

reklama...

NOWE MIESZKANIA W PUŁTUSKU



www.isbud.pl

Biuro sprzedaży w Pułtusk przy ul. Białowiejskiej 17 C, tel. 601 770 940

tygodnik społeczno - kulturalny. ukazuje się od 1999 roku



9 771508 407042



ISSN 1508 - 4078

PUŁTUSKA

gazeta powiatowa

5 kwietnia 2022 Nr 14 (1180)

cena 2,40 zł (w tym 5% VAT)

Gzy, Obryte, Pokrzywnica, Pułtusk, Winnica, Świercze, Zatory

Czynsze w górę!

To już trzecia podwyżka w tym roku!

→ str. 2



Zarzuty i areszt dla nożownika z Traugutta

→ str. 7

Fotoreportaż z placu budowy nowej komendy policji



→ str. 3

Charytatywny Kiermasz Wielkanocny „Solidarni z Ukrainą”



→ str. 4

XIV Pułtуска Gala Sportu



→ str. 5

Stypendyści Starosty Pułtuskiego



→ str. 6

Droga do sukcesu winnickich szczypiornistek



→ str. 15

Czynsze w górę! To już trzecia podwyżka w tym roku!

Pod koniec marca właściciele pułtuskich mieszkań otrzymali informacje o kolejnych podwyżkach czynszów. Jak się okazuje jest to już trzecia podwyżka w tym roku, a przecież mamy dopiero początek kwietnia. Pierwsza fala podwyżek dotarła w grudniu, z podwyżką od nowego roku – W ciągu trzech miesięcy trzecia podwyżka? Jeszcze w grudniu płaciłam za mieszkanie o około 100 zł mniej! To skandal! - alarmuje wzburzona mieszkanka Pułtusk.

Czynsz za mieszkanie jest sumą kosztów utrzymania lokalu w ramach wspólnoty czy spółdzielni mieszkaniowej. Czynsze za mieszkania w 2022 roku rosną, ponieważ rosną koszty utrzymania mieszkań, spowodowane głównie urzędowymi podwyżkami cen energii. Czynsze wrosły zarówno w mieszkaniach zarządzanych przez spółdzielnie mieszkaniowe, jak i wspólnoty. Najnowsza podwyżka to pokłosie planowanych podwyżek cen energii. Spółdzielnia Mieszkaniowa Lokatorsko-Własnościowa przy ul. Tysiąclecia w Pułtusk tłumaczy w piśmie do mieszkańców, że podwyżka ma związek z energią ciepłą.

„Dnia 07 marca 2022 r. Zarząd Przedsiębiorstwa Energetyki Ciepłej w Pułtusk Spółka z o.o. poinformował, że w dniu 15 lutego 2022 roku została wydana Decyzja Prezesa Urzędu Regulacji Energetyki (...). **Decyzja wprowadza od 01.04.2022 r. zmiany dla grupy odbioru A (ciepłownia miejska ul. Kolejowa 8) – ceny wyższe od ceny obecnie obowiązującej o średnio 12,50%.** Przedsiębiorstwo (PEC) wystąpiło z wnioskiem do Prezesa URE o zatwierdzenie zmiany obowiązującej taryfy dla ciepła w zakresie wysokości określonych w niej cen i stawek opłat, motywując swój wniosek istotną zmianą warunków w związku



ze wzrostem kosztów zakupu paliwa - miału węgla kamiennego. W związku z powyższym Zarząd SML-W w Pułtusk uprzejmie informuje, że od 01 kwietnia 2022 r. ulegają zmianie niezależne od Spółdzielni opłaty za zajmowany lokal tj.: energia ciepła – opłata stała, energia ciepła C.O. -

zaliczka, energia ciepła C.W. - zaliczka.”

I tak Pani Ewelina, właścicielka mieszkania o powierzchni 58 m², jeszcze w grudniu płaciła za mieszkanie 630 zł, następnie, po kolejnej podwyżce w styczniu płaciła za czynsz około 680 zł. Ale już w

tym samym miesiącu otrzymała informację o podwyżce od kwietnia, która to podwyżka nie zdążyła wejść w życie, ponieważ ustalono kolejną. W kwietniu Pani Ewelina musi zapłacić prawie 740 zł – Nie wiem już, czy się śmiać, czy płakać – komentuje właścicielka mieszka-

nia, zarządzanego przez spółdzielnię mieszkaniową.

Z kolei Pani Beata w grudniu opłaciła czynsz w wysokości 616 zł za 52 m². Następnie po styczniowej podwyżce 685 zł. Kolejna, kwietniowa podwyżka to już 740 zł!

Obie czytelniczki są właścicielkami mieszkań zarządzanych

przez Spółdzielnię Mieszkaniową Lokatorsko-Własnościową w Pułtusk.

Podobnie sytuacja przedstawia się we wspólnotach mieszkaniowych. Właściciele mieszkań również otrzymali informację o podwyżkach, ich wysokość jest porównywalna. Podwyżka o powiedzmy 40 zł w skali roku to 480 zł!

A jak sytuacja związana z podwyżkami czynszów wygląda u Was? Zachęcamy do nadsyłania komentarzy na adres redakcja.pgp@pultusk24.pl lub do zgłaszania się drogą telefoniczną pod nr 23 692 81 12.

■ Ewa Kowalczyk
e.kowalczyk@pultusk24.pl

Kotlarska – ostoja brzydoty na pięknej wyspie

Ciemno, brudno i niebezpiecznie – tak w trzech słowach można podsumować ul. Kotlarską, odchodzącą bezpośrednio od pięknie wyremontowanej Świętojańskiej. Na ulicę, a szczególnie krzywe i niebezpieczne lampy zwrócił uwagę jeden z radnych.

Stara część miasta pięknieje na naszych oczach, podobnie jak niektóre uliczki wokół „wyspy”. Do tych ulic nie należy niestety ul. Kotlarska. Część ulicy – prowadząca do Caritasu, co prawda została wyremontowana przy okazji prac realizowanych na Świętojańskiej, zyskując nowe, wpisujące się w estetykę głównej ulicy nawierzchnie jezdni i chodnika. Dłuższy odcinek – w stronę Al. Polonii, pozostał jednak bez zmian, czyli ze starymi chodnikami i latarniami, na które zwrócił uwagę podczas ostatniej sesji radny Bogdan Pieńkos. Latarnie przede wszystkim nie spełniają swojej podstawowej funkcji, czyli zwykle nie świecą. Ulica, szczególnie w okresie jesienno-zimowym, przez większą część doby pogrążona jest w ciemnościach, co nie wpływa dobrze

na poczucie bezpieczeństwa mieszkańców i przechodniów. Poza tym lampy są krzywe i w bardzo złym stanie technicznym, niektóre wręcz stwarzają niebezpieczeństwo przez nieosłonięte elementy elektryczne.

W odpowiedzi na zgłoszenie radnego kierownik Wydziału Gospodarki Komunalnej, Rolnictwa i Ochrony Środowiska UM w Pułtusk, Jolanta Zygmuntowicz, poinformowała, że jak dotąd do Urzędu Miejskiego w Pułtusk nie wpłynął żaden wniosek o wymianę oświetlenia, co potwierdza „Sprawozdanie z realizacji oświetlenia ulicznego” za lata 2018-2022, a tego rodzaju zadania są realizowane zgodnie z wpływem wniosków i harmonogramem. Wniosek o oświetlenie nie wpłynął również od mieszkań-
ców ul.

Piotra Skargi, o którą też pytał radny. Jak zapewniła kierownik wydziału, obydwie ulice zostaną uwzględnione w aktualnym harmonogramie. Zanim jednak dojdzie do wymiany lamp, radny Pieńkos poprosił, żeby latarnie zostały odnowione. – *Moja prośba jest taka, żeby te latarnie zostały postawione do pionu i pomalowane, bo na części ulicy są nowe latarnie, a te wyglądają beznadziejnie – są krzywe i w bardzo złym stanie.*

Dodatkowym problemem na tej ulicy jest również brak koszy – na jej całym odcinku nie ma ani jednego! W efekcie, po niemal każdym weekendzie, mieszkańcy muszą sprzątać pozostawione na chodnikach, schodach czy parapetach butelki, puszki i inne śmieci. Liczymy, że głos radnego i nasz w tej sprawie nie pójdzie na marne.

■ Anna Morawska
a.morawska@pultusk24.pl



Fotoreportaż z placu budowy nowej komendy policji

Od naszej ostatniej wizyty na placu budowy nowej siedziby Komendy Powiatowej Policji minął niecały rok i w tym czasie wiele się zmieniło. Stoi już budynek główny komendy oraz budynek garażowy. Powoli kształtu nabiera również teren wokół. Prace idą pełną parą, jednak pozostało już kilka miesięcy do umownego zakończenia budowy.

Przypomnijmy, przy ul. Marii Skłodowskiej-Curie 3 trwa budowa nowej siedziby Komendy Powiatowej Policji w Pułtusku. Wykonawca wszedł na teren budowy w lutym 2021 r., pierwsze fundamenty pojawiły się w marcu, po pracach porządkujących

teren. Wykonawcą inwestycji, wyłonionym w drodze przetargu w grudniu 2020 roku, jest firma Rembud sp. z o.o. z Przasnysza. Pierwszy raz na plac budowy udaliśmy się z Komendantem Powiatowym Policji w Pułtusku mł. insp. Jarosławem Olszew-

skim w maju 2021 roku – zdjęcia z tej wizyty publikujemy obok.

W miniony wtorek, 29 marca, po raz kolejny odwiedziliśmy plac budowy i jesteśmy pod ogromnym wrażeniem. Stoją już dwa budynki, a wewnątrz

trwają intensywne prace – w głównym budynku biurowego oraz budynku garażowego, w którym znajdować się będzie także policyjna strzelnica. Część terenu wokół budynku została już wyłożona kostką.

W ramach kompleksu powstanie główny budynek biurowy w technologii tradycyjnej murywanej, z elementami żelbetowymi oraz budynek garażowy w technologii żelbetowej ze zlokalizowaną na drugiej kondygnacji pięciostanowiskową krytą strzelnicą ćwiczebną. Wiata samochodowa będzie o konstrukcji stalowej na 8 stanowisk o powierzchni zabudowy 205,2 m². Ponadto zostaną zainstalowane kojce dla psów – dwa kojce wraz z dwoma wybiegami o powierzchni zabudowy 220,0 m². Cały teren o powierzchni 8 466,00 m² zostanie zagospodarowany, wykonane zostaną nawierzchnie utwardzone o powierzchni ok. 4 028,10 m².



Zgodnie z umową zawartą między Komendą Wojewódzką Policji zs. w Radomiu a wykonawcą, zakładany termin zakończenia

budowy nowej siedziby pułtuskiej komendy to 31 sierpnia 2022 roku. Firma Rembud wybuduje nowoczesny obiekt za 23 226 479 zł.

■ Ewa Kowalczyk
e.kowalczyk@pultusk24.pl



Panu Robertowi Dynakowi
Dyrektorowi Wydziału Zarządzania Kryzysowego
Starostwa Powiatowego w Pułtusku
oraz jego Rodzinie i Bliskim

wyrazy głębokiego żalu i współczucia
oraz najszersze słowa wsparcia z powodu śmierci

Matki
składają

Przewodniczący Rady Powiatu w Pułtusku
Tadeusz Nalewajk

Wicestarosta Pułtuski
Beata Józwiak

Starosta Pułtuski
Jan Zalewski

oraz pracownicy Starostwa Powiatowego w Pułtusku

Głębokie wyrazy współczucia oraz słowa otuchy
z powodu śmierci

Mamy

Panu Robertowi Dynakowi
Dyrektorowi Wydziału Zarządzania Kryzysowego
Starostwa Powiatowego w Pułtusku

oraz całej Rodzinie i najbliższym

składa
zespół redakcyjny
Pułtuskiej Gazety Powiatowej

Charytatywny Kiermasz Wielkanocny „Solidarni z Ukrainą”

więcej zdjęć do obejrzenia na
pultusk24.pl

W ostatnią niedzielę (3 kwietnia) w Centrum Dziedzictwa Kulturowego przy ul. Rynek 13 odbył się Charytatywny Kiermasz Wielkanocny „Solidarni z Ukrainą”, współorganizowany przez gminę Pułtusk. Dochód z kiermaszu przeznaczony będzie na pomoc obywatelom Ukrainy, zamieszkującym na terenie gminy Pułtusk.

Kolejny już raz pułtuszczykanie okazali wielkie serca, organizując charytatywny kiermasz na rzecz naszych gości z Ukrainy. W przygotowanie produktów do sprzedaży włączyły się zarówno osoby prywatne, jak i instytucje. Na przybyłych na kiermasz czekały m.in. ciasta i przetwory przygotowane przez Koła Gospodyń Wiejskich z terenu gminy Pułtusk oraz Urząd Miejski w Pułtusku, obwarzanki wypiekane przez Zakład Cukierniczy – Wypiek Obwarzanków Grzegorz Niedzielski, słodkie babecz-

ki z Piekarni Białczak czy Zamkowy Smalec z Domu Polonii. Największym powodzeniem cieszyły się pierogi, zrobione własnoręcznie przez mieszkające w Pułtusku Ukrainki.

Na kiermaszu można było również kupić palmy i ozdoby wielkanocne, kolorowe pisanki, świąteczne kartki z życzeniami czy serwetki. Rękodzieło to przygotowane zostało przez uczniów z Publicznej Szkoły Podstawowej nr 1, podopiecznych Szkolnego Ośrodka Szkolno-Wychowawczego, Fundację Aktywności Społecznej RÓWNAJ

SZANSE, Stowarzyszenie Amatorów, Pasmantierię „Niteczka” oraz osoby prywatne. Swoje gadżety oraz książki oferował Pułtuski Klub PCK HDK „Kropla Życia”, który czuwał również nad zbiórką pieniędzy. Dzięki ofiarności pułtuszczykan, podczas Charytatywnego Kiermaszu Wielkanocnego udało się zebrać 5596,50 zł.

■ Karolina Pawleńska
karolina.pawlenska@pultusk24.pl



więcej zdjęć do obejrzenia na
pultusk24.pl

„W szponach nadludzi” - wstrząsające wspomnienia z obozów koncentracyjnych

więcej zdjęć do obejrzenia na
pultusk24.pl

Ażeby te tragedie nie uległy całkowitemu zapomnieniu ze śmiercią współcześnie żyjących, chciałam zostawić w dziejach miasta jakiś trwały ślad po nich. Zdaje mi się, że ich bezimienny, masowy, a samotny »pogrzeb« woła z czeluści pieców krematoryjnych, z pól niemieckich, na których zostały rozsiane ich prochy, by w kraju pamięć o nich, o ich męce i towarzyszącej im zbrodni nigdy nie zaginęła – pisze Irena Lachowska-Kurowska, autorka książki „W szponach nadludzi”, będącej zapisem relacji z pobytu m.in. w obozie koncentracyjnym Ravensbrück, gdzie trafiła wraz z innymi mieszkańcami Pułtuska w kwietniu 1940 roku. Promocja książki miała miejsce w poniedziałek 4 kwietnia w Domu Polonii.

Książka „W szponach nadludzi” została wydana staraniem Pułtuskiego Towarzystwa Społeczno-Kulturalnego, we współpracy z Wydawnictwem Aleksander, w ramach serii wydawniczej Folia Historica Pultoviensia. W wydarzeniu uczestniczyła rodzina autorki na czele z Lucyną Świerczyńską, a także Elżbieta Kuta – prezes Stowarzyszenia „Rodzina Więźniarek Niemieckiego Obozu Koncentracyjnego Ravensbrück”. Wśród publiczności obecne były również uczennice Ireny Lachowskiej-Kurowskiej.

Autorka wspomnień była nauczycielką fizyki i chemii, żoną urzędnika pocztowego Bolesława Kurowskiego. Razem z mężem oraz innymi mieszkań-

cami Pułtuska i okolic zostali aresztowani 6 kwietnia 1940 r., w ramach niemieckiej akcji zwalczania polskiej inteligencji. Najpierw przebywali w obozie przejściowym w Działdowie. Tam Irena Lachowska-Kurowska widziała się z mężem po raz ostatni. Ona trafiła do kobiecego obozu Ravensbrück, gdzie spędziła 5 lat, on do najgorszego z hitlerowskich obozów – Mauthausen Gusen, gdzie zmarł 18 grudnia 1940 r. Autorka przetrwała obóz, skąd, wraz z innymi więźniarkami została przetransportowana do Szwecji, a następnie wróciła do Pułtuska 30 listopada 1945 r. Już dzień później rozpoczęła pracę w szkole podstawowej nr 2, w której pracowała do 1948 r. W kolejnych latach uczęszczała do szkoły

podstawowej nr 4 i nr 1. Była aktywną działaczką Związku Nauczycielstwa Polskiego. W 1958 r. odeszła na emeryturę, ale nadal pracowała na pół etatu w szkole nr 1 i powiązanej z nią organizacyjnie Liceum Pedagogicznym – aż do 1972 r. Zmarła 19 listopada 1981 r. Została pochowana na cmentarzu św. Krzyża w Pułtusku.

Zamieszczone w książce wspomnienia zaczęły powstawać jeszcze w obozie. Autorka zapisywała swoje przeżycia, zbierała też relacje innych kobiet. Notatki wywiozła ze sobą do Szwecji, gdzie kontynuowała gromadzenie materiałów. Po powrocie do Polski przez długi czas nie kontynuowała tej pracy, co nie znaczy, że wyparła pobyt

w obozie – jak zaznaczył jeden ze współwydawców Krzysztof Łukawski – wspominała, opowiadała uczniom o swoich przeżyciach i w ten sposób była żywą lekcją historii. Książka finalnie powstała po przejściu na emeryturę i poprzedzona była dalszym gromadzeniem materiału – także relacji rodzinnych, którzy przeżyli obozy, jak i tych, którzy zginęli, a także zdjęć i dokumentów.

Publikacja składa się z dwóch części – pierwsza to wspomnienia samej autorki – z aresztowania, pobytu w obozach, wyzwolenia, pobytu w Szwecji i powrotu do Pułtuska, a także relacje jej koleżanek. Część druga składa się z relacji mężczyzn i ich rodzin.



– W Pułtusku nie mamy takiego miejsca, w którym moglibyśmy wspominać ludzi, którzy zostali stąd wywiezieni, bardzo cennych ludzi dla Pułtuska i okolic, którzy zginęli bądź cierpieli w obozach koncentracyjnych. Mamy nadzieję, jako wydawcy, że ta niezwykła książka będzie właśnie takim pomnikiem – powiedział Krzysztof Łukawski.

Autorka książki dzieliła się swoimi wspomnieniami z rodziną i uczniami, nie jest to jednak zjawisko częste, jak zaznaczyła Elżbieta Kuta, przeważnie bowiem, osoby, które przeżyły obozy, nie chciały o tym mówić, co też potwierdzili uczestniczący w wydarzeniu potomkowie ludzi, którym udało się to piekło przetrwać. Elżbieta Kuta opowiedziała również o samym obozie, życiu przebywających tam kobiet, o

namiaszkach normalności, jakie próbowały tam tworzyć, organizując drużynę harcerską pomagającą chorym, w tym ofiarom bestialskich eksperymentów paramedycznych, o kobietach, które pisały wiersze, rysowały, a nawet organizowały edukację, włącznie z maturalną. Przedstawiła również zakres działalności stowarzyszenia, któremu przewodniczy i zachęcała obecną młodzież i nauczycieli do pogłębienia tematu pułtuszczykan przebywających w obozach oraz wycieczek do miejsc pamięci i muzeów związanych z tym zagadnieniem.

Zachęcamy zatem do lektury – nie jest ona łatwa, ale z całą pewnością warta przeczytania, a wręcz obowiązkowa.

■ Anna Morawska
a.morawska@pultusk24.pl

XIV Pułtуска Gala Sportu

- poznaj najlepszych zawodników, trenerów i przyjaciół sportu



Gmina Pułtusk od lat wyróżnia najlepszych sportowców i osoby związane ze sportem. Ukoronowaniem tych działań jest coroczna Pułtуска Gala Sportu. Przez ostatnie dwa lata, z uwagi na pandemię, uroczystość odbywała się w formule internetowej, w tym roku sportowa społeczność mogła świętować swoje sukcesy podczas tradycyjnej gali, która odbyła się 31 marca w sali kina Miejskiego Centrum Kultury i Sztuki w Pułtusku.

Organizatorami uroczystości byli Burmistrz Miasta Pułtusk, Rada Miejska w Pułtusku, Pułtуска Rada Sportu oraz Miejskie Centrum Kultury i Sztuki w Pułtusku.

Stypendia sportowe

Gale rozpoczęło wręczenie 24 stypendiów sportowych zawodnikom reprezentującym pułtuskie kluby sportowe oraz zawodnikom mieszkającym na terenie gminy Pułtusk, reprezentującym zewnętrzne kluby sportowe. Stypendia przyznawane są na mocy uchwały Rady Miejskiej w Pułtusku decyzją Burmistrza Miasta Pułtusk, po zaopiniowaniu przez Pułtuską Radę Sportu, za osiągnięcie wysokich wyników sportowych we współzawodnictwie międzynarodowym lub krajowym. Podczas uroczystości stypendia wręczali: Burmistrz Miasta Pułtusk Wojciech Gregorczyk oraz Wiceprzewodniczący Rady Miejskiej w Pułtusku. Otrzymali je:

Zawodnicy KS Semiramida: Milena Miller, Mateusz Soński, Wiktoria Strefner, Marcin Biraga, Alan Szajczyk, Adam, Karwowski, Norbert Prusiński; Zawodniczka UKS Posejdon Róża Sęczkowska; Zawodnicy MKS Narew: Paweł Szmaja, Piotr Ćwik, Maciej Ćwik, Kacper Ćwik; Zawodnicy MKS Pułtusk: Jakub Śliwa, Mateusz Makowski, Łucja Kochmańska, Martyna Gajkowska, Kacper Włodarczyk; Zawodnicy UKS Młode Orły Nadnarwianki Pułtusk: Krystian Krawczyk, Jakub Apaliński, Szymon Osiecki; Zawodnicy mieszkający na terenie gminy Pułtusk, trenujący piłkę nożną w klubach zewnętrznych: Piotr Sonnenberg, Maciej Saletra, Radosław Borowski, Kamil Ausfeld.

Wyróżnienia i nagrody specjalne

Jak co roku wyróżniono także najlepszych sportowców minionego roku,

wybranych spośród osób nominowanych przez Pułtuską Radę Sportu (w trzech kategoriach), przyznano również nagrody specjalne. I tak, w kategorii Trener Roku 2021 nagrodę otrzymał Cezary Rzepnicki. W kategorii Najlepszy Wynik Sportowy 2021 roku zwyciężył Piotr Szwajkowski – jest to nagroda Premiera Henryka Kowalczyka. Sportowym Odkryciem

Roku 2021 okazał się Piotr Ćwik. Nagrodę Specjalną Burmistrza Miasta Pułtusk otrzymał natomiast Miejski Klub Sportowy Narew, z okazji 50. rocznicy istnienia.

Mistrz Świata w żeglarskiej „Czwórki”

Organizatorzy XIV Gali Sportu postanowili wyróżnić także absolwenta PSP

nr 4 im. Ireny Szewińskiej w Pułtusku – Michała „Kornika” Skawińskiego – Mistrza Świata w żeglarskiej lodo-wym. „Kornik” odebrał z rąk Zastępcy Burmistrza Miasta Pułtusk Mateusza Miłoszewskiego list gratulacyjny oraz praktyczny upominek, który pomoże mu w dalszym rozwoju kariery sportowej.

Przyjaciele Klubu, czyli dobre duchy pułtuskiego sportu

Osiąganie sukcesów nie jest możliwe bez pieniędzy, pomocy organizacyjnej i życzliwości innych ludzi. Takie właśnie osoby, wspierające finansowo lub logistycznie, w pełni zasługują na miano przyjaciół, a tych nie brakuje w pułtuskich klubach. Ich także, z przychylnością Pułtuskiej Rady Sportu, wyróżnił Burmistrz Miasta Pułtusk, na podstawie kandydatur zgłoszonych przez prezesów klubów sportowych. Te wyjątkowe wyróżnienia otrzymali: Agnieszka i Radosław Sęczkowsky – Przyjaciele UKS Posejdon; Waldemar Wojtaszek – Przyjaciel MKS Narew, Jolanta Stasiak – Przyjaciółka MKS Pułtusk, Jan Kaczmarski – Przyjaciół Klubu FUX BRIX Pułtusk, a także Grzegorz Nieścior – Przyjaciel KS Semiramida.

Zebrani w Kinie Narew mieli także okazję przypomnieć sobie najważniejsze wydarzenia sportowe 2021 roku, jakie miały miejsce w Pułtusku. Miłym akcentem uroczystości był występ duetu OLI 2, czyli Oliwii Fijałkowskiej i Oliwii Świątkowskiej. Galę poprowadzili Marta Tyszkiewicz-Wymysłowska i Michał Sęplawski.

■ Anna Morawska
a.morawska@pultusk24.pl



więcej zdjęć do obejrzenia na
pultusk24.pl

Stypendyści Starosty Pułtuskiego

W ramach „Programu wspierania edukacji uzdolnionych uczniów oraz na podstawie regulaminu w sprawie przyznawania stypendiów sportowych po raz kolejny przyznane zostały stypendia Starosty Pułtuskiego. Uroczyste wręczenie stypendiów odbyło się w środę 30 marca, tuż przed sesją, w sali Rady Powiatu Starostwa Powiatowego w Pułtusk.

Stypendia wręczali – Starosta Pułtuski Jan Zalewski, wiceprzewodniczący Rady Powiatu Wiesław Cienkowski oraz dyrektorzy szkół – Anna Majewska (LO Piotra Skargi), Dorota Orłowska (ZS Bolesława Prusa) i Anna Kmiołek-Gizara (ZSZ Jana Ruszkowskiego). Otrzymali je uczniowie, którzy osiągnęli bardzo dobre wyniki w nauce, średnią minimum 5,0 oraz uczniowie, którzy mogą się pochwalić osiągnięciami w dziedzinie sportu.

Wśród wyróżnionych za wybitne wyniki w nauce są uczniowie:

Liceum Ogólnokształcącego im. Piotra Skargi w Pułtusk – Dominika Krawczyk, Mateusz Bochenek, Magdalena Wielgolewska, Izabela Prusik, Patrycja Liwińska, Jan Łojek, Jan Mosakowski, Julia Wasilewska, Michał Zaremba, Hubert Ćwikliński, Joanna Gietka, Monika Piekutowska.

Zespołu Szkół im. Bolesława Prusa w Pułtusk – Klaudia Kempczyńska, Karolina Korenberh, Dagmara Piątkowska, Maja Szczerba, Ernest Jeż, Kacper Jeż

Zespołu Szkół Zawodowych im. Jana Ruszkowskiego w Pułtusk – Jakub Gorzoch, Lesia Drozd, Katarzyna Borek, Kamil Sieńkowski, Wiktoria Jaglarska, Bartłomiej Kaczorek, Zuzanna Bartczak, Maria Rzeczkowska, Michał Szerewicz, Agnieszka Wiśniewska, Marlena Wyrzykowska, Przemysław Kaczorek, Damian Todorowski, Marcin Gorczyński, Mateusz Wróblewski, Dawid Karwowski, Dawid Małkiewicz, Kacper Domżański, Bartosz Pietrzykowski, Kinga Guławska, Karolina Żurawińska, Natalia Ostaszewska

Stypendia za osiągnięcie wysokich wyników sportowych otrzymało łącznie 17 uczniów:



W Liceum Ogólnokształcącym im. P. Skargi w Pułtusk:

Oliwier Gorczyński – Uczniowski Klub Sportowy Młode Orły Nadnarwianki Pułtusk
Michał Kornacki – Uczniowski Klub Sportowy Młode Orły Nadnarwianki Pułtusk
Tomasz Bobowski – Uczniowski Klub Sportowy Młode Orły Nadnarwianki Pułtusk
Bartłomiej Jarosik – Uczniowski Klub Sportowy Młode Orły Nadnarwianki Pułtusk

Orły Nadnarwianki Pułtusk

Artur Oman – Młodzieżowy Klub Sportowy Walki „KAN” Pułtusk
Wiktoria Tetwejer – Futbolowy Uczniowski Klub Sportowy „FUKS” w Pułtusk
Mateusz Makowski – Młodzieżowy Klub Sportowy (biegi)
Jakub Śliwa – Młodzieżowy Klub Sportowy (biegi)

W Zespole Szkół Zawodowych im. Jana Ruszkowskiego:

Maciej Towarek – Uczniowski Klub Sportowy Młode Orły Nadnarwianki Pułtusk
Michał Rosłonec – Klub Sportowy

„Semiramida”

Mateusz Rosłonec – Klub Sportowy „Semiramida”
Dawid Wolny – Miejski Ludowy Klub Sportowy „Nadnarwianka” Pułtusk (szachy)
Kamil Krzyżewski – Klub Sportowy „Semiramida”
Jan Kowalczyk – Klub Sportowy „Semiramida”
Kacper Włodarczyk – Młodzieżowy Klub Sportowy (lekkoatletyka)
Kinga Zaremba – Futbolowy Uczniowski Klub Sportowy „FUKS” w Pułtusk

■ Ewa Kowalczyk

e.kowalczyk@pultusk24.pl



więcej zdjęć do obejrzenia na
pultusk24.pl



Zarzuty i areszt dla nożownika z Traugutta

Policjanci zatrzymali sprawcę ciężkiego uszkodzenia ciała 26-letniego mężczyzny. Sąd, na wniosek śledczych pułtuskiej Policji i Prokuratury, zastosował tymczasowe aresztowanie podejrzanego. Grozi mu kara nawet 15 lat pozbawienia wolności.

Do zdarzenia doszło we wtorek 29 marca, około godz. 15, w rejonie sklepu spożywczego przy ul. Traugutta w Pułtusku. Pomiędzy mężczyznami doszło do krótkiej wymiany zdań, po której 20-latek zadał rozmówcy cios nożem. Poszkodowany upadł, a napastnik zbiegł.

Pomocy mężczyźnie udzielił przypadkowi świadek, który wezwał pogotowie i Policję. Mężczyzna, w stanie zagrażającym jego życiu, został przetransportowany karetką do szpitala. Na miejsce natychmiast zostali skierowani policjanci, którzy ustalili rysopis

sprawcy i kierunek, w którym się oddalił. W kwadrans od zdarzenia funkcjonariusze prewencji zatrzymali i doprowadzili podejrzanego do komendy. Sprawę uszkodzenia ciała pod ścisłym nadzorem prokuratora zajęli się funkcjonariusze Wydziału Kryminalnego KPP w Pułtusku. Policjanci ustalili i przesłuchali świadków. Na miejscu przestępstwa policyjni technicy wykonali oględziny kryminalistyczne. Śledczy ze-

brali i zabezpieczyli materiał dowodowy przeciwko 20-latkowi. Po nocy spędzonej w policyjnym areszcie został on doprowadzony do Prokuratury, gdzie usłyszał zarzut ciężkiego uszkodzenia ciała. Na wniosek Prokuratora i Policji, Sąd tymczasowo aresztował podejrzanego. Grozi mu kara nawet 15 lat pozbawienia wolności.

Inf. podkom. Milena Kopczyńska, KPP w Pułtusku



KRONIKA POLICYJNA 997

PUŁTUSK. Kradzież samochodu

28 marca, w Pułtusku, dokonano kradzieży pojazdu marki Lexus, rok prod 2016, wartość 185 tys. zł. Pojazd posiadał ubezpieczenie AC.

KOZŁÓWKA. Wyłudzenie pieniędzy

29 marca, w Kozłówce (gmina Gzy), nieznanego sprawcę, za pośrednictwem portalu społecznościowego, tytułem sprzedaży fotela ogrodowego, dokonał wyłudzenia pieniędzy w kwocie 640 zł, działając na szkodę 44-letniej mieszkanki powiatu pułtuskiego.

PUŁTUSK. Nietrzeźwy rowerzysta

30 marca, w Pułtusku, 64-letni mieszkaniec powiatu pułtuskiego kierował rowerem po drodze publicznej, będąc w stanie nietrzeźwości (0,92 mg/l).

PUŁTUSK. Posiadał marihuany

2 kwietnia, w Pułtusku, 22-letni mieszkaniec powiatu pułtuskiego posiadał przy sobie środki odurzające w postaci marihuany.

POWIAT. Nietrzeźwi kierowcy

3 kwietnia, w Pułtusku, 30-letni mieszkaniec powiatu pułtuskiego kierował pojazdem mechanicznym po drodze publicznej, będąc w stanie nietrzeźwości (0,56 mg/l).

31 marca, w Przemiarowie (gmina Pułtusk), 32-letni mieszkaniec województwa łódzkiego, kierował samochodem marki Skoda po drodze publicznej, będąc w stanie nietrzeźwości (0,40 mg/l).

Groźny wypadek w Brulinach



W piątek 1 kwietnia, w miejscowości Bruliny (gmina Świercze), doszło do wypadku samochodowego, w wyniku którego poszkodowany został kierujący pojazdem.

Dwa zastępy z JRG (8 ratowników) oraz jeden zastęp z OSP Świercze (6 ratowników) usunęły skutki wypadku samochodu osobowego w miejscowości Bruliny. W zdarzeniu kierujący pojazdem został poszkodowany. Ratownicy udzielili mu kwalifikowanej pierwszej pomocy, a następnie przekazali

przybyłemu na miejsce Zespołowi Ratownictwa Medycznego. Poszkodowany został zabrany do szpitala. Przypuszczalną przyczyną zdarzenia było niezachowanie zasad bezpieczeństwa w ruchu drogowym.

*inf. KP PSP Pułtusk
zdj. OSP Świercze*



KRONIKA STRAŻACKA 998

PUŁTUSK. Pożar na Traugutta

28 marca, cztery zastępy z JRG (9 strażaków) zadysponowano do pożaru piecyka elektrycznego w łazience w budynku wielorodzinnym w Pułtusku przy ul. Romualda Traugutta. Pożar został ugaszony przez jednego z lokatorów przed przybyciem Straży Pożarnej. Ratownicy zabezpieczeni w sprzęt ochrony układu oddechowego wynieśli z łazienki spalone elementy oraz oddymili pomieszczenia, a następnie sprawdzili przyrządami pomiarowymi. W zdarzeniu nie odnotowano osób poszkodowanych. Przypuszczalną przyczyną pożaru było pozostawienie wentylatora grzewczego na desce sedesowej.

PUŁTUSK. Pożar garnka z olejem

28 marca, dwa zastępy z JRG (8 strażaków) zadysponowano do pożaru garnka z olejem w mieszkaniu budynku wielorodzinnego w Pułtusku przy ul. Rybitew. Lokator mieszkania przykrył garnek przykrywką, co pozwoliło ugasić pożar. Ratownicy zabezpieczeni w sprzęt ochrony układu oddechowego wynieśli garnek na zewnątrz oraz oddymili pomieszczenia, a następnie sprawdzili przyrządami pomiarowymi. W zdarzeniu nie odnotowano osób poszkodowanych. Przypuszczalną przyczyną pożaru było pozostawienie garnka z olejem na palniku kuchennej gazowej.

PUŁTUSK. Fałszywy alarm pożarowy

29 marca, jeden zastęp z JRG (4 strażaków) został zadysponowany do pożaru trawy na strzelnicy w Pułtusku przy ul. Teofila Kwiatkowskiego. Po przybyciu na miejsce okazało się, że właściciel jednej z posesji obok strzelnicy palił ognisko z dala od zabudowań. Wobec braku zagrożenia strażacy zakończyli działania i powrócili do jednostki.

CIĘSZA. Zasłabnięcie mężczyzny

30 marca, dwa zastępy z JRG (8 ratowników) oraz jeden zastęp z OSP Pniewo (4 ratowników) ze względu na brak bliskiego Zespołu Ratownictwa Medycznego zostały zadysponowane do miejscowości Cięsza (gmina Zatory), gdzie doszło do zasłabnięcia mężczyzny w wieku ok. 27 lat. Na miejscu ratownicy udzielili mężczyźnie kwalifikowanej pierwszej pomocy a następnie przekazali przybyłemu na miejsce Zespołowi Ratownictwa Medycznego.

BRULINY. Pożar dachu i sadzy

3 kwietnia, dwa zastępy z JRG (7 strażaków) oraz dwa zastępy z OSP Świercze (6 strażaków) ugasiły pożar dachu i sadzy w przewodzie kominowym murowanego budynku jednorodzinnego w miejscowości Bruliny (gmina Świercze). Przypuszczalną przyczyną pożaru było nagromadzenie się sadzy w przewodzie kominowym.

Lokal „po geodetach” wyremontowany na potrzeby mieszkaniowe

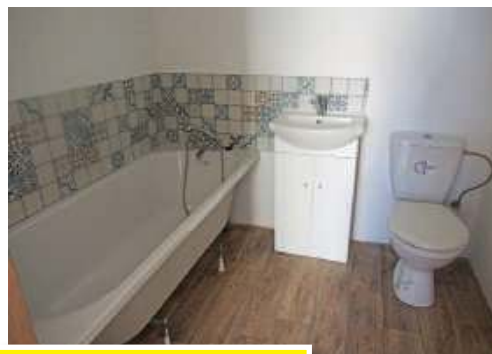
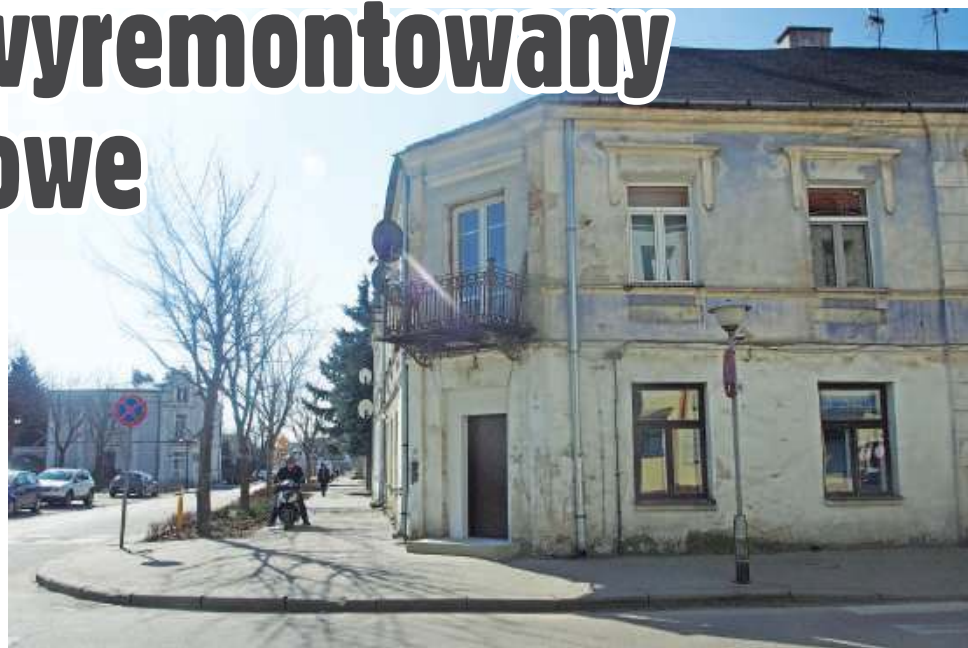
W tym roku gmina Pułtusk odzyskała do użytkowania lokal przy ul. Piotra Skargi 1B. Pracownicy TBS pod koniec marca zakończyli gruntowny remont – a to mieszkanie naprawdę tego potrzebowało.

35-metrowy, narożny lokal znajduje się w usytuowanej w samym centrum pułtuskiej wyspy, w pięknej, choć zaniedbanej kamienicy na ul. Piotra Skargi. Pracownicy Towarzystwa Budownictwa Społecznego przeprowadzili

w nim kompleksowy remont – wymienione zostały wszystkie instalacje, naprawiono ściany, sufity i zapadnięte podłogi, wydzielono też łazienkę, której nie było w lokalu. Zlikwidowany został również nie działający piec kaflowy, który zastąpiono

panelami grzewczymi na podczerwień. Lokal został wyposażony w podstawowy biały montaż. Jest to kolejny remont w lokalu albo budynku administrowanym przez TBS lub będącym w zasobach spółki.

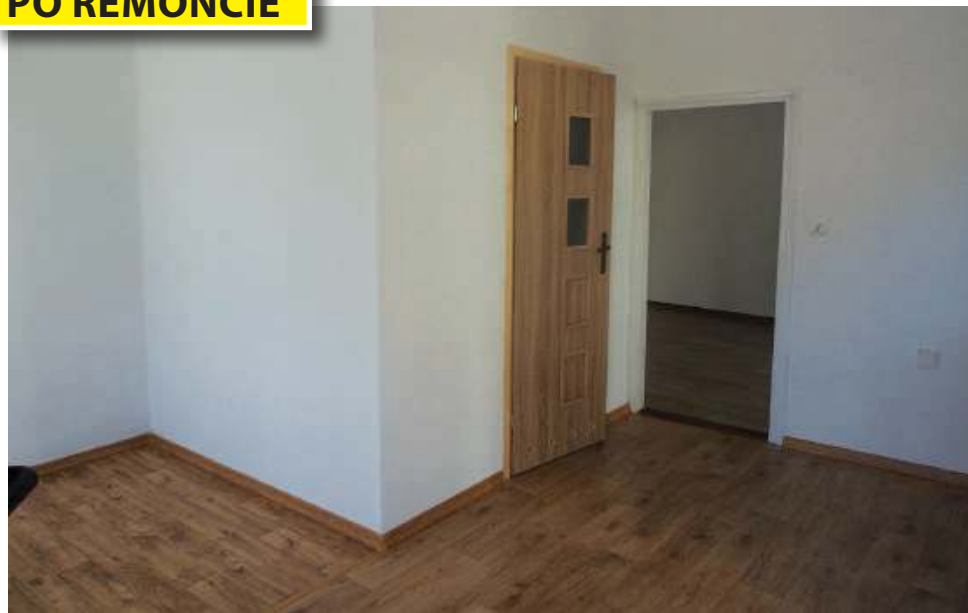
■ Anna Morawska
a.morawska@pultusk24.pl



PO REMONCIE



PRZED REMONTEM



Erasmus+ w Publicznej Szkole Podstawowej nr 4 w Pułtusku

Publiczna Szkoła Podstawowa nr 4 im. I. Szewińskiej w Pułtusku została beneficjentem międzynarodowego programu Erasmus+ - partnerstwa współpracy w edukacji szkolnej. W miniony poniedziałek 4 kwietnia, odbyło się pierwsze spotkanie stacjonarne Grupy Projektowej FCL PROJEKTU ERASMUS+KA220 (Future Classroom's Leadership – Przywództwo Klas Przyszłości).

Podczas spotkania podpisano kontrakty partnerskie, omawiano także sprawy związane z realizacją projektu. Państwa-

mi partnerskimi są: Republika Północnej Macedonii, Rumunia, Bułgaria, Włochy i Turcja. Kontrakty podpisał dyrektor

szkoły Krzysztof Łachmański. Projekt Future Classrooms' Leadership (Przewodnictwo klas przyszłości) będzie trwał

dwa lata. Przedsięwzięcie przewiduje szereg działań, których głównym celem jest rozwijanie poziomu kompetencji cyfro-



wych wśród uczniów i nauczycieli po pandemii COVID-19 oraz wymiana doświadczeń partnerów. Projekt skierowany jest do nauczycieli oraz uczniów i ich rodziców, szkół i instytucji oświatowych biorących udział w projekcie. Z myślą o nich powstaną koła zainteresowań, podnoszące umiejętności cyfrowe i językowe uczniów. Nauczyciele wezmą

udział w licznych szkoleniach przygotowanych przez współpracujące ze szkołą placówki, oparte na systemach edukacji różnych krajów Europy. Rezultatami przedstawionych działań będą m.in. interaktywne gry edukacyjne, scenariusze zajęć.

■ Ewa Kowalczyk
e.kowalczyk@pultusk24.pl



KORONAWIRUS – tygodniowy raport zakażeń, zgonów i szczepień

Podsumowujemy kolejny, 109 tydzień epidemii koronawirusa na terenie powiatu pultuskiego. Według raportu Ministerstwa Zdrowia, od wtorku 29 marca do poniedziałku 4 kwietnia odnotowano 20 przypadków zakażenia koronawirusem SARS-CoV-2 wśród mieszkańców powiatu pultuskiego, w tym 2 ponowne zakażenia. Z powodu chorób współistniejących z Covid-19 zmarła jedna osoba. W ramach Narodowego Programu Szczepień w powiecie pultuskim wykonano 39 szczepień, w tym 11 w pełni.

29 marca – wtorek

- liczba nowych zakażeń: 5
- liczba ponownych zakażeń: 0
- liczba zakażeń: 5
- liczba nowych zakażeń na 10 tys. mieszkańców: 0,96
- liczba ponownych zakażeń na 10 tys. mieszkańców: 0,00
- liczba zakażeń na 10 tys. mieszkańców: 0,96
- liczba przypadków śmiertelnych: 0
- liczba osób objętych kwarantanną: 15
- liczba wykonanych testów: 46
- liczba testów z wynikiem pozytywnym: 7
- liczba wykonanych szczepień: 156 432
- dzienna liczba szczepień: 11
- liczba osób w pełni zaszczepionych ogółem: 59 112
- dzienna liczba osób w pełni zaszczepionych: 3

30 marca – środa

- liczba nowych zakażeń: 1
- liczba ponownych zakażeń: 0
- liczba zakażeń: 1
- liczba nowych zakażeń na 10 tys. mieszkańców: 0,19
- liczba ponownych zakażeń na 10 tys. mieszkańców: 0,00

- liczba zakażeń na 10 tys. mieszkańców: 0,19
- liczba przypadków śmiertelnych: 0
- liczba osób objętych kwarantanną: 11
- liczba wykonanych testów: 46
- liczba testów z wynikiem pozytywnym: 1
- liczba wykonanych szczepień: 66 237
- dzienna liczba szczepień: 3
- liczba osób w pełni zaszczepionych ogółem: 25 536
- dzienna liczba osób w pełni zaszczepionych: 0

31 marca – czwartek

- liczba nowych zakażeń: 7
- liczba ponownych zakażeń: 2
- liczba zakażeń: 9
- liczba nowych zakażeń na 10 tys. mieszkańców: 1,35
- liczba ponownych zakażeń na 10 tys. mieszkańców: 0,39
- liczba zakażeń na 10 tys. mieszkańców: 1,74
- liczba przypadków śmiertelnych: 0
- liczba osób objętych kwarantanną: 5
- liczba wykonanych testów: 66
- liczba testów z wynikiem

pozytywnym: 9

- liczba wykonanych szczepień: 66 246
- dzienna liczba szczepień: 9
- liczba osób w pełni zaszczepionych ogółem: 25 538
- dzienna liczba osób w pełni zaszczepionych: 2

1 kwietnia – piątek

- liczba nowych zakażeń: 3
- liczba ponownych zakażeń: 0
- liczba zakażeń: 3
- liczba nowych zakażeń na 10 tys. mieszkańców: 0,58
- liczba ponownych zakażeń na 10 tys. mieszkańców: 0,00
- liczba zakażeń na 10 tys. mieszkańców: 0,58
- liczba przypadków śmiertelnych: 0
- liczba osób objętych kwarantanną: 2
- liczba wykonanych testów: 53
- liczba testów z wynikiem pozytywnym: 3
- liczba wykonanych szczepień: 66 247
- dzienna liczba szczepień: 0
- liczba osób w pełni zaszczepionych ogółem: 25 538
- dzienna liczba osób w pełni zaszczepionych: 0

2 kwietnia – sobota

- liczba nowych zakażeń: 2
- liczba ponownych zakażeń: 0
- liczba zakażeń: 2
- liczba nowych zakażeń na 10 tys. mieszkańców: 0,39
- liczba ponownych zakażeń na 10 tys. mieszkańców: 0,00
- liczba zakażeń na 10 tys. mieszkańców: 0,39
- liczba przypadków śmiertelnych: 1 (choroby współistniejące wraz z COVID-19)
- liczba osób objętych kwarantanną: 0
- liczba wykonanych testów: 19
- liczba testów z wynikiem pozytywnym: 3
- liczba wykonanych szczepień: 66 267
- dzienna liczba szczepień: 16
- liczba osób w pełni zaszczepionych ogółem: 25 545
- dzienna liczba osób w pełni zaszczepionych: 6

3 kwietnia – niedziela

- liczba nowych zakażeń: 0
- liczba ponownych zakażeń: 0
- liczba zakażeń: 0
- liczba nowych zakażeń na 10 tys. mieszkańców: 0,00
- liczba ponownych zakażeń

- na 10 tys. mieszkańców: 0,00
- liczba zakażeń na 10 tys. mieszkańców: 0,00
- liczba przypadków śmiertelnych: 0
- liczba osób objętych kwarantanną: 0
- liczba wykonanych testów: 3
- liczba testów z wynikiem pozytywnym: 0
- liczba wykonanych szczepień: 66 271
- dzienna liczba szczepień: 0
- liczba osób w pełni zaszczepionych ogółem: 25 545
- dzienna liczba osób w pełni zaszczepionych: 0

4 kwietnia – poniedziałek

- liczba nowych zakażeń: 0
- liczba ponownych zakażeń: 0

- liczba zakażeń: 0

- liczba nowych zakażeń na 10 tys. mieszkańców: 0,00
- liczba ponownych zakażeń na 10 tys. mieszkańców: 0,00
- liczba zakażeń na 10 tys. mieszkańców: 0,00
- liczba przypadków śmiertelnych: 0
- liczba osób objętych kwarantanną: 0
- liczba wykonanych testów: 3
- liczba testów z wynikiem pozytywnym: 0
- liczba wykonanych szczepień: 66 271
- dzienna liczba szczepień: 0
- liczba osób w pełni zaszczepionych ogółem: 25 545
- dzienna liczba osób w pełni zaszczepionych: 0

Marszałek w Pokrzywnicy



25 marca. w Urzędzie Gminy w Pokrzywnicy odbyło się wspólne posiedzenie Komisji Rady Gminy z udziałem Marszałka Województwa Mazowieckiego Adama Struzika.

Tematem spotkania były sprawy związane z realizacją różnego rodzaju projektów z udziałem środków, którymi dysponuje samorząd wojewódzki, zarówno

unijnych, jak i własnych. Marszałek zachęcał do składania wniosków o dofinansowanie kolejnych inwestycji infrastrukturalnych.

OSP Stare Bulkowo zabierze elektrośmieci

Stare telewizory, monitory, lodówki, kuchenki, elektronarzędzia oraz każde inne urządzenie na prąd lub baterie już nie muszą zalegać na waszych

podwórkach czy w domach – 24 kwietnia strażacy z OSP Stare Bulkowo zabiorą niepotrzebne przedmioty bezpośrednio z waszych posesji.



reklama...

HURTOWNIA ELEKTRYCZNA

HURT-DETAL

Pułtusk, Al. Kardynała Wyszyńskiego 24

tel. 512 765 621, 512 765 624

elmax.pultusk@wp.pl

OGŁOSZENIA DROBNE

AUTOMOTO

Kupię

BUDOWLANE
USŁUGI

- Cyklinowanie, lakierowanie, układanie tel. 507 603 653

**Docieplania budynków.
Szybko, tanio i solidnie.
Tel. 502-053-214**

- Gładź gipsowa, malowanie, płytki i inne roboty wykończeniowe. Tel. 783188823
- Malowanie, gipsowanie, zabudowy GK, montaż paneli i drzwi. Tel. 507 567 910
- Mycie, odgrzybianie, malowanie elewacji, mycie dachów, usługi dekarские, obróbki, kominy, czyszczenie i wymiana orynnowania, ogrodzenia i inne. Prace wykonujemy terminowo. Podpisujemy umowy, wystawiamy fakturę! Tel. 511 385 640
- Ocieplenia budynków styropian i wełna, montaż parapetów i podbitki 509-147-434
- Usługi remontowo-budowlane: adaptacja poddaszy, gładź, płyta karton-gips, panele, malowanie itp. tel: 609 099 799
- Wykonujemy odbiorcze i okresowe pomiary elektryczne. Wykonujemy okresowe przeglądy/kontrolę szczelności instalacji gazowych w budynkach. Wystawiamy protokoły do ubezpieczeń. tel. 500 277 220

EDUKACJA

USŁUGI

**ROLETY,
ROLETY
WOLNOWISZĄCE,
ROLETY
DZIEŃ-NOC,
PLISY,
MOSKITIERY,
MARKIZY,
ŻALUZJE,
VERTIKALE,
FOLIE
NASZYBOWE
WWW.SASIN-ROLETY.PL,
TEL. 509-818-571**

PRACA

DAM PRACĘ

**Automatyk ds.
chłodniczych.
Tel. 664-473-560**

**Elektryk, atrakcyjne
wynagrodzenie.
Tel. 664-473-560**

**Hydraulik. Atrakcyjne
wynagrodzenie.
Tel. 664 473 560**

**Magazynier, atrakcyjne
wynagrodzenie.
Tel. 664-473-560**

**Młodego mężczyznę
do przyuczenia.
Atrakcyjne
wynagrodzenie.
Tel. 664-473-560**

- Szukamy pracowników do ubojni trzody chlewnej i/lub jelicarni, mile widziane doświadczenie. Praca pod Wyszkowem. Więcej informacji 508-125-049, 500-516-433
- Zatrudnię stolarzy i pomocników z doświadczeniem przy produkcji i montażu mebli kuchennych, biurowych, sklepowych, szaf. Stała praca, ZUS +ubezpieczenie grupowe. Bardzo dobre warunki. Kontakt 604358586, Aleja Wojska Polskiego 60, meblomargm@wp.pl
- Firma transportowa zatrudni samodzielnego mechanika samochodowego i pomocnika mechanika do pracy w Pułtusku. Oferujemy umowę o pracę na pełen etat. Atrakcyjne wynagrodzenie. Tel. 604 230 130
- Zatrudnię brukarzy oraz pomocników. Kontakt telefoniczny 518938622

SZUKAM PRACY

- Poszukuję pracy w charakterze opiekunki do dziecka, osoby starszej lub sprzątanie. Tel. 533-298-136, 509-802-560

**OGŁOSZENIA URZĘDU
PRACY W LEGIONOWIE
Stan na dzień 28.01.2022 r.**

**Telefon kontaktowy:
(22) 764 03 39**

email: oferty@puplegionowo.pl

- "ADAMS" Z.P.U. ADAM PERKOWSKI, Łajski, Pracownik

Biuro, 1 stanowisko. Wymagania: wykształcenie średnie ogólnokształcące, preferowane techniczne, znajomość MS OFFICE, mile widziana znajomość języków obcych. Obowiązki: Obsługa klienta, przyjmowanie i koordynacja zamówień, pilnowanie przeglądów serwisowych, przygotowanie dokumentacji. Firma zajmuje się sprzedażą bram segmentowych, przeciwpożarowych, kart rolowanych, rolet.

- AVIOTEX KKC SPÓŁKA Z OGRANICZONĄ ODPOWIEDZIALNOŚCIĄ, Legionowo, Księgowa, 1 stanowisko. Wymagania: wykształcenie średnie ogólnokształcące, doświadczenie przy prowadzeniu Księgowości SPZ O.O. Obowiązki: praca w Księgowości/ pełna Księgowość SPZ O.O.
- BANK SPÓŁDZIELCZY W LEGIONOWIE, Doradca Klienta, 2 stanowiska. Wymagania: wykształcenie średnie ogólnokształcące, obsługa MS Office, Praca w zespole, obsługa klienta, dyspozycyjność, doświadczenie w Bankowości- mile widziane. Obowiązki: obsługa klientów w zakresie rachunków bankowych, kredytów, sporządzanie dokumentów, pozyskiwanie nowych klientów, obsługa transakcji gotówkowych, otwieranie rachunków powierniczych, mieszkaniowych, umiejętność analizy dokumentów formalno-prawnych, ocena zdolności kredytowej klienta.

- Centrum Szkolenia Łączności i Informatyki, Zegrze, Lektor Języka Obcego, 1 stanowisko. Wymagania: wykształcenie wyższe, kierunek: Filologia angielska, znajomość języka angielskiego: w mowie - C2 - biegły, w piśmie - C2 – biegły, znajomość MS OFFICE, bardzo wysoka kultura osobista, minimum dwuletnie doświadczenie w nauczaniu języka angielskiego dorosłych, umiejętność swobodnego wypowiadania się, odpowiedzialność, systematyczność, kreatywność. Obowiązki: prowadzenie zajęć dydaktycznych z języka angielskiego dla żołnierzy Wojska Polskiego na poziomie A1-B2+ w systemie stacjonarnym i zdalnym (z miejsca pracy), egzaminowanie z języka angielskiego żołnierzy Wojska Polskiego na poziomie A1-B2+, opracowywanie materiałów szkoleniowych i egzaminacyjnych, dbanie o rozwój i wizerunek lektoratu języków obcych, wykonywanie innych zadań zleconych przez Kierownika Lektoratu Języków Obcych.

- DORADZTWO PODATKOWE SPÓŁKA Z OGRANICZONĄ ODPOWIEDZIALNOŚCIĄ, Legionowo, Księgowy/ Kładowy, 1 stanowisko. Wymagania: wykształcenie pomaturalne/ policealne/wyższe, obsługa księgowa i kładowa podmiotów gospodarczych. Doświadczenie zawodowe: 3-5 lat. Obowiązki: obsługa księgowa i kładowa podmiotów gospodarczych, znajomość przepisów podatkowych i ubezpieczeń społecznych. Umiejętności interpersonalne, obsługa komputera i programów księgowych, obsługa programu Płatnik.

- Dowództwo Wojsk Obrony Terytorialnej, Zegrze, Specjalista W Zespole Dowódcy, 1 stanowisko. Wymagania: wykształcenie wyższe (w tym licencjat). Doświadczenie zawodowe: praca na podobnym stanowisku. Obowiązki: 1. Obsługa sekretariatu Dowódcy WOT. Planowanie, organizowanie oraz zabezpieczenie pracy Dowódcy WOT. Wysyłanie oraz odbieranie poczty.
- ENCO SPÓŁKA Z

OGRANICZONĄ ODPOWIEDZIALNOŚCIĄ, Warszawa, pomocnik elektryka, 2 stanowiska. Wymagania: wykształcenie średnie branżowe. Obowiązki: montaż aparatów i urządzeń elektrycznych.

- Instytut Fizjologii i Żywności Zwierząt im. Jana Kielanowskiego Polskiej Akademii Nauk, Jabłonna, Technik Obsługi Zwierząt, 1 stanowisko. Wymagania: wykształcenie zasadnicze zawodowe. Obowiązki: obsługa zwierząt gospodarskich m. in. kamienie oraz utrzymywanie w czystości, sprzątanie koi i klatek dla zwierząt, nadzór nad terenem i budynkami Laboratorium Dużych Modeli Zwierzęcych oraz pozostałych budynków Instytutu, kontrola pojazdów wjeżdżających i wyjeżdżających oraz osób wchodzących i wychodzących z terenu Instytutu, kodowanie i rozkodowywanie systemów alarmowych w budynkach Instytutu, prace porządkowe na terenie Instytutu.
- J.W.Construction Holding S.A. Oddział Hotel 500, Zegrze, Kelnier/ka, 2 stanowiska. Wymagania: wykształcenie średnie ogólnokształcące, obsługa kas fiskalnych, znajomość języka angielskiego, w mowie - B1 - średnio zaawansowany, w piśmie - B1 - średnio zaawansowany, minimum 6 miesięcy doświadczenia w zawodzie.
- J.W.Construction Holding S.A. Oddział Hotel 500, Zegrze, Kelnier/ka, 2 stanowiska. Wymagania: minimum 3 miesiące

doświadczenia/ możliwość przyuczenia, komunikatywna znajomość języka polskiego. Obowiązki: uzupełnianie bufetu śniadaniowego, dbałość o porządek i estetykę, sprzątanie Sali restauracyjnej, dbanie o wysoką jakość obsługi gości.

- Katarzyna Osiecka, Łajski, Przedstawiciel handlowy, 3 stanowiska. Wymagania: wykształcenie średnie ogólnokształcące, bardzo wysoka kultura osobista, bardzo dobra obsługa komputera, prawo jazdy. Pracodawca zapewnia szkolenie. Obowiązki: przedstawienie sprzętu, negocjacje i podpisanie umowy. Ze strony pracodawcy zapewnione są wszelkie materiały i sprzęt pokazowy oraz szkolenia.
- KROPKA Ewa Sobolewska, Legionowo, Obsługa w studio solarium, 1 stanowisko. Wymagania: wykształcenie średnie ogólnokształcące. Obowiązki: obsługa recepcji w solarium, bezpośrednia obsługa klienta, sprzedaż kosmetyków, dbanie o czystość w miejscu pracy.
- "MAXDEKOR" KŁYCIŃSKA ZOFIA, KŁYCIŃSKI ZBIGNIEW, KŁYCIŃSKI PAWEŁ, Michałów- Reginów, Pomoc sprzedawcy, 2 stanowiska. Wymagania: brak. Obowiązki: prace porządkowe w firmie, prasowanie, cięcie firan i tkanin, upinanie firan i tkanin.
- MED-MAR Marcin Maliszczuk, Warszawa, Specjalista ds. obsługi klienta, 1 stanowisko. Wymagania:

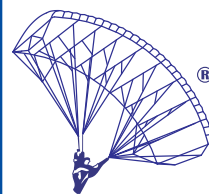
wykształcenie średnie ogólnokształcące, obsługa komputera, łatwość w nawiązywaniu kontaktów, umiejętność szybkiego wyszukiwania informacji, kontakt z Urzędami, kontakt telefoniczny i mailowy z klientem. Obowiązki: kontakt z urzędami, kontakt z klientami (telefoniczny i mailowy), raportowanie wykonanych kontraktów z klientami, tworzenie pism urzędowych.

- Premium Serwis Eugeniusz Mądry, Warszawa, Wulkanizator/Mechanik, 2 stanowiska. Wymagania: prawo jazdy kat. B, doświadczenie zawodowe: minimum pół roku doświadczenia zawodowego. Obowiązki: wymiana opon, wulkanizacja opon.
- R&R PARTS S.C., Jabłonna, Kierowca Samochodu Dostawczego, 2 stanowiska. Wymagania: prawo jazdy Kat. B. Obowiązki: rozwożenie towaru do warsztatów i sklepów.
- R&R PARTS S.C., Jabłonna, Magazynier, 2 stanowiska. Wymagania: prawo jazdy Kat. B. Obowiązki: praca na magazynie, przyjmowanie, rozkładanie i wydawanie towarów.
- SZKOŁA PODSTAWOWA NR 3 IM. JANUSZA KUSOCIŃSKIEGO W LEGIONOWIE, Pracownik utrzymania czystości (sprzątaczką), 1 stanowisko. Wymagania: chęć do pracy, dokładność, punktualność. Obowiązki: utrzymanie porządku i czystości w przydzielonych pomieszczeniach.
- SZKOŁA PODSTAWOWA NR 3 IM. JANUSZA KUSOCIŃSKIEGO W

BUDOWA DOMÓW
USŁUGI BUDOWLANE

Piotr Mostowiec
tel: 698 873 597

www.budowa-domow.info



AIR - POL

Producent sprzętu spadochronowego
firma **AIR-POL Sp. z o.o.**
z Legionowa

www.air-pol.com.pl/praca

Poszukujemy kandydatów na stanowisko:

- szwaczka
- pracownik prac ręcznych na produkcji
- ślusarz
- rymarz

Praca od pon.-pt., w godz. 7-15 / 8-16

Więcej informacji udzielamy telefonicznie **22 774 07 11**
lub osobiście w siedzibie przy **ul. Olszankowej 52**



tel. 665-805-600

SPRZEDAM MIEJSCA GARAŻOWE W CENTRUM LEGIONOWA UNORMOWANY STAN PRAWNY, KSIĘGA WIECZYSTA tel. 601 382651, 603 266 770

LEGIONOWIE, Pomoc nauczyciela z językiem ukraińskim, 1 stanowisko. Wymagania: wykształcenie średnie ogólnokształcące, znajomość języków obcych: bieglej znajomość w mowie i piśmie j. polskiego i j. Ukraińskiego. Obowiązki: pomoc dzieciom obywatelstwa ukraińskiego w nauce w języku polskim.

• **USŁUGI BLACHARSKO-DEKARSKIE**
S.C. GIERNATOWSKI
W. GIERNATOWSKA H.,
Legionowo, Dekarz/Pomocnik
Dekarza, 1 stanowisko.
Wymagania: brak. Obowiązki:
praca na wysokości.

• Szkoła Podstawowa z Oddziałami Integracyjnymi nr 342, Warszawa, Robotnik do prac ciężkich, 1 stanowisko. Wymagania: wykształcenie zasadnicze zawodowe. Obowiązki: prace porządkowe na terenie szkoły, wykonywanie prac wymagających użycia siły fizycznej, inne czynności zlecone przez przełożonego.

• Szkoła Podstawowa z Oddziałami Integracyjnymi nr 342, Warszawa, Opiekun dzieci w czasie przejścia przez jezdnię, 1 stanowisko. Wymagania: wykształcenie podstawowe, mile widziane doświadczenie na podobnym stanowisku. Obowiązki: przeprowadzanie dzieci przez przejście dla pieszych. Wykonywanie prac gospodarczych i porządkowych na terenie posesji i budynku szkoły.

• **ZESPÓŁ SZKOLNO-PRZEDSZKOLNY NR 3**, Legionowo, Sprzątaczką, 1 stanowisko. Wymagania: wykształcenie min. podstawowe, mile widziane doświadczenie pracy w placówce oświatowej. Obowiązki: codzienne zamykanie i zmywanie podłóg. Codzienna dbałość, odkurzanie dywanów. Codzienne wycieranie kurzu z parapetów, mebli, stolików i innych sprzętów znajdujących się w przydzielonym odcinku pracy. Codzienne opróżnianie pojemników na śmieci i ich dezynfekcja. Codzienne mycie tablic zielonych pisanych kredą w przydzielonych salach lekcyjnych. Codzienne wietrzenie sal lekcyjnych i korytarzy. Codzienne mycie umywalk, sedesów, pisuarów, glazury, posadzek oraz dezynfekcja muszli znajdujących się w przydzielonym odcinku pracy. Po zakończeniu pracy zamykanie okien i drzwi, dokręcanie kurków wodociągowych i gazowych, wygaszanie światła, zdawanie kluczy pracownikowi portierni. Niezwłoczne informowanie Kierownika gospodarczego, uszkodzeniach w razie jego nieobecności dyrektorowi szkoły o zauważonych uszkodzeniach mebli i powierzonego sprzętu oraz narzędzi pracy. Dokładne czyszczenie, pastowanie, froterowanie podłóg raz w tygodniu. Odkurzanie ścian, sufitów, miejsc trudno dostępnych, obrazów, plansz itp.,

raz w miesiącu. Mycie okien, gablot, przeszklonych szaf itp., raz na kwartał. Wykonywanie innych poleceń dyrektora szkoły i bezpośredniego przełożonego.

• **ZESPÓŁ SZKOLNO-PRZEDSZKOLNY NR 3**, Legionowo, Pomoc kuchenna, 1 stanowisko. Wymagania: wykształcenie podstawowe, doświadczenie zawodowe: mile widziane doświadczenie pracy w kuchni. Obowiązki: obróbka wstępna warzyw, owoców oraz wszelkich surowców do produkcji posiłków (mycie, obieranie, czyszczenie). Rozdrabnianie mięsa, warzyw, owoców i innych surowców z uwzględnieniem wymogów technologii i instrukcji obsługi maszyn gastronomicznych. Przygotowanie potraw zgodnie z wytycznymi kucharki i oszczędne gospodarowanie artykułami spożywczymi. Pomoc w

porcjowaniu i wydawaniu posiłków. Utrzymanie czystości i porządku na stanowisku pracy, przestrzeganie dyscypliny pracy. Mycie naczyń (wyparzanie) i sprzętu kuchennego. Sprzątanie magazynów żywnościowych, kuchni, obieralni, zmywalni, łazienki, pokoju do przebierania, szafek ze sprzętem kuchennym, pranie ścierek. Odpowiedzialność materialna za naczynia i sprzęt znajdujący się w kuchni. Praca w kuchni w czystym, białym fartuchu i nakryciu głowy. Zgłaszanie intendentowi przedszkola lub dyrektorowi wszelkich zauważonych zagrożeń. W okresie wakacji praca wg. harmonogramu ustalonego przez dyrektora. Zgodne działanie ze wszystkimi pracownikami Zespołu Szkolno-Przedszkolnego Nr 3. Wykonywanie innych poleceń zleconych przez dyrektora, intendenta oraz kucharki.

NIERUCHOMOŚCI

SPRZEDAM

• Sprzedam działkę z warunkami zabudowy przy ul. Nasielskiej. Można wyodrębnić 11 działek po 10 arów. Cena 1 działki o powierzchni 10 arów 70 000 zł. Za całość 770 000 zł. Kontakt +48603938651, Nasielska, becia_gierek@wp.pl

WYNAJMĘ

• Mieszkanie w pełni wyposażone w centrum Legionowa - 2450 zł.

W bardzo dobrym stanie, składa się z: salonu z kuchnią, toaletą + łazienką, sypialnia, mały pokój. Parking w garażu podziemnym. Tel. 600-248-975

KAWALERKA
W ŚCISŁYM
CENTRUM
LEGIONOWA
BLISKO
SZKOŁA, SKLEPY,
KOMUNIKACJA:
TEL. 501 668 501

KUPIĘ

KUPIĘ KAŻDĄ
NIERUCHOMOŚĆ
Z PROBLEMEM
PRAWNYM,
ZADŁUŻONĄ,
UDZIAŁY
W NIERUCHOMOŚCIACH
TEL. 786-805-828

WYNAJMĘ LUB SPRZEDAM DZIAŁKĘ PRZEMYSŁOWĄ
NA GRANICY LEGIONOWA
I ŁAJSK NA BAZĘ LOGISTYCZNĄ
POWIERZCHNIA 14 000M²
TELEFON: 605 949 167

GRAB BUD
USŁUGI REMONTOWE

tel: 693 564 617

• MONTAŻ OGRODZEŃ
• UKŁADANIE KOSTKI
• GLAZURA, TERAKOTA
• SUFITY PODWIESZANE
• GIPSOWANIE, MAŁOWANIE
• KONSTRUKCJE ŻELBETOWE
• DORADZTWO

**USŁUGI
REMONTOWO
BUDOWLANE**

BUDOWA DOMÓW

z wykończeniem pod klucz

KOPARKO - ŁADOWARKA

(niwelacja terenów, rozbiórka obiektów
budowlanych, wyburzenia, wykopy ziemne)

Usługi transportowe z HDS

tel: 733 321 893

transport kruszyw, stawianie reklam,
ziemia, piasek, żwir, wywóz gruzu luzem
lub w workach Big-Bag (samozaładunek)

PUŁTUSK - GRABÓWIEC 92G

WYKOPY, NIWELACJE TERENU ROZBIÓRKI, WYBURZENIA



koparko-ładowarka, wywrot + HDS

Pułtusk, tel. 693 564 617



BRIX

Dołącz do naszego zespołu w Kacicach

Poszukiwani pracownicy na stanowiska:

- Kierowca kategoria C
- Kierowca kategoria C+E
- Mechanik
- Operator maszyn budowlanych
- Pomocnik Mechanika
- Pracownik budowlany (robotnik drogowy)

Dołącz do naszego zespołu w Nasielsku

Poszukiwani pracownicy na stanowiska:

- Automatyk
- Betoniarz - zbrojarz
- Brygadzysta linii produkcyjnej
- Elektryk
- Kierowca kategoria C
- Kierowca kategoria C+E
- Lider Magazynu (główny magazynier)
- Mechanik
- Operator linii produkcyjnej
- Operator węża betoniarskiego
- Pomocnik Mechanika
- Pracownik magazynu (wózkowy)
- Pracownik produkcyjny
- Stolarz

Praca w Nasielsku,
z możliwością dojazdu z Pułtuską.

Zadzwoń **502 146 898**

Prześlij swoje cv:
skopec@drogiimosty.com.pl

DODAJ OGŁOSZENIE DROBNE

REDAKCJA@GAZETAPOWIATOWA.PL

WYŚLIJ TREŚĆ:

WYCENIMY I OPUBLIKUJEMY

Kacper Knochowski

NOWOŚĆ**Młodzi mają głos**

Student politologii na UKSW na wydziale społeczno-ekonomicznym. Młody analityk polskiej i zagranicznej sceny politycznej. Rodowity pultuszczanin.



Solidarni z Ukrainą!

Obrona Ukrainy nadal trwa. Już ponad 40 dni wojska rosyjskie okupują niektóre tereny naszego wschodniego sąsiada. Ten jednak bohaterstwo stawia czoła kremłowskiemu megalomaniowi, który ze względu na swoje wygórowane ambicje zdecydował się na tak nietrafiony krok w polityce międzynarodowej.

Ofensywa wojsk rosyjskich od dłuższego czasu nie potrafi przebić się przez zmobilizowany naród ukraiński. Cel, jakim było zdobycie stolicy Ukrainy, Kijowa, nie został zrealizowany. Przedwojenne spekulacje, czy Rosja jest pierwszą czy drugą siłą militarną świata, były bezsensowne. Należy wysunąć twierdzenie, że jest drugą siłą, ale na Ukrainie. Brak dobrego wyszkolenia żołnierzy i słaby technicznie sprzęt obala mit „potężnego” wojska.

Ukraina zaś, pomimo tego, że na początku była skazywana na sromotną porażkę w starciu z o wiele większym państwem, wyjdzie z tej wojny jako państwo o ogromnym potencjale. Patriotyzm narodu ukraińskiego daje doskonały wzór innym państwom do naśladowania tejże postawy. Idealna kooperacja narodu z władzą sprawia, że spory ideologiczne i ekonomiczne podczas tak trudnego kryzysu porzucono na rzecz walki z okupantem, który teraz jest jedynym problemem dla wolnej Ukrainy. Ponadto, 2 kwietnia Wiceminister Obrony Ukrainy powiedział, że „cały obwód kijowski został wyzwolony spod okupacji rosyjskiej”. Jest to budująca na duchu informacja, która miejmy nadzieję jeszcze bardziej podbuduje morale wojskowych i wręcz z impetem wyrzuci Rosjan za wschodnią granicę.

Świat bardzo pomaga Ukrainie. Stany Zjednoczone Ameryki po wielu latach izolacyjnej polityki wobec relacji transatlantyckich pokazuje, że jest prawdziwym przywódcą. Autorem takowej zmiany jest oczywiście prezydent Joe Biden, który pomimo wielu przeciwności i spekulacji o swojej rzekomej biernej polityce, wyrósł na prawdziwego lidera świata demokratycznego. Waszyngton w ubiegłym tygodniu przekazał Ukrainie rakiety i drony. Wsparcie militarne jest rzecz jasna niezbędne do dalszego wyzwolenia naszego sąsiada spod jarzma rosyjskiego okupanta. Nakładają oni również kolejne sankcje gospodarcze, które w znaczący sposób uderzą w rosyjskich oligarchów i całą gospodarkę.

Unia Europejska również wspiera swoich wschodnich sąsiadów. Podczas piątkowego szczytu UE-Chiny, przewodniczący Rady Europejskiej Charles Michel wezwał Pekin do pomocy w zakończeniu wojny na Ukrainie. Dodał również, że „przedłużanie wojny i dalsze zakłócanie w światowej gospodarce nie leżą w naszym interesie”. Państwa członkowskie Wspólnoty zajęły się również kwestią derusyfikacji źródeł energii w swoich gospodarkach. Ponadto doszło do zmiany kierunku wektora polityki międzynarodowej Niemiec. Zobowiązały się one jak najszybciej odejść od rosyjskich surowców. Polska także chciałaby uniezależnić się od surowców ze wschodu, jednak nie będzie to takie proste. Nasz kraj jest dużo bardziej uzależniony od rosyjskiego gazu, czy ropy, niżeli państwa Europy Zachodniej. Hasła rzucane przez niektórych polityków są nietrafione i mogą jedynie zaszkodzić polskiej gospodarce.

Ukraina broni się, jak może. Sankcje gospodarcze nakładane na Rosję zaczynają działać. Świat demokratyczny wspólnie walczy z autorytarnym oprawcą. Rosja bardzo przeliczyła się w tymże konflikcie, a skutki tego błędu będą jej doskwierać przez lata.

Rubryka **Dietetyka**

Zmęczony? - sprawdź, jakie mogą być powody

Czy cały czas czujesz się zmęczony? Czy masz ochotę na drzemkę bardziej niż zwykle? Wyczerpanie i niska energia są często wynikiem tego, co dzieje się w środku, a czasem braku tego, co się dzieje. Zmęczenie to termin używany do opisu ogólnego uczucia zmęczenia lub braku energii. To nie to samo, co uczucie senności. Kiedy cały czas czujesz się zmęczony, nie masz motywacji i energii. Senność może być objawem zmęczenia, ale to nie to samo. Podczas gdy wiele osób myśli, że posiadanie niskiej energii jest produktem ubocznym braku wystarczającej ilości snu, może to być poważniejsze i faktycznie objawem zespołu przewlekłego zmęczenia.

Oznaki chronicznego zmęczenia często obejmują skrajne zmęczenie, które może wystąpić po lekkim ruchu lub ćwiczeniach. Słabe podejmowanie decyzji, zamglenie/utrata pamięci i pogorszenie funkcji poznawczych mogą również być oznakami chronicznego zmęczenia. Zmęczenie to wczesny sygnał komunikacyjny z organizmu, że coś jest nie tak, ale przyczyny zmęczenia są bardzo różne.

Co może powodować zmęczenie?

1. Choroby i stan zdrowia

Istnieje wiele warunków, które mogą powodować uporczywe, niewyjaśnione zmęczenie, które przeszkadza w codziennych czynnościach. Mogą to być niedoczynność tarczycy, borelioza, astma, cukrzyca, obturacyjny bezdech senny, reumatoidalne zapalenie stawów, fibromialgia i choroby serca.

2. Przewlekłe infekcje

Kilka badań wykazało, że pacjenci skarżący się na chroniczne zmęczenie mają markery laboratoryjne zgodne z aktywną aktywnością patogenów i infekcją. Obejmują one stymulację limfocytów (rodzaj białych krwinek biorących udział w zwalczaniu infekcji), nieprawidłowe wzorce limfocytów T CD4+ i CD8+ (które są również zaangażowane w zwalczanie infekcji) oraz powiększenie węzłów chłonnych (powiększenie węzłów chłonnych zgodne z infekcją).

3. Brak równowagi w diecie i niedobory mikroelementów

Niejedzenie wystarczającej ilości lub spożywanie pokarmów, które nie są pożywne, może powodować zmęczenie. Jeśli jesz pokarmy, które powodują skoki glukozy we krwi, gdy tylko glukoza spada, czujesz się zmęczony. Jest wiele rzeczy, które możesz zrobić, aby zwiększyć energię i zapewnić sobie zdrową, dobrze zbilansowaną dietę.

- Spróbuj diety przeciwzapalnej lub dodaj pokarmy przeciwzapalne, takie jak ryby i oliwa z oliwek, warzywa i owoce.

- Ogranicz cukier, smażone potrawy i przetworzone mięso, tłuszcze trans.

- Pozostań nawodniony. Wiadomo, że odwodnienie pogarsza zmęczenie. Utrzymywanie odpowiedniego nawodnienia jest ważne dla poprawy lub utrzymania zdrowia.

- Zmniejsz spożycie cukru. Cukier może również tymczasowo zwiększyć twoją energię, ale późniejszy krach może spotęgować twoje zmęczenie. Zamiast sięgać po pokarmy z rafinowanym cukrem, jedz naturalnie słodkie pokarmy z odrobiną białka, aby wyrównać poziom cukru we krwi i energii.

- Staraj się uwzględniać warzywa we wszystkich kolorach przez cały dzień, aby uzyskać ich wyjątkowe składniki odżywcze i korzyści. Na przykład czerwone warzywa są pełne fitoskładników, które działają jak przeciwutleniacze i poma-

HOLISTIC BODY

Marcin Michalski

Dietetyką oraz tematami, które wpływają na poprawę zdrowia interesuję się od 2014 roku. Wtedy też powstał projekt Holistic Body, którego misją jest optymalizacja wielu elementów prowadzących do lepszego zdrowia. Moim celem jest pomaganie osobom z problemami zdrowotnymi poprzez zmianę nawyków życia codziennego. Dbanie o siebie poprzez aktywność fizyczną, akceptację ciała, pozytywne myślenie, odpowiedni sen i zdrowe odżywianie, jest kluczem do osiągnięcia dobrego zdrowia.



gają zmniejszyć stan zapalny. Żółte warzywa zawierają ważne witaminy i minerały, takie jak witaminy A, C i B6.

- Ogranicz przetworzoną żywność. Żywność mocno przetworzona zazwyczaj ma mniej składników odżywczych niż ich odpowiedniki w całości. Ważne jest, aby łączyć rośliny — takie jak rośliny strączkowe, owoce, warzywa i produkty pełnoziarniste — aby zaspokoić potrzeby organizmu.

- Uwzględnij zdrowe tłuszcze. Zdrowe tłuszcze są ważne dla zdrowia mózgu i serca, a także mogą pomóc w zmniejszeniu stanu zapalnego. Oliwa z oliwek, orzechy, nasiona, ryby, awokado.

4. Czynniki stylu życia

Mogą to być: wysiłek fizyczny, brak aktywności fizycznej, brak snu, nadwaga lub otyłość, okresy stresu emocjonalnego, nuda, regularne spożywanie alkoholu

5. Zmęczenie ośrodkowego układu nerwowego

Stres, zarówno emocjonalny, jak i fizyczny, jest definiowany jako realne lub postrzegane zagrożenie dla naszej homeostazy (równowagi). Kiedy dostrzegamy, że jesteśmy w niebezpieczeństwie, reagujemy „walcz lub uciekaj”, co przygotowuje nas do ucieczki lub pozostania i walki. Aby to zrobić, nasze ciało uwalnia hormony, które powodują szybsze bicie serca, zwiększają poziom cukru we krwi, aby napędzać mięśnie i przyspieszają oddychanie, a także wiele innych reakcji. Przy znacznym, ciągłym stresie system ten aktywuje się zbyt często. Gdy nie ma czasu na odpoczynek,

dochodzi do dysregulacji.

6. Dysfunkcja jelit

Istnieje wiele patologii związanych ze zdrowiem jelit, które są związane ze zmęczeniem, w tym przerost bakterii w jelicie cienkim (SIBO), przewlekłe infekcje (bakteryjne, wirusowe, pasożytnicze), dysbioza i przerost grzybów, przepuszczalność jelit i nietolerancje pokarmowe.

Istnieje kilka mechanizmów wyjaśniających to połączenie:

- Zmniejszona absorpcja składników odżywczych potrzebnych do produkcji energii i prawidłowego funkcjonowania fizjologicznego
- Nieprawidłowa funkcja immunologiczna lub odpowiedź spowodowana zaburzoną mikrobiomem jelitowym
- Przewlekły stan zapalny i stres oksydacyjny
- Upośledzona detoksykacja

- Istnieje kilka mechanizmów wyjaśniających to połączenie:

- Zmniejszona absorpcja składników odżywczych potrzebnych do produkcji energii i prawidłowego funkcjonowania fizjologicznego
- Nieprawidłowa funkcja immunologiczna lub odpowiedź spowodowana zaburzoną mikrobiomem jelitowym
- Przewlekły stan zapalny i stres oksydacyjny
- Upośledzona detoksykacja

7. Hormony

Kilka hormonów może przyczyniać się do zmęczenia. Twoja tarczyca zasila każdą komórkę w twoim ciele poprzez hormony, które wytwarza, a te hormony zasilają wszystkie twoje procesy metaboliczne i odgrywają ogromną rolę w twoim poziomie energii, temperaturze ciała i metabolizmie. Dwa główne hormony wydzielane przez tarczycę to trijodotyronina (T3) i tyroksyna (T4), każdy niedobór tych hormonów może przyczyniać się do zmęczenia.

Najczęstszą postacią choroby tarczycy jest choroba Hashimoto, choroba autoimmunologiczna, w której układ odpornościowy atakuje tarczycę, powodując niedostateczną produkcję hormonów.

**TO MIEJSCE CZEKA NA
TWOJĄ REKLAMĘ**

reklama.pgp@pultusk24.pl
tel. 500 098 227

PODZIĘKOWANIA

Podczas Charytatywnego Kiermaszu Wielkanocnego „SOLIDARNI Z UKRAINĄ” współorganizowanego przez Gminę Pultusk, który odbył się w niedzielę, 3 kwietnia 2022 r. w Centrum Dziedzictwa Kulturowego w Pultusku udało się zebrać kwotę **5596,50 zł.**

Cały dochód z kiermaszu jest przeznaczony na pomoc obywatelom Ukrainy zamieszkującym na terenie Gminy Pultusk.

Burmistrz Miasta Pultusk dziękuje podmiotom – stowarzyszeniom, firmom, instytucjom i osobom prywatnym, za bezinteresowną pomoc, ogromne zaangażowanie i pracę, bez których kiermasz nie mógłby się odbyć:

PCK HDK „KROPLA ŻYCIA” w Pultusku

Piekarnia Białczak w Pultusku – Sławomir Białczak

Dom Polonii w Pultusku

Zakład Cukierniczy – Wypiek Obwarzanków Grzegorz Niedzielski w Pultusku

Koło Gospodyń Wiejskich w Lipnikach Starych

Koło Gospodyń Wiejskich w Przemiarowie

Koło Gospodyń Wiejskich „Kwiaty we włosach” w Trzcincu

Koło Gospodyń Wiejskich w Grominie

Koło Gospodyń Wiejskich w Lipnikach Nowych

Ochotnicza Straż Pożarna w Grabówcu

Przedstawiciele Społeczności Ukraińskiej

Bogumiła Przybyłowska

Julita Lubelska

Katarzyna Szczypińska

Wydział Promocji, Kultury i Sportu Urzędu Miejskiego w Pultusku

Tetiana Sonharova

Stowarzyszenie „Puszcza Biała – Moja Mała Ojczyzna” w Pniewie

Halina Witkowska

Pasmanteria „Niteczka” w Pultusku

Stowarzyszenie Amazonek w Pultusku (Teresa Osowiecka)

Specjalny Ośrodek Szkolno-Wychowawczy im. Anny Karłowicz w Pultusku

Publiczna Szkoła Podstawowa nr 1 im. Klaudyny Potockiej w Pultusku

Fundacja Aktywizacji Społecznej „Równaj szanse” w Pultusku

Zuzanna Poteraj

Magdalena Suchta

Anna Morawska

Aldona Romańska

Pultusk, kwiecień 2022 r.



ZAGŁOSUJ NA NAJPIĘKNIEJSZY MURAL PULTUSKI

Plebiscyt muralowy

Zapraszamy wszystkich mieszkańców naszej gminy, choć nie wyłącznie, i bez względu na wiek, wykształcenie oraz osobiste talenty, do wzięcia udziału w plebiscycie muralowym poprzez wskazanie jednego z malowideł powstałych ostatnio w pultuskiej przestrzeni miejskiej jako najlepszego, wraz z uzasadnieniem swojego wyboru. Głosowanie będzie trwało od 1 do 15 kwietnia br. za pośrednictwem poczty e-mailowej, z dopiskiem PLEBISCYT MURALOWY, którą prosimy kierować na adres: pks@pultusk.pl. Najciekawsze argumentacje, jakie od Państwa otrzymamy, zostaną wyróżnione i docenione przez Burmistrza. Dodatkowym wzmocnieniem zgłoszenia może być próba odczytania szczególnego, acz domyślnego, lecz aktualnie bardzo ważnego przesłania, wynikającego z przekazu chronologicznie najmłodszego muralu noszącego nazwę „Pultuski Hejnał”.

Wydział Promocji, Kultury i Sportu

Zawiadomienie o wszczęciu postępowania

Zgodnie z art. 61 § 4 ustawy z dnia 14 czerwca 1960 r. - Kodeks postępowania administracyjnego (Dz. U. z 2021 r. poz. 735 z późn. zm.)

z a w i a d a m i a m

że na wniosek ENERGIA OPERATOR S.A., w imieniu której działa pełnomocnik Pan Patryk Rutecki wszczęte zostało postępowanie administracyjne w sprawie ustalenia lokalizacji inwestycji celu publicznego polegającej na budowie elektroenergetycznej sieci kablowej nn 0,4 kV wraz ze złączami kablowo – pomiarowymi, na terenie działek nr ewid. 102, 148, 153/1, 153/2, 153/3, 153/4, 153/5, 153/6, 153/7 we wsi Lipniki Nowe gm. Pultusk.

Strony postępowania mogą zapoznać się z aktami sprawy po wcześniejszym uzgodnieniu terminu z właściwym pracownikiem Urzędu (zgodnie z Zarządzeniem Nr 166/2020 Burmistrza Miasta Pultusk z dnia 22.04.2020 r. z późn. zm. w sprawie ograniczenia dostępu interesantów do pomieszczeń Urzędu Miejskiego w Pultusku oraz Miejskiego Ośrodka Pomocy Społecznej w Pultusku) oraz zgłosić do niej ewentualne wnioski, dowody i uwagi.

Zgodnie z art. 78 § 1 KPA, strona ma prawo żądać przeprowadzenia dowodu, który może być uwzględniony, gdy przedmiotem dowodu jest okoliczność mająca znaczenie dla sprawy.

Sprawę prowadzi: Justyna Borowska, tel. 23 306 72 37, justyna.borowska@pultusk.pl

Z up. Burmistrza
mgr inż. Anna Maliszewska
Kierownik Wydziału
Gospodarki Gruntami i Architektury

OBWIESZCZENIE

Zgodnie z art. 49 ustawy z dnia 14 czerwca 1960 r. - Kodeks postępowania administracyjnego (Dz. U. z 2021 r. poz. 735 z późn. zm.), w związku z art. 53 ust. 1 ustawy z dnia 27 marca 2003 r. o planowaniu i zagospodarowaniu przestrzennym (Dz. U. z 2022 r., poz. 503), zawiadamiam, że na wniosek ENERGIA OPERATOR S.A., w imieniu której działa pełnomocnik Pan Bogdan Sadowski, w dniu 30.03.2022r. została wydana decyzja Nr 6/2022, o ustaleniu lokalizacji inwestycji celu publicznego polegającej na budowie linii kablowych SN 15kV i budowie linii kablowych nN 0,4kV na terenie działek nr ewid. 67/31, 67/33, 67/34, 67/29, 65/134, 65/131, 65/138, w obrębie 12 m. Pultusk.

W/w decyzja dostępna jest do wglądu w Urzędzie Miejskim w Pultusku, ul. Rynek 41, po wcześniejszym uzgodnieniu terminu z właściwym pracownikiem Urzędu (zgodnie z Zarządzeniem Nr 166/2020 Burmistrza Miasta Pultusk z dnia 22.04.2020 r. z późn. zm. w sprawie ograniczenia dostępu interesantów do pomieszczeń Urzędu Miejskiego w Pultusku oraz Miejskiego Ośrodka Pomocy Społecznej w Pultusku). Od w/w decyzji służy stronom prawo wniesienia odwołania do Samorządowego Kolegium Odwoławczego w Ciechanowie za pośrednictwem Burmistrza Miasta Pultusk w terminie 14 dni od daty ukazania się niniejszego obwieszczenia w prasie lokalnej. Zgodnie z art. 53 ust. 6 ustawy z dnia 27 marca 2003 r. o planowaniu i zagospodarowaniu przestrzennym odwołanie od decyzji o ustaleniu lokalizacji inwestycji celu publicznego powinno zawierać zarzuty odnoszące się do decyzji, określać istotę i zakres żądania będącego przedmiotem odwołania oraz wskazywać dowody uzasadniające to żądanie.

Sprawę prowadzi: Magdalena Dębska-Konopka, (tel. 23 306 72 04),
e-mail: magdalena.debska-konopka@pultusk.pl

Z up. Burmistrza
mgr inż. Anna Maliszewska
Kierownik Wydziału
Gospodarki Gruntami i Architektury

Zawiadomienie o wszczęciu postępowania

Zgodnie z art. 61 § 4 ustawy z dnia 14 czerwca 1960 r. - Kodeks postępowania administracyjnego (Dz. U. z 2021 r. poz. 735 z późn. zm.)

z a w i a d a m i a m

że na wniosek Gminy Pultusk, w imieniu której działa pełnomocnik Pan Jarosław Klejment wszczęte zostało postępowanie administracyjne w sprawie ustalenia lokalizacji inwestycji celu publicznego polegającej na budowie linii napowietrznej oświetlenia ulicznego nN 0,23 kV, na terenie części działek nr ewid. 173 i 174 we wsi Głodowo gm. Pultusk.

Strony postępowania mogą zapoznać się z aktami sprawy po wcześniejszym uzgodnieniu terminu z właściwym pracownikiem Urzędu (zgodnie z Zarządzeniem Nr 166/2020 Burmistrza Miasta Pultusk z dnia 22.04.2020 r. z późn. zm. w sprawie ograniczenia dostępu interesantów do pomieszczeń Urzędu Miejskiego w Pultusku oraz Miejskiego Ośrodka Pomocy Społecznej w Pultusku) oraz zgłosić do niej ewentualne wnioski, dowody i uwagi.

Zgodnie z art. 78 § 1 KPA, strona ma prawo żądać przeprowadzenia dowodu, który może być uwzględniony, gdy przedmiotem dowodu jest okoliczność mająca znaczenie dla sprawy.

Sprawę prowadzi: Justyna Borowska, tel. 23 306 72 37, justyna.borowska@pultusk.pl

Z up. Burmistrza
mgr inż. Anna Maliszewska
Kierownik Wydziału
Gospodarki Gruntami i Architektury



Pultusk
nowoczesnym miastem z tradycjami

Urząd Miejski w Pultusku przyjmuje interesantów:
w poniedziałki w godz. 8.00 - 17.00
od wtorku do czwartku w godz. 8.00 - 16.00
w piątki w godz. 8.00 - 15.00

Elektroniczna skrzynka podawcza: www.pultusk.eboi.pl;
e-mail: um@pultusk.pl; www.pultusk.pl; BIP: www.bip.pultusk.pl

PRZYJĘCIA INTERESANTÓW:

Burmistrz Miasta Pultusk Wojciech Gregorczyk

przyjmuje interesantów:

- poniedziałki w godzinach 14:00-17:00 w sprawach skarg i wniosków
- wtorki w godzinach pracy Urzędu

Zastępca Burmistrza Miasta Pultusk

przyjmuje interesantów, przedsiębiorców

oraz osoby zainteresowane prowadzeniem działalności gospodarczej

- piątki w godzinach pracy Urzędu

Sekretarz Miasta Pultusk

przyjmuje interesantów

- poniedziałki w godzinach 9:00-15:00



**Burmistrz Miasta Pultusk
Wojciech Gregorczyk**

BETON TOWAROWY

WSZYSTKICH KLAS

- bloczki betonowe
- elementy ogrodzeniowe
- kostka brukowa
- elementy ścienne do budowy domów



SPRZEDAŻ BETONU:
 **601 779 779**



**Wytwórnia betonu
i asfaltobetonu**

Siedziba główna firmy
Kacice 76, 06-100 Pułtusk
tel. 23 692 86 52
drogiimosty@drogiimosty.com.pl



**Wytwórnia prefabrykatów
betonowych i betonu**

Kosewo 134, 05-190 Nasielsk
tel. 23 333 50 10
biuro@brix.net.pl



www.drogiimosty.com.pl

www.brix.net.pl

Droga do sukcesu winnickich szczypiornistek

Winnickie szczypiornistki to III zespół Mazowska Mazowieckiej Ligi Młodzików Młodszych rocznika 2008. Najmocniejszej i najliczniejszej ligi w Polsce. Jest to ogromny sukces dziewcząt i wszystkich, którzy je wspierali. To, że mały klub, wywodzący się z gminnej wiejskiej szkoły, rywalizuje jak równy z równym z wielkimi klubami, klasami sportowymi i ośrodkami OSPR jest czymś wielkim. Ekipa z Winnicy to dziewczęta nie tylko z rocznika 2008 ale również z 2009 i 2010 a jednak nadrabiamy to sercem do walki i charakterem. Dziewczęta mają wielkie wsparcie od rodziców i od władz nowego klubu LUKS 19 Winnica, którzy bardzo wierzą w winnickie dziewczęta.

Droga do tego sukcesu w ostatnim czasie prowadziła przez trzy turnieje (w Cegłowie 27.02, w Winnicy 19.03 i w Radzyminie 27.03), gdzie dziewczęta z LUKS 19 Winnica rozegrały sześć bardzo ciężkich spotkań z czołowymi ekipami ligi. Wyniki to w Cegłowie 12:23 z Ruścem i 17:18 z Siedlcami, w Winnicy 32:14 z Mławą i 22:30 z Radzyminem oraz w Radzyminie 15:30 z Radzyminem i 20:27 z Ruścem. Mecze te bardzo dużo nas nauczyły i na pewno zapoczątkują w przyszłości.

Dziękujemy za wsparcie radnym gminy Winnica oraz wójtowi Robertowi Wróblewskiemu i prosimy władze gminy o stworzenie systemu wsparcia tych dzieci, przeznaczenia odpowiednich sum pieniędzy na sportową pracę z dziećmi, bo nie są to pieniądze wyrzucane w błoto tylko fundusze, które zapoczątkują oraz o stworzenie przejrzystego systemu

podziału środków. Bez tego nadal będziemy działać jak partyzanci i liczyć na wielkie serca naszych sponsorów – Przyjaciół. Gdyby nie Oni to moglibyśmy tylko pomarzyć o takich sukcesach. Należą do nich winnicka mleczarnia na czele z prezesem Wojciechem Jamiołkowskim, Ewa Dulińska właścicielka winnickiej firmy Daria, doktor Robert Gajda z Fundacją Zdrowy Styl Życia, Andrzej Grabowski właściciel Polmleku, Jan Kaczmarczyk właściciel firmy Drogi i Mosty, Józef Łatyfowicz właściciel firmy Isbud, Ireneusz Górecki prezes Banku Spółdzielczego w Nasielsku oddział w Winnicy, Krzysztof Gierczak właściciel firmy Gerpól, Mariusz Wełna właściciel firmy Głazbud oraz Sławomir Białczak właściciel piekarni Białczak. Z całego serca DZIĘKUJEMY! Dziękujemy również dyrekcji naszej szkoły, dyrektorowi

Andrzejowi Zarębie, dyrektor Annie Jacek-Walesiak za wsparcie, bez którego trudno byłoby funkcjonować w kwestii organizacji treningów i meczy. Dziękujemy Kasi Adamczyk za to, że możemy zawsze liczyć na profesjonalną opiekę medyczną, Klaudii Świątkowskiej za ogarnięcie stolika podczas zawodów w Winnicy, paniom kucharkom za przygotowanie poczęstunków oraz paniom nauczycielkom i paniom z obsługi naszej szkoły za wyrozumiałość. DZIĘKUJEMY!

Gratulujemy zespołowi z Radzymina, który wygrał ligę, zespołowi z Ruśca, który zajął drugie miejsce oraz wszystkim zespołom biorącym udział w rozgrywkach. Dziękujemy za sportową rywalizację, a działaczom Warszawsko – Mazowieckiego Związku Piłki Ręcznej dziękujemy za organizację rozgrywek 9 kwietnia dziewczęta wystąpią



na turnieju rocznika 2007 w Sobolewie. Trzymajmy kciuki! NASZE MISTRZYNIIE Olga Gołębiewska, Asia Śmiałowska, Kinga Krawczyk, Małgosia Kopycińska, Martyna Berent, Wiktoria Rzechkowska, Zosia Brzozowska, Weronika Kiela, Jessica Strauch, Kinga Czyżewska, Emilka Głodowska, Karolina Mączyńska, Julia Kobjrzyńska, Nadia Jasińska, Sandra Andryszczyk, Nikola Rakowska, Blanka Dygus. Również młodszy zespół dziewcząt LUKS 19 Winnica zakończył rundę zasadniczą mazowieckiej ligi dziewcząt młodszych rocznik 2010 i 23 kwietnia Winniczanki rozpoczną walkę w fazie finałowej. Zanim o tego dojdzie możemy podsumować ostatnie trzy turnieje i dwa miesiące grania. Pierwszy z nich, a drugi turniej fazy zasadniczej w nowym roku odbył się 26 lutego w naszej Winnicy. Dziewczęta zagrały dwa zacięte mecze z koleżankami z Małkini. Oba dostarczyły licznie przybyłej widowni niezapomnianych sportowych wrażeń. Choć pokonujemy Małkinię II 16:10 i przegrywamy z Małkinią I 10:20, to cieszy nas o wiele lepsza gra niż miesiąc wcześniej na turnieju w Małkini. Widać było, że dziewczęta zostały w grze swoje serducha. Niezawodne Mamy naszych zawodniczek przygotowały wspaniałe słodki poczęstunek dla naszych małych gości z pozostałych

zespołów. Dziękujemy. Kolejny turniej odbył się 12 marca w Radzyminie. Choć bardzo osłabieni po cichu liczyliśmy na dobry występ, a czekała nas gra z bardzo silnymi ekipami z Zielonki i Marek. Nasze maluszki zagrały świetne zawody, które chciałyby się oglądać zawsze. W pierwszym spotkaniu walczyły bardzo zacięte z koleżankami z Zielonki. Do przerwy wynik 6:4 i po ostatnim gwizdku sędziego 13:8 dla naszych zawodniczek. Brawo! W drugim meczu zaczynamy od 0:3 i się nie poddajemy. Na przerwę schodzimy prowadząc już 7:3, a ostatecznie wygrywamy 16:7. Bardziej niż wyniki cieszy postawa, świetna gra, charakterna i nieustępliwa. Jest to liga rocznika 2010, a w naszym pierwszym składzie grały jedynie cztery dziewczynki z 2010 czyli Nikola Rakowska, Karolina Mączyńska, Julka Kobjrzyńska i Nadia Jasińska. Pozostałe to jedna zawodniczka z 2011 czyli Maja Staniszevska i dwie z trzeciej klasy z rocznika 2012 czyli Kornelia Kaźmierczak i Patrycja Kowalewska. Do zmiany zawsze gotowe Nikola Zaręba z 2012 i trzy maluszki z 2013 Maja Wodyńska, Oliwia Wiloch i Asia Mierzejewska. Z powodu choroby zabrakło walecznych Sandry Andryszczyk, Halinki Glinickiej oraz Ani Szmít i Natalii Bartczak. Takie są realia małej szkoły w małej miejscowości, ale jak widać po naszych zawodniczkach wiel-

kim sercem i charakterem można wiele nadrobić, jak brak klas sportowych, czy pochodzenie z małej szkoły. Brawo! Ostatni turniej odbył się 26 marca w Markach. Czekaliśmy tutaj rewanżu z zespołami z Zielonki i Marek. Szczególnie pierwszy mecz był ważny ponieważ decydował o wejściu do najlepszej czwórki ligi. Z powodu paru spraw, które nas zaskoczyły, rozważaliśmy nawet nieprzyjechanie do Marek, ale postanowiliśmy mimo to walczyć. Nasze dziewczęta zostały na parkiecie dużo sił i serce pełne walki. Pomimo, że przegraliśmy 14:18 (8:9) to czapki z głów przed naszymi dziewczętami. Było to spotkanie, które pokazało jak charakterne mamy dziewczęta. Druga potyczka z koleżankami z Marek nie miała już znaczenia dla kolejności w tabeli, więc postanowiliśmy dać pograć naszej drugiej i trzeciej klasie. Choć dziewczęta przegrały 5:10 (2:6) to było to dla nich wielkie przeżycie gracie ze starszymi koleżankami, a to, co pokazały co na parkiecie zasługuje na gromkie brawa. Zatem ajmujemy trzecie miejsce w swojej grupie i czekają nas trzy turnieje (sześć meczy) o miejsca V-VIII na Mazowszu. Trzymajmy kciuki za dziewczętnastki z Winnicy. Opiekunowie zespołów z Winnicy to Marzena Staniszevska-Szeliga oraz Tomasz Szeliga.

Tomasz Szeliga



PULTUSKA
gazeta powiatowa

Miejcie odwagę... Nie tę tchnącą szaleń, która na oślepi leci bez oręza, Lecz tę, co sama niezdołym waleń Przeciwnie losy stałością zwycięża.
Adam Asnyk

ADRES REDAKCJI:
06 - 100 Pułtusk,
ul. Kotlarska 8

tygodnik społeczno - kulturalny mieszkańców Pułtusk i powiatu pułtuskiego

WYDAWCA:

AGA PRESS Agencja Wydawniczo-Reklamowa, ul. Kotlarska 8, 06-100 Pułtusk

Redaguje zespół:

Wydawca - Agnieszka Anulewicz
Redaktor naczelna - Anna Jakim-Morawska naczelnia.pgp@pultusk24.pl
Sekretarz redakcji - Ewa Kowalczyk e.kowalczyk@pultusk24.pl
Skład DTP - Łukasz Dąbrowski skladpgp@wp.pl
Biuro reklam i ogłoszeń - reklama.pgp@pultusk24.pl

Dziennikarze:

Grzegorz Hubert Gerek - grzegorz.gerek@pultusk24.pl
Lech Chybowski - le.chybol@op.pl
Karolina Pawleńska - karolina.pawlenska@pultusk24.pl

KONTAKT

Redakcja:
redakcja.pgp@pultusk24.pl
tel. 23 692 81 12

Biuro reklam i ogłoszeń:
reklama.pgp@pultusk24.pl
tel./fax 23 692 81 12

AGA PRESS
agapress@pultusk24.pl
tel. 23 692 81 12

Materiałów nie zamówionych redakcja nie zwraca, a ponadto zastrzega sobie prawo dokonywania skrótów. Wydawca ani redakcja nie odpowiada za treść reklam i ogłoszeń. Anonimy wyrzucamy do kosza.



Muzeum Regionalne w Puławie

Samorząd Gminy Pułtusk
Muzeum Regionalne w Puławie
Stowarzyszenie Puszcza Biała - Moja Mała Ojczyzna

zapraszają na:

XXIII SPOTKANIA ZE SZUKĄ WIELKANOCNĄ PUSZCZY BIAŁEJ

09 KWIETNIA 2022 R. (SOBOTA)
GODZ. 9⁰⁰ - 12⁰⁰

Centrum Dziedzictwa Kulturowego
ul. Rynek 13

W PROGRAMIE:

- KIERMASZ REGIONALNEGO RĘKODZIEŁA LUDOWEGO
- WARSZTATY DLA DZIECI, MŁODZIEŻY I DOROSŁYCH:
- PALMY WIELKANOCNE
- PISANKI WYKLEJANE SITOWIEM

Wszystkie materiały (z wyjątkiem wyduszek i patyczków) zapewniają organizatorzy

reklama...



Tradycyjnie dobry wybór

ZAPRASZAMY DO SKLEPÓW
Sklep MINI GAMA ul. Świętojańska 2
Sklep MINI GAMA ul. Daszyńskiego 5
Sklep GAMA ul. Tartaczna 33
Sklep GAMA ul. Traugutta 23

Odwiedzaj nasze sklepy i korzystaj z promocji!

Kaszanka gryczana JBB



16,80
zł/kg

Paszтет na okrągło JBB



24,99
zł/kg

Schabówka w przyprawach JBB



28,75
zł/kg

Kiełbasa biała rusztowa JBB



20,90
zł/kg

Z kartą kupujesz 2,5% taniej. Wyrób kartę stałego klienta!

Odbieraj **GRATISOWE BONY** u kierownika sklepu.

U NAS OPŁACISZ SVOJE RACHUNKI !!!

prąd gaz telefon TV

Znajdź nas: facebook SpołemPssPułtusk

WRÓBELKI ĆWIERKAJĄ

czyli informacje nie potwierdzone (choć zapewne pewne)



Pułtusk nad Bugiem

W ubiegłym tygodniu wróbelki przeczytały z zainteresowaniem o tym, jak to terytorialiści nie ustają w podnoszeniu swoich umiejętności bojowych i przeciwkryzysowych. Te umiejętności ćwiczyli w Puławie, w pobliżu mostu wyszkowskiego, gdzie, jak zrelacjonowali, rozwijali i eksploatowali pompę wodną wysokiej wydajności, a także przeprowadzili przez rzekę z użyciem łodzi saperskiej płaskodennej, ustawianie pojedynczej miny przeciwpancernej, przygotowanie i ustawianie sieci ogniowej wybuchowej, rozpoznanie inżynierskie przy użyciu wykrywacza min. I wszystko było by fajnie, gdyby nie fakt, że – zgodnie z relacją z Puławki – działa się to na rzece Bug. Miejmy nadzieję, że była to tylko tak zwana pomyłka pisarska, w przeciwnym razie wróbelki sugerują ćwiczenia z mapą czy coś.

Radny się oburzył na nazwę uchwały – i słusznie!

Podczas ostatniej sesji Rady Miasta radny Sławomir Krysiak wyraził swoje oburzenie w sprawie nazwy uchwały: „w sprawie określenia zakresu pomocy obywatelom Ukrainy w związku z konfliktem zbrojnym na terytorium tego państwa”. Radny uznał, że jest to najłagodniejsze określenie, jakiego można użyć i powiedział, że nazwa naszej uchwały powinna mieć brzmienie „...w związku z barbarzyńską agresją Rosji na Ukrainę”, po to, aby kiedyś, za 5 czy 10 lat, ktoś, kto będzie oglądał urzędowe dokumenty, wiedział, kto jest kim w tym „konflikcie”. Wróbelki też uważają, że słowo konflikt to skrajny wręcz eufemizm, niestety nazwy uchwały nie da się zmienić, bo wynika ona z ustawy przygotowanej przez rząd, który w równie skrajnie dyplomatyczny sposób nie nazwał rzeczy po imieniu.

IMIENINY OBCHODZĄ

4 kwietnia – Benedykt, Izidor, Wacław
5 kwietnia – Irena, Katarzyna, Wincenty
6 kwietnia – Izolda, Celestyn, Wilhelm
7 kwietnia – Donat, Jan, Saturnin
8 kwietnia – Julia, Dionizy, Seweryn
9 kwietnia – Maria, Dymitr, Marceł
10 kwietnia – Makary, Michał, Terencjusz
11 kwietnia – Filip, Leon, Stanisław

MOTTO TYGODNIA

„Śmiech jest dla duszy tym samym, czym tlen dla płuc.”

Lous de Funes

COŚ ŚMIESZNEGO

Po kilku latach pracy w Londynie, syn przyjeżdża do domu rodzinnego na Podhalę. Uściski, serdeczności, pyszny obiad, po czym siada w fotelu i odpoczywa.

Ojciec – gazda zwraca się do niego:

- Jak se już łopocniesz, trza wyrzucić gnój.
- What?
- Łód krowy i łód konia.

Szef krzyczy na pracownika:

- Dlaczego go wyrzuciłeś?!
- Sam mnie pan uczył, żeby tak robić...
- Co takiego?! Niby kiedy?!
- No, mówił pan że klient ma zawsze rację...
- No właśnie!
- A ten gość gadał jakieś totalne farmazony, więc zgodnie z tą zasadą nie może być naszym klientem!

Pacjent do lekarza:

- Czy po wyleczeniu złamanego nadgarstka będę grał na skrzypcach?
- Już po tygodniu.
- Świetnie, wcześniej nie potrafiłem!

Przychodzi facet do księdza i mówi:

- Ojciec cały dzień słyszę głos, który mówi mi co mam robić. Czy jestem opętany?
- A Ksiądz na to:
- Nie synu, jesteś żonaty.