

„Niepodległość nie jest Polakom dana raz na zawsze - niepodległość jest dobrem nie tylko cennym, ale i kosztownym. Naród, który traci pamięć przestaje być Narodem - staje się jedynie zbiorem ludzi, czasowo zajmujących dane terytorium.”
(Józef Piłsudski)

STRONA 3

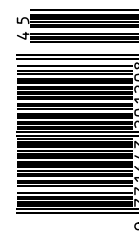
GALERIA SIEDLCE

KARTA PODARUNKOWA
GALERII SIEDLCE

**SPEŁNIENIE
MARZEŃ**

WWW.GALERIASIEDLCE.PL

Nr indeksu 238228/B/X
ISSN 1643-2010



Cena 3,00 zł w tym 8% VAT • Numer 45/2022 • m@il: redakcja@zyciesiedleckie.pl

Piątek 11 listopada 2022

ŻYCIE SIEDLECKIE

Siedlce | Garwolin | Sokołów Podl. | Węgrów | Mińsk Maz. | Łosice

GMINA GRĘBKÓW

Jedyny taki obiekt w okolicy

Gmina realizuje zamierzenia, które jeszcze nie tak dawno wydawały się marzeniem. 28 października w Urzędzie Gminy podpisano umowę z wykonawcą na realizację inwestycji „Budowa wielofunkcyjnego budynku użyteczności publicznej”.

STRONA 4

SIEDLCE

Co z transportem publicznym?

Plan został przygotowany przez firmę Zespół Doradców Gospodarczych TOR Sp. z o.o i obejmuje informacje dotyczące transportu publicznego i prognoz na lata 2023-2030.

STRONA 6

POWIAT SOKOŁOWSKI

Oddział doczekał się remontu

W szpitalu powiatowym w Sokołowie Podlaskim odbyło się otwarcie zmodernizowanego odcinka covidowego przy oddziale wewnętrznym. Na tym odcinku od początku pandemii szpital leczył pacjentów zakażonych koronawirusem. W tym okresie udzielono 3086 porad i 1625 hospitalizacji. Dzięki wsparciu finansowemu i wyremontowanemu oddziałowi poprawi się komfort przebywania pacjentów oraz praca personelu.

STRONA 8

MIŃSK MAZOWIECKI

Europa dla młodzieży

W Zespole Szkół im. M. Skłodowskiej-Curie w Mińsku Mazowieckim uroczystie zainaugurowano program dla młodzieży. Miński „Chemik” bierze udział w programie realizowanym przez Biuro Informacyjne Parlamentu Europejskiego w Polsce: EPAS (European Parliament Ambassador School Programme) Szkoła - Ambasador Parlamentu Europejskiego.

STRONA 10

Tata zamordowanego Leosia przerywa milczenie

Obok tej tragedii nikt nie mógł przejść obojętnie. Wstrząsnęła ona całą Polską, bo ofiarą potwornej zbrodni był niewinny czterolatek. Mały Leonek zginął z rąk swojej mamy i jej przyjaciela.

Biologiczny tata zamordowanego chłopczyka przerywa milczenie. Lzy same cisną się do oczu, gdy opowiada o sobie i małym synku. O tym mówiło się wszędzie, nawet teraz jeszcze nie milkną komentarze, co sprawiło, że matka i jej konkubent zamordowali małego Leosia w Górkach pod Garwolinem.

Młody mężczyzna mówi dziennikarzom, że jest wstrząśnięty tym, co się stało. Pomimo ogromnego hejtu w internecie postanowił powiedzieć, jakie były jego relacje z synkiem Leosiem. Przeklinał ten dzień, w którym zatracił się i zerwał kontakt z dzieckiem.

W rozmowie otwarcie dodał, że był złym ojcem, lecz walczył o to, by wyjść na prostą. Kiedy on brylował w podejrzanym towarzystwie, Karolina zbliżyła się do Damiana G.

STRONA 2



POZIOM 2

**Oświetlenie
Meble na wymiar
Projekty wnętrz**

Lampy | Kinkiety | Żyrandole | Włączniki
Gniazdko | Dzwonki | Żarówki, taśmy i profile LED

Inteligentny dom system **FIBARO**

www.poziom2.pl Siedlce, ul. Sokołowska 157
tel. 692 057 776

**ZBIORNIKI
FOTOWOLTAIKA
KARTY FLOTOWE
PALIWA HURT/DETAL**

Przedsiębiorstwo Handlowo Usługowe ZAR
ul. Sokołowska 159A | 08-110 Siedlce
tel. +48 600 200 190 | biuro@petrozar.pl
www.petrozar.pl

DOSTAWA DO KLIENTA **GRATIS**



Fold

SIEDLCE / UL. STARZYŃSKIEGO 10 / WWW.FOLD.PL

trafica www.trafica.eu

Nowe Opole k/Siedlec
ul. Lipowa 18
tel. 507 018 887
25 631 61 70



MECHANIKA POJAZDOWA

OPONY

ROLNICZE, PRZEMYSŁOWE
CIĘŻAROWE, DOSTAWCZE, OSOBOWE

Życie w regionie

Redaguje: Leszek Koper
m@il: redakcja@zyciesiedleckie.home.pl
tel. 795 541 361
www.zyciesiedleckie.pl

Tata Leosia przerywa milczenie

GMINA GARWOLIN

Obok tej tragedii nikt nie mógł przejść obojętnie. Wstrząsnęła ona całą Polską, bo ofiarą potwornej zbrodni był niewinny czterolatek. Mały Leonek zginął z rąk swojej mamy i jej przyjaciela.



O tym mówiło się wszędzie, nawet teraz jeszcze nie milkną pytania, co sprawiło, że matka i jej konkubent zamordowali małego Leosia w Górkach pod Garwolinem.

Prokuratura i policja nie podają oficjalnie przyczyn śmierci dziecka, tłumacząc się koniecznością wykonania skomplikowanych badań fragmentów tkanek pobranych od chłopczyka. 19-letnia matka dziecka i przyjaciel zostali jednak aresztowani przez Sad Rejonowy w Siedlcach pod zarzutem zabójstwa 4-latka.

nia wyjaśnię. Teraz pierwszy raz od chwili ujawnienia zwłok Leosia pod Garwolinem zabrał głos Daniel S. biologiczny ojciec nieżyjącego chłopczyka. Gdy opowiada o sobie i małym synku, lzy same cisną się do oczu. Pomimo ogromnego hejtu w internecie postanowił powiedzieć, jakie były jego relacje z synkiem Leosiem.

Młody mężczyzna mówi dziennikarzom, że jest wstrząśnięty tym, co się stało. Kilka godzin po tym, jak dowiedział się o śmierci synka, nie mógł do siebie dojść. Przeklinał dzień,

Poznali się, gdy oboje trafili do ośrodka „Pajacyk” w Radomiu, gdzie zostali skierowani ze względu na trudności w nauce. W tym czasie Karolina zakochała się w Danielu. Zaszła w ciążę, z czego oboje byli bardzo zadowoleni.

Urodził się Leos, a opiekę nad nim sprawowała babcia Karoliny. W tym czasie Daniel wpadł w złe towarzystwo. Nie powiedział, co robił, ale przyznał, że nie chciał, by synek widział go w złym stanie. W rozmowie otwarcie dodał, że był złym ojcem, lecz walczył o to, by wyjść na prostą.

Kiedy on brylował w podejrzanym towarzystwie, Karolina zbliżyła się do Damiana G. Przyjaciół wprowadził się do jej babci i mieszkali razem do pełnoletności Karoliny. Kiedy mama Leosia skończyła 18 lat, wyprowadzili się pod Garwolin.

Gdy babcia straciła kontakt z prawnuczką, powiadomiła policję, że nie widuje dziecka i boi się o nie.

Wtedy to wszystko wyszło na jaw i niedługo znaleziono ciało Leonka w Górkach, gdzie ostatnio wynajmowali mieszkanie Karolina i Damian.

Tata chłopczyka ze łzami w oczach wyznaje, że nigdy nie przyszłoby mu do głowy, że Karolina może zabić dziecko. Dopiero teraz, po tej straszliwej tragedii, zaczął myśleć o Leonku. Przypomniał sobie chwile gdy bawił się z nim i nosił na rękach.

Już wcześniej chciał nawet odzyskać prawa do niego, ale był to długi proces.

Teraz już za późno, synek nie żyje. Życzę Karolinie i Damianowi, żeby zgnili w więzieniu i nigdy nie wyszli na wolność - dodaje roztrzęsiony ojciec Leosia.

AW

Komu przeszkadzały?

Zdewastowane przystanki autobusowe we wsi Dąbrówka-Ług.

W nocy z 1 na 2 listopada nieznani sprawcy uszkodzili dwa przystanki autobusowe w miejscowości Dąbrówka-Ług w gminie Skórzec. Przyczyny tego aktu wandalizmu nie są jak do tej pory znane.

Wiaty autobusowe należą do gminy i to ona będzie musiała ponieść teraz koszty przywrócenia przystanków do poprzedniego stanu. Niestety wszystko wskazuje na to, że głupota ludzka może być dość wysoko oszacowana. Co dalej?

Urząd Gminy złożył zawiadomienie na policję. Zgłosiliśmy szkodę także do ubezpieczyciela i kiedy tylko on

zwróci nam środki, postaramy się naprawić przystanki jeszcze przed sezonem zimowym - informuje Mirosław Symonowicz, zastępca wójta gminy Skórzec.

Teren został już uprzątnięty ze względu na bezpieczeństwo. Teraz Komisariat Policji w Skórcu prowadzi czynności wyjaśniające okoliczności zdarzenia i zmierzające do ustalenia sprawców. Zabezpieczone zostały również nagrania monitoringu obejmującego okolice przystanków.

Świadkowie zdarzenia lub osoby posiadające wiedzę na temat uszkodzenia przystanków proszone są o kontakt z policją. Sprawcy powinni ponieść konsekwencje swoich działań, a podobne zachowania należy piętnować, aby uniknąć tego typu



aktów wandalizmu, który w ostatnim czasie wydarzają się nader często.

ID



**Przedsiębiorstwo
Budownictwa
Mieszkaniowego**
Zdzisław i Leszek Skorupka

**MIESZKANIA - DOMY - LOKALE
INWESTYCJE W SIEDLCACH**

* Rakowiecka * Nowy Świat * Łąkowa *
* Wola Park * Floriańska * Piłsudskiego *
* Osiedle Leśna Ostoja *



Biuro sprzedaży mieszkań

Siedlce, ul. Niedziałka 13, tel. 25 631 16 01

Pn.-Pt. 8:00 - 18:00, Sb. 10:00 - 14:00

biuro@m3skorupka.pl
www.m3skorupka.pl

m3skorupka

ŻYCIE SIEDLECKIE

Garwolin | Sokołów Podl. | Węgrów | Mińsk Maz. | Łuków | Łosice

■ **ADRES REDAKCJI:** 08-110 Siedlce, ul. Katedralna 7,
tel. 25 632 79 77, KOM. 795 541 362.
redakcja@zyciesiedleckie.pl, www.zyciesiedleckie.pl

■ **SEKRETARIAT/ADMINISTRACJA**
Sylvia JELONEK, biuro@zyciesiedleckie.pl, tel. 795 541 362

■ **BIURO REKLAMY**
Sylvia JELONEK, reklama@zyciesiedleckie.pl, tel. 795 541 362

■ **ADRES REDAKCJI:** 08-110 Siedlce, ul. Katedralna 7, tel. 25 632 79 77, Kom. 795 541 362. @mail: redakcja@zyciesiedleckie.pl, www.zyciesiedleckie.pl

■ **REDAKTOR NACZELNY**
Leszek KOPER

■ **REDAKTORZY**
Paulina MONTEWKA, Iwona DĄBROWSKA, Karolina SULEJ, Kamil ULASIUK

■ **WYDAWCA - WYŁĄCZNIE POLSKI KAPITAŁ**
Życie Siedleckie, Sp. z o.o., ul. Katedralna 7, 08-110 Siedlce
NIP 821-256-19-19, REGON 141767330, Sąd Rejestrowy dla M. St.
Warszawy w

Warszawie XIV Wydział Gospodarczy, Wydział Rejestrowy, Nr KRS
0000324594, konto bankowe:

Bank Spółdzielczy w Siedlcach 89 9194 0007 0026 8527 2000 0010.

■ **PRENUMERATA** prowadzona przez RUCH S.A. i Poczta Polska S.A.

■ **DRUK:** Drukarnia ZPR MEDIA, ul. Jubilerska 10A, 04-190 Warszawa, tel.
22 515 93 02

Redakcja zastrzega sobie prawo do redagowania i skracania tekstów. Za
treść ogłoszeń/reklam redakcja nie odpowiada.

Święto wszystkich Polaków

Niepodległość nie jest Polakom dana raz na zawsze... Jest dobrem nie tylko cennym, ale i kosztownym.

„Naród, który traci pamięć, przestaje być Narodem - staje się jedynie zbiorem ludzi, czasowo zajmujących dane terytorium. Ten, kto nie szanuje i nie ceni swej przeszłości, nie jest godzien szacunku teraźniejszości ani ma prawo do przyszłości” - powiedział Józef Piłsudski.

11 listopada 1918 r. był przełomowym dniem w dziejach całej Europy i Polski. W łasku Compiegne pod Paryżem Niemcy podpisali rozejm kończący I wojnę światową. W tym samym dniu w Warszawie Rada Regencyjna przekazała władzę Józefowi Piłsudskiemu. Po 123 latach niewoli Polska odzyskała niepodległość.

Już przed wybuchem wojny Polacy zdawali sobie sprawę, że światowy konflikt, który dotknie zaborców, może stanowić niepowtarzalną okazję do wyzwolenia kraju. Wykorzystali szansę, jaka powstała w związku z sytuacją międzynarodową.

Listopadowe wydarzenia poprzedził sukces, jakim było uwzględnienie 8 stycznia 1918 r. w 14-punktowym programie pokojowym prezydenta USA Woodrowa Wilsona punktu 13., zakładającego konieczność przywrócenia Polsce niepodległości. Podpisanie rozejmu oznaczało, że w nowym, powojennym świecie znajdzie się miejsce dla Polski.

W październiku 1918 r. stało się już jasne, że wojna dobiega końca, a zaborcy są mocno osłabieni. W Polsce rozpoczęła się walka o władzę pomiędzy środowiskami skupionymi wokół Komitetu Narodowego Polskiego i Romana Dmowskiego oraz Radę Regencyjną, którą popierał



Józef Piłsudski.

Polacy zaczęli przejmować władzę na okupowanych ziemiach. Już od 19 października w Cieszynie działała Rada Narodowa Księstwa Cieszyńskiego pod przewodnictwem księdza Józefa Londzina. 28 października w Krakowie polscy posłowie do parlamentu austriackiego powołali Polską Komisję Likwidacyjną, która 2 dni później przejęła władzę w Galicji. Na jej czele stanął Wincenty Witos, przywódca PSL „Piast”. W nocy z 6 na 7 listopada w Lublinie Ignacy Daszyński stanął na czele Tymczasowego Rządu Ludowego Republiki Polskiej.

10 listopada, ok. godz. 7.00 rano, specjalnym pociągami z Berlina wrócił do Warszawy zwolniony z więzienia w Magdeburgu Józef Piłsudski. Komendant I Brygady Legionów został powitany na Dworcu Głównym przez księcia Zdzisława Lubomirskiego, który reprezentował Radę Regencyjną, pełniącą funkcję tymczasowej polskiej władzy państwowej.

Jeszcze 10 listopada doszło do spotkania Piłsudskiego z niemiecką Centralną Radą Żołnierską. W wyniku zawartych porozumień, w nocy rozbrojono 30-tysięczny niemiecki garnizon stacjonujący w Warszawie, a w ciągu 7 następnych dni ewakuowano z Królestwa ok. 55 tys. niemieckich żołnierzy, którzy

musieli zostawić część broni i sprzętu wojskowego. Akcja rozbrajania Niemców przebiegała na ogół bez walki. Do starć doszło jednak przy Ratuszu i Cyta deli.

Na wieść o powrocie Piłsudskiego do Warszawy Tymczasowy Rząd Republiki Polskiej oddał mu się do dyspozycji. 11 listopada Rada Regencyjna powierzyła komendantowi władzę wojskową i naczelne dowództwo nad Polską Siłą Zbrojną, a 14 listopada - także władzę cywilną. Sama rozwiązała się i ustanowiła urząd naczelnika państwa.

16 listopada Piłsudski wysłał telegram do państw zachodnich, w którym zawiadamiał o powstaniu niepodległej Polski, obejmującej wszystkie wyzwolone ziemie. 18 listopada powołał pierwszy rząd Rzeczypospolitej Polskiej z premierem Jędrzejem Moraczewskim na czele, który tak pisał o pierwszych dniach niepodległości: „Niepodobna oddać tego upojenia, tego szalu radości, jaki ludność polską w tym momencie ogarnął. Po 120 latach prysły kordony. Nie ma 'ich'. Wolność! Niepodległość! Zjednoczenie! Własne państwo! Na zawsze! Chaos? To nie. Będzie dobrze. Wszystko będzie, bo jesteśmy wolni od piławek, złodziei, rabusiów, od czapki z bączkiem, będziemy sami sobą rządili (...) Kto tych

krótkich dni nie przeżył, kto nie szalał z radości w tym czasie wraz z całym narodem, ten nie dozna w swym życiu najwyższej radości”.

22 listopada został zatwierdzony dekret o ustanowieniu najwyższej władzy reprezentacyjnej Republiki Polskiej do czasu zwołania Sejmu Ustawodawczego. Piłsudski został tymczasowym naczelnikiem państwa. Wybory do Sejmu zarządzono na 26 stycznia 1919 r. Powołany wtedy polski rząd, kierowany przez Ignacego Paderewskiego, został wreszcie uznany przez świat.

Budowa niepodległej Polski dopiero się zaczynała. Przed państwem, które po 123 latach niewoli znów pojawiło się na mapie, była jeszcze walka o przebieg granic i proces scalania ziem mających tworzyć II Rzeczpospolitą.

W 1937 r. Sejm RP uznał, że Święto Niepodległości obchodzone będzie 11 listopada „jako rocznica odzyskania przez naród polski niepodległego bytu państwowego i jako dzień po wsze czasy związany z wielkim imieniem Józefa Piłsudskiego, zwycięskiego wodza narodu w walkach o niepodległość”.

Świątek to zostało zniesione po II wojnie światowej - w 1945 r., a następnie przywrócone ustawą z dnia 15 lutego 1989 r.

Emerytura dla stulatk

REGION

Świadczenie honorowe dla seniorów, którzy ukończyli sto lat, od 1 marca 2022 ro. wynosi 4.944,79 zł brutto. Na Mazowszu jest prawie pół tysiąca takich osób.

Każdy, kto ukończył sto lat, ma prawo do świadczenia honorowego. Jego wysokość może być jednak różna. Wszystko zależy od tzw. kwoty bazowej, która obowiązuje w dniu setnych urodzin seniora. Od 1 marca 2022 r. do końca lutego 2023 r. świadczenie honorowe wynosi 4.944,79 zł brutto.

- Raz przyznana „dodatkowa emerytura” nie ulega zmianie i jest wypłacana do końca życia w tej samej wysokości - informuje Wojciech Ściwiarski, regionalny rzecznik prasowy ZUS województwa mazowieckiego.

Świadczenie wypłacane jest z urzędu, co miesiąc wraz z emeryturą czy rentą. Honorową premię może również otrzymać stulatek, który nie pobiera świadczenia emerytalno-rentowego z ZUS lub innego organu emerytalnego, ale wówczas niezbędne jest złożenie wniosku w ZUS.

Świadczenie honorowe w województwie mazowieckim otrzymują 443 osoby. W Warszawie jest 340 osób pobierających świadczenie honorowe. Najstarszą osobą na Mazowszu jest mieszkanka Warszawy, która w styczniu 2023 ro. będzie obchodziła swoje 110 urodziny.

Świadczenie za czwórkę dzieci

Mamy, które zrezygnowały z pracy lub jej nie podjęły, aby wychowywać przynajmniej czwórkę dzieci i tym samym nie wypracowały choćby minimalnej emerytury, mogą liczyć na wsparcie finansowe. Jest nim rodzicielskie świadczenie uzupełniające, potocznie nazywane „Mama 4 plus”. Na Mazowszu pobiera to świadczenie ponad 5 tysięcy osób. Program „Mama 4 plus” funkcjonuje już od ponad 3 lat. Adresowany jest dla kobiet po 60. roku życia, które urodziły i wychowały lub jedynie wychowały co najmniej czworo dzieci. Aby otrzymać rodzicielskie świadczenie uzupełniające, potocznie nazywane „Mama 4 plus”, trzeba spełnić kilka warunków ustawowych. Jednym z nich jest brak dochodu zapewniającego niezbędne środki utrzymania. Przy ocenie prawa do świadczenia są brane pod uwagę tylko źródła dochodu osoby, która się o nie ubiega.

Świadczenie przyznawane jest na wniosek, który należy złożyć w ZUS lub w KRUS. Wysokość świadczenia wynosi tyle, co gwarantowana minimalna emerytura, czyli od marca 1.338,44 zł brutto. W województwie mazowieckim świadczenie „Mama 4 plus” otrzymuje ponad 5 tys. osób, w tym ponad 1,5 tys. osób otrzymuje pełną wysokość świadczenia, a ponad 3,4 tys. osób otrzymuje uzupełnienie do kwoty gwarantowanej emerytury minimalnej. Rodzicielskie świadczenie uzupełniające jest również wypłacane mężczyznom. Na Mazowszu pobierających jest trzech.

LK

Wątpliwe uliczne i osiedlowe ozdoby

SIEDLCE

Porzucone samochody utrudniają przejazd, blokują miejsca i są wątpliwą ozdobą pobocznych dróg i osiedlowych parkingów. Problem budzi kontrowersje, mieszkańcy zgłaszają go co pewien czas.

Informacje o „bezańskich” samochodach docierają do mediów i radnych, którzy w interpelacjach żądają od władz miasta rozwiązania problemu.

- W Siedlcach dostrzegany jest deficyt miejsc parkingowych. Szczególnie widoczne jest to na osiedlach. Mieszkańcy zgłaszają problem porzuconych, pozostawionych bez tablic rejestracyjnych, dawno nieużywanych aut, które od wielu miesięcy blokują miejsca parkingowe - mówi radny miejski Krzysztof Chaberski.

Jako przykład podaje prośbę o interwencję mieszkańców ul. Osiedlowej i rodziców dzieci

z Przedszkola nr 15. Radny Chaberski zwrócił się do władz Siedlec z interpelacją, w której poinformował o fakcie, żądając jednocześnie podjęcia konkretnych działań. Sprawą zajęła się straż miejska, która pojazd odholowała.

- To jeden z kilku przykładów porzucenia auta. Jak się okazało, toyota z ul. Osiedlowej miała 2 właścicieli, którzy od pewnego czasu nie żyją. Stąd problem, że auto nie było używane - dodaje radny Chaberski.

To niejedyny przykład. Niedawno mieszkańcy bloku przy ul. Niepodległości 22 informowali o podobnym problemie. Auto od kilkunastu miesięcy stało przed budynkiem. Służbom miejskim nie udało się w tym czasie dotrzeć do właściciela i zmusić do wywiezienia auta na bazę recyklingu.

Nie ma w Polsce miasta, w którym nie stałyby samochody-widma. Niektóre wcale nie są w złym stanie technicznym. Zostały porzucone, bo właściciel zmarł, wyjechał lub poszedł do więzienia. Zdarzają się powy-

padkowe wraki, niektóre pełnią rolę reklamową. Do większości nikt się nie przyznaje (może chce uniknąć płacenia ubezpieczenia?). Prawo w takiej sytuacji nie może zostać obojętne. Pojazdy mogą być usunięte, ale pod pewnymi warunkami. Służby mogą i muszą interweniować, jeżeli otrzymają takie zgłoszenie. Obowiązuje art. 50a Prawa o ruchu drogowym, który mówi: „Pojazd pozostawiony bez tablic rejestracyjnych lub pojazd, którego stan wskazuje na to, że nie jest używany, może zostać usunięty z drogi przez straż gminną lub policję na koszt właściciela lub posiadacza”. Posiadaczem jest ten, kto w momencie porzucenia dysponował autem. Poza tym obowiązuje również kolejny artykuł, który określa zasady usunięcia pojazdu. Można to zrobić m.in. w razie: pozostawienia pojazdu w miejscu, gdzie jest to zabronione i utrudnia ruch lub w inny sposób zagraża bezpieczeństwu, gdy kierujący nie ma ubezpieczenia, pozostawienia pojazdu nieoznakowanego kartą parkin-

gową, w miejscu przeznaczonym dla pojazdu osoby niepełnosprawnej, gdy jego stan techniczny zagraża bezpieczeństwu ruchu drogowego, powoduje uszkodzenie drogi albo narusza wymagania ochrony środowiska lub też utrudnia prowadzenie akcji ratowniczej.

Gdy pojazd został porzucony na drodze publicznej, w strefie zamieszkania lub strefie ruchu mogącej stanowić fragment osiedla, mieszkańcy powinni zadzwonić do straży miejskiej lub na policję i poinformować o sytuacji. Jeżeli na miejscu zostaną stwierdzone uchybienia, (m.in. brak tablic czy wycieki), to zostanie wysłane wezwanie do właściciela, aby problem usunął. Musi on to zrobić w ciągu 14 dni. Później auto czeka holowanie na koszt posiadacza i wykup w ciągu 3 miesięcy z parkingowego depozytowego. Jeżeli w grę wchodzi art. 50a, trwa to do 6 miesięcy, a później właścicielem auta staje się gmina, która najczęściej oddaje pojazd do utylizacji. Sytuacja komplikuje się, gdy auto znajduje się na drodze

wewnętrznej. Straż miejska może interweniować wtedy, gdy zagraża on bezpieczeństwu. Jeżeli to nie pomoże, sytuację ratuje wspólnota lub spółdzielnia mieszkaniowa. Może również dokonać zmiany statusu drogi wewnętrznej na strefę ruchu lub zamieszkania. Wtedy zaczynają obowiązywać zasady ruchu, a policja i straż może egzekwować prawo.

Jednak istnieje możliwość niezwłocznego usunięcia takiego wraku, gdy stwarza on realne zagrożenie dla mieszkańców i środowiska naturalnego. Istnieje niezabezpieczony dostęp do zbiornika paliwa, wycieka paliwo i płyny, wystają ostre krawędzie, zbite są szyby lub też doszło do demontażu części. Wówczas pojazd musi zostać usunięty i przetransportowany na parking depozytowy.

W takich przypadkach warto podejmować drastyczne kroki dla bezpieczeństwa mieszkających obok ludzi. Mieszkańcy powinni informować wówczas swoich radnych o zaistniałym problemie.



Jedyny taki obiekt w okolicy

GMINA GRĘBKÓW

Gmina Grębków realizuje zamierzenia, które jeszcze nie tak dawno wydawały się marzeniem.

28 października w Urzędzie Gminy Grębków podpisano umowę z wykonawcą na realizację inwestycji „Budowa wielofunkcyjnego budynku użyteczności publicznej”. Umowę podpisali: wójt gminy Grębków Bogdan Doliński, skarbnik gminy Monika Roguska i wiceprezes firmy, która wygrała przetarg, Dawid Wasilewski. Udział w spotkaniu wzięli również: senator RP Maria Koc, poseł Maciej Górski, radni powiatowi Tadeusz Kot i Włodzimierz Miszczak oraz przewodniczący rady gminy Ireneusz Kowalski.

Jest to dobra nowina dla mieszkańców gminy Grębków i okolicznych terenów. Obiekt będzie pełnił nie tylko rolę placówki kulturalnej, ale również placówki zdrowotnej i społecznej. W gmachu będzie znajdował się ośrodek zdrowia z możliwością prowadzenia rehabilitacji dla dzieci i młodzieży oraz gabinetami specjalistycznymi (w których przyjmować będzie m.in. ginekolog czy neurolog). Nie zabraknie miejsca dla



domu kultury z salą widowiskową mieszczącą 100 osób, kinem, sceną, biblioteką oraz pomieszczeniami dla klubu seniora, kół gospodyń wiejskich i pomieszczenia, które umożliwi organizację imprez okolicznościowych.

- Przygotowania do tej inwe-

stycji trwały już od jakiegoś czasu. Mamy zakupione za 400 tys. zł działki w centrum Grębkowa i pozwolenie na budowę. Dzięki dofinansowaniu z Polskiego Ładu i przy wkładzie własnym gminy możemy zrealizować tę inwestycję, która początkowo miała opiewać na 12 milionów

złotych - mówił wójt gminy Bogdan Doliński.

Inwestycja jest współfinansowana z programu Rządowego Funduszu Polski Ład Program Inwestycji Strategicznych w kwocie ponad 10 milionów złotych, a całkowity koszt inwestycji to prawie 16 milionów.

- Jest to ogromna inwestycja. Podobnej nie ma w najbliższej okolicy i cieszy mnie ogromnie, że pomimo inflacji jesteśmy w stanie w końcu rozpocząć działania, które już w 2025 r. będą funkcjonowały z myślą o mieszkańcach - dodał wójt.

Przetarg na realizację inwe-

stycji wygrało konsorcjum firma z liderem firmą Mal-Pol Sp. z o.o., partnerem Zakładem Usług Inżynierskich Krzysztof Redesiuk, partnerem ZIS Łuka spółka jawna i partnerem firmą KORONTO Sp z o.o. Zakończenie prac planowane jest na przełomie lat 2024/25.

PM

SPRZEDAŻ!

Wolus

**EKOLOGICZNY ŚRODEK
POPRAWIAJĄCY JAKOŚĆ GLEBY**

Produkt wytwarzany jest z selektywnie zbieranych odpadów zielonych oraz biodegradowalnych.

- Wzbogaca glebę w substancje organiczne i składniki pokarmowe,
- Wpływa korzystnie na właściwości fizyczne, chemiczne i biologiczne gleb,
- Dostarcza naturalnej mikroflory, zwiększając odporność roślin na patogeny,
- Zwiększa pojemność wodną i sorpcyjną gleb, umożliwiając wzrost roślin nawet na glebach ubogich (nieużytkach) oraz zdegradowanych.



Zakład Utylizacji Odpadów Sp. z o.o. Instalacja Komunalna w Woli Suchożebrskiej
Ul. Sokołowska 2, 08-125 Suchożebry, tel. **25 621 07 56**

Jak zaoszczędzić czas i pieniądze przy ocieplaniu domu?

Kompletny System Ociepleń Termo Organika – to optymalne rozwiązanie! Wchodzące w jego skład materiały izolacyjne produkowane są z najwyższej jakości surowców, przy zastosowaniu najnowocześniejszej technologii.

Termomodernizacja się po prostu opłaca!

Coraz więcej Polaków zdaje sobie sprawę z faktu, że termomodernizacja domu to już nie tylko moda, a po prostu konieczność. Z czego to wynika? Przede wszystkim z faktu, że dobrze ocieplony dom zużywa mało energii, jednocześnie zapewniając jego mieszkańcom wysoki komfort cieplny. Średnie opłaty za ogrzanie nieocieplonego domu stanowią aż 70% wszystkich kosztów eksploatacji budynku, a więc kilkumiesięczny sezon grzewczy może wiązać się z rachunkami liczącymi nawet w tysiącach złotych. Skąd tak wysokie koszty? Zimą ciepło ucieka na zewnątrz przez ściany, mimo intensywnego ogrzewania. Straty energii cieplnej budynków aż w około 1/3 to efekt przenikania ciepła przez nieocieplone ściany. Zatem jasne jest, że zastosowanie ocieplenia styropianem o odpowiednio dobranej grubości oraz lambda to jedna z najbardziej racjonalnych i opłacalnych inwestycji przynoszących oszczędności na ogrzewaniu.

Postaw na Kompletny System Ociepleń - i cieszyć się trwałą elewacją na lata

Szukając korzystnego, nowoczesnego rozwiązania w termomodernizacji warto sięgnąć po styropian w Kompletnym Systemie Ociepleń. Dlaczego? Ekspert rekomendują stosowanie systemu ociepleń, w którym wszystkie składniki pochodzą od jednego producenta, ponieważ tylko taki kompletny system - daje zarówno gwarancję właściwej pracy całego układu, jak i jego trwałości oraz skutecznego obniżenia kosztów ogrzewania domu. Dodatkową zaletą jest to, że decydując się na kompletny system ociepleń można wybrać gotowe, najlepsze rozwiązanie, a więc nie musisz szukać rozwiązań u różnych producentów i dopasowywać ich - dzięki temu oszczędzasz również czas!

Gdzie kupić Kompletny System Ociepleń?

Wszystkie omawiane tutaj produkty kupisz w firmie PSB CEMHURT Siedlce, Brzeska 97, 08-110 Siedlce.

Styropian - jak wybrać ten optymalny rodzaj?

Podstawowym materiałem termoizolacyjnym i zarazem najważniejszym elementem składowym Kompletnego Systemu Ociepleń Termo Organika jest styropian. W ofercie są dostępne płyty

styropianowe typu „FASADA” aż w 7 odmianach, które różnią się właściwościami izolacyjnymi i parametrami mechanicznymi, co przedstawia grafika.

Kluczowa lambda - im niższa, tym lepsze właściwości cieplne styropianu

Najważniejsza jest izolacyjność cieplna. Parametrem, który koniecznie trzeba sprawdzić, wybierając materiały izolacyjne, jest λ (lambda), czyli współczynnik przewodzenia ciepła. W ostatnich latach najczęściej wybieranym materiałem jest styropian grafitowy TERMONIUM PLUS fasada, którego współczynnik przewodzenia ciepła (λ) wynosi 0,031 W/mK, a więc charakteryzuje się najbardziej korzystnym współczynnikiem przewodzenia ciepła. Warto pamiętać, że im mniejsza wartość współczynnika λ , tym lepsze właściwości izolacyjne płyt styropianowych a tym samym lepsza ochrona cieplna budynku i to przy mniejszej grubości płyt. Przykładowo warstwa izolacji o grubości 20 cm, wykonana z płyt TERMONIUM PLUS fasada, chroni ściany budynku tak samo jak warstwa zwykłego styropianu z λ 0,045 W/mK o grubości 28 cm. W przypadku styropianu ważnym parametrem jest też wytrzymałość na rozciąganie (TR). Minimalny poziom to 80 kPa. Materiał



z gorszym parametrem wytrzymałości na rozciąganie TR może się rozzerwać przy znacznie mniejszej sile i w konsekwencji odpadać od ściany.

Jaki klej do styropianu wybrać?

Sam styropian nie będzie się „trzymał” powierzchni ściany, dlatego do montażu płyt styropianowych wykorzystuje się odpowiednio skomponowane różne rodzaje klejów, którymi trwale

mocuje się izolację. Klej wchodzi oczywiście w skład kompletnego systemu ociepleń, warto jednak wiedzieć na ten temat nieco więcej.

Kleje do mocowania izolacji cieplnej:

- * Klej TERMONIUM do przyklejania płyt styropianowych i zatapiać siatki;
- * Klej Uniwersalny TO-KU do przyklejania płyt styropianowych i zatapiać siatki;
- * Klej TO-KS do przyklejania płyt styropianowych;
- * Klej poliuretanowy TO-KPS do przyklejania płyt styropianowych.

Montaż styropianu na kleju do powierzchni ściany zewnętrznej to jedna z bardzo ważnych czynności, ale drugi, równie istotny etap wykonywania prac ociepleniowych przy pomocy kleju to zbrojenie elewacji z wykorzystaniem siatki z włókna szklanego zatopionej w kilkumilimetrowej warstwie kleju uniwersalnego. Kleje do zatapiać siatki w swoim składzie posiadają dodatkowo rozproszone zbrojenie w postaci włókien polipropylenowych wzmacniających cały układ ociepleniowy. Klejem uniwersalnym możemy wykonać dwie czynności: klejenie styropianu do powierzchni ocieplanej ściany oraz zatapiać siatki, czyli wykonanie warstwy zbrojonej siatką z włókna szklanego.

Kleje uniwersalne - do zatapiać siatki i przyklejania styropianu:

- * Klej TERMONIUM do przyklejania płyt styropianowych i zatapiać siatki;
- * Klej uniwersalny TO-KU do przyklejania styropianu i do zata-

piania siatki zbrojącej;

- * Klej uniwersalny biały TO-KUB do przyklejania styropianu i do zatapiać siatki zbrojącej

Tynk - jaki rodzaj wybrać?

Tynk stanowią ostatnią warstwę elewacji, a zatem pełni rolę wizytówki budynku, musi więc być nie tylko estetyczny, ale przede wszystkim wytrzymały, trwały i odporny na porastanie glonami, algami czy mchem. Ma się nie brudzić. Warto pamiętać, że w praktyce nie ma tynków, które są całkowicie odporne na zabrudzenia, podobnie jak innych elementów budynku (najlepszym przykładem są szyby w oknach). Wcześniej czy później ulegają stopniowemu zabrudzeniu. Szczególną uwagę trzeba jednak zwrócić na rodzaje tynków. Do wyboru jest tynk akrylowy, tynk mineralny, tynk silikonowy i wiele hybryd, jak np. tynk silikonowo-akrylowy czy też tynk silikonowo-silikatowy.

Warto pamiętać, że w przypadku, gdy ocieplenie jest wykonane z płyt styropianowych, to możliwości pod względem wyboru tynku są niemal nieograniczone.

Najlepszym obecnie rozwiązaniem jest tynk silikonowy TERMONIUM, który posiada formułę DUST Clean, czyli zdolność samooczyszczenia, co sprawia, że brud trudniej się do niego przyczepia, bo jego powierzchnię zmywa deszcz. Takie tynki warto stosować w szczególności w miejscach o dużym natężeniu ruchu, bliskości drzew i wysokich krzewów oraz w sąsiedztwie zbiorników wodnych, gdzie może być większa wilgotność powietrza. Tynk silikonowy dłużej zachowa swoje walory.

Tynk silikonowy TERMONIUM z formułą Dust Clean

System TERMONIUM to najlepszy wariant Kompletnego Systemu Ociepleń Termo Organika, oparty na najcieplejszym grafitowym styropianie z linii TERMONIUM, mocowany za pomocą kleju uniwersalnego TERMONIUM, który również służy do wykonywania warstwy zbrojonej. Cały system wieńczy najbardziej zaawansowany technologicznie tynk silikonowy TERMONIUM dostępny w szerokiej palecie barw Colors of Termo Organika.

Kompletny System Ociepleń TERMONIUM charakteryzuje się wyjątkową trwałością i odpornością na warunki zewnętrzne. Dodatkowo cechuje się nadzwyczajną stabilnością, która znacząco podnosi jakość ocieplenia i gwarantuje oszczędność energii, nawet w ekstremalnych warunkach.

Najlepszy wariant TERMONIUM

Ekspert są zgodni, że wysoka jakość materiałów do ocieplenia ma kluczowe znaczenie przy wyborze systemu ociepleń. Tutaj nie ma miejsca na kompromis - po prostu Kompletny System Ociepleń TERMONIUM nie ma sobie równych.

Postaw na Kompletny System Ociepleń - to najlepszy sposób izolacji ścian

W przypadku ścian zewnętrznych najlepszym i sprawdzonym sposobem ograniczenia strat jest zastosowanie kompletnego systemu ociepleń, który pochodzi od jednego producenta. Poprawnie wykonane prace przy użyciu najlepszej jakości materiałów do ocieplenia ścian zapewnią skuteczną i trwałą ochronę cieplną ścian budynków przed wychłodzeniem. Kompletny system to również gwarancja kompatybilności poszczególnych jego składników, co przekłada się na bezpieczeństwo użytkowania oraz trwałość i estetykę elewacji. Produkty Termo Organiki jak np. płyty styropianowe i kompletny system ociepleń posiadają Rekomendację Techniczną, dlatego są pewnym wyborem na lata.

Najlepsze materiały Termo Organika w naszym regionie można zakupić w firmie PSB CEMHURT Siedlce, Brzeska 97, 08-110 Siedlce, Telefon: 25 644 04 05.

ARTYKUŁ SPONSOROWANY

Płyty styropianowe Termo Organika typu „FASADA” - 7 typów

TERMONIUM PLUS fasada Fasada o współczynniku $\lambda=0,031$ W/mK 	TERMONIUM fasada Fasada o współczynniku $\lambda=0,032$ W/mK 	GALAXY fasada Fasada o współczynniku $\lambda=0,033$ W/mK
GOLD fasada Fasada o współczynniku $\lambda=0,038$ W/mK 	SILVER fasada Fasada o współczynniku $\lambda=0,040$ W/mK 	DALMATYŃCZYK PLUS Fasada o współczynniku $\lambda=0,042$ W/mK
DALMATYŃCZYK PLUS fasada Fasada o współczynniku $\lambda=0,044$ W/mK 		

Termo Organika
Współpraca

Redaguje: Leszek Koper
m@il: redakcja@zyciesiedleckie.home.pl
tel. 795 541 361
www.zyciesiedleckie.pl

Życie Siedlec

Oświetlenie? Nie teraz!

SIEDLCE

Odpowiedź jest jednoznaczna - nie ma na to pieniędzy.



W trosce o bezpieczeństwo mieszkańców i biorąc pod uwagę fakt, że tereny wokół lasu sekulskiego są często użytkowane przez osoby aktywnie spędzające czas, radny Sebastian Hunder wystąpił do prezydenta miasta z interpelacją dotyczącą nowego oświetlenia.

- Na ul. Artyleryjskiej od skrzyżowania z Okopową aż do ul. Leśnej wzdłuż lasu Sekulskiego brakuje oświetlenia drogowego - rozpoczyna radny Hunder.

W swoim piśmie powołuje się na mieszkańców osiedli: Domanicka, Gajowa, Borówkowa i Leśna, ale wspomina także o innych mieszkańcach miasta i okolic, którzy chętnie spędzają czas w tamtych okolicach, głównie jeśli chodzi o aktywność fizyczną. Zwłaszcza że ładny, równy chodnik, okoliczny las i względnie mały ruch drogowy zachęca do spacerów w tej okolicy.

- Wielu mieszkańców zgłasza uwagi, że brak oświetlenia chodnika stwarza niebezpieczeństwo, zwłaszcza dla użytkowników rowerów - dodaje radny.

Miejsce to po zmroku mrozi krew w żyłach. Oświetlony fragment ul. Artyleryjskiej od skrzyżowania z Okopową zamienia się w scenę idealną do nakręcenia mrocznego horroru. 700 metrów drogi prowadzącej przez nieoświetlony teren otoczony gęstym lasem nie zachęca do wieczornych spacerów, joggingu czy przejażdżki rowerowej. Niestety, niektórzy mieszkańcy nie mają wyboru i zaopatrzeni w latarki i światła muszą stawiać czoła realiom nocnego oblicza tej trasy.

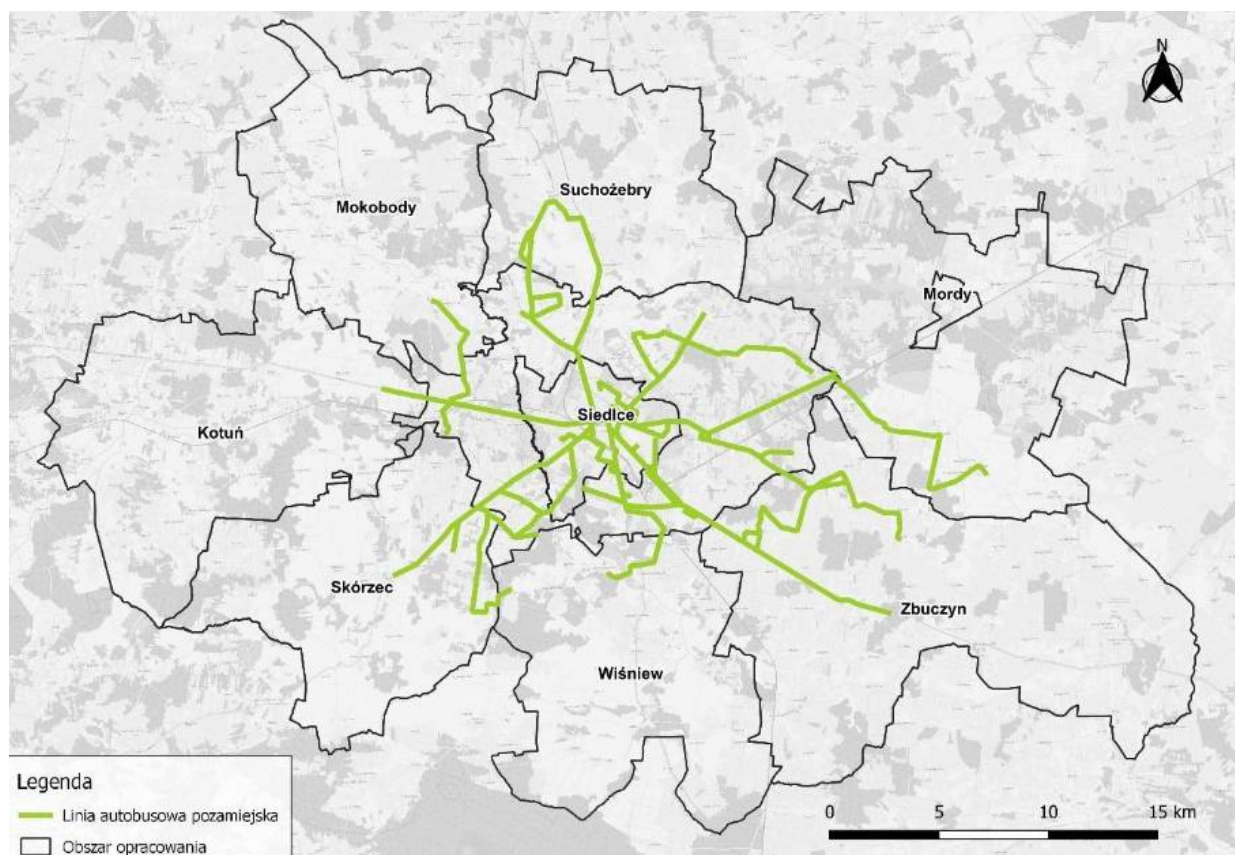
Jakie jest stanowisko urzędu miasta w tej sprawie?

W odpowiedzi na interpelację radnego czytamy:

- Temat budowy oświetlenia na ulicy Artyleryjskiej [...] został przedyskutowany na kolegium Prezydenta Miasta Siedlce. Z uwagi na brak środków finansowych w budżecie miasta, inwestycja przedstawiona (została) jako propozycja do budżetu Miasta na przyszłe lata.

Tak więc oświetlenia w najbliższym czasie na pewno nie będzie, a przyszłe lata pokażą, czy jest to propozycja warta uwagi i pieniędzy.

Co z transportem publicznym?



SIEDLCE

Zespół Doradców Gospodarczych TOR Sp. z o.o. przygotował plan do transportu publicznego i prognoz na lata 2023-30.

Publiczny transport zbiorowy na terenie miasta oparty jest głównie o komunikację autobusową organizowaną przez miasto i uzupełnianą przez transport kolejowy. Usługi publicznego transportu zbiorowego świadczy MPK. Spółka obsługuje 14 linii dziennych miejskich i 5 linii specjalnych miej-

skich w okresie świątecznym oraz 23 linie podmiejskie i 23 linie podmiejskie. Biorąc pod uwagę wzrosty cen i eksploatację - wpływ ze sprzedaży biletów pokrywa 41% kosztów utrzymania, znaczna część pokrywana jest z budżetu miasta. Według prognoz firmy, która przygotowała plan, popyt na transport publiczny w latach 2023-30 wzrośnie.

Analiza transportowa przygotowana na potrzeby planu rozwoju transportu publicznego obejmuje ankiety dotyczące korzystania z transportu, satysfakcji z pobieranych usług, uwzględniając wiek, płeć i zamieszkanie ankietowanych.

Pytano także o bezpieczeństwo, punktualność, komfort podróżowania autobusami, ale także o inne środki transportu, z których korzystają ankietowani. Zebrane dane były niezbędne do stworzenia mierzalnych wniosków dotyczących przyszłego funkcjonowania sieci transportowej na terenie miasta Siedlce i gmin powiatu i wyboru operatora publicznego na kolejne lata.

- Zapraszamy do udziału w konsultacjach społecznych projektu dokumentu „Plan zrównoważonego rozwoju publicznego transportu zbiorowego dla Miasta Siedlce i gmin, z którymi Miasto Siedlce za-

warło porozumienia w zakresie prowadzenia transportu publicznego na lata 2023-2030”. Konsultacje prowadzone są od 3 listopada w formie przyjmowania propozycji, uwag i opinii przekazanych za pomocą załączonego formularza pisemnie lub elektronicznie - informuje administrator konsultacji Anna Koziak-Izdebska.

Konsultacje dają mieszkańcom możliwość zgłoszenia swoich uwag i propozycji za pomocą elektronicznych formularzy dostępnych na stronie urzędu miasta.

Konsultacje potrwać do 24 listopada.

PM

ZAKŁAD USŁUG BUDOWLANYCH
08-110 Siedlce, Żabokliki, ul. Korczewska 38
tel. 25 644 07 16 wew. 12
biuro@czarnocki.pl

- **ZWYŻKI USŁUGI I WYNAJEM**
- **RĘBAK DO GAŁĘZI**
- **ZAMIATANIE PLACÓW**
- **PROFESJONALNE CZYSZCZENIE I MYCIE DACHÓW I ELEWACJI**

Hurtownia materiałów budowlanych
Od fundamentów aż po dach

Siedlce · ul. Starzyńskiego 25
tel. 535 954 550

OKNA | ROLETY | DRZWI | BRAMY

Autoryzowany punkt

Redaguje: Paulina Montewka
m@il: garwolin@zyciesiedleckie.pl
tel. 502 716 507
www.zyciesiedleckie.pl

Życie Garwolina

Żywa pamięć o zmarłych

GARWOLIN

Podczas świąt zaduszych dominuje nostalgia i melancholia, jednak samorządowcy ziemi garwolińskiej udowodnili, że nie tylko.

Odwiedzający bliskich zmarłych mogli dołożyć się do zbiórki na rzecz najstarszych nagrobków z cmentarza garwolińskiego, które wymagają renowacji i remontów. To już druga kwesta na cmentarzu parafialnym w Garwolinie. W tegorocznej akcji udział wzięli: Mirosław Walicki - starosta powiatu garwolińskiego, Marzena Świeczak burmistrz Garwolina, ZHP Hufiec „Orłów” Garwolin oraz członkowie Fundacji „Koszary - Przywróćmy Pamięć” i Klub Seniora przy CSiK w Garwolinie.



Wspólne działania pokazały, że ludzie dobrej woli łatwo spotkać. Tego dnia, podczas drugiej edycji Garwolińskiej Kwesty, udało się zebrać kwotę większą

niż w ubiegłym roku. Łącznie na renowację i zadbanie o najstarsze nagrobki na parafialnym cmentarzu zebrano 12.455 złotych.

Wszystkim wolontariuszom i uczestnikom gratulujemy zaangażowania, a darczyńcom otwartości serca i portfeli.

FOT. POWIAT GARWOLIŃSKI

PM

Zatrzymany mocno się zdziwił

POWIAT GARWOLIŃSKI

Policjanci zatrzymali i doprowadzili poszukiwanego mieszkańca powiatu garwolińskiego.

Rozpracowaniem miejsca pobytu poszukiwanego 3 listami gończymi mieszkańca powiatu garwolińskiego zajęli się policjanci zespołu do spraw poszukiwań. Do funkcjonariuszy wpłynęły listy gończe oraz sądowe nakazy doprowadzenia do zakładu karnego za 38-letkiem, uchylającym się od odbycia kary pozbawienia wolności za włamanie, przywłaszczenie, oszustwo i podrobienie dokumentów. Kiedy kryminalni ustalili miejsce przebywania poszukiwanego, zaplanowali akcję zatrzymania. Do realizacji doszło 3 listopada po południu w jednej z podgarwolińskich wsi - podaje oficer prasowy garwolińskiej komendy. Funkcjonariusze dokładnie znali rysopis mężczyzny, dlatego gdy tylko go zauważyli, przystąpili do działania. Mężczyzna nie spodziewał się takiego obrotu sprawy i był kompletnie zaskoczony szybką akcją policjantów. 38-latek został przewieziony do policyjnego aresztu, a stamtąd do zakładu karnego, w którym spędzi 2 lata i 7 miesięcy.

OPRAC. PM

Budowa ruszy już niedługo - są umowy

ŁASKARZEW

Podpisano umowy na budowę sieci kanalizacji sanitarnej na terenie Łaskarzewa.

2 listopada podpisana została umowa z przedstawicielem wyłonionej w postępowaniu przetargowym firmy BKW Bogdan Tarnowski na realizację zadania „Budowa sieci kanalizacji sanitarnej w mieście Łaskarzew”. Zadanie dofinansowane jest z Programu Rozwoju Obszarów Wiejskich w wysokości ok. 1 mln zł i Rządowego Funduszu Programu Polski Ład w wysokości ponad 10 mln zł. W ciągu 2 tygodni od podpisania umowy wykonawca przedstawi harmonogram realizacji inwestycji.

Przed przystąpieniem do prac odbędą się spotkania



z mieszkańcami danego rejonu miasta. Prace rozpoczną się od

rejonu ul. Kolejowa - Klonowa - Przychodnia - Tabelowa - Ander-

sa. Jest to duży krok w kierunku dobrych zmian.

FOT. UM ŁASKARZEW

PM

Zakaz zbliżania za agresję

GMINA PILAWA

Policjanci z Pilawy wydali nakaz natychmiastowego opuszczenia oraz zakaz zbliżania się do mieszkania i jego bezpośredniego otoczenia wobec 51-latka, który stosował przemoc wobec żony.



Funkcjonariusze wykorzystali instrumenty prawne pozwalające na szybkie izolowanie osoby dotkniętej przemocą od osoby stosującej przemoc w sytuacji, gdy stwarza ona zagrożenie dla życia lub zdrowia domowników.

Kilka dni temu około godz. 20.00 policjanci z posterunku w Pilawie zostali wezwani na interwencję domową do jednej z miejscowości w gminie Parysów. Na miejscu ustalili, że zachodzi uzasadnione podejrzenie stosowania przemocy ze strony 51-latka wobec żony - relacjonuje oficer prasowa z garwolińskiej Komendy Powiatowej Policji, Małgorzata Pychner.

Jak dodaje, mężczyzna pod wpływem alkoholu był agresywny, ubliżał żonie, groził jej pobiciem, a w dniu interwencji chciał ją uderzyć, jednak nie dopuścił do tego syn 51-latka.

Po szczegółowym rozpoznaniu sytuacji rodziny, mundurowi podjęli decyzję o zastosowaniu wobec 51-latka nakazu natychmiastowego opuszczenia mieszkania oraz zakazu zbliżania się do niego i jego bezpośredniego otoczenia przez najbliższe 14 dni - informuje pani rzecznik. Zgodnie z tzw. ustawą antyprzemocową, sprawca przemocy, który stanowi zagrożenie dla życia lub zdrowia domowników, po wydaniu nakazu przez policjantów, musi bezzwłocznie opuścić mieszkanie. W okresie obowiązywania nakazu lub zakazu policjanci są zobligowani do co najmniej trzykrotnego sprawdzenia, czy są one respektowane. Za niestosowanie się osoby do wydanego przez policję zakazu lub nakazu, kodeks wykroczeń przewiduje karę aresztu, ograniczenia wolności albo grzywny i zastosowanie trybu przyspieszonego wobec sprawcy tego wykroczenia.

OPRAC. PM

Garwolińscy seniorzy ciągle aktywni

GARWOLIN

Wiek nie ma dla nich żadnego znaczenia, a jest jedynie liczbą wyliczoną przez PESEL.

Właśnie tacy są członkowie Klubu Seniora przy Centrum Sportu i Kultury w Garwolinie, którzy w każdej wolnej chwili angażują się w życie społeczne i kulturowe w mieście i nie tylko. Wspomniana kwesta podczas świąt zaduszych, również została wsparta chętnymi do pomocy dłońmi seniorów, a to nie koniec ich działań.

Ostatnio w Warszawie odbył się III Przegląd Artystycznej



Twórczości Seniorów. Nie zabrakło tam również przedstawicieli ziemi garwolińskiej.

Jesteśmy dumni, bo nie było łatwo zakwalifikować się do

udziału w przeglądzie - piszą chętnie na swoim profilu społecznościowym.

Idąc za przykładem seniorów z Garwolina i śledząc ich poczy-

nania, zapał i chęć i działania, można odważnie wyciągnąć wniosek, że aktywność jest najlepszą receptą na jesień życia.

PM

Redaguje: Leszek Koper
m@il: sokolow@zyciesiedleckie.pl
tel. 795 541 361
www.zyciesiedleckie.pl

Życie Sokołowa

Kolejna droga przebudowana GMINA SOKOŁÓW PODLASKI

Po gruntownej przebudowie została oficjalna droga na odcinku Czerwinka-Walerów. Jest to odcinek o długości 3200 m. Przebudowa tej drogi kosztowała 2 238 861,26 zł brutto. Na realizację tej inwestycji gmina Sokołów Podlaski pozyskała dofinansowanie ze środków Funduszu Przeciwdziałania COVID-19 na inwestycyjne zadania dla jednostek samorządu terytorialnego w wysokości 1 221 157,00 zł. Pozostała kwota, czyli 1 017 704,26 zł została pokryta z budżetu gminy. Oficjalnego otwarcia drogi i przecięcia wstęgi dokonali: senator Waldemar Kraska, wójt gminy Sokołów Podlaski Janusz Kur, proboszcz parafii pw. Św. Jana Chrzciciela w Czerwonce ks. Jakub Buczyński, przewodniczący rady gminy Paweł Sobolewski, sołtys miejscowości Walerów Jędrzej Młynik oraz przedstawiciel wykonawcy P.W. WIKRUSZ Adam Witkowski - Małgorzata Lach - Witkowska. W uroczystości wzięli również udział radni gminy oraz mieszkańcy Walerowa, którzy zabiegali o tę inwestycję wiele lat. Jak powiedział wójt Janusz Kur użytkownicy kolejnej drogi gminnej mogą cieszyć się komfortowymi warunkami podróżowania.

LK



Dla małej retencji JABŁONNA LACKA/REPKI

Zakończyły się prace związane z renowacją zbiornika wodnego służącego małej retencji Nowomodna. Wartość wykonanych prac zgodnie z umową z wykonawcą to 120540,00 zł.

Na to zadanie gmina Jabłonna Lacka otrzymała dotację ze środków budżetu województwa mazowieckiego w zakresie budowy i renowacji zbiorników wodnych służących małej retencji w wysokości 70% wartości brutto zadania, tj. 84.378,00 zł.

W ramach przedsięwzięcia wykonano następujące roboty: ścięto i wykarczowano zakrzaczania, wykoszono porosty ze skarp, oczyszczono zbiornik z namulów, uformowano skarpy zbiornika oraz ubezpieczono stopy skarpy opaską. Było to konieczne ze względu na ograniczenia tak ubogich zasobów wodnych i przyczyni się do zahamowania spadku poziomu wód gruntowych i zwiększy zapas wody dostępnej w ekosystemach.

Także zbiornik wodny w miejscowości Sawice - Bronisze w gminie Repki został oczyszczony. Prace związane z tą niedawno dobiegły końca.

Wartość inwestycji wyniosła 185.515,42 zł, z czego dofinansowanie ze środków budżetu województwa mazowieckiego na zadania określone w ustawie o ochronie gruntów rolnych i leśnych stanowiło 127.060,79 zł.

Głównym założeniem było odtworzenie pierwotnych parametrów zbiornika, zwiększenie retencji wodnej i bezpieczeństwa powodziowego oraz zapobieganie suszy na terenach przyległych.

LK

Oddział doczekał się remontu

POWIAT SOKOŁOWSKI

W szpitalu powiatowym w Sokołowie otwarto zmodernizowany odcinek covidowy przy oddziale wewnętrznym.

Na tym odcinku od początku pandemii szpital leczy pacjentów zakażonych koronawirusem. Jak podała dyrektor SP ZOZ Maria Sikorska, udzielono 3086 porad i 1625 hospitalizacji. Dzięki wsparciu finansowemu i wyremontowanemu oddziałowi poprawi się komfort przebywania pacjentów i praca personelu.

Dyrektor podziękowała za wsparcie. Inwestycja była realizowana przez ministerstwo zdrowia w ramach Funduszu Przeciwdziałania Covid-19 w kwocie 3 mln zł.

- Dzięki wspólnym działaniom ministerstwa, urzędu wo-

jewódzkiego, powiatu i sponsorów mamy możliwość doposażenia oraz modernizacji szpitala. Dzięki wykonawcy i pracownikom inwestycja przebiegła sprawnie - powiedziała dyrektor Sikorska.

Na oddziale znajduje się 13 sal, z czego większość to pokoje dwuosobowe z łazienkami. Dla pacjentów wymagających izolacji wybudowano specjalną służbę. Na oddziale znajduje się zmodernizowana instalacja tlenowa. Jak powiedział ordynator

Cezary Popowski, oddział będzie gotowy na ewentualny nawrót wirusa i inne zagrożenia. Na oddziale znajdują się izolatki, które pomogą w przypadku zagrożenia. Dyrekcja już myśli o remoncie kolejnych oddziałów, przede wszystkim neurologii.

W wydarzeniu wzięli udział m.in.: senator, wiceminister zdrowia Waldemar Kraska, dyrektor wydziału zdrowia MOW Tomasz Ślawatyniec, starosta Elżbieta Sadowska, przewodni-

czący rady powiatu Janusz Odziemczyk, ks. Stanisław Stachal, członkowie komisji zdrowia i spraw społecznych rady powiatu, burmistrzowie i wójtowie, którzy są członkami rady społecznej SP ZOZ, przedstawiciele jednostek powiatowych, wykonawcy inwestycji. Obecni byli: dyrektor ds. lecznictwa Robert Najfeld, naczelnia pielęgniarska Marta Lech, ordynator oddziału Cezary Popowski, ordynatorzy, pielęgniarki oddziałowe, pracownicy szpitala.

LK



Ksiądz pośmiertnie odznaczony

GMINA SOKOŁÓW PODLASKI

Prezydent Andrzej Duda w grudniu 2021 r. nadał pośmiertnie ks. Antoniemu Łapajowi, proboszczowi parafii Skibniew w latach 1932-1952, Krzyż Oficerski Orderu Odrodzenia Polski.

Uroczystości rozpoczęły się na cmentarzu parafialnym, gdzie przedstawiciele władz rządowych, samorządowych i mieszkańców złożyli kwiaty na grobie ks. Łapaja. Następnie wszyscy udali się do kościoła św. Wojciecha, gdzie odbyła się dalsza część uroczystości.

Szef Urzędu do Spraw Kombatantów i Osób Represjonowanych Jan Józef Kasprzyk przekazał odznaczenie na ręce biskupa Piotra Sawczuka, który poświęcił również pamiątkową tablicę poświęconą odznaczonemu księdzu. Uroczystość uświetnił występ Chóru Kameralnego KOE działającego przy Sokołowskim Ośrodku Kultury.

W uroczystościach wzięli udział: senator Waldemar Kraska, starosta sokołowski Elżbieta Sadowska, wójt gminy Janusz Kur, zastępca wójta Ewa Waszkiewicz, kapłani pochodzący z parafii Skibniew, p.o. dyrektora Zespołu Oświatowego w Skibniewie Marek Pogorzelski, poczty sztandarowe z OSP Buczyn, OSP Skibniew i szkoły

w Skibniewie. Licznie pojawili się mieszkańcy, z których niektórzy pamiętali jeszcze księdza.

Ks. Antoni Łapaj urodził się 13 czerwca 1895 r. w Białej Błotnej. W 1916 r. wstąpił do Wyższego Seminarium Duchownego w Kielcach. W lipcu 1920 r. jako ochotnik wstąpił w szeregi Wojska Polskiego, by bronić ojczyzny przed bolszewikami. Przez 4 miesiące służył w wojsku w okolicach Grudziądza.

W czerwcu 1921 r. został przyjęty do WSD w Siedlcach. Święcenia kapłańskie otrzymał w 1924 r. Od 15 października 1932 r. do 15 lipca 1952 r. był proboszczem parafii Skibniew. Najstarsi parafianie wspominają go jako gorliwego, żyjącego skromnie kapłana. W 1942 r. ks. Łapaj pozwolił zamieszkać na plebanii 2 rodzinom, których domy spłonęły podczas wielkiego pożaru Skibniewa. W czasie II wojny światowej organizował na terenie parafii Skibniew opiekę nad dziewczętami sierotami, sprowadzonymi z Warszawy przez s. Jadwigę Sobotko.

Na przełomie lipca i sierpnia 1944 r. mieszkańiec wsi Kostki - Lucjan Mąka - zastrzelił jednego i ranił drugiego żołnierza niemieckiego. Niemiecki oddział ruszył z oblawa do lasu, w którym schronił się ów mężczyzna. Podczas oblawy ujęto 53 osoby, które od kilku dni w lesie pilnowały inwentarza. Ujętych przewieziono przed kościoł w Skibniewie i ustawiono pod wschodnią ścianą świątyni. Postawiono im zarzut uczestniczenia w partyzantce, zabicia i ranienia 2 niemieckich żołnierzy. Dowódca niemiecki wydał rozkaz rozstrzelania pojmanych.



Gromadzący się przed kościołem mieszkańcy Kostek, Emiliana i Skibniewa udali się na plebanie, by prosić o pomoc ks. Łapaja. Niektórzy, wspominając przebieg tamtych wydarzeń, dodają, że o litość dla złapanych w oblacie prosił ks. Kozłowski. Ks. Łapaj według wspomnień parafian prosił Niemców o odstąpienie od egzekucji, argumentując, że złapani w oblacie nie są partyzantami, lecz rolnikami, którzy w lesie pilnowali inwentarza. Niemcy pozostawiali nieugięci i nie przyjmowali argumentacji proboszcza. W pewnej chwili miał on powiedzieć: „Akoró chcecie ich rozstrzelać, to ja staję razem z nimi”. Dopiero wtedy Niemcy odstąpili od rozstrzelania pojmanych. Dowódca niemieckich żołnierzy nakazał księżom zabranie z grupy pojmanych ojców rodzin wielodzietnych, zaznaczając, że musi pozostać 20 osób. Następnie niemiecki dowódca poinformował, że zamiast kary śmierci pojmani zostaną wywiezieni do pracy węgla Niemiec.

Niemcy odprowadzili grupę pojmanych do Kosowa Lackie-

go. Po 2 dobach pojmani zostali załadowani do bydłych wagonów i wywiezieni na roboty. Wszyscy wywiezieni wówczas na roboty przeżyli wojnę i wrócili do domów.

15 lipca 1952 r. z polecenia bp. Ignacego Świrskiego, ks. Antoni Łapaj został przeniesiony do parafii Radomysł. 23 czerwca 1953 r. zmarł w Szpitalu Miejskim w Siedlcach. Jego grób znajduje się na cmentarzu parafialnym w Skibniewie.

Kościół istniał w Skibniewie przed 1464 r. Fundatorami świątyni były miejscowe rody szlacheckie: Skibniewskich, Kurców i Kostków. Pierwszy drewniany kościół spłonął w 1723 r. Następna świątynia została wzniesiona kosztem parafian w 1743 r. W 1788 roku została ona gruntownie przebudowana.

W czasie II wojny światowej Niemcy planowali wysadzić świątynię w powietrze. Jednak tragedii zapobiegł ks. Antoni Łapaj. On też ocalił przed konfiskatą duży dzwon, który służy wiernym po dzień dzisiejszy.

LK

Redaguje: Leszek Koper
m@il: wegrow@zyciesiedleckie.pl
tel. 795 541 361
www.zyciesiedleckie.pl

Życie Węgrowa

Narzędzia wsparcia

POWIAT WĘGROWSKI

Przedsiębiorcy z terenu powiatu węgrowskiego uczestniczyli w konferencji dotyczącej narzędzi wsparcia dla inwestycji oferowanych przez Suwalską Specjalną Strefę Ekonomiczną S.A.

Przedsiębiorcy, którzy myślą o rozwoju swojej działalności, niejednokrotnie korzystają z różnorodnych narzędzi wsparcia oraz środków zewnętrznych pozyskanych z funduszy krajowych oraz europejskich.

W sali konferencyjnej starostwa odbyła się konferencja zorganizowana przez Suwalską Specjalną Strefę Ekonomiczną S.A. we współpracy z Agencją Rozwoju Przemysłu S.A., Bankiem Gospodarstwa Krajowego oraz powiatem sokołowskim i węgrowskim. Skierowana była do przedsiębiorców prowadzących działalność gospodarczą na terenie tych powiatów. Spotkanie dotyczyło nowych rozwiązań oferowanych w ramach wsparcia inwestycyjnego przedsiębiorców. Uczestnicy zapoznali się z zasadami funkcjonowania i wsparcia oferowanego przez Suwalską Specjalną Strefę Inwestycji w ramach Polskiej

Strefy Inwestycji, które przedstawił prezes zarządu SSSE S.A. Leszek Dec. Dodatkowo mieli okazję zapoznać się z ofertą finansową oferowaną w ramach wsparcia dla małych i średnich przedsiębiorstw, którą przedstawiła dyrektorka warszawskiego Centrum Agencji Rozwoju Przemysłu S.A. Renata Pomorska-Grzechnik. W ramach prelekcji wygłoszonej przez specjalistę ds. wsparcia komórki organizacyjnej BGK Joannę Krogulec oraz dyrektora zespołu ds. Małych i Średnich Przedsiębiorstw Towarzystwa Inwestycji Społeczno-Ekonomicznych TISE S.A. Cezarego Górkę uczestnicy otrzymali informacje dotyczące instrumentów wsparcia przedsiębiorców oferowanych przez BGK.

O Suwalskiej Strefie Ekonomicznej S.A.

Suwalska Specjalna Strefa Ekonomiczna S.A. jest spółką zarządzającą Suwalską Specjalną Strefą Ekonomiczną. Celem nadrzędnym jest tworzenie jak najlepszych warunków dla przedsiębiorców do realizacji ich przedsięwzięć inwestycyjnych i tworzenia wyspecjalizowanych miejsc pracy.

Do 2018 r. zarządzała 19 podstrefami, na terenie których przedsiębiorcy mogli prowadzić działalność na preferencyjnych warunkach. W oparciu o zezwolenie na prowadzenie działalności w podstrefach, które wydawała SSSE S.A. w imieniu ministra właściwego dla gospodarki, przedsiębiorcy mogli



korzystać z ulgi podatkowej. W 2018 r. weszła w życie Ustawa o wspieraniu nowych inwestycji (Polska Strefa Inwestycji), która umożliwiła przedsiębiorcom korzystanie z ulgi podatkowej na podstawie decyzji o wsparciu na terenie całego kraju. Cała Polska stała się strefą ekonomiczną, co pozwala przedsiębiorcy wnioskować o decyzję o wsparciu i korzystać z ulgi podatkowej na jego własnym terenie. Przedsiębiorca nie musi przenosić swojej działalności do strefy ekonomicznej. Może inwestować w swoją firmę w miejscu, w którym prowadzi działalność. Cały obszar kraju został podzielony na 14 obszarów, którym zarządzają Spółki wcześniej zarządzające strefami ekonomicznymi.

Obecnie SSSE S.A. jest zarządzającym obszarem, w skład którego wchodzi całe województwo podlaskie, cztery po-

wiaty województwa mazowieckiego: sokołowski, węgrowski, ostrowski i łosicki oraz dwa powiaty województwa warmińsko-mazurskiego, tj. elcki i gołdapski. SSSE S.A. wydaje decyzję o wsparciu w imieniu Ministra Rozwoju i Technologii. Przedsiębiorca zainteresowany wsparciem składa wniosek o uzyskanie decyzji właśnie do SSSE S.A. Od tego roku w ramach nowej mapy pomocy regionalnej przedsiębiorcy w powiecie sokołowskim i węgrowskim mogą skorzystać z pomocy publicznej w formie ulgi podatkowej nawet do 70% kosztów kwalifikowanych inwestycji. Na początku tego roku weszło również rozporządzenie Rady Ministrów w sprawie pomocy publicznej udzielanej niektórym przedsiębiorcom na realizację nowych inwestycji, które wprowadziło dodatkowe preferencje.

Przedszkolaki w starostwie WĘGRÓW



Dzieci z Katolickiego Przedszkola św. Antoniego odwiedziły starostwo powiatowe. Celem wizyty było zapoznanie z pracą urzędu i zwiedzanie budynku.

Wizyta przedszkolaków rozpoczęła się spotkaniem ze starostą Ewą Besztak i sekretarzem powiatu Marzeną Gromek w sali konferencyjnej im. Ignacego Jana Paderewskiego. Starosta przywitała serdecznie najmłodszych mieszkańców powiatu, a następnie odpowiadała na wiele pytań dotyczących swojej pracy. W podziękowaniu za możliwość odwiedzenia urzędu otrzymała piękny rysunek.

Podczas spotkania dzieci dowiedziały się, jakie sprawy można załatwić w starostwie i czym zajmują się pracownicy poszczególnych wydziałów. Zwiedzając budynek grupa „Ananasków” miała możliwość zobaczyć, gdzie odbiera się prawo jazdy i jak z bliska wyglądają tablice rejestracyjne pojazdów. Bardzo dużym zainteresowaniem cieszyła się też ogromna drukarka w wydziale geodezji, która wydrukowała dużych rozmiarów kolorowaną. Każdy mógł także spróbować swoich sił, przesuwając specjalne szafy w archiwum.

Na potwierdzenie swojej wizyty w starostwie dzieci otrzymały osobiście podstemplowane przez siebie dyplomy, a także upominki przygotowane przez wydział promocji. W drodze powrotnej dzieciom towarzyszył miś-urzędnik, który podczas pobytu w przedszkolu będzie im przypominał o wizycie.

LK

Pamiętają o żołnierzach Września

GMINA LIW

Gmina Liw wykonała prace remontowe na Grobie Nieznanego Żołnierza, znajdującym się na cmentarzu parafialnym w Liwie.

Mogiła upamiętnia żołnierzy poległych we wrześniu 1939 r. W ramach remontu wykonano

na grobie z granitu oraz odrestaurowano zabytkowy krzyż. Prace zostały sfinansowane ze środków wojewody mazowieckiego, który przyznał dotację na ten cel w wysokości 16.800 zł. Pozostałe 10 tys. zł przekazali właściciele firmy Sulich Recykling z Liwa w formie darowizny, za co gmina składa serdeczne podziękowania. Poświęcenie mogiły odbyło się 1 listopada.

LK



Konkurs fotograficzny rozstrzygnięty

WĘGRÓW

Podczas sesji rady miejskiej rozstrzygnięto konkurs „W poszukiwaniu ciekawych miejsc, zakątków, kapliczek, zabytków”.



Celem tego fotograficznego konkursu była promocja miasta, propagowanie wiedzy o dziejach i zabytkach, kształtowanie poczucia tożsamości, rozwijanie wśród dzieci i młodzieży zainteresowań fotografią, uwrażliwie-

nie na piękno otaczającego nas świata oraz poszukiwanie nowych form i środków wyrazu artystycznego.

Zwycięzcami zostali: Kinga Rostek, Paweł Molski, Jakub

Mielniczek, Wojciech Jurczak, Maria Molska, Mateusz Piotrowski, Kacper Piotrowski, Joanna Wyszogrodzka i Piotr Jurczak. Nagrody oraz dyplomy wręczyli: burmistrz Paweł Marchela, prze-

wodnicząca rady Beata Gashi, zastępca burmistrza Halina Ulińska, radna Barbara Jakubiś i prezes TMZ Agnieszka Zarzycka.

LK

Ziemia z mogiły przekazana WĘGRÓW



W ubiegłym tygodniu odbyło się symboliczne przekazanie gminie Paczków urny z ziemią z mogiły Powstańców Styczniowych poległych w Bitwie pod Węgrowem 3 lutego 1863 r. Ziemia zostanie wmurowana pod Pomnikiem Orła Białego w Paczkowie podczas uroczystości z okazji Narodowego Święta Niepodległości 11 listopada. W ten sposób gmina Paczków chce upamiętnić bohaterów z miejsca walki, męczeństwa i chwały Polaków.

Uroczystego pobrania oraz przekazania dokonał burmistrz Paweł Marchela na ręce burmistrza gminy Paczków Artura Rolki oraz przewodniczącego rady Wiesława Barabasza. Burmistrz Węgrowa przekazał również list intencyjny skierowany do mieszkańców gminy Paczków, który zostanie odczytany podczas Narodowego Święta Niepodległości w Paczkowie. Przed Pomnikiem Powstańców Styczniowych przedstawiciele samorządów złożyli kwiaty i zapalili znicze. Podczas uroczystego przekazania ziemi asystę honorową pełnili harcerze Hufca ZHP Doliny Liwca im. hm. Edmunda Zarzyckiego w Węgrowie.

Gmina Paczków leży w południowo-zachodniej części województwa opolskiego, w powiecie nyskim, od południa graniczy z Republiką Czeską.

LK

Życie Mińska

Redaguje: Paulina Montewka
m@il: minsk@zyciesiedleckie.pl
tel. 502 716 507
www.zyciesiedleckie.pl

Słupki z łaki na opał?

STANISŁAWÓW

Do niecodziennego zdarzenia doszło w jednej z miejscowości w gminie Stanisławów.

Mysliwy, który doglądał zwierzyń z ambony, zauważył zaskakującą sytuację. Otóż w porze nocnej mężczyźni zrywali pastuch rolniczy na łące.

Łowczy przebywający na ambonie zauważył mężczyzn zbierających słupki. Zaniepokojony tą sytuacją, szybko skontaktował się z właścicielem łaki. W rozmowie usłyszał, że nikt nie powinien zbierać w tym momencie słupków na jego łące. Właściciel natychmiast ruszył na miejsce, powiadamiając też o sytuacji policję. Na miejscu niezwłocznie pojawili się mundurowi ze Stanisławowa, którzy zatrzymali dwóch mężczyzn podejrzanych o dokonanie kradzieży. Warto zaznaczyć, że 48-latek z powiatu żąbkowskiego oraz 49-latek z powiatu wołomińskiego, ukrywali się przed policjantami w przydrożnym rowie. Mimo to, zostali szybko zauważeni - relacjonuje oficer prasowa Elżbieta Zagórska.

Właściciel ocenił wartość słupków metalowych i plastikowych, które zostały zdemontowane na 1000 złotych. Przedmioty udało się odzyskać, zanim zostały wywiezione z miejsca zdarzenia. Teraz mężczyźni, którzy zostali zatrzymani odpowiedzą przed sądem. Grozi im do 5 lat pozbawienia wolności.

Coś dla młodych - zapowiedź

MIŃSK MAZOWIECKI

Rolkowisko przy MOSiR w Mińsku Mazowieckim zaprasza miłośników twardego gruntu i jazdy agresywnej na finał pucharu Polski. Wszystkie szczegóły na plakacie.

FINAŁ PUCHARU POLSKI W JEŹDZIE AGRESYWNEJ MIŃSK MAZOWIECKI 2022

12-13 LISTOPAD 2022

Rolkowisko MOSiR Sp. z o.o. ul. Wyszyńskiego 56, Mińsk Mazowiecki

ZAPISY:
<https://zapisy.activenow.pl/rolkow/>
<https://www.facebook.com/rolkowyminsk>

12 listopada 2022 (sobota)
12.00 - 18.00 - darmowe warsztaty rolkowe dla dzieci i młodzieży
13.00 - 22.00 - treningi dla zawodników startujących w limboowych zawodach Pucharu Polski w jeździe agresywnej (wstęp wolny)

13 listopada 2022 (niedziela)
11.00 - 12.00 - Zapisy kategoria OPEN, GIRLS, Junior do 16 lat
ELIMINACJE
12.00 Start eliminacji Junior do 13 lat
12.45 Start eliminacji Junior do 16 lat
13.30 Eliminacja Kobiety
14.15 Eliminacja Open
15.00 Przerwa
FINAL
15.30 Final Junior do 13 lat
16.00 Final Junior do 16 lat
16.30 Final Girls
17.00 Final Open
17.45 Ogłoszenie wyników
18.00 Oficjalne zakończenie zawodów

Coś dla starszych - zapowiedź

GMINA MROZY

Uroczystości i występy uprzyjemnią spędzenie tego dnia w dobrej i przyjaznej atmosferze wszystkim przybyłym gościom. Organizatorzy pragną, by tego dnia nie tylko seniorzy z Klubu Seniora czuli się „pogodni”. Szczegóły na plakacie.

Gminny Dzień Seniora

19 listopada 2022 r.
Zespół Szkół w Mrozach, ul. Licealna 3

Program uroczystości:
9.00 - Msza św. (sala gimnastyczna w ZS w Mrozach)
10.00 - Rozpoczęcie uroczystości
10.15 - Występy zespołów Gminnego Centrum Kultury w Mrozach: Dwiekoczkulki, Indigo Dance Art
10.30 - Prezentacja działalności Klubu Seniora w Mrozach
10.45 - Występ chóru Illuxit Sol
11.00 - Wystąpienia Gości
11.15 - Występy członków Klubu Seniora w Mrozach
11.45 - Wypowiednie pamiątkowe: adrejuce
12.00 - Podziękowanie przy akompaniamencie zespołu Weterani Big Beatu

Zapisy dla uczestników Seniorów z gminy Mrozy do dnia 15 listopada 2022 r. pod nr tel. 502-559-774 lub 508-345-067

Europa dla młodzieży

MIŃSK MAZOWIECKI

28 października w Zespole Szkół im. M. Skłodowskiej-Curie w Mińsku Mazowieckim uroczystie zainaugurowano program dla młodzieży.

Miński „Chemik” bierze udział w programie EPAS (European Parliament Ambassador School Programme) Szkoła - Ambasador Parlamentu Europejskiego, realizowanym przez Biuro Informacyjne Parlamentu Europejskiego w Polsce. EPAS ma na celu pobudzanie świadomości młodzieży na temat Europy i demokracji europejskiej, dzięki udostępnieniu wiedzy o Unii Europejskiej, a w szczególności o Parlamencie Europejskim.

- Celem programu jest przede



wszystkim uświadamianie młodym ludziom możliwości działania w kontekście integracji europejskiej oraz podkreślanie znaczenia głosowania w wyborach europejskich w 2024 r. - mówią organizatorzy projektu.

Dyrektor Marlena Pustoła z dumą podkreśliła, że „Chemik” jest pierwszą placówką w powiecie mińskim, a zarazem 11. w województwie mazowieckim,

która zakwalifikowała się do uczestnictwa w tym projekcie.

Na spotkaniu obecny był również wicestarosta powiatu Witold Kikolski, który otwarcie mówił o swoim poparciu dla idei programu. Zwracał uwagę na przekazywanie wiedzy o faktach dotyczących Unii Europejskiej, ale umożliwia także doświadczenie, czym jest obywa-

telstwo europejskie. Szkoły mogą angażować się w wiele działań fakultatywnych, może to być np. współpraca z posłami do Parlamentu Europejskiego.

Poza zdobytą przez uczniów wiedzą i doświadczeniem, szkoła, która z powodzeniem zakończy swój udział w programie, otrzyma tytuł „Szkoły Ambasadora Parlamentu Europejskiego”.

PM

W centrum wprowadzają dobre zmiany

MIŃSK MAZOWIECKI

W centrum miasta widać coraz większą świadomość korzystania z „zielonych” rozwiązań.

Tym razem dobra zmiana dotyczy pojawienia się pierwszej ładowarki do samochodów elektrycznych, która jest początkiem infrastruktury elektro-mobilnej. Będzie to możliwość korzy-

stania z tańszej odsłony energii, która przy obecnych podwyżkach cen pokazuje, że zdrowe dla planety rozwiązania są coraz bardziej dostępne i korzystanie z nich nie wiąże się z utrudnieniami.

Moc znamionowa urządzenia podczas ładowania prądem stałym wynosi min. 43 kW, co umożliwi sprawne naładowanie pojazdu. W urządzeniu o mocy 22kW ładowanie trwa nawet kilka godzin. Dlatego wybrany model urządzenia pozytywnie zaskoczy mieszkańców.

PM



Orlen ze wsparciem dla strażaków

KAŁUSZYN

Jednostka Ochotniczej Straży Pożarnej w Kałuszyńce obchodziła historię sięgając do roku 1902.

Choć drухowie się zmieniali, a sprzęt był coraz lepszy - duch niesienia pomocy nadal jest głównym hasłem strażaków.

- To niezwykle prężnie działająca jednostka! Ponad 120 wyjazdów w okresie od stycznia do października 2022 r. Ochotnicy bardzo dbają o rozwój. Biorą udział w szkoleniach, zbierają środki na zakup sprzętu, piszą wnioski i robią to skutecznie - informuje Maria Koc senator RP, która odwiedziła kałuszyńską jednostkę.

Dzięki staraniom drухów



jednostce udało się zakupić lekki samochód strażacki, a to nie koniec ich działań. Tym razem pieniądze dla strażaków przekazała Fundacja Orlen, dzięki której otrzymane środki zostały

przeznaczone na zakup odzieży ochronnej. Bezpieczeństwo strażaków jest bardzo ważne, dlatego odpowiedni strój to podstawa dobrze przeprowadzonej, bezpiecznej dla ochotni-

ków akcji.

- Gratuluję państwu niezwykle cennej i ofiarnej działalności. Dziękuję za pełną poświęcenia służbę! - podsumowała senator Koc.

PM

Życie Łosic

Redaguje: Kamil Ułasiuk
m@il: losice@zyciesiedleckie.pl
tel. 502 716 506
www.zyciesiedleckie.pl

Monitoring czy wjazd?

GMINA STARA KORNICA

Na ostatnich obradach kornickich rajców zagościł temat bezpieczeństwa na pasach drogowych przy szkole podstawowej w Starej Kornicy.



FOT. KU

Podczas gminnej sesji, która odbyła się w Starej Kornicy 20 października, radni zajęli się tematem bezpieczeństwa najmłodszych mieszkańców gminy.

- Powinniśmy się pochylić nad bezpieczeństwem dzieci przechodzących przez pasy przy naszej szkole. Mimo iż dzieci są przeprowadzane, to jest tutaj bardzo poważny problem. Kierowcy przeważnie nie czekają, aż dzieci przejdą, tylko jeżdżą, jak im pasuje. Jeżeli nie dojdzie w tym miejscu do wypadku, to mam wrażenie, że nie zainteresujemy się tym problemem - zasygnalizował radny Piotr Pieczyński, proponując jako roz-

wiązanie tego problemu zainstalowanie monitoringu. - Jeżeli kierowcy będą jeździć tak jak do tej pory, to ten monitoring jeszcze nam się na pewno przyda - przyznał radny.

Z sali padło stwierdzenie, że to dobry pomysł, ale jednocześnie trudny do zrealizowania, ponieważ właścicielem drogi są władze województwa, i to one jako zarządca dróg muszą zezwolić na takie przedsięwzięcie.

- Ja jestem też za tym, aby ten monitoring obejmował też to, co się dzieje na placu po drugiej stronie ulicy, ponieważ w waka-

cje odbywają się tam różne rzeczy. Pewnym służbom przydałyby się nagrania z tego miejsca - dodała przewodnicząca Zofia Szpura.

- Temat poprawy bezpieczeństwa w centrum Kornicy jest już od dawna. Miałem gotowe porozumienie z właścicielem drogi o dokonanie takich czynności, aby zmienić organizację ruchu na tym odcinku. Miałem taki pomysł, aby stworzyć zajezdnię autobusową na placu przed szkołą. Jeżeli mówimy o bezpieczeństwie, z przykrością muszę powiedzieć, że chciałem zabez-

pieczyć środki na chodnik w Rudce i na przebudowę centrum Kornicy, ale radni nie byli zainteresowani tym tematem - dodał wójt Kazimierz Hawryluk.

- Trudno mi jest słuchać tej wypowiedzi, kiedy pan wójt nie jest pan w stanie zrobić wjazdu, o który prosiłem od początku tej kadencji. Tam by autobus spokojnie mógł sobie wjeżdżać i dzieci wysiadałyby na placu szkolnym - dołączył do dyskusji radny Ignacy Janczuk.

- Jeżeli chodzi panu o ten przejazd obok poczty, to niestety za 30 tysięcy złotych tej drogi się nie zrobi, bo jeszcze gdzieś ten autobus musi tam zawrócić. Poza tym, brama przy tym wjeździe i droga jest przeciwpowodziowa. Jeżeli myśli pan, że da się tam wjechać sześćdziesięcioposobowym autokarem, to jest pan w błędzie - odpowiedział wójt.

- Wjeżdża tam dziesięć samochodów strażackich, to zmieszczą się i dwa autobusy. Jestem w stanie wjechać tam autokarem, nawet z przyczepą - zakończył dyskusję radny Janczuk. KU

GMINA HUSZLEW

Pożar chlewni

1 listopada o godz. 1.45 do stanowiska kierowania wpłynęło zgłoszenie o pożarze chlewni w miejscowości Dziadkowskie. 8 zastępów walczyło do wczesnych godzin porannych z płonącym budynkiem. Po dojeździe na miejsce zdarzenia pierwszych wozów pożarem objęta była część kompleksu połączonych ze sobą budynków. Priorytetem dla strażaków była obrona przed rozprzestrzenieniem się ognia, a następnie ugaszenie pożaru i prace rozbiórkowe. Na szczęście w chlewni nie były przetrzymywane zwierzęta ani sprzęt wysokiej wartości. Spaleniu uległa część konstrukcji i wyposażenia.

MIASTO I GMINA ŁOSICE

Powstanie ciąg pieszo-jezdny

Burmistrz Mariusz Kucewicz podpisał 4 listopada umowę z Tomaszem Gójskim na budowę ciągu pieszo-jezdnego prowadzącego od ul. Majora Zenona do ogródków działkowych. Zakończenie inwestycji planowane jest na koniec bieżącego roku. Zadanie realizowane jest pod nazwą „Budowa drogi gminnej w ciągu ul. Myśliwskiej w kierunku ulicy Parcele w Łosicach wraz z modernizacją powiązanej infrastruktury – Budowa ciągu pieszo-jezdnego wraz z obiektem mostowym od ul. Mjr Zenona do ogródków działkowych – etap II”. Koszt wykonania to ponad 474 tysięcy zł. Inwestycja otrzymała dofinansowanie w ramach instrumentu wsparcia zadań ważnych dla równomiernego rozwoju województwa mazowieckiego.

Posadzili nowe drzewa

Działanie pn. „Poprawa warunków przyrodniczych poprzez uzupełnienie nasadzeń krzewów, pielęgnację drzew i stworzenie miejsc lęgowych ptaków na terenie miasta Łosice” to zadanie dofinansowane z Wojewódzkiego Funduszu Ochrony Środowiska i Gospodarki Wodnej w Warszawie w kwocie 49.845,00 zł, natomiast 16.415,00 zł to wkład własny miasta i gminy Łosice oraz 200,00 zł z budżetu ŁDK. 28 października dokonano odbioru prac – nasadzenia blisko 1400 krzewów (m.in. dereń, rokitnik, bez czarny, pigwowiec), 35 drzew (m.in. wierzbę, lipę), zamontowanie 21 budek lęgowych dla ptaków, konserwacja i prześwietlenie koron drzew. Teren realizacji projektu to: Zalew Łosicki, działka przy rzece Toczna i Zieleniec Łosicki.

Przydonicze przygody

28 października przy Zespole Oświatowym w Niemojkach odbył się odbiór prac dotyczących założenia ogrodu dydaktycznego pod nazwą „Przygody z przyrodą”. Zakres wykonanych prac to: zakup i posadzenie ponad 200 krzewów, zakup i montaż pomocy edukacyjnych: ścieżka sensoryczna, dendrofon, gra terenowa „Zgaduj Zgadula”, tablice edukacyjne, przyrodnicze koło wiedzy, rzeźba ważki, domki dla owadów, zestaw koszy do segregacji odpadów. Pieńki na ten cel w kwocie 12.632,00 zł zostały przeznaczone ze środków własnych MiG Łosice, dofinansowanie z WFOŚiGW to kwota 37.893,00 zł.

POWIAT ŁOSICKI

Podumowanie października

W minionym miesiącu straż pożarna z terenu powiatu łosickiego interweniowała 35 razy, z czego 3 zdarzenia to pożary, 32 to miejscowe zagrożenia. W działaniach łącznie uczestniczyły 54 zastępy - 272 strażaków. W zdarzeniach ucierpiała 9 osób - 5 z nich to ofiary śmiertelne, 4 osoby były ranne.

Wyprawka dla Żaka

Polski Czerwony Krzyż jak co roku prowadzi akcję „Wyprawka dla Żaka”. W tym roku wyprawki przekazywane są nie tylko dla potrzebujących dzieci z polskich rodzin, ale także dla dzieci z Ukrainy. Wyprawki przekazane bezpłatnie przez PCK Oddział Rejonowy w Siedlcach również trafiły do najmłodszych z terenu powiatu łosickiego.

OPR. KU

Zaprezentuj owocowy powiat łosicki

POWIAT ŁOSICKI

Łosickie starostwo organizuje konkurs plastyczny, którego celem jest pokazanie walorów powiatu.



FOT. POWIAT ŁOSICKI

Organizatorem konkursu „Owocowy powiat łosicki” jest starostwo powiatu łosickiego oraz Komisja Oświaty, Kultury, Kultury Fizycznej, Sportu i Turystyki. Celem konkursu jest zainspirowanie do poznania walorów powiatu łosickiego. Tematem konkursu jest prezentacja owoców, z jakich słynie powiat łosicki. Uczestnicy (dzieci, młodzi, dorośli) do konkursu mogą zgłaszać prace w czterech kategoriach, uwzględniając proponowane formy.

Przedszkola i oddziały przedszkolne: plakat, grafika, rysunek, itp. dowolna technika. Klasy I-IV szkoły podstawowe: plakat, grafika, rysunek, itp. do-

wolna technika. Klasy V-VIII szkoły podstawowe: plakat, grafika, rysunek, itp. dowolna technika. W tej kategorii jest możliwość zaprezentowania także fotografii, lub dziewięćdziesięciosekundowego filmu na dany temat. W kategorii otwartej (szkoły ponadpodstawowe, po-

nadgimnazjalne, dorośli) oceniana będzie fotografia lub dziewięćdziesięciosekundowy film na dany temat.

Prace konkursowe niebędące plagiatem należy przesłać do 15 listopada na adres organizatora: Starostwo Powiatowe w Łosicach, ul. Narutowicza 6, 08-200 Łosice. Filmy można dostarczyć na nośniku danych lub na adres e-mail: konkurs@losice.pl. Razem z pracą należy złożyć oświadczenie o wyrażeniu zgody na przetwarzanie danych osobowych oraz wykorzystanie wizerunku osoby uczestniczącej w konkursie, stanowiące załącznik do niniejszego regulaminu. Każdy uczestnik może zgłosić tylko jedną pracę konkursową, szkoła dowolną liczbę prac.

KU

Laureaci uhonorowani nagrodami

GMINA SARNAKI

Na początku października rozstrzygnięto konkurs fotograficzny, którego tematem głównym była gmina Sarnaki, połączona kontekstem z różnymi tytułami książek.

minu, który pozwalał jednej osobie przesłać od 1 do 3 zdjęć konkursowych. Biorący udział w konkursie w ciekawy sposób prezentowali w swoich pracach miejsca znajdujące się w gminie Sarnaki, zawierając w swoich kadrach tytułowe strony książek.

4 października zebrała się komisja konkursowa, która dokonała oceny wydrukowanych zdjęć i wyłoniła zwycięzców konkursu. Jurorzy, poza reprezentującą bibliotekę Violetę Zawadkę, nie znali autorów konkursowych prac – wydrukowane zdjęcia nie były podpisane, co „wymusiło” bezstronność komisji. Zwycięzcami konkursu zostali: Jolanta Chromiec, Anto-



FOT. POWIAT ŁOSICKI

nina Chromiec i Mariusz Klas. Zwycięzcy otrzymali nagrody rzeczowe. Wszyscy uczestnicy otrzymali także dyplomy. W bi-

bliotece w Sarnakach można było obejrzeć wystawę fotografii, które zrobili uczestnicy konkursu.

KU

W konkursie fotograficznym „Gmina Sarnaki w tytułach” wzięło udział 12 osób, które złożyły łącznie 26 prac. Rozbieżność wynika z ustaleń regula-

Redaguje: Leszek Koper
m@il: redakcja@zyciesiedleckie.home.pl
tel. 795 541 361
www.zyciesiedleckie.pl

GMINA STANIN

Wypił i jechał do Warszawy



Do groźnie wyglądającego wypadku doszło 1 listopada po południu w Tuchowiczu. Z ustaleń pracujących na miejscu zdarzenia policjantów wynika, że kierujący samochodem marki Opel Corsa 38-latek z gminy Stanin zjechał na przeciwny pas jezdni i zderzył się z volkswagenem Polo. Kierujący volkswagenem 59-latek, jego 47-letnia pasażerka oraz kierujący oplem z obrażeniami ciała zostali przewiezieni do szpitala. Na szczęście okazało się, że urazy, jakich doznali, nie zagrażają ich życiu. Pracujący na miejscu policjanci z łukowskiej drogówki wstępnie ustalili, że przyczyną wypadku była nie tylko nadmierna prędkość, z jaką poruszał się kierujący oplem 38-latek. To, że jego auto po wyjechaniu z łuku zjechało na „lewy” pas jezdni i zderzyło się z jadącym z przeciwka volkswagenem, wynikało zapewne ze stanu nietrzeźwości 38-latka. Okazało się bowiem, że mężczyzna miał ponad 2 promile alkoholu w organizmie. Jak przyznał, jechał w takim stanie do Warszawy. Niestety podróż zakończył w szpitalu. Za kierowanie pojazdem w stanie nietrzeźwości i spowodowanie wypadku drogowego grozi mu wysoka grzywna, kilkuletni zakaz kierowania pojazdami, a nawet do 4,5 roku pozbawienia wolności. To nie wszystkie konsekwencje. 38-latek będzie jeszcze musiał zapłacić co najmniej po 5000 złotych świadczenia pieniężnego na rzecz Funduszu Pomocy Pokrzywdzonym oraz Pomocy Postpenitencjarnej. Mężczyzna najprawdopodobniej będzie też musiał pokryć koszty naprawy Volkswagena.

Gdzie jest paliwo?

5 listopada doszło do kradzieży w Tuchowiczu. Łupem złodzieja padło paliwo z samochodu ciężarowego, którego wartość pokrzywdzony oszacował na 800 zł. Sprawca pozostaje nieznany.

STOCZEK ŁUKOWSKI

Odpowie za posiadanie

31 października patrolujący miasto policjanci zatrzymali 21-latkę. Podczas kontroli znaleźli przy niej marihuanę. Młoda kobieta odpowie za złamanie Ustawy o przeciwdziałaniu narkomanii.

Nieźle zatankował

4 listopada w Stoczku Łukowskim nieznany sprawca ukradł paliwo. Właściciel poniósł w ten sposób szkodę oszacowaną na 2500 zł.

ŁUKÓW

Buchnął z opla

31 października na ul. Świdorskiej ktoś ukradł tablicę rejestracyjną z samochodu marki Opel. Policja na razie nie ustaliła sprawcy.

GMINA ŁUKÓW

Chciał popedałować

4 listopada w Gręzówce miała miejsce kradzież roweru o wartości 550 zł. Jak ustalili policjanci, odpowiadał za nią 58-latek z gminy Łuków. **OPR. IR**

Życie Łukowa

Gra, konkurs i test

ŁUKÓW

Powoli dobiega końca Rok Bronisława Chącińskiego. Ogłoszony przez radę miasta Rok upamiętnia 100. rocznicę śmierci oraz 100. rocznicę nadania temu wybitnemu łukowianinowi tytułu honorowego obywatela miasta.

W ramach obchodów realizowano projekt „Działalność społeczna i postać Bronisława Chącińskiego na Ziemi Łukowskiej w XIX w.”, dofinansowany przez Fundację BGK w programie „Dzieci Kapitana Nemo – edycja III”. Jedną z części tego projektu była gra miejska o Bronisławie Chącińskim „BR-CH-QR”, ogłoszonej przez Łukowski Ośrodek Kultury we współpracy z Hufcem ZHP Łuków im. Bohaterów Ziemi Łukowskiej.

Gra odbyła się 28 października i wzięło w niej udział 46 osób. Oceny Kart Gry Miejskiej dokonało jury, w skład którego weszli pracownicy Łukowskiego Ośrodka Kultury: Grzegorz Skwarek - przewodniczący oraz Alicja Dymitruk i Tomasz Kanadys.

Laureatami gry zostali: Aleksandra Sulej, Magdalena Czarnecka, Magdalena Gosek i Sebastian Romańczyk. Wyróżnienia powędrowały do: Aleksandry Zaniewicz, Alicji Wielgosz, Anny Walczak, Magdaleny Skwarek, Wiktorii Grochowskiej, Wiktorii Robak, Oliwii Dzido, Aleksandry Siwiec oraz Paulina Szmulik.

Młodzi mieszkańcy powiatu łukowskiego mogli też wziąć udział w konkursie plastycznym „Bronisław Chąciński na ziemi łukowskiej - postać leka-



rza, działacza społecznego”. Prace konkursowe oceniała komisja w składzie: Grzegorz Skwarek (przewodniczący), Sławomir Żyłka i Anna Karolkiewicz. W kategorii wiekowej 7-9 lat zwyciężyli: Maja Radomska - SP nr 5 w Łukowie, Lena Rola - SP nr 4 w Łukowie (opiekun artystyczny: Aneta Borkowska) i Szymon Ostrowski - SP nr 4 w Łukowie (opiekun artystyczny: Aneta Borkowska).

Wśród 10-14-latków najlepsi byli: Lena Grochowska - SP w Mikłusach (opiekun artystyczny: Agata Izdebska-Sierpień), Natalia Nowacka - SP w Sobolach (opiekun artystyczny: Ilona Bącik), Maurycy Antoni Wolny - SP w Aleksandrowie (opiekun artystyczny: Dorota Celińska) i Natalia Achrycho - SP w Mikłusach (opiekun artystyczny: Agata Izdebska-Sierpień). W tej kategorii wyróżnie-

nia zdobyli: Oliwia Świdorska - SP nr 4 w Łukowie (opiekun artystyczny: Aneta Borkowska), Daryna Melnyk - SP nr 3 w Łukowie (opiekun artystyczny: Aneta Borkowska), Aleksandra Bącik - SP w Gołaszynie (opiekun artystyczny: Ilona Bącik), Natalia Kmiecik - SP w Sarnowie (opiekun artystyczny: Hanna Jam-borska).

Laureatami w kategorii wiekowej 15-18 lat zostali natomiast: Norbert Sierpień - ZS nr 3 w Łukowie, Kornelia Siedlecka - ZS nr 4 w Łukowie, Kacper Jabłoński - ZS nr 3 w Łukowie (opiekun artystyczny: Renata Golba) i Alicja Wielgosz - ZS nr 3 w Łukowie (opiekun artystyczny: Renata Golba).

W ramach Roku Bronisława Chącińskiego stowarzyszenie „Alternatywa dla Łukowa” wspólnie ze Szkołą Podstawową nr 4 w Łukowie organizują test

wiedzy o mieście, w którym będzie można utrwalić wiedzę także o Honorowym Obywatelu Miasta Łuków i patronie szkoły. Patronat nad wydarzeniem objął burmistrz Łukowa Piotr Płudowski. Test odbędzie się w piątek, 2 grudnia, o godz. 10.00 w miejskiej „Czwórcze”.

W tym roku test wiedzy o mieście i Bronisławie Chącińskim będzie liczył 50 pytań. Swoją wiedzę będą mogli w nim sprawdzić mieszkańcy Łukowa w różnym wieku, w tym uczniowie szkół podstawowych, uczący się minimum w VI klasie.

Udział w teście jest darmowy, a dla najlepszych przygotowano nagrody. Zgłoszenia przyjmowane są drogą mailową (na adres alternatywadlalukowa@gmail.com) do środy, 30 listopada.

IR

Jest już na dobrej drodze

ŁUKÓW

Dobiegła końca realizowana przez starostwo budowa ronda na ul. Radzyńskiej, potoczona z przebudową ul. Popiełuski i ul. Przemysłowej.

Inwestycja „Przebudowa strategicznej dla rozwoju gospodarczego Powiatu Łukowskiego drogi powiatowej klasy G stanowiącej połączenie z węzłem kolejowym sieci TEN-T” objęła 3 zadania realizowane w Łukowie. Pierwsze objęło: przebudowę ul. Popiełuski, ul. Przemysłowej, przebudowę skrzyżowania ul. Ks. Jerzego Popiełuski, ul. Przemysłowej i Al. Kościuszki (rondo

im. Fryderyka Koziarza) oraz przebudowę skrzyżowania ul. Przemysłowej z ul. Ks. Brzóska, przebudowę skrzyżowania drogi powiatowej z drogą wojewódzką nr 806. Drugie zadanie polegało na przebudowie skrzyżowania drogi powiatowej (Al. Króla Władysława Jagiełły) z drogą krajową nr 63 (ul. Radzyńska). Na skrzyżowaniu tym wybudowane zostało rondo wraz z niezbędną

infrastrukturą techniczną i drogą dojazdową do przyległych posesji. Ostatnie zadanie dotyczyło przebudowy najstarszego, a tym samym najbardziej wysłużonego odcinka obwodnicy - Al. Wojska Polskiego. Została wykonana nowa nawierzchnia bitumiczna. Wykonawcą wszystkich trzech zadań była firma Strabag.

Realizacja inwestycji była możliwa dzięki pozyskaniu

przez powiat łukowski dofinansowania w wysokości 14.220.378,48 zł (95% wartości całej inwestycji) z Rządowego Funduszu Polski Ład: Program Inwestycji Strategicznych.

Oficjalne zakończenie budowy ronda odbyło się 4 listopada. Poświęcenia inwestycji dokonał ks. Andrzej Kieliszek, proboszcz parafii Podwyższenia Krzyża Świętego. **IR**



Życie z kulturą

Dla człowieka, podobnie jak dla ptaka, świat ma wiele miejsc, gdzie można odpocząć, ale gniazdo tylko jedno.

Oliver Wendel Holmes

Recytowali i śpiewali

SIEDLCE

W Miejskim Ośrodku Kultury odbyło się XXXI Spotkanie Recytatorów i Śpiewających Poezję „Zaduszki”.

To konkurs dla młodzieży szkół średnich i dorosłych z regionu siedleckiego. Placówkę mogło reprezentować do 3 uczniów w każdej kategorii. Prezentowane mogły być wyłącznie utwory nieżyjących współczesnych polskich poetów i prozaików, napisane po 1945 r.

Zaduszki przeprowadzono w turniejach recytatorskim i poezji śpiewanej. W pierwszym prezentacja utworów została wzbogacona o środki teatralne: gest, ruch, światło, muzyk i, elementy scenograficzne. Jury oceniało dobór repertuaru dostosowany do wieku, walory głosowe, własną interpretację utworów (wiersz, proza, piosenka), muzykalność, indywidualność artystyczną, dykcję, emisję głosu, aranżację utworu, oddanie klimatu wykonywanych utworów.

OPRAC. SK

Niedziela w teatrze

SIEDLCE

Teatr Katarynka wystawił na Scenie Teatralnej Miasta Siedlce spektakl dla dzieci „Księżniczka Rosa i Klimek”.

To baśniowa opowieść o dwóch przyjaciół – księżniczce Rosie i Klimku – którzy zmierzili się w beztrójskim świecie z przebiegłym i podstępny czarodziejem Zoltanem. Dzieci poznawały kolory podczas magicznego malowania obrazu. Spotkały ponadto na pozór bezradną starszuskę, która okazuje się bardzo przebojową i wrażliwą osobą. Kobieta pomagała w ocaleniu krainy przed utratą kolorów oraz uczyła dzieci kultury osobistej.

Spektakl zawierał wątki edukacyjne. Pokazano dzieciom, jak ważni są dziadkowie, uczono kultury i szacunku do starszych. Widzowie zapamiętają na długo, by się nigdy nie poddawać i że wspólnymi siłami można zdziałać więcej oraz że dobro zawsze zwycięża. Podczas przedstawienia dzieci razem z aktorami śpiewały w czasie malowania magicznego obrazu razem z księżniczką tańczyły taniec radości oraz brały udział w piosence finałowej.

Animacje dla dzieci to idealny sposób na przedłużenie bajkowego spotkania aktorami! Po spektaklu zaproszono najmłodszych do zabaw poprowadzonych przez postacie z bajek.

OPRAC. SK

Dzieci już wiedzą, jak żyć ekologicznie

GMINA SIEDLCE

Za nami uroczysta gala wręczenia nagród w ogólnopolskim konkursie plastyczno-literackim „Eko-rady na odpady”.

Patronatem honorowym konkursu objęli marszałek województwa Adam Struzik i wójt gminy Siedlce Henryk Brodowski. Wśród gości znaleźli się: Sławomir Jagiełło - zastępca wójta gminy Siedlce, Ewa Janoszka reprezentująca marszałka województwa, Agata Pasik - wiceprzewodnicząca Gminnej Komisji Rozwiązywania Problemów Alkoholowych oraz Agata Tymosiak - kierownik Gminnego Zakładu Gospodarki Komunalnej w Chodowie.

W konkursie wzięli udział uczniowie szkół położonych na terenie gminy i miasta Siedlce. Jego cele to kształtowanie właściwych postaw ekologicznych oraz uświadczenie dzieciom, jak ważna jest segregacja odpadów. Zwrócono także uwagę na ponowne wykorzystanie przedmiotów codziennego użytku poprzez recykling. Rozbudzone zostały zainteresowania ekologiczne dzieci, a konkurs pomógł im rozwinąć wyobraźnię oraz zdolności literackie. Organizatorzy stworzyli możliwości do prezentacji autorskich pomysłów.

Na gali nie mogło zabraknąć



laureatów konkursu wraz z opiekunami, którzy odbierali nagrody. Dzieci podzielono na kategorie zgodnie z klasami, do których uczęszczają. Wśród osób z klas IV-VI nagrodzono najwięcej dzieci z Zespołu Oświatowego w Stoku Lackim. Miejsce I zajęli Aleksander Radzikowski z klasy IV A (Stok Lacki) oraz Nikola Stępniewska reprezentująca Zespół Oświatowy w Pruszyń. Miejsce II przypadło Kacprowi Walczewskiemu ze Szkoły Podstawowej nr 9 w Siedlcach oraz Krzysztofowi Chromińskiemu (ZO Stok Lacki). Miejsce - również ex aequo - zajęli Oliwia Krzyżnińska (Stok Lacki) i Łukasz Wrona, IV-klasista z Golic. W tej kategorii wyróżnienia otrzymali: Bartosz Kondraciuk (ZO w Golicach), Bartłomiej Sitarz (ZOW w Białkach), Filip Michalak z Pruszyń, Emilia Pucyk (ZO Żelków Kolonia) oraz Mateusz Guzek z Katolickiej Szkoły Podstawowej w Siedlcach.

Również w kategorii literackiej o zwycięstwo rywalizowało

kilkadziesiąt prac. Przedmiotem konkursu było napisanie wiersza o tematyce ekologicznej - ekorymowanki dotyczącej zagadnień segregacji odpadów, podkreślającej, jak ważny jest recykling w cyklu utylizacji odpadów. Ekorymowanka przypominała także, co należy robić, by ograniczyć liczbę wytwarzanych odpadów, i jak dbać o otaczające nas środowisko. W treści wiersza musiało się znaleźć co najmniej 6 spośród 12 haseł: ekologia, dzieci, Gmina Siedlce, (ZGK) Zakład Gospodarki Komunalnej, powietrze, rodzina, segregacja, woda, Ziemia, przyroda, natura i śmieci.

Wśród uczniów klas VII-VIII zwyciężyli Zofia Grzyb z ZOW w Białkach i Mateusz Grabowski z SP nr 10 w Siedlcach. Na miejscu II stanęli reprezentanci 2 szkół - z Pruszyń był to Wiktor Seroczyński, a z SP nr 5 - Jagoda Stańczuk. Miejsce III zajęli zaś Julia Zdunek, VIII-klasistka z Pruszyń, oraz Igor Orzyłowski z KSP Siedlce. Wyróżnienia otrzymali: Bartosz Kondraciuk

(Golic), Bartłomiej Sitarz (ZO w Białkach), Filip Michalak (ZO w Pruszyń), Mateusz Guzek (KSP Siedlce) i Emilia Pucyk (ZO Żelków Kolonia).

Organizatorzy następująco podsumowali konkurs: - Serdecznie dziękujemy wszystkim, którzy zaangażowali się w przygotowanie i przeprowadzenie konkursu. Dziękujemy marszałkowi oraz wójtowi za sfinansowanie nagród, współorganizatorom za pomoc w realizacji projektu, członkom jury za dokonanie oceny i wyboru zwycięskich prac, a przede wszystkim dziękujemy uczniom i ich opiekunom za podjęcie wyzwania i przystąpienie do konkursu.

Nie obyło się również bez występu artystycznego przygotowanego przez GOK. Marek Stańczuk zaprezentował utwór dotyczący ekologii i segregowania śmieci w stylu rapu, który z pewnością dotarł do młodego pokolenia. Serdecznie dziękujemy Radzie Rodziców szkoły za pomoc w zorganizowaniu tego dnia.

OPRAC. SK

Zdążyć przed północą

ŁUKÓW

Łukowski Ośrodek Kultury zaprosił odbiorców na niezapomniane chwile z nostalgiczną i przejmującą muzyką zespołu „Zdążyć przed Północą”.

Formacja związana z nurtem twórczości poetyckiej i folkowej zagrała specjalny program artystyczny „Jak wiatr”. Projekt dofinansowała Fundacja BGK w programie „Dzieci Kapitana Nemo” - edycja III. Wydarzenie odbyło się w ramach VI Łukowskiej Mocy Kultury.

Zespół „Zdążyć przed północą” wystąpił już przed lukowską publicznością w 2021 r. Wzbudził wówczas wielki podziw oraz zachwył widzów, wygrywając I Ogólnopolski Konkurs poezji śpiewanej pamięci Krzysztofa Kamila Baczyńskiego „Brylanty '44”. Teraz przyszedł czas na ich powrót. Formacja przygotowała specjalny program artystyczny pt. „Jak wiatr”, który jest spójną, muzyczną narracją. Jest to też propozycja opierająca się o wieloletnią twórczość i różnorodność poszczególnych gatunków muzycznych. Oryginalność i stylizacja tej muzycznej propozycjiabrały widza we wspaniałą podróż pełną niespodzianek i zjawisk nacechowanych wyrazistym charakterem kulturalnym. Poprzez ciekawe aranżacje muzyczne program „Jak wiatr” staje się indywidualną opowieścią muzyczną, energetycznym przesłaniem, niosącą w sobie puls i magnetyzm przekazu doskonale przy tym przyjmowaną przez każdą publiczność.

Zespół powstał w 2014 r. jako formacja związana z nurtem twórczości poetyckiej i folkowej. W jego skład wchodzi profesjonalni muzycy: mieszkający w Malborku gdańszczanin Grzegorz Radtke - poeta, wokalista i gitarzysta grający również na harmonijce ustnej; Mariusz Wilke - znakomity trójmiejski gitarzysta, współpracujący też z grupą „Bez Jacka”, oraz Tomasz Wiczyński - kontrabasista, absolwent Akademii Muzycznej w Gdańsku, animator kultury i organizator wielu imprez muzycznych oraz przedsięwzięć kulturalnych. W 2021 r. dołączył do nich Piotr Chrapkowski - klawiszista, pianista i saksofonista, znany jest szerszej publiczności jako muzyk zespołu Leszcze. Dorobek artystyczny grupy to album „Światło”, który ukazał się w październiku 2015 r., płyta „Słowa”, której oficjalna premiera miała miejsce w styczniu 2017 r. oraz wydana dzięki przyznaniu w 2019 r. stypendium artystycznemu Marszałkowi Województwa Pomorskiego, płyta pt. „W sercu otchłani”. Koniec 2021 roku zaowocował wydaniem kolejnej - czwartej z kolei płyty CD zespołu pt. „Jak Wiatr”.

OPRAC. SK

Bolesne, ale potrzebne przesłanie



W sali widowiskowej „Podlasie” w Siedlcach zaprezentowano spektakl Alternatywnego Teatru Tańca LUZ zatytułowany „Szkło”.

Scenariusz spektaklu oparty jest na wspomnieniach z życia dzieci wychowujących się w rodzinie z problemem alkoholowym. To rozważania zranionego emocjonalnie dziecka alkoholika, opowieść o życiu z poczuciem odrzucenia, z poczuciem winy, z brakiem miłości i poczucia własnej wartości. Mocne zaakcentowanie problemu poprzez artystyczny język tańca współczesnego ma na celu uświadczenie powszechności i problemu DDA w naszym społeczeństwie oraz wskazanie różnych dróg szukania pomocy dla dzieci oraz osób dorosłych z rodzin dysfunkcyjnych. Spektakl adresowany jest do młodzieży powyżej dwunastego roku życia oraz dorosłych. Obsadę aktorsko-taneczną stanowi grupa młodych, utytułowanych tancerzy Alternatywnego Teatru Tańca LUZ. Obsada złożona z młodych ludzi ma szansę łatwiejszego i bezpośredniego przekazu treści przedstawienia, która jest skierowana właśnie do młodzieży. Scenariusz, reżyseria, choreografia: Joanna Woszczyńska.

OPRAC. SK

Na świętego Marcina najlepsza gęsiną

Dzień 11 listopada to przede wszystkim święto Niepodległości, ale również dzień św. Marcina i w ostatnich latach dzień, w którym zachęca się Polaków do spożywania gęsi jako głównego dania obiadowego.

Warto zatem wskazać, co łączy te trzy wydarzenia ze sobą. Na początku należy przypomnieć, że gęsiną od wielu wieków należy do tradycyjnych potraw w polskiej kuchni. Odkał do naszego narodowego kalendarza powróciło Święto Niepodległości, przypadające 11 listopada, zbiegło się ono z obchodzonym w Kościele katolickim wspomnieniem św. Marcina, a to z kolei spowodowało powrót do kultywowania dawnej tradycji uczciwania przy gęsinie.

Kroniki chrześcijańskie podają, że już w VI wieku gęś była tradycyjnym daniem świątecznym, ciesząc się szczególną popularnością w Boże Narodzenie, Wielkanoc oraz święta rodzinne. W późniejszych wiekach w całym Kościele łacińskim rozpowszechnił się zwyczaj spożywania gęsiny w dniu św. Marcina. Św. Marcin przez wiele wieków należał do najpopularniejszych świętych, a pod jego wezwaniem powstały setki kościołów. Jego rozpoznawalność w Europie i liczne legendy z nim związane spowodowały, że spożywanie gęsi 11 listopada stało się tradycją trwającą do dzisiaj m.in. we Francji, Anglii, w Czechach, na Słowacji, w Austrii, Niemczech, Słowenii, w Skandynawii i na Węgrzech – skąd święty pochodził.

Św. Marcin był interesującą postacią i warto choć w kilku zdaniach go wspomnieć. Żył w latach 316-387. Urodził się na terenie dzisiejszych Węgier i jako młody chłopiec wstąpił do rzymskich legionów. W kilka lat później, stacjonując z garnizonem w Galii, doświadczył niezwykłego, mistycznego doznania: podczas patrolu spotkał biednie ubranego żebraka proszącego o jałmużnę. Marcin zlitował się nad nim, oddał mu swój płaszcz oraz żołnierską rację żywnościową, a w nocy przyśnił mu się sen, który spowodował całkowitą zmianę jego życia. Żebrakiem okazał się Jezus Chrystus, który w obecności aniołów dziękował Marcinowi za miłosierny czyn. Z powodu swojego szlachetnego czynu nazywany jest patronem ubogich i żołnierzy. Po tym zdarzeniu Marcin wystąpił z wojska, ochrzcił się, przyjął święcenia kapłańskie i postanowił zostać skromnym duchownym w mieście Tours. Wiódł ascetyczne życie mnicha, zyskując opinię niezwykle skromnego, wrażliwego na biedę i nieszczęście ludzkie. W istotnym stopniu przyczynił się do rozwoju życia zakonnego w Europie Zachodniej. W 361 r. założył pierwszy klasztor w Galii – w Ligugé, a dziesięć lat póź-

niej, mimo jego wielkiego sprzeciwu, lud wybrał go biskupem Tours. Sakrę biskupią otrzymał w roku 371. Jako pasterz diecezji prowadził nadal surowe życie mnisze, co nie znajdowało poparcia u innych biskupów, a nawet powodowało ich wyraźny i stanowczy sprzeciw. Klasztory, które zakładał, łączyły koncepcję życia mniszego z pracą misyjną. Sam odbył wiele wypraw misyjnych. Rozpoczął chrystianizację prowincji galijskiej i prowadził ją w sposób bardzo systematyczny. Święty Marcin był biskupem przez 25 lat. Stał się być cały czas wśród wiernych. Nie przyjmował ich w swojej siedzibie przy katedrze, tylko wychodził do nich. Przyjaźnił się ze świętymi: Ambrozym, Wiktorynem i Paulinem z Noli. Założył klasztor w Marmoutier, w którym spędzał większość czasu. Mimo godności biskupa żył przez cały ten czas bardzo skromnie i umartwiał się. Nosił włosienicę, która raniła jego ciało. Stosował też często posty i pokutował za grzechy swoich wiernych. Święto ku jego czci wyznaczono na dzień jego pogrzebu, czyli 11 listopada. W całej Europie Środkowej, Polsce, Anglii i Skandynawii św. Marcin jest patronem pasterzy, koni, opiekunem bydła i ptaków, a w szczególności gęsi, jest też patronem listopadowego uboju bydła i drobiu, połączonego z suszeniem, wędzeniem i pieczeniem mięsa na zimę, przedstawia się go także jako strażnika zimowych zapasów jedzenia. Św. Marcin przedstawiany jest w sztuce jako rycerz na białym koniu, osłaniający żebraka połową swojego płaszcza.

W kulturze europejskiej powstało wiele legend, w których próbowano wyjaśnić genezę upamiętnienia św. Marcina uczcą z pieczoną gęsią w roli głównej. W legendach francuskich jest i historia o tym, jak gęś swym donośnym głosem zakłócała spokój św. Marcina pogrążonego w wieczornej modlitwie przed rozpoczynającym się adwentem. Zirykowany zaczął ją więc zabić i przyrzadzić z niej potrawę. Dalszy ciąg tej legendy ma trzy wątki. Według jednej danie okazało się śmiertelne, gdyż było za tłuste dla żółdka ascety, inna podawała, że przyczyną śmierci świętego było zadławienie kością z gęsi, a jeszcze inna, że święty sam zjadł całą gęś na kolację i zmarł z przejedzenia. Wszystkie miały za cel przekazanie nauki, by nie być zachłannym i łakomym i dzielić się z innymi.

Związek św. Marcina z gęsią wiązany jest też z sytuacją wy-

boru Marcina na biskupa. Zdarzenie miało miejsce w 371 roku. Gdy zmarł ówczesny biskup Tours, wierni namawiali Marcina, aby objął tę funkcję. Duchowny nie pragnął zaszczytów i żył w tym czasie w pustelni z dala od ludzi. Mieszkańcy Tours, którzy zdawali sobie sprawę, że Marcin nie jest chętny na objęcie nowego stanowiska, zwabili go podstępem do miasta. Do pustelni został wysłany mieszczanin, który poprosił mnicha o przybycie do miasta i uzdrowienie chorej kobiety. Tam mieszczenie go porwali oraz siłą próbowali zmusić do przyjęcia święceń. Marcin, kiedy mieszczenie, uciekł do klasztornej szopy, w której przebywały gęsi. Jego kryjówka została zdradzona. Ptaki narobiły tyle wrzawy, że zwróciły uwagę na ukrywającego się pustelnika. Marcin został odnaleziony, doprowadzony do katedry i, chcąc nie chcąc, objął funkcję biskupa, którą sprawował przez 25 lat. Od tego czasu św. Marcin nie żył sympatii do tych ptaków. Jak głosi legenda, na łożu śmierci poprosił, by ubito wszystkie gęsi z miasta. W dniu jego pogrzebu na stołach królowała więc pieczona gęś i tak powstał zwyczaj pamiętany w Europie do dziś.

Tyle legendy na temat spożywania gęsi – ale w rzeczywistości o popularności gęsi zadecydowały względy ekonomiczne – na początku listopada gęsi są najtłustsze, najsmaczniejsze i dlatego najpierw we Francji, potem w Skandynawii i wreszcie w Niemczech na św. Marcina jadano gęsi. Gęsiną na polskich stołach pojawiła się na stałe w wieku XVIII, chociaż spożywanie tego gatunku mięsa w Polsce sięga aż XVI w. Potrawy z gęsi gościły na królewskich stołach, a np. Jan III Sobieski uznawał ją za przysmak. W kolejnych wiekach w Polsce święta ku czci Marcina wiązały się przede wszystkim z zabijaniem i pieczeniem gęsi. 11 listopada organizowano wielkie uczty, podczas której zjadano duże ilości gęsiny i pieczywa, a całość popijała się gorzałką, piwem i grzany winem. Jak nakazywała tradycja świętomarcińska, w dniu poświęconym patronowi gęsi ludzie powinni dzielić się jedzeniem i pić z najbiedniejszymi. Tradycja uczciwania zachowała się do dziś w niektórych regionach Pomorza, gdzie organizowane są wystawne uczty, a z pieczonych gęsi, a do kładniej z ich kości, wroży się pogodę na nadchodzący rok. Dawniej w Polsce dzień św. Mar-

cina oznaczał również zakończenie wszelkich robót polowych i od tej pory nie można już było zajmować się rolą. Wierni wierzyli bowiem, że zakłócanie zimowego wypoczynku ziemi może zakończyć się tym, że w przyszłym roku ziemia nie wyda żadnych plonów. Jak podają liczne opracowania, swoje prace kończyli także rybacy, którzy przed 11 listopada zwiłali wszystkie sieci, tak by podczas ich pracy nie zaskoczyły ich pierwsze jesienne przymrozki. W dniu św. Marcina ludność wiejska po raz ostatni przed zimą wypuszczała swoje bydło na pastwiska. O zmierzchu bydło zaganiano z powrotem do obór, uderzając lekko zwierzęta brzoową albo świerkową gałązką, którą nazywało się marcinką. Wszystkie te obrzędy były surowo przestrzegane przez każdego dobrego gospodarza.

W ludowych przekazach często mówi się o świętym Marcinie i gęsinie. Do najbardziej popularnych należą:

- „Polacy zaś ten zwyczaj mają, dzień świętego Marcina gęś tłustą piekają”;
- „Na święto Marcina najlepsza gęsiną: patrz na piersi, patrz na kości, jaka zima nam zagości”;
- „Na świętego Marcina śnieg prosić zaczyna”;
- „Gdy marcinowa gęś po lodzie, będzie Boże Narodzenie po wodzie”;
- „Święto Marcina dużo gęsi zarzyna”;
- „Jak Marcin na białym koniu przyjedzie, to ostrą zimę przyniezie”;
- „Jaki dzień na świętego Marcina, taka będzie cała zima”;
- „Na świętego Marcina lepsza gęś niżli zwierzyna”.

Niegdyś z kości zjedzonego na święto ptaka wrócono: białe przepowiadały śnieżną zimę, czerwone – mroźną, a plamiste – deszczową.

Pisząc o gęsiach w ujęciu historycznym, należy podkreślić, że obecnie nasz kraj jest największym producentem tych ptaków w Europie. Rocznie produkuje się około 20 tys. ton żywej gęsiny i prawie 95% tej produkcji eksportujemy, głównie do Niemiec. Przeciętnie obywatel naszego kraju spożywa w ciągu roku łącznie do kilku dziesięciu gramów tego gatunku mięsa. Szkoda, bo jest to gatunek drobiu dostarczający surowiec o wyjątkowych walorach kulinarnych i zdrowotnych. Jest nadzieja, że większe zainteresowanie tym gatunkiem nastąpi już wkrótce, m.in. dzięki Świętu 11 listopada. Gęsi-



na jest mięsem o specyficznym smaku i właściwościach. Mięso zwiera wysoki poziom białka o korzystnym składzie aminokwasowym, nie ustępując kurczętom broilerom, a nawet je przewyższając. Powszechnie uznawana jest za mięso tłuste – i to prawda. Tłuszcz gęsi w większości odkładany jest jako tłuszcz podskórny, więc łatwo daje się oddzielić od mięsa. Jednakże tłuszcz zawarty w samym mięsie i tłuszcz podskórny ze skórą składają się w większości z jedno- i wielonienasyconych kwasów tłuszczowych (mega 3 i omega 6), niezwykle cennych dla naszego zdrowia. Kwasy te wpływają na obniżenie złego cholesterolu (LDL) we krwi, a podwyższenie tego dobrego dlatego mięso z gęsi powinno włączyć do swojej diety osoby cierpiące na choroby sercowo-naczyniowe. Nie ma więc powodu do unikania spożywania gęsiny jako nadmiernie tłustej i zbyt kalorycznej. Gęsiną zawiera duże ilości witaminy A, E, witaminy grupy B oraz mikro i makroelementów cynku, fosforu, magnezu, potasu, żelaza, selenu, a więc związków korzystnie wpływających na nasze

zdrowie i samopoczucie. Warto podkreślić, że gęsiną jest również smalec z gęsi, którego właściwości odżywcze, lecznicze i zdrowotne znali już nasi przadkowie, używając go w kuchni oraz w leczeniu wielu dolegliwości (przebiegnię, kaszel, choroby reumatyczne). Smalec stanowi w większości nienasycone kwasy tłuszczowe, powodując jego półpłynny stan i niską temperaturę topnienia, ponadto jest on źródłem żelaza, magnezu, fosforu, a także witamin z grupy B oraz witaminy A, E, D i PP.

Dodatkową zachętą do spożywania gęsiny powinno być to, że gęsi użytkuje się tzw. systemem półintensywnym, czyli ptaki korzystają ze świeżego powietrza, przebywają na wybiegach lub pastwiskach i spożywają duże ilości trawy, pasz gospodarskich, obce są im zamknięte pomieszczenia czy utrzymywanie w klatkach, można więc je uznać za ptaki ekologiczne.

PROF. DR HAB. BARBARA BIESIADA-DRZAZGA
WYDZIAŁ
AGROBIOINŻYNIERII I
NAUK O ZWIERZĘTACH UPH

Życie poleca i radzi

Iwona Dąbrowska
m@il: promocja@zyciesiedleckie.pl
tel. 502 284 911
www.zyciesiedleckie.pl

Złowieszcze odgłosy śmierci

RECENZJA

Powieść Ann Cleeves
„Krzyk czapli”,
Wydawnictwo Czwarta
Strona.

Książka to drugi tom z nowej serii powieści autorki „Dwie rzeki”.

Głównym bohaterem, tak jak w pierwszej części, jest detektyw Matthew Venn, który ponownie musi zmierzyć się z serijnym mordercą.

Akcja dzieje się w północnym Devonie, w małej społeczności, gdzie każdy zna każdego chociażby z widzenia.

Tym razem jednak zbrodnie łączy się z tajemniczymi samobójstwami. Ofiary skutecznie omotane przez Klub Samobójców stwarzają pozory pełnej uległości.

Czy aby napewno nikt nie przyczynia się do tak drastycznego kroku, jakim jest odebranie sobie życia?

Ofiar wciąż przybywa, a Matthew Ven staje przed presją braku tropów i śladów mordercy.

Podejrzany natomiast staje się każdy mieszkaniec miasteczka.

Autorka niezmiennie balan-

suje pomiędzy wciąż rodzącymi się pytaniami i tajemnicami a bliskością ich rozwiązania.

Sekrety mrocznych Szetlandów pełnych mgły, przypliwów i odpływów oraz złowieszczych odgłosów dzikich ptaków wprowadzają czytelnika w świat wypełniony dreszczami i grą pozorów.

Kto okaże się mordercą? Jakimi motywami się kieruje?

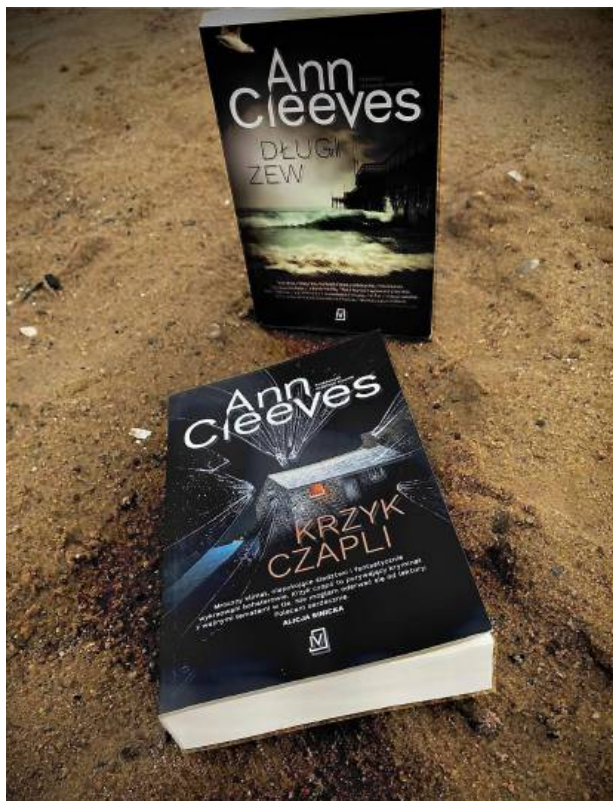
Ile jeszcze osób musi zginąć, by prawda nie ujrzała światła dziennego?

Prawda, która okazuje się okrutna i szokująca.

Powieść „Krzyk czapli” z całą pewnością sprawi, że każdy, kto rozpocznie lekturę, poczuje uczucie strachu i chłodu wielobarwnego szkła na własnej szyi.

Jednak to przerażenie nie będzie silniejsze od tego, że będziecie chcieli więcej i więcej. Gwarantuję, że powieść przyniesie Was w mroczny klimat i każdą najmniejszą emocję odczujecie z bohaterami w najmniejszym nawet szczególe.

Książkę zdecydowanie polecam czytelnikom lubiącym klimat kryminalny, pełny zagadek i niedokończonych spraw. Zachęcam również takie osoby,



które nie miały jeszcze kontaktu z mocniejszą literaturą, a chciałyby zacząć.

Autorce gratuluję i czekam na kolejne jej powieści.

ID

Z życia codziennego mamy...

Tęsknota za zmarłym.
Jak poradzić sobie po śmierci bliskiej osoby?

Kilka dni temu obchodziliśmy Święto Zmarłych. Czas odwiedzin naszych bliskich na grobach, czas wspomnień, szczególniej refleksji.

Dla niektórych z nas jest to też bolesny okres. Jeszcze bardziej przypomina nam, jak brakuje tej osoby i jaką pustkę odczuwamy, nie mając jej obok siebie. I nie ma zupełnie znaczenia, ile czasu upłynęło od straty. Czas nie goi ran, on jedynie pozwala nam przyzwyczaić się do ich braku.

Żaloba, smutek, cierpienie to naturalne reakcje na śmierć bliskiej osoby. Ból powoduje rozchwianie emocjonalne. Ważne jest, abyśmy mieli wsparcie lub okazali je osobie, która zostaje z uczuciem pustki.

Żaloba to czas, w którym można się wyciszyć, pożegnać z odejściem bratniej duszy i pozwolić na całe spektrum emocji.

Każdy z nas inaczej przeżywa ten okres i każdy z nas ma odmienne relacje. Okazywanie odczuwanego bólu jest od doświadczeń życiowych, kultury i charakteru relacji, która łączyła nas ze zmarłym.

Pogrzeb jest ważnym wydarzeniem. Jest to czas pożegnania z bliską osobą, oswojenie się z myślą, że to już nasze ostatnie spotkanie.



Jak powrócić do normalności? Nie ma sprawdzonych metod. Warto dać sobie czas na powrót do codziennego życia. Wykonywanie prostych czynności może być dla nas w tym okresie trudne. Inni znów rzucają się wir pracy. Każdy na swój sposób przechodzi to inaczej. Ważne, aby przeżywać to zgodnie z samym sobą.

Pamiętajmy, że żaloba u każdego przechodzi etapami w różnej kolejności. Sami tak naprawdę musimy sobie z nią poradzić i przeżyć na swój własny sposób. Musimy zadbać o swój własny komfort psychiczny i fi-

zyczny. Jeśli spotkanie się z kimś z naszego otoczenia sprawia nam ból, po prostu go unikajmy. Jeśli gwałtownie polubiśmy czytanie książek, oglądanie romantycznych filmów czy sprząatanie domu, to po prostu to róbmy. Poszukajmy wsparcia u kogoś, z kim możemy porozmawiać lub nawet przytulić się i pomilczeć. Pomocne na pewno będzie porozmawianie o zmarłej osobie. Ważne jest, aby ukryte emocje przerabiać na bieżąco i zbyt długo nie dusić ich w sobie. Jeśli potrzebujesz płakać, to to rób, jeśli natomiast się śmiać - to też to rób. Zmarłej osoby

w ten sposób nie urazimy. Nie pozwól też nikomu zadecydować, kiedy będziecie chcieli spakować rzeczy osobiste zmarłego. W żadnym wypadku nie zgadzaj się na presję, jaką mogą wywierać na Tobie inni. Zachowuj pamiętki - pozwól Ci na uczucie, że ta osoba jest przy Tobie zawsze.

Nie uważam, że stosując się do wszystkich tych zaleceń, ktoś odbierze Wam ból psychiczny ale pozwoli Wam powrócić do codzienności, do życia, spełniania marzeń i aby być jeszcze dla tych co zostali.

ID

Dziennikarze polecają

PATRONAT MEDIALNY



„Widok z tarasem na przyszłość” Daria Jędrzejek
Wydawnictwo Literatka

PREMIERA 6 grudnia

Maria Strzelecka nienawidzi Świąt Bożego Narodzenia. To wtedy los odebrał jej ukochaną babcię, a rok później rodziców. Zamknięta w sobie, podąża przez życie u boku Huberta – przyjaciela, z którym połączyła ją nierozdzielna więź.

Życie kobiety komplikuje się w momencie, w którym zabawny przypadek zmusza tych dwoje do pewnych zmian. Niekoniecznie jest to na rękę Marii, zwłaszcza że gorący okres w roku nie wpływa pozytywnie na jej emocje. Tęsknota za bliskimi popycha ją do tego, by odszukać rodzinę ojca, której nie miała okazji poznać.

Otuchy dodaje jej magiczny prezent, który dostała od koleżanki. Podobno wisiorek ma przynieść jej szczęście i powodzenie w miłości. Trudno w to nie wierzyć, gdy nawet przystojny i niezwykle irytujący raper zmienia się przy niej w potulnego baranka.

Magia wisiorka czy magia świąt? A może czysty przypadek? W końcu święta to czas, kiedy dzieją się prawdziwe cuda...
(opis wydawcy)

„Zawsze byłem Twój” Karolina Zielińska
Wydawnictwo Dłaczemu
PREMIERA 16 listopada

Ona właśnie rozstała się z facetem i postanawia wszystko rzucić na jedną kartę, decydując się zamieszkać w odziedziczonym po dziadkach domu na wsi.

On robi wszystko, żeby zapomnieć o przeszłości, która wciąż daje o sobie znać.

Los łączy ze sobą drogi Sofii i Antka w najmniej spodziewanych okolicznościach. Z czasem jednak ulegają wzajemnej fascynacji, która rzuca nowe światło na wydarzenia sprzed dwunastu lat. Namiętność idąca w parze z tajemniczymi listami i niebezpieczeństwem.

Co wydarzyło się w Faszczach dwanaście lat temu? I czy ci, których kochamy, zawsze są warci naszego zaufania?
(opis wydawcy)

„Pikantne święta” D.B. Foryś, Katarzyna Rzepecka
Wydawnictwo Akurat
PREMIERA 2 listopada

Julia, po powrocie z Francji do Polski, planuje założyć własną restaurację. Remigiusz to szef najlepszej knajpy w Warszawie. Mężczyzna wyczuwa w kobiecie rywalkę i podstępem usiłuje zmusić ją do odejścia z branży, lecz sprawy przybierają zupełnie nieoczekiwany obrót. Czy stare powiedzenie „przez żołądek do serca” sprawdzi się i w tym przypadku?

Szczysty, pełen humoru romans, który czyta się jednym tchem. Dodatkowo, w każdym rozdziale autorki podają przepisy na potrawy, które przygotowują bohaterowie książki.
(opis wydawcy)

Reklamy i ogłoszenia

biuro@zyciesiedleckie.pl
tel. 25 632-79-77

**ŻYCIE
SIEDLECKIE**

BIURO REKLAM I OGŁOSZEŃ

ul. Katedralna 7, Siedlce

tel. 795 541 362

reklama@zyciesiedleckie.pl

PRACA OCHRONA KAŁUSZYN

Poszukujemy osób
z orzeczeniem o
niepełnosprawności do
ochrony małej budowy
w Kałuszyźnie.
Doświadczenie
niewymagane.
Dobre warunki pracy.
TEL. 884 602 126

Do wynajęcia gotowy
lokal 589 mkw, piętro,
po parku rozrywki,
iluzje 3D, labirynty,
tunel aerodynamiczny,
możliwość adaptacji,
Siedlce, ul. Brzeska 91,
tel. 578 978 128

DOCIEPLANIE BUDYNKÓW

SZYBKO!
TANIO!
SOLIDNIE!

TEL. 502 053 214

Ogłoszenia drobne

Usługi:

Bielenie i dezynfekcja obór,
chlewni i kurników, tel. 600
338 311

Pranie dywanów, wykładzin,
mebli tapicerowanych
u klienta, Siedlce i okolice, tel.
600 338 311

Naprawa sprzętów AGD
i RTV, pralki, zmywarki, piekarniki,
TV, odkurzacze, itp. z dojazdem,
Siedlce i okolice, tel.
731 733 623

Do wynajęcia pokoje - pomieszczenia
na działalność gospodarczą,
Siedlce, tel; 500 555 050

Glazura, terakota, remonty,
hydraulika, tel. 793 188 908.

Ułożę kostkę brukową przy nagrobkach.
Remonty nagrobków. Tel: 515-518-272

Pomaluję pokoje, ułożę terakotę,
glazurę, Siedlce i okolice,
tel. 794 602 653

Budowa domów, stan surowy otwarty,
przebudowy, więzby oraz pokrycia dachowe,
wolne terminy, 573 382 699.

Remonty, wykończenia, adaptacje,
tel. 502 116 770.

Wycinka drzew, rębak do gałęzi,
frezowanie karp, podnośnik 30 m,
698 657 538.

Odszkodowania, dopłaty do odszkodowań,
oddłużanie, pomoc prawna dla zadłużonych.
Kancelaria Prawna, tel. 798 798 068.

Różne:

Sprzedam tanio, bardzo ładne i mało używane 2 komplety
wypoczynkowe w kolorze złotym i
bordowym i 2 regały (dębowy i koloru
bordowego), okolice Siedlec, dzwonić
wieczorem: 25 644 33 81

Sprzedam owoce czarnego bzu,
tel. 721 304 370

Sprzedam umywalki, rowery
dziecięce, tel. 516 573 578

Sprzedam beczkowóz Me-prozet
Kościan, 2300 pojemność, stan dobry,
cena 6.300 zł, Żelechów, tel. 537 013 221

Kupię dom piętrowy do małego remontu
w Siedlcach lub okolicach, tel. 604 552 644

Wynajmę lub sprzedam lokal 44 mkw
przy ul. 3 Maja, na parterze, dwa wejścia,
tel. 516 573 578

Sprzedam Mercedesa C 2.0 benzyna,
141 kW, 2000 rok, kolor granatowy,
kombi, cena 7500 zł, tel. 504 365 916

Sprzedam działkę budowlaną w Stoku
Lacki, 1000 mkw,

130 zł/mkw, media w drodze gminnej,
tel. 796 224 923

Sprzedam Mercedesa 124, 2,5 diesel,
1991 rok, przebieg 208 000km, bez śladów
korozji, cena 15 000, tel. 504 365 916

Do wynajęcia lokal 589 mkw po parku
rozrywki - iluzje optyczne 3D, labirynty,
tunel aerodynamiczny. Siedlce, ul. Brzeska 91,
tel. 578 978 128

Wieczorki taneczne dla samotnych i par
Siedlce, 35+, tel. 500 555 050

Wszystkich miłośników tańca i dobrej muzyki,
zapraszamy na wieczorki taneczne w nowo-
powstałej sali

Kupię las, tel., 502 365 643

Sprzedam komplet felg bezdętkowych do
Malucha, tel. 794 602 653

Kupię aparat Zenith Et, trl. 507 795 101

Toyota Rav4 - 2007 rok, 1 właściciel,
diesel, ogrzewanie postojowe, tel. 501 731 631

Sprzedam kombajn Class szerokość 380 cm,
30 tys zł., tel. 509 412 079

Sprzedam ubrania i buty dla chłopca i dziewczynki,
tel. 516 322 972

Siatka ogrodzeniowa na sprzedaż, tel. 607 910 717

Kupię używany piec do centralnego ogrzewania,
do powierzchni 100 mkw, tel. 692 419 936

Tanio sprzedam- tapczan, wersalkę, rower damski; Tv kolorowy z pilotem;
fotel obrotowy na kółkach; szlifierka uniwersalna do
betonu, drzewa i metalu, drzewka śliwki węgierki,
słójki z zakrętkami, tel. 736 137 078

Kupię piec do centralnego ogrzewania,
tel. 692 419 936

Rolnicze:

Sprzedam drzewo w lesie (suche i mokre),
el. 606 137 756

Sprzedam las w Helenowie, 0,67 ar, 70% sosna,
30 % brzoza, tel. 606 137 756

Sprzedam cielaki, koguty wiejskie oraz króliki-
4-5 kg, okolice Siedlec, tel. 539 216 995

Sprzedam sadzonki śliwki słodkiej węgierki,
pestka odchodzi, po 7 zł/sadzonka, tel. 791 476 439

Sprzedam ziemniaki, kremowe, sypkie,
tel. 570 708 333

Piec Defro 24-30 kw. osprzęt + bojler,
sprawny 100%, tel. 510 234 433.

Kupię sosnę, olchę, dąb lub

las 600 627 699

Sprzedam siano i słomę w kostkach,
gm. Miastków Kościelny, tel. 606 181 345.

Skup łubinu, gryki, grochu, 607 781 627.

Sprzedam kompletne konie do dojarki
Alfa Laval, gm. Repki, 605 186 043.

Kupię jęczmień, tel. 509 029 562.

Wnioski na Modernizację! 606 382 336.

Kupię lub wezmę w dzierżawę grunty rolne,
gm. Mordy i Przesmyki, 511 896 875.

Sprzedam działkę rolną 2,87 ha,
Czurły Kolonia/Leśniczówka, tel. 506 290 830.

Kupię ciągniki, prasy belujące inne maszyny.
Każdy stan również uszkodzone bez dok.
Tel. 535 305 302.

Kupię ciągniki, ładowarki i inne maszyny
rolnicze, każdy stan, gotówka, 693 888 308.

Oferaty pracy:

Zatrudnimy szwaczki do szycia odzieży
wierzchniej w Siedlcach, wysokie zarobki,
tel. 506 052 440

Zatrudnię szwaczkę na overlock lub
stebnówkę, możliwość przyuczania,
tel. 513 914 433.

Firma szuka pracowników na stanowisko:
- specjalista ds. sprzedaży, Oferujemy atrakcyjne
wynagrodzenie. tel: 721 700 778, e-mail: księgowosc@verifis.pl

Zatrudnię do pracy w gospodarstwie domowym
przy bydle mlecznym. Znajomość obsługi
maszyn rolniczych. Zapewniam zakwaterowanie i
żyzywienie, może być para. Wynagrodzenie do
negocjacji, tel. 504 508 367.

Przyjmę do pracy przy ociepleniach
600 203 007.

Zatrudnię kobiety do zbioru pieczarek
oraz mężczyznę do pracy w pieczarkarni z
okolic Łukowa, Siedlec. Oferujemy stabilną pracę
przez cały rok, telefon 508 909 909.

Firma Moto - Regen zatrudni tokarza,
797 597 204.

Zatrudnimy szwaczki do szycia odzieży
wierzchniej w Siedlcach, wysokie zarobki,
tel. 506 052 440

Przyjmę do pracy przy ociepleniach
600 203 007.

Firma zatrudni tokarza, 797 597 204

Zatrudnię Panie do zbioru pieczarek w
Żelkowie tel. 888 744 185.

104. ROCZNICA ODZYSKANIA
NIEPODLEGŁOŚCI
PRZEZ POLSKĘ



PIĄTEK 11 LISTOPADA 2022
Pomnik Bitwy pod Iganiami - godz. 12⁰⁰

PROGRAM

11:00 - MSZA ŚWIĘTA W INTENCJI OJCZYZNY W KOŚCIELE PW. MATKI BOŻEJ NIEUSTAJĄCEJ POMOCY W STARYM OPOLU
12:00 - ROZPOCZĘCIE URÓCZYSTOŚCI PRZY POMNIKU BITWY POD IGANIAM
URÓCZYSTE PODNIENIE FLAGI PAŃSTWOWEJ NA MASZCIE
WSPÓLNE ODŚPIEWANIE HYMNU PAŃSTWOWEGO W RAMACH ARKII "NIEPODLEGŁA DO HYMNU"
ZŁOŻENIE KWIATÓW I ZAPALENIE ZNICZY WYKŁAD DR. RAFAŁA DMOŃSKIEGO WYSTĘP LAUREATÓW PRZEGŁADU PIĘŚNI PATRIOTYCZNEJ
POCZĘSTUNEK: GROCHÓWKA

ORGANIZATORZY

WÓJT GMINY SIEDLCE | RADA GMINY SIEDLCE
GMINNY OŚRODEK KULTURY W SIEDLCACH Z/S W CHODOWIE
ZESPÓŁ OŚWIATOWY W NOWYCH IGANIAM



BETON

najwyższa jakość

TOWAROWY • POSADZKOWY • WODOSZCZELNY • MROZOODPORNY • MOSTOWY



**Zakład Betoniarski
„U Kosieradzkich”**

malbet@wp.pl
tel. 600 354 237, tel. 501 761 747

BETON Z TRANSPORTEM • POMPOGRUSZKA

Siedlce, ul. Starzyńskiego 11 Wjazd od ul. Brzeskiej 147 (przy Topazie)

BETON | ŻWIR | WYROBY BETONOWE

BETONIARNIA
SED-BUD
CHROMIŃSKI

ul. Brzeska 116
SIEDLCE



☎ 508 374 750 ☎ 530 918 444

iwonex
DRUKARNIA

druk fleksograficzny
offsetowy | cyfrowy | UV | sitodruk

zewnętrzna | pojazdy **reklama**
litery przestrzenne | systemy wystawiennicze

studio
graficzne

gadżety
reklamowe

📍 P.P.H IWONEX
08-110 Siedlce
Ujranów 289

☎ 25 633 33 10 🌐 www.iwonex.com.pl 📱 iwonex



08-110 Siedlce
ul. Targowa 7A

Specjalistyczne produkty



dostępne w naszej ofercie



PHU KOLDER S.C.

ŻYCIE SIEDLECKIE

Garwolin | Sokołów Podl. | Węgrów | Mińsk Maz. | Łuków | Łosice

- informacje z regionu
- sport
- kultura
- ogłoszenia drobne za darmo
- reklama

*Czytaj nas
w każdy piątek*

**BIURO REKLAMY
I OGŁOSZEŃ**

tel. 795 541 355
reklama@zyciesiedleckie.pl
ogloszenie@zyciesiedleckie.pl



SPECJALNE PAKIETY

REKLAMOWE i OGŁOSZENIOWE

/gazeta + internet/

- wyślij maila, zadzwoń dowiesz się więcej!!!

**Zapraszamy nowych partnerów
do współpracy w kwestii reklamy,
nasi stali klienci mają już rabaty nawet 50%
oraz graty m.in., artykuły o ich firmach,
produktach itp.**

Zapraszamy Państwa do współpracy medialnej.
Tygodnik Życie Siedleckie oferuje
patronat medialny nad wydarzeniami
sportowymi, kulturalnymi, muzycznymi, itp.



Razem Lepiej
TARGI ŚLUBNE

**ZAPAMIĘTAJ
DATE!**

20 LISTOPADA 2022
ORCHIDEA, SIEDLCE

W RAZIE PYTAŃ:
SIEDLCECKIE.TARGI.SLUBNE@GMAIL.COM

PATRONI MEDIALNI

Rozgrzewające zabiegi na jesienną chandrę

Jesienna chandra to nic innego jak sezonowy spadek nastroju i aktywności, spowodowany brakiem światła. Kiedy za oknem szybciej robi się ciemno, temperatura spada do kilku stopni powyżej zera, a krótkie dni stają się deszczowe i pochmurne, wiele osób zmaga się z obniżeniem nastroju. Czym jest jesienna chandra i jak możemy sobie z nią radzić?

Jesienna chandra to nic innego jak sezonowy spadek nastroju i aktywności, spowodowany brakiem światła. Coraz krótsze i pochmurne dni przyczyniają się do zwiększenia produkcji melatoniny – hormonu snu. To właśnie on odpowiada za to, że jesienią jesteśmy ciągle zmęczeni i senni. Jest to zupełnie naturalne zjawisko, które nie wymaga interwencji lekarskiej. Jesienna chandra pojawia się zwykle w październiku i listopadzie, i jest niejako procesem adaptacyjnym. Obniżenie nastroju, a wraz z nim aktywności fizycznej, zmusza nas do odpoczynku i regeneracji sił witalnych po intensywnym i aktywnym okresie letnim.

Jesienną chandrę warto zaakceptować i zamiast z nią wal-

czyć, wykorzystać ten czas na odpoczynek i zwolnienie tempa. To dobry moment, by znaleźć chwilę tylko dla siebie, spędzić więcej czasu z bliskimi czy zrobić coś, na co od dawna mieliśmy ochotę, ale zwyczajnie brakowało nam czasu. Warto też sięgnąć po proste, sprawdzone sposoby na poprawę samopoczucia, dzięki którym łatwiej przetrwamy ten trudny okres.

– Ciepło relaksuje oraz łagodzi dolegliwości bólowe, dlatego coraz częściej wykorzystywane jest jako element zabiegów i masaż wykonywanych w gabinetach SPA. Warto z nich korzystać w okresie jesiennym nie tylko, by się rozgrzać, ale też by wzmocnić odporność. Poniżej przedstawiamy rozgrzewające zabiegi, dzięki którym można się zrelaksować, zadbać o zdrowie i łatwiej znieść jesienne chłody – wyjaśnia Aleksandra Skrzyńska z serwisu Prezentmarzeń.

Seansy w saunie to jeden z najlepszych i najstarszych sposobów na rozgrzanie ciała, którego historia sięga VII wieku p.n.e. Pomieszczenia tego typu były znane w większości zimnych krajów, gdzie pełniły rolę schronienia przed mroźnymi zimami. Dziś sauny przybierają różne formy, a przebywanie w nich niesie ze sobą wiele korzyści dla zdrowia. Pobyt w saunie nie tylko bowiem rozgrzewa, ale też oczyszcza organizm z toksyn, wzmacnia odporność i podkręca.

Masaż świecą łączy w sobie zalety masażu relaksacyjnego, aromaterapii i leczenia ciepłem. Świece do masażu wykonane są w 100% z naturalnych składników – masel i olejków roślinnych, wosku pszczelego oraz olejków zapachowych. Ich temperatura topnienia wynosi ok. 40-50 stopni Celsjusza, a więc jest niewiele wyższa od temperatury ludzkiego ciała. Dzięki temu olejki ze świecy zapachowej nie wywołują poparzeń, a jedynie przyjemnie rozgrzewają skórę. Ciepło świecy rozgrzewa tkanki, rozluźnia napięcie mięśniowe i działa przeciwbólowo. Olejek ze świecy pielęgnuje skórę i pomaga odbudować jej naturalną barierę ochronną. Masaż pobudza krążenie, poprawia napięcie skóry i wspomaga walkę z cellulitem. Po zabiegu skóra jest ujędrniona, dogłębnie nawilżona i jedwabście gładka.

Masaż kamieniami wykonuje się z użyciem kamieni bazaltowych pochodzenia wulkanicznego o gładkiej i miłej w dotyku powierzchni. Kamienie do masażu różnią się między sobą wielkością i temperaturą. Temperatura kamieni dostosowywana jest do indywidualnych odczuć każdego pacjenta i nie przekracza 60 stopni Celsjusza. Masażysta stopniowo przyzwyczaja ciało osoby masowanej do ciepła, wykonując rozgrzewający masaż i zmniejszając tym samym różnicę temperatur między ciałem a kamieniem. Kamienie układają się na cieple zgod-



nie z rozmieszczeniem punktów energetycznych, a następnie przesuwają po naoliwionej skórze wzdłuż łączących je kanałów energetycznych. Pozwala to na odblokowanie przepływu energii, ogólną poprawę kondycji i samopoczucia.

Miłośnikom słodkości ciepło jesienią zapewni rozgrzewający masaż ciepłą czekoladą. Masaż relaksacyjny całego ciała na bazie płynnej, ciepłej czekolady to prawdziwa czekoladowa uczta. Niezwykle cenne właściwości ziaren kakaowca działają regenerująco i odżywczo na skórę ciała. Zabieg wspomaga redukcję tkanki tłuszczowej i cellulitu oraz hamuje procesy starzenia się skóry. Podczas masażu w całym pomieszczeniu unosi się upajający zmysły słodki zapach czekolady, który pobudza organizm do produkcji endorfin, zwanych również hormonem szczęścia. Naturalna czekolada

wykorzystywana do zabiegu jest źródłem cennych dla organizmu składników, m.in. witaminy A, E, magnezu, witaminy z grupy B, lipidów.

Doskonałym zabiegiem rozgrzewającym na jesień jest również masaż stemplami ziołowymi. Rytuał ten wywodzi się z Tajlandii. Wykonywany jest przy pomocy bawełnianych woreczków wypełnionych specjalnie dobraną mieszanką ziół. Masażysta podgrzewa stemple przed masażem w aromatycznym oleju, którego ciepło uwalnia składniki zawarte w ziołach i pozwala na ich wnikięcie w głąb skóry. Masaż stemplami doskonale rozluźnia, zmniejsza napięcie i ból mięśni, łagodzi stres, a także pielęgnuje skórę, poprawiając jej jędrność i elastyczność.

Kąpiel SPA to jeden z przyjemniejszych sposobów na relaks w chłodne jesienne dni. Bo-

gata w składniki odżywcze kąpiel przygotowana w komfortowym salonie SPA stwarza możliwość odprężenia się w przestronnych łaźniach zapewniających intymną atmosferę. Kąpiel z dodatkiem wysokiej jakości substancji odżywczych nie tylko doskonale rozgrzewa, ale też pielęgnuje ciało i otula je pięknym zapachem.

Rozgrzewające zabiegi i masaże to dobry sposób na poprawę nastroju oraz przyjemne spędzenie jesiennych dni, ale też doskonały pomysł na prezent dla bliskiej osoby. Zapewniają chwilę relaksu, uwalniają od stresu i dolegliwości bólowych, pozwalają zadbać o skórę i lepsze samopoczucie. Jesienne masaże i zabiegi rozgrzewające to nie tylko zabiegi pielęgnacyjne dla naszego ciała, ale także profilaktyka zdrowotna.

INNOVATION.PL

Termo Organika

Myśl: Ciepło

KOMPLETNY
SYSTEM
OCIEPLEŃ

Tomasz Kuchar
& Termo Organika

NUMER 1
W POLSCE

TOMASZ KUCHAR
Mistrz Polski w Rallycrossie

Polecam!



STYROPIAN • TYNKI • FARBY • KLEJE

ZAREKLAMUJ SIĘ NA KALENDARZU ŚCIENNYM ŻYCIA SIEDLECKIEGO!

KALENDARZ ROCZNY
JEDNOSTRONNY
BĘDZIE BEZPŁATNYM
DODATKIEM
W ŚWIĄTECZNYM
WYDANIU GAZETY.

WYBIERZ DOGODNY
WYMIAR BANERU:

-10X5 CM
-10X10 CM
-10X20 CM

ZAPRASZAMY DO WSPÓŁPRACY!
MAIL: REKLAMA@ZYCIESIEDLECKIE.PL
TEL. 795 541 362



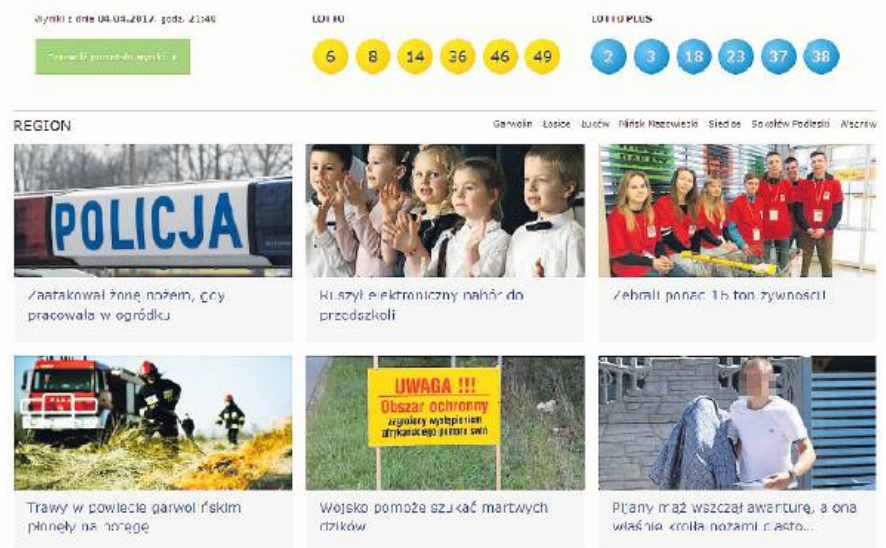
Zapraszamy na portal zyciesiedleckie.pl



W nowej odsłonie

Codziennie nowe informacje

Wiadomości z całego regionu



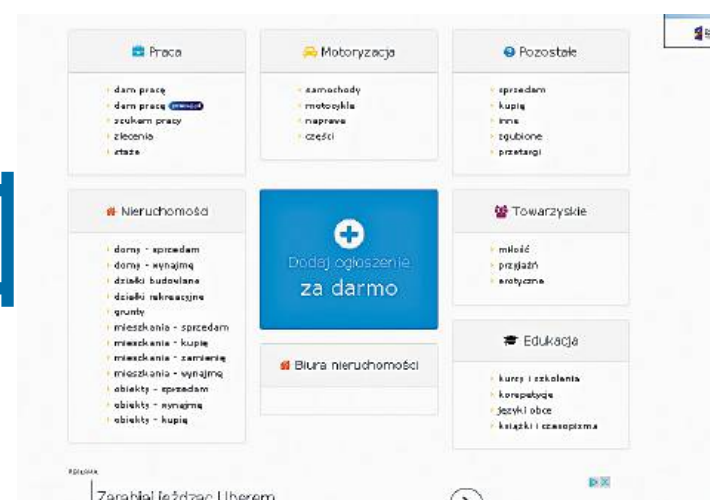
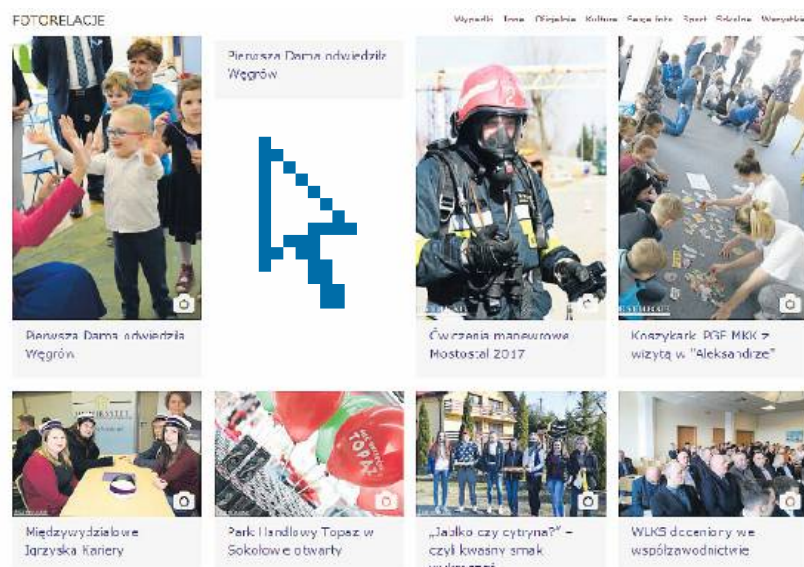
Atrakcyjny serwis sportowy

Przejrzyste kalendarium wydarzeń kulturalnych w regionie - Co Gdzie Kiedy



Fotorelacje z wydarzeń w regionie

Możliwość łatwego i bezpłatnego dodawania ogłoszeń drobnych i wpisów do katalogu firm



OFERTY PRACY

POWIATOWY URZĄD PRACY W SIEDLCACH

UL. KAZIMIERZA PUŁASKIEGO 19/21,
08-110 SIEDLCE, NR. 25 794 38 31

- MAGAZYNIER
- ELEKTRYK
- POMOC ZBIERACZA
- ZBIERACZ PIECZAREK
- REFERENT DS. ZARZĄDZANIA TERENAMI
ZIELENI W REFERACIE OCHRONY
ŚRODOWISKA WYDZIAŁU GOSPODARKI
KOMUNALNEJ URZĘDU MIASTA SIEDLCE
- SPRZĄTACZKA
- INTENDENT
- POMOC KUCHENNA KUCHNI
WIETNAMSKIEJ
- INSTRUKTOR TERAPII ZAJĘCIOWEJ
- DORADCA DS. SPRZEDAŻY
- OPERATOR KOPARKO-ŁADOWARKI
- ROBOTNIK MAGAZYNOWY
- STYLISTKA PAZNOKCI
- ASYSTENT PRAWNY
- REFERENT
- OPERATOR OBRABIAREK STEROWANYCH
NUMERYCZNE
- DORADCA
- MAGAZYNIER
- KIEROWCA KAT. C
- MONTER - KIEROWCA
- PRACOWNIK GOSPODARCZY
- KIEROWNIK REFERATU INWESTYCJI I
GOSPODARKI KOMUNALNEJ
- REFERENT KSIĘGOWY
- MAGAZYNIER
- STARSZY MAGAZYNIER
- PSYCHOLOG
- POMOCNIK BUDOWLANY
- MURARZ - TYNKARZ
- MECHANIK MASZYN ROLNICZYCH
- CZYNNOŚCI W ZAKRESIE PRAC PROSTYCH
PRODUKCJI I PAKOWANIA
- MALARZ-LAKIERNIK KONSTRUKCJI I
WYROBÓW METALOWYCH
- SZWACZKA MASZYNOWA
- MONTER KONSTRUKCJI STAŁOWYCH
- MONTER KONSTRUKCJI STAŁOWYCH
- PRACOWNIK DZIAŁU HANDLOWEGO,
FAKTURZYSTKA
- PRACOWNIK BIUROWY W DZIALE
KSIĘGOWOŚCI I KADR
- WYKONYWANIE PRAC PRZY OBSŁUDZE
PIECZARKARNI
- PRACOWNIK MAGAZYNOWY

POWIATOWY URZĄD PRACY W SOKOŁOWIE PODLASKIM

UL. OLEKSIĄKA WICHURY 3,
08-300 SOKOŁÓW PODLASKI, NR. 25 781 71 42-43

- NAUCZYCIEL PRZEDMIOTÓW ZAWODO-
WYCH Z ZAKRESU BEZPIECZEŃSTWO
POŻAROWE.
- NAUCZYCIEL PRZEDMIOTU OGÓLNO-
KSZTAŁCĄCEGO Z ZAKRESU MUZYKI
- ELEKTROMONTER
- PAKOWACZ-RĘCZNY
- PAKOWACZ
- ROZBIERACZ-WYKRAWACZ
- ROZBIERACZ-WYKRAWACZ
- PRACOWNIK RESTAURACJI
- MISTRZ SPAWALNI
- INSPEKTOR DS. KONTOLI JAKOŚCI (MOŻLI-
WOŚĆ PRZYUCZENIA)
- ŚLUSARZ/ SZLIFIERZ/ FREZER/ TOKARZ (DO
PRZYUCZENIA)
- ŚLUSARZ-OPERATOR MASZYN CNC
MOŻLIWOŚĆ PRZYUCZENIA
- MECHANIK ELEKTRYK
- SPAWACZ
- TECHNOLOG-KONSTRUKTOR
- ASYSTENT DO SPRAW KSIĘGOWOŚCI

- KIEROWCA SAMOCHODU CIĘŻAROWEGO
- FRYZJER
- SPECJALISTA DS. OBSŁUGI TRANSPORTY
- OPERATOR WÓZKA WIDŁOWEGO
- OPERATOR WÓZKA WIDŁOWEGO
- ŚLUSARZ
- POMOCNIK MŁECZARSKI
- OPERATOR STRUGAREK I FREZAREK DO
DREWNA

POWIATOWY URZĄD PRACY W GARWOLINIE

UL. MAZOWIECKA 26
08-400 GARWOLIN, NR. 25 685 25 40

- KIEROWCA MIĘDZYNARODOWY
- PAKOWACZ RĘCZY
- KIEROWCA
- POMOC KUCHENNA
- POZOSTALI PRACOWNICY WYKONUJĄCY
PRACE PROSTE GDZIE INDEJ
- NIESKLASYFIKOWANI
- SPRZEDAWCA
- MONTER OCIEPLEŃ BUDYNKÓW
- KASJER - SPRZEDAWCA
- OPERATOR HDS

 • ZAMEK •
 JANÓW PODLASKI
 ★ ★ ★ ★

Przyjęcia weselne

21-505 Janów Podlaski, ul. Zamkowa 1
www.zamekjanowpodlaski.pl
wesela@zamekjanowpodlaski.pl



Sala balowa



Sala Zazamcze



Salony historyczne

Życie Basketu

Na parkiecie zawsze po zwycięstwo!

Zespół U-19 jest najstarszą grupą szkoleniową klubu UKS BASKET Siedlce.

Jest pierwszą grupą powstałą z inicjatywy trenera Tomasz Araszkiewicz i Krzysztofa Chaberskiego. A zawiązanie grupy sięga roku 2015. W sezonie 2022-2023 w skład tej grupy wchodzi koszykarze roczników 2004, 2005, 2006: Bazyłuk Miłkołaj, Kielak Aleksander, Księżopolski Krzysztof, Skup Tomasz, Stańczuk Władysław, Bułakowski Jakub, Chaciak Wiktor, Głuchowski Bartłomiej, Gołębiowski Dominik, Kawa Jan, Knapiuk Szymon, Mazurek Mateusz, Omelaniuk Michał, Możdżonek Dawid, Oleszczuk Bartosz, Piłski Maciej, Piłski Michał i Skolimowski Kacper.

Drużyna składa się z chłopaków, którzy mają duże szanse na granie w zespole seniorów UKS BASKET lub już w nim grają. Na treningach stawiamy na rozwój indywidualny umiejętności każdego z graczy, by połączyć ich w jeden zgrany zespół zdobywający punkty i kolejne zwycięstwa. Determinacja i profesjonalizm kierują nas w dobrą stronę sportowej rywalizacji, która w duchu gry fair play wykazywana jest podczas każdego meczu.

Największą motywacją do stawiania na parkiecie i przelewania potu treningowego jest chęć i zapal do działania, który procentuje dobrymi wynikami i ciągłym rozwojem drużyny.



Silny Orkan przeszedł nad Siedlcami

Orkan Sochaczew pewnie wygrał niedzielny mecz w Siedlcach 61:23, choć do przerwy gra była dość wyrównana. W ramach IX kolejki Ekstraligi rugby odbyło się tylko jedno spotkanie. Pozostałe mecze zaplanowano na 19 i 20 listopada. Choć drużyny nie grały, na szczycie tabeli zaszły zmiany.

Orkan Sochaczew w porozumieniu z Awentą Pogoń Siedlce ustalił termin meczu IX kolejki na niedzielę, 6 listopada. Drużyna Macieja Brażuka wyruszyła w podróż, którą zdecydowanie można zaliczyć do udanych. Sochaczewianie byli zdecydowanym faworytem tego starcia i z zadania wywiązali się rewelacyjnie.

Początek meczu należał do gospodarzy, którzy atakowali i wykorzystali rzut karny z 5 minut meczu. 2 minuty później Pogoń zanotowała celne kopnięcie z niemal połowy boiska. 6 zdobytych punktów podzieliła na Orkan jak czerwona płachta na byka. W 9 minucie sochaczewianie zameldowali się na polu punktowym gospodarzy z podwyższeniem. Kolejne punkty Orkan zdobywał w 12 i 20 minucie w pełni kontrolując przebieg meczu. W 32 minucie przy wyniku 21:13 dla Orkana Pogoń wykorzystała aut, a właściwie zamieszanie w formacji obronnej gości. Piłka po kilku dziwnych kozłach znalazła się w rękach zawodnika gospodarzy, który zdobył przyłożenie. Udane podwyższenie zaowocowało zmniejszeniem straty do 1 punktu. Orkan uciekł Pogoni na 2 minuty przed końcem i prowadził 28:20.

Początek drugiej części meczu to także punkty Pogoni z karnego. Rugbyści Orkana w 52 minucie meczu wrzucili wyższy bieg. Na kwadrans przed końcem spotkania prowadzili 35:23. W 67, 76, 79 i 83 minucie meczu to sochaczewianie kładli punkty. Na uwagę zasługuje ostatnia akcja rozgrywana przed polem punktowym Orkana. Artem Zarovnyi popisał się niesamowitym rajdem przez całe boisko. Pogoń walczyła, ale sił w końcówce zabrakło. Śmiało można powiedzieć, że silny Orkan przeszedł nad Siedlcami.

Choć mecz w Siedlcach był jedynym rozgrywanym w ramach IX kolejki, to na szczycie tabeli nastąpiły zmiany. W wyniku decyzji Polskiego Związku Rugby zespół Up Fitness Skra Warszawa nie jest już liderem.

Komisja Gier i Dyscypliny Polskiego Związku Rugby zajęła się sprawą protestu Budowlanych Lublin w związku z grą nieuprawnionego zawodnika w meczu VII kolejki. W zespole Skry wystąpił Bercho Botha, zawodnik odbywający karę dyskwalifikacji.

- KGiD postanawia wymierzyć karę weryfikacji meczu 7. kolejki jako przegrany walkowerem przez Skrę, ustalając jednocześnie wynik spotkania na 25:0 dla Budowlanych - informuje Polski Związek Rugby.

IX kolejka Ekstraligi rugby: Awenta Pogoń Siedlce - Orkan Sochaczew 23:61 (20:28)

Punkty: Michał Kępa 23, Bartłomiej Sadowski 10, Michał Polakowski 5, Artem Zarovnyi 5, Krystian Olejek 5, Michał Szwarc 5, Marcin Krześniak 5, Jakub Młyńczak 5. 5.6.10.12.14.16.18.20.22.24.26.28.30.32.34.36.38.40.42.44.46.48.50.52.54.56.58.60.62.64.66.68.70.72.74.76.78.80.82.84.86.88.90.92.94.96.98.100.

Skład: Antoni Gołębiowski, Michał Gadomski, Michał Polakowski, Krystian Olejek, Artem Zarovnyi, Jakub Budnik, Jonathan O'Neill, Mateusz Pawłow-



ski, Dawid Plichta, Michał Kępa, Bartek Sadowski, Nicolas Coronel, Michał Szwarc, Radek Rakowski, Marcin Krześniak, Oktawian Polakowski, Kamil Miękus, Kacper Szufliński, Damian Rogowski, Adrian Pętlak, Bartek Wojciechowski, Filip Szufliński, Andre Meyer, Jakub Młyńczak, Wojtek Krześniak, Krystian Me-

checki
Sponsorzy strategiczni RC Orkan: Miasto Sochaczew i PKN ORLEN

Sponsorzy generalni: KGHM Polska Miedź i Gardenia Sport, ZWiK Sochaczew, Fast Service, Murapol, Żywiec Zdrój, G-Shock, Zibi-Casio, Tamex-Obiekty Sportowe, InterFresh, Poltrans So-

chaczew

Sponsorzy: Carrefour, Drużyna Chrzczany, SochBud, Cukiernia Lukrecja, Grupa Aljeka, Kawecki Transport

Główny partner medialny RC Orkan: Radio Sochaczew i TuSochaczew.pl.

AWENTA POGOŃ SIEDLCE



Życie Pogoni

Wygrane mecze Pogoni

W miniony weekend, zawodnicy pierwszego zespołu Pogoni Siedlce pokonali na własnym obiekcie drugą drużynę Zagłębia Lubin.

Lewandowski i mocnym strzałem przewrótką zapewnił gospodarzom trzy punkty. Było to dziewiąte trafienie zawodnika najsukuteczniejszego strzelca biało-niebieskich w obecnym sezonie.

wet Eleryk, Dawid Jastrzębski, Bartosz Kaliniak, Patryk Klimek, Bartek Kryński, Adam Obidziński, Aleksander Milan Potocki, Jakub Prochnio, Piotr Trębicki, Jan Wierzejski, Piotr Wołosiewicz, Kacper Zdunek, Piotr Krasnodębski i Maciej Wróbel.



Choć w drużynie gości znaczącą wagę przywiązuje się do promowania wychowanków Akademii „Miedziowych” i sukcesywnego wprowadzania ich do seniorskiego futbolu, kibice mieli okazję zobaczyć z bliska umiejętności kilku zawodników występujących w pierwszej dru-

Grała młodzieżówka

Poza pierwszym zespołem Pogoni miały miejsce spotkania drużyn młodzieżowych. Ponad 440 dzieci reprezentujących barwy Mościbrody Akademii Pogon Siedlce rywalizowało w spotkaniach ligowych, a większość z nich zakończyła się

Zwycięzcy trampkarze

Pewni występów w rozgrywkach I ligi trampkarzy mogą być również zawodnicy trenera Piotra Wałachowskiego z rocznika 2008, którzy w wyjazdowym spotkaniu pokonali Płomień Dębe Wielkie.

W spotkaniu z Płomieniem

Mościbrody Akademia Pogon Siedlce

**05.11.2022
– 06.11.2022**

Decathlon V liga – Seniorzy (trener: M. Tomaszewski)
POGOŃ II Siedlce – ENERGIA Kozienice
0:2

Keeza klasa B – Seniorzy (A. Świdzki)
ZORZA Sterdyń - POGOŃ III Siedlce
0:1

I liga wojewódzka – Junior A2, Roczniak 2005 (J. Półtorak)
VICTORIA Sulejów - POGOŃ Siedlce
4:2

Ekstraliga wojewódzka – Junior młodszy B1, Roczniak 2006 (M. Tomaszewski)
POGOŃ Siedlce – MKS Piaseczno
6:1

I Liga Wojewódzka – Trampkarz C1, Roczniak 2008 (P. Wałachowski)
PŁOMIEŃ Dębe Wielkie - POGOŃ Siedlce
3:6

I Liga Okręgowa – Trampkarz

C1, Roczniak 2008/09 (K. Sobotka)
KS Łosice - POGOŃ II Siedlce
3:3

I Liga Wojewódzka – Trampkarz C2, Roczniak 2009 (P. Wałachowski)
URSUS Warszawa - POGOŃ Siedlce
0:1

I Liga Okręgowa – Młodzik D1, Roczniak 2010 (A. Świdzki)
JABŁONIANKA Jabłonna Lacka - POGOŃ Siedlce
0:16

I Liga Okręgowa – Młodzik D1, Roczniak 2011 (K. Wolski)
AP Sokołów Podlaski - POGOŃ II Siedlce
5:1

II Liga Okręgowa – Młodzik D1, Roczniak 2010 (P. Woźnica)
POGOŃ III Siedlce – TAJFUN Jartypory
6:0

I Liga Okręgowa – Młodzik D2, Roczniak 2011 (K. Wolski)
TYGRYS II Huta Mińska - POGOŃ Siedlce
1:2

I Liga Okręgowa – Młodzik D2, Roczniak 2012 (K. Zbieć)
POGOŃ II Siedlce – TYGRYS Huta Mińska
3:4

Liga Okręgowa – Orlik E1, Roczniak 2012 (K. Zbieć)
WATRA Mrozy - POGOŃ II Siedlce
P:Z*

Liga Okręgowa – Orlik E1, Roczniak 2013 (A. Czerski)
POGOŃ III Siedlce – MIEDZANKA Miedzna
P:Z*

Liga Okręgowa – Orlik E2, Roczniak 2013 (A. Czerski)
MASOVIA Siedlce - POGOŃ Siedlce
P:Z*

Liga Okręgowa – Orlik E2, Roczniak 2013 (A. Czerski)

OLIMP Stok Lacki - POGOŃ II Siedlce
P:Z*
*Zgodnie z przepisami PZPN, w rozgrywkach z kategorii „Orlik”, nie podaje się wyniku końcowego.



żynie Zagłębia. Trener Jarosław Krzyżanowski zabrał do Siedlec między innymi Dawida Pakulskiego, Cheikhou Diengę oraz doświadczonych Saşę Živca i Arkadiusza Woźniaka, który w dotychczasowej karierze rozegrał 169 spotkań w najwyższej klasie rozgrywkowej. Górą okazali się siedlczanie. Podopieczni trenera Marka Saganowskiego wygrali 1:0, a ozdobą spotkania była piękna bramka Damiana Nowaka. Snajper Pogoni wykorzystał dogranie piłki przez Tomasza

zwycięstwami siedlczan. Szczególnie istotne okazało się zwycięstwo drużyny juniorów młodszych z rocznika 2006, którzy na własnych obiektach pokonali drużynę MKS-u Piaseczno 6:1. Wynik ten zapewnił podopiecznym trenera Marcina Tomaszewskiego utrzymanie w Ekstralidze Wojewódzkiej.

Pogon Siedlce w tym meczu reprezentowali: Krzysztof Popiołek, Bartosz Borkowski, Mikołaj Bożek, Filip Cabaj, Dawid Dobrzański, Radosław Droń, Pa-

w barwach siedlczan wystąpili: Bartłomiej Czarnocki, Jakub Czarnocki, Kacper Kalisz, Mateusz Kaniewski, Oliwier Klewek, Mateusz Kaniewski, Tomasz Lemka, Dawid Lewandowski, Maseko Delitso, Gabriel Odrobiński, Herutyun Papikyan, Adam Pluciak, Adam Klementowicz, Oliwier Olszewski, Bartosz Symbor, Dawid Krasuski, Michał Grabarczyk, Dominik Mateńka, Karol Jarosz, Józef Jastrzębski oraz Nikodem Marczuk.

NARODOWY DZIEŃ TENISA STOŁOWEGO

**MKS POGOŃ SIEDLCE
ZAPRASZA DZIECI ZE SZKÓŁ PODSTAWOWYCH
NA TURNIEJ TENISA STOŁOWEGO**

**ZAWODY ODBĘDĄ SIĘ W DWÓCH KATEGORIACH WIEKOWYCH
DZIEWCZĄT I CHŁOPCÓW:
klasy 0, I i II
oraz klasy III i IV**

**PROSIMY O ZABRANIE ZE SOBĄ
STROJU ORAZ OBUWIA SPORTOWEGO.**

**12 listopada 2022r. (sobota) godz. 16:00 sala mała ARMS SIEDLCE ul. Prusa 6.
Zapisy od 15:30
NA ZWYCIĘZCÓW CZEKAJĄ DYPLOMY I UPOMINKI.**

Sportowa jesień w pełni

SPORT

Październik upłynął w regionalnym sporcie pod znakiem emocji i sportowej rywalizacji.

Będąca w pełni jesień, była w tym roku znakomitą tłem dla wielu interesujących wydarzeń sportowych odbywających się w Siedlcach i okolicach.

Jednym z największych wydarzeń października na sportowej mapie regionu był Półmaraton Zbucki, który mimo premiirowej odsłony zaskoczył uczestników i obserwatorów wydarzenia. Dopracowana pod każdym organizacyjnym względem impreza przyciągnęła 2 października do Zbuczyna około pięciuset biegaczy z regionu siedleckiego i nie tylko. Wójt Hubert Pasiak zapowiedział w przyszłości organizowanie kolejnych części imprezy.

9 października odbyła się w regionie inna ciekawa impreza biegowa - Bieg przez Pla-

terów. W podlaskiej stolicy jabłka biegacze rywalizowali już po raz jedenasty. Pogoda i pozy-

tywna atmosfera sprzyjała temu, by poprawiać podczas tych zawodów swoje życiówki na 21 i 5 kilometrów.



FOT. POŁMARATON ZBUCKI

tywna atmosfera sprzyjała temu, by poprawiać podczas tych zawodów swoje życiówki na 21 i 5 kilometrów.

Dużo działa się na lokalnej arenie sportów drużynowych. 12 października odbył się finał Okręgowego Pucharu Polski, w którym spotkały się dwie najlepsze w tej edycji drużyny z re-

gionu siedleckiego - Tygrys Huta Mińska i Mazovia Mińsk Mazowiecki. Finał zakończył się zwycięstwem Tygrysa, który zdecydowanie pokonał grającego w wyższej klasie rozgrywkowej rywala z zaskakującą 4:1.

17 października na siedleckim kompleksie ROSSRiT odbyły się mistrzostwa oldbojów wojewódzkich związków piłki nożnej. Najlepszy okazał się Zachodniopomorski Związek Piłki

Nożnej, drugie miejsce przypadło śląskiemu Związkowi Piłki Nożnej, trzecie miejsce zajął Lubelski Związek Piłki Nożnej, zaś czwarte - Łódzki Związek Piłki Nożnej.

W historii siedleckiego rugby zamknięto pewien piękny rozdział. 9 października podczas domowego meczu Pogoni Awenty Siedlce z Arką Gdynia odbyło się pożegnanie legendarnego siedleckiego rugbisty Adriana Chrościela. Pogoń co prawda przegrała z popularnymi Buldogami 17:25, ale czekając na Chrościela po tym meczu szampań i tort pomogły osłodzić ten ostatni dzień w białoniebieskiej koszulce.

W siedleckiej piłce nożnej miniony miesiąc okazał się czasem zmian. 24 października rezygnację z pełnionej funkcji złożył Damian Guzek. Stało się to dzień po przegranym meczu z Radunią Stężyca. Będących na ostatnim miejscu w lidze białoniebieskich przejął Marek Saganowski.

KU

PIŁKA NOŻNA

Pogoń odbiła się od dna

18 kolejka II ligi: GKS Jastrzębie - Wisła Puławy 0:4, Znicz Pruszków - Siarka Tarnobrzeg 0:2, Śląsk II Wrocław Radunia Stężyca 0:1, Pogoń Siedlce - Zagłębie II Lubin 1:0, KKS 1925 Kalisz - Polonia Warszawa 3:0, Motor Lublin - Garbarnia Kraków 3:0, Górnik Polkowice - Olimpia Elbląg 3:4, Lech II Poznań - Hutnik Kraków, Stomil Olsztyn - Kotwica Kołobrzeg: oba mecze zakończyły się po zamknięciu numeru.

OPR. KU

1.	Kotwica Kołobrzeg	17	37	11	4	2	28-14
2.	KKS 1925 Kalisz	18	35	10	5	3	40-23
3.	Polonia Warszawa	18	34	9	7	2	31-19
4.	Wisła Puławy	18	31	9	4	5	34-21
5.	Olimpia Elbląg	18	31	8	7	3	29-20
6.	Stomil Olsztyn	17	27	7	6	4	26-22
7.	Znicz Pruszków	18	26	8	2	8	23-23
8.	GKS Jastrzębie	18	24	6	6	6	20-24
9.	Radunia Stężyca	18	22	6	4	8	30-35
10.	Zagłębie II Lubin	18	22	7	1	10	24-37
11.	Górnik Polkowice	18	21	6	3	9	22-26
12.	Motor Lublin	18	21	5	6	7	21-25
13.	Siarka Tarnobrzeg	18	20	5	5	8	24-30
14.	Lech II Poznań	17	19	4	7	6	23-28
15.	Pogoń Siedlce	18	19	5	4	9	20-25
16.	Śląsk II Wrocław	18	17	4	5	9	21-28
17.	Hutnik Kraków	17	17	5	2	10	27-35
18.	Garbarnia Kraków	18	16	4	4	10	30-38

☎ 531 000 309 | 784 979 402

www.ogrodzenia-mazowieckie.pl

- PODMURÓWKI
- AUTOMATYKA
- AKCESORIA OGRODZENIOWE
- SŁUPKI
- FURTKI
- MONTAŻ
- BRAMY SKRZYDŁOWE I PRZESUWNE
- PRZĘSLA PALISADOWE

DOWÓZ DO KLIENTA

PRODUKCJA

RĘBAKI DO GAŁĘZI



TYM-BUD
Sp. z o.o.

Jagodnia 28
08-110 Siedlce

PRODUKCJA
SPRZEDAŻ
PANELI I SIATEK
OGRODZENIOWYCH

PATRONAT
MEDIALNY



Dla Niepodległej i dla marzeń

SPORT

Listopad będzie miesiącem, w którym wielu sportowców zakończy tegoroczne zmagania, ale wielu wciąż będzie walczyło w najlepsze o dobry wynik.

Przedostatni miesiąc w roku kalendarzowym w Polsce przede wszystkim z narodowym Świętem Niepodległości. Od kilku lat z coraz lepszym skutkiem zakorzeniła się tradycja organizacji tego dnia symbolicznych biegów niepodległościowych. Przeprowadzane najczęściej na trasach o krótkim bądź średnim dystansie, bez presji na wynik - a z myślą o uczczeniu niepodległości Polski, w kolejną rocznicę jej odzyskania. W tym roku w regionie siedleckim biegi tego typu odbędą się między innymi: w Siedlcach, Kotuniu, Zbuczynie i Suchożebach.

W Kotuniu oprócz siedmiokilometrowego biegu, 12 listopada dla siebie coś także amatorzy dwóch kółek. Wzorem roku poprzedniego odbędzie się także rajd rowerowy, w którym do pokonania będzie 30 km. W Zbuczynie już dwunasta edycja niepodległościowego biegu przewidziana jest na trasie 5 kilometrów prowadzących ulicami miejscowości. W Siedlcach uczestnicy wystar-

tuja w nowych kategoriach wiekowych, w których przeprowadzona będzie także rywalizacja szkół. W kategorii open przewidziana jest dwuosobowa sztafeta na dystansie 10 km. W Suchożebach impreza biegowa organizowana będzie przy współpracy z WLKS Nowe Iganie. Na trasie 5,3 km pobiegą dorośli, na 1 kilometr szkolna młodzież.

W listopadzie na zimowy odpoczynek udadzą się piłkarze rywalizujący w amatorskich ligach regionalnych i zawodowych na szczeblu centralnym. Emocji nie będzie jednak brakowało dla lokalnych sympatyków siatkówki. Flagowa siedlecka drużyna PSG KPS Siedlce znajduje się w środku pierwszoligowej stawki i w listopadzie będzie starała się poprawić swoją pozycję. Jest to możliwe dzięki terminarzowi, z godnie z którym większość drużyn będących na listopadowym rozkładzie KPS znajduje się niżej w tabeli. W listopadzie KPS zagra w Siedlcach 3 mecze: z Gwardią Wrocław (5.11), Kriposłem Września (19.11) i Olimpią Sulęcina (23.11). W mazowieckiej lidze seniorów rywalizują także rezerwy KPS. Podopieczni Pawła Bielińskiego pokazali w tym sezonie swój potencjał i nie ma wątpliwości, że ich aspiracją jest w dalszej części sezonu zadowolenie się w czubie tabeli. Trudny czas przechodzi trzecia z miejskich organizacji siatkarskich - Mrozy VA Osemka Siedlce. W drużynie Jarosława Ple-

wińskiego po spadku z II ligi dochodzi do małej zmiany pokoleniowej. Siedlczanki wciąż walczą o pierwsze zwycięstwo i być może uda się je osiągnąć podczas jednego z listopadowych starć.

Pogoń Siedlce w lidze i w pucharze to jak na razie dwie zupełnie inne drużyny. Siedlczanie wyjazdowym meczem z Polonią Warszawa zakończą ligowe zmagania, ale cały czas są w grze o Puchar Polski. Czy pokonają Resovię Rzeszów i pozostaną w grze o wiosenny finał na Stadionie Narodowym?

Balansująca na linii ligowych miejsc oznaczających spadek do III ligi, Pogoń Siedlce w Pucharze Polski pokonała w tym roku już trzeciego rywala i znalazła się w 1/8 finału. Po rezerwach Lecha Poznań, Chojniczance Chojnice i Chrobrym Głogów, los na tym etapie rozgrywek skojarzył biało-niebieskich z pierwszoligową Resovią Rzeszów. Po raz ostatni oba zespoły spotkały się 23 listopada 2019 roku, kiedy to w ramach rozgrywek II ligi siedlczanie wygrali 1:0 dzięki bramce Macieja Firleja w 76 minucie.

Resovia w tej edycji Pucharu Polski także ma na rozkładzie dwóch rywali. W 1 rundzie popularna Reska pokonała Miedź Legnica. W kolejnej fazie rozstawienie pokonała na swoim boisku ekstraklasową Cracovię Kraków 4:3 i ten wynik odbił się szerokim echem w całym kraju. Pogoń stoi przed trudnym,



choć nie niewykonalnym zadaniem. Siedlczanie w tej edycji Pucharu Polski udowodnili, że mają patent na drugoligowców, odprawiając dwóch przedstawicieli wyższej klasy rozgrywkowej. W szczególności dobrą reklamą Pogoni był transmitowany przez kamery Polsatu Sport mecz z Chrobrym Głogów, w którym siedlczanie zaprezen-

towali się z bardzo dobrej strony, a pierwsze skrzypce grał tego dnia na boisku Cezary Demianiuk.

Największą zmianą względem poprzednich pucharowych spotkań w obozie Pogoni jest roszada na stanowisku trenera. Damiana Guzka zastąpił Marek Saganowski. Dla Siedlec najważniejsze jest utrzymanie w dru-

giej lidze, ale awans do najlepszej ósemki i perspektywa zmierzenia się na wiosnę z czołową marką polskiej piłki są bardzo kuszące. Mecz Pogoni Siedlce z Resovią Rzeszów w ramach 1/8 finału Pucharu Polski w czwartek 10 listopada o 17.30 na stadionie głównym ROSSRiT.

KU

Czas rostrzygnięć

PIŁKA NOŻNA

W listopadzie zakończy się runda jesienna na boiskach w regionie siedleckim.

Mazovia Mińsk Mazowiecki podejmuje wszelkie starania, by w tym sezonie awansować do III ligi. Popularna Maza cały czas jest w czubie tabeli forBET IV ligi i ma duże szanse na zwycięstwo w rozgrywkach, choć domowa porażka z KS CK Troczyn 1:3 mocno pokrzyżowała plany zespołu Marcina Sasala na zgarńnięcie korony najlepszej drużyny jesieni.

W nowo utworzonej Decath-

lon V lidze drużyny z regionu siedleckiego niestety nie są w większości znaczącymi siłami. Najlepiej lokalną piłkę w tej klasie rozgrywkowej reprezentują Podlasie Sokołów Podlaski i Tygrys Huta Mińska. W najsłabszej piątce drużyn w tych rozgrywkach aż cztery są z regionu siedleckiego. Najgorzej prezentuje się Jabłonianka Jabłonna Lacka, która jeżeli nie zdobędzie 11 listopada w starciu z Naprzodem Skórzec choćby punktu - zakończy jesień na ostatnim miejscu.

Komnet Media liga okręgowa przez większą część sezonu rozgrywała się pod dyktando Orła Unin. Drużyna z powiatu garwolińskiego złapała na przelo-

mie października i listopada małą zadyszkę i dorobek Orła u progu końca rundy nie będzie tak imponujący, jak się mogło wydawać kilka tygodni temu. Goniący peleton czeka na potknięcia lidera. W walkę o czołową trójkę zamieszanych jest dziewięć zespołów.

Najmniej ciekawie jest w klasie A, w której prym wiodą rezerwy Podlasia Sokołów Podlaski, penie zmierzające po tytuł mistrza jesieni, bez problemu deklasując kolejnych przeciwników. W klasie B najbliższa wygrania rundy jest Armia Żelków, ale stale depcze jej po piętach Santoryn Nowinki.

OPR. KU

MIESZKANIA NA SPRZEDAŻ

Osiedle na ul. Spokojnej

NOWOCZESNE KONSTRUKCJE ŻELBETOWE

- osiedle w pełni przystosowane dla osób niepełnosprawnych
- windy na każdej klatce
- dużo zieleni

Biuro sprzedaży mieszkań:
"Osiedle Spokojna" budynek 1, lok. nr 11

tel.: 500 610 101 www.lirsiedlce.pl

GENERALNY WYKONAWCA INWESTYCJI BUDOWLANYCH

MAL-POL

BUDOWNICTWO

Mal-Pol Sp. z o.o.
08-110 Siedlce
ul. Targowa 7a

+48 608 380 246
biuro@mal-pol.pl