

reklama...

NOWE MIESZKANIA W PUŁTUSKU



www.isbud.pl

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

tygodnik społeczno - kulturalny. ukazuje się od 1999 roku



PUŁTUSKA

gazeta powiatowa

12 kwietnia 2022 Nr 15 (1181)

cena 2,40 zł (w tym 5% VAT)

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

Wydanie Świąteczne

Tu nie można spocząć na laurach

- wywiad z drużyną walczącą o Stasia

Malutki Staś, chory na SMA typu 1 – najgorszą postać rdzeniowego zaniku mięśni – nie zdaje sobie sprawy, że o jego zdrowie walczy całe miasto. Kiedy będzie już dużym Stasiem, opowiedzą mu o tym jego najbliżsi, wśród których jest jego babcia, Agata Zalewska, czy Ewa Bochenek – całym sercem zaangażowana w organizację wszystkich akcji na rzecz chłopca. Determinacja, żeby zebrać ponad 9 milionów jest tak ogromna, że listy o pomoc wysłane zostały nawet do dubajskich szejków!



→str. 8

Ks. Janusz Kochański
o Wielkanocy →str. 3

Ukraińska Wielkanoc
– czym się różni od polskiej?
opowiada Siostra Ludmiła

→str. 7

„Dobro wraca”
- koncert charytatywny
dla Stasia



→str. 9

Zaczęło się od Wawelu
– Zdzisław Pieńkos
i jego niezwykła pasja



→str. 16-17

Prof. dr hab.
n. med. Robert Gajda
cytowany przez
najbardziej
prestiżowe
czasopisma
kardiologiczne
w świecie.

→str. 18



- #Kurpiowska
Wielkanoc z KGW
„Nad Stawem”

→str. 14-15

reklama...

PHU
BUDOMUR
www.budomur.pl

MIESZKANIA I DOMY

Apartamenty Mickiewicza w Pułtusk etap III - inwestycja w sprzedaży



Biuro sprzedaży: Pułtusk, ul. Ogrodowa 5 - tel. 692 708 553

„Wspólnota Polska” pozbawiona przez Kreml prawa do działalności w Rosji

Stowarzyszenie „Wspólnota Polska”, jako jedyna organizacja z Polski, zostało pozbawione zostało przez Kreml prawa do działalności w Rosji. Pułtuski Dom Polonii jest ważnym ośrodkiem działalności Wspólnoty, a w jej władzach – jako Wiceprezes Zarządu Krajowego – zasiada Krzysztof Łachmański.

– Zostaliśmy ukarani za wspieranie Polaków w Rosji, dbanie o rozwój kultury i języka polskiego, pamięci narodowej, promocji wartości bliskich każdemu Polakowi – tak skomentował decyzję Ministerstwa Spraw Zagranicznych Rosji Prezes Stowarzyszenia „Wspólnota Polska” Dariusz Piotr Bonisławski w komunikacie Wspólnoty. Oprócz Stowarzyszenia zakaz aktywności na terenie Rosji otrzymało 15 organizacji broniących praw człowieka i promujących wartości demokratyczne ze Stanów Zjednoczonych i Unii Europejskiej, w tym Amnesty Internatio-

nal, Human Rights Watch, międzynarodowy Institute of International Education. Jak podało rosyjskie MSZ, organizacje te zostały wykluczone „z uwagi na odkrycie naruszeń obecnych przepisów Federacji Rosyjskiej” (cokolwiek to znaczy).

W Rosji zamieszkuje ponad 73 tys. Polaków posiadających polskie korzenie. Część z nich to potomkowie tragicznych wywozek carskich z XIX wieku i sowieckich zesłańców na Sybir z pierwszej połowy XX wieku. Od 2016 roku, w ramach repatriacji, Stowarzy-

szenie umożliwiało powrót potomków rdzennych Polaków zamieszkałych w Rosji w wyniku tych represji. Wielu z nich przebywało w Ośrodku Adaptacyjnym utworzonym w Domu Polonii w Pułtusku. Jeszcze 22 lutego w Domu Polonii odbyła się uroczystość wręczenia dokumentów potwierdzających obywatelstwo polskie, z udziałem 52 rodzin z Kazachstanu, Rosji i Ukrainy władz Stowarzyszenia i władz państwowych. Dwa dni później Rosja zaatakowała Ukrainę...

■ Anna Morawska
a.morawska@pultusk24.pl



22 lutego 2022 roku w Domu Polonii repatrianci m.in. z Rosji i Ukrainy odebrali dokumenty potwierdzające obywatelstwo polskie. Dwa dni później wybuchła wojna.

Nawet do 250 tysięcy dla rolników na rozpoczęcie działalności

Do 28 kwietnia 2022 rolnicy mogą ubiegać się w ARiMR o wsparcie finansowe na rozpoczęcie działalności pozarolniczej. Pomoc ma charakter bezzwrotnej premii, a jej wysokość zależy od liczby nowo utworzonych miejsc pracy. Do 3 kwietnia br. w ramach trwającego naboru do Agencji wpłynęło 427 wniosków o pomoc na kwotę ponad 104,5 mln zł.

O przyznanie wsparcia mogą się starać rolnicy, ich małżonkowie lub domownicy, którzy chcą rozpocząć prowadzenie działalności pozarolniczej oraz ci, którzy co najmniej 2 lata wcześniej zawiesili bądź zakończyli działalność rolniczą, ale chcą ją wznowić. Pomoc mogą otrzymać też osoby, które prowadzą już działalność pozarolniczą i chcą ją rozszerzyć o nowy rodzaj usług znajdujących się w wykazie rodzajów działalności objętych wsparciem. Wszyscy powinni być ubezpieczeni w KRUS-ie w pełnym zakresie, nieprzerwanie przez co najmniej 12 miesięcy przed złożeniem wniosku o przyznanie pomocy. Gospodarstwo ubiegające się o wsparcie musi być położone na terenie gminy wiejskiej lub miejsko-wiejskiej – z wyłączeniem miast liczących powyżej 5 tys. mieszkańców – lub gminy miejskiej – z wyłączeniem miejscowości liczących powyżej 5 tys. mieszkańców.

W ramach wsparcia można otrzy-

mać 150 tys. zł, jeżeli w biznesplanie przewidziane zostało utworzenie jednego miejsca pracy, przy dwóch stanowiskach premia wzrasta do 200 tys. zł, a przy trzech – do 250 tys. zł. Pieniądze są wypłacane w dwóch ratach. Pierwszą – 80 proc. – otrzymuje się, gdy zostaną spełnione warunki określone w wydanej decyzji o przyznaniu pomocy, a jest na to 9 miesięcy (liczone od dnia doręczenia decyzji). Pozostałe 20 proc. wpływa na konto beneficjenta po rozliczeniu biznesplanu, jednak nie później niż do 2 lat od dnia wypłaty pierwszej raty pomocy i nie później niż do 31 sierpnia 2025 r. Co najmniej 70 proc. otrzymanego dofinansowania musi być wydane na inwestycje w środki trwałe, np. zakup nowych maszyn i urządzeń czy środków transportu. Pozostałe 30 proc. można przeznaczyć na wydatki bieżące, np. płace, ubezpieczenia.

Zakres rodzajów działalności gospodarczych, na które można uzyskać

premię, jest bardzo szeroki. Firma, która zostanie założona dzięki otrzymaniu dofinansowania, może zajmować się m.in. prowadzeniem sklepu spożywczego; sprzedażą produktów nierolniczych; naprawą pojazdów samochodowych; budownictwem; fryzjerstwem; rzemiosłem; rękodzielnictwem; prowadzeniem obiektów noclegowych czy turystycznych; usługami cateringowymi; opieką nad dziećmi, osobami starszymi bądź niepełnosprawnymi. Mogą to być także usługi weterynaryjne, informatyczne, architektoniczne, inżynierska, księgowe, audytorskie czy techniczne.

Wnioski o przyznanie premii na rozpoczęcie działalności pozarolniczej przyjmują oddziały regionalne Agencji do 28 kwietnia. Dokumenty można dostarczać osobiście, przekazywać za pośrednictwem platformy ePUAP lub wysłać rejestrowaną przesyłką pocztową nadaną w placówce Poczty Polskiej.

Oprac. A. Morawska

Wsparcie dla Kół Gospodyń Wiejskich

fot. KGW Wysokie Obcasy



Od 1 kwietnia Koła Gospodyń Wiejskich mogą się ubiegać o wsparcie z budżetu państwa na realizację swych celów statutowych. W tym roku na ten cel zostanie przeznaczonych 70 mln zł.

Pomoc finansowa powinna być przeznaczona w szczególności na: prowadzenie działalności społeczno-wychowawczej i oświatowo-kulturalnej w środowiskach wiejskich i działalności na rzecz wszechstronnego rozwoju obszarów wiejskich; wsparcie rozwoju przedsiębiorczości kobiet; inicjowanie i prowadzenie działań na rzecz poprawy warunków życia i pracy kobiet na wsi; upowszechnianie i rozwijanie form współdziałania, gospodarowania i racjonalnych metod prowadzenia gospodarstw domowych; reprezentowanie interesów środowiska kobiet wiejskich wobec

organów administracji publicznej; rozwijanie kultury ludowej, w tym w szczególności kultury lokalnej i regionalnej. – To kolejny, piąty już rok, w którym, dzięki nowej ustawie o działalności kół gospodyń wiejskich, mogą one ubiegać się o środki finansowe – podkreśla wicepremier, minister rolnictwa i rozwoju wsi Henryk Kowalczyk.

O pomoc mogą ubiegać się koła zarejestrowane w Krajowym Rejestrze Kół Gospodyń Wiejskich prowadzonym przez Agencję Restrukturyzacji i Modernizacji Rolnictwa – obecnie to 10 tys. 857 kół.

■ (Red.)

redakcja.pgp@pultusk24.pl

To niemożliwe, że Jezusa nie ma!

Jak przygotować się do Wielkanocy, dlaczego te święta są dla chrześcijan najważniejsze, czego nie powinno zabraknąć w wielkanocnym koszyku? – O Świętach Zmartwychwstania Pańskiego opowiada ks. kanonik dr Janusz Kochański, proboszcz parafii św. Józefa w Puławsku.

Wielkanoc, czyli uroczystość Zmartwychwstania Pańskiego jest dla nas – chrześcijan, najważniejszym świętem. Święty Paweł nauczał w jednym ze swoich listów, że gdyby Chrystus nie zmartwychwstał, daremna byłaby nasza wiara. Zmartwychwstanie Chrystusa jest fundamentem naszej wiary. Męka, śmierć i powstanie z martwych Pana Jezusa przyniosły bowiem całemu światu odkupienie i od tej pory bramy życia wiecznego dla każdego z nas są otwarte. To jest najważniejsze przesłanie tej uroczystości.

Cały Wielki Post, czyli czterdzieści dni przed świętami, jest czasem na nasze przygotowanie. Służą temu np. specjalne nabożeństwa pasyjne, jak Droga Krzyżowa czy Gorzkie Żale. W parafiach organizowane są rekolekcje z możliwością przystąpienia do spowiedzi

świętej. Trudno też wyobrazić sobie to przygotowanie bez indywidualnej pracy nad sobą, chociażby poprzez bardziej wyteżoną modlitwę, pomoc drugiemu człowiekowi, czy rezygnację z niektórych rzeczy z miłości do Pana Boga. Świętowanie Wielkanocy rozpoczynamy tak naprawdę już w Wielki Czwartek, wieczorem, celebracją Mszy świętej Wieczery Pańskiej, która wspomina ustanowienie sakramentu Eucharystii i sakramentalnego kapłaństwa. To jest początek Świętego Triduum Paschalnego, czyli najważniejszych dni naszej wiary. Na jego przebieg składa się również Liturgia Męki Pańskiej w Wielki Piątek, połączona z adoracją krzyża. W polskiej tradycji w Wielką Sobotę nie tylko adorujemy Pana Jezusa w grobie, ale przynosimy też do pobłogosławienia pokarmy, które następnie będziemy spożywali podczas

wielkanocnego śniadania. W koszykach powinien znaleźć się chleb, na pamiątkę chleba, którym Chrystus nakarmił rzesze na pustkowiu, mięso i wędliny, na pamiątkę baranka paschalnego, jajka – jako znak nowego życia, czy też sól, bo każdy z nas ma być solą ziemi i światłem świata. Najważniejszym jednak i szczytowym punktem, nie tylko Triduum, ale i całego roku liturgicznego, jest Liturgia Wigilii Paschalnej, sprawowana w sobotę po zmroku. Nie należy już ona do Wielkiej Soboty, ale jest ona Liturgią Wielkanocną, wspomnieniem Zmartwychwstania Chrystusa, w czasie której odnawiamy nasze przyrzeczenia chrzcielne. Procesja rezurekcyjna, która w polskiej tradycji odbywa się, najczęściej w niedzielę rano, jest dopełnieniem Liturgii Wigilii Paschalnej. Stąd tak ważne, byśmy nie opuścili uczestnictwa w tej sobotniej

wieczornej Eucharystii.

Przychodząc w Wielkanoc do naszych kościołów, dostrzegamy pusty grób. Jest on dla nas źródłem nadziei, szczególnie w tym trudnym czasie pandemii i toczącej się wojny za naszą wschodnią granicą. Życzę wszystkim nam, abyśmy stawiali się ludźmi zmartwychwstania. Tak, by inni, patrząc na nas, mówili: „To niemożliwe, że Jezusa nie ma! On żyje, a my widzieliśmy Jego świadków”. Niech spotkanie Zmartwychwstałego Jezusa, Zwycięzcy śmierci, piekła i szatana, będzie dla nas wszystkich umocnieniem wiary i mimo wszelkich trudności źródłem prawdziwej radości. Życzę także pokoju serca, niegasnącej nadziei i doświadczenia Bożej miłości w naszej niełatwej codzienności.

Ks. kanonik
dr Janusz Kochański

Ks. kanonik dr Janusz Kochański ur. 5 czerwca 1962 roku w Szczytnie k. Olsztyna. Maturę uzyskał w I LO im. Z. Krasińskiego w Ciechanowie w 1981 roku i tymże roku wstąpił do Wyższego Seminarium Duchownego w Płocku. Po 6 latach studiów filozoficzno-teologicznych uzyskał tytuł magistra teologii na Katolickim Uniwersytecie Lubelskim. W 1987 roku, z rąk bpa Z. Kamińskiego, przyjął święcenia kapłańskie w płockiej Katedrze. Jego pierwszą parafią był Wysogród. Kolejną placówką była parafia św. Józefa w Puławsku. W 1992 roku został skierowany przez Biskupa Płockiego na studia z teologii pastoralnej na KUL, gdzie odbył studia doktoranckie. Studiował również w Niemczech, na Fakultecie Teologicznym w Paderborn. Po powrocie do Polski pełnił funkcję prorektora ds. studiów i profesora teologii pastoralnej w Wyższym Seminarium Duchownym, kontynuował też pracę naukową i uzyskał doktorat z teologii pastoralnej na KUL w 2000 roku. Był też dyrektorem Wydziału Duszpasterskiego Kurii Diecezjalnej Płockiej i Asystentem Kościelnego Akcji Katolickiej Diecezji Płockiej. W 2003 roku Biskup Płocki odznaczył go tytułem kanonika honorowego Kapituły Katedralnej Płockiej. W 2008 roku został mianowany proboszczem parafii pw. św. Wita, Modesta i Krescencji w Sońsku., a rok później dziekanem dekanatu ciechanowskiego wschodniego. Proboszczem parafii św. Józefa w Puławsku jest od 1 lipca 2017 r. Od 1 września 2018 roku pełni funkcję wicedziekana dekanatu puławskiego. Jest także rejonowym duszpasterzem małżeństw niesakramentalnych oraz założycielem i moderatorem parafialnej Wspólnoty świętego Józefa. Od 2022 r. członek Diecezjalnej Rady Ekonomicznej.



zdj. Parafia św. Józefa w Puławsku

Oprac. A. Morawska

Skromnie, ale ładnie



Ozdoby wielkanocne przeważnie są skromniejsze i w mniejszej ilości, niż te eksponowane w mieście na Boże Narodzenie. W tym roku jedna z nich stała w total-

nie odmienionych Alejkach Gomulickiego, druga, udekorowana bratkami – przed ratuszem.

■ Anna Morawska
a.morawska@pultusk24.pl




Jadwiga Burzyńska
zmarła **7.04.2022 r.** w wieku **87 lat**
Pogrzeb odbędzie 14 kwietnia w Warszawie
na Cmentarzu Północnym, sala B, godz. 9:30

reklama...

**TO MIEJSCE CZEKA
NA TWOJĄ REKLAMĘ**

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

Restauracja *U Niedźwiadków* w Hotelu Baltazar

oferuje organizację:

- chrzcina
- komunii
- konsolacji
- spotkań firmowych
- przyjęć okolicznościowych

Zapraszamy do kontaktu: 728 527 671

13 Pułk Piechoty – wpisany w pułtuski krajobraz

W ubiegłym roku minęło sto lat jak do Pułtusza przybył 13 pułk piechoty. Stacjonował w naszym mieście do 1939 roku i na trwałe wpisał się w jego krajobraz i historię. Z powodów ograniczeń pandemicznych rocznicową wystawę poświęconą pułkowi uroczystie otwarto dopiero teraz.

Wystawę zorganizowaną przez Muzeum Regionalne w Pułtusku i Samorząd Gminy Pułtusk, oglądać można w siedzibie muzeum przy ul. Rynek 36 (vis-a-vis wieży ratuszowej) do 12 czerwca, w godz. 10-16. Naprawdę warto ją zobaczyć – to pięknie pokazany istotny kawałek historii naszego miasta. Uroczystość otwarcia wystawy odbyła się w miniony piątek – 8 kwietnia w Centrum Dziedzictwa Kulturowego. Przybyło na nią wielu gości, a wśród nich potomkowie „Trzynastaków”. Uroczystość rozpoczął i gości powitał dyrektor Muzeum Re-

gionalnego Andrzej Popowicz, zwracając uwagę na wojenny czas, w którym wystawa ma swoją inaugurację. Burmistrz Pułtusza Wojciech Gregorczyk mówił o tym, że pułk był ważny dla naszego miasta nie tylko w okresie istnienia, w latach 1921 – 1939. Ważna była także pamięć o nim, w szczególności sposób kultywowana w okresie PRL-u. Władze robiły wszystko, aby o przedwojennej, polskiej armii, a więc także o naszym pułku mówiło się jak najmniej. Społeczeństwo jednak pamiętało o 13 pułku. „Trzynastacy”, kombatan ci sys-

tematycznie spotykali się podczas uroczystości w Kazuniu, Modlinie, Mławie, a także w Pułtusku, jak choćby w 1978 roku, kiedy z inicjatywy mjr Bronisława Petrycha odbył się zjazd podchorążych pułku. Od lat 70 tych działała Sekcja 13 pułku piechoty przy Pułtuskim Towarzystwie Sołeczno-Kulturalnym, która organizowała spotkania kombatan tów z młodzieżą czy mieszkańcami Pułtusza. Jej najaktywniejszymi działaczami byli Edward Mali-

nowski, Kazimierz Karpiński, Tadeusz Kowalski czy Stefan Cisak. Na 13 grudnia 1981 roku zaplanowano w Pułtusku wielki zjazd kombatan tów pułku. Odbył on się w skromnej formie. W okresie „karnawału Solidarności” łatwiej było o upamiętnienie żołnierzy przedwojennej Polski i to wtedy powstała staraniem społecznym tablica poświęcona 13 pułkowi piechoty. Wystawa zorganizowana przez Samorząd Gminy Pułtusk i Muzeum Regionalne nie po-



wstałaby, gdyby nie pasja i zaangażowanie Michała Świdwy – historyka zawodowo zajmującego się dziejami wojskowości i Pułtusza, ze szczególnym uwzględnieniem 13 pułku piechoty. Michał Świdwa został kustoszem wystawy i dzięki pomocy osób, które udostępniły swoje zbiory, przygotował ją. Zbiory udostępnił: Piotr Lachowski, Kazimierz Karpiński, Zbigniew Maliszewski, Marcin Białecki, Michał Chrzanowski, Robert Blusko, Hanna Sadkowska i Krzysztof Łukawski, który wraz z rodziną jest właścicielem kolekcji swojego dziadka Edwarda Malinowskiego. Ten legendarny społecznik i kolekcjoner zbierał wszystko, co choć w minimalnym stopniu związane było z 13 pułkiem i „Trzynastakami”. Krzysztof Łukawski, z zawodu historyk wsparł organizatorów także swoją wiedzą i materiałami archiwalnymi. Podczas

uroczystości opowiedział o najważniejszym zadaniu wojska, czyli szkoleniu rezerwistów. W naszym pułku odbywało się to na bardzo wysokim poziomie, bataliony często zajmowały wysokie lokaty w dywizyjnych zawodach strzeleckich, a tuż przed wojną w Pułtusku odbywały się kursy podoficerskie. W zorganizowanie wystawy i uroczystości zaangażowane były również Pułtuska Biblioteka Publiczna im. Joachima Lelewela i Grupa Rekonstrukcji Historycznej 13 pułku piechoty, działająca przy Pułtuskim Towarzystwie Społeczno-Kulturalnym. Jej założyciel i szef Leszek Topórski opowiadał o wieloletnim już działaniu Grupy, uczestnictwie w licznych wydarzeniach patriotycznych, dziękował sponsorom i młodzieży, która garnie się do poznawania historii i wojskowej tradycji.

■ Grzegorz Hubert Gerek
grzegorz.gerek@pultusk24.pl



*Z okazji Świąt Zmartwychwstania Pańskiego
Mieszkańcom Gminy Zatory*

*składamy najserdeczniejsze życzenia spokoju, wzajemnej życzliwości
i wielu serdecznych spotkań w gronie najbliższych.*

*Życzymy pogody ducha i energii na co dzień, by z optymizmem patrzeć
w przyszłość, realizować plany i najskrytsze marzenia.*

Wójt Gminy Zatory
Grzegorz Falba

Przewodnicząca Rady Gminy Zatory
Zofia Drabczyk



*Zdrowych, pogodnych Świąt Wielkanocnych,
pełnych wiary, nadziei i miłości.
Radosnego, wiosennego nastroju,
serdecznych spotkań w gronie rodziny
i wśród przyjaciół
oraz wesołego Alleluja.*

życzy
Zarząd PEC w Pułtusku Sp. z o.o.

Sławomir Wyrzykowski **Tadeusz Nalewajk**
Wicedyrektor Dyrektor

Wraz z pracownikami



*Z okazji Świąt Wielkanocnych Mieszkańcom Gminy Pokrzywnica
składamy najserdeczniejsze życzenia zdrowia, miłości,
pogody ducha i wszelkiej pomyślności.
Niech ten szczególny czas spędzony w gronie rodziny
pozwoli na nowo odkryć piękno otaczającego świata,
przynosząc radość, pokój i nadzieję na lepsze jutro.*

Wójt Gminy Pokrzywnica
Adam Dariusz Rachuba

Przewodniczący Rady Gminy Pokrzywnica
Krzysztof Lubelski



*Z okazji Świąt
Zmartwychwstania Pańskiego
Mieszkańcom Gminy Gzy
życzymy dobrego zdrowia oraz wszelkiej pomyślności.
Niech ten świąteczny czas upłynie w spokojnej,
rodzinnej atmosferze, a wielka tajemnica Zmartwychwstania
będzie okazją do zadumy i wzmocni wiarę
i nadzieję w lepszą przyszłość.*

Wójt Gminy Gzy
Cezary Wojciechowski

Przewodnicząca Rady Gminy Gzy
Joanna Świdowska



XXIII spotkania ze sztuką wielkanocną Puszczy Białej

Centrum Dziedzictwa Kulturowego przy ul. Rynek 13, w minioną sobotę 9 kwietnia, zamieniło się w pracownię artystyczną. Odbływały się tam bowiem kolejne już, XXIII Spotkania ze sztuką wielkanocną Puszczy Białej, współorganizowane przez Samorząd Gminy Pułtusk, Muzeum Regionalne w Pułtusku oraz Stowarzyszenie „Puszcza Biała – Moja Mała Ojczyzna”.

Przybyli na do Centrum Dziedzictwa Kulturowego dzieci i dorośli wzięli udział w warsztatach rękodzieła. Pod czujnym okiem Haliny Witkowskiej wykonywali pisanki wykle-

jane sitowiem i palmy wielkanocne. Przed kamienicą, panie ze Stowarzyszenia pro-

wadziły kiermasz rękodzieła ludowego.

Karolina Pawleńska
karolina.pawlenska@pultusk24.pl



Wyjątkowy czas Zmartwychwstania Pańskiego
przynosi wiarę i nadzieję, dające siłę do pokonywania wszelkich trudności.
Napełnia Nasze serca miłością, która ma moc odmienić wszystko.

Z okazji Świąt Wielkanocnych życzymy zdrowia, pomyślności i wiele radości.
Niech w Państwa domach zagości rodzinna i ciepła atmosfera,
a Zmartwychwstanie, które niesie odrodzenie, obdarzy wszystkich
pokojem, ufnością i wzajemną życzliwością.

Zdrowych, spokojnych i rodzinnych Świąt Wielkanocnych życzą

Przewodniczący
Rady Powiatu w Pułtusku
Tadeusz Nalewajk

Wicestarosta
Pułtusi
Beata Józwiak

Starosta
Pułtusi
Jan Zalewski

Pełnych spokoju i radości
Świąt Wielkanocnych,
dobrego wypoczynku
w rodzinnym gronie
oraz optymizmu, energii
i nadziei na lepszą przyszłość

naszym Klientom,
Współpracownikom
i Przyjaciółom,
a także wszystkim
Mieszkańcom Pułtuska

życzą
Zarząd i Pracownicy firmy
„Drogi i Mosty” Jan Kaczmarczyk



Z okazji Świąt Wielkanocnych

składam Państwu
najserdeczniejsze życzenia,
zdrowia, szczęścia oraz nadziei
i siły z którymi bez problemu
pokonacie wszelkie trudności.

Arkadiusz Iwaniak
Poseł na Sejm RP



LEWICA



Niech nadchodzące Święta Wielkiej Nocy
przyniosą wszystkim same radosne i szczęśliwe dni.

Niech ten czas będzie okresem
spełnionych marzeń, wzajemnej życzliwości,
okazją do spędzania wspaniałych chwil
w gronie najbliższych.

Radosnych Świąt Wielkanocnych,
pełnych wiary, nadziei i miłości

w imieniu

Zarządu Powiatowego
Polskiego Stronnictwa Ludowego w Pułtusku

życzy
Prezes Witold Chrzanowski

Z okazji Świąt Wielkanocnych

Życzymy naszym Dostawcom,
Klientom i Kontrahentom,
aby ten wyjątkowy czas
był pełen wiary, nadziei i miłości,
a spotkania w gronie najbliższej rodziny
przebiegały w zdrowiu,
radości i spokoju

Właściciele i Zarząd
Grupy Polmlek



Ukraińska Wielkanoc – czym się różni od polskiej?

Za naszą wschodnią granicą nadal trwa dramat. Wojna pozbawiła naszych ukraińskich sąsiadów możliwości świętowania Zmartwychwstania Pańskiego. Ci, którym udało się uciec i są już bezpieczni, Wielkanoc, zarówno tę katolicką, jak i prawosławną, spędzą z dala od swojej ojczyzny. Siostra Ludmiła, Ukrainka, pasjonistka, mieszkająca w Pułtusku, w tym roku święta spędzi w towarzystwie nie tylko pozostałych sióstr ze zgromadzenia, ale także swojego brata i jego rodziny, którzy uciekli do Polski przed wojną. W minionym tygodniu opowiedziała nam o tym, jak wyglądają Święta Wielkanocne na Podolu, skąd pochodzi oraz w całej Ukrainie. Z Siostrą Ludmiłą rozmawiała Ewa Kowalczyk.

Ukraina, to głównie wiara prawosławna. Siostra pochodzi z rodziny katolickiej. Ilu katolików zamieszkuje Ukrainę?

Zgadza się, zdecydowana większość Ukraińców wyznaje wiarę prawosławną i greckokatolicką. Katolicy obrządku rzymskiego stanowią zaledwie jeden procent.

Święta zwykle nie są w tym samym czasie?

Rzadko kiedy się zdarza, żeby święta prawosławne i katolickie obchodzone były w tym samym czasie. Zazwyczaj jest inna data. W tym roku święta prawosławne są tydzień później.

Prawosławna Wielkanoc – czym się różni od katolickiej?

Przede wszystkim liturgia. Prawosławna ma inne tradycje wschodnie, jest dużo śpiewu, a sama liturgia jest dłuższa, bardziej rozbudowana i inna. Nie miałam okazji jednak uczestniczyć w takiej prawosławnej liturgii.

Czy katolicka Wielkanoc na Ukrainie czymś się różni od polskiej?

Tak naprawdę to niczym, ponieważ liturgia, wynikając z obrządku rzymskokatolickiego, jest i musi być taka sama. Różnice tkwią jedynie w tradycjach świeckich bądź ludowych. I oczywiście kulinarnych. W Ukrainie, podczas świąt wielkanocnych np. nie jemy zup, są tylko dania ciepłe tzw. „na sucho”, babki wielkanocne pieczemy wyłącznie drożdżowe, na stole są gołąbki np. z kaszą lub ryżem z dodatkiem mięsa, kapustę duszoną, galaretkę z nóżek, nie gotujemy żurku czy też flaków.

Jak wygląda święcenie pokarmów?

Koszyki wielkanocne przynosi się do kościoła w Wielką Sobotę, ale dopiero wieczorem na Wigilię Paschalną. Kapłan święci pokarmy na końcu nabożeństwa, lub ewentualnie na początku niedzielnej rezurekcji. Pamiętam, że jak byłam mała, to chodziło się na całą noc na czuwanie, była Liturgia Wigilii Paschalnej, trwała całą noc i zostawało się do rana do procesji rezurekcyjnej. Tak jak i w Polsce, tak samo na Ukrainie, w czasie świąt Wielkiej Nocy w koszyku nie może zabraknąć kraszanek i pisanek. U nas na Podolu, bo stamtąd pochodzę, a dokładnie z okolic Kamieńca Podolskiego, robi się głównie kraszanki, czyli jaja pomalowane na jeden kolor. Pisanki – jaja pisane woskiem – dominują w Zachodniej Ukrainie – Lwów, Wołyń, Karpaty. Warto zaznaczyć, że ukraińskie koszyki wielkanocne to duże kosze! Nie takie małe jak w Polsce. Wkładamy do nich wszystkie produkty, babkę wielkanocną, a do niej cieniutką świecę, która jest symbolem światła, zmartwychwstania. To bardzo ludowy zwyczaj.

No właśnie. Czy są jeszcze inne zwyczaje ludowe, wynikające z kultury ukraińskiej?

Na przykład podczas śniadania wielkanocnego, głównie dzieci, ale dorośli również, stukają się jajkami i sprawdzają, czyje jajko wytrzyma dłużej. Ponadto w Zachodniej Ukrainie, przez cały Wielki Post, szykuje się serwetkę, wyszywaną w różne wzory, pobożne, wielkanocne, którym następnie przykrywa się pokarmy w koszyczku. Jeszcze jedna tradycja, również bardziej w Zachodniej Ukrainie, gdzie na Wielkanoc wszystko kupuje się nowe – np. ubrania. Jak kogoś nie stać na wszystko, to przynajmniej coś, jedną rzecz, nowe buty,

nowa koszula, czy kobiety sukienkę, chustkę. Musi być coś nowego i to tylko na te święta.

Co zdaniem Siostry może to symbolizować?

Wydaje mi się, że chodzi o to, że zaczyna się nowe życie, Wielkanoc, zmartwychwstanie. Nawet w ukraińskiej literaturze ten zwyczaj pojawia się bardzo często. U nas na Podolu to już zanikło, chociaż też się starano w Wielkim Poście zakupować coś nowego na Wielkanoc. Natomiast ten zwyczaj bardzo jest przestrzegany w Zachodniej Ukrainie.

Czy Poniedziałek Wielkanocny również jest świętowany tak jak w Polsce?

Tak, z tymże Lany Poniedziałek jest tylko do południa, a przeważnie rano. Po południu już nie wolno nikogo lać wodą. Najlepiej rano dobrze jest kogoś rano zastać

śpiącego, żeby zaskoczyć. Po południu wszyscy się zbierają na wiosenne śpiewy i wspólną zabawę.

Czy pamięta Siostra Święta Wielkanocne z dzieciństwa?

Oczywiście, dla mnie były to zawsze najlepsze święta, bo dużo się działo w kościele. Każdego dnia było coś innego. Zawsze mnie to ciekawiło i zawsze chętnie brałam udział w nabożeństwach. Codziennie było coś nowego, ciekawego do odkrycia. Na przykład w Wielki Czwartek obmywanie nóg dwunastu mężczyznom. W Wielki Piątek była najpierw Droga Krzyżowa, a potem Liturgia Męki Pańskiej. Człowiek zmarł, ale jakoś to nie przeszkadzało. Od dziecka bardzo lubiłam święta Wielkanocne. Człowiek ma poczucie, że odpowiednio duchowo przygotował się do Niedzieli Zmartwychwstania.



W Wielki Piątek też starano się za dużo nie mówić, mniej się jadło. Potem Wigilia Paschalna, całonocne czuwanie do rezurekcji, procesja i potem śniadanie wielkanocne.

Czy te święta spędzi Siostra również ze swoją rodziną, która w Pułtusku znalazła schronienie?

Według naszych zakonnych tradycji, spędzamy święta we wspólnocie zakonnej. Jednak ze względu na sytuację, że jesteśmy tuż obok siebie, na pewno będziemy świętować razem w miarę możliwości.

Dziękuję za rozmowę. W imieniu redakcji życzę spokojnych świąt.



Tu nie można spocząć na laurach - wywiad z drużyną walczącą o Stasia

Malutki Staś, chory na SMA typu 1 – najgorszą postać rdzeniowego zaniku mięśni – nie zdaje sobie sprawy, że o jego zdrowie walczy całe miasto. Kiedy będzie już dużym Stasiem, opowiedzą mu o tym jego najbliżsi, wśród których jest jego babcia, Agata Zalewska, czy Ewa Bochenek – całym sercem zaangażowana w organizację wszystkich akcji na rzecz chłopca. Determinacja, żeby zebrać ponad 9 milionów jest tak ogromna, że listy o pomoc wysłane zostały nawet do dubajskich szejków! – Z Agatą Zalewską i Ewą Bochenek rozmawiała Anna Morawska.

Chyba po raz pierwszy w dziejach Pułtusk tyłu ludzi walczy o to samo – o zdrowie małego chłopca. Jak to się zaczęło?

Ewa Bochenek (przyjaciółka rodziny, b. dyrektor SP w Płocochowie, obecnie emerytowana nauczycielka) – Zadzwońiłam do Agatki i usłyszałam w telefonie płacz. Powiedziała mi wtedy o Stasiu i diagnozie, jaką słyszała rodzina, i wtedy narodziła się myśl, żeby coś zrobić. Koleżanka, która ma Outlet w rynku podpowiedziała, że kiedyś widziała w Makowie kiermasz, na którym jedni ludzie przynosili rzeczy, inni je kupowali, a dochód był przeznaczony na cele charytatywne. Więc nie był to nasz pomysł, tylko Grażynki Burdalskiej. Takie pierwsze kiermasze zrobiliśmy pod trzema sklepami: pod Topazem, Lidlem i Intermache, następnego dnia na rynku i to bardzo ładnie nam poszło, bo zebraliśmy razem 76 tysięcy. To była taka kwota, która nam powiedziała – hoho, jest fajnie! A przede wszystkim nie mieliśmy żadnych problemów, ponieważ ludzie upieklili nam ciasta, dali różne rzeczy, bardzo chętnie stali i dlatego potem zrobiliśmy kolejny kiermasz.

Agata Zalewska (babcia Stasia) – Dołączyły do nas wtedy Koła Gospodyń Wiejskich i Koła Łowieckie, „Czajka” i „Hubert”. Ale całym motorem działania dla mnie jest Ewa, od niej mam ogromną pomoc, no i nie ukrywajmy – ma też swoje kontakty, wejdzie wszędzie, wszędzie zadzwoni. Takiej osoby potrzeba w każdej drużynie zbierającej na dziecko. Gdyby nie ona, to pewnie bym siedziała w domu i płakała

Czyli Panie znały się wcześniej?

E.B. – Tak, nasze córki chodziły razem do „trójki” i razem z dwiema koleżankami miałyśmy taki fajny zwyczaj, że po zebraniach w szkole chodziłyśmy na kawę. Potem może nie spotykaliśmy się jakoś regularnie, ale teraz nadrobiliśmy za wszystkie lata, bo one obydwie też pomagają, jak tylko mogą. Beata Kupracz, która ma Tanią Odzież „Komoda” zawsze pyta, czy czegoś mi nie potrzeba i jeśli ma to, co jest akurat potrzebne, to nam to przekazuje. Ostatnio nawet była zabawna sytuacja, bo dostałam od niej kwiaty, z myślą o kiermaszu. W domu chciałam włożyć w nie drucik, a moja córka mówi – mamo, ale to są mydlane kwiatki! A w banku mamy Annę Rzeczkowską, ona też ma wnuka, rodzinę, ale ile może, to pomaga.

Tak że działamy i myślimy już o kolejnych akcjach, m.in. chcemy zrobić akcję na rynku, ale z zamkami dmuchanymi, z atrakcjami głównie dla dzieci.

A.Z. – Poza tym w pomoc zaangażowały się wszystkie placówki oświatowe – od żłobka, przez przedszkola i szkoły średnie, włącznie ze szkołą w Gołdówku. Każda z tych placówek zrobiła nie jedną, ale wiele, wiele akcji. Np. szkole „czwórce” był challenge, zbiórki pieniędzy, potem pani Piekarska i pani Melnicka miały stoiska, a pani Melnicka robiła nam wszystkie plakaty (oczywiście bezpłatnie), które się ukazują. Jedną klasa upiekła ciasto i zrobiła w szkole stoisko na pięknie nakrytym stole. Kolejka była ogromna, nie dla wszystkich starczyło, klasa zebrała z tych ciast 2 400 zł i teraz planują zrobić taką akcję co środa. Nie wiem, czy jesteśmy w stanie opisać, ile tego wszystkiego było. Teraz doszły jeszcze palemki i różne świąteczne ozdoby.

E.B. – Na przykład przedszkole w Pokrzywnicy podarowało nam naprawdę dużo rzeczy – jajka, koszyki, i to wszystko było tak ładne, że wystawiliśmy te przedmioty na licytację. Albo szkoła w Przewodowie, z której to bardzo zaangażowana jest pani Dudzikowska. Co prawda teraz jest na urlopie macierzyńskim, ale cały czas nas wspiera palemkami, ciastami i różnymi ozdobami. Ostatnio powiedziała, że choć jesteśmy dla niej obcymi ludźmi, to czuje się z nami związana, chce pomagać Stasiowi, ciągle o niego dopytuje.

Kto jeszcze się angażuje w pomoc Stasiowi?

E.B. – Wszystkie Domy Pomocy Społecznej – z Obrytego, Ołdak, z Pułtusk. Bardzo dużo przekazali też nam seniorzy z Senior+. Wspomnę też o Dorocie Sobotce z Urzędu Miasta – między nami jest taka ścisła współpraca i czujemy pomoc. Ostatnio Dorota Pergół przekazała też z urzędu sporo rzeczy – jakieś kredki worki na kaptcie, linijki i te rzeczy nam się bardzo przydają. Nie sposób nie wspomnieć też o Nadleśnictwie, które cały czas się angażuje – ostatnio był piękny spektakl, gdzie zebraliśmy ponad 6 tysięcy, poza tym dali nam plastry drewna, na których robiliśmy stroiki świąteczne, albo drewniane breloki, na których wolontariusze z „czwórki” wypalali serduszka i imię Staś. Bardzo zaangażowała się Beata Bielińska z OSP Grabówiec. I to wszystko się tak fajnie nakręca, że chce nam się pracować. Nie mamy żadnych „schodów”, tylko same

zachęty – róbcie dalej, musi się udać i to nas napędza do działania, prawda Agata?

A.Z. – Tak, ale to jest w ogóle jakiś fenomen, każdy to robi z chęcią, radością. Całe miasto walczy o Stasia, zaangażowanie jest naprawdę ogromne.

E.B. – Bardzo zaangażował się też nasz lokalny biznes – właściciele różnych firm, których nie wymieniamy, bo chcą pozostać anonimowi – też przekazują różne kwoty na Stasia – od 2 tysięcy, przez 10-15, po nawet 30 tysięcy. Teraz z tej puli mamy ok. 150 tysięcy, ale ta kwota jeszcze rośnie. I też ci ludzie robią to z takim wielkim zaangażowaniem, cały czas się interesują, jak to wygląda, ile jeszcze brakuje. To jest takie piękne w tym wszystkim. W ogóle ludzie zadają sobie trud, żeby zrobić coś więcej. Chylę czoła przed wszystkimi, kto nam pomaga, trudno nawet będzie podziękować wszystkim imiennie.

A.Z. – Teraz ma się ukazać informacja w RDC Ciechanów, żeby Ciechanów zaangażował się w pomoc Stasiowi, bo była sytuacja odwrotna, że Pułtusk jechał na kiermasz i wspomógł chłopca z Ciechanowa. Liczymy na to, że będzie większy zasięg, żeby inne miasta się zaangażowały, bo my jesteśmy małym miasteczkiem, a kwota jest ogromna.

Więc ile zebrano, a ile jeszcze brakuje?

A.Z. – Mamy zebrane 2 miliony, brakuje 7,5. Musimy mieć 9,5 miliona, żeby Staś dostał terapię genową. Staś waży teraz 8 kg, a lek podaje się do 13 kg. Wnuczek szybko przybierał na wadze, chociaż teraz to się trochę zmienia – jest na piersi i nie wprowadzamy mu nic nowego, poza tym więcej się rusza, coraz więcej go interesuje, można go czymś zająć. Ale widocznie mleko mamy jest tak dobre, że Staś wygląda dobrze, mimo że te dzieci są drobniejsze, bo jednak tych mięśni nie ma. U Stasia widać zanik mięśni najbardziej w nóżkach, w udach. Wszyscy mi jednak mówią, że jak się na niego patrzy na zdjęciach, to nie widać, że jest to chore dziecko.

E.B. – I dlatego jest tak, że inni rodzice zwykle nie wiedzą o chorobie i dopiero kiedy dziecko ma około pół roku, orientują się, że coś jest nie tak.



Od lewej Ewa Bochenek, Agata Zalewska

A jak było ze Stasiem?

A.Z. – Staś jest jednym z pierwszych dzieci, którego choroba jest wychwycona z badań przesiewowych. To też mu dało większą szansę – raz, że szybko podano mu lek refundowany u nas – od razu, już w drugim tygodniu życia, i na pewno on hamuje postęp choroby. Tak że jesteśmy wdzięczni, chociażby za to, bo nie wiadomo jak by było. A przeważnie dzieci są diagnozowane kiedy mają ok. pół roku, bo coś rodzice zauważyli – że nie siada, że nie rusza się tak, jak powinno.

Zostało więc jeszcze ok. 5 kilo, żeby zdążyć z leczeniem

A.Z. – Tak, dokładnie 5,5 kilo, ale nie mam pojęcia, ile czasu nam zostało.

E.B. – Napisaaliśmy nawet do trzech szejków z Dubaju!

Naprawdę?

E.B. – Tak! A podpowiedziała nam o tym żona radnego Cichowicza, z którą się widzieliśmy na balu w Domu Polonii. U niej w pracy mieli chorego chłopczyka o nazwisku Lewandowski, więc napisali do TEGO Lewandowskiego, a on dał milion złotych. Potem pisali też do szejka. Więc my też – Agata napisała taki list od serca, moja córka przetłumaczyła na angielski, wysłaliśmy i czekamy.

Ja cały czas się martwię, ale nie opuszcza mnie myśl, że będzie dobrze. Tak czuję i koniec! Uważam, że zawsze trzeba się starać i próbować, bo jak się nie próbuje, to nic nie ma, a jak się próbuje, to zawsze coś może być. Trzeba wierzyć!

Czy terapia genowa jest przeprowadzana w Polsce?

A.Z. – Tak, jest szpital w Lublinie, który się tym zajmuje.

A dlaczego lek jest taki drogi?

A.Z. – Z tego co się dowiedzieliśmy od lekarza prowadzącego fizjoterapię Stasia, to producent ma 10 lat wyłączności na lek, a ponieważ dzieci z SMA się rodzi mało, w stosunku do innych chorób – w Polsce jest to ok. 50 na rok – więc zarabia nie ilością sprzedanego tylko ceną. Kwota jest niewyobrażalna, nie wiem, czy uzbieralibyśmy taką sumę, gdybyśmy nawet całą rodziną sprzedali wszystko, co mamy...

Czy po terapii genowej potrzebne będą pieniądze na coś więcej, niż rehabilitacja?

A.Z. – Tego jeszcze nie wiemy. Przede wszystkim na razie nie wiadomo jak Staś zareaguje na tę terapię genową. My mamy nadzieję i myślimy, że to przyniesie taki efekt – zresztą tak nam powiedziała pani doktor – że Staś będzie lepiej funkcjonował i nawet jeśli nie będzie chodził, to będzie mógł sobie poradzić w wielu czynnościach, więc to też jest ważne. Widzę, że on nie jest dobrze funkcjonujący mięśniowo, jeśli chodzi o kręgosłup i nóżki. Rączki pracują dobrze, to jest do wyćwiczenia.

Dlaczego terapia genowa jest niezbędna?

A.Z. – Pani doktor od ćwiczeń powiedziała, że trzeba zrobić wszystko, żeby tę terapię genową podać, bo wszystkie dobrze funkcjonujące dzieci, które ma, są po terapii genowej, chociaż Staś jest też dla lekarzy nowym doświadczeniem, bo oni wcześniej nie pracowali z tak małym dzieckiem.

Jak w tej sytuacji funkcjonuje rodzina?

A.Z. – Musimy się jakoś trzymać. Musimy wspierać Magdę, bo tak naprawdę to ona jest cały czas ze Stasiem...

Jakim dzieckiem jest Staś?

A.Z. – Jest cudowny, najukochańszy.



← Niedawno odkrył, że ma kciuka i to też po ćwiczeniach. Pracujemy nad tym, żeby doganiał swoich rówieśników. Jeśli w wieku 3 miesięcy ma się bawić rączkami, to robimy tak, żeby to robił. Czego mu będzie brakowało, to nadrobimy ćwiczeniami, wypracujemy. I córka się tego trzyma.

Jak wygląda dzień Stasia

A.Z. - Wstaje o 6 rano, ze dwie godzinki drzemie, potem spacer i przede wszystkim jest na rękach. Córka mówi,

że go rozpuszczamy, ale my też chcemy ją odciążyć. Krzysiek (mąż Magdy) pracuje od 9 do 19, więc praktycznie nie ma go cały dzień, potem jeszcze jakieś zakupy. Więc Magda, jeżeli jest w Warszawie, dzień spędza sama. Kiedy przyjeżdża tutaj, my ją odciążamy, wiadomo, jak to jedno dziecko w domu, a reszta dorosłych. Chociaż Antek (najmłodszy syn) ma 11 lat i też go bierze na ręce, bo już sobie z tym radzi. Tak że Staś jest kochany, wyciekany, bo jak się dowiedzieliśmy, to każdy się cieszył. Odliczaliśmy dni, a takiej bez troski był tydzień...

Jak wygląda praca ze Stasiem, jeśli chodzi o tę walkę o zdrowie?

Magda jest raz w tygodniu na rehabilitacji ze Stasiem i raz w tygodniu na masażu. Na tych ćwiczeniach pani doktor pokazuje, jakie ma robić ćwiczenia. Wnuczek jest prowadzony metodą Voyty, która polega na ucisku na odpowiednie strefy na ciele. Magda ma się nauczyć, co trzeba z nim robić, żeby nie jeździć na rehabilitację 10 razy w tygodniu, bo szkoda czasu. To mama ma wiedzieć, jak ma ćwiczyć dziecko i pracować z nim, bo to ona spędza z

nim cały dzień. Więc Magda ćwiczy ze Stasiem do 4 razy dziennie, codziennie. Są to krótkie ćwiczenia, robione tyle, ile się da. Niektóre wyglądają drastycznie, on broni się i płacze, ale nie są bolesne. Najważniejsze, że są efekty tej pracy i to widzi Magda, co mobilizuje ją do dalszego ćwiczenia. Poza tym ma 45-minutowy masaż klatki m. piersiowej, żeby go usprawnić oddechowo. Staś jest potem bardzo wymęczony, śpi długo, ale to też działa i pomaga.

Walka o Stasia nie ustaje

Tak, cały czas musimy działać, żeby zbliżyć się do upragnionej kwoty. Upragnionej, bo jest to zdrowie mojego wnuka, więc robimy wszystko, żeby pomóc, żeby ją zebrać. Mieliliśmy nadzieję, że lek będzie refundowany, ale niestety rząd odrzucił refundację. Więc trzeba cały czas działać. Tu nie można spocząć na laurach.

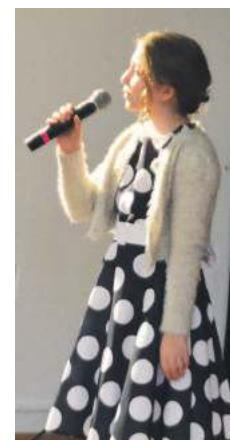
Dziękuję bardzo za rozmowę i trzymam kciuki! Na pewno się uda!

„Dobro wraca” - koncert charytatywny dla Stasia

To już kolejna akcja charytatywna, którą zorganizowano, aby wesprzeć zbiórkę na leczenie chorego na SMA Stasia Pucka. Tym razem organizatorkami niedzielnego koncertu (10 kwietnia), który odbył się w sali Maneż Domu Polonii w Pułtusku, były – babcia Stasia Agata Zalewska oraz Ewa Bochenek. Podczas wydarzenia do puszek zebrano 11 473,69 zł! Wydarzenie poprowadzili – Julia Bielińska i Artur Bednarek.

Na scenie wystąpili artyści – Wiktoria Sepełowska, Julia Bielińska, Danuta Filipiak, Zuzanna Szulecka, Aleksandra Janas, Alicja Jabłońska, Karol Kusak oraz zespół RossBand. Współorganizatorami koncertu byli: Zespół Szkół Zawodowych im. Jana Ruskowskiego w Pułtusku, Dom Polonii w Pułtusku oraz Ochotnicza Straż Pożarna w Grabówcu. Imprezie towarzyszyły kiermasze przygotowane przez Koła Gospodyń Wiejskich – „Czerwone

Korale” z Klas, „Zaborzanie” z Zaborza, „Nad Stawem” z Dębin, a także z Grabówca i Kacic – liczne atrakcje dla dzieci i młodzieży, np. malowanie twarzy przez wolontariuszy z pułtuskiej Trójki. Ochotnicy z Grabówca rezentację najstarszego w gminie Pułtusk, biorącego czynny udział w akcjach, wozu bojowego Renault Berliet, nazywanego przez strażaków pieścizną BABCIA, zdjęcia w strażackiej ramce dla dzieci i dorosłych, w stroju strażaka z dowolnym rekwizytem, a także pokaz



sprzętu strażackiego i łódki ratowniczej. Staś cały czas potrzebuje naszej pomocy. Do osiągnięcia celu, czyli zebrania kwoty potrzebnej na terapię genową, rehabilitację i zakup sprzętu medycznego, brakuje jeszcze ponad 7 milionów złotych. Zachęcamy do wpłat. Poniżej szczegółowe dane dotyczące rachunku, na który można przekazywać pieniądze:

Dane odbiorcy:

Fundacja Siepomaga
Pl. Władysława Andersa 3
61-894 Poznań
Numer rachunku
37 2490 1028 3587 1000 0016 7700
Tytułem
Darowizna Staś Pucek 0167700

Niedzielný koncert wsparli: Dom Polonii Pułtusk, Hotel Narwil Serock, Firma ISBUD Józef Łatyfowicz, PSS Społem Pułtusk, Auto Saszer Warszawa, Hurtownia spożywcza KOKOS, Hurtownia spożywcza Damian, Goden

Strefa Uśmiechu Kasia Łątkowska, Kwaciarnia Państwa Wąsiewskich, Kwaciarnia Niezapominajka Państwo Szczepankowscy, Kwaciarnia Zakątek Wiewiórki Ilona Bartczak, Dom Ubezpieczeniowy Spectrum Pułtusk Beata i Paweł Bielińscy, Mardom Pułtusk, PWAUTO s.c. Przemysław Konopka i Wojciech Dębski, Wydawnictwo Aleksander, Lodziarnia Pułtusk – Cezary Rzepnicki, Fryzjer męski GREGORIO Anna Pawlak, Państwo Elżbieta i Gregorij Aslanian, Elżbieta Strączewska, Dorota Pergół, Sławomir Pierzynowski, Sklep Natura Cezary Kownacki, KGW ZABORZANIE, KGW w Grabówcu, KGW w Kacicach, KGW Dębiny „NAD STAWEM”, KGW „CZERWONE KORALE”, Klub Wolontariusza Publicznej Szkoły Podstawowej nr 3 w Pułtusku, Ochotnicza Straż Pożarna w Grabówcu, Robert Lis, Studio Figura Pułtusk.

■ Ewa Kowalczyk
e.kowalczyk@pultusk24.pl



Wójt Mroczkowski powitał nowo narodzonych mieszkańców gminy

Maria, Hubert, Oliwia, Stanisław i Franciszek – to nowo narodzeni mieszkańcy gminy Obryte, których w środę 6 kwietnia odwiedził gospodarz gminy wójt Sebastian Mroczkowski.

Podczas wizyty dzieci otrzymały od wójta prezenty, a rodzice gratulacje. Sebastian Mroczkowski odwiedził Marię Bastkowską – córkę Julity i Radosława, Huberta Ciszewskiego – syna Joanny i Kamila, Oliwię Dudzik córkę Anity i Marka, Stanisława Godlewskiego syna Klaudii i Sebastiana oraz Franciszka Piątkowskiego syna Pauliny i Mateusza. Maluchom życzymy zdrowia, a rodzicom radości ze swoich małych pociech.

inf., zdj. UG Obryte



Kolejni uchodźcy przybyli do gminy Winnica

6 i 7 kwietnia do winnickiego Domu Kultury przybyli kolejni ukraińscy uchodźcy. Tam przygotowano dla nich miejsca zakwaterowania.

Jak informuje Komenda Powiatowa Państwowej Straży Pożarnej w Pułtusku, 6 kwietnia, mikrobus z OSP Winnica (1 ratownik) został zadysponowany do przewiezienia uchodźców z dworca PKP w Pięcirogach Nowych do Domu Kultury

w Winnicy. Dzień później, 7 kwietnia, mikrobus z OSP Winnica (1 ratownik) został zadysponowany do przewiezienia uchodźców z Dworca Centralnego w Warszawie do Domu Kultury w Winnicy.

inf. KP PSP Pułtusk

Z okazji zbliżających się Świąt Wielkanocnych, symbolizujących nadzieję, miłość, odrodzenie życia, Mieszkańcom Gminy Obryte składamy najserdeczniejsze życzenia zdrowia, spokoju oraz pogody ducha. Niech ten wyjątkowy czas napelni wszystkich optymizmem i wzmocni siły potrzebne do zmagania z codziennymi wyzwaniami.



Wójt Gminy Obryte
Sebastian Mroczkowski

Przewodniczący Rady
Gminy Obryte
Krzysztof Oleksa

TO MIEJSCE CZEKA NA TWOJĄ REKLAMĘ

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

Droga Krzyżowa ulicami miasta



W piątek, 8 kwietnia, po raz pierwszy po pandemicznej przerwie, ulicami Pultuska przeszła Droga Krzyżowa, opatrzona pięknymi komentarzami. Drogę Krzyżową, zorganizowaną wspólnie przez trzy parafie – św. Mateusza, św. Jana Pawła II oraz św. Józefa, rozpoczęła Msza Święta w Bazylice, po której licznie zgromadzeni wierni wyruszyli ulicami: Piotra Skargi, Świętojańską, Nadwodną, aby zakończyć na Starym Mieście przy kościele św. Józefa.

■ Anna Morawska
a.morawska@pultusk24.pl



więcej zdjęć do obejrzenia na
pultusk24.pl



XXIII Spotkania ze Sztuką Wielkanocną w MCKiS



W minionym tygodniu, Miejskim Centrum Kultury i Sztuki w Pultusku, odbyły się XXIII Spotkania ze Sztuką Wielkanocną. Wzięli w nich udział uczniowie Publicznej Szkoły Podstawowej nr 1 im. Klauzyny Potockiej, którzy wykonali urocze kurczaczki z wełny oraz jutowe pisanki.

zdj. MCKiS w Pultusku



OGŁOSZENIA DROBNE

AUTOMOTO

Kupię

BUDOWLANE
USŁUGI

- Cyklinowanie, lakierowanie, układanie tel. 507 603 653

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

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

EDUKACJA

USŁUGI

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

PRACA

DAM PRACĘ

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

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

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

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

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

Szukamy pracowników do ubojni trzody chlewnej i/lub jelicarni, mile widziane doświadczenie. Praca pod Wyszkowem. Więcej informacji 508-125-049, 500-516-433

- Zatrudnię stolarzy i pomocników z doświadczeniem przy produkcji i montażu mebli kuchennych, biurowych, sklepowych, szaf. Stała praca, ZUS +ubezpieczenie grupowe. Bardzo dobre warunki. Kontakt 604358586, Aleja Wojska Polskiego 60, meblomargm@wp.pl
- Firma transportowa zatrudni samodzielnego mechanika samochodowego i pomocnika mechanika do pracy w Pułtusku. Oferujemy umowę o pracę na pełen etat. Atrakcyjne wynagrodzenie. Tel. 604 230 130
- Zatrudnię brukarzy oraz pomocników. Kontakt telefoniczny 518938622

SZUKAM PRACY

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

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

**Telefon kontaktowy:
(22) 764 03 39
email: oferty@puplegionowo.pl**

- "ADAMS" Z.P.U. ADAM PERKOWSKI, Łajski, Pracownik Biurowy, 1 stanowisko. Wymagania: wykształcenie średnie ogólnokształcące, preferowane techniczne, znajomość MS OFFICE, mile widziana znajomość języków obcych. Obowiązki: Obsługa klienta, przyjmowanie i koordynacja zamówień, pilnowanie przeglądów serwisowych, przygotowanie dokumentacji. Firma zajmuje się sprzedażą bram segmentowych, przeciwpożarowych, kart rolowanych, rolet.

- AVIOTEX KKC SPÓŁKA Z OGRANICZONĄ ODPOWIEDZIALNOŚCIĄ, Legionowo, Księgowość, 1 stanowisko. Wymagania: wykształcenie średnie ogólnokształcące, doświadczenie przy prowadzeniu Księgowości SPZ O.O. Obowiązki: praca w Księgowości/ pełna Księgowość SPZ O.O.

- BANK SPÓŁDZIELCZY W LEGIONOWIE, Doradca Klienta, 2 stanowiska. Wymagania: wykształcenie średnie ogólnokształcące, obsługa MS Office, Praca w zespole, obsługa klienta, dyspozycyjność, doświadczenie w Bankowości- mile widziane. Obowiązki: obsługa klientów w zakresie rachunków bankowych, kredytów, sporządzanie dokumentów, pozyskiwanie nowych klientów, obsługa transakcji gotówkowych, otwieranie rachunków powierniczych, mieszkaniowych, umiejętność analizy dokumentów formalno-prawnych, ocena zdolności kredytowej klienta.

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

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

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

poczty.

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

śniadaniowy, 2 stanowiska. Wymagania: minimum 3 miesiące doświadczenia/ możliwość przyuczenia, komunikatywna znajomość języka polskiego. Obowiązki: uzupełnianie bufetu śniadaniowego, dbałość o porządek i estetykę, sprzątanie Sali restauracyjnej, dbanie o wysoką jakość obsługi gości.

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

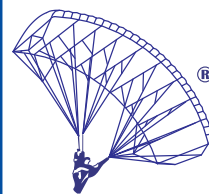
Warszawa, Specjalista ds. obsługi klienta, 1 stanowisko. Wymagania: wykształcenie średnie ogólnokształcące, obsługa komputera, łatwość w nawiązywaniu kontaktów, umiejętność szybkiego wyszukiwania informacji, kontakt z Urzędami, kontakt telefoniczny i mailowy z klientem. Obowiązki: kontakt z urzędami, kontakt z klientami (telefoniczny i mailowy), raportowanie wykonanych kontraktów z klientami, tworzenie pism urzędowych.

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

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

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

● SZKOŁA PODSTAWOWA NR 3 IM.
JANUSZA KUSOCIŃSKIEGO W
LEGIONOWIE, Pomoc nauczyciela z
językiem ukraińskim, 1 stanowisko.
Wymagania: wykształcenie średnie
ogólnokształcące, znajomość języków
obcych: bieglej, polskiego i j. ukraińskiego.
Obowiązki: pomoc dzieciom
obywatelstwa ukraińskiego w nauce
w języku polskim.

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

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

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

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

sufitów, miejsc trudno
dostępnych, obrazów, plansz itp.,
raz w miesiącu. Mycie okien,
gablów, przeszklonych szaf itp.,
raz na kwartał. Wykonywanie
innych poleceń dyrektora szkoły i
bezpośredniego przełożonego.

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

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

zleconych przez dyrektora,
intendenta oraz kucharki.

NIERUCHOMOŚCI SPRZEDAM

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

WYNAJMĘ

● Mieszkanie w pełni

wyposażone w centrum
Legionowa - 2450 zł.
W bardzo dobrym stanie,
składa się z: salonu
z kuchnią, toaletą
+ łazienka, sypialnia,
mały pokój. Parking
w garażu podziemnym.
Tel. 600-248-975

KUPIĘ

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

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

GRABO 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 (samozaładunek)

PUŁTUSK - GRABÓWIEC 92G

**WYKOPY, NIWELACJE TERENU
ROZBIÓRKI, WYBURZENIA**



koparko-ładowarka, wywrot + HDS
Pułtusk, tel. 693 564 617



BRIX

Dołącz do naszego zespołu w Kacicach

Poszukiwani pracownicy na stanowiska:

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

Dołącz do naszego zespołu w Nasielsku

Poszukiwani pracownicy na stanowiska:

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

Praca w Nasielsku,
z możliwością dojazdu z Pułtuską.

DODAJ OGŁOSZENIE DROBNE

REDAKCJA@GAZETAPOWIATOWA.PL
WYŚLIJ TREŚĆ:
WYCENIMY I OPUBLIKUJEMY

Zadzwoń 502 146 898

Prześlij swoje cv:
skopec@drogiimosty.com.pl

Kreatywnie, twórczo i pysznie!

- #Kurpiowska Wielkanoc z KGW „Nad Stawem”

W drugiej połowie marca Koło Gospodyń Wiejskich w Dębinach „Nad Stawem” zrealizowało projekt pod nazwą #Kurpiowska Wielkanoc. Na warsztaty z wicia palmy, oklejania, czyli pisanek kurpiowskich oraz tradycyjnych wielkanocnych potraw kurpiowskich Koło zaprosiło swoich członków, mieszkańców Cisk i Dębin oraz gości z sąsiednich miejscowości. Było kreatywnie, twórczo i pysznie.

W ramach projektu zorganizowano dwa spotkania. Pierwsze z nich odbyło się w niedzielę 20 marca i dotyczyło wicia palmy. Spotkanie odbyło się w Kuźni Kurpiowskiej w Pniewie. Przed warsztatami uczestnicy wysłuchali pogadanki na temat zwyczajów wielkanocnych na Kurpiach Białych. Święta Wielkanocne na Kurpiach były skromne i „chude”, bo Kurpie nie byli zamożni, ale za to były to święta bogate duchowo. Tylko najzamożniejsi gospodarze mogli pozwolić sobie na przygotowanie mięs na stoły. Przygotowania do Świąt Wielkanocnych zaczynały się jeszcze w karnawale. Wtedy to gospodynie zaczynały wicie tradycyjnego pająka, który był umocowany u sufitu i rozciągał się do każdego kąta chaty. Uczestnicy warsztatów mogli zobaczyć takiego pająka w Kuźni. Nieodzownym elementem przygotowań do świąt wielkanocnych było wicie palmy.



– Palma na Kurpiach Białych była skromna i naturalna – opisuje Halina Witkowska, lokalna twórczyni ludowa, kustosz Kuźni Kurpiowskiej – Do wicia używano bukszpanu, lnu, bazi oraz kłosów zboża. Dodawano do tego jedynie kwiaty z bibuły. Z takich właśnie materiałów uczestnicy warsztatów uwili swoje palmy – dodaje.

Na drugim spotkaniu warsztatowym przygotowywane były oklejanki, czyli kurpiowskie pisanki oraz tradycyjne dania wielkanocne. Od Pani



Haliny Witkowskiej wiemy, że już tylko ona okleja jajka w tradycyjny sposób, dlatego tak ważne jest uchronienie tej tradycji od zapomnienia.

– Do wykonania oklejanki potrzebna jest wydmuszka, specjalny klej na bazie mąki żytniej i wody, sitowie oraz włóczka:

zielona, czerwona, żółta, bordowa, różowa – wskazuje Halina Witkowska i ocenia – jak na pierwszy raz Gospodynie z KGW w Dębinach „Nad Stawem” bardzo dobrze poradziły sobie z oklejankami. Z powodzeniem mogą ozdobić nimi święconki.





Ukoronowaniem warsztatów była kolacja złożona z dań wielkanocnych. Na stole gościł żur z białą kielbasą i jajkiem, ugotowany na domowym zakwasie, przygotowany przez Gospodynię Elżbietę, paszteciki z kminkiem, kruche mięsa z ćwikłą, sałatka jarzynowa, jajka z chrzanem i śmietaną oraz sernik z rodzynkami.

Warto dodać, że oba spotkania były wielopokoleniowe. Nasze Gospodynie przyszły ze swoimi mamami i dziećmi, gościliśmy również babcie z wnuczkami. Było miejsce i zadanie dla każdego – i tych młodszych i starszych. Uczestnicy byli bardzo zadowoleni ze wspólnie spędzonego czasu.

– Dla mnie było to czas spędzony bardzo pożytecznie i kreatywnie. Oprócz trwałych efektów naszych warsztatów, czyli palm i oklejane, był czas na wspólne rozmowy, śmiech, wymianę doświadczeń o zwyczajach wielkanocnych w naszych rodzinach, pogłębienie wiedzy na temat tradycji kurpiowskich, ale była to także świetna okazja do powrotu do aktywności, które kiedyś wyko-

nywało się w szkole – wspomina Gospodyni Ania.

Warsztaty Wielkanocne były kolejnym wydarzeniem zorganizowanym przez Gospodynię z Dębin, związanym z kulturą i tradycjami Kurpi Białych – Jednym z celów naszej organizacji, jaki określiliśmy w momencie jej założenia, jest kultywowanie rodzimych tradycji i zwyczajów Kurpi Białych. Warsztaty wielkanocne były już trzecimi warsztatami w duchu Kurpi Białych – informuje Bożena Ciskowska, Przewodnicząca KGW w Dębinach „Nad Stawem” i wylicza – pierwsze warsztaty odbyły się w listopadzie 2021 roku i obejmowały przygotowywanie fafernuchów, sódziaków oraz tradycyjnego ciasta drożdżowego. Na drugich warsztatach w grudniu 2021 roku poświęconych wigilijnym zwyczajom Kurpi Białych, gotowałyśmy kotlety gryczane, kapustę z kaszą, pierogi z farszem gryczanym. Tym razem na tapet wzięliśmy tradycje i zwyczaje okresu wielkanocnego.

– Jest nam niezmiernie miło, że miałyśmy możliwość przybliżyć naszym mieszkańcom dawne



tradycje i zwyczaje. Dzięki temu będą one nadal żywe, będziemy mogli je kultywować i przekazywać naszym dzieciom i wnukom – podsumowuje Jolanta Kucińska, Wiceprzewodnicząca KGW w Dębinach „Nad Stawem”. Z racji tego, że warsztaty spotkały się z dużym zainteresowaniem, KGW w Dębinach „Nad Stawem” planuje podobne działania w przyszłości. Projekt #Kurpiowska Wielkanoc został sfinansowany ze środków Fundacji PZU.

Aleksandra Karłowicz



reklama...

**HURTOWNIA
ELEKTRYCZNA
HURT-DETAL**



**Pułtusk, Al. Kardynała Wyszyńskiego 24
tel. 512 765 621, 512 765 624**

elmax.pultusk@wp.pl

Zaczął się od Wawelu – Zdzisław Pieńkos i jego niezwykła pasja

Trzeba mieć duszę i dziecka, i pasję prawdziwego historyka, żeby tworzyć takie dzieła. Zdzisław Pieńkos od lat tworzy ceramiczne repliki zamków Europy i Bliskiego Wschodu, w skali 1:300. Sam jest też dowodem na to, że warto w dorosłym życiu powrócić do młodzieńczych zamiłowań.

Zdzisław Pieńkos (1943) jest absolwentem Wydziału Historycznego Uniwersytetu Warszawskiego, wieloletnim nauczycielem historii w Liceum Ogólnokształcącym im. Piotra Skargi w Pułtusku, obecnie emerytowanym. Pracę dydaktyczną łączył z pasją sportową – był trenerem podnoszenia ciężarów I klasy – w latach 1989-2000 trenerem reprezentacji Polski w trójboju siłowym (54 medale Mistrzostw Świat i Europy). Za pracę dydaktyczną i trenerską wielokrotnie nagradzany – 4 nagrody Ministra Edukacji i 12 nagród Ministra Sportu. Doceniany także lokalnie – wielokrotnie zdobywał tytuł Trenera Roku., odznaczony medalem „Za Zasługi dla Miasta Pułtusk”. Jest autorem publikacji o tematyce historycznej, a obecnie czekamy na jego książkę o pułtuskim sporcie.

Połączenie historii i podróży było inspiracją do powrotu do młodzieńczej pasji – ceramicznych replik zamków. Większość z nich podziwiał podczas licz-

nych wycieczek po Europie. Wspólnie z żoną Wandą Koniecką-Pieńkos, także nauczycielką, polonistką, zwiedzał Hiszpanię, Włochy, Francję, Austrię czy Niemcy. Są też jednak zamki, które w całości są wytworem wyobraźni ich twórcy – i te, dla postronnego obserwatora, są najpiękniejsze, najbardziej bajkowe.

Jak to się zaczęło?

– Urodziłem się przy ul. Rynek 13 w Pułtusku (dziś mieści się tam Centrum Dziedzictwa Kulturowego, przyp. red.). Bliżej rzeki usytuowany był zakład garncarski, mnie jednak interesowały nie tyle doniczki, ile glina. Zaczęłem dłubać w tej glinie, a ponieważ miałem zainteresowania hi-



storyczne, więc jak historia, to zamki, zaczął się od Wawelu.

Wawel, wykonany przez 14-letniego Zdzisława, wygrał nawet szkolny konkurs plastyczny, jednak wspomnienie tego zamku dziś nie napawa go szczególną

dumą. Budowanie zamków wznowił dopiero w latach 90. – Te pierwsze zamki też były nie do końca dopracowane w szczegółach, bo niemalowane, natomiast okazało się, że żona ma talent malarski i sprawa się dopięła. Ja wykonywałem pracę od strony plastycznej, żona od strony malarskiej i tak te zamki zyskały swą obecną formę. Początkowo, tworząc zamki, korzystałem z gliny z zakładu garncarskiego państwa Ostrowskich z Grabówca. Jednak to, co dobre dla doniczek, okazało się niekoniecznie dobre dla form wymagających większej precyzji. Doniczkowa glina miała różne zanieczyszczenia i często przy wypalaniu bryły okazywało się, że niektóre elementy pękały, więc cała praca szła na marne. Dlatego znalazłem w Warszawie zakład ceramiczny, w którym mogłem nabyć wysokiej jakości glinę sprowadzaną z Niemiec.

Ta glina nie była tania, ale nie mazała się w trakcie pracy, nie brudziła rąk i co najważniejsze – nie odpryskiwała, a przy dobrym wysuszeniu nie pękała.

Jak powstają te niezwykle dzieła?

Jak każdy mistrz pan Zdzisław ma też sekrety swojego warsztatu, część z nich udało nam się poznać. Zanim jednak taki zamek powstanie, najpierw potrzebny jest zachwyt nad danym obiektem – to coś, co sprawia, że chce się mu poświęcić wiele dni pracy. Potem trzeba poznać plan budynku, żeby poprawnie odtworzyć proporcje, wtedy można przystąpić do dalszej pracy. Cała technika polega na wykonywaniu poszczególnych elementów – raz się robi tylko dach, innym razem bryłę budynku, w innym czasie robi się mury obronne. Wydaje się dość proste,



jednak z materią, jaką jest glina, trzeba postępować odpowiednio, żeby wszystko wyszło dobrze i równomiernie, żeby nie popękało lub się nie zdeformowało. – Trzeba być czujnym, bo można się napracować dwa tygodnie i zepsuje się w ciągu kilku godzin, bo wyschnie nierównomiernie i skrzywi się, a jak się skrzywi i wyschnie, to już kłopot, nie można nic zmienić. Więc tutaj mam swoje techniki, które pozwoliły mi uniknąć tych różnych zagrożeń. Wreszcie przychodzi ten moment – mój ulubiony – kiedy wszystko w elementach jest wykonane, wtedy robi się wzgórze czy

plaszczynę, na której stoi zamek, a potem jest montaż. – I to jest najprzyjemniejsze, bo wylania się to dzieło powoli, stopniowo. Wołam wtedy żonę i mówię – popatrz, jak to fajnie wygląda. Po montażu czas na wypalenie w specjalnym piecu. I wtedy dzieło się zamyka. Cały proces trwa od tygodnia do trzech, w zależności od wielkości zamku, a potem trzeba z tydzień namawiać żonę, żeby pomalowała.

Pokażna kolekcja i wystawy

W domu państwa Pieńkosów stoi około 70 zamków, choć powstało ich znacznie więcej, bo ponad 100. Jednym z ostatnich był zamek pułtuski, zbudowany w ubiegłym roku, ale nie ten, który znamy, tylko dawny, XVI-wieczny, mający zupełnie inną bryłę i urok dawno minionej epoki. Tę replikę można dziś podziwiać w krużgankach pułtuskiego zamku. Z elementów lokalnych, na półce, stoi pułtuski ratusz.

Każdy z zamków ma swoją bogatą historię, jak chociażby zamek w Chocimiu na Podolu. Jest to budowla obronna, usytuowana na wysokim, skalistym brzegu Dniestru, gdzie Polacy stoczyli dwie zwycięskie bitwy z Turka-

mi. Jest to jedna z ostatnich budowli, obok zamku w Pułtusku i w Nidzicy, wykonanych przez pana Zdzisława.

Na drewnianej półce stoi też replika wzniesionego na niedostępnej skale zamku Queribus, ostatniej twierdzy katarów. – Kiedyś moją wyobraźnię bardzo pobudził francuski zamek Queribus. Jest to twierdza katarów – sekty religijnej działającej w XII-XIII wieku w południowej Francji. Tam, z polecenia papieża Innocentego III, podjęli wyprawy krzyżowe katolicy ortodoksi, mordując każdego, kto się nie chciał nawrócić. Zamek Queribus był ostatnim, który się bronił przed krzyżowcami. Do dziś zachował się w dobrym stanie. Byliśmy tam, ale nie weszliśmy na wieżę, bo wiatr wyl w zamkowych murach, jak setki potępieńców, a z wieży dobiegało przerażające dudnienie i łoskot. Dosłownie nas przewracało, ale wrażenia do dziś pozostały niesamowite.

Jest też pałac papieski w Awinionie – dawna rezydencja papieża wzniesiona w XIV wieku w okresie niewoli awiniońskiej, kiedy to w latach 1309-1377 Awinion pełnił tymczasowo rolę Stolicy Apostolskiej. Wypędzeni z Rzymu papieże



znaleźli schronienie we Francji, u Filipa XIV Pięknego.

W kolekcji zobaczyć można replikę niemieckiego zamku Eltz. Niedawno w programie telewizyjnym o średniowiecznych zamkach przedstawiono ciekawą historię tego obiektu. – Właściciele tego zamku, zachowanego w dobrym stanie, od XV wieku władają nim do dziś. Tu każdy segment budowli to inna gałąź rodu, a tych gałęzi było 7 lub 8.

W zbiorze nie mogło zabraknąć też zamku w Gniewie, gdzie dzięki panu Andrzejowi Grabowskiemu kilka lat temu zorganizowana została wystawa prac pana Zdzisława.

Po wystawie pozostał w Gniewie okazały model tego zamku w kształcie z XV wieku, a Andrzej (Grabowski – przyp. red.) zrewanżował mi się piękną szablą. Drugi, nieco mniejszy, stoi w siedzibie Polmleku przy ul. War-

szawskiej. Namawiam Andrzeja, żeby dobudował donżon, który nie zachował się do obecnych czasów (fr. donjon, wieża łącząca w sobie główne funkcje mieszkalne i obronne, zamieszkiwana w czasie pokoju). Jest to spora inwestycja, ale zamek, moim zdaniem, bardzo by zyskał, poza tym byłby to wspaniały punkt widokowy.

Zamki są pasją, nie powstają dla zarobku, tylko dla czystej przyjemności tworzenia, ale też są pięknym подарunkiem, np. dla sponsorów pomagających w działalności sportowej. Wówczas takie dzieło zyskuje odpowiednią oprawę w postaci szklanej gabloty, wykonywanej na zamówienie specjalnie do danego modelu. Czasami dzieła te są prezentowane na różnych wystawach.

Pierwsza miała miejsce w pułtuskiej galerii „Cztery Strony Świata” w 2004 roku. Tę wystawę pan Zdzisław z małżonką wspominają szczególnie ciepło – była świetnie zorganizowana przez Miejskie Centrum Kultury i Sztuki w Pułtusku, każdemu modelowi towarzyszyła plan-sza z oryginalnym zamkiem i piękna aranżacja replik. Wystawa cieszyła się ogromnym

powodzeniem i frekwencją. Co ciekawe, zdjęcia modeli do folderu robione były przez państwa Pieńkosów... na żwirowni, wykorzystanie natury: nieba, piasko-czysto-kamienistego podłoża jako tła, okazało się strzałem w dziesiątkę dla końcowego efektu. Były też wystawy w Toszku, w Płońsku i w Gołdziejnie – z tą wystawą też wiąże się ciekawa historia. – Po wystawie podeszli do nas jacyś ludzie i zapytali, czy mogą kupić taki zamek do akwarium. Powiedziałem, że tak, bo w wodzie taki model zachowuje się jak cegła i przetrwa 50, a więcej lat.

Co dalej?

Pan Zdzisław zarzeka się, że czas jego twórczości minął. – Zamki w Chocimiu i w Nidzicy to chyba moje ostatnie wysiłki w tym zakresie. Dzisiaj już bym nic nie zbudował, bo mam problemy z oczami. Takie budowle wymagają precyzji, tu każde pół milimetra ma znaczenie, więc potrzebny jest sokoli wzrok. My jednak trzymamy kciuki, żeby takich zamków pana Zdzisława Pieńkosa, które zauroczą oglądających, powstało jeszcze wiele.

■ Anna Morawska
a.morawska@pultusk24.pl

Dla relaksu, dla wytchnienia

Przy okazji pisania tekstu o pasji Zdzisława Pieńkosa okazało się, że jego żona, Wanda Koniecka-Pieńkos, nie odbiega od męża w artystycznych zamiłowaniach i talencie, choć objawia się on zgoła inaczej.

Pani Wanda – jak sama mówi – dla relaksu, dla wytchnienia, rysuje obrazy. Są to głównie pejzaże nadnarwiańskie, inspirowane naturą. A ponieważ lubi „szybką robotę”, na którą nie trzeba długo czekać,

jak w przypadku malarstwa olejnego, jej ulubioną techniką są suche pastele. I tak, spod jej ręki wychodzą piękne kwiaty, malownicze łąki czy pułtuskie zabytki. Talent artystyczny objawia się w rodzinie pani Wandy

od strony mamy, gdzie był on nawet bardziej rozwinięty. Ściany domu państwa Pieńkosów zdobią więc nie tylko pastelowe rysunki, ale także olejne pejzaże jej cioci. Honorowe zaś miejsce zajmuje rodzinna pamiątka z 1936 roku – czerwone maki w pięknej ramie.

■ Anna Morawska
a.morawska@pultusk24.pl



Prof. dr hab. n. med. Robert Gajda cytowany przez najbardziej prestiżowe czasopisma kardiologiczne w świecie i zapraszany do renomowanych pism jako „Redaktor gościnny”

Dopiero co w *EP Europace*, piśmie European Heart Rhythm Association (Europejskiego Stowarzyszenia Rytmu Serca), European Society of Cardiology (Europejskiego Towarzystwa Kardiologicznego) ukazał się artykuł „How to use digital devices to detect and manage arrhythmias: an EHRA practical guide” (Jak używać urządzeń cyfrowych do wykrywania i

leczenia arytmii: praktyczny przewodnik EHRA). W tym artykule prof. Robert Gajda został cytowany dwukrotnie (poz. 158,159). Prof. Robert Gajda wśród znawców tematyki uchodzi za czołowego eksperta w świecie w zakresie „użyteczności pulsometrów sportowych w wykrywaniu arytmii serca u sportowców”. Dotychczas napisał sam lub w doborowym towarzystwie

wybitnych naukowców, też z zagranicy, około 30 artykułów dotyczących tylko tej tematyki będąc „pierwszym” autorem. Tak się złożyło, że w ostatnich dniach został zaproszony do bycia „Guest Editor” w prestiżowym medycznym naukowym piśmie: *International Journal of Environmental Research and Public Health* wydaniu specjalnym: Special Issue „New Advances on the

Effects of Running on Human Health” (Nowe postępy w zakresie wpływu biegania na zdrowie człowieka). Zaproponowanie stanowiska „Guest Editor” świadczy o rozpoznaniu w osobie p. prof. Roberta Gajdy światowego eksperta w tym zakresie. Nie może być lepszej reklamy dla Pułtusk w świecie nauki jak taka właśnie widoczność i działania. Gratulujemy.

Redakcja



Ryc. 1. : Pismo EP Europace „Europejskiego Stowarzyszenia Rytmu Serca” - Europejskiego Towarzystwa Kardiologicznego - wraz z cytowaniami i Impact Factor (siła oddziaływania)



Prof. dr hab. n. med. Robert Gajda przed wykładem w Budvie (Czarnogóra)

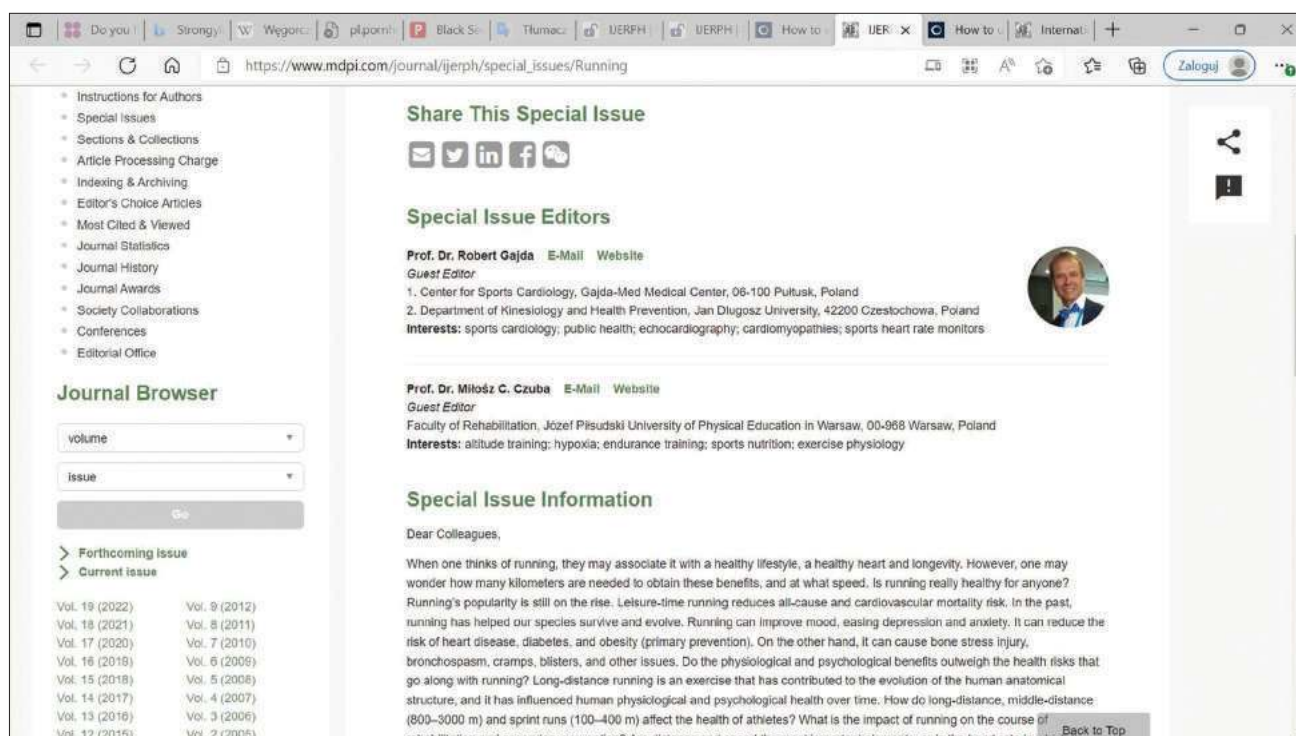
158 Gajda R. Is continuous ECG recording on heart rate monitors the most expected function by endurance athletes, coaches, and doctors? *Diagnostics* (Basel) 2020;10:867.

Google ScholarCrossref

159 Gajda R, Biernacka EK, Drygas W. Are heart rate monitors valuable tools for diagnosing arrhythmias in endurance athletes? *Scand J Med Sci Sports* 2018;28:496–516.

Google ScholarCrossrefPubMed

Year	BioRxiv Journal Impact*	IF	Total Articles	Total Cites
2020/2021	-	6.343	266	16459



Ryc. 2. „Guest Editor” w prestiżowym medycznym naukowym piśmie : *International Journal of Environmental Research and Public Health* wydaniu specjalnym: Special Issue „New Advances on the Effects of Running on Human Health” (Nowe postępy w zakresie wpływu biegania na zdrowie człowieka). Link: (IJERPH | Special Issue : New Advances on the Effects of Running on Human Health (mdpi.com))

ZDANIEM EUROPOSŁA

Bezpieczeństwo żywnościowe

Bezpieczeństwo żywnościowe to hasło, którym w ostatnich latach mało kto zaprzątał sobie głowę w sytej i żyjącej w dostatku Europie. W Polsce także temat produkcji żywności i zainteresowanie wpływającą na nią w znacznym stopniu unijną Wspólną Polityką Rolną pozostawały zagadnieniem raczej niszowym. Wojna w Ukrainie dosadnie przypominała nam jednak, że żywność i rynek rolno-spożywczy to jedna z najważniejszych gałęzi gospodarki. Putin nie tylko fizycznie niszczy Ukrainę i bestialsko morduje cywilów. Destabilizuje także światowy rynek żywności. Eksperci alarmują, że światu grozi kryzys, który odczują zarówno rolnicy, jak i konsumenci. Konsekwencją wojny za naszą wschodnią granicą może być głód w krajach Afryki i drożyzna w Europie.

Wojna w Ukrainie to bowiem wojna w spichlerzu świata. Rosja i Ukraina razem odpowiadają za niemal 30% światowych dostaw pszenicy i 20% dostaw kukurydzy; Ukraina jest głównym dostawcą paszy dla zwierząt na świecie. 70% eksportu oleju słonecznikowego także pochodziło z basenu Morza Czarnego. Obecnie toczą się tam działania wojenne, a statki z portów nie wypływają. W wyniku konfliktu światowa podaż zbóż i oleju załamała się, co wywindowało ceny. Ukraińskim zbożem żywiły się nie tylko bogate szejkanaty Bliskiego Wschodu, które są w stanie zapłacić każdą cenę za potrzebne zboże i natychmiast zaczęły

szukać innych dostawców. Od ukraińskiego zboża uzależnione były przede wszystkim państwa biedne, takie jak Egipt, Tunezja czy Irak. Choć chleb dziś jest tam subsydiovany, jego wysoka cena i tak wywołuje społeczne protesty. Dziś nie ma także wątpliwości, że bez względu na to, jak długo wojna w Ukrainie będzie trwała, konsekwencje dokonanych zniszczeń będą rezonować na przyszły i kolejne sezony rolnicze. Mówił o tym ukraiński minister rolnictwa, który był naszym gościem w Komisji Rolnictwa w Parlamencie Europejskim. W Ukrainie niszczone są elewatory i sprzęt rolniczy. Rolnicy nie mogą wyjechać w pole, bo albo są ostrzeliwani przez Rosjan, albo ich ziemia jest zaminowana. Nawet jeżeli jakimś cudem uda się obsiać część arealu, pytaniem pozostaje wysokość plonu, zważywszy na ogromne braki nawozów i paliwa. Nie można zapominać, że kraj, który do tej pory żywił znaczną część świata, do wyżywienia ma też 44 miliony swoich obywateli. Około 2 milionów Ukraińców znalazło schronienie w Polsce. Dla nas to ogromna liczba nowych konsumentów, których musimy wyżywić i kolejny argument, który należy brać pod uwagę w rozważaniach nad naszym bezpieczeństwem żywnościowym. Żywnościowo Polska jest samowystarczalna, jedzenia u nas nie powinno zabraknąć dla nikogo. Do tej pory, przez wiele lat udało się nam wypracować ogromną nadwyżkę eksportową towarów rolno-spożywczych, za granicę sprzedawaliśmy 30% produkowanej u nas żywności. Jeśli chodzi o zboża: ogółem rocznie produkujemy ok.

29 mln ton, z czego eksportujemy pomiędzy 5-9 mln ton. Stan naszych państwowych rezerw pozostaje tajemnicą. Tajemnicą nie jest jednak, że galopujące ceny pszenicy na globalnym rynku i słabnący złoty stanowią pokusę sprzedaży ziarna, które powinno zostać w Polsce.

W przypadku naszego kraju aktualnym problemem nie wydaje się być niewystarczająca podaż żywności, ale jej koszt. Miejmy na uwadze, że dzisiejsze, już horrendalnie wysokie ceny na sklepowych półkach nie są jeszcze odzwierciedleniem spowodowanej wojną w Ukrainie sytuacji na rynkach światowych. Podwyżki, których jako konsumenci doświadczamy od wielu miesięcy, to na razie „powikłania popandemiczne” – skutki zerwanych w pandemii łańcuchów dostaw, ogromnych podwyżek cen energii, w wyniku których nieopanowanie rosły wszystkie inne koszty produkcji. Nie zapominajmy także o terapii szokowej zaserwowanej przedsiębiorcom przez rządzących w postaci Polskiego Ładu, który okazał się być Totalnym Chaosem. Do tego galopująca inflacja spowodowana konsekwentnym pompowaniem pustych pieniędzy w rynek. Teraz do wcześniejszych problemów dochodzą nowe. Ceny pszenicy na całym świecie po prostu oszalały. A cena ziarna wpływa przecież na cenę mąki, cenę chleba i makaronu; wpływa na cenę mięsa i wyrobów mleczarskich, bo ziarno to też niezbędna pasza treściwa dla zwierząt.

Dla polskich rolników także fatalnie zaczyna się kluczowy czas w roku. Wystarczy spojrzeć na cenę nawozów, która

bezpośrednio zależy od ceny gazu. Saletra – podstawowy nawóz, od którego zależy wielkość zbieranego plonu – kosztuje obecnie tyle, że wielu rolników nie nawiezie nią swoich pól, bo po prostu nie stać ich na zakup. Za tonę saletry płaci się obecnie w porównaniu z 6000 zł – rok temu kosztowała 1200 zł. A nawóz to przecież nie wszystko – rolnik także zużywa energię, potrzebuje paliwa, potrzebuje środków produkcji, środków ochrony roślin. Koszty produkcji rolniczej zdecydowanie prześcigają obecnie wzrost cen produktów rolnych. W niebo rolnicy patrzą z równym niepokojem jak w wydrenowane podwyżkami portfele. Jeśli utrzyma się niepokojący brak deszczu, to i z saletry w polu niewielki pożytek, bo brak opadów sprawia, że nawozy nie mają się jak rozpuścić i odpowiednio zadziałać.

W przyszłym roku miały wejść w życie ambitne reformy unijnego rolnictwa związane m.in. z wdrażaniem zapisów Zielonego Ładu. Nie wchodząc w szczegóły, zgłaszaliśmy do nich wiele zastrzeżeń, obawiając się chociażby, że wpłyną na zmniejszenie wydajności europejskiego rolnictwa, obniżą przychody rolników i zwiększą presję związaną z importem produktów rolno-spożywczych spoza Unii. W obecnej sytuacji, gdy nasz sektor rolny najpierw boleśnie dotknięty przez pandemię, teraz mierzy się z trudną sytuacją wynikającą z rosyjskiego ataku na Ukrainę, nie mamy wątpliwości, że wdrażanie



nowych przepisów powinno zostać zawieszone. Jako posłowie do Parlamentu Europejskiego zaapelowaliśmy o to do Komisji Europejskiej. To nie jest czas na ambitne reformy. Wszelkie zmiany ograniczające produkcję rolną powinny zostać wstrzymane. Nie mamy też wątpliwości, że polski rząd powinien jak najszybciej zejść z wojennych ścieżek z Unią Europejską i zrealizować wyroki TSUE, od których zależy odblokowanie środków z Krajowego Planu Odbudowy. Chodzi o gigantyczne fundusze, które mają pomóc unijnym gospodarkom podnieść się z kryzysu wywołanego pandemią. Na 162 mld zł czekają nie tylko polscy rolnicy, ale też przedsiębiorcy czy samorządy. Odblokowanie tych środków to polska racja stanu, ale dla PiSu ważniejsze są fanaberie ministra Ziobry, który zapewnia rządowi lichą większość, a w zamian bezkarnie demoluje polski porządek prawny. Nie po raz pierwszy

okazuje się, że polityczny interes jednego człowieka jest ważniejszy niż interes Polaków.

Kilka dni temu rząd przedstawił swój pomysł na zapewnienie Polakom bezpieczeństwa żywnościowego. Ma nim być utworzenie Krajowej Grupy Spożywczej, której zadaniem będzie m.in. zapewnienie rolnikom godnego wynagrodzenia i walka ze zjawiskami cenowymi. Kiedyś już żyliśmy w systemie, w którym winę za wysokie ceny ponosili spekulanci, państwo zaś ambitnie zwalczało takich szkodników i ignorując prawa rynkowe, decydowało o poziomie cen. Wtedy podobne rozwiązania doprowadziły jedynie do patologicznego systemu reglamentacji w postaci sławetnych kartek na podstawowe produkty spożywcze. Warto mieć to na uwadze, gdy sięga się po rozwiązania ze słusznego minionego systemu.

Jarosław Kalinowski
Poseł do Parlamentu Europejskiego

Niech Wielkanoc
będzie czasem prawdziwej radości
i przyniesie ulgę wśród trosk,
które stają się naszym
codziennym udziałem.

Z nadzieją na spokojniejszy czas
i z świątecznymi pozdrowieniami

Jarosław Kalinowski
Poseł do Parlamentu Europejskiego



ogłoszenie...

WYCIĄG Z OGŁOSZENIA O PRZETARGU

zgodnie z § 6 ust. 5a Rozporządzenia Rady Ministrów z dnia 14 września 2004 r. w sprawie sposobu i trybu przeprowadzania przetargów oraz rokowań na zbycie nieruchomości (Dz. U. z 2021 r. poz. 2213 t.j.)

Wójt Gminy Pokrzywnica
ogłasza I przetarg ustny nieograniczony na sprzedaż działek:

Położenie nieruchomości	Oznaczenie nieruchomości w rejestrze ewidencji gruntów i budynków	Powierzchnia	Cena wywoławcza nieruchomości w zł - Netto	Wymagane wadium w zł	Termin i miejsce przetargu	Opis
Obręb Pokrzywnica, gmina Pokrzywnica	300/1	0,1289 ha	200.000,00 zł	30.000,00 zł	17 maja 2022 roku godz. 11.00 w Urzędzie Gminy Pokrzywnica w sali konferencyjnej	Nieruchomość zabudowana dla której prowadzona jest KW OS1U/00021732/9

Informacja o miejscu wywieszenia i publikacji ogłoszenia o przetargu: Tablica ogłoszeń Urzędu Gminy Pokrzywnica i sołectwa: Pokrzywnica oraz na stronie internetowej Urzędu Gminy (pokrzywnica.pl) i Biuletynie Informacji Publicznej Gminy Pokrzywnica (bip.pokrzywnica.pl)

Dane teleadresowe, pod którymi można uzyskać szczegółowe informacje: Urząd Gminy Pokrzywnica, Aleja Jana Pawła II 1, 06-121 Pokrzywnica, pokój nr 15 w godzinach pracy urzędu lub pod nr tel. (23) 691 87 21 wew. 01066.

Kacper Knochowski

NOWOŚĆ**Młodzi mają głos**

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



Solidarni z Ukrainą!

Wojna na Ukrainie nadal trwa i zbiera ogromne żniwo w ludziach. Cały demokratyczny Zachód pomaga uchodźcom jak może. Zaś państwa autorytarne lub totalitarne, zarządzane przez osoby niepotrafiące empatycznie spojrzeć na tragedię ludzką, „kalkulują” (jakkolwiek to bestialsko brzmi), czy życie Ukraińców jest mniej, czy więcej warte od ich jachtów, willi czy odrzutowców.

Pierwszą kwestią, wobec której nie da się przejść obojętnie, stawiając tezę o bestialstwie Rosji i Białorusi, jest tzw. „rzeź w Buczy”. To, w jaki sposób zachowali się wówczas Rosjanie zakrawa o pomstę do nieba. Prof. Arkadiusz Stempin w jednej ze swoich książek wspomina o postrzeganiu teje narodowości w XVII wieku. Byli oni uznawani za „dzikusów”. Przez swoje czyny są oni dalej postrzegani w ten sposób, ponieważ historia, jak i współczesne wydarzenia pokazują nam, że Rosjanie na wojnie nie posiadają żadnych hamulców. Traktują w taki sposób drugą osobę, która wedle takich myślicieli jak John Locke, czy Niccolò Machiavelli, według prawa naturalnego, są po prostu równi. Wycieranie sobie gęby przez Władimira Putina Pismem Świętym jest, rzecz jasna, świętokradztwem, a Cyryl moskiewski jest tak samo winien wojny na Ukrainie, jak papież katolicki za czasów wypraw krzyżowych.

Opisując obecną sytuację geopolityczną w stosunku do Ukrainy nie sposób nie wspomnieć o tym, co wydarzyło się na Węgrzech w ubiegłym tygodniu. Fidesz (niestety) po raz kolejny zwyciężył w nierównych wyborach i zdobył większość konstytucyjną, która pozwoli Viktorowi Orbanowi przez kolejne lata mieszać w ustroju Węgier. Budapeszt, co należy otwarcie stwierdzić, od dłuższego czasu jest państwem europejskim spoglądającym bardziej na Wschód, niżeli na Zachód. Węgry, podczas konfliktu ukraińsko-rosyjskiego, są faktycznym koalicjantem W. Putina. Nie chcą zaostreżać sankcji na Kreml ani pozwalać na tranzyt broni przez ich terytorium na Ukrainę. Przywódca Fideszu w jednym wywiadzie zapytany o to, dlaczego jego państwo prowadzi taką politykę i nie pomaga W. Zełenskiemu, odpowiedział: „Wołodimir Zełenski nie głosuje na Węgrzech”.

W piątek, 8 kwietnia, do Kijowa przybyła Przewodnicząca Komisji Europejskiej, Ursula von der Leyen, wraz z Wysokim przedstawicielem Unii do spraw zagranicznych i Polityki Bezpieczeństwa Josepem Borrellem. Takowa wizyta była bardzo ważnym gestem solidarności pomiędzy UE a Ukrainą. Przewodnicząca KE podczas jednego przemówienia powiedziała, że „Ukraina należy do Europy. Tutaj rozpoczyna się wasza droga w stronę Unii Europejskiej”. Po wypowiedzeniu tych słów przekazała W. Zełenskiemu niezbędne dokumenty do nadania Ukrainie statutu państwa kandydującego do Wspólnoty. Dyplomatyczne wsparcie ze strony Unii Europejskiej dla Ukrainy jest bardzo ważne. Państwo to musi mieć pewność zabezpieczenia swojej przyszłości, która szczególnie w tej chwili jest bardzo niepewna. Można nie dogadywać się z UE i pertraktować z W. Putinem, tak jak to robi V. Orban. Jednakże można również zabiegać o wstąpienie swojego państwa do demokratycznego świata, tak jak to robi W. Zełenski.

W czasach, kiedy światowy pokój wisi na włosku, Zachód powinien trzymać się razem. Zasady demokracji i praworządności powinny być nienagannie przestrzegane i propagowane przez państwa będące w tymże gremium. Gołym okiem widać, że V. Orban i W. Putin preferują sprawowanie rządów autorytarnych. Zaś W. Zełenski i przedstawiciele państw UE chcą demokracji. To od nas zależy, z kim będziemy prowadzić wspólną politykę międzynarodową i jakimi wartościami będziemy się kierować.

Rubryka **Dietetyka**

Popraw swoje trawienie w kilku prostych krokach

Kiedy wszystko działa płynnie, zwykle przyjmujemy to za pewnik, ale kiedy sprawy tracą równowagę, szybko stają się wszystkim, o czym myślimy. Zgaga, wzdęcia, nudności, biegunka – możemy sobie z nich żartować, ale te objawy złego trawienia mogą sprawić, że pocujemy się wręcz nieszczęśliwi, nie mówiąc już o aspołeczności.

Zaburzenia trawienia wrosły dramatycznie w ostatnich latach, prawdopodobnie dlatego, że nasz szybki tryb życia zawiera wiele elementów, które przyczyniają się do problemów, takich jak wysoki poziom stresu, zbyt dużo czasu spędzanego na siedzeniu, niewystarczająca ilość ruchu i zdecydowanie niewystarczająca jakość snu. Jeśli odczuwasz ból w układzie pokarmowym, ważne jest oczywiście, aby skontaktować się z lekarzem rodzinnym, aby mógł pomóc Ci wykluczyć jakiegokolwiek problemu medycznego. Dobrą wiadomością jest to, że jeśli problem medyczny nie jest przyczyną, często można przywrócić prawidłowe trawienie poprzez wdrożenie kilku prostych nawyków na całe życie. Przyjrzyjmy się sposobom, w jaki możesz odkryć aby, odzyskać życie towarzyskie i mieć pewność, że to, co jesz, naprawdę odżywia Twoje ciało.

Jedz dietę pełnowartościową

Określenie „pełna żywność” oznacza wybieranie najbardziej naturalnej, najmniej przetworzonej wersji, gdy tylko jest to możliwe, bez względu na formę diety (zbilansowaną, niskowęglowodanową, wegetariańską itp.). Całe pieczone jabłko zamiast szarlotki. To najlepszy sposób na upewnienie się, że jedzenie zawiera wszystkie niezbędne składniki odżywcze i enzymy, dzięki czemu jest pożywnie i łatwiejsze do strawienia. Nie wspominając o tym, że dodatki i nadmiar cukru znajdujące się w wielu przetworzonych produktach spożywczych mogą karmić złe bakterie w jelitach, przyczyniając się do podrażnienia jelit, wzdęć i skurczów.

Pić dużo wody

Jednym z najczęstszych wi-

nowajców zaparc jest odwodnienie. Woda pełni 4 główne funkcje w trawieniu. Po pierwsze, organizm musi wytwarzać różne enzymy trawienne i soki, które pomagają rozkładać pokarm. Następnie składniki odżywcze muszą zostać przetransportowane. Pomaga również w utrzymaniu dobrego nawilżenia, dzięki czemu błonnik, który spożywasz, zamienia się w kojący żel, a strawiona żywność łatwo przechodzi przez jelita. Na koniec, woda jest podstawowym składnikiem ruchu mięśni – a twoje jelita to zasadniczo długa rurka złożona z mięśni, które muszą się kurczyć w wyspecjalizowanym, przypominającym falę ruchu, zwanym „perystaltyką”.

Niestety trawienie nie zawsze jest najwyższym priorytetem organizmu. Przeżycie ma pierwszeństwo, więc jeśli twoje ciało wyczuje, że potrzebujesz więcej wody w innym miejscu ciała, takim jak mózg lub nogi (walcz i uciekaj), przekieruje wodę z jelit, aby zaspokoić natychmiastową potrzebę przetrwania, utrudniając wydalanie stolca.

Wybierz żywność o wysokiej zawartości błonnika

Gdy zdrowy błonnik z pełnych ziaren, fasoli, soczewicy, orzechów i nasion, owoców i (co najważniejsze) warzyw przechodzi przez twoje ciało, wchłania wodę i inne płyny, tworząc żelową substancję, która odżywia dobre bakterie i łagodzi ściany jelit. Pomaga zapewnić objętość stolca, co ułatwia im poruszanie się w przewodzie pokarmowym, przyczyniając się do regularności. Należy jednak pamiętać, że jeśli obecnie stosujesz dietę ubogą w błonnik, musisz uważać, aby nie zwiększać spożycia zbyt szybko, ponieważ może to prowadzić do gazów,

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.



dyskomfortu i, jak na ironię, zaparc. Upewnij się, że powoli zwiększasz spożycie błonnika w ciągu kilku dni lub tygodni – zwłaszcza jeśli dodasz dodatkowy suplement błonnika, taki jak świeżo zmielone nasiona lnu – jednocześnie pijąc więcej wody, ponieważ sam błonnik może dużo wchłonać.

Jedz świadomie

Jak wspomniano powyżej, stres może zakłócać trawienie. Dlatego utrzymywanie niskiego poziomu stresu jest szczególnie ważne podczas posiłków. Możesz to osiągnąć, po prostu zwalniając, unikając jedzenia w biegu i podejmując świadomy wysiłek, aby usiąść przy stole i zjeść posiłek. Wyłącz telewizor, weź powolne, głębokie oddechy i zwróć uwagę na przyjemność płynącą z dobrego jedzenia. Korzystaj ze zmysłów przez cały posiłek – smaku, zapachu, konsystencji – w końcu jedzeniem powinno się cieszyć. Delektuj się każdym kęsem zamiast bezmyślnie podjadać, myśląc o czymś innym, a poprawisz trawienie, wprowadzając swoje ciało w tryb „odpoczynku i trawienia” i dając mu wszystkie właściwe sygnały, aby uruchomić niezbędne enzymy trawienne. Nie wspominając o tym, że świadome jedzenie pomaga zmniejszyć ryzyko przejadania się do punktu, w którym czujesz się zbyt pełny.

Odpowiednio przeżywaj jedzenie

Jaki jest ten pośpiech? Kiedy żujesz jedzenie, rozpoczynasz proces trawienia. Mechaniczne działanie zębów rozbija pokarm na mniejsze kawałki, aby zwiększyć jego powierzchnię, dzięki czemu enzymy trawienne mogą zacząć działać. Żucie powoduje również wytwarzanie śliny, pierwszego enzymu w kaskadzie różnych enzymów, z których każdy wy-

zwala następny, aby osiągnąć całkowite trawienie i wchłanianie składników odżywczych z pożywienia.

Staraj się żuć jedzenie 20-30 razy przed połknięciem, aby uzyskać najlepsze wyniki. Zgadza się, tak jak babcia ci powiedziała.

Nakarm swoje dobre bakterie

Twój przewód pokarmowy zawiera biliony dobrych bakterii, które wspierają zdrowie jelit, rozkładając określone węglowodany, łagodząc ściany jelit i wytwarzając hormony, takie jak serotonina. Utrzymanie tego mikrobiomu jest niezbędne do uniknięcia problemów trawiennych, takich jak gazy, wzdęcia, zaparcia i biegunka – oraz dla zdrowia psychicznego. Upewnij się, że jesz szeroką gamę zdrowych, pełnych produktów spożywczych, aby je podtrzymać, oraz sfermentowanych produktów, aby je uzupełnić. Należą do nich niesłodzony jogurt probiotyczny, kimchi, kefir, miso i kapusta kiszona.

Suplementy probiotyczne mogą pomóc uzupełnić i zrównoważyć bakterie jelitowe, jeśli samo jedzenie na początku nie wystarczy.

Poruszaj swoim ciałem

Powód tej sugestii jest prosty: kiedy się poruszasz, porusza się Twój układ trawienny. Naukowcy odkryli, że ćwiczenia fizyczne mogą poprawić tempo trawienia pokarmu. Grawitacja i ruch stymulują perystaltykę, pomagając uruchomić różne receptory „pełności” w okrężnicy. Powoduje to więcej ruchów mięśni, które przepychają strawiony pokarm przez przewód pokarmowy w regularnym tempie. Nawiasem mówiąc, ćwiczenia również zmniejszają stres, dodają energii, poprawiają nastrój i wspierają dobre zdrowie serca.



Wiadomości

z Urzędu Miejskiego w Pułtusku

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

„Powstań, Ty, który już straciłeś nadzieję.
Powstań, Ty, który cierpisz.
Powstań, ponieważ Chrystus objawił Ci swoją miłość.”
Jan Paweł II



Wielkanoc, to czas nadziei i odradzającego się życia.
W tym roku, gdy za naszą wschodnią granicą
trwa wojna, szczególnie potrzebujemy
siły czerpanej z wielkanocnego przesłania
zwycięstwa dobra nad złem i życia nad śmiercią.

Z okazji zbliżających się
Świąt Zmartwychwstania Pańskiego
życzymy, aby ten czas przyniósł nam wszystkim
potrzebne łaski, odnowę serc i umysłów
a światu pokój.

Przewodniczący
Rady Miejskiej w Pułtusku

Ireneusz Purgacz

Burmistrz
Miasta Pułtusk

Wojciech Gregorczyk



Pułtusk, Wielkanoc 2022 r.

Zuzanna Poteraj - Stowarzyszenie Puszcza Biała "Moja Mała Ojczyzna" w Pniewie
oraz Dominika Jermak - Zespół Pieśni i Tańca "Polanie znad Dniepru" z Kijowa

KONKURS

„Ogrody Pułtuska 2022”



Burmistrz Miasta Pułtusk w dniu 12.04.2022 r. ogłasza konkurs pn. „Ogrody Pułtuska 2022”. Termin przyjmowania zgłoszeń upływa 30 czerwca 2022 r. Ocena zgłoszonych do konkursu ogrodów i balkonów odbędzie się do dnia 13 lipca 2022 r., a ogłoszenie wyników nastąpi podczas tegorocznych obchodów Dni Patrona Pułtuska Św. Mateusza. Konkurs odbywa się w trzech kategoriach tematycznych:

1. ogród w mieście
2. ogród na wsi
3. ogródek osiedlowy
4. balkon pełen kwiatów

W konkursie mogą brać udział wszyscy mieszkańcy Gminy Pułtusk oraz instytucje znajdujące się na terenie Gminy Pułtusk.

Chętnych do udziału w konkursie zapraszamy do składania zgłoszeń. Osoby rekomendowane do udziału w konkursie przez inne osoby powinny wyrazić zgodę na udział w konkursie. Miejsce dokonywania zgłoszeń: Urząd Miejski w Pułtusku, ul. Rynek 41, Wydział Gospodarki Komunalnej, Rolnictwa i Ochrony Środowiska, tel. (23) 306 72 27.

Zgłoszenia kandydatów powinny zawierać następujące dane: nazwisko i imię lub nazwę instytucji, rodzaj obiektu, adres, telefon kontaktowy. Szczegóły na temat konkursu można znaleźć na stronie internetowej Urzędu Miejskiego w Pułtusku: www.pultusk.pl

Przypominamy, że na zwycięzców czekają atrakcyjne nagrody.

ZGŁOSZENIE DO KONKURSU

„Ogrody Pułtuska 2022”

Organizowanego przez Burmistrza Miasta Pułtusk

1. Nazwisko, imię (Nazwa instytucji)

2. Adres uczestnika konkursu :

3. Adres zgłaszanego ogrodu:

4. Kategoria: ogród w mieście / ogród na wsi / ogródek osiedlowy / balkon pełen kwiatów*

5. Telefon kontaktowy nr:

Zgłoszenie należy wysłać na adres Urząd Miejski w Pułtusku ul. Rynek 41, 06-100 Pułtusk (tel. 23 306 72 27) do dnia 30 czerwca 2022 r.

Wyrażam zgodę na przetwarzanie moich danych osobowych przez Urząd Miejski w Pułtusku reprezentowany przez Burmistrza Miasta Pułtusk w celu wzięcia udziału w Konkursie „Ogrody Pułtuska 2022”.

.....
Miejscowość, data i podpis uczestnika Konkursu

Oświadczam, iż zostałem/am poinformowany o tym, że:

1. Administratorem danych wskazanych w zgodzie na przetwarzanie danych osobowych wyrażonej powyżej jest Urząd Miejski w Pułtusku reprezentowany przez Burmistrza Miasta Pułtusk z siedzibą przy ul. Rynek 41, 06-100 Pułtusk.
2. Celem zbierania danych jest wzięcie udziału w Konkursie „Ogrody Pułtuska 2022”
3. Przysługuje Pani/Panu prawo dostępu do treści swoich danych oraz prawo do ich sprostowania, usunięcia lub ograniczenia przetwarzania lub prawo do cofnięcia zgody w dowolnym momencie oraz prawo do wniesienia skargi do organu nadzorczego.
4. Podanie danych jest dobrowolne, lecz niezbędne do wzięcia udziału w Konkursie „Ogrody Pułtuska 2022”
5. Dane udostępnione przez Panią/Pana nie będą udostępniane podmiotom zewnętrznym.
6. Dane udostępnione przez Panią/Pana nie będą podlegały profilowaniu.
7. Dane osobowe będą przechowywane przez okres związany z realizacją Konkursu „Ogrody Pułtuska 2022”.

.....
Miejscowość, data i podpis uczestnika Konkursu

OBWIESZCZENIE

Zgodnie z art. 49 ustawy z dnia 14 czerwca 1960 r. -Kodeks postępowania administracyjnego (Dz.U.z2021 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 ENERGA OPERATOR S.A., w imieniu której działa pełnomocnik Pan Jarosław Klejment, w dniu 08.04.2022r. została wydana decyzja Nr 8/2022, o ustaleniu lokalizacji inwestycji celu publicznego polegającej na budowie linii napowietrzno-kablowych SN 15kV po demontażu (rozbiórce) linii napowietrznej SN 15 kV na terenie działek nr ewid. 88/19, 88/28, 88/29, 88/32, 89/5, 90, położonych w obrębie 23 m. Pułtusk. W/w decyzja dostępna jest do wglądu w Urzędzie Miejskim w Pułtusku, ul. Rynek 41, po wcześniejszym uzgodnieniu terminu z właściwym pracownikiem Urzędu (zgodnie z Zarządzeniem Nr 166/2020 Burmistrza Miasta Pułtusk z dnia 22.04.2020 r. z późn. zm. w sprawie ograniczenia dostępu interesantów do pomieszczeń Urzędu Miejskiego w Pułtusku oraz Miejskiego Ośrodka Pomocy Społecznej w Pułtusku). 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: Magdalena Dębska-Konopka,
(tel. 23 306 72 04),
e-mail: magdalena.debska-konopka@pultusk.pl

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

BETON TOWAROWY

WSZYSTKICH KLAS

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



SPRZEDAŻ BETONU:
 **601 779 779**



**Wytwórnia betonu
i asfaltobetonu**

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



**Wytwórnia prefabrykatów
betonowych i betonu**

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



www.drogiimosty.com.pl

www.brix.net.pl

Winniczanki trzecie w Sobolewie

9 kwietnia dziewczęta z rocznika 2008-10 LUKS „19” Winnica wzięły udział w turnieju w Sobolewie, organizowanym przez klub Wisła Maciejowice. Ponieważ były to zawody dla rocznika 2007, jechaliśmy z nastawieniem, że powalczymy, ale nie liczyliśmy na miejsce medalowe. Jednak mecze pokazały, jak wspaniałe mamy dziewczęta. W gronie sześciu ekip, które zagrały systemem każdy z każdym nasze zawodniczki wywalczyły III miejsce.

W pierwszym spotkaniu wywalczyliśmy remis z koleżankami z Cegłowa, następnie pokonaliśmy gospodynie z Michałkowic. Po bardzo ciekawym meczu przegraliśmy jedną bramkę z zespołem z Radomia, nie wykorzystując na koniec spotkania karnego, który dałby remis. Troszkę podłamane nasze dziewczęta „oddały” mecz z ekipą Fit Camp Warszawa. W ostatnim spotkaniu z koleżankami z Piaseczna, które było dla nas potyczką o III miejsce, zawodniczki naszego LUKS 19 Winnica nie pozostawiły złudzeń, kto jest lepszy i świetnym występem przypieczętowały miejsce na podium. Brawo, bo to pokazuje jak świetną i ciężką pracę wykonują dziewczęta. Są dumą winnickiej szkoły, gminy i naszego powiatu.

Wyróżnienie z zespołu otrzymała Małgosia Kopycińska, a cała nasza ekipa zasłużyła na wielkie brawa. Dziękujemy wszystkim, którzy wsparli nasz wyjazd:



Rodzicom i Przyjaciołom Sponsorom, Winnickiej Młeczarni z prezesem Wojciechem Jamiołkowskim, Ewie Dulińskiej, prof. Robertowi Gajdzie. Dziękujemy. Jeśli ktoś miałby ochotę wesprzeć te wspaniałe dziewczęta, a dosłownie każda złotówka jest dla nas na miarę być lub nie, to prosimy o kontakt z Marzeną Staniszewską - Szeliągą Prezes LUKS „19” Winnica – tel. 503 496 143.

Skład naszej ekipy:
Olga Gołębowska, Asia Śmiećkańska, Kinga Krawczyk, Mał-

gosia Kopycińska, Martyna Berent, Wiktoria Rzeckowska, Weronika Kiela, Jessica Strauch, Kinga Czyżewska, Karolina Mączyńska, Julia Kobrażyńska, Nadia Jasińska, Sandra Andryszyk.

Zarząd Klubu LUKS „19” Winnica, zawodniczki i zawodnicy, rodzice i opiekunowie pragną wszystkim sympatom sportu życzenia rodzinnych, radosnych Świąt Wielkanocnych i mokrego Śmigusa Dyngusa.

Tomasz Szeliaga



PULTUSKA
gazeta powiatowa

Mieście odwagę... Nie tę tchnącą szaleń, która na oślepiec leci bez oręza, 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 Chybowski - le.chybol@op.pl
Karolina Pawleńska - karolina.pawlenska@pultusk24.pl

KONTAKT

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

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

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

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

Z okazji Świąt Wielkiej Nocy
naszym Czytelnikom, Współpracownikom, Klientom i Przyjaciółom
oraz wszystkim Mieszkańcom powiatu pultuskiego,
składamy najserdeczniejsze życzenia
zdrowia, szczęścia, spokoju, nadziei na lepsze i piękniejsze jutro.
Niech ten czas Zmartwychwstania Pańskiego
upłynie Wam w radosnej i rodzinnej atmosferze
w gronie najbliższych osób.

zespół redakcyjny
Pultuskiej Gazety Powiatowej
i www.pultusk24.pl



WRÓBELKI ĆWIERKAJĄ

czyli informacje nie potwierdzone (choć zapewne pewne)



A w czym gorsi są kociarze???

Wróbelki z zainteresowaniem obserwują inne gminy powiatu pultuskiego i nie ulega wątpliwości, że zawsze coś tam się dzieje ciekawego. I tak obserwując, po raz kolejny trafiły na informację, o bezpłatnej kastracji lub sterylizacji psów i kotów, nie tylko bezpańskich, ale także tych, które mają swoje domy. W gminie Pułtusk też pojawiła się taka informacja, ale znowu dotycząca tylko psów. A tymczasem, choć gmina to dostatnia, mlekiem i miodem płynąca, to tu też, nie tylko w Świerczach czy Winnicy żyją kociarze, którzy biorą pod swój dach koty, dają im wikt i opierunek, odciążając tym samym gminę z obowiązku opieki nad bezdomnymi kotami, i choćby w ten symboliczny sposób chciałyby raz załapać się na coś, za co nie muszą płacić. I wróbelki nie wiedzą, czy brak bezpłatnej kastracji i sterylizacji kotów w gminie Pułtusk to kwestia podpisania złych umów, czy też zwykła niechęć do kotków.

Wróbelkowe życzenia

Włodarzom – samych mądrych decyzji (jak w przypadku rezygnacji z włączenia syren alarmowych), mieszkańcom – spokoju, zdrowia i dostatku, a gościom tylko dobrych wrażeń z pobytu w naszym pięknym mieście i powiecie – życzą na Wielkanoc wróbelki.

IMIENINY OBCHODZĄ

12 kwietnia – Juliusz, Wiktor, Zenon
13 kwietnia – Hermenegilda, Marcin, Przemysław
14 kwietnia – Berenika, Justyna, Walerian
15 kwietnia – Anastazja, Waław, Teodor
16 kwietnia – Bernadetta, Ksenia, Cecylia
17 kwietnia – Robert, Rudolf, Stefan
18 kwietnia – Alicja, Bogusława, Apoloniusz

MOTTO TYGODNIA

„Nic nie tworzy przyszłości tak jak marzenia.”

Victor Hugo

COŚ ŚMIESZNEGO

Synek pyta ojca:

- Tato, kto jest mądrzejszy: ojciec czy syn?
- Ojciec, zawsze ojciec. - odpowiedział tata.
- A kto wymyślił teorię względności?
- Albert Einstein, synku.
- A dlaczego nie jego ojciec?

Kobieta do mężczyzny:

- Przestań ziewać, kiedy do Ciebie mówię!
- Nie ziewam, otwieram usta, by coś odpowiedzieć..

Spotyka się dwóch kumpli:

- Powiem Ci, z tym równouprawnieniem kobiet i mężczyzn to ściema jest.
- Ale dlaczego? - pyta drugi
- Wczoraj przed pójściem do baru, namalowałem sobie kredką na twarzy wąsy i cztery kobiety z namalowanymi brwiami mi powiedziały, że wyglądam jak debil...

Mąż do żony:

- Mówiłaś, że do lata zrzucisz pięć kilo.
- Zostało mi jeszcze osiem.

- Dziadku, chcesz obejrzeć ze mną mecz?

- A kto gra?
- Austria – Węgry.
- A przeciwko komu?

reklama...

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

Z okazji Świąt Wielkiej Nocy
wszystkiego najlepszego,
wiosny w sercu,
siły wewnętrznej, radości z każdego dnia.
Niech ten czas wypełni nas wszystkich nadzieją
i pozwoli dostrzegać to, co dla nas naprawdę ważne.

Życzą
Rada Nadzorcza, Zarząd i Pracownicy
„Spółem”
Powszechnej Spółdzielni Spożywców w Pułtusku

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

Odbieraj **GRATISOWE BONY** u kierownika sklepu.

U NAS
OPLACISZ
SWOJE
RACHUNKI !!!

prąd
 gaz
 telefon
 TV

Znajdź nas: [facebook](https://www.facebook.com/SpolemPssPultusk) [SpolemPssPultusk](https://www.facebook.com/SpolemPssPultusk)