalny”, „Miaśno długów”, „Lombard - życie pod zastaw”. Moje dalsze plany zawodowe, muszę przemilczeć - żeby nie zapeszyć (śmiech).

*** Czy oglądasz „swoje” seriale?**

- Oczywiście, chociaż nie jest to łatwe. Jest to najlepsza nauka dla scenarzysty. A ponieważ jestem wobec siebie bardzo krytyczny, rzadko też bywam zadowolony. Inną sprawą jest poziom realizacji. Największym wrogiem jest czas. Praca na planie nieraz trwa 12 godzin, gdy kręcone jest 10 i więcej scen. Pod koniec dnia wszyscy są zmęczeni, słońce już zaszło, nie dowiedziono rekwizytów, albo reżyser przysypia. I właśnie wtedy mają kręcić tę najważniejszą scenę. To się nie może udać i zazwyczaj nie udaje.

*** Co lubisz w swojej pracy najbardziej?**

- Najbardziej? Pierwszymi widzami i recenzentami moich filmów są najczęściej żona, córka i syn. Najfajniejsze chwile, to te, gdy się śmieję tam gdzie trzeba, wzruszają, gdzie mieli się wzruszyć, a na koniec, gdy wyjdą i powiedzą: Dobrze!

Rozmawiała
NATALIA MIESZKOWSKA

Książka dla Ciebie

Kate Simants W zamknięciu

Skrzętnie skrywane sekrety, przerażające zachowania z pogranicza opętania, transu i hysterii oraz wstrząsający obraz destrukcyjnej siły miłości. Kate Simants, była dziennikarka śledcza, stworzyła niepokojący thriller psychologiczny, który trzyma w napięciu i mrozi krew w żyłach, a ponadto zaskakuje zwrotami akcji i nieoczekiwanym rozwiązaniem.

Ellie Power sprawia wrażenie zwykłej dziesiętnastolatki – mieszka z matką, z którą łączy ją dobre relacje, spotyka się z odpowiedzial-



nym, kochającym chłopakiem i ma przed sobą przyszłość rysującą się w jasnych barwach. Ale to idealne życie to tylko pozory.

Spokojna i sympatyczna dziewczyna pod osłoną nocy przemienia się w potwora.

Wpada w furję, staje się agresywna i nieprzewidywalna. Christine, matka Ellie, przez lata wypracowała skuteczny, choć przerażający sposób panowania nad emocjami córki. Co wieczór zamyka na klucz drzwi od jej sypialni. Z troski o nią i ze strachu o siebie. Dla bezpieczeństwa ich obu.

Pewnego ranka Ellie budzi się przerażona. Zamek wyłamany od środka, ubłocone ubrania wciąż leżące w kącie pokoju, ślady po drucie na skórze i rozmazana wiza ostatnich kilku godzin. Dziewczyna wie, że minionej nocy musiało się wydarzyć coś strasznego. Po raz kolejny. Rosnący niepokój potęguje fakt, że chłopak Ellie, Matt, zniknął bez śladu... Koszmar sprzed lat powraca ze zdwojoną siłą.

Louise Candlish Tuż za ścianą

Trzymający w napięciu domestic thriller o przewrotnej fabule, po którym zadacie sobie pytanie: Czy można tak bardzo znieuawdzić sąsiada, żeby posunąć się do zabójstwa?

Podmiejska ulica Lowland Way to spełnienie idyllicznego snu. Piękne rezydencje, życzliwi sąsiedzi, wspólne zabawy dla dzieci w każdą niedzielę. Ale Darren i Jodie, którzy



wprowadzają się do jednego z domów, z nikim się nie liczą. Puszczają w nocy głośną muzykę, zaczynają nieudolny remont i handlują na swojej posesji używanymi samochodami. Wkrótce atmosfera staje się napięta i kon-

flikt wisi w powietrzu. A potem pewnego sobotniego ranka dochodzi do tragedii, która wstrząsa lokalną społecznością. Podczas gdy policja szuka przyczyny śmiertelnego wypadku, zaczynają padać oskarżenia i okazuje się, że każdy ma coś do ukrycia. Detektywi po kolei przesłuchują mieszkańców, którzy zwierają szyki i zgodnie twierdzą, że winny jest Darren Booth. Ale jest pewien problem. Policja im nie wierzy.

Recytacja z Norwidem

Do Powiatowej Biblioteki Publicznej w Ciechanowie powraca coroczny konkurs recytatorski „Słowa Bliskie Młodym” pt. „Liryki Norwida”. Po rocznej przerwie ciechanowska PBP postanowiła zorganizować konkurs w wersji online. Honorowym patronem tej edycji jest nie kto inny jak Cyprian Kamil Norwid.

Konkurs jest adresowany do uczniów ze szkół podstawowych (klasy VII i VIII) oraz ponad podstawowych z powiatu ciechanowskiego, którzy powinni być zgłoszeni przez swoich nauczycieli jako reprezentant danej placówki. Swoje zgłoszenia mogą też przysłać uczestnicy indywidualni w wieku od 13 do 19 lat.



Aby wziąć udział w konkursie należy nagrać swój występ recytatorski i wysłać na adres konkursu@pbpciechanow.pl do 16 kwietnia tego roku. Wybrany tekst z twórczości Norwida, należy recytować z pamięci. Na stronie pbpciechanow.pl dostępny jest szczegółowy regulamin konkursu, a także karty zgłoszeniowe dla uczestników i szkół, które należy wypełnić i dołączyć do wiadomości z nagraniem.

Najlepsze występy zostaną nagrodzone. Uroczyste rozstrzygnięcie konkursu odbędzie się 11 maja podczas obchodów Tygodnia Bibliotek.

natson

Sobota z teatrem

Płońskie Miejskie Centrum Kultury zaprasza na najbliższą sobotę (10 kwietnia) do teatru. Przedstawienie dedykowane najmłodszym widzom odbędzie się w formie online na profilu facebook.com/MCKPłonsk o godz. 16.

Tym razem MCK na swoją scenę zaprosiło „Teatr pod Orzełkiem” ze spektaklem „Wyspa pacynek”. Profesor Wyobraźni Hilary Szczepiebrzeżyński zabiera widzów w ciekawą i wypełnioną magią podróż na Archipelag Wysp Łalkowych. Uczestnicy interaktywnego przedstawienia odwiedzą Wyspę Pacynek gdzie Profesor opowie o budowie i działaniu lalki teatralnej. W historię wplecione są też sceny z „Czerwonego Kropki” Jana Brzechwy oraz losy zaprzyjaźnionych pacynek Kropki i Kreski.

Jaki będzie finał tego bajkowego misz-maszu? O tym najlepiej przekonać się osobiście zaglądając na media społecznościowe MCK.

natson



LESZEK
ZYGMIER

MAZOWIECKIE IMPRESJE HISTORYCZNE

Wśród mazowieckich
orłów i smoków

Głośnie ostatnio o fladze województwa mazowieckiego, na temat której radzono na ostatnim sejmiku, podejmując decyzję o możliwości jej wykorzystywania przez wszystkich mieszkańców regionu. Jak na razie uchwała ta zbyt wielkich dyskusji wśród mieszkańców Mazowsza nie wywołała, ale jest dobrą okazją do przypomnienia nie tyle o fladze, co o godle Mazowsza, które posiada wielowiekową tradycję sięgającą okresu późnego średniowiecza. Wtedy to bowiem na książęcych pieczęciach i flagach pojawiły się godła, które nie tylko traktowano jako znak rozpoznawczy poszczególnych książąt, ale z czasem uznano je za symbole Mazowsza.

Wśród dawnych herbów książęcych zwraca uwagę przede wszystkim pieczęć księcia Siemowita III z 1371 r., w polu której widnieje orzeł bez korony zwrócony w prawo. Właśnie ten orzeł stał się dla potomków Siemowita, a także dla tradycji heraldycznej całego Mazowsza wyjątkowo ważnym symbolem. Co ciekawe, jego podobiznę odnajdujemy między innymi w kronice soboru w Konstancji (1414-1418), w której uwieczniono obecność na obradach soborowych dwóch mazowieckich książąt, synów Siemowita IV i Aleksandry Olgierdówny, a mianowicie księcia Siemowita V i księcia Aleksandra. Odrysowane herby obu książąt przedstawiają zwróconego w prawo orła białego bez korony na czerwonym tle, przy czym w herbie księcia Aleksandra na skrzydłach orła została dodana złota przepaska. Wyobrażenie tego orła odbiega nieco od tego znanego z pieczęci Siemowita III czy Siemowita IV, ale dziwić się temu nie można, gdyż rysował go Niemiec, który z dworem książęcym w Płocku nie miał nic wspólnego. Warto jednak zauważyć, że już cztery orły umieszczone na płycie nagrobnej księcia-kardynała Aleksandra w wiedeńskiej katedrze z połowy XV wieku, wykonane z wielką starannością, choć dziś czytelne są tylko dwa z nich, przedstawiają typowego orła mazowieckiego.

Dodam, że takim miejscem, gdzie przez całe lata orzeł książąt mazowieckich przypominał młodym ludziom o świetności ich "małej Ojczyzny" był fronton budynku Liceum Ogólnokształcącego im. Stanisława Wyspiańskiego w Mławie. Umieszczony w górnej części tegoż frontonu orzeł mazowiecki przetrwał szczęśliwie cały okres PRL-u, po czym w wolnej Polsce dokonano jego przymusowej "kronacji", stylizując go na godło państwowe i tym samym

zrywając z jego lokalną tradycją. Zapewne za tymi działaniami stały "szlachetne" przesłanki, odwołujące się jeszcze do okresu międzywojnia, ale takie niekiedy zbyt łatwe rezygnowanie z lokalnych tradycji niekoniecznie dobrze służy edukacji regionalnej, o której swego czasu tak dużo mówiono i pisano.

Nie wszyscy zapewne wiedzą, że w heraldyce mazowieckiej poza orłem ważną rolę odgrywał również wizerunek smoka (żmija), który na pieczęciach książąt mazowieckich pojawił się już w XIV wieku. Znamy go między innymi z dokumentu z 1329 r. przechowywanego obecnie w zbiorach pokrzyżackich w Berlin-Dahlem, do którego przywieszono pieczęć księcia mazowieckiego Trojdena I, przedstawiającą zwróconego

niem mazowieckiego orła. Widać to dobrze na odciskach książęcych pieczęci z przełomu XIV i XV wieku, na których umieszczono tarczę herbową czwórdzielną w krzyż, przedstawiającą na przemian podobiznę smoka skrzydłatego z dwoma łapami i długim pierścieniowato zwiniętym ogonem oraz orła bez korony zwróconego w prawo i z przepaską na skrzydłach. Właśnie to wyobrażenie napieczętnę dało później podstawę do uformowania się herbu księstwa mazowieckiego. Dodajmy, że herb ten odnajdujemy między innymi na pieczęciach ostatnich książąt mazowieckich Stanisława I i Janusza III z lat 1518-1524, gdzie na tarczy her-

bowej czwórdzielnej w krzyż, umieszczono orła mazowieckiego z książęcą mitrą na głowie, a także skrzydłatego smoka z rozwartą paszczą, stojącego na czterech łapach i z długim pierścieniowato zwiniętym ogonem. Ostateczne wcielenie Mazowsza do Korony w XVI wieku spowodowało wiele zmian, także w dziedzinie heraldyki. Z czasem prawie całkowicie zapomniano o mazowieckim żmiju (smoku). Także orzeł mazowiecki zaczął przybierać różne kształty i barwy, czego najlepszym przykładem był czarny orzeł z herbu województwa płockiego. Jednak po latach dawne resentymenty powróciły i być może wraz z upowszechnieniem flagi województwa mazowieckiego wróci też zainteresowanie dawną heraldyką Mazowsza.

Fronton budynku LO w Mławie
(lata dziewięćdziesiąte)

Orzeł księcia Siemowita V z okresu soboru w Konstancji

Orzeł
z pieczęci
Siemowita III
(1371)Pieczęć książąt mazowieckich
Stanisława I i Janusza III

w prawo skrzydłatego smoka na dwóch łapach, z długim językiem wystającym z paszczy, szponiastymi łapami i pierścieniowato zwiniętym ogonem. Motyw skrzydłatego smoka (żmija) stojącego na dwóch łapach, z grzebieniastym i pierścieniowato podwiniętym ogonem, znamy również z pieczęci księcia Siemowita III z 1343 r. Także na pieczęciach jego syna, księcia Janusza Starszego, odnajdujemy wyobrażenie mazowieckiego smoka (żmija), ale już wówczas łączono go z wyobraże-



BARAN

W tym tygodniu chętnie zabierzesz się do pracy. Z powodzeniem zrealizujesz pomysł, jaki przyszedł ci do głowy w czasie świąt. Rozpoczęte sprawy okażą się dochodowe. Twój upór zaskoczy współpracowników i zapewni ci dobrą pozycję. Pamiętaj, że wiele zależy od uroku osobistego, nie zadzieraj nosa...

BYK

W najbliższych dniach będziesz pełen energii i pomysłów. Uda ci się załatwić sprawę, która wydawała się beznadziejna. Tydzień najbardziej sprzyja zabawie i zajęciom sportowym z młodszymi członkami rodziny. W miłości czeka cię trochę zamieszania, nie bądź zazdrosny, bo naprawdę nie ma powodu...

BLIŹNIĘTA

Czeka cię niespokojny tydzień. W sprawach zawodowych możliwe komplikacje, niczego nie da się ukryć przed przełożonym. Szczerość i poważna rozmowa z szefem wiele wyjaśni i wszystko wróci do normy. Sprawy rodzinne i ustalenia dotyczące wiosennych wydatków będą wymagać od ciebie większej uwagi i zaangażowania.

RAK

Po świątecznej przerwie, trudno ci będzie zabrać się za obowiązki zawodowe. Nie pozwól, aby w ważnej sprawie ktoś wypowiadał się lub decydował za ciebie. W połowie tygodnia odzyskasz energię i zapal do pracy. Tydzień sprzyja korzystaniu z cudzych doświadczeń, dlatego nie wstydź się i... pytaj.

LEW

W tym tygodniu zrobisz coś wbrew rutynie i od razu przestaniesz się nudzić. Szczęście sprzyjać ci będzie tam, gdzie można się czegoś nauczyć. Ciekawa rozmowa lub inspirująca lektura poprawi ci humor. W uczuciach nadszedł czas na porządk. Przeszanuj się, nie interesować się bytami sympatiami i otworzysz się na nowe znajomości.

PANNA

Przed tobą sympatyczny, choć pracowity tydzień. W pracy będziesz spokojny i opanowany, pomimo tego, że spadnie na ciebie o wiele więcej obowiązków niż zwykle. Energicznie i z uśmiechem na twarzy wywiążesz się z powierzonych zadań, co wzbudzi u współpracowników wielki podziw i szacunek...

WAGA

Czeka cię spokojny tydzień, sprzyjający bardziej przemyśleniom niż ryzykownym sprawom. Trzymaj się z daleka od podejrzanych interesów i ludzi, którzy już kiedyś zawiedli twoje zaufanie. W sprawach zawodowych będziesz szybko podejmować decyzje zdając się na własną intuicję i postawisz na swoim.

SKORPION

W najbliższych dniach odniesiesz sukces towarzyski i zjednasz sobie wielu przyjaciół. Tydzień sprzyja odkrywaniu nowych pasji i talentów. Możliwe, że odkryjesz w sobie duszę artystyczną. W weekend pojawi się pokusa przeżycia szalonej przygody, może być silniejsza niż rozsądek...

STRZELEC

W pracy czeka cię małe zamieszanie, ale mimo tego będzie to sympatyczny tydzień. Pomysł na jaki przypadkowo wpadniesz, okaże się udany i zapewni ci uznanie przełożonych. Może zastąpisz kogoś, kto wziął sobie wolne i w ten sposób nauczysz się czegoś nowego...

KOZIOROŻEC

Nie będziesz się w tym tygodniu nudzić. Poznasz kogoś sympatycznego, z kim uda ci się pożartować i porozmawiać na interesujące tematy. Tydzień sprzyja mądrym decyzjom, które dotyczą budżetu i rodzinnych zakupów. W twoim związku znów zapanuje miłość i zgoda, jeśli tylko przestaniesz narzekać na...

WODNIK

Tydzień sprzyjać będzie zaskakującym spotkaniom i biegiem okoliczności. Zaufaj intuicji i nie bój się mówić o swoich spostrzeżeniach i poglądach. W pracy okaże się, że masz trochę zaległości i będziesz musiał zostać po godzinach. W weekend uda ci się odpocząć i miło spędzić czas.

RYBY

W tym tygodniu możesz być trochę smutna. Pogrzeżysz się we wspomnieniach i marzeniach. Mimo wielu obowiązków znajdź czas dla przyjaciół i znajomych i chociaż porozmawiaj z nimi przez telefon. Weekend sprzyjać będzie odpoczynkowi i spotkaniu z kimś bliskim, choćby tylko on line.

**Tygodnik
ciechanowski**

tc.ciechanow.pl

Adres redakcji:
06-400 Ciechanów, ul. Ściegiennego 2
Telefony:
sekretariat, red. naczelny: 23 672 34 02;
redaktorzy prowadzący: 23 673 93 67,
23 673 93 63;

dziennikarze: 23 673 23 43,
23 673 93 65;

dział graficzny: 23 673 93 60;
księgowość: 23 673 93 62

**Tygodnik
gazeta mławska**

gazeta-mlawska.pl

Pocztą elektroniczną:
tc@ciechpress.pl, sekretariat@ciechpress.pl
Redakcja:
redaktor naczelny – Ryszard Marut;
z-ca red. nac. – Włodzimierz Dźbik,
red. prowadzący – Marek Zbikowski.

Zespół: Walerian Dzikiewicz,
Krzysztof Jakubowski,
Izabela Koba-Mierzejewska,
Krzysztof Kowalski,

**tygodnik
działdowski**

tygodnikdzialdowski.pl

Roman Nadaj,
Klaudia Kujawa,
Natalia Mieszkowska,
Piotr Piekarski,

Współpraca: Grażyna Czerwińska,
Marek Gierlach, Mirosław Hajnos,
Zenon Lewandowski,
Leszek Zygmier, Stefan Żagiel

Ogłoszenia:
kierownik biura – Anna Dąbrowska,

**tygodnik
przasnyski**

tygodnikprzasnyski.com.pl

tel.: 23 672 44 96, 23 672 26 55,
ogłoszenia@ciechpress.pl,
ogloszeniadrobne@ciechpress.pl

Redakcja graficzna: Artur Szerba,
Cezary Czołkiewicz, Piotr Zbrzezny

Korekta: Kamila Mańkowska

Księgowość: Marzena Chmielińska

Dział promocji i kolportażu:
Daniel Kwiatkowski, Radosław Marut,

**tygodnik
makowski**

tygodnikmakowski.pl

tel. 23 673 93 66,
promocja@ciechpress.pl

Prenumerata:
Pocztą Polska i u listonoszy,
Ruch S.A.
(prenumerata@ruch.com.pl),
ePrasa.pl

Redakcja nie odpowiada
za treść reklam i ogłoszeń

**Tygodnik
mazowiecki**

tc.ciechanow.pl



Wydawca: Spółdzielnia Pracy
CIECH-PRESS, 06-400 Ciechanów,
ul. Ściegiennego 2, tel. 23 672 34 02
Druk: GRUPA WM Sp. z o.o.
10-364 Olsztyn, ul. Tracka 7
Ciech-Press jest członkiem
Izby Wydawców Prasy



KON-tekst

Coście uczynili?

Katolicy w naszym kraju zostają poddani wielkiej próbie. Muszą ocenić swoich pastery.

Tuż przed samą tegoroczną Wielkanocą opinię publiczną w Polsce poruszyła wiadomość, która napłynęła z Rzymu. Przemówił papież, a było to długo oczekiwane stanowisko w sprawie afery pedofilskiej w polskim Kościele katolickim:

Chodzi o niechlubne czyny podczas sprawowania swoich urzędów dwóch hierarchów: biskupa bydgoskiego Edwarda Janiaka i arcybiskupa gdańskiego Leszka Sława Głódzia. Mieli oni ukrywać w swoich diecezjach przypadki pedofilii księży, czyli przestępstw seksualnych w stosunku do dzieci, przenosić księży-pedofilów z parafii do parafii (a nawet z diecezji do diecezji). A przede wszystkim nie reagowali na skargi pokrzywdzonych. *(Cokolwiek uczyniliście jednemu z tych braci moich najmniejszych... Mnieście uczynili. – Jezus).*

Rzym zasował wobec nich „okrutną” karę – obaj dostali zakaz uczestnictwa w publicznych celebracjach religijnych oraz nakaz opuszczenia swoich dotychczasowych diecezji, a także zapłacenia „pewnej kwoty” na ofiary nadużyć pedofilijskich w kościele.

(Cudzystów, jak najbardziej na miejscu, bo odczucia społeczne, co do dokuczliwości kary papieskiej są rozczarowujące).

Obaj hierarchowie są już emerytami, zgromadzili podczas swojej działalności majątki, byli honorowani, okłaskiwani i holubieni przez władze państwowe, a także wiernych. Nie będzie dla nich teraz wielkim problemem zmiana miejsca zamieszkania, tym bardziej, że nie przeniosą się raczej do ciasnych lokali.

Szczególnie arcybiskup Głódź, który oprócz emerytury biskupiej posiada wysokie uposażenie generalskie, już pomieszkuję w swojej rozległej posiadłości w rodzinnej Bobrowie na Podlasiu. Może tam spokojnie oczekiwać na sady boskie.

Chyba, że jeszcze spotka się z sądem ziemskim. Bo oto do gdańskiej prokuratury wpłynęło zawiadomienie o „przypadkach niezawiadomienia o nadużyciach seksualnych przeciwko osobom poniżej 15 roku życia”. Dlaczego dopiero teraz? Wygląda

na to, że polska prokuratura najpierw czeka na decyzje Watykanu. Mimo wszystko, to będzie test na niezależność prokuratury od rządzących, którzy nade wszystko cenią sobie sojusz z ołtarzem. Wizyty całego rządu w Toruniu u księdza dyrektora Tadeusza Rydzyską są tego najbardziej widocznym dowodem.

Katolicy w ten przedwielkanocny czas mieli też inne stresy. Do ostatniej chwili nie było wiadomo, czy, i w jakim zakresie, kościoły będą otwarte w święta. Rząd, który przed świętami zamknął cały kraj z powodu pandemii, zrobił wyjątek dla świątyń, nakładając tylko obostrzenia, co do liczby wiernych na mszach. Tego domagali się biskupi, a jeden z nich powiedział wprost, że „Polacy nie mogą dać sobie wzmówić, że kościoły zagrażają ich zdrowiu”.

Jakby w odpowiedzi na te słowa w Wielki Czwartek, w katedrze warszawskiej zasłabł przy ołtarzu kardynał Kazimierz Nycz, został odwieziony do szpitala. Komunikat kurii archidiecezjalnej głosi, że spędzi tam kilka dni. Na razie nie podano do wiadomości czy był zarażony covidem.

Decyzja o wpuszczeniu w taki czas do obiektów sakralnych wiernych dla wielu ekspertów, lekarzy i wirusologów była niezrozumiała. Ostrzegano, że może to być poważne źródło zakażeń, tym bardziej, że w wielu parafiach nie można liczyć na przestrzeganie zasad dystansu. Biskupi byli nieugięci. Hierarcha kielecki Jan Piotrowski odciął się najostrej: „Nie życzymy sobie ciągłych pouczeń instruktorów nowego ładu ideologicznego, kulturowego i obyczajowego”.

Ale znalazła się w Polsce parafia, która z własnej woli postanowiła zamknąć kościół i przenieść wielkanocne modlitwy do sieci. Wszystkie msze były transmitowane on-line i odbyły się bez udziału wiernych.

Na takie rozwiązanie zgodzili się wcześniej wszyscy parafianie, Rada Parafialna i Kolegium Kościelne, którego członkiem jest proboszcz. A wszystko to w trosce o zdrowie i życie wspólnoty.

Czas zdradzić co to za parafia... Otóż – jest to parafia Ewangelicko-Reformowana w Warszawie przy Alei Solidarności.

RYSZARD MARUT



I za i przeciw

Czas do puszczy

A gdyby tak rzucić wszystko i wyjechać w Bieszczady. Znamy to westchnięcie, prawda? Wielu z nas choć raz w życiu przysłała ta myśl do głowy. A jeśli nie Bieszczady, to miejsce daleko od domu i pracy, według naszych wyobrażeń, spokojne, ustronne i malownicze przyrodniczo. Może być nad rzeką czy jeziorem. Jeśli dobrze się rozejrzymy, nawet nad jeziorem Śniardwy, największym w Polsce, znajdują się nieuczęszczane miejsca, bo pozbawione bazy hotelarsko-gastro-nomicznej (wiem coś o tym, ale nazwy nie zdradzę). Podobnie nad jeziorem

Lidzbarskim i rzeką Wel. Urokliwe miejsca odszukamy nad Narwią czy jej dopływem Wkrą, czy nie tak odległym, a mało znanym, jeziorem Omulew i płynącą przez nie rzeką o tej samej nazwie. Jeśli nie Bieszczady i nie miejsce nad wodą, to może puszcza. Do Białowieskiej, choć o niej w ostatnich czasach najwięcej słyszymy, trochę za daleko. Bliżej mamy do Kampinoskiej, Kurpiowskiej, inaczej Zielonej, oraz Białej, ciągnącej się od Pułtusa.

O tej ostatniej, a także o zamieszkujących ją Kurpiach Białych opowiadają oraz propagują ich tradycje i zwyczaje jej podtrzymują ginące zajęcia i zawody, chcąc zachować wartość kultury regionu, przedstawiciele Stowarzyszenia „Puszcza Biała – Moja Mała Ojczyzna”. Na naszych łamach gościła nie raz Halina Witkowska, prezes stowarzyszenia, twórczyni ludowa, opiekunka Kuźni Kurpiowskiej w Pniewie, a w ostatnim czasie („TC” nr 13) Sylwia Słojkowska-Affelska, etnograf, autorka książki „Wędrowki po Puszczy Białej”. Charakterystyczna palemka, oklejanka, czyli wydmuszka oklejona białym rdzeniem sitowia i skrawkami kolorowej włóczki, pochodzącej ze starych kiecek, wyninanka czy haft z zielkiem – przetrwały do naszych czasów. Tak jak zwyczaj, by mieszkańcy na uroczystość w Niedzielę Palmową, Wielkanoc czy Boże Ciało zakładali tradycyjne stroje kurpiowskie. Ten zwyczaj pielęgnują, nawet jeśli nie ma, ze względu na obostrzenia, procesji, nawet jeśli liczba wiernych w kościele jest ograniczona, przedstawiciele parafii w Pniewie czy Obytem, szczególnie kobiety.

Skoro o Obyrtem mowa, na terenie tej parafii i gminy leży mała miejscowość Sadykierz z drewnianym kościołem, a od minionej jesieni Diecezjalnym Sanktuarium Świętego Rocha. Pieczę nad nim sprawuje obrycki proboszcz, ks. kan. dr Cezary Siemiński (niektórym ciechanowianom znany sprzed lat jako wikariusz w parafii św. Piotra), który po wyzdrowieniu z choroby nowotworowej zaproponował w kościółku św. Rocha wspólną modlitwę dziękczynną. Do dziś spotkania odbywają się w piątki po 16 dniu każdego miesiąca. Sadykierskie sanktuarium nie jest pierwszym na terenie Puszczy Białej, ale pierwszym, nie maryjnym, tylko poświęconym świętemu, w dodatku świętemu m.in. od zarazy, a trzecim tego typu w diecezji płockiej (o „Pojemnym świętym z Sadykrza” kustosz mówił w 13 nr „TC”).

Po odwiezieniu Kuźni Kurpiowskiej, swoistego muzeum, i sanktuarium, wróćmy do puszczy. Już niedługo, bo od 1 maja, w każdym nadleśnictwie zostaną wyznaczone specjalne obszary leśne, gdzie będzie można przeno-cować bez obaw o naruszenie ustawy o lasach. Nie inaczej będzie na tery-torium Puszczy Białej czy Zielonej. Tylko nieliczni mogą rzucić wszystko i wyje-chać w Bieszczady, ale każdemu z nas przyszy się odpoczynek i zapomnienie o obowiązkach choć przez kilka dni. Czas więc w puszczy. Najlepiej pobił-ską. Tylko pamiętajcie, że tam nie da się zabrać zdalnej pracy, bo „nie ma pola”. Za to są drzewa, flora i fauna, pewna niezmienność, tak potrzebna w tych zmiennych czasach.

IZABELA KOBA

[illegible]

Krzyżówka nr 14

Litery z ponumerowanymi pol. utworzą hasło sianowicie rozwiążanie krzyżowki. Samo hasło należy nadstąpić w terminie 10 dni od daty ukazania się numeru pod adresem: „Tygodnik Cieszanowski”, ul. Siedlegimianów 2, 06-400 Ciechanów. Na karcie pocztowej posłamy nakleić numer krzyżowki wycięty z gazety.

Rozwiązanie krzyżowki można także przysłać pocztą elektroniczną na adres: sekretariat@ciechopress.pl. W tytule mała należy wpisać numer krzyżowki, natomiast rozwiązanie oraz imię i nazwisko w treści wiadomości.

Wiśdół autorów prawdziwych rozwiązań rozlosujemy nagrodę książkową (do odobierania w redakcji).

Rozwiązanie krzyżowki nr 12: „Tłzy razy mierz, trzy razy tnił.”

Nagrodę otrzymuje: Anna Podgórska.

Bieganie to moje życie po pracy

W latach szkolnych trochę interesowała się sportem, ale nie miała swojej wymarzonej dyscypliny. Dopiero po latach poczuła smak biegania i od ośmiu lat systematycznie, kilka razy w tygodniu, odbywa swój ulubiony trening biegowy, na leśnych ścieżkach, bieżni stadionu czy też w hali sportowej. Najpierw jednak jest praca zawodowa (piastuje funkcję kierownika Inspektoratu ZUS w Działdowie) i obowiązki rodzinne, resztę czasu poświęca bieganiu. **Wioletta Falba, bo o niej mowa, jest bohaterką naszego materiału w dzisiejszym wydaniu „Tygodnika Działdowskiego”.**

*** Kiedy zetknęłaś się pierwszy raz ze sportem?**

- Moja przygoda z bieganiem zaczęła się już w szkole podstawowej, ale nie było to coś bardzo poważnego. Wtedy chyba jakoś rozminęłam się ze sportem, chociaż zawsze było on dla mnie niesamowicie ważny. Dopiero po wielu latach obudziły się „stare demony” i zaczęłam myśleć o powrocie do

sportu, przede wszystkim do biegania. Po drodze przydarzały się oczywiście inne dyscypliny jak jazda na rowerze czy przygoda z żeglarstwem, ale były to krótkotrwałe historie. Bieganie okazało się jednak najbliższe mojemu sercu. Zaczęło się wszystko od biegów długodystansowych. Gdy zaczynałam, to przebiegnięcie 5 km było już wielkim sukcesem, ale niemal z każdym treningiem postanowiłam ten dystans systematycznie wydłużać. Kiedy nie stanowiło dla mnie problemu przebiegnięcie 10 – 15 km kolega Paweł Żmijewski, również biegacz odnoszący sporo sukcesów, zaproponował abym spróbowała swoich sił w rywalizacji z innymi. Jest adrenalina, współzawodnictwo i prawdziwa walka z czasem, a przede wszystkim własnymi słabościami. Pojechaliśmy na mój pierwszy oficjalny bieg do Torunia - półmaraton świętych Mikołajów. Był to rok 2014. Wspaniała atmosfera, kilka tysięcy startujących Mikołajów, niezapomniane wrażenia, no i pierwszy sukces - zajęłam w nim 3. miejsce w swojej kategorii wiekowej. Tak to się zaczęło to moje bieganie, a później przyszła historia z maratonami.

*** Jak wygląda twój tygodniowy rozkład zajęć treningowych i kto układa program każdego treningu?**



Wioletta Falba z medalem wywalczonym w Toruniu

*** Masz na swoim koncie zaliczonych kilka maratonów. To też bardzo trudny bieg, powalający dystans 42 km i 195 metrów. Jak sobie radziłaś?**

- Nie prowadzę swojego dzienniczka sportowego z moich biegów, ale medale i trofea znajdujące się w moim domu przypominają niemal każdy z nich. Maratonów mam na swoim koncie pięć, trzy w Warszawie i dwa w Poznaniu. Były to niesamowite przygody i wielkie emocje. Najlepszy mój czas tego królewskiego biegu to 3 godziny i 44 minuty.

*** Niedawno startowałaś w Halowych Mistrzostwach Polski Masters w Toruniu na dystansie 3 000 metrów i swoim rywalkom pokazałaś po prostu plecy. Aż trudno w to uwierzyć, że startowałaś w kategorii K-50. Jaki to był bieg?**

- Nie mogłam startować w innej kategorii, bo do takiej jestem aktualnie przypisana ze względu na mój PESEL. Porównując ten bieg do wszystkich moich dotychczasowych, to był bardzo krótki dystans. Nie wiedziałam dokładnie jak rozłożyć swoje siły, nie znałam konkurentek. Postanowiłam trzymać się tuż za prowadzącą i wyczuć jej siłę. Nowością dla mnie był nie tylko krótki stosunkowo dystans, ale także bieg w hali, nigdy do tej pory nie miałam okazji uczestniczyć w takim biegu. Emocji było wyjątkowo dużo. Biegłam większą część dystansu za prowadzącą bieg i kiedy pozostały do mety tylko trzy okrążenia, postanowiłam przyspieszyć i rozszyfrować prowadzącą rywalkę, czy ma jeszcze siły, aby nie dać się wyprzedzić. Z każdym metrem zbliżałam się do niej. Czulałam, że to mój dzień i mam szansę na wygraną. Tak też się stało i linię mety przekroczyłam ze sporym zapasem z wynikiem 11 minut 49 sekund. Już po powrocie do Działdowa, dowiedziałam się od mojego trenera, po opublikowaniu przez organizatorów oficjalnych wyników, że poprawiłam rekord halowych mistrzostw Polski Masters w mojej kategorii na tym dystansie, a były to już 30. mistrzostwa.

*** Twoje najbliższe sportowe plany?**

- Mam nadzieję, że dojdą do skutku lekkoatletyczne mistrzostwa Polski w Łodzi na otwartym stadionie i chciałabym w nich wystartować. Nie wiem jeszcze na jakim dystansie, ale przewiduję 5 lub 10 km. Jeżeli dojdzie do skutku nasz działdowski bieg na 10 km (Urodzinowa dycha), to oczywiście również w nim wystartuję.

W działdowskim biegu każdego roku bierze udział duża liczba startujących i mam nadzieję, że w tym roku będzie podobnie. Jest to fajny i dobrze zorganizowany bieg.

Rozmawiał Elek Cichosz

Superliga tenisowa

Jarosław lepszy od Dekorglassu

Wtorek, 30 marca był ostatnim akcentem w rozgrywkach superligi tenisa stołowego w sezonie zasadniczym. Teraz pozostały już tylko play offy. Do Jarosława nasza drużyna pojechała w mocno odmłodzonym składzie i co za tym idzie także osłabionym.

Na mecz nie pojechali Andrej Gacina oraz dochodzący do siebie po covid-19 Jakub Dyjas. Trener Jiri Vrablik miał w tym spotkaniu do swojej dyspozycji dwóch młodych zawodników: Patryka Bieleckiego i Patryka Lewandowskiego, trener oczywiście także musiał wystąpić. Gacina i Dyjas oszczędzają siły na mecze fazy play off. Trzeba przyznać, że młodzież Dekorglassu spisała się poprawnie. Patryk Bielecki walczył z bardzo mocnym Ukraińcem Kou Lei, stawiając mu spory opór i udało mu się nawet urwać jednego seta. Patryk Lewandowski walczył z Pawłem Chmielewiczem jeszcze lepiej. Zawodnicy na przemian wygrywali poszczególne partie i o wygranej Dekorglassu zadecydował piąty set. Vrablik w pojedynku z Patrykiem Zatówką wygrał trzy sety i przegrał jednego. W drugim swoim spotkaniu Vrablik uległ Kou Lei w dwóch setach, ale walczył bardzo mocno i zabrakło mu nieco szczęścia. W sumie z naszych młodych zawodników i trenera możemy być zadowoleni. W piątek, 2 kwietnia rozegrano mecze

ćwierćfinałowe, Sokołów Jarosław – Gwiazda Bydgoszcz oraz Dojlidy Białystok – AZS Gdańsk. Zwycięzcy

gazety do druku, nie znaleźmy wyników meczów ćwierćfinałowych.

Tekst i fot. CEŁ



Dekorglass Działdowo (od lewej): Bielecki, Lewandowski, Vrablik

tych meczów awansowali do półfinałów. Rywalem Bogorii będzie zwycięski zespół pary Dojlidy – AZS Gdańsk, natomiast rywalem Dekorglassu zwycięzca meczu Jarosław – Gwiazda Bydgoszcz.

Teraz czekają naszą drużynę dwa mecze półfinałowe, pierwszy na wyjeździe (7 kwietnia), drugi w Działdowie (11 kwietnia). Zwycięska drużyna dwumeczu uzyska awans do finału.

Ps. Ze względu na święta, w momencie oddawania obecnego wydania

Sokołów Jarosław - Dekorglass 3:1
Kou Lei – P. Bielecki 3:1 (11:5, 11:1, 8:11, 11:8)

Patryk Zatówka – J. Vrablik 1:3 (4:11, 11:9, 7:11, 5:11)

Paweł Chmiel – P. Lewandowski 3:2 (11:2, 5:11, 11:3, 7:11, 11:6)

Kou Lei – Jiri Vrablik 2:0 (11:7, 11:9)

Inne mecze grupy mistrzowskiej:
Gwiazda Bydgoszcz – Bogoria Grodzisk 1:3

AZS Gdańsk – Dojlidy Białystok 3:2

- Trenuję najczęściej pięć razy w tygodniu. Jeden trening odbywam w hali sportowej, a pozostałe na wolnej przestrzeni. Jest to bieżnia działdowskiego stadionu, zresztą wysokiej klasy, oraz biegi crossowe w pobliskich lasach. Na co dzień jestem pod opieką trenera Jacka Cytyła, który od kilku miesięcy rozpisuje mój plan treningowy i czuwa nad postępami. Od momentu naszej stałej współpracy nastąpił bardzo widoczny progres moich wyników czasowych. Często biegam w towarzystwie moich koleżanek i kolegów z grupy „Rozbiegane Działdowo”, czasami towarzyszy mi mąż Grzegorz, którego staram się także zarazić moją pasją.

*** Twój pierwszy oficjalny bieg, to półmaraton, dystans nieco powyżej 21 km. Jaki był twój najdłuższy bieg, ile musiałaś pokonać km?**

- Moim najdłuższym biegiem był ultramaraton o dystansie 53 km. Był to bieg wokół jeziora Ukiel pod Olsztynem. Przepiękne tereny, cudowny bieg, masa uczestników. Trasę pokonałam w czasie poniżej 6 godzin, ale to był bieg w bardzo trudnych warunkach, w dużym upale, z plecakiem i całym ekwipunkiem. Była to naprawdę fantastyczna przygoda.

Uwaga Czytelnicy!

W związku z wcześniejszym oddaniem do druku obecnego wydania gazety, ze względu na Święta Wielkanocne, relacje i wyniki z meczów piłkar-

skich IV ligi, ligi okręgowej i klasy A, rozegrane w sobotę, 3 kwietnia, przełożymy w następnym numerze „Tygodnika Działdowskiego”.

CEŁ



ŠKODA

WYMIENIĆ

OPONY



BEZ OBAW

SKORZYSTAJ Z USŁUG W AUTORYZOWANYM SERWISIE ŠKODA

Jarzyński Auto Serwis Sp. z o. o.

ul. Kasprzaka 5, 06-400 Ciechanów

tel. 23 674 39 40, salon@jarzynski.ciechanow.pl



DEALER ROKU
2012

OGŁOSZENIA DROBNE

BUDOWLANE

Używane, nowe: grzejniki, drzwi, okna plastikowe. Wszystkie wymiary od ręki, również gospodarce od 80 zł. Tanio. Ojrzeń, Ciechanowska 12. 502 543 397

Sprzedam nowy eternit. 23 664 25 86

Sprzedam stemple budowlane. 510 084 255

Stemple. 506 557 577

Budowa domów, ogrodzenia murowane i wylewane. 692 718 009

Balustrady nierdzewne, łączenie ze szkłem i drewnem.

691 969 669, www.boyk.pl

Asfalt na zimno w workach. 23 673 34 35

Asfalt z remontera na gorąco. 23 673 34 35

Projekty budowlane ze wszystkimi formalnościami.

Tel. 796 100 703

Pełen zakres prac remontowo-budowlanych. 608 834 901

Wykonujemy ogrodzenia, bramy, balustrady, konstrukcje stalowe. Realizujemy indywidualne pomysły klienta. Serdecznie zapraszamy do kont. tel. 606 287 842

Usługi ogólnobudowlane. Budowa domów. Tel. 500 820 188

MOTORYZACYJNE

Daewoo Tico, 2000 rok. 572 761 323

Ford Focus kombi 1,8 diesel, 2003. 572 761 323

Sprzedam Poloneza Trucka, benzyna+gaz. 511 940 090

Skup samochodów złomowych. 697 677 033

Kupujemy każde auto. Sprawne i uszkodzone.

516 375 775

Sprzedam dwie opony letnie, rok 2020, rozmiar 215/60, 17. Tel. 516 543 811

Sprzedam Citroena Berlingo, 2017 r. Tel. 662 241 612

POŻYCZKI GOTÓWKOWE

Nawet do 5000 zł
Szybka decyzja
Minimum formalności

797 703 503

MAXVET PLUS

Autoryzowany dealer
SGARIBOLDI
DeLaval

512 689 095

Lek. Urszula Rudzińska specjalista neurolog

Certyfikowany lekarz medycyny estetycznej

Leczenie: bóle głowy, kręgosłupa, padaczka, choroba Parkinsona, SM Zabiegi medycyny estetycznej

Gabinet: Ciechanów, ul. Spółdzielcza 2
rejestracja: 501 238 075

PRYWATNA PRZYCHODNIA STOMATOLOGICZNA

FedMed

dbamy o twój uśmiech

- Specjalista chirurgii stomatologicznej
 - Ortodonta dzieci i młodzieży
 - Stomatologia estetyczna
 - Tomografia CBCT/3D
 - Pantomogram
 - Cefalogram
 - Implantoprotetyka
 - Specjalista stomatologii dziecięcej
 - Endodonta mikroskopowa
 - Specjalista Endodonta
- tel. 23 672 41 19, 535 500 143
Ciechanów, ul. Widna 45
www.fedmed.pl

DLA STAŁYCH PACJENTÓW PRZEGŁADY BEZPŁATNE ZAPRASZAMY OD PONIEDZIAŁKU DO SOBOTY

lek. Dariusz Rudziński SPECJALISTA PSYCHIATRA specjalista psychiatra dzieci i młodzieży

LECZENIE:

depresji, nerwic, lęku, psychoz, zaburzeń snu - u dorosłych i dzieci

Ciechanów, ul. Spółdzielcza 2
Rejestracja: tel. 501 238 075

FEDMED PSYCHIATRIA

lek. med. Jarosław Fednik

- konsultacje/teleporady
- wizyty domowe

Rejestracja: 692 316 167
facebook.pl/fedmed.p
Ciechanów, ul. Widna 45

Autokasacja.

604 534 590

Sprzedam Skodę Fabię 1,4 16V, 2003. 503 700 365

Sprzedam 2 Peugeoty 607 2,2 HDI - tanio. 600 878 684

SKUP SAMOCHODÓW.

513 552 226

Tłumiki. 606 837 729

NIERUCHOMOŚCI

Sprzedam siedlisko z budynkami w Gąsolinie. 511 971 522



Sigma-Max
Wszystko dla dzieci, szkoły i biura

ul. Augustiańska 35, 06-400 Ciechanów Tel: 23 323 33 00

www.sigma-max.pl www.facebook.com/SigmaMaxCiechanow www.sklep.sigma-max.pl



elbitmed
SPECJALISTYCZNE PORADNIE MEDYCZNE
CIECHANÓW ul. STRAŻACKA 7

ZAPRASZA DO PORADNI:
chirurgii ogólnej i onkologicznej
pracowni USG
medycyny pracy
ginekologii i położnictwa
pracowni endoskopii
kardiologii i angiologii

endokrynologii
reumatologii
neurologii
dermatologii
urologii

dr n.med. Małgorzata Dybowska
specjalista chorób wewnętrznych, kardiologii, chorób naczyniowych

Badania w zakresie kardiologii dorosłych:
ekg, echo serca, holter ekg, holter ciśnieniowy
Badania w zakresie chorób naczyniowych:
USG Doppler żył kk, dołnych
Badanie i leczenie bezdechu sennego:
poligrafia, leczenie CPAP

www.elbitmed.pl rejestracja@elbitmed.pl CentrumMedyczneW Ciechanowie
rejestracja czynna od pon. do pt. w godz. 08.00-20.00 tel. 672 35 30 / 672 35 31

Jesteśmy zainteresowani zakupem motocykli z lat 1940 - 1990.

W gamie naszych zainteresowań są motocykle rozbite, uszkodzone w wszelkiej postaci oraz same części. Czekamy na zgłoszenia o każdej kwestii związanej z dwoma kółkami.

Tel. 504 046 520

KUPIĘ AUTO PO 2000 ROKU Rozbite, uszkodzone lub niekompletne. W całości lub na części.

Także w wersji Angielskiej. Interesują nas także części.

Tel. 513 412 526

Kupię działkę budowlaną w okolicach Ciechanowa. 501 324 359

Noclegi, pomieszczenia biurowe, Ciechanów. Tel. 602 385 465

Do wynajęcia domek z garażami. 600 878 684

Pokój do wynajęcia, Ciechanów. 514 249 182

Sprzedam ładnie położony dom w Płońsku w 80% wykończony. 504 036 801

Kupię mieszkanie w Ciechanowie do 40 m². 23 688 46 64

Sprzedam M-4 na Kargoszyźnie. 511 976 511

Sprzedam dom w szeregowce, Ciechanów, Zachód II. 504 619 187

Sprzedam posiadłość w częściach lub w całości 2 ha 6 a, Pierławki. 531 258 399

Chcesz pomóc osobom chorym na stwardnienie rozsiane?

przeznacz 1% podatku dochodowego na: KRS - 000 007 79 74

Wdzięczni chorzy.

Sprzedam dom 160 m² w Gołotczyźnie. 510 503 191

Zamienię mieszkanie M-4 na mniejsze. 507 086 773

Wynajmę kawalerkę. 508 915 129

Sprzedam działkę budowlaną, Stara Otocznia. 789 071 815

Sprzedam działkę, prąd, woda, gaz. 606 625 631

Sprzedam gospodarstwo rolne w gminie Pułtusk. 513 639 403

Sprzedam prawo użytkowania wieczystego nieruchomości (teren przemysłowy) położonej w Kołaczku, gmina Opinogóra, o łącznej powierzchni 2,6272 ha. Telefon kontaktowy: 603 081 413



Arcisz
KOTŁY C.O.
OFERUJE
- kotły c.o. na drewno, metrowej długości, trocinę, zrębki, węgiel i nie tylko,
- rębaki do gałęzi,
- drewno opałowe,
Gumowo 68, 600 306 637
www.arcisz.net arcisz@arcisz.net
MEBLE NA WYMIAR
602 663 478

Sprzedam siedlisko z budynkami o pow. 80 arów, cena 190 000 zł, Bogurzynek. Tel. 690 860 712

Sprzedam mieszkanie 74,5 m², Jeziorko. 577 165 975

Sprzedam działkę 3009 m² w Kuczborku. 509 966 642, 504 939 992

Działki rolne, Ciechanów. 516 320 547

PRACA

Zatrudnię mobilną kobietę do obsługi hali udojowej. 600 561 147

Zatrudnię w gospodarstwie rolnym. Tel. 693 777 904

Piekarnia „Klementynka” zatrudni piekarzy, Krasne. 600 820 188

Spawacza-ślusarza zatrudnię, Ciechanów. 505 096 955

Tartak zatrudni pracowników. Praca od zaraz. 510 066 535

Zatrudnię do pracy przy trzodzie chlewnej. Tel. 512 967 315

Zatrudnię kierowcę na samochód ciężarowy 4-osiowy, praca na drodze S7 (Gliniojeck), tachograf tarczki bez karty. 501 498 134

Zatrudnię mechanika/pomocnika, sam. ciężarowe, Gliniojeck. Tel. 601 203 407

Zatrudnię do prac ogrodniczych, praca dorywcza, Mława Wólka. 531 947 414

Zatrudnię do pracy przy krowach mlecznych z wyżywieniem i zakwaterowaniem. Wysokie wynagrodzenie.
734 121 660

Likwidator Gminnej Spółdzielni
„Samopomoc Chłopska”
w likwidacji w Raciążu
09-140 Raciąż ul. Płocka 33

informuje
o wykreśleniu Spółdzielni
z Krajowego Rejestru Sądowego
w Łodzi
Nr KRS 0000147568

Jednocześnie informuję,
że dokumenty dotyczące Spółdzielni
przekazano do archiwum akt
Krajowa Spółka Cukrowa S.A
09-408 Płock Pl. Witosa 1 tel. 24 267 85 30

FC-1380

Zatrudnimy mężczyzn do pracy w hurtowni kwiatów w Ciechanowie

Zakres obowiązków:

- obsługa programu sprzedażowo – magazynowego
- przyjmowanie dostaw
- bieżąca obsługa klienta

Wymagania:

- kultura osobista, operatywność, kreatywność
- umiejętność nawiązywania kontaktów z klientami
- znajomość pakietu MS Office
- prawo jazdy kategorii B

Zapraszamy do składania CV
osobiście w placówce firmy
przy ulicy Brodnicka 3 lub na email:
porowskam@wp.pl
Telefon kontaktowy 660 486 771

FC-350

URZĄD GMINY DZIERZGOWO

Informuje,

że dnia 6 kwietnia 2021 roku
w siedzibie Urzędu Gminy
w Dzierzgowie na okres 21 dni
zostanie wywieszony na tablicy
ogłoszeń wykaz nieruchomości
przeznaczonej do sprzedaży
w trybie bez przetargowym na
rzecz użytkownika wieczystego:
**Nieruchomość oznaczona
w ewidencji gruntów
jako działka Nr 77/2
o pow. 0,5600 ha położona
w miejscowości Dzierzgowo.**

Kontakt: tel. 23 653 30 15

Wójt Gminy Dzierzgowo
Rafał Kuciński

FCO-131

PRACA

Zatrudnię palacza OC, pracownika
fizycznego i stolarza, Kuklin.
505 629 548

SM-58

Przyjmę do pracy w gospodarstwie
rolnym. Tel. 794 052 720

59248-MCT492

Przyjmę pomocnika do pracy
w gospodarstwie. 510 519 983

PC-00466/21



**Alternatory,
rozruszniki,
sprężarki,
klimatyzacje**

**Sprzedaż •
naprawa • wymiana**

**Samochody osobowe,
ciężarowe, maszyny rolnicze**

**Ciechanów, ul. Pułtowska 116
(za stacją benzynową).**

Tel. 023 673 48 07

Faktury VAT

Zatrudnię w gospodarstwie.
794 052 720

PC-00478/21

Zatrudnię w gospodarstwie.
604 514 909

PC-00479/21

Zatrudnię traktorzystę. 535 435 350

FC-0349/21

Kierowca kat. C+E, chłódnie bądź
kontenery morskie. 537 865 039

FC-0351/21

Zatrudnię pracownika do produkcji
i montażu konstrukcji stalowych,
ślusarza, jednozmianowy system
pracy. 508 267 955,
biuro@stal-mar.pl

FC-0317/21

ROLNICZE

Rozrzut obornika 14 t. 507 292 128

59248-BLT686

Sprzedam kombajn Bizon
Z-056, pług obrotowy 4-skbowy
Kverneland. 696 200 475

PC-00453/21

Sprzedam siano, sianokiszonkę,
słomę, pług obrotowy, siewnik
do kukurydzy. 692 350 269

FC-0319/21

Sprzedam owies. 505 355 122

PC-00458/21

Kupię lub wydzierżawię ziemię rolną
na terenie gm. Opinogóra Górna.
692 970 328

PC-00428/21

Sprzedam pług 2-skbowy, parnik
elektryczny. 602 706 443

PC-00444/21

Sprzedam nasiona koniczyny
czerwonej, kombajn Bizon Z-56.
508 271 438

PC-00447/21

SKLEP & SERWIS Hubert Malinowski



OFERUJEMY:

- myjki nowe i używane: KÄRCHER i KRANZLE
- urządzenia czyszczące myjące
- akcesoria, chemię profesjonalną
- serwis gwarancyjny i pogwarancyjny
- odzież i obuwie robocze, artykuły BHP

Sklep: Ciechanów, ul. Wojska Polskiego 32,
tel. 509 274 870

Serwis: Przybyszewo 3 k. Regimina,
tel. 501 444 220



FC-702

Nowy Gołymin 15, 06-420 Gołymin Ośrodek  instalgol.pl

BETON TOWAROWY



☎ 609 245 209 / 606 559 042

Szamba Betonowe

Producent - Montaż - Dostawa

- Przydomowe Oczyszczalnie Ścieków

- Instalacje Wodno - Kanalizacyjne

- ROBOTY ZIEMNE



Zakład Budowlany Jacek Mikołajczak
z siedzibą w Ciechanowie
poszukuje osoby na stanowisko:

INŻYNIER / KIEROWNIK BUDOWY

WYMAGANIA:

- wykształcenie wyższe o kierunku budowlanym
- uprawnienia budowlane do kierowania robotami inżynierskimi
- bezpośredni nadzór nad realizacją robót na placu budowy
- doświadczenie na podobnym stanowisku
- dobra znajomość MS Office, MS Projekt i AutoCad
- dobra organizacja pracy własnej oraz umiejętność zarządzania pracą zespołu
- znajomość zasad Bezpieczeństwa i Higieny Pracy
- odpowiedzialność
- prawo jazdy kat. B

OBOWIĄZKI:

- zgodne z zapisami ustawy o prawie budowlanym
- prowadzenie oraz opracowywanie dokumentacji budowy
- kierowanie budową obiektu budowlanego w sposób zgodny z projektem oraz pozwoleniem na budowę
- zarządzanie materiałem oraz sprzętem
- nadzór nad przestrzeganiem przepisów BHP
- wykonywanie przedmiaru robót budowlanych
- przygotowanie oraz nadzór nad terminową realizacją harmonogramu robót

OFERUJEMY:

- pracę w firmie o ugruntowanej pozycji na rynku
- umowę o pracę

Osoby zainteresowane prosimy o kontakt telefoniczny (**23 674 36 29**)
lub przysyłanie CV na adres: biuro@zbjm.com.pl

z dopiskiem: „Wyrażam zgodę na przetwarzanie moich danych osobowych przez Zakład Budowlany
Jacek Mikołajczak dla potrzeb procesu rekrutacji zgodnie z ustawą z dnia 29 sierpnia 1997 r.
o ochronie danych osobowych (tekst jednolity: Dz. U. z 2002 r. Nr. 101., poz. 926. ze zmianami)”.

Sprzedam owies Bingo i mieszankę
zbożową - czyszczone. 504 128 536

PC-00422/21

Sprzedam siano w kostce.
502 286 040

FC-0283/21

Okna gospodarcze. 507 108 996

FC-0040/21

Skup koni rzeźnych, hodowlanych.
507 818 366

PC-00133/21

Kupię agregat uprawowy.
513 602 125

PC-00489/21

Sprzedam sianokiszonkę.
601 595 016

FC-0149/21

Wywóz obornika rozrzućnikiem
Fliegl 20 t z załadunkiem.
513 705 855

FC-0189/21

Kupię maszyny rolnicze.
886 125 674

PC-00279/21

Sprzedam krowy, jałówki wysoko
cielne. 517 036 412

PC-00348/21

Sprzedam przyczepę wywrotkę
D-47 4,5 t. 503 700 365

PC-00492/21

Sprzedam rozsiewacz olejowy.
504 649 270

PC-00506/21

Sprzedam bele siana, słomy.
511 104 564

PC-00507/21

Sprzedam deszczownicę rurową.
500 812 412

PC-00497/21

Sprzedam słomę suchą w belach.
518 367 860

PC-00474/21

Sprzedam Zetora 4718, dwukółkę
wywrotkę, kombajn do zbioru
kukurydzy. 507 609 519

PC-00498/21

Sprzedam kłacz zimnokrwistą
ze źrebakiem. 504 652 931

PC-00499/21

Sprzedam Ursusa 914, siewnik
Poznaniak. 516 504 054

PC-00487/21

Sprzedam sianokiszonkę,
siano w belach. 500 241 449

PC-00475/21

Maszyny rolnicze z Zachodu.
Świadcę usługi rolnicze - orka,
talerzowanie, wywóz obornika
i gnojowicy, siew kukurydzy itp.
501 385 555, www.agromachines.pl

FC-0347/21

Wapniak koszełowski. 500 621 624

PC-00481/21

Ubojnia „ZAREBA”
Michał Zaręba

Skup i ubój bydła

- Odbiór bydła poddanego ubojowi z konieczności
- Odbiór towaru z gospodarstw własnym transportem
- Możliwość **ATRAKCYJNYCH ROZLICZEN** na żywą wagę lub WBC

Tel. 23 691 41 70, 504 004 029
e-mail: ubojniazareba@tlen.pl
michal.zareba@vp.pl
Skórznice 32, 06-120 Winnica

Sprzedam mieszanek zbożową, sianokiszonkę w belach. 665 389 251
PC-00472/21

Sprzedam kosiarkę dyskową 2,6 Niemeyra. 510 519 983
PC-00465/21

Sprzedam siano, jęczmień, sońsk. 694 478 712
FC-0320/21

Sprzedam siano w balotach, owies. 510 568 268
SM-60

Sprzedam siano i słomę w belach. 508 804 987
SM-61

Sprzedam suche siano w belach, okolice Ciechanowa. 608 048 457
59248-MCT491

Sprzedam mieszanek zbożową, łubin. 507 340 098
59248-BLT680

Sprzedam John Deere 6920, 150 KM, 2004 r., cena 139000 netto, do negocjacji. Faktura. Tel. 883 648 125
59248-MT379

Sprzedam łubin i groch siewny. Tel. 694 048 702
59248-BLT677

Sprzedam siewnik 3 m, kultywator ścierniskowy, zbiornik do mleka 600 l, sianokiszonkę. 502 309 160
FE-40

SKUP BYDŁA. MARZEC SEBASTIAN, 518 868 373
59248-FR279

Dopłaty, wypełnianie e-wniosków, GPS, plany azotowe, dojazdy. 662 860 456
59248-A950

Sprzedam ule z pszczołami. 23 654 24 72
SM-64

Sprzedam siano-bele. 509 250 298
SM-67

Sprzedam łubin. 507 429 788
SM-68

Sprzedam połówki łubinu. 507 429 788
SM-69

Kupię grunty orne, nieużytki w gm. Ojrzeń i Sochocin. Tel. 516 748 883
59248-MBT89

Wezmę w dzierżawę ziemię. 605 091 373
59248-IP1755

Wezmę w dzierżawę ziemię. 605 091 373
59248-IP1756

Sprzedam silnik 7,5 kW lub 5,5 kW. 503 656 421
59248-BLT683

Sprzedam siano, słomę. 602 186 540
59248-BLT684

Skup ciągników rolniczych. 507 771 711
59248-IP1757

Kupię ciągniki, przyczepy i ładowarki. 507 771 711
59248-IP1758

Sianokiszonka lucerna. 669 890 664
PC-00514/21

olej napędowy, olej opałowy z dostawą
Tel: 501 680 623

Zarząd SMLW „Mazowsze”
w Ciechanowie ul. Jana Reutta 13

ogłasza pisemny przetarg nieograniczony

na wymianę zaworów podpionowych odcinających zimną i ciepłą wodę w siedmiu wielorodzinnych budynkach mieszkalnych.

Termin wykonania zamówienia do 31.08.2021 r.
Zainteresowanych przedmiotem zlecenia prosimy o złożenie w terminie do 21.04.2021 r. w sekretariacie Spółdzielni oferty zawierającej:
- zryczałtowaną cenę brutto dla każdego budynku,
- termin wykonania robót,
- warunki gwarancji i termin płatności,
- referencje,
- aktualny odpis z właściwego rejestru, albo zaświadczenie o wpisie do ewidencji działalności gospodarczej potwierdzonej dopuszczeniem oferenta do obrotu prawnego w zakresie objętym zamówieniem.
Specyfikację warunków zamówienia można otrzymać w administracji Spółdzielni ul. Jana Reutta 13 – osoba upoważniona Zastępca Prezesa Zarządu Rzepliński Waldemar tel. nr 023 672-31-46 lub 023 672-35-20
Warunkiem przystąpienia do przetargu jest wpłacenie wadium w kwocie 1.500,00 zł do dnia 21.04.2021 r. na konto PKO BP S.A./Ciechanów 73 1020 1592 0000 2302 0011 5790.
Zwrot wadium dla podmiotu wybranego w ramach przetargu nastąpi w terminie 14 dni od daty zawarcia umowy.
Uchylenie się od zawarcia umowy skutkuje przepadkiem wadium.
Termin i miejsce przetargu: 22.04.2021 r. godz. 1015 pok. Nr 2 ul. Jana Reutta 13 w Ciechanowie.
Zarządowi Spółdzielni przysługuje prawo unieważnienia przetargu bez podania przyczyn.

Zarząd SMLW „Mazowsze”
w Ciechanowie ul. Jana Reutta 13

ogłasza pisemny przetarg nieograniczony

na wykonanie remontu istniejących chodników przed frontonami budynków mieszkalnych.

Termin realizacji zamówienia do 31.08.2021 r.
Zainteresowanych przedmiotem zlecenia prosimy o złożenie w terminie do 21.04.2021 r. w sekretariacie Spółdzielni oferty zawierającej:
- zryczałtowaną cenę netto i brutto remontowanych chodników z podziałem na poszczególne budynki (lokalizację),
- termin wykonania robót,
- warunki gwarancji i termin płatności,
- referencje,
- aktualny odpis z właściwego rejestru, albo zaświadczenie o wpisie do ewidencji działalności gospodarczej potwierdzonej dopuszczeniem oferenta do obrotu prawnego w zakresie objętym zamówieniem.
Specyfikację warunków zamówienia można otrzymać w administracji Spółdzielni ul. Jana Reutta 13 – osoba upoważniona Zastępca Prezesa Zarządu Rzepliński Waldemar tel. nr 023 672-31-46 lub 023 672-35-20
Warunkiem przystąpienia do przetargu jest wpłacenie wadium w kwocie 5.000,00 zł do dnia 21.04.2021 r. na konto PKO BP S.A./Ciechanów 73 1020 1592 0000 2302 0011 5790.
Zwrot wadium dla podmiotu wybranego w ramach przetargu nastąpi w terminie 14 dni od daty zawarcia umowy.
Uchylenie się od zawarcia umowy skutkuje przepadkiem wadium.
Termin i miejsce przetargu: 22.04.2021 r. godz. 1000 pok. Nr 2 ul. Jana Reutta 13 w Ciechanowie.
Zarządowi Spółdzielni przysługuje prawo unieważnienia przetargu bez podania przyczyn

Sprzedam jałówkę wysoko cielną HF. Termin wycielenia 25 kwietnia, Bądzyn, gmina Lubowidz. Tel. 23 657 06 09
59248-IP1760

Sprzedam bele sianokiszonki. Możliwość dowozu. 669 453 003
FC-18

Kupię prasę rolującą Claas Rollant 44, 46, 62, 66, Welger, Krone, John Deere, Vicon, Deutz Fahr, kosztującą Sipma Z224, Famarol, kombajn Anna, Bolko, Volvo. 518 857 308
59248-FR271

Skup bydła pozaklasowego. Tel. 508 869 814
59248-A948

Projekty budowlane dla przemysłu i rolnictwa.
Tel. 796 100 703
59248-MCT479

Wapno nawozowe granulowane. 788 644 185
FE-27

Wezmę ziemię w dzierżawę, gm. Sońsk. Warunki do ustalenia. 797 392 452
59248-GP422

Sprzedam sianokiszonkę w belach. 515 988 593
PC-00503/21

Nasiona tymotki, koła 800-setki do przyczepy. 602 706 384
PC-00508/21

Sprzedam kombajn John Deere 1177. 512 201 064
PC-00515/21

Sprzedam ciągnik Landini z przednim napędem na wąskich oponach, ładowarkę teleskopową JCB 528-70. 535 816 080
PC-00516/21

Sprzedam cielaki odpoje mięsne. 503 730 871
PC-00512/21

Kupię cielęta byczki mięsne mieszańce 608 734 643
59248-Z709

Sprzedam siano, słomę w belach, łubin. 884 795 562
59248-BLT685

Sprzedam łubin, trawę, peluszkę, groch, koniczynę, słonecznik, grykę, kukurydzę i inne. 512 679 085
59248-FR282

Sprzedam rozrutnik obornika dwuosiowy i przetrząsarko-zgrabiarkę. 660 744 936
Mak-41

Skup trzody i bydła

Płatność w 3 dni lub gotówką

Odbiór z Gospodarstwa „AGROL” Adam Dymkowski
Goszczycze Poświętne 7
09-130 Baboszewo
tel. 23 661 20 45, 511 492 526

Skup trzody i bydła AR-POL

Arkadiusz Mochtak

Szybka płatność 3 dni lub gotówką

Odbiór z gospodarstwa tuczniaki, maciory, knury, krowy, byki, jałówki

Nowe Miasto k. Płońska, ul. Młodzieżowa 1
tel. 690 393 441
FC-1253

SKUP BYDŁA (krowy, byki, jałówki)

Faktura, wyrejestrowanie, płatność gotówką lub przelew (2 dni)

Paweł Galewski, 509 102 856
FC-771

Ubojnia zwierząt Cezary Słonczewski w spadku

Pianowo Bargły 3 k. Nasielska skupuje krowy oraz młode bydło

Odbiór z gospodarstwa.
tel. 606 402 852, 504 154 315 lub 604 206 737
FN-20

Profesjonalna korekcja racic

Tel. 698 723 520
FC-1154/19

Sprzedam jęczmień jary i siano (kostka). 602 717 259
SM-72

Sprzedam siewnik 3 m, belownicę Ursus. 608 862 747
Mak-40

Sprzedam krowę na wycieleniu, termin wycielenia: 07.04.21, siano w kostkach. Tel. 514 230 435
FN-69

Sprzedam prasę Sipma, rozrutnik dwuosiowy, siewnik Poznaniak, cielęta, siedlisko, gm. Winnica. Tel. 693 777 904
FN-70

Sprzedam kury, kaczki młode. 794 156 414
FE-47

Sprzedam konie. Tel. 790 426 400
FN-65

Pilnie sprzedam działki. 666 052 261
Mak-37

Sprzedam prasę belującą. 666 052 261
Mak-38

RÓŻNE

Oddam 2-letnią suczkę owczarka niemieckiego. 507 359 117
SU-31

Sprzedam w kwietniu pasiekę 20 uli Dadanta z pszczołami, pow. Płońsk, mazowieckie. 607 602 105
SL-23

Drewno opałowe - sosna. 506 557 577
PC-00511/21

Skup bydła rzeźnego

SKUP BYDŁA RZEŹNEGO
tel. 500 224 312
KAR-POL

Odbiór z gospodarstwa.
Płatność w 3 dni!
0500 224 312
FC-479

MAK-POL

Skup trzody i bydła tuczniaki, maciory, knury

Konkurencyjne ceny

Odbiór z gospodarstwa Makowski Józef
Zasanie 25, 09-120 Nowe Miasto
tel. 507 771 303
FC-1998

Skup bydła

Marcin Malinowski
konkurencyjne ceny
511 394 119
PRZELEW 2 DNI/GOTÓWKĄ
FCPrz

Dotacje PROW 2014-2020

„Restrukturyzacja Małych Gospodarstw” - 60 tys. zł. - również dla osób nie ubezpieczonych w KRUS.

Ponadto „Premia dla Młodych Rolników” - 150 tys. zł.

Nabory wniosków do 29 maja. Wypełnianie wniosków, dojazd do rolników.
Tel. 795-931-529
FCP-112

Pożyczki najtaniej. Szybko i solidnie. Tel. 515 459 414
59248-C171

Kruszywa, żwir, czarnoziem. 23 673 34 35
FC-0416/21

Kupię złoto, srebro, monety, wyroby, części biżuterii itp. Wysoka cena. Zadzwoń 665 517 918
59248-IP1754

Jeśli jest Ci bardzo bliskie dobro człowieka i kraju zadzwoń 799 071 330
PC-00483/21

Rozwód, sprawy o separację, o alimenty, władzę rodzicielską i kontakty z małoletnimi dziećmi, sprawy majątkowe. Tel. 602 385 465
FC-0248/21

1001 drobiazgów, rowery, lodówki, zamrażarki, zmywarki, kosiarki, materace, meble, dywany, używane. Ojrzeń, 507 108 996
FC-0041/21

Windykacja Tygrys - ściąganie należności. Profesjonalna obsługa firm. Tel. 602 385 465, grabowski.kancelaria@wp.pl
FC-0028/21

TOWARZYSKIE

Poznam dziewczynę lub kobietę do 35 lat. 501 350 167
FE-42

Redakcja Tygodnika Ciechanowskiego informuje,

że **biuro ogłoszeń**
w Ciechanowie przy ul. Ściegiennego 2
jest czynne
od poniedziałku do piątku,
w godz. od 8.00 do 16.00

Zapraszamy

Ogłoszenia można nadawać też
przez stronę **www.tc.ciechanow.pl**

**„Tygodnik
Ciechanowski”
bepośrednio
do skrzynki mailowej**

**Na stronie
internetowej**

http://tc.ciechanow.pl

**znajduje się kiosk
z „Tygodnikiem
Ciechanowskim”.**

Można kupić
aktualny numer w wersji
elektronicznej, płacąc
SMS-em lub kartą
płatniczą.

**Nie trzeba
wychodzić z domu.
Wystarczy wysłać SMS-a,
pobrać aktualny numer
i... czytać.**

Ogłoszenie drobne przez internet!

- Wejdź na stronę
www.tc.ciechanow.pl

- Kliknij zakładkę -
Ogłoszenie drobne do TC

- Zastosuj się do poleceń

**Wygodnie, szybko,
nie wychodząc z domu!**

Lipowiec Kościelny, dnia 06.04.2021 r.

OGŁOSZENIE/OBWIESZCZENIE

**o wyłożeniu do publicznego wglądu projektu miejscowego planu zagospodarowania
przestrzennego części obrębu geodezyjnego Parcele Łomskie, gm. Lipowiec Kościelny**

Na podstawie art. 17 pkt. 9 i 11 ustawy z dnia 27 marca 2003 r. o planowaniu i zagospodarowaniu przestrzennym (t.j. Dz. U. z 2020 r. poz. 293, z późn. zm.) oraz art. 54 ustawy z dnia 3 października 2008 r. o udostępnianiu informacji o środowisku i jego ochronie, udziale społeczeństwa w ochronie środowiska oraz o ocenach oddziaływania na środowisko (t.j. Dz. U. z 2021 r. poz. 247), w związku z Uchwałą Nr 103.XVI.2020 Rady Gminy Lipowiec Kościelny z dnia 17 sierpnia 2020 r. w sprawie przystąpienia do sporządzenia miejscowego planu zagospodarowania przestrzennego części obrębu geodezyjnego Parcele Łomskie, gm. Lipowiec Kościelny

ogłaszam

o wyłożeniu do publicznego wglądu, w dniach od **14.04.2021 r. do 06.05.2021 r.** (włącznie) w siedzibie Urzędu Gminy Lipowiec Kościelny, Lipowiec Kościelny 213, 06 - 545 Lipowiec Kościelny w godzinach od 08:00 do 15:00, w pokoju nr 2 – I piętro, projektu **miejscowego planu zagospodarowania przestrzennego części obrębu geodezyjnego Parcele Łomskie, gm. Lipowiec Kościelny** wraz z prognozą oddziaływania na środowisko.

Dyskusja publiczna nad przyjętymi w projekcie planu miejscowego rozwiązaniami odbędzie się w dniu 23.04.2021r. w Urzędzie Gminy Lipowiec Kościelny, Lipowiec Kościelny 213, 06 - 545 Lipowiec Kościelny, o godzinie 14:00, w sali konferencyjnej Urzędu Gminy Lipowiec Kościelny – I piętro.

Zgodnie z art. 18 ust. 1 ustawy o planowaniu i zagospodarowaniu przestrzennym oraz art. 39 ust. 1 pkt 3 ustawy o udostępnianiu informacji o środowisku i jego ochronie, udziale społeczeństwa w ochronie środowiska oraz o ocenach oddziaływania na środowisko każdy, kto kwestionuje ustalenia przyjęte w projekcie planu miejscowego, może wnieść uwagi.

Uwagi do Wójty Gminy Lipowiec Kościelny należy składać z podaniem imienia i nazwiska lub nazwy jednostki organizacyjnej i adresu, oznaczenia nieruchomości, której uwaga dotyczy, w nieprzekraczalnym terminie do dnia 21.05.2021 r.

Uwagi mogą być wnoszone:

- w formie pisemnej na adres Urzędu Gminy Lipowiec Kościelny, Lipowiec Kościelny 213, 06 - 545 Lipowiec Kościelny;
- w formie ustnej do protokołu w Urzędzie Gminy Lipowiec Kościelny, Lipowiec Kościelny 213, 06 - 545 Lipowiec Kościelny, pokój nr 2 – I piętro
- za pomocą środków komunikacji elektronicznej, w szczególności poczty elektronicznej bez konieczności opatrywania ich bezpiecznym podpisem elektronicznym, o którym mowa w ustawie z dnia 18 września 2001 r. o podpisie elektronicznym, na adres e-mail: gmina@lipowieckoscielny.pl

Jako wniesione na piśmie uznaje się również uwagi wniesione za pomocą elektronicznej skrzynki podawczej w rozumieniu przepisów ustawy z dnia 17 lutego 2005 r. o informatyzacji działalności podmiotów realizujących zadania publiczne (t.j. Dz. U. z 2020 r. poz. 346 z późn. zm.):

- opatrzone kwalifikowanym podpisem elektronicznym albo
- opatrzone podpisem potwierdzonym profilem zaufanym ePUAP.

Organem właściwym do ich rozpatrzenia jest Wójt Gminy Lipowiec Kościelny.

W związku z obowiązującym stanem epidemii osoby zainteresowane udziałem w dyskusji publicznej proszone są do dnia 22.04.2021 r. o zgłaszanie chęci uczestnictwa pod nr. tel. 535 127204, w celu ustalenia formy i sposobu udziału w dyskusji publicznej. Formy udziału w dyskusji publicznej obejmują: udział osobisty, rozmowę telefoniczną.

Zgodnie z art. 13 Rozporządzenia Parlamentu Europejskiego i Rady (UE) 2016/679 z dnia 27 kwietnia 2016 roku w sprawie ochrony osób fizycznych w związku z przetwarzaniem danych osobowych i w sprawie swobodnego przepływu takich danych oraz uchylenia dyrektywy 95/46/WE (ogólne rozporządzenie o ochronie danych „RODO”) informuję, że:

1. Administratorem przetwarzanych danych osobowych jest Wójt Gminy Lipowiec Kościelny, Lipowiec Kościelny 213, 06 - 545 Lipowiec Kościelny;
2. kontakt z inspektorem ochrony danych – ckwiatek@lipowieckoscielny.pl;
3. dane osobowe przetwarzane będą w celu rozpatrzenia uwagi zgodnie z przepisami ustawy o planowaniu i zagospodarowaniu przestrzennym;
4. odbiorcami danych osobowych będą wyłącznie podmioty uprawnione do uzyskania danych osobowych na podstawie przepisów prawa;
5. dane osobowe przechowywane będą przez okres wynikający z przepisów prawa dot. archiwizacji;
6. każdy ma prawo do żądania od administratora dostępu do swoich danych osobowych, ich sprostowania lub ograniczenia przetwarzania w przypadku kwestionowania prawidłowości danych osobowych;
7. każdy ma prawo wniesienia skargi do organu nadzorczego, którym jest Prezes Urzędu Ochrony Danych Osobowych;
8. podanie danych osobowych jest obowiązkowe.

FCP-140

WÓJT
Jarosław Goschorski

TOWARZYSKIE

Wdowiec 73 lata bez nałogów pozna
panią w odpowiednim wieku,
bez zobowiązań. 608 845 981

PC-00501/21

Pani pozna panów. 792 207 348

PC-00184/21

USŁUGI

Usługi ogólnobudowlane, hydraulika.
792 851 758

PC-00309/21

Cyklinowanie, remonty mieszkań.
606 312 061

FC-0271/21

Odnawianie wanien. 600 979 826

FC-0277/21

Kompleksowe remonty domków,
mieszkań i biur. 514 103 658

PC-00409/21

Krycie dachów papą
termoizolacyjną, stawianie
kominów itp., długie doświadczenie.
511 480 459

PC-00426/21

Tartak obwoźny.
602 894 793

PC-00108/21

**Serwis komputerów,
dojazd gratis.**
602 336 396

PC-00269/21

Naprawy samochodów:
pokolizyjne, skorodowane,
odnawianie lamp, lakierowanie,
mechanika, blacharskie.
693 603 135

PC-00486/21

Adaptacja poddaszy, wykończenia
wnętrz w pełnym zakresie -
szybkie terminy, tanio, solidnie,
długoletnie doświadczenie.
Tel. 508 342 010

59248-IP1753

Usługi hydrauliczne.
508 491 711

SM-70

Prawnik. 607 656 598

FE-44

Elewacje budynków, wykończenia.
515 648 042

PC-00509/21

Hydraulik. 570 188 332

PC-00519/21

Mycie dachów, elewacji,
kostki brukowej, malowanie
dachów i elewacji.
Tel. 507 567 910

FN-41

Tanie laptopy.
602 336 396

PC-00270/21

ORIFLAME
SWEDEN

Biurow Regionalne
06-400 Ciechanów
ul. 11 Pułku Ułanów Legionowych 12
tel. kom. + 48 606 875 072
beata.wisniewska1@neostrada.pl