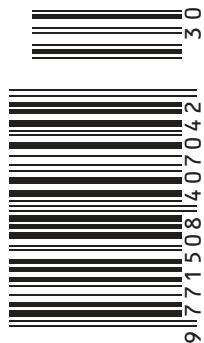




WIEŚci z MAZOWSZA

→str. 4-5



ISSN 1508-4078

PUŁTUSKA

gazeta powiatowa

26 lipca 2022 Nr 30 (1196)

cena 2,40 zł (w tym 5% VAT)

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

tygodnik społeczno - kulturalny. ukazuje się od 1999 roku

Czy powstanie Pułtusko-Narwiański Park Krajobrazowy?



→str. 2

reklama...

NOWE MIESZKANIA W PUŁTUSKU



www.isbud.pl



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

SPRZEDAŻ BETONU TOWAROWEGO

→str. 14



10 transakcji za 146 tysięcy!

- włamał się na konto
i okradł seniorkę

→str. 3

33-letni pułtuszczanin okradziony na 50 tys. zł!

→str. 3

Wakacyjna przygoda z muzyką - finał warsztatów MCKiS



→str. 9

Przedszkole Miejskie nr 5 czeka prawdziwa rewolucja

→str. 2

Pułtuskie obchody Święta Policji



→str. 6-7

Czy powstanie Pułtusko-Narwiański Park Krajobrazowy?

Taka propozycja padła podczas czerwcowego posiedzenia komisji miejskiej, gdzie po raz kolejny omawiano zmiany w projekcie uchwały w sprawie Nadbużańskiego Parku Krajobrazowego. Gmina Pułtusk jako jedyna nie uzgodniła uchwały, blokując wprowadzenie zmian na terenie całego obszaru. Powstał za to pomysł utworzenia Pułtusko-Narwiańskiego Parku.

Park krajobrazowy jest jedną z form ochrony przyrody w Polsce, określonych w Ustawie o ochronie przyrody z 2004 roku. Parki krajobrazowe chronią obszary ze względu na ich wartości przyrodnicze, historyczne, kulturowe i walory krajobrazowe. Gmina Pułtusk jest jedną z 21 gmin znajdujących się w granicach Nadbużańskiego Parku Krajobrazowego. Pozostałe gminy to: Nur, Małkinia Górna, Zaręby Kościelne, Cerańów, Sterdyń, Kosów Lacki, Liw, Łochów, Miedzna, Sadowne, Stoczek, Korytnica, Pokrzywnica, Jadow, Platerów, Przesmyki, Korczew, Paprotnia, Sabnie i Repki. NPK jest jednym z największych parków krajobrazowych w Polsce. Obejmuje lewo-brzeżną część Doliny Dolnego Bugu (między ujściami Tocznej i Liwca), a także fragment doliny dolnej Narwi i Liwca.

Trochę historii

Pomysł utworzenia parku krajobrazowego w Dolinie Bugu narodził się w 1976 r. a jego autorem był Lechosław Herz – krajoznawca, autor wielu cenionych książek i przewodników, wielki entuzjasta mazowieckiego krajobrazu. Dokumentacja parku powstawała w latach 1987-1992, a głównym jej wykonawcą był mgr inż. Bolesław Król (Towarzystwo Urbanistów Polskich, Warszawa) z zespołem pracowników naukowych i technicznych Wyższej Szkoły Rolniczo-Pedagogicznej w Siedlcach oraz służb planowania przestrzennego w Siedlcach,

Ostrołęce i Ciechanowie. Finałnie NPK został utworzony w 1993 roku, a potem kilkakrotnie go powiększano. Gmina Pułtusk wraz z gminą Pokrzywnica znalazły się w jego granicach rok później. Radnych o korzyściach płynących z przynależności do parku osobiście przekonywał ówczesny wojewoda Ciechanowski i miały to być korzyści finansowe, jak przypominał podczas czerwcowego posiedzenia komisji przewodniczący rady Ireneusz Purgacz. W 2010 roku park wszedł w skład Mazowieckiego Zespołu Parków Krajobrazowych i podlega pod jego dyрекcję w Otwocku.

21 gmin, na tak, gmina Pułtusk na nie

W 2009 roku kompetencje w zakresie nadzoru nad obszarami chronionymi przejęły województwa. Projekt uchwały porządkuje te kwestie. Ponadto w 2015 roku zmieniły się przepisy w Ustawie o ochronie przyrody, która w pewnych zakazach wprowadziła zmiany, liberalizując je, np. znosi zakaz budowania i rozbudowywania budynków oraz wypełniania luk między obiektami położonymi w pasie szerokości 100 m od zbiorników wodnych naturalnych – dotychczas zakaz ten obowiązywał także w przypadku zbiorników sztucznych. Kolejny przepis pozwala na likwidowanie m.in. drzew śródpolnych oraz krzewów rosnących; drzew, których obwód pnia na wysokości 130 cm nie przekracza 30 cm,

których usunięcie jest konieczne w celu przywrócenia gruntów nieużytkowanych do użytkowania rolniczego; drzew i krzewów, które obumarły lub nie rosną, które szansy na przeżycie, albo które zagrażają bezpieczeństwu ludzi i mienia. W projekcie uchwały uszczegółowiono granice w systemie informacji przestrzennej, zgodnie z zaleceniami Generalnego Dyrektora Ochrony Środowiska. Obowiązujące do tej pory granice parku przedstawione dotychczas w sposób opisowy, zostały zmienione na dokładniejsze, sporządzone w systemie GIS. Dzięki temu uszczegółowieniu obszar NPK na terenie gminy Pułtusk zmniejszyłby się o około 68 ha. Projekt uchwały zakładał także powiększenie NPK o dotychczasowy teren Parku Krajobrazowego „Podlaski Przełom Bugu” w części położonej w województwie mazowieckim, o co wnioskowały gminy z tego terenu. Te wszystkie kwestie regulowała uchwała wprowadzona do uzgodnienia w ubiegłym roku. Aby jej zapisy weszły w życie wszystkie gminy znajdujące się w obszarze NPK musiałyby ją zaakceptować. Wystarczy brak akceptacji tylko jednej gminy, by tak się nie stało.

Wszystkie gminy wchodzące w skład NPK, poza gminą Pułtusk, zaakceptowały aktualizację. Rada argumentowała taką decyzję blokowaniem możliwości rozwojowych gminy. W konsekwencji nowe zapisy (przypomnijmy: porządkujące

granice, zmniejszające obszar parku na terenie gminy Pułtusk, zwiększające na terenie pow. łosickiego, łagodzące niektóre zapisy) nie mogą wejść w życie na terenie całego NPK.

W czerwcu tego roku Dyrektor Mazowieckiego Zespołu Parków Krajobrazowych Sylwester Chołast wraz z przedstawicielami Urzędu Marszałkowskiego podjął kolejną próbę uzgodnienia uchwały. Sprawa była omawiana 28 czerwca podczas posiedzenia Komisji Budżetu i Finansów, Komisji Polityki Społecznej, Komisji Polityki Regionalnej oraz Komisji Gospodarki Komunalnej i Budownictwa. Urząd Marszałkowski reprezentowali: Andrzej Różycki Zastępca Dyrektora Departamentu Polityki Ekologicznej, Geologii i Łowiectwa oraz pracownik departamentu Marta Drygalska. Tym razem również radni nie dali się przekonać do uzgodnienia uchwały.

„Za chwilę sami staniemy się skansenem” – radni na temat przynależności do NPK

W ubiegłym roku główną argumentacją radnych, przemawiającą przeciw uzgodnieniu projektu uchwały, było ograniczenie możliwości rozwojowych gminy oraz sprzeciw mieszkańców w sprawie przynależności do parku, czego dowodem była petycja mieszkańców wsi Ponikiew, podpisana przez 23 osoby. – *Pragniemy, abyśmy mogli swobodnie korzystać z naszych nieruchomości oraz praw przy jednoczesnym*

zachowaniu walorów otaczającej nas przyrody. Żyjemy na tym terenie od dawna jeszcze zanim pojawił się Park. Dlatego uważamy, że nasze dotychczasowe życie można określić jako „symbioza z naturą”. Ani my nie szkodzimy naturze, jak również ona nam. Wręcz odczuwamy same korzyści płynące z bliskiego obcowania z naturą – pisali mieszkańcy w petycji. W tym roku pojawiły się również inne argumenty.

Radny Michał Kisiel mówił o ograniczeniach rozwojowych dla mieszkańców, ale poruszył również kwestię przynależności do parku nadbużańskiego, którego nazwa nie odnosi się do naszej lokalizacji. – *Ktoś w 2009 roku nam wcisnął, mówiąc szczerze, ten park. Mało tego, to jeszcze odbyło się to z pogwałceniem pewnych zasad geograficznych, z którymi my też nie chcemy się godzić, dlatego że my mieszkamy nad Narwią i chcielibyśmy, żeby park odnosił się do naszej lokalizacji, nie do Bugu*. Radny Edward Łaszczycy stwierdził, że gmina Pułtusk i samo miasto jest pięknie położone, ma piękne tereny, ale po wejściu w obszar NPK stało się skansenem.

Również radny Łukasz Skarżyński był zdania, że gmina traci na przynależności do parku, a ze względu na przyszłe inwestycje w skali makro regionalnej za chwilę miasto i gmina same staną się skansenem. Głos zabierał także Andrzej Wydra, który zauważył, że ograniczenia dotyczą gospodarstw indywidualnych i rolników, a nie dotyczą instytucji państwowych, jak Nadleśnictwa. – *Widzę, jak to środowisko wbrew pozorom zostało zdegradowane, mimo tego, że ograniczenia są, ale te ograniczenia są tylko i wyłącznie dla rolników indywidualnych dla właścicieli prywatnych. Natomiast nie ma ograniczeń dla instytucji stricte państwowych*.

Pułtusko-Narwiański Park rozwiązaniem problemu?

W świetle obowiązujących przepisów likwidacja lub zmniejszenie obszaru parku krajobrazowego może nastąpić wyłącznie z powodu bezpowrotnej utraty wartości przyrodniczych, historycznych i kulturowych oraz walorów krajobrazowych. Andrzej Różycki stwierdził, że nikt nie zgodzi się na likwidację granic i zaproponował radnym, aby zastanowić się nad wydzieleniem parku pod inną nazwą. Radny Michał Kisiel stwierdził, że byłby to dobry pomysł, zwłaszcza gdyby nazwa nawiązywała nie do Bugu, tylko do Narwi. Sylwester Chołast, dyrektor MZP, również przyznał, że byłoby to kompromisowe rozwiązanie i zaproponował, aby park nosił nazwę pułtusko-narwiański.

Rada gminy może odmówić uzgodnienia projektu uchwały sejmiku województwa wyłącznie w przypadku, gdy przyjęcie tej uchwały prowadziłoby do ograniczenia możliwości rozwojowych gminy wynikających z ustaleń studium uwarunkowań i kierunków zagospodarowania przestrzennego lub miejscowego planu zagospodarowania przestrzennego w stopniu nieproporcjonalnym do wartości, jakie park krajobrazowy ma chronić. Czy rzeczywiście przynależność do parku blokuje możliwości rozwojowe gminy? Czy radni mają rację, upierając się przy blokowaniu wprowadzenia zmian w uchwale? Czy pomysł wydzielenia parku pod inną nazwą jest rzeczywistym rozwiązaniem problemu, skoro na jego terenie będą obowiązywać dokładnie te same przepisy, a likwidacja nie wchodzi w grę? Temat będziemy kontynuować.

■ Anna Morawska
a.morawska@pultusk24.pl

Przedszkole Miejskie nr 5 czeka prawdziwa rewolucja - gmina ogłosiła przetarg na rozbudowę i przebudowę obiektu

Gmina Pułtusk ogłosiła przetarg na rozbudowę i przebudowę Przedszkola Miejskiego nr 5 w Pułtusku. Obiekt będzie dostosowany do potrzeb osób niepełnosprawnych. Prace będą podzielone na etapy. Zadanie otrzymało dofinansowanie w ramach konkursu Mazowieckiego Centrum Polityki Społecznej. Oferty można składać do 25 lipca.

Wniosek o dofinansowanie zadania inwestycyjnego „Rozbudowa i przebudowa Przedszkola Miejskiego nr 5 w Pułtusku na potrzeby osób z niepełnosprawnościami” gmina Pułtusk złożyła do Mazowieckiego Centrum Polityki Społecznej w listopadzie 2021 roku. Spośród 24 złożonych wniosków pozytywną ocenę formalną otrzymało 14, w tym wniosek gminy Pułtusk. Umowę na dofinansowanie zadania z Marszałkiem Województwa Mazowie-

kiego Adamem Struzikiem Burmistrz Miasta Pułtusk Wojciech Gregorczyk i Skarbnik Gminy Pułtusk Teresa Turek podpisali 29 kwietnia tego roku.

Łączna wartość zadania wynosi ponad 10 mln zł, a dofinansowanie ponad 4,6 mln zł. Jest to najwyższa kwota spośród wszystkich wniosków złożonych w tym naborze. Realizacja zadania została podzielona na etapy i zaplanowana na lata 2022-2024.

W tym roku gmina otrzymała 871.426,39 zł, w roku 2023 – 2.768.369,98 zł, i w 2024 – 1.038.384,15 zł.

W ramach zadania zostaną wykonane następujące prace:

1. budowa nowego skrzydła przedszkola na potrzeby czterech nowych oddziałów przedszkolnych, łącznie na 100 miejsc, z dostosowaniem komunikacji wewnętrznej budynku, szerokości otworów drzwiowych, przejść,

przejazdów i toalet na potrzeby osób niepełnosprawnych;
2. przebudowa istniejącego budynku, który ma być funkcjonalną całością z nowym skrzydłem;
3. budowa łącznika;
4. budowa chodnika z odpowiednim spadkiem w strefie wejściowej dla zaprojektowanego skrzydła przedszkola;
5. budowę spocznika (podestu) wejściowego;
6. budowa windy osobowej;

7. zapewnienie miejsc parkingowych przeznaczonych dla osób z niepełnosprawnościami;
8. budowa sali wielofunkcyjnej sensorycznej;
9. przebudowa placu zabaw;
10. nasadzenia różnorodnej roślinności w otoczeniu budynku.

■ Anna Morawska
a.morawska@pultusk24.pl

10 transakcji za 146 tysięcy! - włamał się na konto i okradł seniorkę

Do zdarzenia doszło w ubiegłym tygodniu w Pułtusk. Nieustalony sprawca dokonał kradzieży ogromnej sumy pieniędzy z konta mieszkanki powiatu pułtuskiego. Sprawę badają pułtusczy mundurowi.

Jak poinformowała nas sierż. Renata Soból z Komendy Powiatowej Policji w Pułtusk do kradzieży doszło w poniedziałek 18 lipca. Nieznany sprawca, w celu osiągnięcia korzyści majątkowej doprowadził do niekorzystnego rozporządzenia mieniem. Oszust okradł 79-letnią mieszkankę powiatu

pułtuskiego. Złamał zabezpieczenia do konta bankowego kobiety i dokonał aż dziesięciu transakcji o łącznej wartości ogromnej sumy pieniędzy – łącznie 146 000 zł! Sprawę prowadzą policjanci z Komendy Powiatowej Policji w Pułtusk!

■ Ewa Kowalczyk
e.kowalczyk@pultusk24.pl

33-letni pułtuszczanin okradziony na 50 tys. zł!

„Na pracownika infolinii banku”, i „aplikacja zdalny pulpit”, to bardzo popularne metody, za pomocą których działają oszuści, chcący wyłudzić pieniądze. Ofiarą takiego oszusta padł w minionym tygodniu 33-letni mieszkaniec Pułtusk, któremu z konta skradziono dużą sumę pieniędzy.

Jak informuje sierż. Renata Soból z KPP w Pułtusk, wszystko zaczyna się od odebrania telefonu od rzekomego pracownika infolinii banku, który chce zweryfikować wniosek kredytowy. Okazuje się wtedy, że poszkodowany nie składał takiego wniosku albo rzekomy pracownik banku wykrył podejrzaną przelew czy transakcję lub ma informację, że doszło do włamania na konto – W każdym przypadku punktem wyjściowym dla przestępców jest namówienie do zainstalowania przez pokrzywdzonych wskazanej przez nich aplikacji. Aplikacji pozwalającej na zdalną obsługę urzędzenia, z którego korzystamy w bankowości

internetowej – informuje sierż. Soból.

Do pułtuskich policjantów kilka dni temu zgłosił się 33-letni pułtuszczanin, który padł ofiarą oszusta, działającego tą metodą. Jak ustalili mundurowi, pokrzywdzony odebrał telefon od rzekomego pracownika infolinii banku i usłyszał, że doszło do włamania na jego konto bankowe, z którego został pobrany kredyt. Kiedy mężczyzna zaprzeczył, że składał wniosek o jakikolwiek kredyt, wtedy rzekomy pracownik infolinii, namówił go do zainstalowania aplikacji do zdalnej obsługi komputera – Zainstalowana aplikacja dała przestępcy pełen do-

stęp do jego telefonu i konta bankowego. Szacowane przez pokrzywdzonego straty to 50 tysięcy złotych – dodaje oficer prasowa KPP w Pułtusk.

Po raz kolejny policja apeluje o rozważę podczas wykonywania operacji finansowych. Pamiętajmy, że oszuści cały czas modyfikują swoje metody, których celem jest wyłudzenie pieniędzy. Zachowajmy zdrowy rozsądek, a wobec obcych bądźmy jednak nieufni.

■ (Red.)
redakcja.pgp@pultusk24.pl
inf. KPP w Pułtusk

Burmistrz powierzył obowiązki

Zarządzeniem z 19 lipca b.r. Burmistrz Miasta Pułtusk powierzył obowiązki dyrektorkom dwóch placówek oświatowych – w przedszkola Pułtusk oraz w szkoły Płocochowie, na 5 lat szkolnych – od 1 września 2022 r. do 31 sierpnia 2027 r.

W czerwcu b.r. odbył się konkurs na dyrektora Przedszkola Miejskiego nr 5 w Pułtusk, w wyniku którego nową dyrektorką pułtuskiej „Piątki” została Katarzyna Przewłocka, zastępując tym samym Annę Dubaj. Z kolei w Publicznej Szkole Podstawowej im. bł. Jana Pawła II w Płocochowie powołano dotychczasową panią dyrektorkę – Hannę Zofię Chojnowską.

Otwarte drzwi Bazyliki

Na czas wakacji, od 1 lipca do 31 sierpnia pułtusk Bazylika otwiera swoje drzwi dla mieszkańców i turystów. W godzi-

nach 11:00-14:00 można się pomodlić, a także pozwiedzać wnętrze jednego z piękniejszych kościołów na Mazowszu.

reklama...



STUDIA GLOBALNYCH MOŻLIWOŚCI

Akademia im. Aleksandra Gieysztora w Pułtusk

Filia Akademii Finansów i Biznesu Vistula

Studia I stopnia, studia II stopnia, jednolite studia magisterskie, doktoraty w trybie eksternistycznym, Szkoła Doktorska

**Tylko teraz
1000 ZŁ ZNIŻKI!**

APLIKUJ

vistula.edu.pl/pultusk



KIERUNKI STUDIÓW:

- Administracja
- Bezpieczeństwo narodowe
- Finanse i rachunkowość **NOWOŚĆ**
- Historia
- Pedagogika
- Pedagogika przedszkolna i wczesnoszkolna
- Politologia



*Promocja obowiązuje do 07.08.2022 r.
Regulamin dostępny w Dziale Rekrutacji oraz na vistula.edu.pl

INFORMACJE I ZAPISY:

ul. Mickiewicza 36B, 06-100 Pułtusk, pokój nr 8 tel. +48 23 692 97 18 (26, 50, 97), e-mail: m.bartnicka@vistula.edu.pl



WIEŚCI z MAZOWSZA

Operacje partnerskie KSOW wybrane

6 lipca 2022 roku Wojewódzka Grupa Robocza ds. KSOW zatwierdziła listę rankingową operacji partnerskich KSOW na bieżący rok.

Tym samym możemy przystępować do podpisywania umów, a kalendarz zapelni się ciekawymi i potrzebnymi mazowieckiej wsi i rolnictwu przedsięwzięciami.

Przypominamy, że Plan Operacyjny na lata 2022-2023 (na 2022 rok) Krajowej Sieci Obszarów Wiejskich 2014-2020 jest bowiem dokumentem składającym się z trzech części, tj.:

z projektów własnych Biura Regionalnego KSOW;

z projektów pochodzących z konkursu nr 6/2022 dla partnerów Krajowej Sieci Obszarów

Wiejskich na wybór operacji, które będą realizowane w 2022 r. w ramach dwuletniego planu operacyjnego na lata 2022-2023; części informacyjno-promocyjnej określonej w planie komunikacyjnym dla Samorządu Województwa Mazowieckiego, jako Instytucji Wdrażającej PROW 2014-2020 (działanie 8).

Biuro Regionalne KSOW w województwie mazowieckim w Departamencie Rolnictwa i Rozwoju Obszarów Wiejskich



skich przeprowadziło, zgodnie z ogłoszonym przez Ministra Rolnictwa i Rozwoju Wsi konkursem nr 6/2022, w okresie od 14 lutego do 4 marca 2022 r. nabór wniosków o wybór operacji do realizacji w Planie Operacyjnym na lata 2022-2023 Krajowa Sieć Obszarów Wiejskich 2014-2020 na 2022 rok. Limit środków, w podziale na działania Planu Działania KSOW na lata 2014-2020, zgodnie z ogłoszeniem o konkursie, przewidzianych na realizację

operacji w ramach konkursu dla województwa mazowieckiego wyniósł **1.100.000 zł**.

Wszystkich wniosków w naborze o wybór operacji do realizacji w 2022 roku w ramach Planu Operacyjnego 2022-2023 KSOW 2014-2020 wpłynęło aż **50** na łączną kwotę **2.564.775,57 zł**, w tym:

- **29 wniosków** oceniono pozytywnie na łączną sumę **1.462.071,21 zł**;
- **18 wniosków** odrzucono;

- **2 partnerów** KSOW zrezygnowało z realizacji operacji;
- **1 wniosek** partnera KSOW przekazano zgodnie z właściwością do CDR.

Na liście przedsięwzięć do realizacji w 2022 roku znalazło się ostatecznie **23 operacje** zgłoszone przez: Mazowiecki Ośrodek Doradztwa Rolniczego w Warszawie (7); lokalne grupy działania i lokalne organizacje turystyczne (5); samorządy gminne i powiatowe (6); Mazowiecką Izbę Rolniczą, Mazowiecką Regionalną Organizację Turystyczną, Polską Federację Ziemniaka, Związek Młodzieży Wiejskiej i Fundację „Teraz Mazowsze” (po jednej). Operacje te pochłoną **1 082 104,82 zł** czyli prawie cały limit przyznany województwu mazowieckiemu. Ponadto **6** operacji znalazło się na tzw. liście rezerwowej oczekując na ewentualne oszczędności z listy głównej.

Wszystkie operacje KSOW na 2022 roku znajdziecie na www.mazowieckie.ksow.pl

NA ZGŁOSZENIA AKTYWNYCH LIDEREK CZEKAMY JUŻ TYLKO DO KOŃCA MIESIĄCA!



Są ambitne, kreatywne i wielozadaniowe. Mają w sobie mnóstwo empatii i działają z zaangażowaniem. „Najaktywniejsza Liderka Wiejska w województwie mazowieckim” to konkurs organizowany właśnie z myślą o takich kobietach. Nabór trwa, a zgłoszenia można przysłać do 29 lipca br.

W ubiegłych latach do konkursu zgłosiła się ponad setka Pań, aktywnych działaczek lokalnych, sołtysek, radnych, strażaczek OSP czy szefowych Kół Gospodyń Wiejskich. W tym roku

formularze zgłoszeniowe wraz z dodatkowymi dokumentami należy wysłać pocztą lub dostarczyć osobiście na adres Urzędu Marszałkowskiego w Warszawie, bądź przesłać za pośrednictwem poczty elektronicznej na adres ksow@mazovia.pl. Listę laureatek poznamy najpóźniej do 28 października.

Szczegóły dotyczące konkursu oraz zgłoszeń można znaleźć na stronie mazowieckiego biura Krajowej Sieci Obszarów Wiejskich – mazowieckie.ksow.pl.

Rekordy w konkursach KSOW



Rok 2022 okazuje się rekordowym pod względem uczestników konkursów organizowanych przez BR KSOW w województwie mazowieckim.

Jak co roku Krajowa Sieć Obszarów Wiejskich w województwie mazowieckim organizuje kilka konkursów w poszukiwaniu aktywności, pomysłowości i talentów w naszym regionie.

Rok 2022 przyniósł już kilka rekordów. O tytuł najlepszej orkiestry dętej ubiegało się łącznie aż **15** wspaniałych składów (dotychczas największą liczbę uczestników przyniósł rok 2014 – 13 orkiestr i rok 2021 – 12 zespołów), a 13 z nich uczestniczyło

w przesłuchaniach na żywo (czytaj na kolumnie obok).

Podobny rekord uczestników odnotowano także w konkursie „Koła Gospodyń Wiejskich – wyjątkowe miejsca, wyjątkowi ludzie”. O laury dla najlepszych KGW ubiega się w tym roku aż **45 kół z całego Mazowsza**, a największą aktywność KGW odnotowano w tym roku w subregionie siedleckim i okołowarszawskim. Wyniki i wręczenie nagród (podobnie jak w konkur-

sie dla liderki, gdzie nabór chętnych jeszcze trwa) – podczas jesiennej Mazowieckiej Gali Rozwoju Obszarów Wiejskich.

Z kolei w konkursie na najaktywniejsze sołectwo KSOW „Sukcesy widać po sąsiedztwie” wpłynęło w tym roku 16 zgłoszeń od 16 gmin z województwa mazowieckiego. Rozstrzygnięcie planuje się podczas Dożynek Województwa Mazowieckiego w Lelisie już 4 września br.



„Europejski Fundusz Rolny na rzecz Rozwoju Obszarów Wiejskich: Europa inwestująca w obszary wiejskie”
Dodatek prasowy opracowany na zlecenie Urzędu Marszałkowskiego Województwa Mazowieckiego w Warszawie
i współfinansowany ze środków Unii Europejskiej w ramach Schematu II Pomocy Technicznej
„Krajowa Sieć Obszarów Wiejskich” Programu Rozwoju Obszarów Wiejskich na lata 2014–2020
Instytucja Zarządzająca Programem Rozwoju Obszarów Wiejskich na lata 2014–2020 – Minister Rolnictwa i Rozwoju Wsi



WIEŚCI z MAZOWSZA

Orkiestra Dęta Moderato z Warki najlepsza w konkursie KSOW!

12 czerwca do Kask w gminie Baranów zjechało 13 wspaniałych orkiestr dętych walczyć o tytuł najlepszej w 2022 roku.

Miejska Orkiestra Dęta Moderato z Warki, mimo, że do występu przystąpiła wysiadając prosto z autokaru, okazała się najlepsza „rozkrecając się” z utworu na utwór. I tym samym 10.000 zł ufundowane przez Krajową Sieć Obszarów Wiejskich w województwie mazowieckim wraz z tytułem „Najlepszej orkiestry dętej KSOW na Mazowszu” pojechało w tym roku właśnie do Warki. Ale zanim do tego doszło trzynastcie wspaniałych orkiestr przedstawiło się baranowskiej publiczności grając zarówno orkiestrowe standardy, jak i nowoczesne aranżacje muzyki rozrywkowej. Wyrównany poziom tegorocznego konkursu sprawił, że zarówno na drugim jak i na trzecim stopniu podium stanęło po dwie orkiestry. I tak nagrody po 7. 500 zł za II miejsce powędrowało do Gminnej Orkiestry Dętej ze Staroźreb oraz Młodzieżowej Orkiestry Dętej Krzynowłoga Mała. III miejsca i nagrody po 4.000 zł wywalczyły w Kaskach



Tegoroczni zwycięzcy - Orkiestra Moderato z Warki

Orkiestra Dęta OSP Łukomie (gmina Rościszewo) oraz Orkiestra Dęta OSP Błędów. Pozostałych 7 orkiestr z Kask

wyjechało z wyróżnieniami w kwocie 2.500 lub 2.000 zł, bo każda z nich na scenie dawała z siebie wszystko i zostawiła na

konkursie sporo potu. Cały dzień koncertom bowiem towarzyszyło piękne czerwcowe słońce, więc żartowano nawet, że „przeżycie” na scenie tych 20 minut występu to powinna być dodatkowa punktacja. Pamiątkowe czek, a także upominki dla najmłodszych muzyków wręczali na koniec uroczystości Wiceprzewodniczący Sejmiku Województwa Ma-

zowieckiego Marcin Podśątek, Wójt Gminy Baranów Agata Trzop – Szczypiorska, Dyrektor Departamentu Rolnictwa i Rozwoju Obszarów Wiejskich Urzędu Marszałkowskiego Województwa Mazowieckiego w Warszawie Radosław Rybicki i Członkowie Komisji Konkursowej Marian Chmielewski i Mirosław Chilmanowicz. Dziękujemy Gminie Baranów

(miejsce finału nie było przypadkowe, bowiem to właśnie Orkiestra OSP Kaski wygrała nasz konkurs w roku ubiegłym, a i na koniec tegorocznego konkursu dała jako gwiazda brawurowy występ oklaskiwany przez licznie zgromadzoną publiczność) za współorganizację koncertów, a wszystkim uczestnikom za przepiękne wykonania i dobrą zabawę.



Do zwycięzców trafiły pamiątkowe czek

Edycja	Rok	Lokalizacja	Zwycięzca/zwycięzcy
I	2013	Wyszogród	OSP Gozdowo i OSP Nadarzyn
II	2014	Grodzisk Mazowiecki	Młodzieżowa Orkiestra Dęta Miasta Zwolenia
III	2016	Joniec	Młodzieżowa Orkiestra Dęta Tłuszcz
IV	2017	Chlewiska k/Siedlec	Kozienicka Orkiestra Dęta Furioso
V	2018	Ilża	OSP Pilawa
VI	2019	Tłuszcz	Gminna Orkiestra Dęta Stara Biała
VII	2020	UNIEWAŻNIONO ZE WZGLĘDU NA COVID-19	
VIII	2021	Maszewo Duże k/Starej Białej	OSP Kaski
IX	2022	Kaski k/Baranowa	Miejska Orkiestra Dęta Moderato Warka

Pułtuskie obchody Święta Policji



W piątkowe przedpołudnie, 22 lipca, w sali koncertowej Domu Polonii w Pułtusk, odbyła się uroczystość z okazji Święta Policji. Była ona idealną okazją do wręczenia (w tym roku aż 45) aktów mianowania na wyższe stopnie. Przyznano także wyróżnienia związkowe dla funkcjonariuszy i pracowników Komendy Powiatowej Policji w Pułtusk oraz medale za zasługi dla przedstawicieli władz samorządowych i I Zastępcy Komendanta Powiatowego Policji.

W piątkowej uroczystości udział wzięli funkcjonariusze, pracownicy cywilni, Kapelan Pułtuskiej Policji, władze lokalne, zaprzyjaźnione służby mundurowe, przedstawiciele instytucji współpracujących z Policją oraz przedstawiciele mediów. Pułtuskie obchody Święta Policji swoją obecnością zaszczylicili:

wicestarosta Beata Józwiak, burmistrz Pułtusk Wojciech Gregorczyk, ks. infułat Wiesław Kosek, prezes Sądu Rejonowego w Pułtusk Dariusz Tekliński, przewodniczący Rady Powiatu Pułtuskiego Tadeusz Nalewajk, przewodniczący Komisji Bezpieczeństwa Rady Powiatu Mirosław Barszcz, Komendant

Powiatowy Państwowej Straży Pożarnej w Pułtusk st. bryg. Maciej Piątek, zastępca szefa Wojskowego Centrum Rekrutacji w Wyszku por. Artur Seroka, Nadleśniczy Nadleśnictwa Pułtusk Robert Wielkowski, komendant posterunku terenowego w Pułtusk Państwowej Straży Rybackiej Adam



Kisielewski, Mariusz Osica z pułtuskiego WOPR-u, dyrekcja Powiatowego Urzędu Pracy w Pułtusk Witołd Chrzanowski i Agata Łojek oraz wójtowie gmin powiatu pułtuskiego – Wójt Gminy Gzy Cezary Andrzej Wojciechowski, Wójt Gminy Obryte Sebastian Mroczkowski, Wójt Gminy Świercze Adam Misiewicz, Wójt Gminy Winnica Robert Wróblewski oraz zastępca Wójta Gminy Zatory Jacek Jackiewicz.

Gości, policjantów i policjantki oraz pracowników cywilnych powitał Komendant Powiatowej Policji w Pułtusk insp. Jarosław Olszewski. Na wstępie szef pułtuskiej mundurowych poinformował o awansie swojego zastępcy. I Zastępca Komendanta Powiatowej Policji w Pułtusk mł. insp. Sławomir Żelechowski, decyzją Komendanta Głównego Policji, kilka dni wcześniej otrzymał akt mianowania na wyższy stopień. W swoim wystąpieniu Komendant Powiatowej Policji w Pułtusk insp. Jarosław Olszewski złożył życzenia wszystkim funkcjonariuszom i pracownikom cywilnym oraz podziękował swoim policjantom za gotowość i pełnione obowiązki, podkreślając przy tym z jakimi poświęceniami często się one wiążą.

Święto Policji to dla każdego funkcjonariusza i pracownika Policji dzień szczególny. To czas



podziękowania i skierowania słów uznania dla ciężkiej, pełnej poświęcenia służby i pracy, czas awansów, nominacji i odznaczeń. W tym roku, decyzją Komendanta Wojewódzkiego Policji zs. w Radomiu oraz Komendanta Powiatowego Policji w Pułtusk, awanse w stopniu otrzymało 45 funkcjonariuszy Komendy Powiatowej Policji w Pułtusk – 22 policjantów i policjantek z Wydziału Prewencji, 16 z Wydziału Kryminalnego i 7 z Wydziału Ruchu Drogowego. W gronie mianowanych było 14 policjantek.

Tegoroczne pułtuskie obchody Święta Policji były okazją do wręczenia odznaczeń związkowych. Na wniosek Przewodniczącej Zarządu Terenowego



w Pułtusk, decyzją Prezydium Zarządu Wojewódzkiego NSZZP Województwa Mazowieckiego w Radomiu medale za zasługi nadano: wicestarosce Beacie Józwiak, burmistrzowi

Pułtusk Wojciechowi Gregorczykowi, I Zastępcy Komendanta Powiatowej Policji w Pułtusk mł. insp. Sławomirowi Żelechowskiemu oraz ośmiu policjantom pułtuskiej komendy.

Ponadto funkcjonariusze otrzymali wyróżnienia oraz podziękowania od Zarządu Powiatu Pułtuskiego i Samorządu Gminy Pułtusk, zaś dzielnicowi Komendy Powiatowej Policji w Pułtusk, zostali wyróżnieni i nagrodzeni przez wójtów gmin powiatu pułtuskiego. Uroczysta zbiórka zakończyła się złożeniem meldunku Komendantowi Powiatowemu Policji w Pułtusk insp. Jarosławowi Olszewskiemu przez dowódcę uroczystości.

■ Ewa Kowalczyk
e.kowalczyk@pultusk24.pl

więcej zdjęć do obejrzenia na
pultusk24.pl



KRONIKA POLICYJNA 997

PUŁTUSK. Rowerzysta z zakazem sądowym

18 lipca, w Pułtusk, 23-letnia mieszkanka Pułtusk kierowała rowerem po drodze publicznej, nie stosując się do wydanego zakazu przez Sąd Rejonowy w Pułtusk.

PUŁTUSK. Kradzież markowych spodni dresowych

20 lipca, w Pułtusk, nieznany sprawca, w sklepie „Anzospo”, dokonał kradzieży czterech sztuk markowych spodni dresowych o łącznej wartości 679,96 zł, działając na szkodę 51-letniego mieszkańca powiatu pułtuskiego.

PUŁTUSK. Nietrzeźwy kierowca

23 lipca, w Pułtusk, 30-letni mieszkaniec powiatu pułtuskiego kierował rowerem po drodze publicznej, będąc w stanie nietrzeźwości (0,97 mg/l).

KRONIKA STRAŻACKA 998

PUŁTUSK. Fałszywy alarm bombowy w Urzędzie Skarbowym

18 lipca, dwa zastępy z JRG (8 strażaków) zadysponowano na ul. Żwirki i Wigury w Pułtusk do budynku Urzędu Skarbowego gdzie otrzymano e-mail o podłożeniu bomby. KDR ustalił z Policją, że e-maile są o charakterze kaskadowym z zaleceniem nieewakuowania. Policja sprawdziła pomieszczenia w budynku nie stwierdzając zagrożenia.

PUŁTUSK. Kobieta z raną głowy

19 lipca, dwa zastępy z JRG (8 ratowników) zostały zadysponowane do udzielenia pomocy medycznej kobiecie leżącej przed klatką schodową z widoczną raną głowy. Działania zastępów polegały na udzieleniu kwalifikowanej pierwszej pomocy kobiecie do czasu przybycia na miejsce zespołu ratownictwa medycznego. Zdarzenie miało miejsce w Pułtusk przy ulicy Kombatantów.

PRZEWODOWO PARCELE. Pożar stolarni

19 lipca, dziewięć zastępów straży pożarnej (38 strażaków) ugasiło pożar stolarni w miejscowości Przewodowo Parcele (gmina Gzy).

POWIAT. Udzielenie pomocy mężczyźnie

19 lipca, dwa zastępy z OSP Świercze (7 ratowników) i jeden zastęp z OSP Głodowo (5 ratowników) zostały zadysponowane do udzielenia pomocy medycznej mężczyźnie leżącemu przy drodze. Działania zastępów polegały na udzieleniu kwalifikowanej pierwszej pomocy mężczyźnie do czasu przybycia na miejsce zespołu ratownictwa medycznego.

PRZEWODOWO PARCELE. Dogaszanie pogorzeliska

19 lipca, jeden zastęp z JRG oraz zastęp z OSP Przewodowo i Gzy w sumie 16 strażaków zostało zadysponowanych do dogaszania tłących się materiałów po pożarze stolarni w miejscowości Przewodowo Parcele (gmina Gzy).

PUŁTUSK. Fałszywy alarm pożarowy w Starostwie

20 lipca, dwa zastępy z JRG (8 ratowników) zostały zadysponowane do alarmu z monitoringu pożarowego Starostwa Powiatowego w Pułtusk przy ulicy Marii Skłodowskiej Curie. Po sprawdzeniu pomieszczeń alarm okazał się fałszywy.

POKRZYWNICA. Fałszywy alarm bombowy w przedszkolu

21 lipca, jeden zastęp z JRG (4 strażaków) i jeden zastęp z OSP Pokrzywnica (4 strażaków) zadysponowano na ul. Jana Pawła II w Pokrzywnicy do budynku przedszkola, gdzie otrzymano e-mail o podłożeniu bomby. KDR ustalił z Policją, że e-maile są o charakterze kaskadowym z zaleceniem nie ewakuowania. Policja sprawdziła pomieszczenia w budynku nie stwierdzając zagrożenia.

PUŁTUSK. Ewakuacja pacjentki

22 lipca, jeden zastęp z JRG Pułtusk (4 ratowników) pomógł ZRM w ewakuacji pacjentki z pierwszego piętra budynku wielorodzinnego do karetki pogotowia. Zdarzenie miało miejsce w Pułtusk przy ulicy Tadeusza Kościuszki.

POWIAT. Kolizja samochodu z jeleniem

22 lipca, jeden zastęp z JRG (4 strażaków) i jeden zastęp z OSP Gzy (6 strażaków) zadysponowano zostało do kolizji samochodu osobowego z jeleniem. Osób poszkodowanych w zdarzeniu nie było.

Dotacje dla powiatu pułtuskiego



Powiat Pułtusk otrzymał dofinansowanie z Samorządu Województwa Mazowieckiego w wysokości 300 000,00 zł na realizację zadania pn. „Modernizacja sali gimnastycznej Zespołu Szkół im. B. Prusa w Pułtusk”. Zadanie uzyskało dofinansowanie w ramach programu „Mazowsze dla sportu 2022”, który jest jednym z autorskich programów wsparcia realizowanych przez samorząd województwa mazowieckiego od 2018 roku. Powiat otrzymał również 350 000,00 zł dofinansowania na przebudowę drogi powiatowej Lipniki Stare – Przewodowo. Umowy w imieniu Powiatu podpisali: Starosta Pułtusk Jan Zalewski, Wicestarosta Beata Jóźwiak oraz Skarbnik Powiatu Renata Krzyżewska.

Modernizacja sali gimnastycznej będzie kolejną inwestycją powiatową, realizowaną w ZS im. B. Prusa w Pułtusk. W roku ubiegłym rozpoczęta została realizacja zadania pn. „Budynek seminarium duchownego w Pułtusk 1594 r. (obecnie ZS im. B. Prusa) prace budowlane m.in. remont dachu, elewacji” dofinansowanego z budżetu Województwa Mazowieckiego. Zakończone zostały prace związane z wymianą dachu, wymianą stolarki okiennej i drzwiowej zewnętrznej, docieplono strop poddasza. Nadal trwają prace związane z renowacją ścian wewnętrznych tynków oraz remont elewacji zewnętrznej budynku. Termin zakończenia inwestycji planowany jest na koniec 2022 r.

Karty podarunkowe dla ukraińskich uchodźców

5 i 7 lipca 2022 r. obywatele Ukrainy – którzy z powodu konfliktu zbrojnego przebywają na naszym terenie i mieszkają w pułtuskich hotelach – odebrali karty podarunkowe o wartości 100 zł, ufundowane przez firmę KiK Textil Sp. z o.o. a przekazane Oddziałowi Rejonowemu Polskiego Czerwonego Krzyża w Pułtusk. W skład komisji zajmującej się dystrybucją 250 kart weszli: Andrzej Gurgielewicz – Prezes Oddziału Rejonowego Polskiego Czerwonego Krzyża w Pułtusk Wiesława Przygócka – Sekretarz Zarządu Oddziału Rejonowego PCK Zbigniew Matusiak – Wydział Zarządzania

Kryzysowego Starostwa Powiatowego w Pułtusk, Krzysztof Kurpiewski – Dyrektor Poradni Psychologiczno-Pedagogicznej w Pułtusk Joanna Sobiecka – Dyrektor Powiatowego Centrum Pomocy Rodzinie w Pułtusk. Pierwszego dnia karty rozdawano

w Hotelu Millord, Wiatrak oraz w Hostel przy ul. Wojska Polskiego. Natomiast 7 lipca rozdawano je w Domu Polonii w Pułtusk. Karty podarunkowe będzie można zrealizować w sklepie KiK w terminie do 31 lipca 2022 r.



SPŁYW KAJAKOWY
pamięci Pawła Mieczkowskiego
- wodniaka, ratownika WOPR, ratownika medycznego, kolegi, mentora, przyjaciela, męża

20 sierpnia 2022 r.

Godz. **10.00** - start w Zambskach Kościelnych na przeciwko plebanii po drugiej stronie rzeki i dopłynięcie do Pułtusk do bazy Pułtuskiego Klubu Wodniaków i Pułtuskiego WOPR.

Około godz. **16.00** - Msza Św. w intencji Pawła Mieczkowskiego i zmarłych Wodniaków, następnie ognisko, wspólna kolacja i śpiewanie.

Zapisy pod nr tel. **668 846 890**

ORGANIZATORZY: PUŁTUSKI KLUB WODNIAKÓW, WOJEWÓDZKI ZWIĄZK RATOWNIKÓW, PUŁTUSK, PATRON MEDALNY

PUŁTUSKA gazeta powiatowa

KUPON KONKURSOWY PRZYJAZNY KONSUMENTOWI 2022



KATEGORIA NAJLEPSZY PODMIOT DZIAŁAJĄCY W USŁUGACH
na terenach wiejskich powiatu pułtuskiego

KATEGORIA NAJLEPSZY PODMIOT DZIAŁAJĄCY W USŁUGACH
na terenie miasta Pułtusk

KATEGORIA NAJLEPSZY PODMIOT DZIAŁAJĄCY W HANDLU
na terenach wiejskich powiatu pułtuskiego

KATEGORIA NAJLEPSZY PODMIOT DZIAŁAJĄCY W HANDLU
na terenie miasta Pułtusk

Imię i nazwisko konsumenta:

Adres zamieszkania:

Telefon kontaktowy:

Zgłaszający wyraża zgodę na przetwarzanie przez organizatora danych zawartych we „Wniosku zgłoszeniowym”. Podanie danych ma charakter dobrowolny, ale niezbędny dla wzięcia udziału w Konkursie.

Wakacyjna przygoda z muzyką - finał warsztatów MCKiS

Po raz pierwszy w Miejskim Centrum Kultury i Sztuki w Pułtusku odbyły się wakacyjne warsztaty muzyczne dla dzieci i młodzieży z klas IV-VIII szkół podstawowych. 22 lipca uczestnicy zaprezentowali umiejętności podczas koncertu finałowego.

Zajęcia odbywały się w dniach 18-22 lipca pod kierunkiem instruktorów: Karoliny Ambroziak, Macieja Komorowskiego oraz Piotra Wierzały. W trakcie warsztatów uczestnicy szkolili swoje umiejętności wokalne oraz instrumentalne z zakresu instrumentów klawiszowych,

gitary klasycznej, elektrycznej basowej oraz gry na perkusji. Efekty wspólnej pracy dzieci, młodzieży i instruktorów można było podziwiać podczas piątkowego finałowego koncertu w Sali Kameralnej MCKiS. Była to niewątpliwie udana próba wspólnych występów,



co świadczy o profesjonalizmie instruktorów i zdolnościach ich uczniów. Na zakończenie wszyscy uczestnicy otrzymali dyplomy zaświadcające o ukończeniu warsztatów. Rodzinom i przyjaciołom występujących na scenie towarzyszyła również dyrektorka MCKiS Izabela Sosnowicz-Ptak, której uczestnicy podziękowali za możliwość przeżycia muzycznej przygody.

Miejskie Centrum Kultury i Sztuki w Pułtusku stale rozszerza i uatrakcyjnia swoją ofertę, a muzyczne warsztaty dla tej grupy wiekowej, kiedy to młodzi ludzie odkrywają swoje pasje i możliwości są tego kolejnym, dobrym przykładem.

■ Anna Morawska
a.morawska@pultusk24.pl

Kacper Knochowski

NOWOŚĆ Młodzi mają głos

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



Cóż tam, panie, w polityce?

Drożyzna doskwiera Polakom nie od dziś. Jest ona skutkiem wojny za naszą wschodnią granicą, jednakże ciężar odpowiedzialności za nią, w głównej mierze, ponoszą rzecz jasna rządzący. Już wiele miesięcy przed wybuchem konfliktu ukraińsko-rosyjskiego inflacja w Polsce szybowiała w górę, a obóz „Zjednoczonej” Prawicy zdawał się bagatelizować ten fakt. Ba, ile razy każdy z nas, czy to w mediach społecznościowych, czy w telewizji słyszał, że nasz kraj jest „cudem gospodarczym”, a rzekoma drożyzna to „wymysł opozycji”? Teraz, gdy pojawiła się możliwość przerzucenia winy za wzrost cen na wojnę, obóz władzy perfidnie to wykorzystuje. Można temu było w bardzo prosty sposób zaradzić, tylko rządzącym trudno się do tego przyznać. Prowadzenie polityki rozdawnictwa, czy też pogłębianie długu publicznego daje się teraz we znaki Polakom. Jednakże w ostatnim czasie rząd utworzył nowe programy, które mają zahamować inflację i pomóc Nam przetrwać ten jakże trudny czas. Są to m.in.: „zaciśnięcie zębów”+, „zbieranie chrustu”+ i „jedzenie mniej”+. Może one w końcu skłonią Polaków do głębszej refleksji przy urnach wyborczych, a swoje decyzje będą podpięte argumentem nie „co dają”, a „czego nie zabierają”.

Lato nas w tym roku rozpieszcza. Gorące temperatury nakłaniają do tego, ażeby każdy upalny dzień spędzać nad wodą i wylegiwać się cały dzień. Dla ludzi młodych i pełnych wigoru takie upały nie stanowią praktycznie żadnego problemu, a nawet dają wiele możliwości np. do spędzenia aktywnie wolnego dnia. Jednakże jest i druga strona medalu, która nie jest już tak optymistyczna, jak poprzednia. Po pierwsze, starsi ludzie bardziej odczuwają skutki wysokich temperatur, niżeli młodzież. Często czas ich rekonwalescencji po operacji czy ciężkiej chorobie przedłuża się przez tak ekstremalne temperatury. Nawet w szpitalach trudno jest o choćby wiatraki, nie mówiąc już o klimatyzacji. Przyczyną tak wysokich temperatur jest oczywiście globalne ocieplenie. Jest ono faktem, a nie mitem, tak jak chcą je przedstawić niektóre media, czy też politycy. Z roku na rok podwyższająca się temperatura na globie wpływa na topnienie lodowców, a co za tym idzie, podnoszenia się poziomu wód. Także fauna i flora, występująca na naszej szerokości geograficznej, jest narażona na niesprzyjające skutki wysokich temperatur. Przeciwdziałanie się i zahamowanie globalnego ocieplenia będzie bardzo trudne. Dopóki nadal będziemy wspierać pozyskiwanie energii z wysokoemisyjnych źródeł i prowadzić politykę, której działania nie baczą na dobro Ziemi, dopóty z roku na rok upały będą coraz to trudniejsze do zniesienia i coraz bardziej niebezpieczne dla ludzkości. Najwyższa pora pomyśleć o następnych pokoleniach i o ich przyszłości, a nie myśleć tylko tzw. ego (ja).

reklama...

HURTOWNIA ELEKTRYCZNA HURT-DETAL



Pułtusk, Al. Kardynała Wyszyńskiego 24
tel. 512 765 621, 512 765 624
elmax.pultusk@wp.pl

OGŁOSZENIA DROBNE

AUTOMOTO

Sprzedam

SPRZEDAM TOYOTĘ YARIS Z 2002 R. PRZEBIEG 183 TYS.KM. SILNIK 1.0. SAMOCHÓD NABYTY W 2014 R. (2 WŁAŚCICIEL), W PEŁNI SPRAWNY. BADANIA TECHNICZNE, UBEZPIECZENIE. CENA 5800 ZŁ. ZAPRASZAM 662192108.

BUDOWLANE
USŁUGI

• Cyklinowanie, lakierowanie, układanie tel. 507 603 653

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

• Elektryk- złota rączka 515010373
• Usługi dekarские, podbitki, mycie malowanie elewacji. 511 385 640

USŁUGI

**ELEKTRYK
ZŁOTA
RĄCZKA
515010373**

PRACA

DAM PRACĘ

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

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

Hydraulik. Atrakcyjne wynagrodzenie. Tel. 664 473 560

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

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

**PILNIE POTRZEBNA
OPIEKUNKA DO
CHOREGO.
JABŁONNA.
TEL 601 803 903**

Kwalifikowany Prac. Ochrony z legitymacją osoby dopuszczonej do posiadania broni obiektyw. System 12 godz., stawki od 23,50-27,70zł brutto. Tel: 885 878 165

OGŁOSZENIA URZĘDU
PRACY W LEGIONOWIE

Telefon kontaktowy:
(22) 764 03 39

email: oferty@puplegionowo.pl

• Zakłady Usługowe "EZT" S.A., Nieporęt, Sprzątaczką biurową, 1 stanowisko dla osoby niepełnosprawnej. Wymagania: wykształcenie podstawowe. Obowiązki: utrzymanie czystości pomieszczeń socjalnych, biurowych i sanitarnych oraz ręcznego utrzymania czystości hali.

• Madej Wróbel Sp. z o.o., Legionowo, sprzedawca w branży mięsnej, 2 stanowiska. Wymagania: obsługa kasy fiskalnej, mile widziane wykształcenie zasadnicze zawodowe, roczny staż pracy, posiadanie orzeczenia lekarskiego dla celów sanitarno-epidemiologicznych lub chęć jego wyrobienia, mile widziane doświadczenie na podobnym stanowisku. Obowiązki: obsługa klienta w sklepie mięsnym, układanie towaru, przyjmowanie towaru, prace porządkowe.

• Monika Wasielewska, Legionowo, kasjer-sprzedawca, 2 stanowiska. Wymagania: wykształcenie zawodowe, komunikatywność, aktualne badania do celów sanitarno-epidemiologicznych, mile widziane doświadczenie. Obowiązki: obsługa kasy fiskalnej, obsługa stanowiska do opieki pieczywa oraz stanowiska przygotowania kawy i hot-dog, uzupełnianie towarów na półkach, przyjmowanie dostaw, utrzymanie stanowiska pracy w czystości.

• Hotel 500, Zegrze, kelner/ka, 3 stanowiska. Wymagania: mile widziane 3 miesiące doświadczenia na stanowisku. Obowiązki: obsługa gości w restauracji hotelowej.

• Centrum Szkolenia Łączności i Informatyki, Zegrze, samodzielny referent, 1 stanowisko. Wymagania: wykształcenie średnie ogólne, znajomość MS Office, wysoka kultura osobista, umiejętność swobodnego wypowiadania się, odpowiedzialność, systematyczność, kreatywność, czteroletnie doświadczenie w pracy na podobnym stanowisku. Obowiązki: przygotowanie i prowadzenie szkolenia z przedmiotów specjalistycznych z zakresu administrowania i eksploatacji systemów i usług wspierających proces dowodzenia, w przydzielonych grupach szkoleniowych; realizacja ustalonych zadań metodycznych a w szczególności prowadzenie zajęć według programów szkolenia; dbanie o stan, nowoczesność i przydatność bazy szkoleniowej oraz przedstawianie wniosków w tym zakresie. Kierownikowi Cyklu; przygotowanie i utrzymywanie sprawnego

funkcjonowania środowiska wirtualnego niezbędnego do prowadzenia działalności szkoleniowej Cyklu.

• „HELIOS” Jan Seroka w Spadku, Zegrze Południowe, recepcjonista hotelowy, 1 stanowisko. Wymagania: wykształcenie min. zasadnicze zawodowe, obsługa komputera i urządzeń biurowych, komunikatywna znajomość języka angielskiego, mile widziane doświadczenie na podobnym stanowisku. Obowiązki: przyjmowanie rezerwacji; zakwaterowywanie i wykwaterowywanie gości hotelowych; prowadzenie obsługi recepcji; udzielanie informacji gościom; sporządzanie raportów; rozliczanie finansowe pobytu gości hotelowych.

• „HELIOS” Jan Seroka w Spadku, Zegrze Południowe, kucharz, 2 stanowiska. Wymagania: wykształcenie min. zasadnicze zawodowe, doświadczenie na stanowisku, dobra organizacja pracy. Obowiązki: sporządzanie różnego rodzaju potraw, ciast, deserów z zastosowaniem narzędzi i urządzeń gastronomicznych; utrzymywanie na bieżąco czystości na stanowisku pracy i porządkowanie pomieszczeń produkcyjnych po zakończeniu pracy; wykańczanie, porcjowanie, dekorowanie i estetyczne wydawanie wyrobów kulinarnych.

• „HELIOS” Jan Seroka w Spadku, Zegrze Południowe, kierownik hotelu, 1 stanowisko. Wymagania: wykształcenie min. średnie ogólne, obsługa komputera i pakietu MS Office, samodzielność, komunikatywna znajomość języka angielskiego, min. 3 miesiące doświadczenia na podobnym stanowisku lub recepcji. Obowiązki: zarządzanie hotelem w zakresie: administracyjnym, technicznym i sprzedażowym; szkolenie pracowników; kierowanie zespołem pracowników. Optymalizacja kosztów; opracowywanie ofert dla klientów; dbanie o przestrzeganie zasad bezpieczeństwa; reprezentowanie hotelu na zewnątrz.

• Infrastruktura Bud-59 Sp. z o.o., woj. mazowieckie, brukarz, 5 stanowisk. Wymagania: prawo jazdy kat. B., punktualność, zręczność, sprawność fizyczna; doświadczenie przy pracach brukarskich z zastosowaniem maszyn spalinowych i elektronarzędzi. Obowiązki: firma zajmuje się budownictwem ogólnym, drogowym i zatrudni od zaraz brukarzy przy układaniu krawężników i kostki na podjazdach, przy montażach odwodnień, nawierzchni itp.

• Infrastruktura Bud-59 Sp. z o.o., woj. mazowieckie, kierownik robót, 1 stanowisko. Wymagania: przynajmniej pięcioletnie doświadczenie przy pracach drogowych, mile widziane uprawnienia. Obowiązki: firma zajmuje się budownictwem ogólnym, drogowym i zatrudni od zaraz doświadczonego kierownika robót drogowych. Do zakresu obowiązków należy nadzorowanie brygad (w tym podwykonawczych), pilnowanie terminowości oraz jakości na realizowanych budowach, rozliczanie materiałów na poszczególnych budowach, kontrola czasu pracy ludzi.

• „MT-GAZ” Henryka Tyska, Skrzyszew, sprzedawca w stacji paliw, 2 stanowiska. Wymagania: wykształcenie średnie ogólne, książeczka do celów sanitarno-epidemiologicznych, wysoka kultura osobista, efektywna sprzedaż, mile widziane prawo jazdy kat. B. Obowiązki: obsługa klienta zgodnie ze standardami firmy obsługa stanowiska kasowego oraz wystawianie

stosownych dokumentów obsługa małej gastronomii aktywna sprzedaż towarów handlowych oraz dbanie o ekspozycję na półkach wykonywanie ilościowej i jakościowej kontroli towarów przeznaczonych do sprzedaży w stacji paliw utrzymanie stałych procesów sprzedażowych i magazynowych prace porządkowe na terenie stacji paliw budowanie pozytywnego wizerunku i utrzymywanie stałych relacji z klientami i dostawcami.

• Poczta Polska S.A., Legionowo, listonosz rowerowy, 2 stanowiska. Wymagania: wykształcenie zasadnicze zawodowe, komunikatywność, samodzielność, odpowiedzialność, sumienność. Wymagane posiadanie własnego roweru. Znajomość języków obcych: dla cudzoziemców znajomość j. polskiego (B1) - w piśmie i w mowie. Obowiązki: przygotowanie korespondencji do doręczenia, doręczanie listów, paczek i przekazów pieniężnych, w tym sprzedaż produktów i usług, sporządzanie/prowadzenie dokumentacji w zakresie wykonywanych zadań z wykorzystaniem tabletu.

• Poczta Polska S.A., Legionowo, listonosz pieszy, 1 stanowisko. Wymagania: wykształcenie zasadnicze zawodowe, komunikatywność, samodzielność, odpowiedzialność, sumienność, obsługa tabletu. Gotowość do pracy w różnych warunkach atmosferycznych. Znajomość

języków obcych: dla cudzoziemców znajomość j. polskiego (B1)- w piśmie i w mowie. Obowiązki: przygotowanie korespondencji do doręczenia, doręczanie listów, paczek i przekazów pieniężnych, bezpośrednia obsługa klientów, w tym sprzedaż produktów i usług, sporządzanie/prowadzenie dokumentacji w zakresie wykonywanych zadań z wykorzystaniem tabletu.

• Krajowa Szkoła Skarbowości Filia Białobrzegi, specjalista ds. szkoleń, 1 stanowisko. Wymagania: wykształcenie min. średnie (preferowane wyższe); obsługa programów MS Office; umiejętności pracy w zespole i szybkiego działania; mile widziane doświadczenie na podobnym stanowisku; znajomość języka angielskiego na poziomie A2 (niższym średnio zaawansowanym) Obowiązki: obsługa szkoleń i przygotowywanie dokumentacji szkoleniowej; sporządzanie kosztorysów; analiza ankiet; współpraca z trenerami i uczestnikami szkoleń; organizacja szkoleń on-line: uruchomienie, obsługa platform oraz wsparcie techniczne; podstawowa wiedza i praktyczne umiejętności w pracach informatycznych.

• SZKOŁA PODSTAWOWA NR 3 IM. JANUSZA KUSOCIŃSKIEGO W LEGIONOWIE, woźna, 1 stanowisko. Wymagania: wykształcenie zawodowe. Obowiązki: utrzymanie czystości.

• EKO-PARKIET SPÓŁKA Z

OGRAŃCZONĄ ODPOWIEDZIALNOŚCIĄ, Legionowo, Pomocniczy robotnik budowlany, 1 stanowisko. Wymagania: wykształcenie zasadnicze zawodowe. W przypadku cudzoziemców -wymagana znajomość j. polskiego: w mowie: B1 - średnio zaawansowany, w piśmie: A1 – początkujący. Obowiązki: prace ogólnobudowlane.

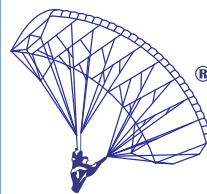
• Dowództwo Wojsk Obrony Terytorialnej, Zegrze, specjalista, 1 stanowisko. Wymagania: wykształcenie wyższe oraz trzy lata stażu pracy; wymagane doświadczenie na podobnym stanowisku. Obowiązki: organizowanie współpracy z instytucjami i organizacjami państwowymi i społecznymi działalności kulturalnej, historycznej, kultywującej tradycje Wojska Polskiego; udział w organizowaniu i prowadzeniu zajęć z przedmiotu Kształcenie Obywatelskie i innych przedsięwzięć mających na celu propagowanie tradycji orężnych Wojska Polskiego; współudział w tworzeniu Sali tradycji DWOT i pełnienie nieetatowej funkcji kustosa Sali Tradycji DWOT; współpraca z państwowymi i samorządowymi instytucjami kultury, organizacjami pozarządowymi i innymi partnerami społecznymi przy realizacji zadań w zakresie działalności kulturalnej.

• EKO-PARKIET SPÓŁKA Z OGRAŃCZONĄ ODPOWIEDZIALNOŚCIĄ, Legionowo, malarz, 1 stanowisko.

BUDOWA DOMÓW
USŁUGI BUDOWLANE

Piotr Mostowiec
tel: 698 873 597

www.budowa-domow.info



AIR - POL

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

www.air-pol.com.pl/praca

Poszukujemy kandydatów na stanowisko:

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

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

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

JAGUAR DO WYNAJĘCIA



tel. 665-805-600

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

Wymagania: wykształcenie zasadnicze zawodowe, umiejętność wykonywania robót malarsko-tapicerskich; mile widziana umiejętność obsługi agregatu malarskiego. Obowiązki: malowanie ścian, sufitów; nakładanie gładzi gipsowych; tynkowanie; dodatkowo - mile widziana umiejętność obsługi agregatu malarskiego.

● NOWEL Sp. Z o.o., Legionowo, specjalista ds. kontroli jakości, 1 stanowisko. Wymagania: niezbędne wykształcenie średnie kierunkowe i doświadczenie na podobnym stanowisku pracy (pożądane wykształcenie wyższe kierunkowe (najlepiej: technologia żywności, towaroznawstwo, ocena jakości)); znajomość MS EXCEL; samodzielność; zaangażowanie; skrupulatność; systematyczność; podstawowa znajomość problemów jakości i bezpieczeństwa żywności; gotowość do pracy w systemie 3-zmianowym. Obowiązki: pobór i kontrola próbek surowców i opakowań, podejmowanie decyzji odnośnie przyjęcia lub odrzucenia dostawy; kontrola wyrobów gotowych w toku produkcji oraz w trakcie okresu przechowywania; wykonywanie kontroli wynikających z obowiązujących dokumentów systemu zarządzania jakością; zwalnianie wyrobów gotowych do obrotu; podejmowanie decyzji odnośnie zatrzymania produktu niespełniającego wymagań; pobór i archiwizacja próbek referencyjnych surowców i wyrobów gotowych; dopuszczenie linii do produkcji po czyszczeniu; weryfikacja skuteczności czyszczenia linii produkcyjnych przy pomocy szybkich testów; bieżące przekazywanie informacji zwrotnej o stwierdzonych niezgodnościach i odchyleniach jakościowych do Działu Produkcji; prowadzenie dokumentacji i sporządzanie raportów.

● INKO CONSULTING Sp. Z o.o., Jabłonna, sekretarka (obsługa biura), 1 stanowisko. Wymagania: konieczne wykształcenie średnie (pożądane wykształcenie wyższe). Obowiązki: przyjmowanie korespondencji; prowadzenie rejestrów korespondencji; nadawanie nr korespondencji wychodzącej i rozsyłanie; obsługa urządzeń biurowych; odbieranie telefonów; obsługa poczty e-mail; archiwizowanie dokumentów; pisanie raportów do inwestora; obsługa pakietu Office; współpraca z personelem przy organizacji spotkań itp.; redagowanie protokołów z narad.

● "DINO POLSKA" SPÓŁKA AKCYJNA, Olszewska Nowa, Kasjer-Sprzedawca, 1 stanowisko. Wymagania: wykształcenie podstawowe. Obowiązki: obsługa kasy fiskalnej; obsługa działu mięsnego; dbanie o porządek na Sali sprzedaży oraz o ekspozycję towarów. *Wymagane orzeczenie o niepełnosprawności

● Szkoła Podstawowa z Oddziałami Integracyjnymi nr 342, Warszawa (Tarchomin), starszy woźny, 1 stanowisko. Wymagania:

wykształcenie podstawowe; umiejętność skrupulatnego sprzątania; praca zespołowa; mile widziane doświadczenie zawodowe na podobnym stanowisku. Obowiązki: wykonywanie różnorodnych czynności wynikających z obsługi szkoły, w tym procesu dydaktycznego, sprzątanie bieżące; sprzątanie po zakończeniu zajęć szkolnych w danym dniu sprzątanie generalne.

● Szkoła Podstawowa z Oddziałami Integracyjnymi nr 342, Warszawa (Tarchomin), specjalista, 1 stanowisko. Wymagania: wykształcenie podstawowe; umiejętność skrupulatnego sprzątania; praca zespołowa; mile widziane doświadczenie zawodowe na podobnym stanowisku. Obowiązki: wykonywanie różnorodnych czynności wynikających z obsługi szkoły, w tym procesu

dydaktycznego, sprzątanie bieżące; sprzątanie po zakończeniu zajęć szkolnych w danym dniu sprzątanie generalne.

● NOWEL Sp. Z o.o., Legionowo, Przedstawiciel Handlowy, 1 stanowisko. Wymagania: wykształcenie wyższe; dobra znajomość pakietu MS Office; prawo jazdy kat. B; znajomość języka angielskiego min. B2; umiejętności analityczne; zaangażowanie; odpowiedzialność; samodzielność w realizacji powierzonych zadań; gotowość do podejmowania wyjazdów służbowych (w tym również zagranicznych). *Wymagane doświadczenie na stanowisku samodzielnego przedstawiciela handlowego. Obowiązki: nawiązywanie i utrzymywanie długotrwałych relacji biznesowych z Klientem; zapewnianie wysokich standardów obsługi klientów; poszukiwanie i proponowanie

nowych rozwiązań sprzedażowych; stały monitoring rynku branży piekarniczej; przygotowywanie analiz i raportów na wniosek przełożonego.

● Centrum Szkolenia Łączności i Informatyki, Zegrze, lektor języka obcego (język angielski), 3 stanowiska. Wymagania: wykształcenie wyższe (filologia angielska); praktyczna znajomość pakietu MS Office; wysoka kultura osobista; umiejętność swobodnego wypowiadania się; odpowiedzialność; systematyczność; kreatywność. Obowiązki: prowadzenie zajęć dydaktycznych z języka angielskiego dla żołnierzy Wojska Polskiego na poziomie A1 - B2, w systemie stacjonarnym i zdalnym (z miejsca pracy); egzaminowanie z języka angielskiego żołnierzy Wojska Polskiego na poziomach A1 - B2; opracowywanie materiałów szkoleniowych i egzaminacyjnych; dbanie o rozwój i wizerunek lektoratu języków obcych; wykonywanie innych zadań zleconych przez Kierownika Lektoratu Języków Obcych.

NIERUCHOMOŚCI

SPRZEDAM

Sprzedam działkę budowlaną w Moszynie. W sąsiedztwie domy mieszkalne. Działka oddalona 4 km od centrum Pultuska. Działka w kształcie trójkąta o powierzchni 2134 m². prąd. Dojazd ul. Białowiejską. Kontakt: 503163819, autozam1@wp.pl

● Sprzedam działki rolno budowlane w Pultusku z warunkami zabudowy. Do działki 1,55 ha jest dojazd od ul. Nasielskiej. Na działce można wydzielić 11 działek po 10 arów. 142404_4.023.105/2. Brak mediów. Do działki 142404_4.023.8/2 pow. 0.75 dojazd od ul. Brzozkwińskiej, dział. 142404_4.0017.25/2 o pow.0.52 ha dojazd od ul. Słonecznej tel kont 603938651

WYNAJMĘ

● Mieszkanie w pełni wyposażone w centrum Legionowa - 2450 zł. W bardzo dobrym stanie, składa się z: salonu z kuchnią, toaletą + łazienką, sypialnią, małym pokój. Parking w garażu podziemnym. Tel. 600-248-975

KUPIĘ

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

DODAJ OGŁOSZENIE DROBNE
REDAKCJA@GAZETAPOWIATOWA.PL
WYŚLIJ TREŚĆ WYCENIMY I OPUBLIKUJEMY

GRAB BUD USŁUGI REMONTOWE

tel: 693 564 617

- MONTAŻ OGRODZEŃ
- UKŁADANIE KOSTKI
- GLAZURA, TERAKOTA
- SUFITY PODWIESZANE
- GIPSOWANIE, MALOWANIE
- KONSTRUKCJE ŻELBETOWE
- DORADZTWO

USŁUGI
REMONTOWO
BUDOWLANE

BUDOWA DOMÓW z wykończeniem pod klucz

KOPARKO - ŁADOWARKA
(niwelacja terenów, rozbiórka obiektów budowlanych, wyburzenia, wykopy ziemne)

Usługi transportowe z HDS
tel: 733 321 893

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

PULTUSK - GRABÓWIEC 92G

WYKOPY, NIWELACJE TERENU ROZBIÓRKI, WYBURZENIA



koparko-ładowarka, wywrot + HDS

Pułtusk, tel. 693 564 617



Firma Drogi i Mosty zatrudni osobę na stanowisko:

MAJSTER ROBÓT DROGOWYCH

Do obowiązków należeć będzie m.in.

- organizacja pracy i nadzór nad pracownikami
- nadzór nad realizacją robót w oparciu o dokumentację projektową
- kontrola jakości wykonywanych robót

Wymagania:

- doświadczenie na podobnym stanowisku w branży drogowej
- umiejętność pracy z ludźmi
- zaangażowanie, odpowiedzialność, samodzielność
- prawo jazdy kat. B
- obsługa narzędzi niezbędnych do prowadzenia robót
- znajomość technologii i procesu budowy dróg

Oferujemy:

- umowę o pracę narzędzia niezbędne do wykonywania pracy
- wynagrodzenie adekwatne do wykonywanych zadań, umiejętności i zaangażowania

Inne oferowane stanowiska pracy:

Operator równiarki, mechanik, pracownicy fizyczni.

Więcej szczegółów pod numerem **502 146 899**
skopec@drogiimosty.com.pl

DODAJ OGŁOSZENIE DROBNE

REDAKCJA@GAZETAPOWIATOWA.PL
WYŚLIJ TREŚĆ:
WYCENIMY I OPUBLIKUJEMY

Rubryka **Dietetyka**

Cztery unikalne składniki odżywcze spowalniające starzenie się skóry

Starzenie się skóry nadal króluje jako jeden z najbardziej rozpowszechnionych problemów dermatologicznych i kosmetycznych na całym świecie. Dojrzewanie skóry to złożony proces, który zachodzi zarówno pod wpływem czynników zewnętrznych, takich jak promieniowanie UV i zanieczyszczenie środowiska, jak i czynników wewnętrznych, takich jak starzenie się chronologiczne i predyspozycje genetyczne.

Jest bardzo prawdopodobne, że wraz z wiekiem pojawiają się oznaki starzenia się skóry, w tym zmarszczki, suchość, przebarwienia, utrata pigmentu i podatność na podrażnienia. To z kolei prowokuje wiele osób do przeznaczania znacznej sumy pieniędzy na kosmetyki i plany zabiegów, które mają na celu walkę z frustrującymi oznakami i objawami starzenia się skóry.

Co, jeśli sekrety przeciwstarzeniowe, których szukasz, można znaleźć w alejkach lokalnego sklepu spożywczego? Niedawna rewolucja naukowa w dziedzinie zdrowia skóry podkreśliła znaczenie naszych nawyków żywieniowych, składników diety i poziomów składników odżywczych dla naszego biologicznego „zegara skórno-go”. Chociaż istnieją szerzej omawiane mikroskładniki odżywcze związane z młodością skóry, takie jak witamina C, D i E, w tym artykule chcę zagłębić się w konkretne związki bioaktywne, znajdujące się w niektórych produktach spożywczych, które wykazują potencjał do odwracania oznak starzenia się skóry.

Likopen

Likopen jest naturalnie występującym związkiem bioaktywnym z rodziny karotenoidów i jest odpowiedzialny za czerwony pigment w niektórych roślinach. Karotenoidy mają kluczowe znaczenie dla dojrzewania skóry, ponieważ znajdują się w warstwach naszego naskórka (zewnętrznej warstwy skóry). Wykazano, że podwyższony poziom zawartości karotenoidów w tych warstwach zapobiega starzeniu się, poprawia integralność i nawilżenie skóry, redukuje zmarszczki, a nawet zwiększa produkcję kolagenu. Spożywanie karotenoidów w diecie, takich jak likopen może powodować zwiększenie ochrony przed uszkodzeniami słonecznymi, zmniejszenie liczby komórek oparzeń słonecznych i zwiększenie pigmentu skóry, co

mają trwały wpływ na proces starzenia się skóry. Sam likopen skutecznie zmniejsza stan zapalny poprzez stymulowanie uwalniania cytokin przeciwzapalnych w ludzkiej krwi, a ponieważ stan zapalny jest jedną z głównych przyczyn starzenia się skóry, wyniki te są obiecujące pod względem na przeciwstarzeniowe działanie likopenu. Dzienną dawkę likopenu można uzyskać, dodając do diety produkty z pomidorów, zwłaszcza suszone pomidory i przecier pomidorowy, a także pomidory świeże i konserwowe. Jeśli pomidory nie są twoim ulubionym warzywem, likopen można również znaleźć w innych czerwonych owocach, takich jak arbuz, guawa i grejpfrut.

Resweratrol

Resweratrol to polifenolowy przeciwutleniacz, który pojawia się w wielu różnych owocach i jest dobrze postrzegany w środowisku naukowym jako potencjalnie silny związek „przeciwstarzeniowy”. Kiedy cofniemy się o krok i przyjrzymy się ogólnie polifenolom roślinnym i ich wpływowi na funkcję skóry, badania pokazują, że mają one korzystny wpływ na nawilżenie, zaczerwienienie, elastyczność skóry, a nawet mogą przyspieszyć naturalną regenerację naszej zewnętrznej warstwy skóry (naskórek). Ponadto polifenole, w tym resweratrol, mają działanie przeciwutleniające i przeciwzapalne, które zapobiegają degradacji kolagenu i uszkodzeniom oksydacyjnym skóry, które są bezpośrednimi przyczynami przedwczesnego i/lub poważniejszego starzenia się skóry. Ostatnie odkrycia wykazały pozytywny wpływ resweratrolu z winogron na działanie przeciwstarzeniowe, dzięki działaniu jako wymiatacz wolnych rodników i środek chelatujący (związek, który wiąże i usuwa jony metali ciężkich).

Jak więc dodać ten „niezwykły” związek przeciwsta-

rzeniowy do swojej diety? Najczęstszym i przebadanym źródłem resweratrolu są winogrona, ale można go również znaleźć w żurawinie, jagodach i owocach śliwek.

Kurkumina

Kurkumina to bioaktywny związek wyizolowany z korzenia kurkumy, który przyciągnął wiele uwagi w świecie badań dotyczących zarówno przeciwdziałania starzeniu się, jak i chorób skóry i jest jednym z najlepiej sprzedających się suplementów. Jest najbardziej znany ze swoich silnych właściwości przeciwzapalnych, co jest jednym z głównych powodów, dla których uważa się, że jest korzystny dla zdrowia skóry. Oprócz tego potencjału przeciwzapalnego kurkumina ma również silne właściwości przeciwutleniające i przeciwbakteryjne, co sprawiło, że jest uważana za zastrzeżony składnik odżywczy programu przeciwstarzeniowego. Ponieważ kurkumina znajduje się w korzeniu kurkumy, najczęstszymi sposobami jej spożywania są formy proszku oraz kapsułki, można też używać przyprawy – jednak biodostępność będzie dość niska.

Polifenole z zielonej herbaty

Kontynuując szlak polifenoli, kolejną klasą polifenoli, które mogą wpływać na starzenie się skóry, są związki znajdujące się w zielonej herbacie. Polifenole znajdują się w liściach zielonej herbaty i zawierają cztery główne składowe: epikatechinę (EC), galusan epikatechiny (ECG), epigallokatechina (EGC) i galusan epigallokatechiny (EGCG). Polifenole z zielonej herbaty mają zdolność łagodzenia objawów starzenia się skóry wywołanych promieniowaniem UVB. Stwierdzono znaczny wzrost elastyczności skóry u osób spożywających zieloną herbatę. Chociaż potrzebne są badania na ludziach, aby naprawę zidentyfikować

wpływ polifenoli z zielonej herbaty na starzenie się skóry, obecne badania dają mi nadzieję, że włączenie zielonej herbaty do diety będzie miało korzystny wpływ na przeciwdziałanie starzeniu się i zdrowie skóry.

Oczywiste jest, że można spożywać polifenole z zielonej herbaty poprzez picie zielonej herbaty, ale warto również zauważyć, że proszek matcha, choć mniej zbadany, ma jeszcze wyższą zawartość polifenoli niż konwencjonalna zielona herbata.

Końcowe przemyślenia

Składniki diety omówione w

HOLISTIC BODY

Marcin Michalski

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



dzisiejszym artykule wydają się mieć prawdziwy potencjał opóźniania starzenia się skóry, poprzez łagodzenie stresu oksydacyjnego i zmniejszanie stanu zapalnego, a przez to utrzymanie struktury i integralności skóry. Jeśli chcesz wykorzystać odżywianie jako część swojej rutynowej pielęgnacji skóry, myślę, że masz

teraz odpowiednie narzędzia. Mimo to nadal ważne jest dla mnie wyjaśnienie, że starzenie się skóry jest procesem długotrwałym, który zachodzi przez wiele lat i chociaż badania, którym się dzisiaj przyjrzelismy, są uspokajające, wciąż jest wiele do zrobienia, aby określić związek między żywnością i dojrzewania skóry.

PRUSINOWICE - PROMOTORZY HISTORII I SPORTU W GMINIE ŚWIERCZE
POD PATRONATEM STAROSTY PULTUSKIEGO ORAZ WÓJTY GMINY ŚWIERCZE
ZAPRASZAJĄ NA:

POWIATOWY FESTIWAL SPORTOWY

GOŚĆ SPECJALNY MARIUSZ TOMCZUK „TURBOKOKS”

13.08.2022
 -12:00 Powitanie gości
 -13:00 Rozpoczęcie zawodów

13-14.08.2022
14.08.2022
 -11:00 Rozpoczęcie pokazów
 -Akrobatyka artystyczna
 -Akrobatyka powietrzna szarfy
 -Pokaz breakdance Tomasz Świdorski
 -Seksja sportowa boks
 -Na zakończenie GRILL i wspólna zabawa

3 KATEGORIE
 Wyciskanie sztangi leżąc
 Amatorskie zawody w kulturystyce męskiej
 Amatorskie zawody Bikini fitness

SPONSORZY

ORGANIZATOR
 Bożena Mroczkowska
 Dariusz Ogniewski
 Kamil Siemkowski
 Paweł Mroczkowski

PATRONAT MEDIALNY

ZAPISY NA ZAWODY zapisy trwają do 15 lipca
DAREK: 697-666-200 KAMIL: 519-871-949



Wiadomości

z Urzędu Miejskiego w Pułtusk

Urząd Miejski w Pułtusk, ul. Rynek 41, 06-100 Pułtusk
tel.: 23 692 03 91, 23 692 82 41, 23 692 00 01; fax.: 23 692 42 96

1 sierpnia br. zawyją syreny 1 серпня будуть включені сирени тривоги

Urząd Miejski w Pułtusk informuje, że zgodnie z otrzymaną informacją od Powiatowego Centrum Zarządzania Kryzysowego w Pułtusk dnia 1 sierpnia 2022 r. (poniedziałek) o godzinie 17:00 na terenie powiatu pułtuskiego zostaną uruchomione syreny alarmowe emitujące akustyczny sygnał alarmowy, trwający 1 minutę. W ten sposób w 78. rocznicę wybuchu Powstania Warszawskiego, symbolicznie zostanie uczczona pamięć Powstańców Warszawskich.

Wydział Zarządzania Kryzysowego, Spraw Wojskowych i Straży Miejskiej

Мерія міста Пултуська інформує, що згідно з інформацією, отриманою від Пов'язового Центру управління кризовими ситуаціями в Пултуську, 1 серпня 2022 року (понеділок) о годині 17:00 в Пов'язі Пултуським будуть активовані сирени тривоги, які випромінюють звуковий сигнал тривоги тривалістю 1 хвилину.

У такий спосіб, у 78-му річницю вибуху Варшавського повстання, символічно вшанують пам'ять варшавських повстанців.

Департамент антикризового управління,
військових справ та муніципальної поліції

Burmistrz Miasta Pułtusk

informuje, że został wywieszony na tablicy ogłoszeń w siedzibie Urzędu Miejskiego w Pułtusk (ul. Rynek 41) oraz zamieszczony na stronie Biuletynu Informacji Publicznej tutaj. Urzędu, jak również na stronie Urzędu Miejskiego w Pułtusk na okres 3 tygodni (licząc od dnia ukazania się niniejszego ogłoszenia w prasie) wykaz o przeznaczeniu do wydzierżawienia części działki o nr ewid. 26/21 położonej w obrębie 9 miasta Pułtusk.

Od 1 września br. zostanie wprowadzony jednokierunkowy ruch kołowy na części ulicy Rafała Krajewskiego



Informujemy, że od 1 września br. ruch kołowy na części ulicy Rafała Krajewskiego – na odcinku od skrzyżowania z ulicą Łączną w kierunku do skrzyżowania z ulicą Komisji Edukacji Narodowej – będzie się odbywał jednokierunkowo. Na odcinkach od skrzyżowania z ulicą Komisji Edukacji Narodowej w stronę alei Wojska Polskiego i od skrzyżowania z ulicą Łączną do skrzyżowania z ulicą Generała Kazimierza Sosnkowskiego ruch kołowy będzie się odbywał jak dotychczas – dwukierunkowo.

Wydział Inwestycji i Pozyskiwania Środków Pozabudżetowych,
Wydział Promocji, Kultury i Sportu Urzędu Miejskiego w Pułtusk.



Szanowni Państwo
Przedsiębiorcy, Dyrektorzy instytucji,
Prezesi stowarzyszeń i organizacji
z terenu gminy Pułtusk

Jak co roku, niezmiennie już od dwudziestu pięciu lat, we wrześniu przeżywać będziemy święto naszego miasta i jego mieszkańców – jubileuszowe XXV Dni Patrona Pułtuska św. Mateusza – wydarzenie szczególne w życiu naszej społeczności. Organizatorzy dbają, aby te dni były nie tylko czasem wypoczynku i zabawy, ale również promocji miasta i tego „co pułtuskie”. Warto podkreślać jest również to, iż nasze świętowanie jest doskonałą okazją do budowania wspólnotowych więzi, jako że w organizację święta włącza się zawsze bardzo duża grupa pułtuszczyków, instytucji, przedsiębiorstw oraz lokalnych wytwórców i producentów. Dzięki temu od lat są to dni wypełnione licznymi wydarzeniami, będące doskonałą okazją do zaprezentowania swojej działalności czy produktów zarówno wśród mieszkańców Gminy Pułtusk, jak również gości i turystów.

Organizatorzy tegorocznych Mateuszowych obchodów serdecznie zapraszają wszystkie pułtuskie firmy, instytucje, przedsiębiorstwa oraz lokalnych wytwórców do zaprezentowania się na najdłuższym rynku w Europie i współtworzenia naszego wspólnego święta. Prezentacja Pułtuskich Zakładów Pracy, Miast Partnerskich oraz Kiermasz Producentów Regionalnych zostały przewidziane na sobotę 17 września 2022 r. w godz. 10.00 – 15.00.

W sprawie rezerwacji miejsca na stoisko promocyjno-informacyjne proszę o kontakt telefoniczny z Wydziałem Promocji, Kultury i Sportu (23 306 72 61).

Burmistrz Miasta Pułtusk
Wojciech Gregorczyk
Wojciech Gregorczyk

OBWIESZCZENIE

Zgodnie z art. 49 ustawy z dnia 14 czerwca 1960 r. - Kodeks postępowania administracyjnego (Dz. U. z 2021 r. poz. 735 z późn. zm.), w związku z art. 53 ust. 1 ustawy z dnia 27 marca 2003 r. o planowaniu i zagospodarowaniu przestrzennym (Dz. U. z 2022 r., poz. 503), zawiadamiam, że na wniosek Gminy Pułtusk, w imieniu której działa pełnomocnik Pan Jarosław Klejment, w dniu 20.07.2022r. została wydana decyzja Nr 17/2022 o ustaleniu lokalizacji inwestycji celu publicznego polegającej na budowie linii napowietrznej oświetlenia ulicznego, na terenie działki:

- nr ewid. 79/2 w obrębie 19 miasta Pułtusk,
- nr ewid. 53/8 w obrębie 24 miasta Pułtusk.

W/w decyzja dostępna jest do wglądu w Urzędzie Miejskim w Pułtusk, ul. Rynek 41.

Od w/w decyzji służy stronom prawo wniesienia odwołania do Samorządowego Kolegium Odwoławczego w Ciechanowie za pośrednictwem Burmistrza Miasta Pułtusk w terminie 14 dni od daty ukazania się niniejszego obwieszczenia w prasie lokalnej. Zgodnie z art. 53 ust. 6 ustawy z dnia 27 marca 2003 r. o planowaniu i zagospodarowaniu przestrzennym odwołanie od decyzji o ustaleniu lokalizacji inwestycji celu publicznego powinno zawierać zarzuty odnoszące się do decyzji, określać istotę i zakres żądania będącego przedmiotem odwołania oraz wskazywać dowody uzasadniające to żądanie.

Sprawę prowadzi: Justyna Borowska (tel. 23 306 72 37), e-mail: justyna.borowska@pultusk.pl

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



Księdzu Kanonikowi
dr. Januszowi Kochańskiemu
Proboszczowi Parafii pw. św. Józefa w Pułtusk

wyrazy głębokiego współczucia
z powodu śmierci

OJCA

składają

Burmistrz Miasta Pułtusk
oraz Przewodniczący i Radni Rady Miejskiej w Pułtusk



Pułtusk
nowoczesnym miastem z tradycjami

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

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

PRZYJĘCIA INTERESANTÓW:

Burmistrz Miasta Pułtusk Wojciech Gregorczyk

przyjmuje interesantów:

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

Zastępca Burmistrza Miasta Pułtusk

przyjmuje interesantów, przedsiębiorców

oraz osoby zainteresowane prowadzeniem działalności gospodarczej

- piątki w godzinach pracy Urzędu

Sekretarz Miasta Pułtusk

przyjmuje interesantów

- poniedziałki w godzinach 9:00-15:00



Burmistrz Miasta Pułtusk
Wojciech Gregorczyk

BETON TOWAROWY

SPRZEDAŻ**601 779 779**beton towarowy
wszystkich klas

beton mrozoodporny

beton wodoszczelny

Wytwórnia betonu
i asfaltobetonu

Kacice 76, 06-100 Pułtusk

drogiimosty@drogiimosty.com.pl

drogiimosty.com.pl

PREFABRYKATY BETONOWE

BUDOWNICTWO PREFABRYKOWANE

elementy ścienne i stropowe,
budownictwo jednorodzinne, wielorodzinne,
obiekty użyteczności publicznej i biurowe,
szybki czas realizacji inwestycji,
wysoka jakość i trwałość elementów*Szeroki wybór prefabrykatów betonowych w tym:*błoczeki betonowe
elementy ogrodzeniowe
kostka brukowa**BRIX**Producent prefabrykatów betonowych
Kosewo 134, 05-190 Nasielsk
tel. 22 333 50 10brix.net.pl

Luks „19” Winnica

sekcja piłki ręcznej



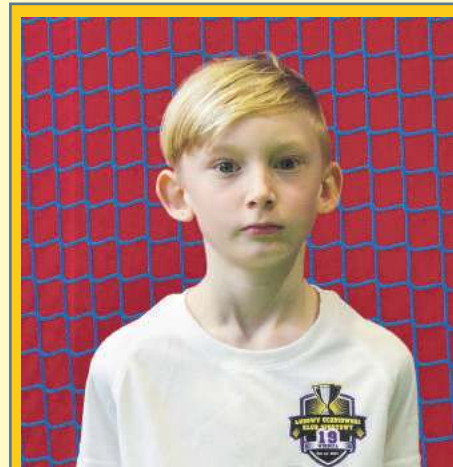
Orest Ciudakiwski



Oskar Gouda



Gracjan Jasiński



Grzegorz Laskowski

Kadeci trenują na zgrupowaniu pod okiem pułtuszczanina

Trwa zgrupowanie Kadry Narodowej Kadetów COS OPO w Wąlczu. Zawodnicy pod czujnym okiem

trenerów – Dariusza Kochanowskiego i pułtuszczanina Cezarego Rzepnickiego – przygotowują się do

drugiej połowy bokserckiego sezonu.

inf. Polski Związek Bokserski



PULTUSKA
gazeta powiatowa

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

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

tygodnik społeczno - kulturalny mieszkańców Pułtuska i powiatu pułtuskiego

WYDAWCA:

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

Redaguje zespół:

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

Dziennikarze:

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

KONTAKT

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

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

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

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



#dziecizbramy



Inicjatywa społeczna



fb/13-pulk-piechoty-Pultusk

Dzieci z BRAMY
Kościuszki 39

oraz

13 Pułk Piechoty
sekcja Pułtusk**ZAPRASZAJĄ**

na obchody

78.rocznicy**POWSTANIA WARSZAWSKIEGO**

1 sierpnia 2022 r.

Brama „Dzieci z BRAMY Kościuszki 39”

przy ul. Kościuszki 39, 06-100 Pułtusk

Godzina „W” – Zatrzymaj się i oddaj cześć POWSTAŃCOM WARSZAWY.

W programie

Godz. 10:00 – 13:00

- Prezentacja pamiątek z okresu Powstania Warszawskiego
- Pokaz sprzętu militarnego w wykonaniu Grupy Rekonstrukcyjnej 13 Pułku Piechoty w Pułtusku
- Prezentacja Wozu Bojowego OSP w Trzcińcu
- Prezentacja sprzętu Ratowniczego Pułtuskiego Wodnego Pogotowia Ratunkowego w Pułtusku
- zabawy plastyczne dla dzieci

Godz. 17:00

- Uczczenie godziny rozpoczęcia Powstania Warszawskiego zorganizowane i przeprowadzone przez Pułtuską Grupę Rekonstrukcji Historycznej 13 Pułku Piechoty w Pułtusku.

PARTNERZY**WRÓBELKI ĆWIERKAJĄ**

czyli informacje nie potwierdzone (choć zapewne pewne)

**Kogo słuchać?**

Są sprawy ważne i ważniejsze, a lokalna prasa jest od tego, żeby zajmować się wszystkimi. Tak też poczyniliśmy, organizując krótką weekendową sondę w sprawie zwiększenia miejsc na wieszanie kłódek na pułtuskim „Mostku zakochanych”, gdyż, jak zauważyła Czytelniczka, miejsc już nie jest ci u nas dostatek. W tej niezwykle ważnej sprawie dla zakochanych, pragnących w taki sposób zapewnić się nawzajem i resztę świata o swej miłości zadaliśmy pytanie, czy na moście powinny pojawić się nowe mocowania do kłódek. I co się okazało? Że prawie tyle samo internautów jest za, co przeciw – różnica wyniosła zaledwie dwa głosy na korzyść przeciwników. I kogo tu teraz słuchać?

Czy gmina powinna być w granicach NPK?

Być może kolejna sonda powinna dotyczyć obecności gminy Pułtusk w granicach Nadbużańskiego Parku Krajobrazowego – instytucji mającej za zadanie, poprzez różne zakazy działalności przeciwko naturze, chronienie dobra jakim jest rzeka i wszystkie, co wokół niej się dzieje. Czy zakazy się sprawdzają? Wystarczy jeden rzut oka na Narew, żeby wiedzieć, że tak. Czy jest to dobre dla człowieka? Na pewno tak, biorąc pod uwagę nieograniczony dostęp do natury na wyciągnięcie ręki, na co dzień. Radni mają jednak wątpliwości, czy jest to dobre dla rozwoju gminy i dlatego od przeszło roku blokują uchwałę uaktualniającą przepisy NPK. Faktem jest natomiast, że przynależność do parku mającego w nazwie inną rzekę, niż przepływającą przez gminę, nie jest zbyt szczęśliwą okolicznością i osobnym zagadnieniem.

IMIENINY OBCHODZĄ

26 lipca – Anny, Mirosława, Joachim
27 lipca – Julia, Natalia, Celestyn
28 lipca – Aida, Marcela, Wiktor
29 lipca – Maria, Marta, Olaf
30 lipca – Aldona, Ludmiła, Piotr
31 lipca – Helena, Ignacy, Lubomir
1 sierpnia – Julian, Justyna, Piotr

MOTTO TYGODNIA

„Zawsze wydaje się, że coś jest niemożliwe, dopóki nie zostanie to zrobione.”

Nelson Mandela

COŚ ŚMIESZNEGO

- Chyba zatrudniłam niewłaściwą ekipę do wykończenia mieszkania.
- Dlaczego tak sądzisz?
- Wykończyli mi wszystkie alkohole i całe żarcie z lodówki.

- Mamo, mamo, dzieci w szkole mówią, że pochodzę z mafijnej rodziny!
- Nie przejmuj się, jutro pojedziemy do twojej szkoły i załatwimy wszystko tak żeby wyglądało na wypadek!

Mąż przed pójściem spać mówi żonie:

- Dobranoc, kochanie.
- Na to żona odzywa się z wielkim oburzeniem:
- Nie będziesz mi mówił co jest dobre a co nie!!

- Czy to telefon zaufania dla kobiet?
- Tak?
- Hamulec to który pedal?

Idzie facet przez miasto, a za nim idzie pingwin.

Spotykają znajomego policjanta, który pyta:

- Co to za pingwin?
- Nie wiem, chodzi za mną i nie wiem co z nim zrobić.
- Jak to co? Idź z nim do ZOO.
- Po 3 godzinach policjant znów spotyka faceta i pingwina. Policjant:
- I co byłeś z nim w ZOO?
- Byłem, teraz idziemy na lody.

reklama...

SKLEP ODZIEŻOWY MANEKINOdzież damska, męska, młodzieżowa
Polski producentKolekcja outletowa – najlepsze marki:
Lipsy, Tommy Hilfiger, Adidas, Nike
i wiele innych**ATRAKCYJNE CENY****ZAPRASZAMY: PUŁTUSK, UL. TRAUGUTTA 24**

Pon. - Pt. : 10.00 - 17.00

Sobota: 09.00 - 14.00

