



Tygodnik ciechanowski

nr 13

CIECHANÓW
DZIAŁDOWO
LEGIONOWO
MAKÓW MAZ.
MŁAWA
NOWY DWÓR MAZ.
PŁONSK
PRZASNYSZ
PUŁTUSK
ZUROMIN

www.ciechpress.pl

UKAZUJE SIĘ OD 1979 ROKU

NR 13 (2257)

28 MARCA 2023 R.

NAKŁAD 9 900 EGZ.

NR INDEKSU 379646

cena 4,50 zł
W TYM 5% VAT

FOT. KPP W PŁONSKU

Kto wyrznął zabytkowy park w Gawarcu?

Blisko 300 drzew zamiast 52 wycięła firma, która na zlecenie właścicieli zabytkowego parku w Gawarcu Górnym w gm. Czerwińsk nad Wisłą usuwała drzewa będące w złym stanie fitosanitarnym oraz stanowiące zagrożenie dla bezpieczeństwa ludzi i mienia. Za tę usługę miała zatrzymać sobie drewno.

Teraz policja, prokuratura i Wojewódzki Urząd Ochrony Zabytków w Warszawie prowadzą dochodzenia w tej sprawie. Właścicielki o zmasakrowanie parku oskarżają firmę wycinkową, firma odrzuca oskarżenia i oskarża właścicielki. A drzew już nie ma...

RK

**Czytaj
na str. 3**

Jak zmienia się gmina Sońsk

Rozmowa
z wójtem
Jarosławem
Muchowskim.

**Czytaj
na str. 9**



W powiatach

**tygodnik
MAKOWSKI**

Nie pozwolimy zniszczyć Grzanki



Mieszkańcy Makowa stanęli w obronie podmiejskiego lasu Grzanka, w którym trwa wycinka drzew prowadzona w ramach tzw. prac gospodarczych. Ogłosili protest, zarzucając lasom państwowym nadmierny wyręb i żądając zaprzestania prac.

a.mel

Czytaj na str. 17

**TEM Tygodnik
gazeta mławska**

Hodowcy podsumowali rok

14 tys. kg mleka od krowy

Krowy z obory Jerzego Wawrzyńca ze Stupski w ubiegłym roku dały średnio po 14,053 kg mleka. Otwiera on ranking hodowców bydła w powiecie mławskim. Niewiele mu ustępują pozostali rolnicy z pierwszej dziesiątki.

Czytaj na str. 12



1 Ogólnopolski Turniej Tańca Mazoretkowego
Złote Pióro
o Puchar Wójta Gminy Opinogóra Górna

1 KWIEŹNIA 2023 r. godz. 10.00
hala sportowa przy szkole podstawowej
im. Z. Krasińskiego 25 w Opinogórze Górnej

Organizator: Gminny Ośrodek Kultury
w Opinogórze Górnej

WSTĘP WOLNY



WSPÓŁORGANIZATOR:
Mazowsze.
serce Polski
Przedsięwzięcie współorganizowane
jest z Samorządem Województwa Mazowieckiego

PATRONAT HONOROWY:
Marszałek
Województwa
Mazowieckiego



Maków Maz.

Myślała, że to „tajna akcja policji”

65-latka straciła kilkanaście tysięcy złotych myśląc, że współpracuje z policją, która z kolei chce zatrzymać nieuczciwego pracownika banku. Klasyczny przykład „metody na policjanta”. Niestety emerytka zorientowała się, co zrobiła, dopiero wówczas, kiedy było już za późno na zatrzymanie transakcji.

Jak informuje makowska policja, 65-latka była świadoma, że m.in. w taki sposób są wyludzone pieniądze, ale, z niezrozumiałych dla niej przyczyn, postępowała zgodnie z poleceniami oszustów. To tylko potwierdzenie faktu, że złodzieje sprawnie i z premedytacją wykorzystują techniki manipulacji.

65-latka po zgłoszeniu do makowskiej komendy relacjonowała: „zaczęło się dwa tygodnie temu, kiedy zadzwonił do mnie nieznany mężczyzna i zapytał czy zgubiłam dokumenty, bo ktoś próbował wziąć kredyt na moje dane”. Wówczas kobieta powiedziała, że dokumenty ma przy sobie.

Kolejny telefon emerytka otrzymała w ubiegłym tygodniu. Dzwoniący mężczyzna przedstawiał się za pracownika banku i powiedział, że dzień wcześniej został złożony wniosek o kredyt na jej dane i został wstępnie zaopiniowany pozytywnie. Kobieta zaprzeczyła, aby składała wniosek o jakąkolwiek pożyczkę. Fikcyjny pracownik banku odpowiedział natomiast, że 65-latka może ten wniosek wycofać logując się do swojej bankowości internetowej.

- Kobieta nie podejrzewała, że rozmawia z oszustem. W rozmowach telefonicznych przekazywała dane do logowania i przychodzące smsy z kodami

- informuje Monika Winnik, oficer prasowa KPP w Makowie Mazowieckim.

Następnego dnia zadzwonił fikcyjny policjant. Poinformował emerytkę, że prowadzi sprawę i podejrzewa pracownika banku o składanie wniosków o pożyczki w jej imieniu. Mężczyzna instruował przez telefon co ma robić kobieta, a ta nadal nic nie podejrzewała. Nie mówiąc nic najbliższemu pojechała do banku i zaciągnęła pożyczkę.

- Mężczyzna tłumaczył, że cała akcja jest monitorowana przez policję. Powiedział, żeby 65-latka wzięła największą pożyczkę jaką będzie mogła. Tak też zrobiła. Wypłaciła pieniądze zgodnie z poleceniem oszusta. Mężczyzna wypłacone pieniądze kazał przelać przez wpłaty. Kobieta nie wiedziała jak ma to zrobić. Oszust był bardzo sprytny i dokładnie tłumaczył krok po kroku co ma robić emerytka, by wpłacić pieniądze. Na koniec rozmowy po wpłaceniu gotówki powiedział, że odezwie się do niej policja w sprawie złożenia zeznań, a resztę gotówki z zaciągniętej pożyczki jest dla niej jako prowizja za to co zrobiła - relacjonuje Monika Winnik.

Niestety nikt się do kobiety nie odezwał, a telefon z którego dzwonił oszust nie odpowiadał. Po kilkunastu godzinach od zdarzenia 65-latka uświadomiła sobie, że została oszukana.

Przypominamy kolejny raz - **policja nie zażąda nigdy pieniędzy** od osób prywatnych, ani okazania, ani przekazania, czy wpłacenia na rachunek bankowy. Warto także mieć świadomość, iż pracownik banku nie potrzebuje kodów przychodzących na telefon, aby mieć dostęp do konta klienta. **Prośba o przekazanie takiego kodu powinna natychmiast uświadomić rozmówcę, że ma do czynienia z oszustem.**

kuj

Dzierżanowo

Kobiecie zabrał pieniądze, a jej towarzyszowi rower

Policjanci zatrzymali 33-letniego mężczyznę podejrzanego o rozbój. Sprawca zaatakował kobietę i mężczyznę. Kobiecie zabrał z kieszeni pieniądze, a mężczyznę uderzył, zabrał rower, którym uciekł z miejsca zdarzenia.

Do rozbójczych doszło 8 marca br. wieczorem w Dzierżanowie (gm. Szeków). Idących drogą, 32-letnią kobietę i 27-letniego mężczyznę napadł mężczyzna.

Napastnik z kieszeni kobiety wyjął pieniądze, a mężczyznę uderzył, przewrócił i zabrał mu rower, po czym uciekł.

O całym zajściu powiadomiono makowską policję. Mundurowi w ciągu kilku godzin od zdarzenia zatrzymali sprawcę rozbójczy, którym okazał się 33-latek z tej samej gminy. W chwili zatrzymania był nietrzeźwy.

Mężczyzna usłyszał zarzut rozbójczy. Decyzją sądu najbliższe 3 miesiące spędzi w areszcie. Grozi mu kara nawet 12 lat pozbawienia wolności.

kuj

Trzech kierowców straciło prawo jazdy

W miniony weekend na drogach powiatu płońskiego trzech kierowców straciło prawo jazdy za przekroczenie w terenie zabudowanym dopuszczalnej prędkości o ponad 50 km/h.

- Na drodze krajowej nr 10 w miejscowości Dzierżanowa funkcjonariusze płońskiej drogówki zatrzymali do kontroli kierowcę opla. 23-latek z gm. Płońsk jechał w terenie zabudowanym z prędkością 116 km/h. Kolejny kontrolowany w tym samym miejscu kierowca dopuszczalną prędkość przekroczył o 67

km/h, czyli pędził przez tę miejscowość z prędkością 117 km/h. Był nim kierujący toyotą 25-latek z gm. Żółty. W Dalańsku natomiast do kontroli drogowej zatrzymany został kierowca osobówki marki Kia. 20-latek z gm. Ojrzeń (pow. ciechanowski) jechał w terenie zabudowanym z prędkością 109 km/h - przekazała kom. Kinga Dręzek-Zmysłowska z KPP w Płońsku.

Jak informuje policja, wszyscy stracili prawo jazdy na 3 miesiące. 25 i 20-latek zostali ukarani mandatami i punktami karnymi. Wobec 25-latka skierowany zostanie wniosek o ukaranie do sądu.

RK

W SPZZOZ rusza Szkoła Rodzenia

Od kwietnia w płońskim szpitalu ruszy Szkoła Rodzenia. Starosta Elżbieta Wiśniewska i wicestarosta Krzysztof Wrzesiński podpisali umowę z p.o. dyrektora SPZZOZ Witoldem Achcińskim, przekazując na ten cel 36 tys. zł.

Jak informuje szpital, dla przyszłych rodziców szkoła będzie bezpłatna. Zajęcia będą odbywały się raz w tygodniu w godzinach popołudniowych i będą prowadzone przez lekarza położnika,

anestezjologa, położną, pielęgniarkę noworodkową, fizjoterapeutę, ratownika medycznego oraz psychologa. Oprócz zajęć dla przyszłych mam będą również porady dla przyszłych ojców. W planach jest przeprowadzenie około 6 cykli zajęciowych w bieżącym roku. W jednym cyklu może wziąć udział 6-8 par. W parach mogą być przyszli ojcowie bądź inne osoby wspomagające przyszłe mamy w zajęciach.

Rejestracja od poniedziałku do piątku w godzinach 12.00-14.00 pod numerem telefonu : 791863600.

RK



FOT. STAROSTWO POWIATOWE W PŁONSKU

Kradli iglaki

Ojciec i syn zatrzymani

W minioną sobotę (25 marca) płońska policja zatrzymała podczas próby ucieczki dwóch mężczyzn, 56-letniego ojca i 32-letniego syna, którzy kradli ozdobne drzewka z plantacji na terenie gminy Żółty.

- Właścicielka przejeżdżając obok swojego pola, na którym posadzone są iglaki, zauważyła nieznany jej samochód i dwóch mężczyzn. Jeden z nich siedział w pojeździe, natomiast drugi wyrwał drzewka z korzeniami i wkładał na tylne siedzenie samochodu. Spłoszeni przez kobietę, odjechali. Wezwani na miejsce policjanci w ciągu zaledwie kilkunastu minut namierzili w Szczepnie pojazd sprawców kradzieży drzewek. Kierowca na widok radiowozu nagle zatrzymał auto, wysiadł z niego i próbował uciekać pieszo, wbiegając na teren pobliskiej

posesji. Pasażer uciekał natomiast w przeciwnym kierunku. Obaj szybko zostali zatrzymani. Okazało się, że są to dobrze znani płońskim stróżom prawa ojciec z synem. Od starszego z mężczyzn, kierowcy pojazdu, funkcjonariusze wyculi alkohol. Badanie wykazało w jego organizmie ponad 1,8 promila alkoholu. Mężczyzna nie posiada uprawnień do kierowania pojazdami - przekazała kom. Kinga Dręzek-Zmysłowska z KPP w Płońsku.

Mężczyźni trafili do policyjnego aresztu, a auto zostało odholowane na strzeżony parking. Policja ustaliła, że zatrzymani odpowiadają za kradzież ponad 50 świerków z terenu plantacji od jesieni 2022 r. Grozi im teraz do 5 lat więzienia, a starszy z mężczyzn odpowie dodatkowo za kierowanie pojazdem w stanie nietrzeźwości i bez uprawnień.

RK

Maków Maz.

Sportowe zmagania policjantów

Podczas VI Turnieju Piłki Halowej o Puchar Komendanta Powiatowego Policji w Makowie Mazowieckim i Zarządu Terenowego Niezależnego Samorządnego Związku Zawodowego Policjantów KPP w Makowie Maz. Rywalizowało ze sobą 9 drużyn. Najlepszą okazała się drużyna 2 Ośrodka Radioelektronicznego w Przasnyszu.

Turniej odbył się w sobotę (18 marca br.) w Makowie Mazowieckim. Do rozgrywek przystąpiło 9 drużyn: z Komend Powiatowych Policji w Makowie Mazowieckim, Ciechanowie, Mławie, Przasnyszu, Płońsku, Komendy Miejskiej Policji w Ostrołęce, Komendy Powia-

towej Państwowej Straży Pożarnej w Makowie Mazowieckim, 2 Ośrodka Radioelektronicznego w Przasnyszu i Przedsiębiorców Powiatu Makowskiego.

Droga sportowej eliminacji, w myśl zasad fair play, z gry odpadały kolejne drużyny. Mecz finałowy wyłonił zwycięzcę zawodów. Pierwsze miejsce wywalczyła drużyna żołnierzy z 2 Ośrodka Radioelektronicznego w Przasnyszu, zaś drugie miejsce zajęła drużyna z KPP Mława. Na ostatnim miejscu podium stanęła drużyna z KMP Ostrołęka.

Podczas turnieju wyłoniono także najlepszego zawodnika, którym został policjant z KPP w Mławie - Dawid Szware. Królem strzelców okazał się Paweł Olszewski, a najlepszym bramkarzem Sławomir Brakoniecki.

Nagrody dla zwycięzców wręczał Komend Powiatowy Policji w nadkom. Andrzej Dziadok, Przewodniczący ZT NSZZ Policjantów asp. szt. Marek Stanowski oraz Przewodniczący Zarządu Wojewódzkiego NSZZP mł. insp. Dariusz Brzezicki.



FOT. KPP MAKÓW MAZ.

OSP z Raciąża i Naruszewa z promesą na zakup wozów

OSP w Raciążu oraz OSP KSRG Naruszewo otrzymały promesy na zakup wozów strażackich w wysokości 400 tys. zł.



FOT. STAROSTWO POWIATOWE W PŁONSKU

24 marca w siedzibie KP PSP w Płońsku na ręce przedstawicieli jednostek przekazał je sekretarz w MSWiA Maciej Wąsik. W uroczystości wzięli również udział przedstawiciele samorządów.

Jak informuje OSP w Raciążu, na zakup zaplanowano środki pochodzące z Narodowego oraz Wojewódzkiego Funduszu Ochrony Środowiska i Gospodarki Wodnej w wysokości 200 tys. zł oraz dotacji budżetowej KSRG w wysokości 50 tys. zł, z uwzględnieniem środków własnych oraz samorządowych w wysokości 150 tys. zł.

OSP KSRG Naruszewo poinformowało, że środki te to 100 tys. zł z NFO-ŚiGW, 150 tys. zł z KSRG i 150 tys. zł z budżetu gminy Naruszewo.

RK

Maków Maz.

Cykl spotkań z młodzieżą z ŻAK-a

Akcja profilaktyczna pod hasłem „Alkohol Narkotyki Dopalacze to nie umilacze” w Zespole Szkół im. Żołnierzy Armii Krajowej w Makowie Mazowieckim dobiega końca. Po cyklu spotkań uczniów z policjantami przyszedł czas na seans filmu profilaktycznego „Zdążyć”.



FOT. KPP MAKÓW MAZ.

Od marca makowska policja (wraz z sanepidem) prowadzi akcję profilaktyczną skierowaną do młodzieży. Jej celem jest uświadomienie młodzieży jak szkodliwy wpływ mają alkohol, narkotyki i dopalacze na organizm oraz ich przyszłość. Policjanci wskazali młodym ludziom jakie są skutki prawne związane z ich zazywaniem oraz uświadomili, że poprzez dobre wybory mają decydujący wpływ w jakim kierunku potoczy się ich życie.

Spotkania przeprowadzono z uczniami klas II i III, w których poruszono temat alkoholu, narkotyków i dopalaczy. Pracownicy sanepidu mówili o składzie narkotyków i skutkach ich zazywania, a policja o konsekwencjach prawnych.

W kolejnym etapie wszystkich uczniów zaproszono na seans filmu profilaktycznego „Zdążyć”.

Na zakończenie projektu odbędzie się spotkanie z rodzicami uczniów.

Kto zdewastował zabytkowy park w Gawarcu?

Dewastacja zabytkowego parku krajobrazowego poprzez nielegalną, jak się okazuje, wycinkę drzew w miejscowości Gawarcz Górny (gm. Czerwińsk nad Wisłą) zbulwersowała tamtejszych mieszkańców.

- W ostatnich tygodniach wycięto tam dużą część zdrowego drzewostanu – zaalarmował naszą redakcję czytelnik. Pod pozorem, jak rozumiem, prac pielęgnacyjnych wycięto kilkadziesiąt zdrowych, ponad stuletnich jesionów. Wyjechało kilka ciężarówek załadowanym drewnem tartacznym. W znacznej części parku dla niepoznaki zostawiono jedynie pokręcone, krzywe akacje nie mające nic wspólnego z oryginalnym założeniem parkowym. Wycinka suchych, stwarzających niebezpieczeństwo drzew byłaby zrozumiała, ale tutaj poszedł pod piłę w większości zdrowy drzewostan.

XIX-wieczny park krajobrazowy w Gawarcu Górnym został wpisany do rejestru zabytków województwa mazowieckiego 24 sierpnia 1976 roku. Obecnie jest własnością prywatną, lecz oczywiście nadal podlegającą ochronie w związku z jego zabytkowym charakterem. Dotarliśmy do współwłaścicieli tego terenu, która poinformowała, że nabyła park wraz z przyciąłką w 2007 roku z zamiarem wyremontowania budynku po dawnej szkole i stworzenia tam miejsca szkoleniowo-kulturalnego. Aby uporządkować układ przestrzenny parku, właściciele opracowały na własny koszt inwentaryzację drzewostanu wraz z mapą sytuacyjno-wysokościową z naniesionymi wszystkimi drzewami. W ostatnich latach przez wichury i nawałnice wiele drzew zostało powalonych lub zagrażały wywróceniem na pas jezdni, więc zwróciły się do konserwatora zabytków o pozwolenie na usunięcie.

- 2 lutego 2022 roku tutejszy urząd wydał dwie decyzje: 39/DC/2022 oraz 40/DC/2022 w sprawie usunięcia łącznie 52 drzew rosnących w parku – poinformował Andrzej Mizera, główny specjalista ds. mediów w Wojewódzkim Urzędzie Ochrony Zabytków w Warszawie. - Drzewa zostały zakwalifikowane do usunięcia ze względu na ich zły stan fitosanitarny. 19 z nich to drzewa połamane w wyniku złych warunków atmosferycznych, które wystąpiły w ubiegłym roku oraz drzewa uszkodzone z lat wcześniejszych. Pozostałe, w ilości 33 były to drzewa stanowiące zagrożenie dla bezpieczeństwa ludzi i mienia rosnące przy stawie o silnie zachwianych statykach oraz rosnące w pobliżu drogi również o zachwianych statykach. Termin usunięcia przedmiotowych drzew został określony do dnia 31 grudnia 2023 roku. W ramach decyzji nr 40/DC/2022 zobowiązano wnioskodawców do wykonania nasadzeń zastępczych za usunięte drzewa w ilości równej usuniętych drzew tj. 52.

Drzewa zostały usunięte, ale okazało się, że zniknęło ich znacznie więcej, niż wskazywało na to pozwolenie WUOZ. 2 marca 2023 roku w Komendzie Powiatowej Policji w Płońsku zostało złożone zawiadomienie w tej sprawie przez... współwłaściciela parku.

- W płońskiej komendzie prowadzone jest dochodzenie w kierunku wyrębu i zaboru drzew z zabytkowego parku w Gawarcu Górnym w gm. Czerwińsk nad Wisłą. - Zawiadomienie dotyczy 70 drzew, w tym m.in. jesionów i grabów. Zgłaszająca - współwłaścicielka parku twierdzi, że miała zgodę na usunięcie części drzew i zleciła to firmie. Kobieta wyjaśniła, że gdy po dłuższej nieobecności przyjechała na miejsce, zorientowała się, że drzew wycięto więcej.

Dzień później współwłaścicielka złożyła również zawiadomienie do WUOZ informując o naruszeniu zasobu chronionych drzew w postaci dokonania nielegalnego wyrębu.

- W czasie oględzin przeprowadzonych przez grupę operacyjno-dochodzeniową doliczono się w sumie blisko 300 sztuk karp po drzewach – informuje policja. - Czekamy na wycenę, by określić jakiego rzędu straty zostały faktycznie poniesione.

7 marca swoje oględziny przeprowadzili też pracownicy ciechanowskiej delegatury WUOZ, potwierdzając ustalenia policji. Oględziny poskutkowały powiadomieniem w dniu 10 marca Prokuratury Rejonowej w Płońsku „o możliwości popełnienia przestępstwa polegającego na zniszczeniu parku objętego ochroną konserwatorską”.

Co na to właścicielka? Nasza rozmówczyni poinformowała, że zleciła zadanie osobie, która prowadziła firmę wycinek i karczowania. Współwłaścicielka przekazała, że przyszły wykonawca zlecenia wzbudził jej zaufanie, zachwycając się parkiem i przedstawiając jej leśnika z uprawnieniami. Umowa miała być zrealizowana ściśle według decyzji konserwatora i załączonych do niej map z naniesionymi drzewami do usunięcia, w zamian za uzyskany przez wykonawcę materiał drzewny według wykazu z zezwolenia KZ. Właścicielka parku stwierdziła, że firma prowadziła prace pod jej nieobecność, mimo innych wcześniejszych ustaleń o uprzedzeniu wejścia na teren parku. Podczas wizyt kontrolnych w parku nic jednak nie wzbudziło jej podejrzeń, a tłumaczenia wydawały jej się logiczne. Jak mówi, nic nie wskazywało, że osoba przedstawiająca się jako wrażliwa i zachwycająca się przyrodą i urodą starych drzew, okaże się ich oprawcą, a kiedy zobaczyła zmasakrowany zabytkowy park - nie mogła uwierzyć w to, co się stało.

Postanowiliśmy dotrzeć do właściciela firmy, której zlecono wycinkę, gdyż

oficjalna policyjna informacja jest mocno lakoniczna i brzmi: „Firma twierdzi, że wycięła tylko i wyłącznie drzewa wskazane w urzędowym pozwoleniu, a pozostałych nie”.

W rozmowie z nami właściciel poinformował, że posiada wszelkie niezbędne dokumenty, tj. inwentaryzację drzew, zdjęcia itp., które udowadniają prawidłowe wykonanie przez niego zadania. Przekazał, że jego firma usunęła tylko zaznaczone drzewa, zaś pozostałe zostały wycięte (duża część z nich to też tzw. wiatrolomy) zanim podjął się zlecenia, a za co próbuje się teraz przerzucić odpowiedzialność na niego. Jakiś czas wcześniej inna firma także przeprowadzała w parku wycinkę, poza tym wiele osób z okolicy z tego drzewa korzystało, choćby podczas pandemii. Podjęte zlecenie, wraz z nim, wykonywały jeszcze dwie firmy. Współpraca z właścicielką od początku zaś była trudna i kosztowała go wiele nerwów. Przedsiębiorca stwierdził, że prowadzi poważną działalność, zajmuje się zleceniami



Fragment dokumentacji ze śledztwa prowadzonego przez KPP w Płońsku

także dla dużych i znanych firm. Jego renoma nie pozwala na to, by móc sobie pozwolić na takie nadużycie. Przekonywał, że dysponuje nie tylko odpowiednią dokumentacją swojej pracy ale także ewentualnymi zeznaniami świadków, a cała sprawa może mieć związek z planami... sprzedaży parku. Według jego informacji, miałby w tym miejscu powstać dom starców.

Pozostaje więc tylko czekać na wyniki policyjnego śledztwa. To jednak potrwa, a tymczasem WUOZ wszczął postępowanie administracyjne „w przedmiocie nałożenia pieniężnej kary administracyjnej na współwłaścicieli nieruchomości w związku z usunięciem drzew (na które było pozwolenie), niezgodnie z warunkami decyzji MWKZ nr 39/DC/2022 z dnia 02 lutego 2022 r.” **RK**

Nielegalna wycinka w gminie Naruszewo

Urząd gminy Naruszewo poinformował, że nieznani sprawcy dokonują w ostatnim czasie nielegalnej wycinki drzew rosnących w pasie drogowym dróg gminnych.

Według dotychczasowych ustaleń, jest to zorganizowany proceder, a sprawcy

działają pod osłoną nocy. Policja już zajmuje się sprawą.

Władze gminy proszą o informacje, które mogą być pomocne w ujęciu sprawców. Można się kontaktować poprzez facebooka, maila: gmina@naruszewo.pl lub pod numerem telefonu 236631051.

RK

PŁOŃSKIE SPOTKANIE WIELKANOCNE

JARMARK

Sztuki i Rękodziela

1 kwietnia 2023 godz. 14.00 - 19.00

Miejskie Centrum Kultury w Płońsku

Rękodzieło: palmy, pisanki, dekoracje, stroiki, biżuteria

Żywność: miody, sery, oleje ziołowe, herbaty

Degustacja tradycyjnych potraw wielkanocnych (godz. 14.00 - 16.00)

Wielkanocne warsztaty plastyczne

Wręczenie nagród w konkursie plastycznym „Najpiękniejsza Ozdoba Wielkanocna”

Po nowelizacji ustawy wiatrakowej

Mniejsze szanse OZE

Samorządy gmin Stupsk i Wiecźnia Kościelna, z zainteresowaniem obserwowały losy nowelizacji tzw. ustawy wiatrakowej, zmieniającej minimalne odległości turbin od zabudowań. Ostatecznie parlament uchwalił, a prezydent podpisał w I połowie marca przepisy zmniejszające odległość z 10 H do 700 metrów. Wejdą one w życie w II połowie kwietnia.

Nowelizacja ustawy wiatrakowej m. in. przewiduje, że nowe wiatraki będą mogły być lokalizowane tylko na podstawie miejscowego planu zagospodarowania. Podstawą dla określania odległości minimalnej - pomiędzy 10-krotnością maksymalnej wysokości turbiny (reguła 10H) a minimalną odległością od budynków mieszkalnych będą m. in. wyniki przeprowadzonej strategicznej oceny oddziaływania na środowisko wykonywanej w ramach przygotowania planu zagospodarowania przestrzennego.

W gminie Stupsk postawionych jest obecnie 11 wiatraków, 9 dużych i dwa małe. Firmy zajmujące ich eksploatacją, w tym spółka „Elektrownia Wiatrowa Zonda”, mimo braku zapisu w noweliza-

cji o minimalnej odległości 500 metrów, nadal są zainteresowane inwestowaniem w tego rodzaju odnawialne źródła energii odnawialnej.

- Inwestorzy z tej branży oczywiście nie są zadowoleni z nowych zapisów, ale nadal snują plany budowy nowych wiatraków. Będzie ich zapewne mniej i o mniejszej mocy. Mam już zaplanowane spotkanie z inwestorem, eksploatującym już u nas turbiny, z którym chcemy poczynić wstępne ustalenia, co i ile da się w najbliższej przyszłości wybudować w tej dziedzinie na terenie naszej gminy. Istnieje więc szansa na pojawienie się nowych wiatraków – nie traci nadziei Jacek Świdorski, wójt gminy Stupsk.

Niezależnie od tego, wiele firm robi rekonesans w terenie, prowadzi badania przydatności do tego typu inwestycji w niektórych regionach gminy.

Do grona gmin z wiatrakami dołączyła niedawno Wiecźnia Kościelna, i to można powiedzieć, z mocnym uderzeniem, ponieważ postawiono tutaj już uruchomiono 17 turbin o łącznej mocy 37,4 MW. Inwestorem jest spółka Pileus Energy, która rozmieściła je w Kulnach, Kuklinie, Windykach, Grzybowie i Uniszkach Zawadzkich.

Dla samorządu oznacza to dodatkowy zastrzyk pieniędzy do lokalnego budżetu, w wysokości około miliona złotych rocznie, które przydadzą się

na gminne inwestycje, w tym m. in. na udziały własne na projekty z funduszy pozyskanych ze zewnątrz.

Co z ewentualnie z następnymi inwestycjami w OZE po nowelizacji? Wójt gminy, Mariusz Gębała, twierdzi, że chyba na razie nowe projekty nie pojawiają się. Procedura i odległości znacznie zniechęcają potencjalnych inwestorów. Jednak obserwuje większe zainteresowanie innych firm wiatrakowych, ale bardziej w formie zapytań do urzędu o potencjalne tereny, przydatne do budowy turbin.

Z drugiej strony, zapisy o minimalnej odległości 700 metrów, wprawdzie znacznie ograniczają możliwości stawiania nowych wiatraków, ale według wójta, w gminie pojawia się dzięki temu sporo atrakcyjnych terenów należących do samorządu, które można przeznaczyć m. in. na budownictwo mieszkaniowe lub usługowe.

Przewidywany okres eksploatacji turbin wiatrowych wynosi ok. 25 lat. Po upływie tego czasu możliwe są dwa rozwiązania dotyczące terenu zajmowanego przez tego typu obiekt: stara, wycofana z eksploatacji turbina zostanie zastąpiona nową, bardziej nowoczesną lub turbina zostanie zlikwidowana. A teren zajmowany przez nią i przez infrastrukturę towarzyszącą - zrehabilitowany.

W.D.



Jedna z 11 turbin w gminie Stupsk

Włamał się, bo nie miał na alkohol

Płońską policję zatrzymała 48-letniego mężczyznę za kradzież z włamaniem do domu na terenie miejscowości Wilamy (gmina Żałuski). Okazało się, że sprawca ma on na swoim koncie również kilka włamań do garaży i domków letniskowych w gminie Joniec.

Sprawca, po wyważeniu dwóch okien, wszedł do wnętrza budynku, skąd ukradł telewizor, butlę gazową z reduktorem oraz elektronarzędzia. Natomiast z budynku gospodarczego znajdującego się na terenie posesji zginęły koła do samolotu oraz opony samochodowe. Dzielnicy z Posterunku Policji w Żałuskach szybko ustalili, kto mógł dokonać tego przestępstwa. Podejrzany o włamanie w Wilamach 48-letni mieszkaniec tej gminy został zatrzymany. W czasie przesłuchania przyznał się do zarzucanego mu czynu. Wyjaśnił policjantom, że któregoś dnia jak pił alkohol, w pewnym momencie ten trunk mu się skończył. W związku z tym, że nie miał pieniędzy, na zakup kolejnej butelki, postanowił włamać się do niezamieszkanego domu i tam poszukać alkoholu. Z budynku zabrał kilka rzeczy. Część z nich wyrzucił, a część wymienił na alkohol u nieznanego mężczyzny.

Kryminalni zajmujący się sprawą tego włamania ustalili jeszcze, że 48-latek jest odpowiedzialny za kilka kradzieży z włamaniem do garaży i domów na terenie działek letniskowych w miejscowości Stara Wrona gm. Joniec – przekazała kom. Kinga Drzęk-Zmysłowska z KPP w Płońsku.

Mężczyźnie za popełnione czyny grozi nawet do 10 lat więzienia.

RK

Bez uprawnień, bez przeglądu i pod wpływem

Policja z Czerwińska nad Wisłą zatrzymała w miejscowości Nacpolsk mężczyznę, który prowadził, pomimo braku uprawnień i ważnego przeglądu, osobową skodę, będąc na dodatek pod wpływem alkoholu.

- Styl jazdy kierowcy wydał się funkcjonariuszom podejrzany, gdyż jechał on całą szerokością jezdni. W czasie kontroli, od 68-letniego kierowcy, policjanci wyczuli alkohol. Badanie na trzeźwość wykazało w organizmie mieszkańca gm. Naruszewo ponad 2,4 promila. Do tego okazało się, że mężczyzna nie posiada uprawnień do kierowania pojazdami, a auto nie ma aktualnego przeglądu technicznego. Pijanego kierowcę i pojazd funkcjonariusze przekazali wskazanej przez niego osobie – przekazała kom. Kinga Drzęk-Zmysłowska z KPP w Płońsku.

Jak informuje policja, za kierowanie w stanie nietrzeźwości, czyli pow. 0,5‰, grozi kara do 2 lat pozbawienia wolności, a uprawnienia do kierowania pojazdami mogą zostać zatrzymane od roku do 10 lat. Do tego dochodzi wysoka grzywna. W przypadku spowodowania, będąc w tym stanie, wypadku drogowego ze skutkiem śmiertelnym, kara to do 12 lat pozbawienia wolności. Zazwyczaj osoba, która spowoduje taki wypadek, od razu trafia do aresztu.

RK

Z ogromnym smutkiem żegnamy



śp.

Cezarego Górskiego

naszego długoletniego pracownika i kolegę

Rodzinie i Bliskim
wyrazy najgłębszego współczuciaskłada
Zarząd i Pracownicy
Zakładu Komunikacji Miejskiej
w Ciechanowie Spółka z o.o.

FCP-1108

Z ogromnym smutkiem żegnamy



śp.

Cezarego Górskiegonaszego długoletniego
pracownika i kolegęRodzinie i Bliskim
wyrazy najgłębszego współczucia

składają

Zarząd i Pracownicy Przedsiębiorstwa
Usług Komunalnych Sp. z o.o. w Ciechanowie

FCP-1108



Pani

Teresie SzostakowskiejPracownikowi Starostwa
Powiatowego w Ciechanowiewyrazy głębokiego współczucia i słowa wsparcia
z powodu śmierci**Syna**składają
Starosta Powiatu Ciechanowskiego
Jan Andrzej Kaluszkiewicz
oraz Pracownicy Starostwa Powiatowego
w Ciechanowie

FCP-1110

Z ogromnym smutkiem żegnamy



śp.

Cezarego Górskiego

naszego długoletniego pracownika i kolegę

Rodzinie i Bliskim
wyrazy najgłębszego współczucia

składają

Zarząd i Pracownicy Towarzystwa Budownictwa
Społecznego Spółka z o.o. w Ciechanowie

FCP-1107

Sejmik Mazowsza pomaga regionowi ciechanowskiemu

496

inwestycji
w 2022 r.
w Twojej
okolicy*

ze wsparciem
samorządu
województwa
mazowieckiego

*Dane na 1.10.2022 r.



Przedszkole
w Ciechanowie



OSP
Wieczfnia Kościelna



Zespół Szkół im. B. Prusa
w Pułtusk



Płońsk



Droga powiatowa
Wyszyny Kościelne



Hala sportowa
w Gliniojecku



Strażnica OSP w Obrytem



Ścieżka rowerowa
Ciechanów - Gołotczyzna



Stołówka
w Siemiętowie

więcej na mazovia.pl



Mazowsze.
serce Polski

Obchodzony niedawno Dzień Sołtysa był okazją do zorganizowania w Żurominie konferencji pt. „Powiat bliżej mieszkańców”. Spotkanie było skierowane do sołtysów z terenu powiatu, a także wójtów i burmistrzów, przewodniczących rad gminnych i instytucji związanych ze środowiskiem wiejskim. W konferencji, którą patronatem objęli wicemarszałek Sejmu RP Piotr Zgorzelski i marszałek województwa mazowieckiego Adam Struzik, wzięło udział ok. 150 osób. Zaproszony na konferencję prezes PSL Władysław Kosiniak-Kamysz, który nie mógł uczestniczyć w wydarzeniu, przekazał organizatorom list.

Konferencję otworzył przewodniczący Rady Powiatu Żuromińskiego **Miroslaw Różański**. Podczas wystąpień plany i zamierzenia powiatu przedstawił starosta **Jerzy Rzymowski** i wicestarosta **Ireneusz Rejmus**. Głos zabrali także zastępca dyrektora Departamentu Rozwoju Regionalnego i Funduszy Europejskich Urzędu Marszałkowskiego **Kamila Kulesza**, dyrektor Rejonu Drogowego Mazowieckiego Zarządu Dróg Wojewódzkich **Renata Drajewska**, dyrektor Departamentu Rolnictwa i Rozwoju Obszarów Wiejskich **Radosław Rybicki** i radny sejmiku województwa **Konrad Wojnarowski**.

Na Mazowszu jest ponad 7300 sołectw. Samorząd województwa mazowieckiego w ramach tegorocznej edycji programu wsparcia „Mazowsze dla sołectw” zamierza przeznaczyć ponad 7,6 mln zł na zaspokojenie potrzeb istotnych dla rozwoju sołectw. W 2023 roku gminy z terenu Mazowsza złożyły poprawne wnioski o przyznanie pomocy finansowej na 755 zadań planowanych do realizacji.

Liderzy w swoich środowiskach

– Sołtys to bardzo ważna społecznie funkcja, wręcz powołanie. Misja ta przypada prawdziwym liderom wiejskich społeczności, osobom z autorytetem, energią i osiągnięciami, które dobrze znają lokalne wyzwania, przejmują się dobrem wspólnym, a jednocześnie rozumieją ludzi, potrafią ich wysłuchać czy zachęcić do aktywności. Reprezentując i upominając się o interesy mieszkańców waszych sołectw, jesteście ich głosem i ważnym pośrednikiem między wsią a gminą, powiatem, instytucjami publicznymi. Jesteście liderami w swoich środowiskach. Wybór na sołtysa przez społeczność wiejską to wyróżnienie, ale i odpowiedzialność. Mamy świadomość, że jest to misja bardzo trudna, w wielu przypadkach wymagająca godzenia sprzecznych interesów, studzenia wygórowanych oczekiwań oraz umiejętności współdziałania – powiedział starosta Jerzy Rzymowski.

Konferencja dla sołtysów „Powiat bliżej mieszkańców”

Liderzy środowisk



Uczestnicy konferencji



Radny Sejmiku Województwa Mazowieckiego, Konrad Wojnarowski



Sołtyski z gm. Biezuń

Na drogi, pałac Zamoyskich, Muzeum Małego Miasta

Starosta opowiedział o działaniach, jakie powiat podjął w 2022 roku, a także poinformował o planach na rok bieżący. Podkreślił, jak ważnym wydarzeniem było zakończenie przebudowy drogi wojewódzkiej nr 541 do Biezuń z mostem i dalej do granicy z powiatem sierpeckim. Ta droga przecina powiat na całej długości i jest ważnym elementem systemu drogowego powiatu. Inwestycja samorządu województwa

mazowieckiego jest efektem współpracy z samorządem powiatu żuromińskiego. Jerzy Rzymowski zaznaczył, jak ważne jest współdziałanie z marszałkiem województwa, który przekazał 6 mln zł na remont uszkodzonych dróg powiatowych w związku z przekierowaniem na nie ruchu podczas przebudowy wspomnianej drogi wojewódzkiej. Wartość tej inwestycji to ok. 200 mln zł. Dzięki zakupowi pałacu Zamoyskich w Biezuń i zainwestowaniu środków w tamtejsze Muzeum Małego Miasta gmina Biezuń może pochwalić się najwię-

W ramach programu „Mazowsze dla sołectw” realizowanego w latach 2018-2022 województwo mazowieckie przyznało sołectwom pomoc finansową w łącznej kwocie ponad 51,9 mln zł na realizację 5280 inwestycji. Każde sołectwo, które brało udział w programie, mogło otrzymać dofinansowanie w wysokości do 10 tys. zł.



Mazowsze dla sołectw

wiejskich

szym dofinansowaniem w całym województwie.

Jak podkreślił starosta Jerzy Rzymowski, nakłady na inwestycje drogowe w 2022 roku wyniosły prawie 9,4 mln zł, z czego dofinansowania zewnętrzne to ok. 5,5 mln zł. Są to środki rządowe i z samorządu województwa mazowieckiego. Koszt remontów to 6,8 mln zł, z czego 6 mln zł pochodziło z urzędu marszałkowskiego. W bieżącym roku inwestycje drogowe będą kontynuowane. Zostanie przebudowana droga na odcinku Lubowidz – Sinogóra. Koszt inwestycji wynosi 7,2 mln zł, 90 proc. tej kwoty to środki zewnętrzne. Wartość przygotowanych projektów przebudowy dróg na ten rok i kolejne lata to ok.



Starosta żuromiński, Jerzy Rzymowski



Radosław Rybicki, dyrektor Departamentu Rolnictwa i Rozwoju Obszarów Wiejskich



Sołectwa dotacje najczęściej przeznaczają na:

- budowę i wyposażenie boisk, siłowni plenerowych czy placów zabaw,
- doposażenie lub remont wiejskich świetlic i remiz OSP,
- doposażenie gminnych bibliotek i domów kultury,
- zakup strojów ludowych i instrumentów muzycznych,
- zagospodarowanie skwerów i terenów rekreacyjnych

60 mln zł. Starosta poruszył także temat rewitalizacji parku w Zielonej, modernizacji DPS w Bądzynie i miniadionu lekkoatletycznego w Bieżuniu.

Wicestarosta Ireneusz Rejmus opowiedział m.in. o planach zakończenia w tym roku termomodernizacji żuromińskiego szpitala (4,8 mln zł) i zakupie jego wyposażenia (ok. 4,6 mln zł). Inwestycja jest finansowana głównie ze środków z budżetu województwa mazowieckiego.

nych, w tym 4 mln zł dofinansowania od marszałka Adama Struzika.

Pomoc dla każdego sołectwa

Informację o środkach unijnych przekazała dyrektor Kamila Kulesza. Program „Fundusze Europejskie dla Mazowsza na lata 2021-2027” to ponad 2 mld euro dla mazowieckich samorządów,

które mogą złożyć wniosek o nawet 85 proc. dofinansowania swoich projektów.

Wszyscy uczestnicy konferencji mówili o sprawach ważnych dla lokalnych społeczności, ze szczególnym uwzględnieniem roli sołtysa jako łącznika organów władzy samorządowej z mieszkańcami sołectw. Podkreślono rolę



Renata Dąrzewska, dyrektorka Rejonu Drogowego Mazowieckiego Zarządu Dróg Wojewódzkich

Mazowieckiego Instrumentu Aktywizacji Sołectw, w ramach którego każde sołectwo może otrzymać po 10 tys. zł. Do tej pory dofinansowano w ten sposób ok. 6 tys. projektów sołeckich na łączną kwotę ok. 60 mln zł. Departament Rolnictwa i Rozwoju Obszarów Wiejskich przygotował na ten rok wiele innych programów pomocowych, które mają na celu aktywizację lokalnych społeczności, o czym mówił dyrektor Rybicki. O środki na realizację swoich pomysłów sołtysi i przedstawiciele lokalnych organizacji pozarządowych, takich jak kółka gospodyń wiejskich czy ochotnicze straże pożarne, mogą ubiegać się w porozumieniu z samorządami gminnymi. Dodano także, że 27 sierpnia w Bieżuniu dzięki porozumieniu biskupa plockiego i marszałka województwa odbędą się wojewódzko-diecezjalne dożynki.

Radny Sejmiku Wojewódzkiego Mazowieckiego Konrad Wojnarowski życzył sołtysom „niegasnącej satysfakcji z tej trudnej funkcji społecznej”. Poinformował, że w ocenie urzędu marszałkowskiego ważne jest wprowadzenie ustawy o sołtysach i radach sołeckich, która zwiększy ich kompetencje, ureguluje ich status prawny, a także ułatwi uzyskiwanie dotacji. Jako istotne wskazał również zmiany w systemie emerytalnym dla sołtysów.

RK



Kamila Kulesza, zastępca dyrektora Departamentu Rozwoju Regionalnego i Funduszy Europejskich Urzędu Marszałkowskiego

Liczba wniosków i łączna kwota pomocy finansowej, które zostały przekazane dla sołectw gminom z pow. żuromińskiego: rok 2019 – 27 wniosków na kwotę 258 tys. zł, rok 2020 – 20 wniosków na 200 tys. zł, rok 2021 – 21 wniosków na 199.493 zł, rok 2022 68 wniosków na 80 tys. zł.

W pow. żuromińskim jest 141 sołectw, w 62 z nich funkcje sołtysek sprawują kobiety, w 79 sołtysami są mężczyźni.

Patronat nad konferencją „Powiat bliżej mieszkańców” objął marszałek Adam Struzik. Partnerami wydarzenia, oprócz starostwa żuromińskiego byli: Damian i Marcelina Brdakowie z firmy Dampstech, specjalizującej się w montażu fotowoltaiki i szeroko pojętych źródeł odnawialnych, Robert Potorski z firmy Kabanek, która działa w sferze rolniczej, oraz prezes OSM Sierpc Grzegorz Gańko.



Mazowsze dla sołectw

Sonda „Tygodnika”

Wiosna – czas na nowalijki

Nowalijka – młode warzywa pokazują się po raz pierwszy w sprzedaży w nowym sezonie wiosną. Zalicza się m.in.: sałatę, rzodkiewki, pomidory, młodą marchewkę, ogórki, szczypiorek, rzeżuchę, nać pietruszki, cebulkę dymkę. Polskie nowalijki szklarniowe są dostępne w handlu od marca do maja, zaś polskie nowalijki rosące na polu trafiają do klientów dopiero na przełomie maja i czerwca.

Niektóre nowalijki można wyhodować samemu w doniczce na parapecie w domu.

W kuchni nowalijki stanowią głównie dodatek do posiłku. Można z nich także przyrządzać sałatki z dodatkiem kielków, pokrojone na drobne kawałki dodawać do twarogu czy dekorować nimi kanapki.

Dlaczego warto jeść młode wiosenne warzywa? Do zalet nowalijek zaliczyć można między innymi to, że skutecznie usprawniają one procesy trawienia, czego zasługą jest wysoka zawartość błonnika oraz składników aktywnych. To doskonały sposób na pozbycie się uciążliwych wzdęć czy zaparć.

Nowalijki wiosenne doskonale odżywiają bakterie jelitowe. Zdrowa flora bakteryjna przekłada się na wysoką odporność organizmu. Chcąc dostarczyć jelitom cennych składników, warto wzbogacić dietę o cebulkę dymkę oraz pora.

Kolejny atut nowalijek to znakomite oczyszczanie organizmu. Warzywa te bogate są zarówno w chlorofil, jak i aktywne substancje. Wyjątkowo cenna jest pietruszka, która nie tylko pomaga w usuwaniu tłuszczu i toksyn z narządów, lecz również regeneruje komórki i usprawnia pracę nerek.

**Zenona Wołajska, ciechanowianka:**

- Nowalijki to świeże, wczesnowiosenne warzywa, które pojawiają się po zimowej przerwie. Przed laty, w moim dzieciństwie, pamiętam, bardzo przez nas wyczekiwane. Pamiętam wiosenny twarożek przyrządzany przez mamę z pierwszą cebulką dymką i szczypiorem. Smak dzieciństwa.



Wychowywałam się w wsi, przy domu mieliśmy swój ogródek, rzadko kto kupował warzywa w sklepie, ewentualnie na targach czy zieloniakach. Sianiem nowalijek zajmowała się mama, od niej też dowiedziałam się, że trzeba było to robić w odpowiednim momencie, aby pierwsze warzywa pojawiły się świętecznym stole. Powtarzała zawsze przy tym, że trzeba jeść świeże warzywa, bo są najzdrowsze.

Wydaje mi się, że pierwsza z ziemi, jeszcze w marcu, wyrastała natka pietruszki, której korzenie zostawiało się na zimę. Na wielkanocnym stole leżała już rzeżucha. Znacznie później ogórki czy pomidory.

Dzisiaj nowalijki są już dostępne w sklepach w ciągłej sprzedaży. Chyba nie są tak wyczekiwane jak kiedyś. Podejrzewam, że młodzi ludzie nawet nie do końca wiedzą czym są. Przecież sałatę i rzodkiewkę przez cały rok można kupić w supermarkecie.

Wiosną i latem robię zakupy wyłącznie na bazarku. W mojej rodzinie, jak tylko przychodzi sezon, staramy się kupować świeże warzywa ze straganu. Jest jedna nowalijka, którą wyłącznie kupuję od hurtownika. Jest to botwinka. Zawsze staram się ją pasteryzować, żeby zimą przypomnieć jej smak.

erm

Dorota Orłowska, dyrektor Zespołu Szkół im. Bolesława Prusa w Pułtuskach:

- O tej porze roku jemy mniej warzyw niż w lecie czy jesienią. Po pierwsze, są bardzo drogie. Ich ceny urosły tak mocno, jak nikt się nie spodziewał, np. cena papryki z 8 zł za kilogram podskoczyła do 29 zł. Po drugie, my Polacy nie posiadamy w tej chwili dobrych punktów odbioru warzyw, bo kraje, które nam je dostarczają, miały ze względu na problemy klimatyczne nieudane zbiory. Po trzecie, zmienił się styl życia i gorsze nawyki wypierają lepsze. Żyjemy w biegu i brakuje nam czasu, by przygotować sobie potrawę z warzyw. Poza tym prawidłowo przygotowane warzywa w porównaniu z fast foodami przegrywają smakiem.



dietetyczne. Mimo to zauważyłam, że kiedyś nasi uczniowie na przerwach jedli jabłka, teraz tego nie dostrzegam. Korzystamy z cateringu jednego z pułtuskich barów i okazało się, że uczniowie wybierają głównie bułki – kanapki,

My Polacy nie potrafimy doprawić warzyw, nie umiemy używać wielu ziół. Temat jest mi bliski, ponieważ Zespół Szkół im. Bolesława Prusa promuje zdrowe odżywianie, mamy innowacje

a nie sałatki i koktajle owocowe. Nawet jeśli rodzic przygotuje kanapkę z sałatą, pomidorem i serem żółtym, niektóre dzieci wyrzucą ją do kosza na śmieci, co jest straszne, za to zjedzą hot-doga z parówką. Ostatnio, podczas wizyt ósmoklasistów w naszej szkole, zaniepokoiło mnie to, że ci młodzi ludzie nie jedzą śniadań ani pierwszych, ani drugich, a owoce i warzywa są w ich diecie znikome. Potem dziwnym się, że mamy słabą odporność. Tak się dzieje, bo nie dostarczamy organizmowi tego, co mu jest potrzebne. Żle odżywianie sprawia, że organizm źle funkcjonuje, a także prowadzi m.in. do alergii czy otyłości, na którą cierpi coraz więcej dzieci.

Jaka jest alternatywa dla warzyw na przedwiośniu? Świeże warzywa możemy zastąpić mrożonkami, choć ich ceny też

zaczęły iść w górę, czemu się dziwię, bo przeznaczone do zamrożenia owoce i warzywa zostały zebrane wcześniej. Warto byłoby się przekonać do polskich warzyw jak kapusta, buraki, marchew, cebula, które są zdrowe i smaczne. Kiszona kapusta jest źródłem witaminy C, to samo cebula, którą marynarze zabierali na statki. Dietetycy i żywieniowcy mówią, że należy jeść owoce i warzywa z tej strefy klimatycznej, w której się żyje. Dlatego najlepiej jeść to, co nasi przodkowie, czyli kiszoną kapustę, kiszony ogórek, sałatkę zrobioną z kiszonej kapusty, marchewki, jabłka i cebuli. Polecam również czosnek, rzeżuchę oraz kielki np. słonecznika, rzodkiewki, brokuła. Można kupić specjalne pojemniki do uprawy domowej kielków. Sami możemy wzmocnić swoją odporność.

IK

Włodzimierz Kubarski, właściciel restauracji „U Kubary” w Mławie

- Ceny warzyw szaleją, ale to nie znaczy, że ja mam szaleć z cenami surówek do posiłków obiadowych czy innych. Nie jest to łatwe w obecnym czasie, ale w trosce o klienta i żeby nie naruszać zbytnio jego portfela, staram się, żeby tej warzywnej drożyzny praktycznie nie odczuł.

Przez lata działalności w gastronomii wypracowałem takie kontakty i miejsca zaopatrzenia w warzywa i owoce, że mogę wynegocjować niższe ceny. Dla-



tę też podwyżki w tej materii są u mnie mini-

malne, rzędu złotych, dwóch na porcję surówek.

Ale w najbliższych tygodniach ceny warzyw spadną, może nie do takiego poziomu, jak to było wiosną ubiegłego roku, bo jednak koszty ich uprawy wzrosły, zwłaszcza w szklarniach (ogrzewanie, energia, nawozy). Jednak nastąpi spadek o około 20-30 procent w porównaniu do obecnego poziomu. Większej skali obniżki nie ma co się spodziewać, bo inflacja, niestety, będzie negatywnie oddziaływać.

W.D.

Kacper Kownacki, uczeń Szkoły Podstawowej nr 6 im. T. Kościuszki i Państwowej Szkoły Muzycznej I stopnia im. St. Moniuszki w Ciechanowie, rekonstruktor, wolontariusz:

- W mojej rodzinie jesteśmy za zdrowym odżywianiem. Staramy się żyć ekologicznie, czyli zgodnie z naturą, dlatego odżywiamy się żywnością pochodzącą z naszego ogrodu – zdrową i bez oprysków. Staramy się nie kupować nowalijek, ponieważ nie wierzymy w ich zdrowotny skutek. Do stycznia mieliśmy swoje czerwone pomidory,



które pomału dojrzewały w garażu. Owoce i warzy-

wa z ogrodu mamy zamknięte w słoikach, niektóre słodzone miodem z własnej pasieki. Jemy dużo kiszzonek, pijemy na czczo soki z kiszzonek, mamy własne kielki, natkę pietruszki, szczypiorek. W lutym wujek wykopał jeszcze ziemniaki. Nie ma sensu kupować tego, co szkodzi. Wolimy swoje, zdrowe, sprawdzone. Na jesieni, w zimie i wiosną wiosną zbieramy zioła, rośliny postrzegane jako chwasty, a mające właściwości odżywcze, czosnek niedźwiedzi, kurdybanek, pęki leszczyny i wiele innych zdrowych roślin, które są darem nieba.

IK

Poszukiwany zatrzymany podczas kontroli auta

W miejscowości Nowe Przybojewo (gmina Czerwińsk) podczas policyjnej kontroli samochodu osobowego (z powodu niesprawnego oświetlenia) zatrzymano także poszukiwanego pasażera auta.

- Kierującą oplem 19-latkę policjanci ukarali mandatem karnym, gdyż na kierowcy ciąży obowiązek sprawdzenia przed wyjazdem stanu technicznego pojazdu, w tym oświetlenia. W opłu, poza kierującą znajdowało się dwóch pasażerów. W czasie kontroli jeden z nich zaczął się nerwowo zachowywać i próbował odejść z miejsca. Okazało się, że jest to 26-letni mieszkaniec gm. Czerwińsk nad Wisłą, poszukiwany zgodnie z nakazem sądu, do odbycia zastępczej kary 15 dni aresztu. Zastępcza kara była efektem niewywiązania się przez mężczyznę z nałożonej na niego przez sąd kary za popełnione wykroczenie - kierowanie bez uprawnień. 26-latek trafił do policyjnego aresztu, a z niego przewieziony został do zakładu karnego – poinformowała oficer prasowa płońskiej policji, kom. Kinga Dręzek-Zmysłowska.

Jak informuje policja, zastępcza kara aresztu zarządzana jest przez sąd w sytuacji, gdy osoba ukarana za popełnione wykroczenie nie wywiązuje się z nałożonej kary innego rodzaju. Areszt to jedna z czterech przewidzianych kar, a wymierza się go w dniach, przy czym trwa on najkrócej 5, a najdłużej 30 dni.

RK

Troje z zakazem, jeden nietrzeźwy

W weekend płońska policja zatrzymała trzech kierowców prowadzących swoje pojazdy pomimo czynnych zakazów wydanych przez sąd oraz jednego, który prowadził będąc w stanie nietrzeźwości.

W piątek po południu w Płońsku na ul. Sienkiewicza policja zatrzymała do kontroli bmw, którego kierowca i pasażer nie mieli zapiętych pasów bezpieczeństwa w czasie jazdy.

- Funkcjonariusze przy użyciu sygnałów świetlnych i dźwiękowych podjęli próbę zatrzymania auta do kontroli. Kierujący bmw mężczyzna nie reagował, przyspieszył i skręcił w boczną ulicę. Na zakręcie nie zapanował nad pojazdem i uderzył w zaparkowany przy ulicy samochód. Chwilę później wysiadł z auta i zaczął uciekać. Policjanci szybko zareagowali i go zatrzymali. Okazało się, że jest to 26-letni mieszkaniec gm. Naruszewo posiadający dwa czynne zakazy prowadzenia wszelkich pojazdów mechanicznych. Swoją chęć ucieczki tłumaczył tym, że się po prostu wystraszył.

Badanie na trzeźwość wykazało w jego organizmie alkohol - 0,16 promila. Pobrana została od niego krew do badań laboratoryjnych celem sprawdzenia, czy nie kierował pod wpływem środków działających podobnie do alkoholu – przekazała kom. Kinga Dręzek-Zmysłowska z KPP w Płońsku.

26-latek odpowie teraz za brak dostosowania się do wyroku sądu oraz niezatrzymanie się do kontroli drogowej. Od wyników badań krwi zależą zaś ewentualne dalsze zarzuty.

W sobotę przed godz. 18 w Jeżewie policja zatrzymała osobowego mercedesa z powodu przekroczenia prędkości, którym kierował mieszkaniec gminy Naruszewo.

- W czasie legitymowania kierującego i sprawdzenia w policyjnych systemach okazało się, że 36-latek ma wydany przez sąd czynny zakaz prowadzenia wszelkich pojazdów mechanicznych – poinformowała oficer prasowa płońskiej policji.

Mężczyźnie grozi do 5 lat więzienia.

Następnego dnia rano w Płońsku na skrzyżowaniu ul. Grunwaldzkiej z ul. Sienkiewicza, na rondzie zatrzymane zostało bmw, którego kierowca umyślnie wprowadzał pojazd w poślizg.

- Dodatkowo nie zastosował się do znaku B-22 tj. zakaz skrętu w prawo. W czasie kontroli drogowej od siedzącego za kierownicą 24-letniego płońskiego policjanci wyczuli alkohol. Wynik badania Alkometrem to prawie promil alkoholu w organizmie. W związku z tym, iż młody mężczyzna był bardzo pobudzony i zachowywał się nerwowo, pobrana została od niego krew do badań, pod kątem substancji działających podobnie do alkoholu – informuje KPP w Płońsku.

24-latkowi zatrzymano prawo jazdy, a bmw przekazano wskazanej przez niego osobie. Grożą 2 lata więzienia. Odpowie również za popełnione wykroczenia.

W niedzielę wieczorem w Płońsku na ul. Sienkiewicza policjanci zatrzymali do kontroli osobowego fiata, którym kierowała 47-letnia mieszkanka gm. Naruszewo.

- Na podstawie sprawdzeń w policyjnych bazach funkcjonariusze ustalili, że kobieta ma aż dwa czynne zakazy prowadzenia pojazdów mechanicznych wydane przez sąd. Jej również za niestosowanie się do orzeczonych środków karnych grozi do 5 lat więzienia – podaje płońska policja.

RK

Gazyfikacja, hala sportowa, posterunek policji, targowisko

Jak zmienia się gmina Sońsk

Rozmowa z **Jarosławem Muchowskim**, wójtem gminy Sońsk

*** Blisko 5 lat temu wybrano pana na wójta gminy Sońsk. Czego dowiedział się pan nowego przez te lata o polityce lokalnej?**

- Doświadczeń jest cała masa. Tego nie da się kupić, ani nauczyć. To trzeba po prostu przeżyć. Wyobrażenie człowieka o polityce zmienia się o sto osiemdziesiąt stopni. Inaczej postrzega się świat, instytucje państwowe i samorządowe, trochę zmienia się obraz społeczeństwa. Polityka uczy realnego podejścia do świata. To są życiowe doświadczenia, człowiek uczy się też zasad ograniczonego zaufania. Mimo że często spotykam się z ogromną ilością ciepłych słów, to zdaję sobie sprawę, że za moment wszystko może się zmienić. Urzędnikom ciężko jest wybaczyć błąd, chociaż jak każdemu może się przecież zdarzyć.

*** A skąd wzięło się zainteresowanie polityką. Co skłoniło pana, żeby kandydować na stanowisko wójta?**

- Od zawsze interesowała mnie polityka. Myślę, że te zainteresowanie przełożyło się później na chęć współpracy z ludźmi i robienia czegoś dla lokalnej społeczności. Zaczynałem od funkcji sołtysa, gdzie mogłem wsłuchać się w potrzeby mieszkańców wsi. To było namiastka takiej realnej polityki. Później zostałem radnym, a następnie mieszkańcy gminy Sońsk obdarzyli mnie zaufaniem w wyborach na wójta. Zdecydowanie trzeba chcieć zmieniać świat a jeśli nie cały świat to chociażby lokalną rzeczywistość. Trzeba mieć pomysł na zmiany ale zmiany które będą na lepsze i to właśnie chciałem robić.

*** Czy jest pan z czegoś szczególnie dumny w swojej pracy?**

- To były pracowite lata. I to jest chyba najlepsze podsumowanie naszej pracy. Gmina się rozwija, wprowadza nowe inwestycje, jak chociażby gazyfikację przy udziale Polskiej Spółki Gazowniczej, która była potrzebna gminie od wielu lat. Skala inwestycji, które wdrożyliśmy lub będziemy realizować jest naprawdę duża. Trudno jednoznacznie wskazać konkretną. Nie było bazy sportowej dla młodzieży, teraz już mamy nowoczesne i funkcjonalne boiska. Podobnie z placami zabaw, instytucjami kultury, licznymi remontami, modernizacjami, budowlami. Niezwykle istotne było poprawienie jakości dróg na terenie samorządu - to się udało ale jeszcze dużo przed nami.

*** Niebawem powstanie nowa hala sportowa... skatepark w Gołotczyźnie**

- Budowa obiektu sportowego przy Szkole Podstawowej w Sońsku ruszy w ciągu najbliższych tygodni. Będzie to nowoczesny obiekt, w którym znajdzie się pełnowymiarowe boisko do uprawiania piłki nożnej, piłki ręcznej, koszykówki czy siatkówki. Oprócz tego siłownia, sale do uprawiania innych dyscyplin. Chcemy, żeby hala była dostępna i mogli z niej korzystać wszyscy mieszkańcy, nie tylko dzieci w ramach lekcji wychowania fizycznego. Podobny cel ma budowa skateparku przy GOK w Gołotczyźnie. To kolejne miejsce rozwoju dla naszych mieszkańców i nie tylko.

*** Skoro jesteśmy przy oświacie, jak wygląda sytuacja bazy oświatowej w gminie Sońsk?**

- Oświata to temat złożony. Z ramienia samorządu zarządzamy szkołami w Sońsku, Gąsolinie i Bądkowie. Wszystkie te budynki niebawem przejdą proces termomodernizacji. Szkoły są systematycznie doinwestowywane, czego dowodem są liczne remonty we wszystkich placówkach na terenie gminy,

czy też zakupy nowych szafek i wyposażenia. W najbliższym czasie odnowiona zostanie przyszkolna sala sportowa przy SP w Bądkowie a w perspektywie jest również pomysł wybudowania boiska sportowego. Zdajemy sobie sprawę, że te potrzeby w szkolnictwie są bardzo duże, ale sukcesywnie inwestujemy w oświatę. Rozpoczęliśmy proces budowy żłobka gminnego przy SP w Sońsku, na

kańcy chętnie skorzystają z tej możliwości?

- Zainteresowanie tym źródłem ciepła jest bardzo duże. Już teraz wiadomo, że rozwój sieci gazowej na terenie gminy poprawi komfort, powietrze i przełoży się na oszczędności. W tym momencie udało nam się już podpiąć pod sieć gazową Gminny Ośrodek Kultury w Gołotczyźnie i przed szkołę w Sońsku, niebawem podłącząc będziemy nasz urząd, Szkołę

*** A skąd pomysł na przywrócenie w Gąsolinie targowiska?**

- Targowisko powstaje na gruntach gminy. Przez wiele lat w Gąsolinie ludzie przyzwyczajeni byli do robienia w każdy czwartek zakupów w takim miejscu. Chcemy przywrócić tę tradycję. Oczywiście to nowe targowisko zostanie wybudowane już w całości nowoczesnej i przyjemniejszej formie, z utwardzoną powierzchnią, zadaszonymi wiatami, stolikami, ławkami. Tak, aby kupujący mogli komfortowo kupować, spotkać się w dzień targowy czy choćby porozmawiać. Uważam, że dzięki tej nowej propozycji wiele osób ponownie przekona się, aby robić zakupy właśnie w tego typu miejscach.

*** W ostatnich tygodniach zapadła decyzja o budowie nowego posterunku policji w Gołotczyźnie. Czy w gminie będzie też większa ilość policjantów?**

- Nie ukrywam, że to dla naszej gminy prestiż, ale przede wszystkim poprawienie bezpieczeństwa. Posterunek zostanie wybudowany w całości nowej formule - 3D. Nikt na terenie naszej gminy z takiej technologii nie korzystał. Policja to

nie tylko łapanie przestępców, ale również profilaktyka, działania na rzecz bezpieczeństwa wśród młodzieży i szereg innych spraw. Cieszę się, że już niedługo mieszkańcy będą mieć możliwość przyścia na posterunek, porozmawiania w dyskrekcji w funkcjonariuszami, podzielenia się swoimi problemami z życia. Dotychczas nie było to możliwe.

Będziemy się starać, aby w nowym obiekcie pracowało więcej policjantów, ale też w terenie. Taka była też idea przywrócenia tej placówki na terenie gminy, która nie ma co ukrywać, jest jedną z trudniejszych gmin pod kątem utrzymywania bezpieczeństwa. Wiadomo, że wiąże się to poniekąd z przebiegającą linią kolejową, przystankami, ale też nowymi obiektami wypoczynku, które w ostatnim czasie powstały na naszym terenie.

*** Przygodę z polityką zaczął pan od sytytowania. Jak dzisiaj współpracuje się panu z poszczególnymi gospodarzami sołectw?**

- W gminie mamy aż 37 sołectw. Sołtys jest osobą ważną dla każdego sołectwa. Jest swojego rodzaju pomocą dla każdego wójta. Wydaje mi się, że współpraca sołtysów z urzędem gminy ze zdecydowaną większością gospodarzy wsi przebiega bardzo dobrze. Sołtysi mają racjonalne i zdroworozsądkowe podejście do wielu spraw. To oni jako pierwsi wsłuchują się w potrzeby ludzi, często ich bliskich sąsiadów. Ale wiedzą też, że nie zawsze uda się zrealizować i zaspokoić potrzeby każdego mieszkańca z osobna. Jestem przekonany, że mogą liczyć na ich pomoc w każdym momencie, za co ogromnie dziękuję.

*** W gminie na pewno pojawiają się talenty artystyczne. Czy dzieci i młodzież mogą liczyć na ciekawe zajęcia organizowane przez wasz samorząd?**

- Inwestujemy w kulturę na terenie samorządu. Zależy nam na odkrywaniu młodych talentów i rozwijaniu ich pasji. Stąd te wszystkie działania i inwestycje, choćby w Gminny Ośrodek Kultury

i teren wokół niego. Dyrektor Dorota Nasierowska stworzyła młodzieży ciekawe i wartościowe zajęcia, jak chociażby lekcje śpiewu, tańca, plastyki. Chcemy zapewnić dzieciom możliwość rozwoju i nabierania pewności siebie, które dzięki takim zajęciom, pomogą im w życiu, również w innych dziedzinach. Jako gmina na pewno będziemy organizować imprezy na świeżym powietrzu. Wiem, że mieszkańcy tego od nas oczekują. Będzie to świetna okazja, aby dać szansę występów naszym młodym artystom.

*** Skąd jako gminie najłatwiej jest pozyskać pieniądze na nowe inwestycje?**

- Korzystamy ze środków rządowych, samorządowych oraz unijnych. Wszystkie te źródła mają dla nas strategiczne znaczenie. Nasi pracownicy cały czas monitorują możliwości płynące z takich dofinansowań. Właśnie są ogłaszane pierwsze nabory przez Mazowiecką Jednostkę Wdrażania Programów Unijnych. Jako gmina oczywiście będziemy aplikować o środki na poszczególne inwestycje. Unia mocno naciska kładzie na szeroko pojętą ekologię, w tym niską emisyjność spalin w transporcie, termomodernizację budynków dlatego w tym obszarze upatruję duże możliwości finansowania.

*** Jakże działania chciałby pan zrealizować w trakcie bieżącej kadencji?**

- Nie wiem czy wszystkie uda się zakończyć w obecnej kadencji. Chcemy na pewno zachować poziom inwestycji drogowych, a później utrzymać tempo ich modernizacji. Ponadto planujemy sukcesywną rozbudowę wodociągów i kanalizacji. Sporym wyzwaniem będzie projekt dotyczący wymiany źródeł ciepła. Dużo w tej kwestii zależy będzie od właścicieli gospodarstw, a my musimy ich do tego przekonać. Po 20 latach funkcjonowania, podjęliśmy temat przebudowy i remontu oczyszczalni ścieków, modernizujemy również przepompownię na sieci kanalizacyjnej. Tak naprawdę wszędzie są jakieś prace do wykonania, trzeba jedynie w odpowiednim momencie reagować i nie odkładać niczego na później. Systematycznie doposażamy jednostki OSP, remontujemy obiekty, kupujemy nowy sprzęt. Mamy wspaniałych strażaków, gotowych nieść pomoc, zarówno w tych trudnych przypadkach, jak i tych codziennych.

W Sońsku dzięki podjętej przeze mnie decyzji o wstąpieniu do SiM Północne Mazowsze wybudujemy również blok wielorodzinny z 55 mieszkaniami ze średnią powierzchnią 55 m kwadratowych. Podczas procesu inwestycyjnego zdecydujemy czy będzie to obiekt budowany modułowo czy w formie murowanej. Termin oddania bloku nowym mieszkańcom zaplanowaliśmy na 2025 r. To mają być docelowo mieszkania niskoczynszowe, z możliwością dojścia do własności. O możliwościach udziału w dostępie do mieszkań zdecydować Rada Gminy w podejmowanych uchwałach dotyczących regulaminu ich przyznawania.

*** Co wójt gminy Sońsk cieszy najbardziej?**

- Poczucie dobrze wykonanej pracy. Często zwykłe, szczerze „dziękuję”, które słyszę od mieszkańców cieszy najbardziej. Działam wspólnie z mieszkańcami a także wszystkimi którym zależy na rozwoju gminy.

Cieszę się, że przez te ostatnie lata jako gmina systematycznie „schodził” z kredytów zaciągniętych przez poprzedników. Znacznie zmniejszyło się zadłużenie gminy - co uważam to za duży sukces, mój oraz Pani Skarbnik na którą zawsze mogę liczyć a jej doświadczenie i profesjonalizm pozwala na spokojne planowanie corocznego budżetu. Chciałbym, żeby nasza gmina dalej rozwijała się w wyznaczonym przeze mnie tempie.

Rozmawiał **RADOŚLAW MARUT**



Podstawową czy Gminny Ośrodek Zdrowia. Pomimo, że dzisiaj ceny energii są bardzo wysokie, to relatywnie gaz nie

jest najdroższym ze źródeł. Poza tym powszechnie wiadomo, że jest to źródło znacznie mniej zanieczyszczające lokalne środowisko. Moim głównym celem jest umożliwienie podłączenia do sieci jak największej liczby mieszkańców gminy. Czynie wszelkie możliwe starania aby Polska Spółka Gazownicza, dalej rozwijała tę sieć, co było również kwestią przedstawioną przez Dyрекcję oddziału PSG.

*** Właściciele samochodów interesuje zapewne komfort poruszania się po gminnych drogach. Czy w tym roku mogą liczyć na jakieś remonty?**

- Dla większości mieszkańców i samorządowców bezpieczne i równe drogi są priorytetem. Zaczynamy intensywny rok pod kątem inwestycji drogowych. Jesteśmy już po trzech przetargach. Wykonamy ulice Parkowa i Łąkowa w Gołotczyźnie. Remonty i przebudowę przejdą też drogi m.in. w Ciemińwie, Olszewce, Strusinku, Pękawce, Sońsku, Szwajkach, Skrobocinie czy Marusach. Już za chwilę rozpoczynamy przebudowę ulic Słonecznej i Św. Floriana w Sońsku oraz ulicy Głównej w Gąsolinie. Przed nami również planowana inwestycja przebudowy drogi Damięty Narwoty - Drażewo- Bieńki Karkuty. Zapewne kolejne propozycje pojawią się w trakcie roku, ale na tą chwilę to i tak bardzo dużo.

co chcemy pozyskać środki zewnętrzne. Chcę, aby obiekt zaczął funkcjonować już w przyszłym roku.

*** Z części gmin wokół Ciechanowa, zwłaszcza z małych wioskach, słychać głosy mieszkańców o problemach komunikacyjnych. W jakim położeniu znajduje się wasza gmina?**

- My jesteśmy w o tyle niezłej sytuacji, że na swoim terenie mamy dwa przystanki kolejowe - w Gąsolinie i Gołotczyźnie. Oczywiście nie rozwiązuje to wszystkich problemów, ale na pewno stwarza mieszkańcom możliwość wyboru. Jeżeli chodzi o młodzież dojeżdżającą do szkół średnich, to w gminie kursują autobusy jednej z prywatnych firm przewozowych. Co jakiś czas docierały do mnie pojedyncze głosy, że brakuje połączeń w ciągu dnia. Już kilka lat temu podjęliśmy działania, aby zorganizować takie przejazdy, głównie do Ciechanowa. Przez 2-3 tygodnie taki autobus jeździł, ale okazało się, że w ciągu dnia korzystają z niego... maksymalnie kilka osób. Zdaję sobie oczywiście sprawę, że dla części osób, zwłaszcza starszych i samotnych, taki problem istnieje. Natomiast dobrze funkcjonuje Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej, którego pracownicy są gotowi pomagać osobom w trudnych sytuacjach życiowych.

*** Wspominał pan wcześniej o gazyfikacji gminy. Czy myśli pan, że miesz-**

Naukobus w ciechanowskiej Jedynce

Uczniowie Szkoły Podstawowej nr 1 w Ciechanowie oraz zaprzyjaźnionej z Jedynką Szkoły Podstawowej w Chotumiu stali się odkrywami i eksperymentatorami. Nastąpiło to dzięki Naukobusowi z Centrum Nauki Kopernik, mobilnej wystawie czy raczej mobilnemu laboratorium, który gościł w murach SP nr 1 dwa dni: 16 i 17 marca.

Naukobus przywiózł 18 interaktywnych eksponatów, których nie można zobaczyć w siedzibie warszawskiego Kopernika, angażujących uczniów i młodszych klas, i starszych. Dzięki eksponatom można samodzielnie odkrywać prawa matematyki i fizyki, przedmiotów trudnych dla wielu uczniów, oraz chemii i biologii.

- Wszyscy uczniowie mogli samodzielnie eksperymentować z pomocą dostępnych eksponatów. Mieli możliwość zapoznać się z budową wewnętrzną człowieka, polem magnetycznym i indukcją magnetyczną, sprawdzić swoją pamięć, zmianę częstotliwości dźwięku oraz bawić się momentami bezwładności. Do dyspozycji otrzymali szereg matematycznych łamigłówek – opowiedziała Kamila Bartosiak, nauczycielka matematyki, fizyki i chemii, która nawiązała kontakt z Centrum Nauki Kopernik.

- Jeżeli każde dziecko coś dotknie, coś zobaczy, coś doświadczy samemu, to więcej zapamięta niż podczas nauki z książki – uznał dyrektor SP nr 1 Jarosław Krauze.

Emocje towarzyszyły wszystkim zwiedzającym wystawę, szczególnie



Przy kuli plazmowej



Nauka z elementem sportu

kilkulatkom, co można było dostrzec na ich twarzach. Uczniowie mówili, że „jest ciekawie i fajnie”, oraz że „można się pobawić”, co uznali za plus wystawy.

- Nauka przez zabawę to klucz do sukcesu – podkreśliła Kamila Bartosiak. – Mam nadzieję, że zaprezentowane

nowe eksponaty zachęcą do nauki przedmiotów ścisłych.

- Chcemy rozbudzić ciekawość dzieci. Mogą przyjść i poeksperymentować, dotknąć, sprawdzić. Każde dziecko może spędzić przy danym eksponacie tyle czasu, ile potrzebuje – wyjaśnił Łukasz Kozłowski, jeden z trójga edukatorów z Centrum Nauki Kopernik, którzy przyjechali do Ciechanowa.

Wystawę obejrżeli wszyscy uczniowie Szkoły Podstawowej nr 1, a także, w piątkowy ranek, ich koleżanki i koledzy z zaprzyjaźnionej Szkoły Podstawowej w Chotumiu.

Naukobus to część programu „Nauka dla Ciebie”, wspólnej inicjatywy Mini-



Łamigłówki

sterstwa Edukacji i Nauki oraz Centrum Nauki Kopernik, mającej na celu umożliwienie samodzielnego odkrywania nauki dzieciom z małych miejscowości na terenie całej Polski.

Mobilna wystawa tak rozbudziła ciekawość uczniów, że jedna z klas (4B) odwiedziła ciechanowski Park Nauki Torus. Inne klasy zapewne podążą za nią.

IK

Kluby sportowe i stowarzyszenia z dotacjami

Przedstawiciele organizacji pozarządowych, wspierających i upowszechniających kulturę fizyczną, spotkali się 16 marca w Starostwie Powiatowym w Ciechanowie, by podpisać umowy na realizację zadań publicznych. Środki, które pozyskali, pochodzą z budżetu powiatu ciechanowskiego.

podobny cel – 6 tys. zł. Również po 6 tys. zł otrzymały Stowarzyszenie Akademia Piłki Nożnej Olimp Ciechanów i Miejski Klub Sportowy „Kryształ” w Glinieju.

Najwięcej organizacji uzyskało kwoty po 5 tys. zł. Stowarzyszenie Biegowo-Ekologiczne „ASFALTOŁO DZIKI” zorganizuje III Wyzwanie rowerowe ROWE(R) LOVE, zaś Uczniowski Klub Sportowy „AS” Glinieju – szkolenie grupy zawodników reprezentujących Klub w Lidze Młodzików, prowadzonej przez Mazowiecki



Przedstawiciele klubów sportowych i stowarzyszeń ze starostami i sekretarzem powiatu

- Gratulujemy sukcesów. Jeśli ich nie ma, na pewno będą – zwrócił się do przedstawicieli sportu w powiecie starosta Jan Andrzej Kaluszkiewicz. Życzył pierwszych miejsc i innych sukcesów. Dodał: – Oby nie czwartych miejsc.

Przedstawicielom organizacji, głównie mężczyznom, choć było i kilka pań, pogratulowali również: wicestarosta Marek Marcinkowski i sekretarz Monika Gwoździak.

Zarząd Powiatu Ciechanowskiego przyznał w ramach wsparcia realizacji zadań publicznych w 2023 r. w zakresie wspierania i upowszechniania kultury fizycznej łącznie 200 tys. zł. Środki trafiły do ponad 20 organizacji.

Najwyższą kwotę 27 tys. zł otrzymało Stowarzyszenie Ciechanowski Klub Sportowy „Jurand”, prowadzące szkolenie dzieci i młodzieży m.in. w kolarstwie i piłce ręcznej. 20 tys. zł uzyskał Ciechanowski Ludowy Klub Sportowy „Mazovia” na szkolenia w podnoszeniu ciężarów, a 16 tys. zł – Szkolny Związek Sportowy Ziemia Ciechanowska na organizowanie imprez i zawodów w ramach „Igrzysk Młodzieży Szkolnej”. Po 11 tys. zł przyznano Ciechanowskiemu Klubowi Bokserskiemu i Stowarzyszeniu „Akademia Piłkarska Ciechanów”; pierwsza z organizacji organizuje II Ciechanowski Turniej Bokserski, a druga – profesjonalne szkolenie dzieci i młodzieży. 10 tys. zł otrzymał Klub Sportowy „Ciechan i Szymon Kolečki”, przeznaczony na szkolenie i udział w zawodach dzieci i młodzieży. Taka sama kwota, również na szkolenia, trafiła do Miejskiego Klubu Sportowego Ciechanów. 8,5 tys. zł to dofinansowanie dla Ludowego Klubu Sportowego Matsogi Ciechanów na organizację imprez i zawodów o zasięgu lokalnym, regionalnym, ogólnopolskim i międzynarodowym. Natomiast Stowarzyszenie Sportowe Runners Team pozyskało 8 tys. zł na IV Powiatowy Duathlon Opinogóra 2023. Nie zabrakło klubów pływackich. Klub Pływacki Ciechanów na prowadzenie treningów dla dzieci i młodzieży uzyskał 7 tys. zł, a Międzyszkolny Pływacki Klub Sportowy „Orka” na

Związek Piłki Nożnej. Ciechanowski Klub Sportowy Walki „Szejkowski & Reduch” zrealizuje zadanie pn. „Aktywni ruchowo – K.O. WADŁO”, który uzyskał 4 tys. zł. Po 3 tys. zł otrzymały: Ciechanowski Związek Brydza Sportowego, organizator ogólnopolskiego otwartego turnieju o Puchar Starosty, i Gminny Klub Sportowy „OPIA” Opinogóra, organizator I turnieju piłki nożnej o Puchar Starosty. Natomiast po 2 tys. zł uzyskały Klub Sportowy „Gryf” Kownaty Żądowe, planujący turniej piłki nożnej oraz Koło Gospodyń Wiejskich w Żeniboku, zamierzające zorganizować II Turniej Lokalnej Społeczności.

Podobny cel mają: Stowarzyszenie Klub Sportowy VICTORIA Regimin, które uzyskało 4,5 tys. zł, i Uczniowski Klub Sportowy „K.O. WADŁO”, który uzyskał 4 tys. zł. Po 3 tys. zł otrzymały: Ciechanowski Związek Brydza Sportowego, organizator ogólnopolskiego otwartego turnieju o Puchar Starosty, i Gminny Klub Sportowy „OPIA” Opinogóra, organizator I turnieju piłki nożnej o Puchar Starosty. Natomiast po 2 tys. zł uzyskały Klub Sportowy „Gryf” Kownaty Żądowe, planujący turniej piłki nożnej oraz Koło Gospodyń Wiejskich w Żeniboku, zamierzające zorganizować II Turniej Lokalnej Społeczności.

Na sali byli zarówno przedstawiciele organizacji, które już aplikowały o dofinansowanie z powiatu jak KS „Ciechan i Szymon Kolečki”, reprezentowany przez prezesa Łukasza Gąsiorowskiego, jak i organizacje, które złożyły wnioski po raz pierwszy.

- Cieszę się, że dostaliśmy dofinansowanie. Chcemy zorganizować turniej piłki nożnej o zasięgu powiatowym – powiedziała Katarzyna Kaliszewska, prezes KS „Gryf” Kownaty Żądowe. Przyznała, że klub wystąpił o środki do powiatu po raz pierwszy, ale nie ostatni.

Uczestnicy spotkania komentowali, że o środki wystąpiło więcej organizacji niż w poprzednim roku, dlatego też niektóre z nich dostały nieduże dofinansowanie.

IK

Ciechanowski SANEPiD

O zdrowiu publicznym

Konferencja pt. „Współczesne wyzwania dla zdrowia publicznego” zorganizowana przez Państwową Inspekcję Sanitarną w Ciechanowie miała na celu przybliżenie tematów dotyczących wirusów i chorób zakaźnych oraz roli szczepień ochronnych w zwalczaniu chorób zakaźnych.

Wykładowcami byli uznani i cenieni eksperci w dziedzinie zdrowia publicznego, którzy omówili aktualne zagrożenia epidemiczne w Polsce oraz nowe wyzwania dotyczące szczepień ochronnych. Spotkanie, które odbyło się 22 marca br., w auli Państwowej Uczelni Zawodowej im. I. Mościckiego w Ciechanowie, przy ul. Wojska Polskiego 51, skierowane było do pracowników służby zdrowia, oświaty, jednostek samorządowych oraz wszystkich zainteresowanych tematem zdrowia.

Wykładowcami byli uznani i cenieni eksperci w dziedzinie zdrowia publicznego.

Wykład, pt.: „Aktualne zagrożenia epidemiczne w leczeniu otwartym i w szpitalach w Polsce” wygłosił dr n. med. Paweł Grzesiowski: lekarz pediatra, ekspert Naczelnej Rady Lekarskiej (NRL) ds. walki z COVID-19, Prezes Stowarzyszenia Higieny Lecznictwa. Kolejny wykład poświęcono „Nowym wyzwaniom dotyczącym szczepień ochronnych w Polsce”. Temat ten omówiła dr hab. Iwona Paradowska-Stankiewicz, profesor Narodowego Instytutu Zdrowia Publicznego Państwowego Zakładu Higieny – Państwowego Instytutu Badawczego, Krajowy Konsultant ds. Epidemiologii. Na koniec spotkania, kierownik Sekcji Epidemiologii PSSE



Audytoryum



Dr n. med. Paweł Grzesiowski



dr hab. Iwona Paradowska-Stankiewicz, Krajowy Konsultant ds. Epidemiologii

w Ciechanowie Agata Jabłońska, przedstawiła rolę inspekcji sanitarnej w zwalczaniu chorób zakaźnych.

Rolą Państwowej Inspekcji Sanitarnej jest realizacja zadań dotyczących zdro-

wia publicznego. Poza sprawowaniem bieżącego i zapobiegawczego nadzoru sanitarnego prowadzi szeroko rozumianą edukację zdrowotną i promocję zdrowego stylu życia.

AB



**POWIAT
CIECHANOWSKI**

Spółeczność szkolna SP nr 6 w Ciechanowie uhonorowała swojego patrona Tadeusza Kościuszkę. „Wolność kocham i rozumiem” było hasłem przewodnim tygodnia z patronem.

Przez 5 dni, od 20 do 24 marca w szkole oraz na terenie miast odbywały się różnorodne projekty, które łączyła osoba generała lejtnanta. Podsumowanie miało miejsce w piątek, 24 marca, czyli w dniu rocznicy wybuchu insurekcji kościuszkowskiej.

Tego dnia hala gimnastyczna szkoły zmieniła się w krakowski rynek za spr-

Kościuszeko - patron na „Szóstkę”



wą, pięknie wykonanych przez poszczególne klasy, kolorowych kamienic, które umieszczono na ścianach.

- „Wolność kocham i rozumiem” to myśl przewodnia tygodnia z patronem. Słowa utworu Chłopców z Placu Broni w sposób szczególny charakteryzują Tadeusza Kościuszkę, który uważał, że „największym zwycięstwem jest to,

Występ młodych artystów z SP nr 6 w Ciechanowie

które odnosimy nad nami samymi”. Te słowa znajdują się w preambule naszego statutu. Osobiste zwycięstwa przeklewał w bohaterstwo na rzecz walki o wolność ojczyzny - powiedziała podczas otwarcia uroczystości dyrektorka szkoły Agata Pawłowska.

Dzień kolorowych skarpetek w Ciechanowie

21 marca wiele osób zakłada skarpetki o różnych kolorach. Bo poza tym, że tego dnia witamy kalendarzową wiosnę, to obchodzony jest Światowy Dzień Zespołu Downa.

To ważny moment, gdy kierujemy swoją uwagę na potrzeby osób z dodatkowym, 21 chromosomem. To również okazja na zwiększenie świadomości w społeczeństwie o tej przypadłości. Symbolem Zespołu Downa są Kolorowe Skarpetki. Obchody barwnych skarpetek zorganizowano w miniony wtorek w Ciechanowie w Szkole Podstawowej nr 7 z oddziałami integracyjnymi.

- Kolorowe, nie do pary skarpetki z jednej strony pokazują, że jesteśmy barwni i weseli, a z drugiej są symbolem niedopasowania do pewnych norm społecznych - powiedział w trakcie spotkania Robert Słupski, jeden z organizatorów wydarzenia, tata Zuzi z zespołem Downa.

Obchody Światowego Dnia Zespołu Downa w Ciechanowie przy wsparciu

miasta zorganizowały: SP nr 7, Stowarzyszenie Biegowo-Ekologiczne „ASFALTLOVE DZIKI”, Polskie Towarzystwo Walki z Kalectwem w Ciechanowie, Stowarzyszenie Na Rzecz Dzieci Niepełnosprawnych „Tęczyowy Świat”, Stowarzyszenie Dobrych Serc, PUZ

I Bieg Kolorowej Skarpetki



Najmłodsi przywitali wiosnę

We wtorek, 21 marca obchodziliśmy pierwszy dzień kalendarzowej wiosny. Właśnie z tej okazji, mali ciechanowianie przygotowali mnóstwo prac o tematyce wiosennej.

Młodzi mieszkańcy Ciechanowa, przedszkolaki oraz uczniowie szkół podstawowych, przywitali wiosnę pod PCKiSz. Pod domem kultury, dzieciaki wraz opiekunami zameldowały się w towarzystwie tradycyjnych marzann.

Przygotowane przez dzieci marzanny wyglądały zjawiskowo. Wszystkie prace wzięły udział w konkursie zorganizowanym przez PCKiSz pt. „Najładniejsza Marzanna”. Najciekawsze prace wyróżniono w czterech kategoriach wiekowych. Kilkanaście marzann zaprezentowano później na wystawie wokół budynku domu kultury. - Celem konkursu jest kultywowanie tradycji ludo-

wej, rozwijanie wyobraźni plastycznej i przestrzennej. Wszystkie prace wyglądają wspaniale. Zdaje sobie sprawę, że w powstanie ich włożyliście mnóstwo

pomysłów i pracy - powiedziała do zebranych dyrektorka Powiatowego Centrum Kultury i Sztuki w Ciechanowie.

erM



Pod budynkiem PCKiSz w Ciechanowie przedszkolaki i uczniowie zaprezentowali swoje marzanny

Obchodom towarzyszyły liczne imprezy i wydarzenia związane z osobą Kościuszki - od Wielkiego Testu wiedzy, przez I Bieg dla Kościuszki, aż po Kulinarne Wyzwania. Piątkową uroczystość rozpoczęto od przypomnienia słów historycznej przysięgi pierwszego odznaczonego Złotym Medalem Virtuti Militari, a następnie odśpiewano hymn szkoły. To ważny element szkolnej tradycji, który jest z „Szóstką” prawie 60 lat - od momentu, gdy został napisany przez

jednego z nauczycieli, Leona Samkowskiego.

W trakcie spotkania wyróżniono uczniów, nauczycieli i osoby zaangażowane w przygotowanie obchodów związanych z tygodniem patrona. - Spotkanie pokazało, że taki niecodzienny, innowacyjny sposób świętowania przynosi wiele satysfakcji i jest pozytywnie odbierany. Z radością usłyszeliśmy od gości zabierających głos podczas uroczystości, że „jesteśmy szkołą na szóstkę”.

erM

Wspólne uprawy w parku ojców

Park przy ulicy Augustiańskiej w Ciechanowie zyska niebawem nowe atrakcje. Powstaje tam m.in. ogród społeczny, w którym mieszkańcy będą mogli uprawiać owoce, warzywa lub zioła.

Ogród będzie spełniał kilka istotnych funkcji. Od edukacyjnej, bo odbywać

się tam będą różnego rodzaju warsztaty ekologiczne i zajęcia o ekologii, po integracyjne. Uprawą w szczególności zajmą się dzieci, młodzież i seniorzy, w tym osoby z niepełnosprawnościami.

W Miejskim Parku Ojców trwają aktualnie prace budowlane. Wkrótce pojawią się nasadzenia - jabłonie, winorośle, krzewy owocowe i zioła.

erM



W parku ojców ruszyły prace nad budową ogrodu

Przygarnij psa ze schroniska

W Schronisku dla Bezdomnych Zwierząt w Pawłowie, niedaleko Ciechanowa, 380 psów czeka na adopcję.

Schronisko jest przepelnione. Psy marzą o swoim właścicielu i domu, gdzie mogłyby poczuć się potrzebnymi i bezpiecznymi. Wspólnie ze Stowarzyszeniem Wolontariuszy Schroniska w Pawłowie staramy się znaleźć dla nich dom. W tym numerze „Tygodnika” zachęcamy do adopcji dwóch pieszków.

Miluś to młody, niespełna roczny pieszek o cudownym charakterze. Żyje w zgodzie ze wszystkimi, jest w stanie dogadać się z każdym psem, obecnie dzieli boks z psami i z sukczkami. Wolontariusze starają się znaleźć dla niego rodzinę, w której poczuje się bezpiecznie. To pies, który na spacerach przesiaduje na kolanach lub rękach wolontariuszki. Bardzo mocno przywiązuje się do jednego człowieka, potrzebuje czasu i zrozumienia.

Miluś to pies, który dobrze poczuje się w domu z dziećmi. Potrafi chodzić na smyczy, ale nie przepada za tym - woli być noszony na rękach. Ludzie chcący go adoptować,

będą musieli nauczyć go chodzenia na smyczy. To chodząca przytulanka. Na spacerach nie interesuje go nic poza obcowaniem z opiekunem. Bardzo mocno polecamy Milusia do adopcji, to taki fajny pies, idealny do zamieszkania nawet w niewielkim mieszkaniu.

Falko to

2-letni pies o wyjątkowej urodzie. Wboksie mieszka z psem, z którym znaleźli wspólny język. Jest zazdrosny o kontakty z człowiekiem i najlepiej gdyby trafił do domu bez innych psów. Odnajdzie się w rodzinie z dziećmi. W stosunku do ludzi jest cudownym towarzyszem spacerów i zabaw, kocha spędzać czas z człowiekiem. Falko jest młodym psiakiem, który ma dużo energii, więc mógłby trafić do rodziny lubiącej aktywnie spędzać czas. Zdarza mu się jeszcze ciągnąć na smyczy, ale jest to do opanowania. Czasami szczeka na psy, z którymi się mija, ale wolontariusze podczas spacerów pracują nad poprawą jego przyzwyczajęń. Falko jest jeszcze młodym, ale już bardzo pojętym psem, szybko się uczy nowych rzeczy. Ze względu na to, że jest wpatrzony w człowieka, bardzo chętnie z nim pracuje, a jako nagrodę traktuje zabawę i głaskanie. Polecamy tego wyjątkowego psa do adopcji.

erM





Krowy z obory Jerzego Wawrzyńczaka ze Stupska w ubiegłym roku dały średnio po 14.053 kg mleka. Otwiera on ranking hodowców bydła w powiecie mławskim. Niewiele mu ustępują pozostali rolnicy z pierwszej dziesiątki.

W minionym roku w Mławskim 260 stad (9.419 krów) znajdowało się pod oceną użyteczności mlecznej prowadzonej pod patronatem Polskiej Federacji Hodowców Bydła i Producentów Mleka (region Parzniew). Najlepsi rolnicy, a także przedstawiciele branżowych instytucji i firm, podsumowali 2022 r. na spotkaniu Starej Otoczni w gminie Wiśniewo. Była to również okazja do dyskusji o sytuacji w tej dziedzinie produkcji zwierzęcej.

Hodowcy podsumowali rok

14 tys. kg mleka od krowy



Najlepsi hodowcy bydła mlecznego w powiecie mławskim w 2022 r.

Rosną koszty, cena skupu spada

- Obecnie za 1 litr mleka dostają 2,4 zł. Wydaje się, że to dobra cena, ale bardzo mocno wzrosły koszty: ceny nawozów mineralnych, oleju napędowego, energii, pasz (śruta sojowa). A najgorsze jest to, że ceny środków do produkcji nie są stabilne - zauważa Leszek Kalinowski z Bolewa.

- Rynek mleka jest rozchwiany, z tego powodu wstrzymuję wszystkie inwestycje w moim gospodarstwie. Obawiam

się kredytów, bo nie wiem, jak za jakiś czas będzie wyglądała moja sytuacja finansowa. Ale będę trwał przy swojej pracy, licząc, że sytuacja się unormuje - ma nadzieję Jerzy Wawrzyńczak. Dodaje: - Rozumiem, że rynek i rządzi się swoimi prawami, ale my rolnicy ciężko pracujemy i nie mamy wpływu na mechanizmy rynkowe.

- Rok 2023 rozpoczął się dobrze, jednak już w lutym ceny mleka drastycznie spadły. Poniżej 2 zł za litr to zabójstwo, a każdym razem stawka, która pozwala tylko na przetrwanie. W najtrudniejszym położeniu są ci rolnicy, którzy zaciągali

kredyty; odsetki mocno wzrosły - mówi Wiktor Smulewicz, przewodniczący Izby Rolniczych.

Gdzie jest granica?

- Cieszy to, że ponad połowa skupowanego mleka w naszym kraju pochodzi z gospodarstw będących pod oceną użyteczności mlecznej - podkreśla Michał Rodak, dyrektor Centrum Oceny Bydła w Parzniewie. Przeciętna wydajność tych stad wynosi 9.037 kg (Polska) i 8.603 kg (Mazowsze), przy średniej krajowej - 3.696 kg. W naszym województwie w ubiegłym roku rekord ustanowił Andrzej Mórski z miejscowości Golań - 15.039 kg mleka od sztuki.

W 2002 r. średnia wydajność mleka od jednej krowy w większości gospodarstw wzrosła, co było wynikiem m.in. korzystnych cen skupu. Rosła również w poprzednich latach, także w powiecie mławskim.

- To oznacza, że podnosi się też świadomość hodowców. Nadal będziemy organizować dla nich szkolenia tematyczne i nagradzać najlepszych - zapowiada Kazimierz Karpiński, prezes koła powiatowego Mazowieckiego Związku Hodowców Bydła, organizatora spotkania w Otoczni.

Gdzie jest jednak górny pułap? - Należy uwzględnić ekonomię, zadawać sobie pytanie, ile kosztuje wzrost wydajności o każdy litr. Czy na pewno to się opłaca? Trzeba brać pod uwagę również zdrowotność stada. Krowy mocno eksploatowane szybko wypadają

z produkcji - odpowiada Jerzy Wawrzyńczak.

Co to jest ocena użyteczności mlecznej? - To określenie wydajności, zawartości tłuszczu i białka, ilości komórek somatycznych, a także informacje o zdrowotności stada. Te i inne dane, które hodowca otrzymuje w ciągu jednego - dwóch dni, ułatwiają zarządzanie stadem, w tym jego selekcję. Za tę usługę rolnik płaci 205 zł od krowy rocznie i dla niego jest to rzecz opłacalna - wyjaśnia Piotr Majko, inspektor nadzoru Polskiej Federacji Hodowców Bydła.

WOJCIECH SZYMBORSKI

Dziesiątka najlepszych hodowców bydła mlecznego w powiecie mławskim w 2022 r. (średnia wydajność w kg od sztuki)

1. Jerzy Wawrzyńczak, Stupsk - 14.053;
2. Maciej Kowalewski, Augustowo (gm. Strzegowo) - 12.359;
3. Waldemar Plantowski, Olszewo-Borzymy (gm. Stupsk) - 12.349;
4. Piotr Ludwiczak, Mdzewo (gm. Strzegowo) - 12.087;
5. Leszek Kalinowski, Bolewo (gm. Stupsk) - 12.037;
6. Dawid Kołakowski, Peplowo (gm. Wieczfnia Kościelna) - 11.979;
7. Jan Pisarkiewicz, Bogurzynek (gm. Wiśniewo) - 11.753;
8. Dariusz Prejs, Windyki (gm. Wieczfnia K.) - 11.698;
9. Mariusz Piotrowski, Rosochy (gm. Stupsk) - 11.604;
10. Zdzisław Gutkowski, Budy Strzegowskie (gm. Strzegowo) - 11.552.

Krajowy certyfikat dla SP nr 1 w Mławie

Zdrowa szkoła

Ministerstwo Edukacji i Nauki nadało Szkole Podstawowej nr 1 im. Hugona Kołłątaja w Mławie krajowy certyfikat „Szkoła promująca zdrowie”. Jest to jedyna placówka oświatowa w powiecie mławskim z takim tytułem. Co się za nim kryje?

„Szkoła promująca zdrowie” - według resortu - to taka, która „we współpracy z rodzicami uczniów i społecznością lokalną systematycznie i planowo tworzy środowisko społeczne i fizyczne sprzyjające zdrowiu i dobremu samopoczuciu społeczności szkolnej” oraz „wspiera rozwój kompetencji uczniów i pracowników w zakresie dbałości o zdrowie przez całe życie”.

Mławska „Jedynka” w 2015 r. rozpoczęła starania o to miano, po trzech latach uzyskała certyfikat wojewódzki, a w drugim etapie - krajowy, ważny na pięć lat. Uroczystość wręczenia dokumentu odbyła się

w styczniu br. w siedzibie Ministerstwa Edukacji i Nauki.

Szkoła, której patronuje wybitny przedstawiciel polskiego Oświecenia, spełnia więc wyznaczone standardy, osiągnięcie których poprzedziła realizacja określonych zadań, jest to zresztą praca ciągła. „Żyjmy zdrowo w świetlicy szkolnej”, w ogóle „Żyjmy zdrowo”, „ABC młodego rowerzysty”, „Odblaskowa klasa”, „Szkoła w ruchu”, „Aktywna przerwa”, „Hałas - Twój wróg”, „Dni ciszy” - to nazwy niektórych realizowanych tu projektów profilaktyczno-edukacyjnych (również happeningów) z udziałem uczniów, nauczycieli i rodziców. Istotną rolę ogrywają także tematyczne pogadanki i prezentacje prowadzone przez pedagoga, psychologa i pielęgniarkę (SP nr 1 zatrudnia takich specjalistów) czy policjantów.

Oprócz aktywności fizycznej szczególnie znaczenie ma odżywianie. Nie ma przesady w powiedzeniu, że zdrowie człowieka w dużym stopniu zależy od tego, co znaj-



Janina Lampkowska (z prawej) i Jolanta Luciszewska, dyrektor i wicedyrektor ZPO nr 1 w Mławie, z krajowym certyfikatem

duje on na talerzu. W stołówce szkolnej (obiady) nie brakuje zupy warzywnej, surówek, kompotu owocowego; jadłospis zatwierdza dyrektor placówki. Postawy prozdrowotne kształtuje też program „Mleko i warzywa w szkole”.

Do tego uczniowie uczestniczą w akcjach charytatywnych. M.in. pomagali swoim rówieśnikom przebywającym w Zakładzie Opiekuńczo-Wychowawczym w Kraszewie-Czubałkach i Domach Dziecka w Kowalewie oraz zbierały karmę dla zwierząt w schronisku w Napierkach.

Wyniki badań dowodzą, że znaczna część polskich nastolatków ma nadwagę, wady wzroku lub słuchu; niekiedy te dolegliwości się kumulują. Mamy do czynienia z konsekwencjami nieprawidłowej diety, biernego trybu życia, przesiadywania godzinami przed komputerem i innymi elektronicznymi ciekawymi. Stąd m.in. akcja „Dni ciszy”. Co grozi, jak w rozmowie z nami nie ukrywają mławscy nauczyciele, nie tylko tej szkoły, wiele dzieci dostaje nadmierne kieszonkowe. Po drodze na lekcje kupują sobie chipsy i słodkie napoje.

Janina Lampkowska, dyrektor Zespołu Placówek Oświatowych nr 1 w Mławie, w skład którego wchodzi SP nr 1 i Miejskie



Tak wygląda krajowy certyfikat

Przedszkole Samorządowe nr 1 im. Marii Konopnickiej, mówi, że zdobycie certyfikatu nie było rzeczą łatwą, a każdym razem wiązało się z niemałą pracą. - Jest to zasługa wielu osób, nie tylko nauczycieli, w tym zespołu koordynującego, którego skład się zmieniał w minionych siedmiu latach - zaznacza.

Sęk w tym, że wiedza i nawyki osiągnięte w szkole nie zawsze znajdują kontynuację w domu. Jedni rodzice, zapracowani, nie mają wystarczająco dużo czasu dla swoich dzieci. Inni nie zdają sobie sprawy, że zdrowie ich dzieci zależy również od nich, np. od tego, co im serwują na śniadanie czy obiad.

Tymczasem o certyfikat „Przedszkole promujące zdrowie” stara się wspomniane MPS nr 1.

K.J.

Gdzie są Cedrob, Wipasz, hodowcy, dietetycy, restauratorzy?

Wielkie jaja! Sztuczne, niestety

Pierwszego kwietnia, a więc tuż przed Świątami Wielkanocnymi, w parku miejskim w Mławie odbędzie się Wielkie Jajobranie - zapowiada magistrat, zaznaczając, że to pierwsza tego rodzaju impreza w tym mieście. Co się będzie działo?

Ano dzieci będą szukać ukrytych czekoladowych jajek. Zwycięzca konkursu zostanie nagrodzony przez burmistrza.

Co więcej: „W trakcie wydarzenia będzie można będzie malować podziwiał ustawione w parku piękne gigantyczne pisanki, które jak co roku malowane są przez poszczególne placówki szkolne.

Tegoroczna wystawa będzie jednak jeszcze bardziej wyjątkowa, gdyż wyłoniona zostanie spośród sześciu prac jedna, która zdaniem mieszkańców miasta będzie najpiękniejsza”.

Mało tego: „Na miejscu na uczestników czekać będzie jeszcze wiele innych atrakcji. Będzie można sprawdzić się w konkursach sprawnościowych, zręcznościowych z użyciem jajek, pomalować twarz, zrobić sobie zdjęcie z jedną z żywych maskotek spacerujących po parku, wziąć udział w Wiosennej Lokomotywie, wygrać mnóstwo nietuzinkowych nagród, a na koniec włączyć się we wspólne malowanie gigantycznego styropianowego jaja, które, podobnie jak pozostałe pisanki, będzie zdobić w okresie wielkanocnym park”.

(KJ)

Gdy usiadziemy przy wielkanocnym stole...

Rady profesora „jajcarza”

Ta skądinąd ciekawa inicjatywa mławskiego samorządu domaga się pewnego komentarza. Mam na myśli nie tyle aspekty obyczajowo-rozrywkowe, choć i one są ważne, ile dietetyczne i biznesowe. Postuję się przykładem z własnego doświadczenia.

Otóż odwiedził mnie mój kolega, mieszkaniec Małopolski. Pokazałem mu naszą piękną ziemię - mławską, ciechanowską i żuromińską. Był zachwycony tym co zobaczył - szczególnie w Opinogórze (dotąd nie wiedział, że tu spoczywa Zygmunt Krasiński). Jednakże zwątpił, gdyśmy wstąpili do restauracji na obiad. Kelner zaproponował nam tylko kotlety z mięsa wieprzowego, aczkolwiek w kilku wersjach. Tymczasem mój gość miał chętkę na jakieś danie regionalne, najbardziej z jajek kurzych. Był niezmiernie zdumiony, kiedy

mu oświadczyłem, że, o ile mi wiadomo, u nas nie ma zakładu gastronomicznego, który by się specjalizował w tego rodzaju potrawach. Nie licząc popularnej jajecznicy, ale ją można przyrządzić w domu. - Przecież północne Mazowsze jest jednym z największych ośrodków hodowli i przetwórstwa drobiu. Nie wykorzystujecie wszystkich szans - skonstatował ów kolega.

Profesor Tadeusz Trziszka z Uniwersytetu Przyrodniczego we Wrocławiu, przez studentów zwany „jajcarzem”, specjalizuje się w badaniach nad technologią żywności, w szczególności mięsa drobiowego i jaj; jest autorem kilkuset prac naukowych na ten temat. Sam, jak twierdzi, zjada kilka jajek dziennie, a każdym razem zaleca to Polakom. Chodzi bowiem o produkt, w którym jest wszystko, co jest konieczne do zdrowego życia: witaminy, substancje, które niszczą wirusy, cystatyna, która wspomaga walkę z chorobami „otępiennymi mózgu” i nowotworowymi, aminokwasy czy związki mineralne. I rzecz nie mniej

ważna: wrocławski naukowiec zaznacza, że w jajach jest dobry cholesterol, który „ogranicza wytwarzanie złego cholesterolu przez nasz własny organizm”.

Do tego profesor w wywiadach dla mediów podkreśla to, z czego zapewne nie wszyscy zdają sobie sprawę: jajo jest nie lada fenomenem również z tego względu, że zawiera „wszystkie bioaktywne substancje niezbędne do stworzenia życia”. To zapłodnione wystarczy podgrzewać do odpowiedniej temperatury przez pewien czas, aby narodziło się piskle. Dlatego jajo jest symbolem święta Zmartwychwstania Pańskiego.

Wróćmy wszakże do zasygnalizowanego problemu. Co na to Cedrob, Wipasz, hodowcy, dietetycy, restauratorzy? A co stoi na przeszkodzie, by w Mławie urządzić Wielkie Jajobranie, ale z jajami prawdziwymi, a nie z czekoladą czy ze styropianu. Mogłaby być to promocja jakże wartościowych owoców kurzego trudu.

(KJ)



**POWIAT
PŁOŃSKI**

18 marca w Zespole Szkół nr 1 im. Stanisława Staszica w Płońsku odbyła się debata „Pierwszy sygnał”, poświęcona problemowi samobójstw wśród dzieci i młodzieży.

Panel dyskusyjny miał charakter otwarty. Wzięli w nim udział m.in. rodzice, nauczyciele i pedagodzy, a także wszyscy ci, których ten temat dotyczy, interesuje lub mógł przekazać swoją wiedzę. Wg. danych Polskiej Agencji Prasowej w 2022 r. zanotowano łącznie 2031 prób samobójczych dzieci i młodzieży, z czego 150 zakończyło się zgonem. Najmłodsze z osób, które podjęły się próby miały między 7 a 12 lat. W związku z rosnącą liczbą samobójstw wśród dzieci i młodzieży, przedmiotem debaty było rozważanie problemu „pierwszego sygnału” ze strony dzieci i innych niepokojących informacji, także związanych m.in. z depresją oraz szybkiej reakcji otoczenia.

Prelegentami podczas spotkania byli: Iwona Witulska (przyczyny prób samobójczych w ujęciu socjologiczno-pedagogicznym) oraz Michał Symonowicz (styl życia nastolatków i relacje między ludzkie a samobójstwa).

Dzięki uprzejmości Iwony Witulskiej starostwo umieściło na swojej stronie wyniki badań z lat 2020-22 przeprowadzonych na grupie 325 uczniów z powiatu płońskiego w wieku 12-19 lat:

- Jako autorytet wskazali oni na: rodziców (96%), dziadków (63,58%), rówieśników (60,62%) i rodzinstwo (52,70%). Ponad 90% wskazało, że waż-

FOT. STAROSTWO POWIATOWE W PŁOŃSKU



nymi wartościami są dla nich zdrowie, dobro, godność, zaufanie i miłość, pow. 80% - szacunek, tolerancja, wolność, rodzina, przyjaźń i pokój, pow. 70% - prawda i odpowiedzialność, pow. 60% uczciwość i rozrywka, a pow. 50% silny charakter, indywidualizm i wiara;

- Badana młodzież wskazywała najczęściej na problemy rodzinne tj. kryzys rodziny i przemoc w rodzinie oraz na problemy szkolne tj. przemoc i agresja w szkole i niskie/słabe wyniki w nauce.

- Osamotnionych w swoim otoczeniu czuło się 30,46 % uczniów, pozostali zaprzeczyli (69,54%);

- Połowa uczniów rozmawiała z rodzicami do pół godziny dziennie (53,85%), druga połowa uczniów rozmawiała więcej tzn. 1-2 godziny dziennie (23,69%) lub 3 godziny dziennie i więcej (22,46%);

- Poczucie lęku egzystencjalnego odczuwało 41,23%;

- Badani uczniowie w największym odsetku wskazywali na rówieśników (42,43%) i rodziców (31,58%), jako osoby odpowiedzialne za samobójstwa młodych;

- W badanej grupie 13 osób podjęło próbę samobójczą. Uczniowie, którzy podjęli próbę samobójczą ratowani byli w największym odsetku przez: przyjaciół (46,15%), rodziców (38,46%), inne osoby z rodziny (15,38%);

- Pomocy u specjalisty w związku z depresją po próbie samobójczej szukało 53,85% uczniów, pozostali zaprzeczyli (46,15%);

- Uczniowie wskazują na uzależnienia od: internetu/portali społecznościowych (82,59%), gier komputerowych (45,06%), nikotyny (24,38%).

Debata zaowocowała zbiorem kilku wniosków, takich jak np.:



- podstawą wsparcia jest relacja z dzieckiem,

- potrzebna jest edukacja w zakresie rozpoznawania depresji, pierwszych oznak wskazujących na konieczność wsparcia, zarówno dla rodziców, ale też nauczycieli,

- nagła zmiana zachowania może być pierwszym sygnałem,

- spędzanie czasu z dzieckiem na rozmowach jest najlepszą formą przeciwdziałania,

- spotkanie było potrzebne i powinno być początkiem rozmów na tematy trudne i często wypierane.

Jak informuje starostwo, więcej informacji przekazane zostanie po wykonaniu

dogłębnej analizy spotkania, a materiał opracowany przez specjalistów zostanie udostępniony wszystkim zainteresowanym.

Wydarzenie zorganizowane zostało przez starostwo płońskie, ZS nr 1, płońską policję oraz Stowarzyszenie Proobronne Centrum Edukacji Wataha.

RK

Wiosenne porządki na drogach i ulicach

Miasto Płońsk i powiat płoński rozpoczęły wiosenne porządki na powiatowych drogach i miejskich ulicach.

Na drogach powiatu, które liczą w sumie 626 km, rozpoczęło się przycinanie drzew, uzupełnianie poboczy, naprawa ubytków powstałych po zimie oraz zamykanie ręczne prowadzone przez pracowników Powiatowego Zarządu Dróg.

FOT. UM PŁOŃSKI



Na ulicach Płońska rotwa zaś mechaniczne i ręczne sprzątanie, któ-

FOT. POWIATOWY ZARZĄD DRÓG



re powinno potrwać do końca marca, a wykonuje je miejska spółka PGK.

RK

Ratusz interpeluje w sprawie szpitala

Płońska rada miejska wystosowała list otwarty do władz powiatu, w którym formułuje 14 pytań dotyczących sytuacji finansowej płońskiego szpitala. Pod listem podpisało się 8 radnych.

Jak informuje urząd miejski, publikacja listu ma związek z otrzymywanymi licznymi pytaniami od mieszkańców miasta oraz brakiem odpowiedzi na wcześniejsze interpelacje.

W liście radni najpierw pytają o przyczyny odwołania dyrektora Pawła Obermeyerera, a następnie o zadłużenie SPZ-ZOZ w dniu jego odwołania, a także po odejściu Marcina Ozdarskiego, Witolda Acheńskiego i Liliany Kraśniewskiej. Kolejne pytania dotyczą podjętych kroków wobec byłych dyrektorów, a także informacji o nadzorze nad działalnością szpitala i opinii Rady Społecznej w sprawie dyrektora Kraśniewskiej. Przedmiotem następnych pytań jest doświadczenie i tryb powołania dyrektora ds. administracyjno-technicznych Grzegorza Czerniawskiego, a także ewentualnego konfliktu podległości z sekretarzem Anną Czerniawską. Ostatnie z pytań dotyczą zaś podejrzenia ewentualnej prywatyzacji szpitala oraz działań Rady Społecznej oraz przedstawiciela woj-

wody w sprawie zapobiegania obecnej sytuacji placówki.

20 marca ze strony urzędu miejskiego padło kolejne 5 pytań, tym razem dotyczących informacji od pacjentów w sprawie problemów z dostępem do lekarza Nocnej i Świątecznej Opieki Lekarskiej w Płońsku, co miało wydarzyć się w niedzielę 19 marca.

- Nieobecność lekarza w Punkcie Nocnej i Świątecznej Opieki Zdrowotnej w godzinach 8.00-20.00 była spowodowana przyczynami losowymi. W punkcie NiSOZ obecna była pielęgniarka, która udzielała pacjentom informacji dotyczącej przekierowania na szpitalny SOR lub do NiSOZ w Raciążu oraz wykonywała obowiązki w ramach swoich kompetencji w zakresie pomocy medycznej. Dodatkowo personel medyczny zamieścił informację odsyłającą pacjentów w pierwszej kolejności do przyszpitalnego SORu a w drugiej kolejności do punktu NiSOZ w Raciążu. Brak lekarza na dyżurze w Płońsku nie ma związku z działaniem punktu NiSOZ w Raciążu. Pragniemy nadmienić, że sytuację wynikającą z przyczyn losowych a skutkującą brakiem lekarza na dyżurze w NiSOZ już wcześniej miały miejsce i były incydentalne – poinformował w komentarzu pod facebookowym postem ratusza płoński szpital.

RK

Wybory uzupełniające do rady gminy w Żałuskach

Jest dwóch kandydatów

W gminie Żałuski zarządzono powtórzenie wyborów uzupełniających do Rady Gminy, w związku z wygaśnięciem mandatu jednego z radnych w maju zeszłego roku.

Wojewoda mazowiecki wydał zarządzenie 17 stycznia, a wybory zostaną przeprowadzone 2 kwietnia 2023 r. 16 marca Gminna Komisja Wyborcza zarejestrowała dwóch kandydatów do okręgu nr 1. Są to – Konrad Grzybowski lat 24, zam. Stróżewo, KWW Konrada Grzybowskiego) i Ryszard Niedźwiecki (lat 77, zam. Niepiekła, KWW Bliżej Ludzi).

Z dniem 10 maja 2022 r. wygaś mandat radnego Zbigniewa Pogorzelskiego (KWW Kamila Koprowskiego – Nowe Oblicze Samorządu), z powodu pisemnego zrzeczenia się. W związku z tym na dzień 7 sierpnia 2022 r. zarządzono wybory. Te nie zostały jednak przeprowadzone, ponieważ w wyznaczonym terminie do komisarzy wyborczego w Ciechanowie nie wpłynęło żadne zawiadomienie o utworzeniu komitetu wyborczego w celu zgłoszenia kandydata na radnego. W związku z powyższym mandat nadal pozostaje nieobsadzony. 6 lutego komisarz wyborczy wydał komunikat o przyjęciu zawiadomień o utworzeniu dwóch komitetów: KWW

Bliżej Ludzi (pełnomocnik Barbara Niedźwiecka, z siedzibą w miejscowości Niepiekła) oraz KWW Konrada Grzybowskiego (pełnomocnik Małgorzata Grzybowska, z siedzibą w miejscowości Stróżewo). 20 lutego wydano postanowienie o powołaniu Gminnej Komisji Wyborczej, w skład której weszło 9 członków. Dwa dni później odbyło się pierwsze posiedzenie komisji. 13 marca powołano Obwodową Komisję Wyborczą nr 1, w skład której weszło 7 osób. Kampania wyborcza skończy się z dniem 31 marca o godz. 24.00.

Zarządzono pięć siedzib Obwodowych Komisji Wyborczych: urząd gminy w Żałuskach oraz szkoły podstawowe w Stróżewie, Szczytnie, Kroczewie i Kamienicy. Głosowanie potrwa od godziny 7.00 do 21.00.

RK

Zderzenie z łosiem w Skarżynie

21 marca kilkanaście minut po godzinie 20.00 na drodze krajowej nr 50 na wysokości miejscowości Skarżyn doszło do wypadku z udziałem łosia.

- Na drogę wybiegły dwa łosie. Jedno ze zwierząt przebiegło przez trasę, natomiast drugie zderzyło się z osobowym oplem. Uderzenie było tak silne, że 45-letni kierowca osobówki, mieszkaniec Płońska stracił panowanie nad autem, które zjechało na przeciwny pas ruchu, a następnie wjechało do przydrożnego rowu – informuje kom. Kinga Drężek-Zmysłowska, oficer prasowy płońskiej policji.

Mężczyzna z obrażeniami głowy i urazem kręgosłupa został przewieziony do szpitala. Zwierzę nie przeżyło.

RK



FOT. KPP W PŁOŃSKU



Zabytkowy budynek koszar przy al. Tysiąclecia w Pułtusku zmieni swój wygląd i przeznaczenie. Powstaną w nim 63 mieszkania komunalne oraz lokale usługowe. Dodatkowo zostanie zagospodarowany teren wokół obiektu. Na przebudowę i zmianę przeznaczenia budynku gmina Pułtusk uzyskała 15,5 mln zł. Stara się o kolejne środki, natomiast w budżecie ma zabezpieczone 2 mln zł. Inwestycja może kosztować około 20 mln zł.

O braku mieszkań burmistrz i radni rozmawiali nie raz, nie tylko w obecnej kadencji. Tak samo wielokrotnie dyskutowano na temat ocalenia zabytkowego gmachu koszar przy al. Tysiąclecia. Teraz jest szansa, że potrzeba mieszkaniowa przynajmniej części pułtuszczyzan zostanie zaspokojona, a budynek – ocalony od całkowitego zniszczenia, co grozi pozostałym budynkom po dawnych koszarach.

Dla kogo mieszkania?

W piętrowym budynku przy al. Tysiąclecia 2A powstaną 63 lokale mieszkalne: 38 lokali M3, 14 lokali M4, 9 lokali M2 i 2 lokale M5. Wszystkie otrzymają niezbędne wyposażenie kuchenne i łazienkowe. Łączna powierzchnia użytkowa części mieszkalnej budynku wyniesie 2811,44 m². Natomiast powierzchnia 440 m² zostanie przeznaczona na lokale użytkowe. Zadanie pn. „Odbudowa, przebudowa i nadbudowa budynku koszarowego ze zmianą sposobu użytkowania na budynek mieszkalno-usługowy przy alei Tysiąclecia 2A” obejmuje również budowę drogi wewnętrznej z miejscami postojowymi, budowę chodników oraz nasadzenie zieleni.

- Lokale będą przeznaczone na mieszkania komunalne, czyli dla osób, które mają najniższe dochody. Powstaną tylko i wyłącznie mieszkania komunalne na wynajem. O ich przydziale będzie decydował zespół mieszkaniowy przy burmistrzu. Mieszkania będą przeznaczone jedynie dla mieszkańców naszej

Gmina Pułtusk pozyskała 15,5 mln zł

Przebudują koszarowiec – w planach 63 mieszkania



Koszarowiec przy al. Tysiąclecia (tu przed zabezpieczeniem przez gminę Pułtusk)



Tak ma wyglądać budynek koszar po przebudowie

gminy – wyjaśnił burmistrz Wojciech Gregorczyk.

Mieszkania przewidziane są w szczególności dla osób czy rodzin, które nie mają zdolności kredytowej i nie mogą kupić mieszkania, ale mają tzw. zdolność czynszową i mogą je wynająć. Lokalne wejść w skład mieszkaniowego zasobu gminy.

Pozyskane miliony na budynek koszar

Na ww. cel Pułtusk uzyskał kwotę 15,5 mln zł z Funduszu Dopłat przez Bank Gospodarstwa Krajowego w ramach rządowego programu budownictwa komunalnego (umowa o udzielenie wsparcia została podpisana 23 lutego). Prace nad przygotowaniem dokumentów rozpoczęły się, jak przypomina Urząd Miejski w Pułtusku, w ubiegłym roku i wymagały zaangażowania ze strony gminy Pułtusk, jak i Społecznej Inicjatywy Mieszkaniowej „Północne Mazowsze” Sp. z o.o., której gmina od 2021 r. jest udziałowcem. To z tą spółką we współpracy będzie prowadzona

inwestycja i to do niej gmina przekaże aportem otrzymane środki z BGK, co pozwoli spółce na rozpoczęcie inwestycji.

To jednak nie wszystko. Gmina Pułtusk, informując Wydział Inwestycji i Pozyskiwania Środków Pozabudżetowych oraz Wydział Promocji, Kultury i Sportu Urzędu Miejskiego, stara się również o pozyskanie 2 mln zł z Krajowego Zasobu Nieruchomości. Kolejne 2 mln zł będą pochodzić z budżetu gminy. Ich zaplanowanie wynika z zadań gminy, do których należy m.in. „tworzenie warunków do zaspokajania potrzeb mieszkaniowych mieszkańców o niskich dochodach”. Całkowity koszt inwestycji szacowany jest na kwotę ok. 20 mln złotych.

Historia koszar, szczególnie jednego budynku, w pigułce

Nieruchomość przy al. Tysiąclecia to część, rozciągająca się przy drodze Pułtusk – Ciechanów, położonego przy al. Wojska Polskiego i al. Tysiącle-

cia, liczącego ponad 6 ha terenu po byłej jednostce, na którym znajdują się budynki z przełomu XIX i XX w. W carskich koszarach, po odzyskaniu przez Polskę niepodległości, stacjonował od marca 1921 r. do 1939 r. 13 Pułk Piechoty. Po zakończeniu II wojny światowej, od 1977 r. w koszarach stacjonował 1 Pułtusk Batalion Saperów. Garnizon został zlikwidowany w ramach reorganizacji 1 Warszawskiej Dywizji Zmechanizowanej

izba chorych, dwa budynki koszarowe, magazyn żywnościowy, klub garnizony i budynek sztabu, które wymagają szczególnej opieki i nadzoru konserwatorskiego. Od tego czasu z każdym rokiem nieruchomości i położone na niej obiekty ulegają zniszczeniu (wiele razy pisaliśmy na ten temat, oddając głos i właścicielce nieruchomości, żonie pierwszego właściciela, i burmistrzowi Pułtuska).

Jeden z budynków, zapisany pod adresem al. Tysiąclecia 2A, został kupiony przez gminę Pułtusk. Decyzja o zakupie została podjęta przez radnych większością głosów, przy głosach sprzeciwu, 27 kwietnia 2017 r. Podczas dyskusji radni opozycji (SPZP) argumentowali, by nie kupować budynku lub wstrzymać się z podjęciem decyzji, tym bardziej, że projekt uchwały w tej sprawie nie znajdował się wcześniej w porządku obrad. Pomysłodawca, burmistrz Krzysztof Nuszkievicz uważał, że nie należy zwlekać. Nieruchomość (o pow. 0,4270 ha) z budynkiem została kupiona za 1,1 mln zł, a po przebudowie (wycenionej na ponad 8 mln zł) miały powstać mieszkania komunalne. 28 września 2017 r. została wydana decyzja o warunkach zabudowy dla inwestycji polegającej na odbudowie, przebudowie, nadbudowie budynku koszarowego wraz ze zmianą sposobu użytkowania na budynek mieszkalno-usługowy. Niestety, nie udało się pozyskać środków na ten cel. W obecnej kadencji, w 2019 r. większość radnych zaakceptowała pomysł burmistrza Wojciecha Gregorczyka, by nieruchomość sprzedać. Wyceniono ją na kwotę 1,54 mln zł i taka była cena wywoławcza. Chętni do zakupu nieruchomości, niestety, nie znaleźli się. Gmina zabezpieczyła więc budynek przed zniszczeniem i podjęła kolejny raz starania o pozyskanie środków.

Sukces gminy Pułtusk

Zabiegi samorządu i urzędników zakończyły się sukcesem. Pozyskane środki pokryją większość kosztów planowanej inwestycji, pozwolą ocalić budynek i jednocześnie zapewnią mieszkania osobom czekającym na lokale komunalne.

Budynek po koszarach przy alei Tysiąclecia 2A zostanie przebudowany i zmieni swoje przeznaczenie w ciągu najbliższych dwóch lat.

IK

Dotacja dla hospicjum

Burmistrz Wojciech Gregorczyk przyznał dotację na funkcjonowanie Hospicjum Stacjonarnego Caritas Diecezji Płockiej w Pułtusku.

Po zapoznaniu się z opinią komisji konkursowej burmistrz zadanie z zakresu opieki paliatywno-hospicyjnej w 2023 r. powierzył Hospicjum Stacjonarnemu Caritas, które udziela pomocy i wsparcia osobom doświadczonej chorobą nowotworową i ich rodzinom z terenu gminy Pułtusk. Przyznana dotacja wynosi 40 tys. zł.

IK

Sportowe powitanie wiosny w Prusie

Pierwszoklasiści z Zespołu Szkół im. Bolesława Prusa w Pułtusku 21 marca wzięli udział w rozgrywkach z okazji pierwszego dnia wiosny. Zamiast na wagary, udali się do sali gimnastycznej.

Rozegrali mecze piłki nożnej i piłki koszykowej. Na boisku pojawiły się i drużyny żeńskie, i męskie. Sędziowali nauczyciele wychowania fizycznego.

- Uczniowie z wielką chęcią i zaangażowaniem uczestniczyli

w rozgrywkach, mając wśród rówieśników wielu kibiców – powiedziała dyrektor Dorota Orłowska. – Impreza była udana, o czym świadczyły uśmiechy i zadowolenie młodzieży.

IK

Dzień przedsiębiorczości w komendzie policji

Uczniowie Zespołu Szkół Zawodowych im. Jana Ruszkowskiego i klasy mundurowej z Liceum Ogólnokształcącego CN-B w ramach programu „Dzień przedsiębiorczości” odwiedzili 22 marca Komendę Powiatową Policji w Pułtusku.

Informacji na temat warunków, jakie muszą spełniać kandydaci, którzy chcą wstąpić do służby w policji, udzieliła młodym ludziom mł. asp. Magdalena Bielińska z Zespołu ds. Profilaktyki Społecznej Nieletnich i Patologii Wydziału Prewencji KPP. Młodzież dowiedziała się, jak wygląda codzienna

praca w poszczególnych wydziałach, jaki sprzęt wykorzystują policjanci w czasie służby. Poznała program „Dzielnico-



wy bliżej nas” oraz aplikację „Moja komenda”.

- Jednostkowa praktyka przybliżyła młodzieży pracę policjantów, a przez to dała możliwość zweryfikowania wyobrażenia o tym zawodzie – skomentowała mł. asp. Anna Kowalczyk.

Idea „Dnia przedsiębiorczości” jest włączenie środowiska przedsiębiorców, firm, instytucji w edukację uczniów i stworzenie płaszczyzny przekazywania im wiedzy o funkcjonowaniu na rynku pracy. Program sprzyja podejmowaniu przez młodych ludzi trafnych decyzji w planowaniu dalszej drogi edukacyjnej i zawodowej. Coraz więcej firm i instytucji włącza się w tę akcję, w tym roku wśród nich znalazła się Komenda Powiatowa Policji w Pułtusku.

IK



FOT. ZS IM. B. PRUSA W PUŁTUSKU



**POWIAT
ŻUROMIŃSKI**

Budząca kontrowersje inwestycja została w końcu odebrana. Okazuje się jednak, że część podróżnych nadal odjeżdża z sąsiadującej z dworcem stacji paliw, a chcący się schronić w obiekcie „całują kłamekę”. O co chodzi?

Pod koniec lutego otrzymaliśmy pytanie od czytelnika, czy dworzec w Żurominie został już otwarty. Wówczas okazało się, że ponad pół roku od deklaracji Urzędu Gminy i Miasta w Żurominie, iż prace zmierzają ku końcowi, dworzec

Podróżni się skarżą

Mini dworzec otwarty, ale nie zawsze



W budynku mini dworca znajduje się ogrzewana poczekalnia i toalety. Z tych drugich chętnie korzystają mieszkańcy, jednak nie zawsze z kulturą.

wciąż nie działał, gdyż nie było jeszcze pozwolenia na odbiór.

Dokładnie 23 lutego br. Magdalena Brzostek, powiatowa inspektor nad-

zamkniętego mini dworca podniosła wiceprzewodniczącą rady Halina Jarzynka. Od tych wydarzeń sytuacja nabrała tempa i już 3 marca br. UGiM

zoru budowlanego, poinformowała nas, że niezbędna dokumentacja wpłynęła już do PINB w Żurominie, jednak nie była w stanie wtedy wskazać, kiedy ewentualnie dworzec będzie mógł zostać odebrany. Oznaczało to, że otwarcie zakończonej inwestycji nie nastąpi szybko, a jednak...

Następnie, 28 lutego br., podczas sesji Rady Miejskiej w Żurominie, temat

w Żurominie informował o rychłym otwarciu obiektu, które nastąpiło 6 marca br.

- Postaraliśmy się przyspieszyć procedury. Nie wszystko od nas zależy, głównie ze względów formalnych, ale udało się nieco wcześniej niż zakładaliśmy odebrać obiekt - informuje Wojciech Gowin, kierownik referatu m.in. budownictwa.

Tymczasem otrzymaliśmy kolejne pytanie: „Czy dworzec jest czynny? Wracając od rodziny do domu, do Warszawy w sobotę, 18 marca br. Chciałem poczekać w budynku, ale był zamknięty. A mój autobus odjeżdżał z Łotosu, a nie z dworca. O co tu chodzi? Piszecie, że jest otwarty, a chyba nie jest”.

Otóż dworzec, owszem, jest czynny, ale w określonych godzinach, a w niedzielę w ogóle nieczynny. Z obiektu można korzystać od poniedziałku do piątku w godz. 9.00 – 18.00 a w soboty od 7.00 do 12.00.

- Wynika to z prostej przyczyny, której zresztą nie ukrywamy – potrzeba rozwiązania pracowniczego, gdyż ktoś

musi dbać o czystość w toaletach. Od momentu otwarcia obiektu zdarzyły się już nieprzyjemne incydenty właśnie w toaletach, natomiast w części monitorowanej nie było żadnych problemów. Gmina dąży do rozwiązania problemu pracowniczego i wówczas godziny funkcjonowania dworca ulegną zmianie, zostaną wydłużone – wyjaśnia Wojciech Gowin.

Co do odjeżdżania przewoźników prywatnych z miejsc innych, niż nowo powstały dworzec, kierownik wskazuje, że przedstawiona zostanie radnym stosowna uchwała, która umożliwi przewoźnikom formalne korzystanie z obiektu. Nie ma jednak takowego przymusu, aby przewoźnicy korzystali z dworca. Miasto nie posiada komunikacji miejskiej, a dworzec powstał dla oczekujących na odjazd podróży autobusami komercyjnymi. Nie wiadomo jeszcze jednak, czy przewoźnicy się zdecydują, ponieważ mieszkańcy są już przyzwyczajeni do innych lokalizacji zatrzymywania się autobusów. Niemniej gmina prowadzi z nimi rozmowy oraz zachęca ich do korzystania z obiektu.

Innymi słowy: podróżni muszą uzbroić się w cierpliwość. Odbiór i otwarcie obiektu to zakończona kwestia. Kolejnym etapem jest procedura administracyjna.

kuj

Piękne dzieła bieżunianek

Warsztaty florystyczne dla kobiet

Mieszkaniczki gminy Biezuń miały okazję uczestniczyć w kreatywnych warsztatach pod okiem warszawianki, instruktorki florystyki Agnieszki Biernackiej. Panie podsumowały, że takich zajęć jest zdecydowanie za mało!

Raz na kwartał w Miejsko-Gminnym Ośrodku Kultury w Bieżuniu odbywają się zajęcia tematyczne dla kobiet w średnim wieku, które dotowane są ze środków Urzędu Miasta i Gminy w Bieżuniu.

- Chcemy dotrzeć do osób, które nie są powszechnie aktywizowane. Większość zajęć dotyczy dzieci, młodzieży i osób starszych. Tymczasem bez propozycji kreatywnego spędzania czasu pozostaje duża grupa osób w wieku średnim, które także chciałyby poświęcić trochę czasu sobie, dalej się rozwijać i odkrywać w sobie nowe talenty - informuje Małgorzata Kraśniewska, dyrektor



Miejsko-Gminnej Biblioteki Publicznej w Bieżuniu oraz Miejsko-Gminnego Ośrodka Kultury w Bieżuniu.

Florystka, Agnieszka Biernacka, z MGOK-iem współpracuje już od ponad roku. Co trzy miesiące przyjeżdża do Bieżunia z nową propozycją zajęć. Wcześniej panie tworzyły (ostatnio niezwykle modne) obrazy z żywego mchu.



Tym razem panie wysłuchały najpierw prelekcji profilaktyk Moniki Ejnik z KPP w Żurominie oraz lokalnego dzielnicy Mariusza Wawaszczaka, którzy przedstawili problematykę oszustw metodą „na zdalny pulpit”. Przybliżyli uczestnikom spotkania na jakie zagrożenia narażają się podczas rozmów telefonicznych oraz kontaktów mailowych

z osobami podającymi się za pracowników banków lub doradców finansowych. Budowanie, a następnie wykorzystywanie ufności wykorzystywana jest do osiągnięcia konkretnych celów przez złodziei,

którzy przekazują swoim przyszłym ofiarom informacje o odnotowanych próbach przejęcia ich kont bankowych lub oferują ciekawą, a zarazem opłacalną inwestycję w kryptowaluty. Na konkretnych przykładach mundurowi przedstawili sytuacje wyczerpujące znamiona przestępstw i wykroczeń internetowych.

Następnie wszyscy, także przybywający goście policjanci, wzięli udział w warsztatach florystycznych. Uczestnicy mieli do dyspozycji pistolety na klej, wiklinowe obręcze, sztuczne rośliny, wstążki i różnego rodzaju ozdoby Wielkanocne. Efekt ich pracy był zdumiewający.

- Niesamowicie ile pasji, talentu drzemie w kobietach. Wianki wyszły napraw-

dę wspaniale. Cieszy mnie również fakt, że uczestniczki są bardzo zadowolone z warsztatów i mogą z nich wynieść przydatną wiedzę. Ważny jest również element oderwania od codziennych obowiązków, poczucie wspólnoty i satysfakcja z własnoręcznie wykonanych ozdób – wskazuje na zalety spotkań Małgorzata Kraśniewska.

W warsztatach uczestniczył także przejeżdżający lokalny działacz społeczny i znany krótkofalowiec – Wiesław Paszta. Niezwykłym faktem, wartym odnotowania, jest specyficzny nastrój panujący w Bieżuniu. Wszyscy są tu przyjaźni, a każde spotkanie, czy to kulturalne, czy właśnie warsztatowe odbywają się w wręcz rodzinnej atmosferze. Każdy znajdzie tu swoje miejsce, ma z kim porozmawiać, spędzić miło czas. Nie inaczej było także tym razem.

- Kobiety zwracają już uwagę, że jedno spotkanie na kwartał to zdecydowanie za mało, chcą się spotykać co miesiąc. Postaram się, aby im to umożliwić – komentuje pani dyrektor.

Atmosfera bieżuńskich spotkań przypadła do gustu także policjantom, którzy już otrzymali zaproszenie na kolejne warsztaty zaplanowane na maj.

kuj



Przemoc dzieci wobec dzieci

Jakie konsekwencje niesie ze sobą przemoc wobec innych? O tym rozmawiali żuromińscy policjanci z uczniami szkoły podstawowej.

W Szkole Podstawowej nr 2 im. Kornela Makuszyńskiego w Żurominie odbyło się spotkanie z przedstawicielami policji (Moniką Ejnik oraz Tomaszem Łopińskim) w ramach działań prewencyjnych mających na celu zapobieganie przestępczości wśród dzieci i młodzieży. Profilaktyk rozmawiał z uczniami o zjawisku przemocy rówieśniczej oraz cyberprzemocy, czyli przemocy w Internecie. Policjanci przypomnieli także o przepisach i zasadach ruchu drogowego, zachęcając uczniów do bezpiecznego poruszania się po drogach publicznych i noszenia elementów odblaskowych.

Spotkanie miało na celu uświadomienie uczniom, jak ważne jest przestrzeganie prawa oraz jakie konsekwencje niesie za sobą jego łamanie. Uczniowie wykazali duże zainteresowanie oma-



wianą tematyką, zadając wiele pytań i prowadząc dyskusję na podejmowane tematy. Działania profilaktyczne, takie jak te podejmowane przez żuromińską policję, są kluczowe dla zapobiegania przestępczości wśród dzieci i młodzieży oraz dla zapewnienia bezpieczeństwa na drogach publicznych.

Oszukana „na BLIK-a”

Żuromińska policja apeluje o większą ostrożność podczas korzystania z płatności mobilnych BLIK, ponieważ kolejny raz dochodzi do wyłudzeń pieniędzy z wykorzystaniem tej metody. Ostatnio w ten sposób oszukana została mieszkanka Żuromina, która straciła tysiąc złotych.

Kobieta myślała, że rozmawia z jednym ze swoich znajomych, który poprosił ją o pożyczkę za pomocą płatności mobilnej. Żeby dokonać przelewu, musiała wygenerować kod BLIK i przesłać go „znajomemu”. Kilka chwil później oszust poprosił o kolejny kod, co wzbudziło podejrzenia kobiety. Kiedy próbowała skontaktować się z znajomym, ten nie odbierał telefonu (dzwoniła poprzez aplikację zamiast tradycyjnie), ale odpisywał na wiadomości na komunikatorze społecznościowy. Po prośbie o wyjaśnienia korespondencja nagle się urwała, a żurominianka zdała sobie sprawę, że została oszukana.

Żuromińska policja przypomina, że każdą korespondencję, prowadzoną za pomocą profili społecznościowych, należy traktować z dużą ostrożnością i rozważą. Należy chronić swoje dane osobowe oraz dane dotyczące kont bankowych. Udostępnianie kodu BLIK znajomym jest nieodpowiedzialne i stanowi łatwą zdobycz dla oszustów.

Oszustwo z użyciem kodów BLIK polega na tym, że osoba logująca się do swojego banku musi wygenerować w aplikacji kod do płatności telefonem, a następnie przesłać go „znajomemu”. Transakcji dokonanych za pomocą kodu BLIK nie można cofnąć, co oznacza, że przestępca natychmiast wykorzystuje kod do wypłaty pieniędzy.

Aby uniknąć oszustw, należy pamiętać, że jeśli otrzymasz od znajomego prośbę o przelew za pomocą BLIK-a lub o przekazanie kodu BLIK, należy zadzwonić do tej osoby i potwierdzić jej prośbę. Nigdy nie należy podawać nikomu danych do logowania na swoje konto bankowe ani przekazywać obcym osobom kodów do płatności mobilnych. Należy zadbać także o odpowiednie zabezpieczenie swoich danych osobowych oraz profili i komunikatorów.

Cyklista, w zderzeniu z samochodem, nie ma szans

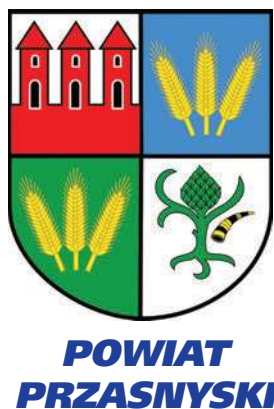
Właśnie na tę kwestię uwagę zwracali żuromińscy policjanci podczas działań „NURD”. Niechronieni uczestnicy ruchu (piesi, rowerzyści) muszą szczególnie uważać na drogach, ponieważ zderzenie z autem może się dla nich skończyć tragicznie.

W wyniku działań policjantów ujawniono 4 wykroczenia popełnione przez kierowców, w stosunku do pieszych. Było to nieustąpienie pierwszeństwa pieszoemu na przejściu dla pieszych, przekroczenie prędkości w rejonie przejścia i jazda samochodem wzdłuż po



przejściu dla pieszych. Piesi natomiast popełnili 16 wykroczeń, takich jak przechodzenie przez jezdnię w miejscu niedozwolonym czy korzystanie z telefonu w trakcie przechodzenia przez pasy. Przy okazji policjanci zatrzymali do kontroli kierującego rowerem. Mężczyzna był po spożyciu alkoholu. Otrzymał mandat w wysokości tysiąca złotych.

Piesi i rowerzyści są szczególnie narażeni na obrażenia powstałe w skutek zdarzeń drogowych. Policjanci przypominają, że poruszanie się pieszych na oznakowanych przejściach, stosowanie się do sygnalizacji świetlnej oraz korzystanie z elementów odblaskowych są zgodne z obowiązującymi przepisami. Podczas akcji bardzo ważnym elementem działań było również zachęcanie niechronionych uczestników ruchu do korzystania z elementów odblaskowych po zmierzchu.



**POWIAT
PRZASNYSKI**

Na ostatniej sesji radni powiatu przasnyskiego zdecydowali o przekazaniu 700 tys. zł na trwający aktualnie remont Miejskiego Domu Kultury.

Mniej pieniędzy na MDK

Środki przekazane zostaną w formie dotacji celowej z budżetu powiatu przasnyskiego tego roku. Co z zapowiadanym wcześniej 1 milionem? Starostwo deklaruje, że nie wycofuje się z obietnicy. Pozostała kwota, 300 tys. zł przekazana zostanie w przyszłym roku. Dziś trudno powiedzieć, jak wpłynie to na zaplanowane zakończenie remontu pod koniec 2023 roku. Dotrzymanie terminu utrudnić może również fakt, że remontowany jest budynek zabytkowy.

Prace przy miejskim domu kultury w Przasnyszu rozpoczęły się w kwietniu ub. roku. Koszt całej inwestycji oszacowano na blisko 17 mln zł, a jej zakres jest bardzo szeroki. W pierwszym etapie usunięto stare podłogi, zerwano tynki, wyburzono niektóre ścianki działowe.

Wykonano izolację ścian fundamentowych, skuto tynki wewnątrz i na zewnątrz budynku, wymieniano pokrycie dachowe i stolarkę. Prace nadzorowane są przez Konserwatora Zabytków.

W „nowym” zmodernizowanym MDK znajdować się będzie kino z prawdziwego zdarzenia. Będzie ono również pełnić rolę sali teatralnej, wyposażonej w zaplecze sceniczne. Na widowni zasiądzie ok. 230 osób. Ustawione kaskadowo fotele poprawią znacznie widoczność. W sąsiedztwie sali kinowej powstanie do dyspozycji widzów obszerny hol – foyer, gdzie planowana jest niewielka kawiarenka. Foyer będzie pełniło również rolę wystawienniczą. W sali kolumnowej na parterze odbywać się będą różnego rodzaju spotkania

i konferencje. Tam też znajdą się sale zainteresowań: muzyczna, plastyczna na Batiku Mamut i szatnia. W części budynku MDK otrzyma pomieszczenia administracyjne.

ES-K



FOT. ES-K

Matematyczne umysły

Trzech uczniów z przasnyskiego Liceum Ogólnokształcącego im. Komisji Edukacji Narodowej („KEN-a”) zaważczyło w miniony weekend o miano najlepszych matematyków.

Wzięli udział w finale XIV Ogólnopolskiego Konkursu Matematycznego zajmując wysokie lokaty. Konkurs organizowany jest corocznie przez Wojskową Akademię Techniczną.

Ci uczniowie to Aleksander Romasz, Jan Wiśniewski i Mateusz Soból. Wprawdzie nie sięgnęli oni po laury najwyższe, ale jak informuje szkoła uzyskali przyzwoite wyniki. Ponadto zakwalifikowanie się do finału nie jest bez znaczenia – jest swego rodzaju sukcesem. Aleksander Romasz zajął 9 miejsce. Dzięki temu zdobył indywidualne wyróżnienie wręczone przez władze uczelni. 11 miejsce zajął Jan Wiśniewski.



Mateusz ułokował się nieco dalej. Uczniów do konkursu przygotował Maciej Mikulski.

Konkurs Matematyczny im. gen. Sylwestra Kaliskiego cieszy się bardzo dużą popularnością. W tegorocznym finale wzięło udział 111 osób wyłonionych spośród 1320 uczniów, reprezentujących 81 szkół ponadpodstawowych. Laureaci konkursu mogą liczyć m.in. na automatyczne przyjęcie na wybrany cywilny kierunek studiów w Wojskowej Akademii Technicznej.

ESK-A



Czeka na zamówione nawozy

27 letni mężczyzna zakupił na jednym z portali społecznościowych, na grupie dotyczącej rolnictwa, nawozy za kwotę 84 tys. złotych. Przelat ustaloną ze sprzedawcą kwotę na wskazane przez niego konto, po czym oczekiwał na dostarczenie towaru. Transakcja miała miejsce 17 marca, towar miał być dostarczony kupującemu w najbliższy poniedziałek. Niestety do chwili obecnej mężczyzna nie otrzymał zamówionych nawozów, ani też zwrotu gotówki, natomiast sprzedający przestał odbierać telefony.

Babciu, telefonuje wnuczka

23 marca wieczorem do 75-letniej seniorki zadzwoniła kobieta, która podała się za jej wnuczkę. Seniorka usłyszała: „babciu, potraciłam kobietę w ciąży – potrzebuję pieniędzy, bo w przeciwnym wypadku trafię za spowodowanie wypadku do aresztu”. Seniorka usłyszała w telefonie także, że potraczona kobieta poroniła i walczy o życie w szpitalu. Starsza pani miała tylko 27 tysięcy, ale zaproponowała, że zadzwoni z drugiego telefonu do swojej siostry i poprosi ją, aby również pomogła finansowo w takiej sytuacji. Kobieta podająca się za wnuczkę nie chciała się rozłączyć, twierdząc, że jest zatrzymana i przysługuje jej tylko jedno połączenie. 75-letnia kobieta oraz jej 78-letnia siostra poruszone całą sytuacją uwierzyły

w historię przedstawioną im przez fałszywą wnuczkę i przekazały osobie podającej się za adwokata wnuczki łączną kwotę 58 tys. złotych.

Motocyklista bez prawa jazdy

W sobotę, 18 marca do Komendy Powiatowej Państwowej Straży Pożarnej w Przasnyszu wpłynęło zgłoszenie o zdarzeniu drogowym w miejscowości Olszewka (gm. Jednorzec). 23-letni motocyklista kierujący Hondą, mieszkaniec gminy Chorzele z nieustalonych przyczyn, na prostym odcinku drogi stracił panowanie nad pojazdem i uderzył w prawidłowo zaparkowany pojazd opel astra. Na miejsce zadysponowano 4 zastępy straży pożarnej. Po przybyciu na miejsce strażacy zastali mężczyznę leżącego na poboczu drogi. Ratownicy zabezpieczyli miejsce zdarzenia oraz odłączyli zasilanie elektryczne w uszkodzonym motocyklu. Motocyklista został zabrany do szpitala w Przasnyszu. Był trzeźwy, doznał ogólnych potłuczeń. Zdarzenie zostało zakwalifikowane jako kolizja drogowa, ale ponieważ poszkodowany nie posiadał uprawnień do kierowania motocyklami, policja prowadzi postępowanie w tej sprawie.

ES

Z Przasnysza na Litwę

30 uczniów z Zespołu Szkół Powiatowych im. mjr. Henryka Sucharskiego w Przasnyszu już „pakuje walizki”.

W maju wyjadą na Litwę. Wyjazd ten jest elementem projektu „Ponadnarodowa mobilność uczniów”, współfinansowanego z Europejskiego Funduszu Społecznego w ramach Programu Operacyjnego Wiedza

Uczniowie Szkoły Podstawowej nr 2 im. Henryka Sienkiewicza w Przasnyszu niemal co dzień obchodzą jakieś święto. Przed kilkoma dniami z okazji Światowego Dnia Wody (22 marca), uczniowie odwiedzili przasnyską Stację Uzdantiania Wody.

W ramach obchodów Dnia Wróbla (20 marca) odwiedzili Nadleśnictwo Przasnysz. Z okazji pierwszego Dnia Wiosny młodzież wzięła udział w konkursie recytatorskim „Wiosna w poezji”.

Światowy Dzień Wody ustanowiony został przez Zgromadzenie Ogólne Organizacji Narodów Zjednoczonych rezolucją z dnia 22 grudnia 1992r., podczas konferencji Szczyt Ziemi 1992 (UNCED) w Rio de Janeiro w Brazylii. Celem ustanowienia tego święta było zwrócenie uwagi na to, że dostęp do czystej wody to prawo człowieka, że na świecie 785 milionów ludzi nie ma dostępu do bezpiecznej wody pitnej i że wszyscy jesteśmy za to współodpowiedzialni. Tegoroczny Światowy Dzień Wody przebiegał pod hasłem „Przyspieszenie zmian” zmierzających do rozwiązania kryzysu związanego z wodą i kanalizacją, bo dotyczy on nas wszystkich.

Celem wizyty dzieci w Stacji Uzdantiania Wody było przybliżenie dzieciom procesu usuwania zawartych w wodzie zanieczyszczeń, poprawę jej jakości oraz

Woda, wróble i wiosna



zwrócenie uwagi na konieczność oszczędnego gospodarowania jej zasobami.

Uczniowie obejrzyli filtry, sprzętarki, zbiorniki magazynowe, zestaw hydrofo-

rowy, układ dezynfekcji wody wraz z lampą UV oraz pracę laboratorium, które monitoruje jakość dostarczanej wody do mieszkańców naszego miasta.

Odwiedziny w Nadleśnictwie były okazją do wzięcia udziału w ciekawych warsztatach przyrodniczych.

Pierwszy dzień wiosny i szkolny konkurs recytatorski „Wiosna w poezji” zmobilizował do recytacji 23 uczestników. Recytacje oceniało jury w składzie: dyrektor Piotr Jeronim oraz wicedyrektorzy Małgorzata Szeremeta i Iwona Jaworska. Zadaniem uczestników konkursu było zaprezentowanie dowolnego utworu poetyckiego o tematyce wiosennej lub ekologicznej. Wszyscy uczniowie z wielkim zaangażowaniem i uczuciem recytowali wybrane dla siebie wiersze. Wszyscy też otrzymali dyplomy i nagrody.

ESKa

Z seniorami o bezpieczeństwie

W Zdziwoju Nowym w Edukacyjnym Inkubatorze Przedsiębiorczości odbyło się spotkanie dla seniorów z policjantami z KPP w Przasnyszu.

Było to spotkanie profilaktyczno-edukacyjne na temat „Jak nie dać się oszukać”, zorganizowane w ramach projektu „Świadomy-czułny-bezpieczny”, który realizuje Komenda Wojewódzka Policji z s. w Radomiu z Narodowym Bankiem Polskim.

Podczas spotkania rozmawiano o zagrożeniach ze strony oszustów, z jakimi społeczność lokalna może się zetknąć. Niestety najbardziej narażeni na tego typu działania są osoby starsze. O przestępstwach telefonicznych, internetowych oraz innych zagrożeniach ze strony oszustów słyszymy niemal każdego dnia. Najbardziej

znane to m.in.: „na wnuczkę”, „na policjanta”, „amerykańskiego żołnierza” czy „zdalny pulpit”. Policjanci informowali o metodach, którymi posługują się sprawcy i o tym, że metody te zmieniają się tak, aby łatwiej można było manipulować seniorów. Ryzykowne jest podpisywanie umów. Konsekwencje prawne wynikające z podpisania takiej umowy bywają dotkliwe. Policjanci przestrzegali przed wpuszczaniem do domów osób nieznanych. Rozmawiano o bezpieczeństwie podczas korzystania z usług bankowych. Mundurowi odpowiadali na szereg pytań, związanych nie tylko z tematyką spotkania, ale również na pytania dotyczące proble-

mów, z jakimi na co dzień borykają się osoby starsze, a które mają bezpośredni wpływ na ich bezpieczeństwo.

W Internecie funkcjonują aplikacje „Krajowa Mapa Zagrożeń Bezpieczeństwa” i „Moja Komenda” za pomocą których w prosty sposób można zgłaszać niepokojące sytuacje.

ES-K

Paczki na kresy

Uczniowie Szkoły Podstawowej w Krzynowłodce Małej wraz z nauczycielkami Elżbietą Krajewską i Anetą Marchewką zorganizowali na terenie swojej placówki zbiórkę produktów żywnościowych i artykułów chemicznych.

Akcja podjęta została w związku z otrzymanym listem Mazowieckiego Kuratora

Oświaty, który współpracując z Fundacją „Kresy w potrzebie”. Zebrane środki przekazane zostaną osobom mieszkającym na Litwie i Łotwie, posiadającym korzenie polskie. Fundacja ta zajmuje się pomocą Polakom na Kresach. Jedną z jej form jest właśnie „Paczka na Kresy”, akcja która odbywa się dwa razy w roku – przed Świętami Bożego Narodzenia i Wielkanocy. Uczniom udało się zebrać sześć kartonów. Darczyńcami byli uczniowie, rodzice i kadra pedagogiczna.

ES



**POWIAT
MAKOWSKI**

Mieszkańcy Makowa stanęli w obronie podmiejskiego lasu Grzanka, w którym trwa wycinka drzew prowadzona w ramach tzw. prac gospodarczych. Ogłosili protest, zarzucając lasom państwowym nadmierny wyręb i żądając zaprzestania prac. W ubiegły czwartek 23 marca, z protestującymi spotkali się przedstawiciele Nadleśnictwa Pułtusk.

Inicjatorką protestu jest Maria Zielonka mieszkająca w sąsiedztwie lasu. To ona, wspólnie z kilkoma znajomymi zebrała podpisy pod petycją skierowaną do wicepremiera Henryka Kowalczyka, o wstrzymanie prac i uznanie lasu Grzanka za chroniony.

Las jak miejski park

Grzanka, to ponad stuletni kompleks leśny, przyległy do granic miasta. Przez mieszkańców Makowa las traktowany jest od pokoleń jak park miejski. Z bogatą przeszłością i tradycjami. W czasie wojny był miejscem walki i świadkiem wielu tragicznych wydarzeń. Po niej stał się miejscem pamięci, miejscem niedzielnych spacerów i spotkań rodzinnych, miejscem do uprawiania sportu, rekreacji i rozrywki, a od 2014 roku także miejscem edukacji przyrodniczo-ekologicznej. Stało się to za sprawą wspólnego projektu Nadleśnictwa Pułtusk i Urzędu Miasta w Makowie Mazowieckim jakim była i jest do dziś, ścieżka

Nie pozwolimy zniszczyć Grzanki



edukacyjno-przyrodnicza "Grzanka". Wspomnieć też należy o prowadzonej od lat przez młodzież i dorosłych akcji sprzątania lasu. Patrząc na takie tradycje i przywiązanie do lasu wydaje się, choć może nie we wszystkim uzasadniony niepokój i troska mieszkańców o las, którego czują się częścią.

Będziemy bronić każdego drzewa

– Podjęliśmy jako lokalna społeczność interwencję, bo nie możemy się spokojnie przyglądać jak ten las jest wycinany. W naszej opinii, to co widzimy to nie są zabiegi pielęgnacyjne, to jest już wyręb lasu, na który nie pozwolimy, bo to są nasze zielone płuca. Będziemy bronić każdego drzewa. Chcemy, i takie starania już rozpoczęliśmy, aby był to las chroniony – powiedziała Maria Zielonka do mieszkańców i przedstawicieli Nadleśnictwa Pułtusk przybyłych na czwartkowe spotkanie pod lasem.

Te podjęte już działania, o których wspomniała inicjatorka protestu, to złożona 21 marca u wicepremiera Kowalczyka petycja z dołączonymi podpisanymi mieszkańcami w sprawie zaprzestania

wyrębu i uznania Grzanki za las chroniony.

– Jeszcze tego samego dnia pan premier zadzwonił i osobiście mnie poinformował, że rozmawiał z nadleśniczym i prace zostają wstrzymane. Myślę jednak, że wycinka została wstrzymana nie na skutek interwencji naszej, premiera czy kogokolwiek innego ale dlatego, że za kilka dni zaczyna się okres lęgowy ptaków. Wstrzymanie prac ma też dla nadleśnictwa aspekt ekonomiczny. Kiedy drzewa zaczynają puszczać soki, a teraz jest ten okres, nie są już tak wartościowe zlotówkowo – dodała.

Wszystkim chodzi o dobro lasu

Przez blisko trzy godziny trwała dyskusja. Strony przedstawiały swoje argumenty i broniły swoich racji podkreślając potrzebę jego ochrony.

Leśnicy odpowiadali na pytania i zarzuty mieszkańców, szczegółowo wyjaśniali wszystkie sporne kwestie. Odbyła się też krótka wycieczka po lesie, w czasie której pięciu pracowników nadleśnictwa wyjaśniało na konkretnych przykładach, co to jest trzebież, na czym polegają działania gospodarcze w lesie, które drzewa i dlaczego przeznaczone zostały do wycięcia.

– Prace gospodarcze nie trwają od wczoraj, one są prowadzone od ponad 30 lat i ich efekty widać. Te obszary,

które zostały wycięte zostały zalesione – argumentowali pokazując nowe, kilkunastoletnie nasadzenia. – Ale jest też inny problem. Podczas gdy państwo protestujecie przeciw wycinaniu drzew inni o to proszą. Od 2011 roku wpływają do nas pisma od mieszkańców, których posesje graniczą z lasem, z prośbą o wycięcie drzew, rosnących za ich płotem. Argumentują tym, że drzewa zasłaniają im światło, że są stare i stwarzają zagrożenie – mówią leśnicy pokazując pisma z podpisanymi właścicielami posesji.

Czy leśnicy przekonali do swoich racji protestujących? Czy spotkanie wniosło coś do sprawy, czy pogodzi strony i zażegna rodzący się konflikt? Wszystkim przecież chodzi o dobro lasu.

Jest światełko w tunelu

Wprawdzie jeszcze nikłe, ale takim wydaje się być propozycja powołania przez mieszkańców, roboczego zespołu do kontaktów z nadleśnictwem. Jego celem byłoby obustronne konsultacje w zakresie prowadzonych w przyszłości prac w ramach działań gospodarczych.

Leśnicy oceniają rozmowę z mieszkańcami pozytywnie.

– Spotkaliśmy się z mieszkańcami, bo sygnały o ich niepokojach docierały do nas już wcześniej i zostały przez nas uwzględnione. W następnym planie urządzania zakwalifikowaliśmy ten las do drzewostanu lasów o zwiększonej funkcjonalności społecznej. Natomiast pomysł, który padł na dzisiejszym spotkaniu, mam na myśli stworzenie grupy, która będzie z nami omawiała kwestie sporne na bieżąco bardzo mi się podoba. Bo problem rodzi się wtedy kiedy nie ma, być może czasem i z naszej winy komunikacji, ale także edukacji i to dotyczy obydwu stron – powiedział nam Tomasz Baranowski z Nadleśnictwa.

Narazie bez optymizmu

Z rozmów jakie między sobą toczyli mieszkańcy wychodząc ze spotkania można było odnieść wrażenie, że argu-

menty leśników ich nie przekonali. Czy przekonali inicjatorkę protestu Marię Zielonkę.

– Niestety nie do końca. Wprawdzie panowie z nadleśnictwa przychylnie odnieśli się do potrzeby konsultacji, ale z całym szacunkiem dla pracy leśników czułam się jakbyśmy rozmawiali w dwóch różnych językach. Niby o tym samym ale uwzględniając wyłącznie własne potrzeby. Leśnicy mówią zrozumieć nas, bo my mamy rację w zakresie urządzania lasu, a my mówimy, że też mamy rację broniąc go przed wycięciem. I choć w pewnym sensie nasze racje są wspólne czyli troska o las, to zachodzi tu konflikt interesów. Dla nas las oznacza zdrowie dla leśników pieniądze. A potwierdzeniem tego niech będzie odpowiedź jednego z panów na moje pytanie: kiedy wrócą tu, żeby wyciąć drzewa, których nie zdążyli wyciąć teraz. Pan odpowiedział: wrócimy wtedy, kiedy znajdziemy kupca na to drewno. Dla mnie jest to puenta dzisiejszych rozmów, choć doceniam wolę współpracy i potrzebę konsultowania się z nami. Ale jednocześnie zapewniam, że my nie odpuścimy, będziemy lasu bronić, wszelkimi sposobami i we wszelkich władnych nam instytucjach – powiedziała nam Maria Zielonka.

a.mel



Grozi mu więzienie

Narkotyki posiadał 42-letni makowianin

Policjanci Wydziału Prewencji na ul. Przasnyskiej w Makowie Mazowieckim przy mieszkańcu Makowa Mazowieckiego znaleźli narkotyki, które następnie zostały poddane analizie i zabezpieczone.

Wstępne badania wykazały, że jest to marihuana i amfetamina. Makowianin miał przy sobie ponad 3 gramy narkotyków. Mężczyzna został zatrzymany i osadzony w policyjnym areszcie, a kolejnego dnia usłyszał zarzut. 42-latkowi grozi kara do 3 lat pozbawienia wolności.

... drugi marihuanę i mefedron

Policjanci zatrzymali auto do kontroli. Ku ich zdziwieniu, w kontrolowanym pojeździe, na tylnym siedzeniu leżała... marihuana.



W weekend (11/12 marca br.) policjanci Wydziału Kryminalnego makowskiej policji realizując czynności operacyjne na terenie gminy Szelków zatrzymali do kontroli drogową ford. Autem kierowała 21-letnia kobieta, na miejscu pasażera siedział natomiast 20-letni mieszkaniec powiatu makowskiego. W trakcie kontroli policjanci znaleźli leżącą na tylnym siedzeniu marihuanę, a podczas przeszukania mężczyzny dwie torebki strunowe z mefedronem. 20-latek przyznał, że narkotyki należały do niego. Policjanci zabezpieczyli ponad 200 gramów marihuany oraz akcesoria do jej rozdrabniania i mefedron.

21-letnia kobieta, po wykonaniu czynności, została zwolniona do domu, natomiast mężczyzna został osadzony w policyjnym areszcie. Sąd Rejonowy w Przasnyszu, na wniosek śledczych, zastosował wobec mieszkańca powiatu areszt tymczasowy. Za posiadanie znacznych ilości narkotyków 20-latkowi grozi do 10 lat więzienia.

FOT. KPP MAKÓW MAZ.

Duże inwestycje w Karniewie

Gmina przygotowuje się do remontu siedziby

Karniewo ogłosiło w marcu przetargi na modernizację budynku Urzędu Gminy w Karniewie, w którym swą siedzibę mają także inne instytucje: Gminny Ośrodek Kultury oraz Gminna Biblioteka Publiczna, a także na przebudowę uliczek w miejscowości.

Samorząd chce wyremontować pomieszczenia w budynku urzędu, ale również go rozbudować i przebudować. Inwestycja obejmie naprawę gruntowny remont obiektu, który zmieni się zarówno wewnątrz, jak i na zewnątrz. Co istotne, urząd zostanie docieplony, co w przyszłości przyniesie korzyści w zakresie rachunków za ogrzewanie.

Do przetargu ogłoszonego przez gminę zgłosiły się cztery przedsiębiorstwa. Trwa analiza złożonych ofert.

– Jedna ze złożonych ofert jest nawet niższa niż deklarowana kwota, co bardzo mnie cieszy, widać, że sytuacja na rynku budowlanym nieco się poprawia. Mamy także złożonych kilka ofert, jest w czym wybierać. Zależało nam przede wszystkim, aby dostosować budynek do potrzeb osób z ograniczeniami ruchowymi, z niepełnosprawnością, tak, żeby każdy bez problemów mógł korzystać

z pomocy, czy oferty mieszczących się tu instytucji – wyjaśnia wójt Michał Jasiński

Gmina deklarowała, iż na planowaną modernizację może przeznaczyć ponad 3,3 mln zł, z czego ponad 2 mln zł to dofinansowanie z „Polskiego Ładu”. Najniższa oferta natomiast opiewa na kwotę na ponad 2,8 mln zł. Samorząd wybierze firmę po analizie dokumentacji.

Tymczasem samorząd ogłosił (także w marcu) przetarg na przebudowę kolejnych uliczek w Karniewie. Nie jest to bowiem pierwsza taka inwestycja gminy. W ubiegłym roku udało się zmodernizować kilka ulic, w tym roku wójt Michał Jasiński liczy, że uda się przebudować kolejne, tj. ulice Słoneczną, Sosnową, Leśną i Lipową.

– Niestety w tym przypadku oferty nie są już tak korzystne, mimo to liczymy, że uda się jak najszybciej wyłonić wykonawcę, a mieszkańcy już niebawem dotrą do swoich domów zmodernizowanymi drogami – wskazuje wójt.

Także ta inwestycja dofinansowana jest ze środków rządowych w wysokości ok 2,5 mln zł.

Michał Jasiński informuje nas również, iż bardzo sprawnie idą prace przy modernizacji Stacji Uzdatniania Wody w Żabinie Łukowskim, a inwestycja już niebawem się zakończy.

kuj

Nowe nawierzchnie

Różan rozpoczął przebudowę dróg

Urząd Gminy w Różanie zmodernizuje trzy odcinki dróg. Inwestycja będzie kosztować ten samorząd ponad 6 mln zł.

Miasto rozstrzygnęło przetarg na wykonanie inwestycji, a 6 marca br. podpisało umowę z firmą Infrastruktura

Czas na modernizację

Zmiana ogrzewania w szkole w Różanie

Kotły olejowe, znajdujące się w Szkole Podstawowej w Różanie, są już wysłużone, dlatego miasto zdecydowało się na przebudowę kotłowni.

Jak dowiedzieliśmy się w Urzędzie Gminy w Różanie, stare, wysłużone kotły olejowe nie spełniają już norm.

kuj

kuj

Komornik a obecny kryzys

Potrzebni, chociaż niezbyt lubiani

Mało kto lubi komorników, bo ich obecność w życiu wielu Polaków, świadczy o tym, że mają oni kłopoty finansowe, które trzeba uregulować wobec wierzycieli i zgodnie z obowiązującym prawem. Długi, zadłużenia mają to do siebie, że wcześniej czy później trzeba je spłacić. Tego właśnie pilnują komornicy w imieniu wierzycieli.

Zwykle jednak, niezbyt przychylna otoczka wokół nich jest niezasłużona, ponieważ komornik jest gwarantem wykonania wyroku. Dzięki niemu decyzja sądu może być wcielona w życie, a wierzyciel ma szansę na odzyskanie należności. Jak wynika z zapisów ustawy o tym zawodzie, jest funkcjonariuszem publicznym działającym przy sądzie rejonowym. Podstawę działania komornika stanowi dowiedzione przez sąd w trakcie postępowania, niezaspokojone wcześniej roszczenie wobec dłużnika. W związku z tym może: zająć i sprzedać własność dłużnika, którą mogą stanowić ruchomości i nieruchomości, zająć wynagrodzenie – dochody związane z wykonywaną pracą, otrzymywaną rentą, emeryturą oraz dochody z innych tytułów, zająć rachunek lub rachunki bankowe, wierzytelności, prawa majątkowe osoby będącej dłużnikiem.

Najpierw spróbować się dogadać

- Dostę często w swojej pracy słyszę od dłużnika: Panie komorniku, jakoś się dogadamy. Otóż komornik nie jest od dogadywania się, tylko musi zgodzić z przepisami i wyrokiem sądowym ściągnąć zadłużenie. Natomiast dłużnik może próbować ustalić polubownie



warunki spłaty, ale z wierzycielem, przy mojej pomocy – wyjaśnia Jerzy Berdys, mławski komornik od 1998 roku.

Jedna - dwie opóźnione raty kredytu lub nieodebrany telefon z banku w sprawie zaległości nie spowodują, że naszą zaległością od razu zajmij się komornik. Oddanie sprawy w jego ręce to dla wierzyciela ostateczność i zawsze poprzedza je szereg innych działań, które mają na celu ustalenie przyczyny braku spłaty. Zdarza się bowiem, że za niemożnością uregulowania zobowiązania stoją przyczyny losowe: nagle pogorszenie sytuacji materialnej czy ciężka choroba, które mogą niezależnie od woli, wpłynąć na stan naszych finansów. Dlatego pierwszym etapem odzyskiwania należności jest windykacja polubowna. Jej celem jest ustalenie takiego harmonogramu spłat, aby był możliwy do spełnienia przez osobę zadłużoną, ale i jednocześnie będzie

satisfakcjonujący dla wierzyciela. W ten sposób wierzyciel zyska pewność, że są realne szanse na odzyskanie należności bez konieczności kierowania sprawy do sądu, a więc bez udziału komornika. Kiedy wierzyciel wyczerpał już wszystkie środki kontaktu, a próby ugodowego porozumienia się z osobą zadłużoną nie przyniosły rezultatu, pozostaje mu jedynie droga prawna. I tu właśnie przebiega granica między windykacją polubowną a sądową. Ta druga zaczyna się w chwili podjęcia działań zmierzających do uzyskania tytułu wykonawczego (nakazu zapłaty lub wyroku sądu), które będą podstawą do wszczęcia postępowania egzekucyjnego. Aby do sprawy został wyznaczony komornik, musi istnieć tytuł wykonawczy. Wierzyciel składa wniosek o wszczęcie egzekucji i wtedy do sprawy zostaje wyznaczony komornik działający przy odpowiednim sądzie rejonowym.

Co może komornik?

Wiele osób sądzi, że z momentem wydania decyzji o egzekucji, komornik może dowolnie zajmować majątek osoby zadłużonej, byle tylko jak najszybciej pokryć zaległe należności.

- Nic bardziej mylnego, każde podjęte przeze mnie działanie także jest ściśle regulowane przez prawo, również to, z jakich składników majątku można „ściągnąć” dług i jaką część środków pieniężnych czy mienia może zająć – wyjaśnia J. Berdys.

W pierwszej kolejności nie sięgnie po samochód ani nie eksmituje osób z mieszkania (a tego przeważnie boją się osoby za zaległym długiem, kiedy słyszą komornik). Najpierw będzie szukał możliwości pokrycia długu z bieżących środków na koncie osoby zadłużonej. Dużo zależy także od rodzaju długu i formy zatrudnienia osoby zadłużonej.

- Zadaniem komornika sądowego jest odzyskanie zaległego długu, ale prawo zostało skonstruowane tak, by niezależnie od rodzaju i kwoty zaległości, osoba zadłużona nie pozostała bez środków do życia – dodaje.

Wynagrodzenie – to pierwszy ze składników majątku, gdzie komornik będzie szukał należnych wierzycielowi pieniędzy, ale wg prawa musi on respektować tzw. kwotę wolną od zajęcia komorniczego, co w praktyce oznacza, że na koncie pracownika zatrudnionego na umowę o pracę musi zostawić równowartość najniższej płacy minimalnej obowiązującej w danym roku podatkowym. W 2022 r. wynosiła ona 3010 zł brutto, czyli na rachunku bezwzględnie musi pozostać kwota netto: 2363,56 zł. Z tej ochrony nie mogą skorzystać jedynie osoby, które zalegają ze spłatą alimentów.

- Dobro dzieci jest w tym wypadku dla państwa ważniejsze niż ochrona środ-

ków rodzica uchylającego się od obowiązku finansowego, dlatego w takiej sytuacji komornik może zająć 60 proc. wynagrodzenia, niezależnie od tego, ile on zarabia. Większość z nich w powiecie mławskim ma zaległości na poziomie kilkudziesięciu tysięcy złotych, ale rekordzista ponad 300 tys. – mówi komornik.

W przypadku emerytur i innych świadczeń z ZUS liczy się rodzaj długu. Jeśli jest to zaległość względem placówek zdrowotnych – zakładów pielęgnacyjno-opiekuńczych, domów pomocy społecznej lub zakładów opiekuńczo-leczniczych, komornik ma prawo zająć 50 proc. miesięcznej emerytury. Przy długi alimentacyjnym, zajęciu podlega 60 proc. emerytury, a przy każdym innym długi 25 proc. kwoty emerytury.

Przy nieruchomościach może zająć mieszkanie, dom lub inny lokal. Najpierw zostaje oszacowana jego wartość, potem dokonywany jest stosowny wpis do księgi wieczystej, a nieruchomość podlega licytacji.

- W obecnej sytuacji w branży nieruchomości i kredytów hipotecznych nie miałem, jak dotychczas, licytacji mieszkań kupionych w ostatnich latach. Być może wynika to z faktu, że spora ich część była kupiona za gotówkę, a ci co wzięli na nie kredyty starają się po prostu spłacać podwyższone raty. Ale z czasem może to się zmienić, gdyż koszty codziennego życia jednak znacznie wzrosły – analizuje J. Berdys.

Rosnące zadłużenie

Zadłużenie Polaków w Krajowym Rejestrze Długów rośnie i to w miliardowej skali. Kolejne miesiące mogą więc przynieść jeszcze większą liczbę bankructw. Wyraźny trend wzrostowy widać od sierpnia. Zaległości wszystkich konsumentów wynosiły wtedy 42 mld zł. Na koniec stycznia w bieżącym roku to już 45 mld zł. Taka sytuacja wynika przede wszystkim z niskich oszczędności i rosnących kosztów utrzymania. Prawie 40 proc. konsumentów nie ma odłożonych żadnych środków na czarną godzinę.

W.D.

Pijany, bez uprawnień i poszukiwany

Uszkodził pojazd i odjechał

11 marca płońska policja zatrzymała mężczyznę, który uszkodził inny pojazd wykonując manewr cofania na ul. Kolbe w Płońsku, a następnie oddalił się z miejsca wypadku. Po ujęciu okazało się, że jest pod wpływem alkoholu i nie posiada uprawnień do prowadzenia pojazdu, a na dodatek poszukuje go prokuratura.

- W czasie dojazdu na miejsce zdarzenia funkcjonariusze zostali poinformowani, że sprawca odjechał i kieruje się w stronę Arcelina, a zgłaszający jedzie za nim. Chwilę później kierowca opła skręcił w drogę gminną i po kilku minutach wjechał na teren jednej z posesji. Osoby podróżujące oplem: dwie kobiety i mężczyzna wysiedli z pojazdu, a następnie kierowca pobiegł za dom. W czasie sprawdzenia terenu posesji, w przydomowej komórce funkcjonariusze

znaleźli próbującego się tam przed nimi ukryć, kierowcę opła. Okazał się nim 38-letni mieszkaniec gm. Baboszewo. Badanie na trzeźwość wykazało w jego organizmie 1,8 promila alkoholu. Policjanci ustalili, że mężczyzna nie posiada uprawnień do kierowania pojazdami i jest poszukiwany przez Prokuraturę w Opocznie do ustalenia miejsca pobytu. Podczas interwencji jedna z kobiet podróżujących wcześniej z pijanym 38-latką, zaczęła się zachowywać bardzo agresywnie. Nie reagowała na polecenia policjantów, by się uspokoiła. Odmówiła też podania swoich danych. Kobieta została zatrzymana. Funkcjonariusze ustalili, że to 50-letnia mieszkanka gm. Baboszewo – przekazała kom. Kinga Dręzek-Zmysłowska z KPP w Płońsku.

Kobieta i mężczyzna trafili do policyjnego aresztu. Mężczyźnie grozi wysoka kara grzywny, co najmniej kilkuletni zakaz prowadzenia pojazdów i 2 lata pozbawienia wolności. Odpowie także za spowodowanie kolizji i jazdę bez uprawnień. Wobec kobiety, w związku z jej zachowaniem w czasie interwencji, funkcjonariusze skierują wniosek o ukaranie do sądu.

RK

Obcokrajowiec z kontrabandą

Płońska policja zatrzymała 44-letniego obcokrajowca, który przewoził nielegalnie duże ilości papierosów bez znaków akcyzy.

Straty skarbu państwa oszacowano na prawie 31 tys. zł, w tym podatku akcyzowego ponad 24 tys. zł. Mężczyzna odpowie przed sądem. Grozi mu wysoka kara grzywny oraz do 3 lat pozbawienia wolności.

RK

- Kryminalni z Płońska zatrzymali do kontroli osobowego mercedesa. Z ich ustaleń wynikało, że tym pojazdem może być przewożona kontrabanda. Przepuszczenia policjantów potwierdziły się w czasie sprawdzenia wnętrza auta. Na tylnym siedzeniu i w bagażniku 44-letni kierowca przewoził kartony z papierosami nieposiadającymi polskich znaków skarbowych akcyzy oraz foliowe worki z zapieciem strunowym z krajanką tytoniową. Nielegalny towar, w sumie blisko 22 tys. sztuk papierosów i nieco ponad 3 kg krajanki tytoniowej, został zabezpieczony – poinformowała kom. Kinga Dręzek-Zmysłowska z KPP w Płońsku.



FOT. KPP W PŁONSKU

zostań gwiazdą

MOSZ GRAJKA

Już od kwietnia w TVS

15 lat TVS

OGŁOSZENIA DROBNE

BUDOWLANE

Hurtownia nowe i używane okna, drzwi, grzejniki. Ojrzeń ul. Ciechanowska 12. 502 543 397

FC-0058/23

Stemple. 506 557 577

PC-00254/23

Skup ciągników, pras, ładowarek, koparek, maszyn rolniczych i budowlanych. 693 888 308

M639651546

Sprzedam 250 sztuk żebrowanych prętów 12-nastek, dł. 1.2 m. 505 220 764

NS-18

Malowanie, szpachlowanie płyta k/g, docieplanie budynków, montaż paneli i inne prace budowlane. 508 857 185

M00793-51833

MOTORYZACYJNE

AUTOKASACJA
604 534 590

FC-0665/22

SKUP SAMOCHODÓW
513 552 226

FC-0027

Sprzedam Forda Focusa kombi 2006r 1,6 TDCi. 600 480 376

PC-00282/23

Sprzedam Skodę Octavię 1,9 TDI, 2005 rok. 663 866 446

SM-35

NIERUCHOMOŚCI

Kupię mieszkanie dwupokojowe. 692 455 714

PC-00270/23



Alternatory, rozruszniki, sprężarki, klimatyzacje

Sprzedaż • naprawa • wymiana

Samochody osobowe, ciężarowe, maszyny rolnicze

Ciechanów, ul. Pułtowska 116 (za stacją benzynową). Tel. 023 673 48 07 Faktury VAT

Lek. Urszula Rudzińska
specjalista neurolog

Certyfikowany lekarz
medycyny estetycznej

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

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

FCP-N

lek. Dariusz Rudziński
SPECJALISTA PSYCHIATRA
specjalista psychiatry dzieci i młodzieży

LECZENIE:

depresji, nerwicy, lęku, psychozy, zaburzeń snu - u dorosłych i dzieci

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

FC-3221

Sprzedam lub zamienię na mniejsze mieszkanie M-5 78, 3m², IV piętro. 600 504 127

PC-00301/23

Działki budowlane na granicy Sońsk, Strusin, Gołotczyzna. Tel. 882 842 080. Szczegóły na otodom.pl

FC-0123/23

Sprzedam mieszkanie 39 m² na Ranieckiej w Ciechanowie lub zamienię na domek na wsi. 785 553 355

PC-00234/23

Sprzedam atrakcyjną działkę 16 a. Chruszczewo k/ Ciechanowa. 537 007 827

PC-00308/23

Sprzedam M-4, 64 m². 798 364 199

PC-00310/23

Sprzedam działkę. 606 625 631

FE-21

Sprzedam działkę 570 m², na terenie ROD „ŚMIECIN” z domkiem murowanym i szklarnią oraz



Garaze Blaszane, Bramy Garażowe, Kojce dla Psów

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

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



Garaze Blaszane, bramy garażowe, hale, magazyny, kojce dla psów.

MOCNA KONSTRUKCJA! - OCYNK.

TYLKO U NAS WZMOCNIONY TRAPEZ BLACHY!

Montaż Gratis! Krótkie Terminy,
Tel. 509-038-426, **www.robstal.pl**

FCP-32

SKLEP & SERWIS Hubert Malinowski



OFERUJEMY:

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

Sklep: Ciechanów, ul. Wojska Polskiego 32, tel. 509 274 870
Serwis: Przybyszewo 3 k. Regimina, tel. 501 444 220

FC-702



SIGMA-MAX

Wszystko dla dzieci, szkoły i biura

ZAPRASZAMY

esklep@sigma-max.pl **sigma-max.pl**

CZYNNE:
Pon - Pt: 8-18
Sob: 9-17

CIECHANÓW ul. Augustiańska 35 ☎ 23 323 33 00	DZIAŁDOWO ul. Kochanowskiego 1a ☎ 23 323 33 00 / 220	PUŁTUSK ul. Aleja Wojska Polskiego 13b ☎ 23 323 33 00 / 235
PŁOŃSK ul. Warszawska 66 ☎ 23 323 33 00 / 230	MŁAWA ul. Długa 22/25 ☎ 23 323 33 00 / 225	PRZASNYSZ ul. Ostrołęcka 28 ☎ 23 323 33 00 / 240

przyłączem elektrycznym. Na działce rosną drzewa, krzewy owocowe, rośliny ozdobne i tuje. Kontakt: 609 205 353

M00793-51833

PRACA

Zatrudnię w gospodarstwie. 794 052 720

PC-00283/23

Zaopiekuję się starszą osobą. 604 266 147

PC-00307/23

Zatrudnię w gospodarstwie rolnym. 600 221 430

PC-00320/23

Zatrudnię w gospodarstwie. 512 704 741

PC-00322/23

Zatrudnię stolarza. 786 888 141

FC-0229/23

Zatrudnię lakiernika do lakierni i pomoc do lakierni. 452 372 830

FC-0229/23

Zatrudnię operatora CNC. 518 307 807

FC-0229/23

Zatrudnię rencistę do pomocy w gospodarstwie. 512 967 315

M3942-46461

Zatrudnię w gospodarstwie. Zakwaterowanie, wyżywienie. 500 270 610

SP-2



Ubojnia „ZAREBA”

Michał Zaręba

Skup i ubój bydła

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

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

FCP-138

Zatrudnię osobę do skupu bydła. Wymagane prawo jazdy kat. B, mile widziane kat. C. Proszę dzwonić w godz. 10.00-16.00 Tel. 23 689 15 68

FC-167

Zatrudnię do sezonowych prac ogrodnich Mława. 531 947 414

SM-42

Zatrudnię mężczyznę do pracy w gospodarstwie rolnym o profilu mlecznym w powiecie mławskim. Zapewnione zakwaterowanie i wyżywienie. 728 342 527

M00796-82216

ROLNICZE

Sprzedam wycinaki, wybieraki do kiszzonek i kukurydzy, przewracarki, beczkowozy i inne maszyny. 608 279 110

FC-1053/22

Okna gospodarcze. 507 108 996

FC-0060/23

Sprzedam nasiona tymotki. 504 742 582

PC-00133/23

Wywóz obornika Fliegl 20 t z załadunkiem ładowarką, beczka 20 tys. l. 513 705 855

FC-0121/23

Sprzedam bobik materiał siewny kwalifikowany. 609 521 837

FC-0122/23

Otręby jęczmienne workowane. 798 851 786

PC-00182/23

Sprzedam talerzówkę produkcji rosyjskiej. 601 595 016

PC-00184/23

Sprzedam wystodki toffi. 698 079 509

PC-00285/23

Skup Bydła pourazowego, faktura VAT wyrejestrowanie, ubój z konieczności



Tel. 792 264 299

SKUP BYDŁA

**ŁUKASZ
GRZESZCZAK**
Wielodrz 38 A

Tel. 792 264 299

SKUP BYDŁA

**KROWY
BYKI
JAŁÓWKI**

**Płatność
2 dni**

505 241 513



NOWE MIESZKANIA W CIECHANOWIE

5600 zł/ m²

www.isbud.pl

665 330 650

23 692 09 75

ciechanow@isbud.pl

w ofercie

**Pultusk Wyszów
Ciechanów Ostrołęka**

Sprzedam kosiarkę rotacyjną Z-173, szer. 165, kuchnię gazową Amica. 664 095 063

PC-00297/23

Sprzedam łubin wąskolistny niebieski, jałówkę wysoko cielną wycielenie 12 kwietnia. 502 329 073

PC-00312/23

Sprzedam prasę belującą CASE 2010 r. 502 996 518

FC-0226/23

Wezmę ziemię w dzierżawę gmina Ojrzeń i okolice, oferuję dobre warunki. 516 842 130

PC-00317/23

Sprzedam sianokiszonkę. 507 222 684

PC-00318/23

Sprzedam opryskiwacz Pilmot 2 tys. l, szerokość 18 m i sianokiszonkę. 600 221 430

PC-00319/23

Sprzedam słomę w belach, owies siewny, rozrutnik, przetrzaskę, zgrabiarkę i sadzarkę. 500 804 234

PC-00321/23

Sprzedam byczki do 100 kg rasy MM. 514 722 843

PC-00323/23

Kupię lub wydzierżawię grunty rolne, gmina Regimin. 516 697 717

FC-0227/23

Sprzedam przyczepę 6-tonową i Ursus 912 rok 1986. 603 502 876
Sprzedam kłacz konika polskiego dopłatowego ze zrebakiem i ogierka. 603 502 876

FC-0228/23

Kupię ciągniki rolnicze. 507 771 711

M5498-92421

Kupię ładowarki i przyczepy. 507 771 711

M6790-54652

Projekty dla przemysłu i rolnictwa. 607 147 537

M5746-18946

Wapno nawozowe granulowane. 788 644 185

FE-14

Kupię ciągnik rolniczy Zetor, Ursus, MTZ (z napędem lub bez napędu), T 25, C-360, C-360 3p, C-330, C-328. 603 502 876

FC-179

Kupię ciągnik rolniczy Zetor, Ursus, MTZ. 698 282 939

FC-179a

Sprzedam jałóWKI wysoko cielne. 784 772 247

FE-18

Sprzedam, przegrody stanowiskowe dla bydła. 518 587 299

SU-12

KUPIĘ

Prasę Roliującą Metal-Fach, Claas Rollant 42,44,46,62,66,250, Arobale, Welger, John Deere, Krone, Deutz-Fahr, Vicon, Greenland, Carraro, Kombajn Ziemiaczany Anna, Bolko, Sortownik, Prasę Kłującą Sipma Z224/1, Welger, John Deere, Famarol



Tel. 535-057-230

FCP-98

Kupię słomę. 504 219 124

FE-15

Sprzedam owies paszowy. 504 802 184

SE-7

Sprzedam sianokiszonkę w dużych belach. 889 029 914

NS-16

Sprzedam Massey Ferguson 699. Stan bardzo dobry. 504 220 764

NS-17

Sprzedam 3 kłacz zimnokrwiste, wiek 23 miesiące. 509 961 104

NS-19

Szamba Zbiorniki betonowe od 900 zł

609 245 209

FCP-182

USŁUGI koparko-ładowarką JCB4CX



KONTAKT 784 615 467

FCP-78

MAK-POL

**Skup trzody i bydła
tuczniaki, maciory, knury
Konkurencyjne ceny**

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

FC-1898

**Skup trzody i bydła
AR-POL**

Arkadiusz Mochtak

Szybka płatność 3 dni lub gotówka

**Odbiór z gospodarstwa
tuczniaki, maciory, knury, krowy,
byki, jałóWKI**

**Nowe Miasto k. Płońska, ul. Młodzieżowa 1
tel. 690 393 441**

FC-1253

Skup bydła rzeźnego

SKUP BYDŁA RZEŹNEGO

tel. 500 224 312

KAR-POL

Odbiór z gospodarstwa.

Płatność w 3 dni!

0500 224 312

FC-479

DAB POL

Zygmuntowa k. Ciechanowa

tel. 23 671 72 08
kom. 507 132 860

**Skup, ubój,
eksport zwierząt**

**23 671-72-08
507-132-860**

e-mail: dab.pol@wp.pl

FCP-191

Skup trzody i bydła

Płatność w 3 dni lub gotówka



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

FC-1360

Skup bydła

Marcin Malinowski

konkurencyjne ceny

511 394 119

PRZELEW 2 DNI/GOTÓWKA

FCPrz

**Ubojnia zwierząt
Elżbieta Słonczewska**

Pianowo Bargły 3 k. Nasielska

**skupuje krowy
oraz młode bydło
(wszystkie)**

Odbiór z gospodarstwa.

tel. 604 206 737, 606 402 852
23 691 20 18

FN-20

**olej napędowy.
olej opałowy
z dostawą**

Tel: 501 680 623

Ogłoszenie drobne przez internet!

- Wejdź na stronę
www.ciechpress.pl

- Kliknij zakładkę -
Reklama/Ogłoszenie drobne do TC

- Zastosuj się do poleceń

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

Sprzedam jałówki cielne HF.
663 866 446

SM-36

Kupię pszenicę jarą, sprzedam
pszenżyto. 510 138 518

SM-37

**SKUP I UBÓJ BYDŁA
Z KONIECZNOŚCI. BYDŁO
POURAZOWE, WYBRAKOWANE,
POZAKLASOWE.
Odbiór towaru z gospodarstw
własnym transportem, płatność
gotówką lub szybki przelew.
KONTAKT 603 266 944**

M00789-93213

Wezmę w dzierżawę grunty rolne
z gminy Winnica lub Pokrzywnica.
606 260 744

M00799-99552

Sprzedam owies 5 ton. 507 699 434

SM-40

Sprzedam sadzeniaki cekin.
512 734 818

SM-41

Sprzedam 10 t owsa dobrej jakości.
507 761 494

SM-43

Sprzedam rozrzutnik jednoosiowy,
opryskiwacz 400 l. 735 663 046

SE-8

Sprzedam ziemniaki paszowe.
505 871 111

SU-13

Kupię łubin, grykę, peluszkę, facelię,
koniczynę czerwoną, tymotkę i inne.
795 060 199

M00793-65414

Sprzedam wysłódki tofii 12 ton,
wezmę ziemię w dzierżawę okolice
Ciechanowa, Regimina, Opinogóry
608 048 457

M00795-13242

Sprzedam opryskiwacz zawieszany
600 l belka 12m. 503 7406 56
M00796-359949

Sprzedam drewno opałowe,
kominkowe. 692 142 811

PC-00274/23

Sprzedam bale dębowe sezonowane.
608 393 563

PC-00295/23

Sprzedam blachy do Fiata 126p
i siatkę ogrodzeniową 50 m.
512 201 064

PC-00302/23

Sprzedam drewno kominkowe.
693 949 348

PC-00316/23

**POŻYCZKI w 10 min
KASA DO RĘKI 515 459 414**

M6956-787224

Sprzedam drewno tartaczne
sosnowe. Telefon 507 140 444

MT-0009

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

FC-156

**Drewno opałowe, obładry,
węgiel, kora. 602 663 478,
600 306 637**

FC-158

Zatrudnię do pracy na tartaku
i spawacza. 602 663 478

FC-55

Kupię topolę, każdy rodzaj
drzewa opałowego. 602 663 478

FC-55

Pożyczki dla rolników. 570 500 997

M00796-55592

TOWARZYSKIE

Pani pozna panów. 792 207 348

PC-01294/22

Poznam Pana do 70 lat z miasta.
452 232 454

PC-00315/23

USŁUGI

Tynki maszynowe. 601 358 731

M00795-01751

Naprawa lodówek, zamrażarek, lod
chłodniczych, schładzalników
do mleka. 697 342 132

FC-0037/23

Krycie dachów, zakładanie i wymiana
rynien, ocieplenie poddaszy watą
mineralną itp. duże doświadczenie.
511 480 459

PC-00186/23

Wywóz obornika wraz z załadunkiem.
797 958 505

PC-00189/23

Malowanie, remonty. 452 475 422

PC-00200/23

Hydraulik. 570 188 332

PC-00204/23

Usługi remontowo- budowlane.
513 954 032

PC-00239/23

Budowa domów, remonty, stany
surowe, ogrodzenia murowane,
panelowe i wylewane. 692 718 009

FC-0190/23

Usługi remontowo-budowlane,
gładzie, malowanie, ocieplanie
budynków, ścianki działowe,
rozbiórki, malowanie dachów itp.
503 748 165

PC-00253/23

Odnawianie wanien. 600 979 826

FC-0193/23

Wykonam usługi koparką.
501 393 325

PC-00277/23

Malowanie. 518 339 939

PC-00281/23

Malowanie, gładzie, płyta karton
gips, glazura, terakota i inne prace
budowlane. 508 857 185

PC-00289/23

Usługi ogónobudowlane, glazura,
terakota, gładzie i malowanie.
516 780 537

PC-00314/23

Firma wykona dla państwa wszelkie
remonty biura, domy, mieszkania.
798 098 051

FE-13

Usługi hydrauliczne. 508 491 711

SM-28

Usługi dekarskie. 798 204 524

SU-10

Układanie kostki brukowej,
gwarancja. 792 851 758

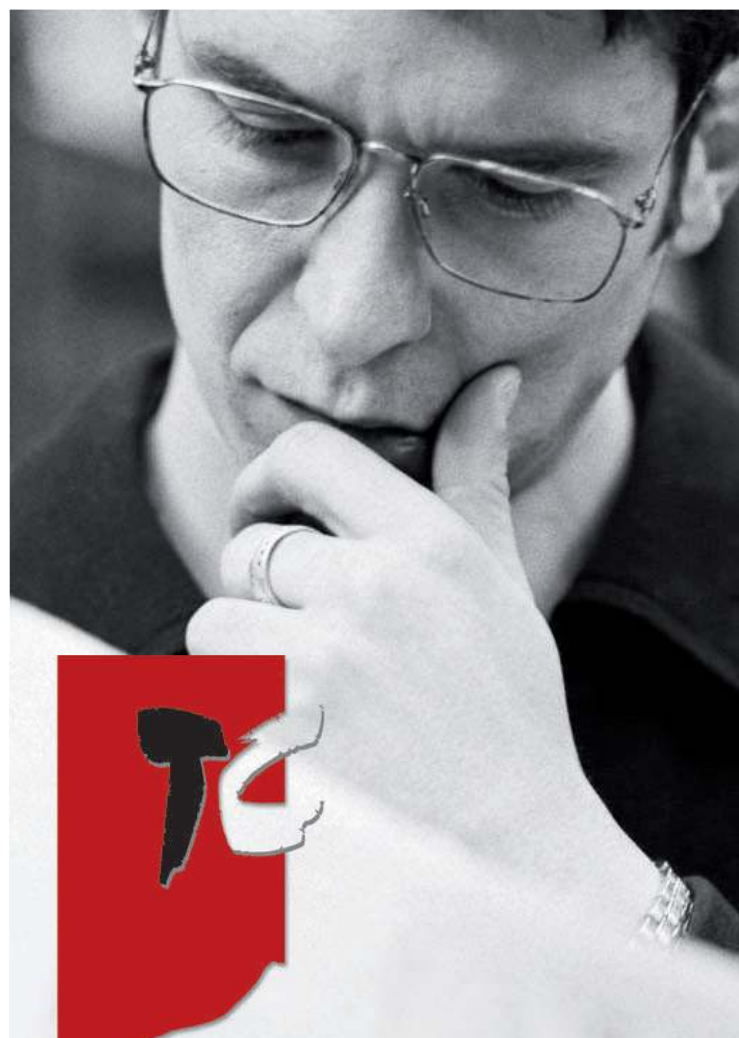
SM-39

Czy można zyskać na fotowoltaice
przed zakupem? Można. Nie
wierzysz zadzwoń! 793 412 365

M00796-49403

Usługi drukarskie. 514 874 333

PC-00268/23



**Redakcja
Tygodnika
Ciechanowskiego
informuje,**

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

Zapraszamy

Ogłoszenia można nadawać też
przez stronę www.ciechpress.pl



Płynąć, ale dokąd?

Nie dalej jak w grudniu ub.r. najlepsza zawodniczka Klubu Pływackiego Ciechanów Roksana Zarzecka rywalizowała w finałach mistrzostw Polski 15-latków. Były pochwały, voucher oraz list gratulacyjny od zarządu klubu. Prezes chwalał zawodniczkę, przy okazji zaznaczał jak wiele zawdzięcza swojemu klubowi, chociaż w jednym wywiadzie kilkakrotnie przekreślił jej nazwisko. Kilka miesięcy później sytuacja pływaczki zmieniła się o 180 stopni. Ponownie wysyłano listy. Tym razem do rodziców pływaczki, a dokładnie do ojca. Według zarządu odmówiła ona przyjęcia nowej koszulki i spodenek z herbem klubu, w związku czym „zarząd postanowił nie dokonywać zwrotu wszelakich kosztów za zawody prowadzące do 31 sierpnia 2023 r.”.

- Jest to kompletną bzdurą. Roksana nie mogła odmówić przyjęcia żadnego stroju, bo nikt jej niczego nie wręczył. Moja córka ma klubową koszulkę i czepek z logiem, w którym startuje na każdych zawodach. Sprawa sprzętu jest w ogóle bardzo ciekawa. Jeżeli zawodnik

chciał mieć dodatkowo bluzę z nazwą klubu, to musiał za nią. Ponad 170 zł. Uważam, że moja córka na tyle godnie reprezentuje klub swoimi wynikami i postawą, zrobiła dla niego tak wiele, że nie musi dodatkowo płacić za bluzę. Klub otrzymuje dotacje, finansowany jest z samorządu, są podobno jacyś sponsorzy. Wydaje mi się, że zawodniczce, która jako jedyna z całego klubu startuje w ścisłym finale mistrzostw Polski coś się należy. Dlatego nie zamówiliśmy bluzy. Jako rodzic i tak ponoszę duże koszty związane z treningami, odżywianiem i wyjazdami Roksany za zawody. Zdaję sobie sprawę, że dla tego zarządu jestem osobą niewygodną, bo popieram trenera Pawła. Dlatego postanowiono mnie jakoś ukarać - wyjaśnia Łukasz Zarzecki, tata Roksany.

Paweł, to trener Paweł Tuchewicz, który podobnie jak tata Roksany, jest w konflikcie z zarządem klubu, na czele którego stoi Robert Grądzik. Obaj są w komisji rewizyjnej KP Ciechanów. Od dłuższego czasu dopominają się od władz klubu dokumentów związanych z finansami. Informują, że nie mają dostępu i wglądu do żadnych działań zarządu, a jako członkom komisji rewizyjnej zarząd nie może tego odmówić. Wymieniają się pismami z włodarzami, z których nic nie wynika. - Ostatnio klub zatrudnił nawet mecenasa, który zajmuje się chyba tylko i wyłącznie korespondencją z nami. Informuje nas, że nie ma żadnych podstaw, aby udostępnić nam

dokumenty. Wydaje nam się to niezgodne ze statutem klubu. Poinformowaliśmy o całej sprawie Starostwo Powiatowe w Ciechanowie. Czekamy na odpowiedź ze strony organu zarządzającego - wyjaśnia Paweł Tuchewicz.

Ostatnie pismo przesłane przez władze klubu do trenera Tuchewicza i Łukasza Zakrzewskiego dotyczyło skreślenia ich z listy członków zwyczajnych stowarzyszenia. Według klubowych władz mieli nie płacić składek, które powinien uiszczać każdy członek klubu, który ma prawo głosu podczas wyboru zarządu.

„Godne reprezentowanie klubu”

Wracając do pisma, które otrzymał ojciec zawodniczki, czytamy w nim m.in.: „Klub zgodnie z zapisami regulaminu nakłada na zawodnika godne reprezentowanie klubu wewnątrz jak i na zewnątrz zgodnie z zapisami regulaminu klubu w punkcie V pkt.9”. Tata Roksany nie mógł uwierzyć czytając te słowa. Twierdzi, że jego córka, jako jedna z nielicznych w klubie, na każdych zawodach pływa w klubowym czepek.

W miniony weekend Roksana startowała podczas 3-dniowego Grand Prix Polski w Oświęcimiu. - Zarządu i prezesa nawet nie interesowało czy tam jedziemy, czy nie. Jesteśmy zostawieni sami sobie. Za przejazd, noclegi i starty płacę z własnej kieszeni. Żeby była jasność, nie narzekam, sam Kocham sport i robię



Najlepsza zawodniczka KP Ciechanów, finalistka mistrzostw Polski Roksana Zarzecka

to, bo chcę, żeby Roksana mogła rywalizować z najlepszymi zawodnikami w Polsce. Tylko tak może się rozwijać. W zamian za to, po ostatnich mistrzostwach Polski, które odbywały się w grudniu usłyszałem, oczywiście nie od samego prezesa, tylko od ludzi, że zarząd miał do mnie pretensje, że przedstawiłem im zbyt wysoki rachunek na paliwo za wyjazd do Gliwic - informuje pan Łukasz.

Treningi jak u zawodowców

16 lat, które Roksana skończy w październiku, to dla pływaka wiek prawie seniorski. Medale, które zdobywało się w wieku dziecięcym, przykrywa kurz. 90 procent zawodników i zawodniczek rezygnuje wcześniej z trenowania. W grze pozostają tak naprawdę nieliczni. Złuszczą w tak małym ośrodku jakim jest Ciechanów. Zajęcia są obciążające

i wymagające od zawodnika całkowitego poświęcenia.

- Roksana trenuje 8 razy w ciągu tygodnia - 5 treningów w wodzie odbywa się po południu, 3 treningi rano. Do tego dochodzą dwa treningi na lądzie. W zależności od momentu przygotowań, zajęcia trwają nawet do dwóch godzin. Oprócz tego dba o prawidłowe odżywianie - dieta i nawadnianie. To zasługa rodziców, którzy dodatkowo opłacają jej trenera personalnego. Roksana reprezentuje Ciechanów praktycznie na każdych możliwych zawodach. Od dwóch lat regularnie startuje w finałach mistrzostw Polski juniorów. Jest finalistką finałów B mistrzostw Polski 15-latków (basen 50m) na dystansach 100 i 200 m stylem motylkowym oraz finalistką finału A mistrzostw Polski 15-latków na 200 m stylem motylkowym (10. miejsce), na 100 m zajęła 14. miejsca w skali kraju. Regularnie wyjeżdża również na zawody z cyklu Arena Grand Prix Puchar Polski. W tej chwili nasze przygotowania prowadzimy pod kątem letnich mistrzostw Polski na długim basenie w Gliwicach - mówi trener zawodniczki.

Dokąd płyniemy?

Zawirowanie w ciechanowskim środowisku pływackim nie są pierwszymi. 10 lat temu, konflikty, roszczenia rodziców i przerost ambicji niektórych osób doprowadziły do pęknięcia i podziału. MPKS ORKA i Klub Pływacki Ciechanów przez lata egzystowały obok siebie. Zawodnicy i trenerzy wspólnie korzystają z basenu, trenują o tych samych porach, dzielą się torami.

Czy aktualny problem w Klubie Pływackim Ciechanów urośnie do takiej rangi, że nie zostanie już nic innego, jak tylko powołać do życia trzeci klub? - Prezes zapowiedział, że jak nam się nie podoba w klubie, to możemy robić co chcemy - przechodzić do ORKI, tworzyć nowy klub albo kończyć z pływaniem. A my chcemy tylko, żeby w tym klubie było normalnie - kończy Łukasz Zarzecki.

erM

Sześć medali Mazovii

Przez trzy dni na pomoście hali sportowej im. Ireneusza Palińskiego w Ciechanowie trwała walka o medale podczas 67. Mistrzostw Polski juniorek i juniorów w podnoszeniu ciężarów.

Rywalizacja wśród młodych atletów była zacięta, ustanowiono wiele rekordów życiowych. W zawodach wzięło udział blisko 200 utalentowanych sztangistów i sztangistek. Przerzucono setki ton ciężaru, a w niektórych przypadkach o medalu decydowały kilogramy. Kobiety jak i mężczyźni rywalizowali w 10 kategoriach wagowych. Wśród pań, rekordowym dźwigniem popisała się Martyna Dołęga. Zawodniczka z Siedlec wygrała zdecydowanie, bijąc rekordy Polski U20, U23 i seniorek, uzyskując w dwuboju 216 kg (97+119). Ponadto ustanowiła 6 nowych rekordów Polski, została najlepszą zawodniczką mistrzostw.

Na pomoście mogliśmy oglądać zawodników z Ciechanowa. Zawodniczki Mazovii zdobyły trzy medale: srebrne w kat. 49 kg. Zofia Berlińska - 125 kg (56+69) i Nina Poniatowska - 128 kg (55+73) w kat. 55 kg, natomiast brązowy medal w kat. 87 kg wywalczyła Wiktoria Grochowska - 137 kg (63+74). Tyle samo krążków zdobyli ciechanowscy sztangiści - po jednym każdego kruszcza. Złoto przypadło w udziale w kat. 89 kg. Michałowi Jaworskiemu - 313 kg (142+170). Srebrny medal w kat. + 109 kg przypadł Szymonowi Ziółkowskiemu - 336 kg (158+178), który złoty medal przegrał tylko o jeden kilogram z Tomaszem Telewiczem z Elbląga. W tej samej kategorii brązowy medal wywalczył Marek Gugala - 305 kg. (139+166).

Punktacja Sinclair'a - kobiety: 1. Martyna Dołęga (WLKS Nowe Iganie) 216 (97 + 119) - 264,90; 2. Monika Marach (MKS Atlety Gdańsk) 215 (100 + 115) - 261,94. 3. Oliwia Drzazga (UMLKS Radomsko) 163 (70 + 93) - 256,09 pkt



Szymon Ziółkowski przegrął złoto zaledwie o 1 kilogram

Mężczyźni - 1. Konrad Łazuga (Budowlani Opole) 305 (138 + 167) - 401,64 pkt; 2. Michał Jaworski (Mazovia Ciechanów) 312 (142 + 170) - 389,07; 3. Igor Osuch (Budowlani Opole) 345 (160 + 185) - 383,94

Punktacja klubowa kobiet: 1. Budowlani Kucera Nowy Tomyśl 53 pkt; 2. WLKS Siedlce Nowe Iganie 47; 3. KS Promień Opalenica 45

Punktacja klubowa mężczyzn: 1. Mazovia Ciechanów 83,5 pkt; 2. Budowlani Kucera Nowy Tomyśl 49; 3. Budowlani Opole 46

Punktacja klubowa łączna (k+m): 1. Mazovia Ciechanów 128,5; 2. Budowlani Kucera Nowy Tomyśl 102; 3. WLKS Siedlce Nowe Iganie 69

lew



Zawodniczki ciechanowskiej Mazovii zdobyły w sumie trzy medale

Pewna wygrana w stolicy

Mijający tydzień był bardzo pracowity, a zarazem udany dla seniorów Juranda. W tym czasie ciechanowianie rozegrali dwa ważne mecze ligowe. We wtorek pokonali u siebie SMS Płock, a w sobotę wygrali na wyjeździe z AZS AWF Warszawa. Zwycięstwa umocniły naszą drużynę na pozycji lidera I ligi.

Po długiej nieobecności z powodu urazu do gry powrócił Kamil Karczewski i przyczynił się do zwycięstwa Juranda. Niestety, do końca sezonu nie zobaczymy już na parkiecie kontuzjowanego Mikołaja Tartasa. Jurand mecz ze studentami zaczął niefortunnie, w pierwszej akcji Patryk Dębica nie wykorzystał rzutu karnego, a pierwsze 20 minut meczu było wyrównane. W kolejnych minutach gry, jak przystało na lidera rozgrywek, Jurand podkręcił tempo. Po serii pięciu bramek, w tym trzech Kamila Karczewskiego, Patryka Dębca oraz Dominika Mierzwickiego nasza drużyna odskoczyła rywalowi - 11:7. W ostatnich trzech minutach, po trafieniach Mierzwickiego i dwóch bramkach Dębca gracze Juranda schodzili do szatni w dobrych nastrojach, prowadząc 16:9.

1. Jurand Ciechanów	16	39:9	526-392
2. AZS UW Warszawa	16	39:9	522-410
3. Orlen Wisła II Płock	15	36:9	485-411
4. Pabiks Impact Pabianice	16	34:14	533-469
5. Enea Orleń Zwoleń	17	33:18	490-418
6. Mazur Sierpc	16	27:21	460-465
7. SMS ZPRP I Płock	17	24:27	546-479
8. AZS AWF Warszawa	16	15:33	434-491
9. Włóknarz Konstantynów	17	13:38	447-537
10. SPR CURSOR Radzymin	17	13:38	394-530
11. KS Warszawianka	17	12:39	415-504
12. UKS Trójka Ostrołęka	16	9:39	428-574

Po zmianie stron goście nie spoczęli na laurach. Mecz zakończył celnym trafieniem Piotr Wiszowaty. Z rywalizacji o czołowe miejsce odpadają powoli Orleń Zwoleń. W nadchodzącą sobotę, 1 kwietnia o godz. 18 Jurand zagra na wyjeździe z SPR ROKiS CURSOS Radzymin.

16. kolejka: AZS AWF Warszawa - Jurand Ciechanów 26:36 (9:16), Trójka Ostrołęka - CURSOR Radzymin 37:41 (15:17), Włóknarz Konstantynów - AZS UW Warszawa 27:40 (11:14), Orleń Wisła II Płock - Mazur Sierpc 33:32 (19:20), Pabiks Pabianice - Enea Orleń Zwoleń 31:30 (18:13), Warszawianka Warszawa - SMS ZPRP I Płock 29:27 (13:16)

Decathlon V liga

Czerwono w Ciechanowie

Piłkarze z Żuromina opuścili ostatnie miejsce w tabeli. W Wołominie sięgnęli po cenny punkt. Ostatnia kolejka okazała się także udana dla reprezentantów Makowianki oraz Nadnarwianki. W Ciechanowie MKS kończył rywalizację ze Żbikiem Nasielsk w dziewiątkę, a i tak był bliżej zwycięstwa niż przyjezdni. Ostatecznie po bramkach Filipa Adamskiego i Łukasza Barankiewicza padł remis 1:1.

Na boisku ze sztuczną nawierzchnią w Ciechanowie sędzia rozdawał kartki na prawo i lewo. Karani byli głównie gospodarze. Za nadmiar przewinień meczu nie dokończyli Adam Sosnowski oraz Mateusz Sańko. Goście objęli prowadzenie w pierwszej części gry, chociaż wcześniej okazje na strzelenie bramki mieli Mateusz Morawski oraz Lotfi Khadhraoui. W drugiej połowie nerwowa gra z obu stron przełożyła się na częste faule i klótnie z arbitrem. Gospodarze, grając w osłabieniu, zdołali wyrównać po bramce strzelonej głową przez Łukasza Barankiewicza. Zanim z boiska za drugą żółtą kartkę wyleciał Mateusz Sańko, zdążył jeszcze wywalczyć rzut karny. Marcin Tomczak uderzył z 11 metrów obok bramki Żbika. W ostatniej akcji meczu z rzutu wolnego w poprzeczkę trafił Łukasz Sepczyński.

Pułtuszczenie wypunktowali z łatwością konkurentów z Drobina. Defensywa gości dała się zaskoczyć już w 9. minucie. Precyzyjnym strzałem popisał się Szymon Rudnik. W kolejnych akcjach na

listę strzelców wpisać się jeszcze Mateusz Pietrón, Piotr Bobowski (karny) oraz Michał Kornacki.

Makowianka rozpoczęła batalię ze stołeczną Unią od zmarnowanej „jedynastki”. Maciej Traczewski zdołał później skompletować dublet. Końcowy triumf przypieczętował Kolumbijczyk Melo Sandoval Alvaro Jose.

GP

17. kolejka (25-26 marca): Makowianka – Unia 3:0, Sokół – KTS Wesoło 1:3, Drukarz – Polonia II – przelozony na 19 kwietnia, Ciechanów – Żbik 1:1, Huragan – Wkra 1:1, Okęcie – PAF 2:0, Nadnarwianka – Skra 4:0, Amator – pauza

18. kolejka (1-2 kwietnia): Ciechanów – Wkra, Unia – Nadnarwianka, Skra – Okęcie, PAF – Amator, Żbik

1. KTS Wesoło Warszawa	16	48	90:6
2. Sokół Sierock	16	30	43:22
3. Okęcie Warszawa	15	30	37:23
4. Polonia II Warszawa	15	27	39:15
5. MKS Ciechanów	16	25	26:26
6. Unia Warszawa	16	22	25:23
7. Żbik Nasielsk	16	22	37:40
8. Nadnarwianka Pułtusk	16	22	28:30
9. Drukarz Warszawa	15	21	28:27
10. Makowianka Maków Maz.	16	21	26:39
11. Huragan Wołomin	16	19	29:27
12. PAF Płońsk	16	18	23:40
13. Amator Maszewo	15	17	21:40
14. Wkra Żuromin	16	7	17:65
15. Skra Drobina	16	6	20:66

– Drukarz, Polonia II – Sokół, KTS Wesoło – Makowianka, Huragan – pauza

erM



W Ciechanowie MKS Ciechanów zremisował ze Żbikiem Nasielsk 1:1. O piłkę walczył Marcin Tomczak z Mateuszem Bramowiczem.

Piłka nożna. Trzecia liga

W pościgu za rekordem

Piłkarze Mławianki chcą pobić rekord z rundy jesiennej. Zaliczyli wówczas sześć zwycięstw z rzędu. Początek wiosny pokazuje, że mogą ten wynik powtórzyć. W sobotnie popołudnie świętowali w Warszawie czwarty kolejny triumf.

Końcowy wynik wskazuje na łatwy sukces podopiecznych Piotra Rzepki.

W premierowej partii najbliższej zdobyca bramki był Maciej Komorowski. Najpierw główkował z rzutu rożnego tuż nad poprzeczką, potem kropnął mocno z rzutu wolnego. Golkeeper rywali wybił piłkę przed siebie – dobitki Joao Odilon i starszego z braci Stryjewskich nie przyniosły powodzenia. W pierwszej połowie gole nie padły.

W 62. minucie Mateusz Stryjewski dośrodkował futbolówkę w pole karne, a żaden z defensorów gości nie przeciąć dośrodkowania. Wykorzystał to Jakub Skudynowski, który z bliska kopnął piłkę wprost do bramki.

Kolejne bramki były tylko kwestią minut. Dublet skompletował młodzieńki Mateusz Karol. Swoje powody do radości, kolejne w sezonie, mieli także bracia Stryjewscy. Mateusz wykorzystał fatalne ustawienie bramkarza. Ten spodziewał się dośrodkowania z rzutu rożnego, ale nie uderzenia. Gdy się zorientował było już późno. Dotknął piłkę już za linią bramkową.

Końcowy wynik ustalił Michał. W doliczonym czasie Tom Dobek-Pietrowski wyprowadził szybki kontratak. Potem akcję kontynuował Karol, a wszystko zakończył starszy z braci.

Mławianka Mława – Ursus Warszawa 5:1 (0:0)

Bramki: Skudynowski 62, Karol 70 i 88, Mateusz Stryjewski 78, Michał Stryjewski 90 – Osica 85

Mławianka: Piotrowski - Skudynowski, M. Rogalski, Komorowski, Rutkowski, Kostyk (85. Kopacz), Wybrańczyk (85. Dobek-Pietrowski), Sobotka (60. Karol), Mateusz Stryjewski, Michał Stryjewski, Odillon (65. Tworek)

21. kolejka (25-26 marca): Unia – Bloniana, ŁKS II – Legionovia, Concordia – Jagiellonia II – przelozony na 26 kwietnia, Olimpia – Pogoń 0:5, Pilica – Pelikan 2:0, Warta – Lechia 0:1, Legia II – Sokół 0:0, Świt – Broń 3:2

22. kolejka (1-2 kwietnia): Unia – Legionovia, Bloniana – Świt, Broń – Mławianka Ursus – Legia II, Sokół – Warta, Lechia – Pilica, Pogoń – Concordia, Pelikan – Olimpia, Jagiellonia II – ŁKS II

GP

1. Pogoń Grodzisk Maz.	21	43	42:24
2. Mławianka Mława	21	40	56:37
3. Unia Skierniewice	20	38	24:12
4. ŁKS II Łódź	21	37	47:27
5. Legionovia Legionowo	21	37	44:28
6. Świt Nowy Dwór Maz.	21	37	40:27
7. Lechia Tomaszów Maz.	21	37	34:24
8. Jagiellonia II Białystok	20	32	41:28
9. Legia II Warszawa	21	32	38:32
10. Sokół Ostróda	21	28	37:45
11. Pelikan Łowicz	21	26	32:33
12. Broń Radom	20	26	38:39
13. Pilica Białobrzegi	21	24	25:35
14. Olimpia Zambrów	21	23	24:44
15. Bloniana Błonie	20	15	21:40
16. Warta Sieradz	21	13	17:41
17. Ursus Warszawa	20	11	25:48
18. Concordia Elbląg	18	8	19:41



W takich okolicznościach Jakub Skudynowski otworzył wynik meczu

Liga okręgowa

Liderzy odrobili straty

Duet liderów z Bieżunia i Gliniojeka musiał się solidnie napracować, żeby zgarnąć komplet punktów. W pewnym momencie przegrywali, ale ostatecznie zgarnęli komplet punktów.

Beniaminek z Gumina objął prowadzenie już w 4. minucie – rzut karny wykorzystał Patryk Wilczewski. Wyrównanie nastąpiło dopiero po godzinie gry za sprawą rzutu wolnego bitego przez Mariusza Kopeckiego. Na tym podopieczni Daniela Suchoparskiego nie skończyli. W końcówce na listę strzelców wpisać się Kamil Orzechowski i Fabian Ulasiewicz.

Gracze Bieżunia przegrywali w 54. minucie w Strzegowie. Odpowiedź na trafienie Daniela Gatyńskiego okazała się zabójcza. W ciągu kilku minut zaliczyli aż trzy trafienia. Gospodarze zdołali jedynie zmniejszyć rozmiary przegranej. Choć kończyli mecz w przewadze po czerwonej kartce dla jednego z przeciwników. Dublet w szeregach bieżunian skompletował Maciej Malinowski.

Konopianka pod wodzą Rafała Brzozowskiego doznała pierwszej porażki na wiosnę. Na swoim boisku poległ także Mazur Ojrzeń. W rywalizacji z Soną padł tylko jeden gol – do siatki trafił Szymon Pawlak.

17. kolejka (25-26 marca): Konopianka – Kurpik 0:2, Wkra S. – Ostrovia 1:1, GKS Strzego-

1. Wkra Bieżun	17	40	51:23
2. Kryształ Gliniojeck	17	40	52:27
3. Korona Szydłowo	17	37	56:24
4. Rzekunianka Rzekun	17	37	44:21
5. KS Ostrovia Ostrów Maz.	17	32	40:26
6. Kurpik Kadzidło	17	26	35:34
7. Mazur Ojrzeń	17	25	32:33
8. Sona Nowe Miasto	17	25	31:37
9. GKS Strzegowo	17	22	38:32
10. GKS Gumino	17	22	38:41
11. Wkra Sochocin	17	21	23:35
12. Konopianka Konopki	17	18	38:41
13. Wkra Radzanów	17	15	27:41
14. Wymakracz Długosiodło	17	13	26:50
15. KS Wąsewo	17	11	17:39
16. Korona Karolinowo	17	6	15:56

wo – Wkra B. 3:4, Wkra R. – Wymakracz 4:2, Rzekunianka – Korona Sz. 4:2, GKS Gumino – Kryształ 1:3, Mazur – Sona 0:1, KS Wąsewo – Korona K. 2:0

18. kolejka (1-2 kwietnia): Kurpik – Wąsewo, Korona K. – Mazur, Sona – GKS Gumino, Kryształ – Rzekunianka, Korona Szydłowo. – Wkra R., Wymakracz – GKS Strzegowo, Wkra B. – Wkra S. Ostrovia – Konopianka

GP



Piotr Kolankiewicz, bramkarz Mazura Ojrzeń, nie uchronił swojej drużyny od porażki z Soną Nowe Miasto

A klasa

Opia potwierdza klasę

Jesienią beniaminek ze Słoszewa zakończył zmagania w B klasie na ostatnim miejscu w tabeli. W trzynastu spotkaniach zgromadził na koncie zaledwie dwa oczka. Działacze klubu z powiatu płońskiego postanowili ratować zespół przed spadkiem.

Wymienili trenera – został nim pochodzący z Raciąża Paweł Szpojanowski. Sięgnięto także po piłkarskie posiłki. Do kadry dołączyli m.in. Paweł Paczkowski, Piotr Majrzechak, Łukasz Makowski, Dawid Dębkowski, Damian Koryto, Jarosław Brzeźniński, Damian Skumórski oraz Daniel Mitura. Wszyscy bez wyjątku występowali na wyższych poziomach rozgrywkowych – niektórzy nawet na szczeblu trzeciej ligi.

Na razie brakuje zgrania, premierowy mecz przyniósł rozczarowanie. Na boisku w Opinogórze lepsi okazali się gospodarze. Po kwadransie Opia prowadziła już 2:0. Na listę strzelców wpisać się Adrian Kaczorek i Dawid Bonisławski. Gladiator zdołał jedynie zmniejszyć rozmiary przegranej – Daniel Miura wykorzystał rzut karny.

Efektownie zaczął fazę rewanżową beniaminek z Dzierżogowa. Tamka ograła na wyjeździe Pelte Karniewo aż 4:1. Dublet skompletował Hubert Jelinski. Na listę strzelców wpisać się także Tomasz Grzybowski oraz Jakub Puźmirowski.

1. ULKS Ołdaki	14	37	57:20
2. Opia Opinogóra	14	33	61:21
3. Narew II Ostrołęka	14	30	38:20
4. Bartnik Myszyńiec	14	29	50:20
5. GKS Łyse	14	22	43:27
6. Orzyc Chorzele	14	20	31:36
7. FC 2012 Różan	14	17	33:36
8. Tamka Dzierżogowo	14	17	34:39
9. Orleń Baboszewo	14	17	29:30
10. Orzeł Sypniewo	14	16	30:29
11. GKS Pokrzywnica	14	16	30:39
12. GUKS Krasnosielec	14	15	22:40
13. Pelta Karniewo	14	10	19:61
14. Gladiator Słoszewo	14	2	15:67

14. kolejka (25-26 marca): Różan – Bartnik 2:4, Opia – Gladiator 2:1, Ołdaki – Łyse 3:1, Orleń – Orzyc 0:0, Orzeł – Narew II 0:3, Pelta – Tamka, Krasnosielec – Pokrzywnica 1:2

15. kolejka (1-2 kwietnia): Krasnosielec – Różan, Pokrzywnica – Orzeł, Narew II – Pelta, Tamka – Orleń, Orzyc – Ołdaki, Łyse – Opia, Gladiator – Bartnik

GP



W Opinogórze Opia nie dała się

Kilka słów o neuroplastyczności mózgu, czyli...

Poznaj, zrozum i zmień!

Nasze mózgi są absolutnie niesamowite. I wbrew temu, co uważaliśmy kiedyś, ich skomplikowana budowa może się zmieniać przez całe życie. Wszystko opiera się o doświadczenie, edukację i pracę nad nawykami. Dobra wiadomość jest taka, że przekonania, których już nie chcemy w sobie pielęgnować, również są możliwe do zmiany. Warto więc wykorzystać neuroplastyczność mózgu w odpowiedni sposób, a być może nawet... znacząco odmienić swoje życie.

Wielu z nas myśli, że nasze mózgi w okresie dorosłości są już w pełni ukształtowane i niemożliwe do zmian. Popularne kiedyś powiedzenie: „Starego psa nowych sztuczek nie nauczysz” brzmi dosyć zabawnie w kontekście badań naukowych na temat neuroplastyczności naszego mózgu. Czyżby popularne przysłowie było jedynie wymówką? Faktem jest bowiem, że jesteśmy odpowiedzialni zarówno za niekorzystne dla nas nawyki, jak i za swoje osiągnięcia i nastawienie do świata – wszystko jesteśmy w stanie wypracować przy pomocy odpowiednich narzędzi! Tylko jak?

POZNAJ! swoje możliwości

Na początek powiedzmy sobie w kilku prostych słowach, czym jest neuroplastyczność. Według najbardziej przystępnej definicji jest to po prostu zdolność mózgu do adaptacji i zmiany w odpowiedzi na zewnętrzne i wewnętrzne bodźce, takie jak doświadczenia (również traumatyczne) czy przekonania.



Naukowcy wyróżniają kilka rodzajów neuroplastyczności. Są to przede wszystkim:

- **Plastyczność rozwojowa** – podstawowy rodzaj, który dotyczy umiejętności dostosowywania się organizmu młodego człowieka do środowiska w wyniku interakcji z nim. Faktem jest, że organizm na wczesnym etapie rozwoju wykazuje większą plastyczność i skłonność do nauki niż na innych etapach życia. Jest to konieczne, aby dziecko było w stanie opanować umiejętności tak skomplikowane jak chodzenie czy mówienie.
- **Plastyczność pouszkodzeniowa** (kompensacyjna) dorosłego mózgu – plastyczność mózgu polegająca na (ograniczonej jednak do pewnego stopnia) umiejętności odbudowania tkanki nerwowej uszkodzonej np. w wyniku

udar. Następuje wówczas przejęcie funkcji i czynności za utracone obszary. Ma to miejsce między innymi w przypadku odzyskania władzy nad sparaliżowaną pod wpływem udaru kończyną.

- **Plastyczność związana z uczeniem się i pamięcią** – pomaga tworzyć połączenia w mózgu w wyniku nabywania nowej wiedzy.
- **Plastyczność występująca przy powstawaniu uzależnień** – za utrwalanie pewnych zachowań, prowadzących do uzależnień, odpowiedzialny jest w naszym mózgu układ nagrody (dopaminergiczny). Dostarczając do organizmu substancje uzależniające (które jednocześnie są neuroprzekaznikami jak np. kofeina czy nikotyna), doprowadzamy do utrwalenia zachowania dla nas niekorzystnego. W ten sposób wykorzystujemy naszą neuroplastyczność przeciwko sobie!

Przekładając powyższe rozróżnienie rodzajów neuroplastyczności na aspekt praktyczny, oznacza to między innymi, że każda czynność powtórzona więcej niż kilka razy może stać się nawykiem, ale i każdy szkodliwy dla nas nawyk

możemy przepracować i zlikwidować... I ten aspekt neuroplastyczności interesuje nas w niniejszym artykule najbardziej...

ZROZUM! jak to działa

Neuroplastyczność ludzkiego mózgu to ogromny potencjał, którego wykorzystanie jest wielką szansą w kontekście jakości naszego życia! To niezwykle ważne dla poprawy kondycji mózgu i zdrowia psychicznego!

Istnieje oczywiście wiele sposobów, aby wspomóc neuroplastyczność mózgu, która z wiekiem niestety maleje (ale nigdy nie zanika całkowicie!). Jednym z najważniejszych jest regularna aktywność fizyczna, która stymuluje produkcję nowych komórek mózgowych i poprawia połączenia między nimi. Również nauka nowych umiejętności, co niezwykle mocno stymuluje mózg do pracy, jak nowy język obcy czy gra na instrumencie muzycznym, mogą poprawić neuroplastyczność mózgu.

Wśród innych sposobów wspierających omawianą właściwość znajdują

się: medytacja, terapia muzyką, trening poznawczy, terapia behawioralna, prace manualne czy nawet zonglowanie oraz żywienie mózgu odpowiednimi składnikami odżywczymi – tak! również dieta ma ogromny wpływ nie tylko na to, czy w konkretnej chwili umiemy się skupić, ale przede wszystkim na to, jakie są nasze ogólne możliwości poznawcze na przestrzeni całego życia.

Jeśli stworzymy naszemu mózgowi dobre warunki do rozwoju i wzmacniania połączeń między neuronami, możemy przyczynić się do poprawy naszego zdrowia psychicznego. W dokonaniu pożądanых oraz trwałych zmian i odpowiednio wykorzystać neuroplastyczność mózgu na naszą korzyść, pomocny będzie TRENING MENTALNY!

ZMIEN! swoje przyzwyczajenia

Warto zawsze pamiętać, że mózg ma zdolność do zmiany i rozwijania się przez całe życie. Regularne korzystanie z różnych metod i technik stymulujących neuroplastyczność mózgu może pomóc w redukcji ryzyka wystąpienia zespołów chorobowych takich jak choroba Alzheimera czy choroba Parkinsona, a także poprawić jakość życia i zwiększyć poczucie zadowolenia z samego siebie.

Trening mentalny to proces, który ma na celu poprawienie funkcjonowania mózgu poprzez ćwiczenie różnych umiejętności umysłowych. Dzięki regularnemu treningowi neuronów, które są odpowiedzialne za dane umiejętności, zwiększa się ich liczba i skuteczność, co prowadzi do wzrostu neuroplastyczności mózgu. Trening mentalny pozwala na wykorzystanie właściwości mózgu do celu rozwijania konkretnych umiejętności, nabywania nowych nawyków i utrwalania właściwych ścieżek myślowych, które służą człowiekowi w osiąganiu celów, pozbywaniu się uzależnień i stałej zmianie nastawienia do świata.

Dlatego w trosce o zdrowie najważniejszego dla nas organu warto wprowadzić trening mentalny do swojej codzienności!

JAKUB B. BĄCZEK

Autor jest trenerem mentalnym mistrzów świata i olimpijczyków, właścicielem kilku firm, autorem ponad 20 książek, sprzedawanych dziś w 17 krajach. Wykładowcą studiów MBA na Akademii Leona Koźmińskiego, ekspertem telewizyjnym, mówcą inspiracyjnym, regularnie zapraszany do czołowych banków i korporacji.

W świadectwie pracy może znaleźć się liczba dni pracy zdalnej w ostatnim roku

Prawo.pl zwraca uwagę na problem z przepisem o pracy zdalnej okazjonalnej, który nie zdążył jeszcze wejść w życie, a już stał się powodem dyskusji wśród prawników i pracodawców. Chodzi o limit 24 dni pracy zdalnej okazjonalnej, jaki przysługuje pracownikowi w roku kalendarzowym. Wątpliwości dotyczą tego, czy przy zmianie pracy w trakcie roku, limit ten „podąża” za pracownikiem.

Ministerstwo Rodziny i Polityki Społecznej (MRPiPS) potwierdziło serwisowi Prawo.pl, że pracuje nad zmianą rozporządzenia w sprawie świadectwa pracy, by wprowadzić obowiązek podawania w tym dokumencie liczby dni pracy zdalnej okazjonalnej, z jakich skorzystał pracownik w roku, w którym kończy zatrudnienie u dotychczasowego pracodawcy.

Jak informuje Prawo.pl, chodzi o art. 67(33) par. 1 Kodeksu pracy, zgodnie z którym praca zdalna może być wykonywana okazjonalnie, na wniosek pracownika złożony w postaci papierowej lub elektronicznej, w wymiarze nieprzekraczającym 24 dni w roku kalendarzowym. Prawnicy nie mają wątpliwości, że

jego brzmienie wskazuje, że limit 24 dni dotyczy pracownika pracującego u danego pracodawcy. A to oznacza, że jeśli zmieni pracę w trakcie roku, to u nowego pracodawcy też będzie mu przysługiwał limit 24 dni. Wszystko dlatego, że uważa Prawo.pl, że ustawodawca nie zawarł w tym przepisie zastrzeżenia, że limit ten przysługuje pracownikowi w roku kalendarzowym, niezależnie od liczby pracodawców, z którymi pracownik pozostaje w danym roku w kolejnych stosunkach pracy.

Według Magdaleny Sudoł, adwokatki z kancelarii Lubasz i Wspólnicy, informacja o nowelizacji rozporządzenia MRPiPS z 30 grudnia 2016 r. w sprawie świadectwa pracy na niecałe 3 tygodnie przed wejściem nowelizacji Kodeksu pracy stanowi znaczne zaskoczenie.

„Dla pracodawców, a w praktyce dla działów kadr, to informacja o dodatkowym obowiązku ewidencjonowania dni pracy zdalnej okazjonalnej. Spodziewać się można, że na potrzeby wewnętrzne, pracodawcy i tak posiadaliby informacje o wykorzystanych dniach home office, niemniej w świetle mnożących się niepewności co do wykładni przepisów, nowy obowiązek zapewne spotka się z chłodnym przyjęciem” – uważa mec. Magdalena Sudoł, cytowana przez serwis Prawo.pl.

Źródło informacji: PAP MediaRoom

ZUS

Pierwsze trzynastki trafią do emerytów przed Wielkanocą

Pierwsze „trzynastki” trafią do emerytów i rencistów jeszcze przed Świętami Wielkanocnymi. Aby otrzymać to świadczenie nie trzeba składać żadnego wniosku, Zakład Ubezpieczeń Społecznych robi to automatycznie.

– ZUS wypłaca „trzynastki” razem ze świadczeniami przysługującymi za kwiecień. To znaczy, że emeryci i renciści otrzymają jeden przekaz lub przelew, który będzie sumą ich comiesięcznego świadczenia i „trzynastki” – informuje Wojciech Ściwiarski, rzecznik prasowy ZUS w województwie mazowieckim.

Gdy termin płatności świadczenia wypada w sobotę, niedzielę lub w inne dni ustawowo wolne od pracy, to ZUS wypłaci je przed tym dniem wolnym. Jeśli na przykład termin płatności emerytury wypada 10 kwietnia, to emeryt otrzyma swoje świadczenie wraz z trzynastką jeszcze przed Świętami Wielkanocnymi.

– Pierwsza wypłata będzie dokonana 31 marca z uwagi na to, że 1 kwietnia wypada w sobotę. Ostatni termin przypada na 25 kwietnia. Wcześniejsza wypłata obejmie również te osoby, które otrzymują świadczenie do 10. dnia miesiąca. Pieniądże trafią do nich jeszcze przed Wielkanocą – dodaje rzecznik.

Harmonogram wypłat to: 1 kwietnia (wypłata 31 marca), 5 kwietnia, 6 kwietnia, 10 kwietnia, 15 kwietnia, 20 kwietnia, 25 kwietnia

Trzynastkę otrzymają świadczeniobiorcy, którzy mają prawo do wypłaty długoterminowego świadczenia na 31 marca.

Zgodnie z obowiązującymi przepisami kwota netto trzynastej emerytury będzie uzależniona od kwoty świadczenia podstawowego, ponieważ będzie opodatkowana i oskładkowana na ogólnych zasadach przyjętych przy świadczeniu emerytalno-rentowym.

WS

Moim orężem jest słowo

Rozmowa z **Pawłem Wichowskim**, pisarzem i muzykiem z Drogiszki (gm. Strzegowo), autorem książki „Wahadło sumienia”. O jego debiucie pisarskim, niebanalnym stylu i planach twórczych.

*** Przedstawmy pana osobę czytelnikom. Kim pan jest i czym pan się zajmuje?**

- Moim głównym zajęciem jest działalność twórcza, czego pierwszym efektem jest książka „Wahadło sumienia”. Ale to wierzchołek góry lodowej. Można ją podzielić na trzy części: literatura (czyli pomysły na książki i jakieś mniejsze formy), muzyka (od bardzo dawna komponuję, aranżuję i piszę teksty piosenek) oraz scenariusze filmowo-kabaretowe, oparte w dużej mierze na brytyjskim poczuciu humoru – vide Monty Python. Moja szuflada jest bardzo głęboka. Obrabiam dość specyficzną ścieżkę tworzenia wszystkiego zawczasu i wychodzenia z tym do ludzi dopiero wtedy, gdy mam naprawdę sporo gotowych lub przynajmniej rozpoczętych rzeczy w walizce. Poza tym pracuję zawodowo, ale nie jest to praca związana z moimi pasjami. Niemniej, moim orężem zawsze było słowo i najbardziej zależy mi na tym, by zajmować się tym, co podobno wychodzi mi najlepiej.

*** Skąd pomysł na napisanie książki?**

- Jako dziecko czytałem Stephena Kinga. Inspirując się nim napisałem wtedy kilka opowiadań, ale potem zacząłem interesować się nieco innymi autorami, dużo bardziej odległymi czasowo. Należeli do nich np. Edgar Allan Poe albo Agatha Christie. Jeśli zaś chodzi o pomysł na moją powieść, to zacznijmy od tego, że napisałem wcześniej konsept książki, która była szalenie awangardowa. Ludzie z branży mówili, że to świetna rzecz, bardzo oryginalna, ale... nie przejdzie. Trzeba by znaleźć kilka tysięcy ludzi, którzy zrozumieliby swoisty kontekst i dyskurs z innymi awangardowymi pozycjami, a to może być trudne. Zirykował się wtedy i pomyślałem: „no dobra, to napiszę wam przystępną książkę z pierwszoosobową narracją, w której będzie trup, na którego wszyscy czekają”. I to był strzał w dziesiątkę, a przy okazji fantastyczna przygoda. Generalnie jestem bardzo zadowolony z ostatecznego efektu. Cieszę się też z umiejscowienia akcji na tych terenach, bo jestem do nich bardzo przywiązany. Mieszkam na pograniczu powiatów mławskiego i ciechanowskiego (w Ciechanowie uczyłem się w liceum).

*** No właśnie. W jakiej miejscowości dzieje się większość akcji książki? Są pewne podejrzenia, ale nie jest to konkretnie wskazane.**

- W małej wiosce pomiędzy Ciechanowem a Mławą, której nie chciałem nazywać, aby każdy mógł się z nią ewentualnie identyfikować. Jeśli akcja dzieje się „nigdzie” to może dziać się wszędzie.

Uznałem, że to nie musi być miejscowość, w której ja się wychowałem (a jest nią Drogiszka). Oczywiście, są jakieś punkty orientacyjne, które musiały się znaleźć, ale serce akcji jest w nienazwanym konkretnie miejscu, żeby każdy mógł pomyśleć, że to co tam się działo, równie dobrze mogło dziać się obok niego.

*** Na ile jest to powieść autobiograficzna?**

- W niewielkim stopniu. Jakieś podobieństwa można dostrzec w wątku czyśto obyczajowym. Pewne miejsca, takie jak np. wojenny cmentarz odgrywający ważną rolę w fabule został przeze mnie odkryty, gdy byłem nastolatkiem i również wpłynął na moje własne życie. Natomiast jeśli chodzi o kolejnych bohaterów, którzy się tam pojawiają, czyli postacie o nazwiskach Szutowski i Geberlach, to ich wątek jest bardzo mocno inspirowany prawdziwą (dość głośną i przerażającą) sprawą kryminalną z lat 70. Inne rzeczy są po prostu przemyślane na potrzeby fabuły i skalkulowane. Jak choćby fakt, że bohater jest jedynakiem (ja nie), czego wymagała choćby jedna ze scen.

*** O czym jest ta książka?**

- Wiele opowieści dotyczy walki dobra ze złem. W mojej książce jest raczej świadoma walka jednego rodzaju zła z innym złem. Główny bohater, jako romantyk, w porwach serca czyni plugawe rzeczy, ale motywy, którymi się kieruje, w pewnym sensie pozwalają to zrozumieć. Tak jak, dla przykładu, Gavrilo Princip, który zabił arcyksięcia Ferdynanda, co rozpoczęło I wojnę światową, jest w Serbii uważany za bohatera. Mimo, że był mordercą, ludzie relatywizują jego zbrodnię i są w stanie mu wybaczyć. Bohater mojej książki czyni rzeczy złe, ale konfrontuje się z ludźmi jeszcze gorszymi, którymi kierują najniższe instynkty. Wtedy zaczyna rozumieć, że to walka jednego zła z drugim.

*** W jaki sposób scharakteryzowałby pan swój styl pisarski?**

- Jest elastyczny. Przystępując do pracy nad książką, wiedziałem, że narracja musi być w jakiś sposób chaotyczna i szarpana. Czuję się dobrze w takim stylu, ale myślę, że w każdym innym również bym się czuł. Nie chciałbym się zasklepać, tworzyć jednego schematu. Napisałem kryminał, który może się podobać lub nie, ale równie dobrze mógłbym napisać komedię, która będzie świadoma w swej istocie. Mój styl nazwałbym eklektycznym.

*** A więc narracja to kontrolowany chaos, a do tego dosyć dużo różnych środków stylistycznych służących do opisu stanu psychicznego bohatera.**



- Myślę, że to wynika ze sporego zainteresowania różnymi stylami literackimi.

W mojej głowie jest pełna siatka symboli, skojarzeń, zanotowanych słówek, metafor. Gigabajty danych, zapamiętanych i zapisanych, które potem pojawiają się jak z rękawa, gdy są potrzebne.

*** Czy pisanie w pierwszej osobie ułatwia wczucie się w psychikę postaci?**

- Na pewno jest bardziej przekonujące. Najważniejsze są emocje, a one mogłyby być trochę przytępione, gdybym pisał w trzeciej osobie. Być może byłby to bardziej chłodny tekst.

W każdym razie czytelnik potrzebuje czasem bezpośrednich zwrotów w jego kierunku. Wzięłem to od Beatlesów, mojego ulubionego zespołu, których „taktiką” było używanie takich właśnie zwrotów, co spotykało się z pozytywnymi reakcjami publiczności. Wiele osób powiedziało mi, że to dobry zabieg. Czytając, czuli się trochę jakby słuchali opowieści kogoś, kto siedzi obok.

*** Jakie książka zbiera recenzje? Czy jest pan zadowolony z odbioru powieści?**

- Recenzje są pozytywne, aczkolwiek jeszcze nie jest ich tyle, ile chciałbym. Nie spotkałem się zaś z jednoznacznie złymi opiniami. Jeśli ktoś nawet nie jest do końca przekonany, to i tak słyszę, że „coś w tej książce jest”. Jestem mile

zaskoczony. Spodziewałem się bardziej krytycznych ocen, ponieważ ta książka różni się od innych chociażby szarpaną chronologią, ale to świadomy zabieg.

*** Jak odnajduje się pan na spotkaniach autorskich?**

- Bardzo dobrze, właśnie jestem świeżo po jednym z nich, a niebawem czekają mnie kolejne. Był co prawda pewien stres, ale myślę, że sobie poradziłem. Bardzo lubię mówić i mówię dużo.

*** Co ma pan jeszcze „w szufladzie”?**

- Jest bardzo głęboka i pełna różnego rodzaju projektów – są tu książki lub pomysły na nie, piosenki, skecze, scenariusze, nawet artykuły i eseje. Na pierwszy ogień poszłaby kontynuacja debiutu, która byłaby podobna stylem. Jego zakończenie bowiem jest bardzo otwarte i od razu przynosi pewne pytania, na które odpowiadałaby część druga. Myślę, że ktoś, kto polubił styl pisanego Romana – czyli głównego bohatera i narratora „Wahadła sumienia”, nie zawiódłby się jej poziomem. Planuję spróbować też swoich sił w innych gatunkach literackich – komedii, satyrze (nawet rymowanej), felietonach itd. Największą siłą mojej szuflady jest różnorodność.

Rozmawiał
RADOSŁAW KOWALSKI

W Dyskusyjnym Klubie Filmowym w Ciechanowie

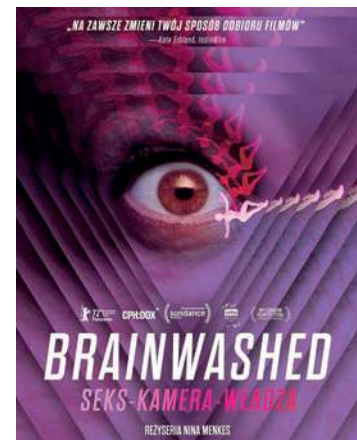
Brainwashed: seks, kamera, władza

Ilustrowany fragmentami filmów wykład Niny Menkes, niezależnej reżyserki i akademicki. W klarowny sposób objaśnia, jak podstawowe techniki filmowe pracują na rzecz uprzedmiotowienia kobiet na ekranie i jakie ma to konsekwencje dla całej branży oraz dla bezpieczeństwa kobiet w ogóle. Analiza warsztatowa prowadzi do wniosku, że niezależnie, czy mowa o klasyku sprzed kilkadziesiąt lat („Dama z Szanghaju”, „Okno na podwórze”, „Butch Cassidy i Sundance Kid”), czy o współczesnej produkcji („Łowcy androidów 2049”, „Zycie Adeli”, „Wonder Woman”) – nawet stworzonej przez kobiety! – to ABC języka filmowego niezmiennie reprodukuje patriarchalną wizję świata.

W „Brainwashed...” wypowiadają się też inne reżyserki, ekspertki i działaczki na rzecz równouprawnienia w kinie (Geena Davis, Maria Giese, Joey Soloway, Ita O'Brien).

Menkes przechadza się z tymi myślami po Cannes i przed wielkim ekranem sali wykładowej. Jej sylwetka i komentarz rozbijają pozorną neutralność scen, w których dominuje męskie spojrzenie. Znaczący twórczości Menkes twierdzą, że ona sama znalazła sposób, żeby przemówić do nas innym językiem.

Dokument „Brainwashed: seks, kamera, władza” obejrzymy w Dyskusyjnym Klubie Filmowym w małej sali kina Łydynia już we wtorek, 28 marca br.



Płońsk

Kiermasz wielkanocny w starostwie...

29 marca (środa) w godzinach 8.00-16.00 w budynku płońskiego starostwa odbędzie się kiermasz wielkanocny.

Tego dnia będzie można zakupić wielkanocne i wiosenne dekoracje wykonane przez współpracujące z władzami powiatu stowarzyszenia. Ozdoby wykonają Stowarzyszenie Spadochron, Better Life Stowarzyszenie na rzecz dzieci i młodzieży SOSW w Jońcu oraz Stowarzyszenie Niepełnosprawnych „Bądźmy razem” w Płońsku. **RK**

...i Jarmark Sztuki i Rękodzieła

Święta Wielkiej Nocy zbliżają się wielkimi krokami, a wraz z nimi **Jarmark sztuki i rękodzieła**. Dekoracje wielkanocne, palmy, ceramika, biżuteria, miody, sery, ziołowe herbaty - w to wszystko będzie można zaopatrzyć się w sobotę, **1 kwietnia w godz. 14.00 - 19.00** w Miejskim Centrum Kultury w Płońsku. Organizatorzy zapraszają również na degustację tradycyjnych potraw wielkanocnych od godz. 14.00 do 16.00.



Zbliża się czas podsumowania działalności wydawniczej i pisarskiej w naszym regionie za rok 2022 r.

Od 12 lat redakcja „Tygodnika Ciechanowskiego” i Powiatowa Biblioteka Publiczna im. Z. Krasińskiego w Ciechanowie śledzi poczynania historyków, regionalistów, publicystów, pisarzy i poetów działających na Północnym Mazowszu, a także ludzi pióra stąd pochodzących, a tworzących w innych regionach Polski. Obserwujemy ich pomysły i dzieła. Czytamy, oglądamy,

Liber Mazovia po raz 12!



oceniamy. A przede wszystkim promujemy ich działalność na łamach „Tygodnika” i na spotkaniach autorskich

Najlepsze, naszym zdaniem, książki nominowane są do tytułu „Regionalna książka roku” - „Liber Mazovia”.

Prosimy zatem autorów, wydawców, bibliotek z terenu płn. Mazowsza a także drukarnie i mecenasów o przesyłanie propozycji. Chodzi o książki wydane w 2022 roku.

Czekamy na przesyłki (na adres redakcji lub biblioteki) do 15 kwietnia 2023 roku. Podsumowanie konkursu przewidujemy w pierwszych dniach maja.

eM

Zdzisław Zembrzycki i jego strofy regionalne

Powiatowa Biblioteka Publiczna im. Zygmunta Krasińskiego w Ciechanowie organizuje kolejne spotkanie z cyklu „Strofy Regionalne” na którym gościć będzie Zdzisław Zembrzycki - poeta, żeglarz, miłośnik przyrody i wszelkiego piękna.

Spotkanie odbędzie się na parterze budynku biblioteki przy ulicy Warszawskiej 34 w 29 marca o godzinie 17.00.

Powiatowa Biblioteka Publiczna im. Zygmunta Krasińskiego zaprasza na spotkanie z cyklu

Strofy Regionalne

Spotkamy się z Panem
Zdzisławem Zembrzyckim
Poetą, żeglarzem, miłośnikiem przyrody i wszelkiego piękna

Spotkanie odbędzie się 29.03.2023 r. godz. 17:00, ul. Warszawska 34, parter.





REWERS

KON-tekst



DEWEDC

Iza i przeciw



Pierwsze serwety wiosny

W minioną niedzielę wstałem wcześniej żeby poszukać zwiastunów wiosny w lesie. Wcześniej to była godzina 6 rano, ale w nocy ktoś majstrował przy czasie środkowoeuropejskim, więc de facto była siódma. Jednak mój zegarek nadal uporczywie wskazuje czas zimowy, więc trzymam się wersji, że zerwałem się skoro świt. Chwilę później byłem na polanie Lasu Śmiecińskiego.

Las Śmieciński - to wzgórze na skraju Ciechanowa porośnięte liściastym drzewostanem. Żadna tam Puszcza Karpacka (istnieniu której zaprzecza ostatnio cała PIS-owska polityczna elita Lasów Państwowych), ale całkiem realne, miłe miejsce na szybkie poobcowanie z „leśnym ekosystemem”. Można tu wygodnie i szybko dojechać, dojść lub dobiec korzystając z opłatającej Ciechanów tzw. „pętli miejskiej”. Toteż chętnie zaglądamy tu całe rodziny, psy ze swoimi opiekunami, miłośnicy wszelkiego ruchu na świeżym powietrzu, tudzież zakochani. Miejsce jest do ogarnięcia dla każdego, kto boi się spotkania z kiejami i borami, bezpieczne, wyposażone w wygodne ścieżki zarówno do spacerów, jak i rekreacji. I do nabycia podstawowej wiedzy o lesie.

Na pierwszy rzut oka Las Śmieciński, a właściwie las, bo jego obszar to raptem 30 hektarów wygląda na dość ubogi gatunkowo: jesiony, klony, dęby, brzozy... Ale całość uzupełnia leszczyna, kruszyna, dziki bez, cały ten podszyt, który każdej wiosny urozmaica to miejsce i stwarza dobre warunki dla ptactwa i małej zwierzyny.

Co roku na wiosnę lasy bieleją też wielkimi plachtami zawiłców gajowych, zwanych anemonami, tu i ówdzie niebieszcza się wysepki fiołków. Ale na to trzeba jeszcze chwilę poczekać...

Na jesieni 2021 roku wtargnęli tu ze swoimi pilami drwale i dość mocno zaznaczyli swoją obecność. Zaniepokojonej opinii publicznej nadleśniczy tłumaczył wtedy, że są to „cięcia pielęgnacyjne mające na celu przebudowę drzewostanu”. I uspokajał, że las nie będzie „wycinany powierzchniowo”. Miały być usuwane tylko gatunki tzw. drzew lekkonasiennych, czyli osika, olszyna, brzoza, a ostać się te o ciężkich nasionach i twardym drzewie: jawor, dąb, buk. - Te drzewa tam zostaną, po to, żeby tworzyć szkielet naszego przyszłego parku - obiecywał nadleśniczy. No i zostały, niech

tworzą... I chociaż parko-las (czy laso-park) na razie nie powala swoją urodą, to miłośnicy tego zakątka wierzą, że szybko się to zmieni. Przyroda potrafi czynić cuda.

Wróćmy do niedzielnego poranka...Kiedy dotarłem do tego przyszłego parku, najpierw skorzystałem z oferty nadleśnictwa, żeby wzbogacić swój zasób wiedzy o miejscowej przyrodzie. Przy ścieżkach ustawiono niedawno kilkanaście tablic, z których można się dowiedzieć jaka jest rola martwego drewna w lesie (ta informacja kierowana jest pewnie do tych, których razi „bałagan” - sterty gałęzi, konary, porzucone kłody) oraz przeczytać jakie „egzotyczne” gatunki drzew możemy spotkać w Lesie Śmiecińskim. Więc czytam: robinia akacjowa, jesion wyniosły, klon jawor, dzika grusza, czereśnia ptasia. Nazwy frapują, ale o tej porze wszystkie te osobniki... wyglądają tak samo.

No to szukam innych objawów wiosny. Są! Pogwizdują kosy, odzywają się rudyki, strzyżki, pierwiosnki, piecuszki... Niestety - nie wiem, który jest który, ale nad wszystkimi tymi nieśmiały mi jeszcze świergotami przebijają się co chwilę werble dziecięcia czarnego. Rodziny dzieciaków stacjonują tu od lat, o czym oznajmują wszem i wobec wałąc dziobem w uschnięte konary. Teraz też informują, ewentualnych współbraci, które drzewa w okolicy należą do nich, gdzie zamierzają się rozmnażać, dłużyć dziuple.

Wszystkie te zwiastuny i sygnały wiosny są znane i oczywiste - a dochodzą do tego na polach i łąkach: klangor żurawi, śpiew skowronka, kwilenie czajek. Znane i oczywiste, a jednak co roku niezmiennie nas dziwią i radują. Napawają nadzieją i ładują nową energią.

To jeszcze o jednym symbolu, który objawił mi się tego dnia w Lesie Śmiecińskim - były to trzy dorodne, kształtne, płowe... serwety. A należały one do trzech zgrabnych saren, które nagle wybiegły na ścieżkę, po czym obróciły się tyłem. Stałem jak wryty. Po powrocie do domu sprawdziłem w literaturze - tylko saren (danieli i jeleni również), pokryte płową sierścią w gwarze leśników i przyrodników zwą się... serwetami. Im większe, jaśniejsze i bardziej widoczne serwety, tym...wcześniejsza i bardziej radosna będzie wiosna. Warto było wstać w niedzielę o świcie...

RYSZARD MARUT



Wraz z nastaniem wiosny pojawia się coraz więcej propozycji ćwiczeń, zabiegów, suplementów oraz diet, które mają pomóc nam: wrócić do formy lub zyskać lepszą, pozbyć się zbędnych kilogramów, spalić tłuszcz, zregenerować się. Jesteśmy zachęceni do działania jakbyśmy z dnia na dzień, wraz z powitaniem nowej pory roku i przedstawieniem zegarów, obudzili się z zimowego letar-

gu, zyskali energię, siłę i pogodę ducha lub wręcz optymizm. Tak się nie dzieje, przynajmniej nie u wszystkich z nas. Potrzebujemy czasu. Mimo to wiosna to dobry czas na realizację (czasem noworocznych) postanowień oraz zmiany.

Czy zauważyłaś czytelniczko, czy zauważyłeś czytelniku, że „postanowienie” zawiera w sobie inny wyraz: „post”? Jest to „religijny zakaz spożywania w pewnym okresie posiłków lub pewnych potraw”, np. mięsa, jednocześnie „okres, w którym wiernych obowiązuje ten zakaz”. Postem bywa też nazywane „powstrzymanie się od jakichś przyjemności z różnych powodów” („Słownik języka polskiego”), w tym zdrowotnych, duchowych czy religijnych, wynikających z trwającego obecnie Wielkiego Postu, czyli okresu liturgicznego, służącego przygotowaniu wiernych do świąt Wielkanocy, najważniejszej chrześcijańskiej uroczystości. Wielki Post trwa czterdzieści dni, liczonych od Środy Popielcowej do początku mszy w Wielki Czwartek, przy czym do nich nie wlicza się niedzieli. Mówi się o nim jako o czasie pokuty i nawrócenia, a jego zaleceniami są post, jamażna i modlitwa. Wymagają one od nas podjęcia decyzji.

Niezależnie od naszych przekonań, nasze wiosenne czy wielkopostne postanowienia często łączą się z postem rozumianym jako powstrzymanie się od czegoś. Chcąc rano poćwiczyć, rezygnujemy z dłuższego snu. Chcąc zmienić sposób odżywiania się, powstrzymujemy się od jedzenia fast foodów, słodczy, czasem mięsa, picia napojów gazowanych itp. Chcąc poczuć się zdrowszymi fizycznie, psychicznie i duchowo, jednocześnie poprawić relacje z innymi, próbujemy poradzić sobie ze swoimi uzależnieniami, ograniczamy je lub odrzucamy, choć nie jest to łatwe. Postanowienia mogą dotyczyć naszego charakteru, sposobu bycia, zachowania, harmonogramu dnia. Post współczesny obejmuje więcej dziedzin niż ten z czasów naszych dziadków. Dochodzi choćby sfera aktywności online. W wirtualnym świecie spędzamy czas nie tylko w pracy, ale i po jej zakończeniu. Wylogowanie się z niego choć na jedno popołudnie, dzień czy weekend nie zaszkodzi, a pozwoli nam sprawdzić, czy i w jakim stopniu jesteśmy uzależnieni od mediów społecznościowych, gier czy informacji, i ile czasu przez nie tracimy. Post od świata wirtualnego, część z nas trudno go sobie wyobrazić. Może być też post od narzekania (to jedna z naszych wad narodowych), obgadywania, smutku, zniechęcenia, pesymizmu, „gorzkich sądów”, gniewu, zawziętości. Należy wówczas: (odpowiednio) skoncentrować się na wdzięczności, kontrolować słowa, cieszyć się z tego, co mamy, pielegnować nadzieję, starać się myśleć optymistycznie i być życzliwie, być cierpliwym, przebaczać. „Zrezygnuj z nadmiernej troski... Zawierz Opatrzności Bożej. (...) Zrezygnuj z rezygnowania... Wytrwaj.”, przeczytałam takie zdania pod pytaniem, z czego zrezygnuję w Wielkim Poście. Ten czas jeszcze trwa, a wiosna dopiero się zaczęła, więc możemy podjąć jakieś postanowienia, coś ofiarować, czegoś się wyrzec, z czego zrezygnować, coś zmienić.

Podobno, aby wyrobić w sobie nowe nawyki, należy codziennie wykonywać konkretną czynność przez miesiąc. Aż przez miesiąc, a może tylko. Brzmi optymistycznie, prawda?

IZABELA KOB

Bocianie ..., na statku	Gatunek muz. (Tilt)	Sześć meczetu	Cztery kółka (dawniej)	▼	17	... Orlich Gniazd	▼	21	Mafijne „rozli- czenia”	Festiwal film. ze Złotymi Nie- dźwie- dziami	Otwory w sieci	Dietetyczny styl życia bez mięsa i nabiału	▼	Placą je kredy- tobiorcy	Ma stały kontakt z prasą	Stolica Ghany (z liter: kara)							
▶	1							Kobieta na ringu	▶			8	24										
Z rodziny łosio- watych	▶					Jangcy	▶	3		2		Lasek oliwny	▶										
Stado dzików	▶	4		15				Grzejnik central- nego ogrze- wania	▶														
Stan silnej euforii	▶					Gałęzie drzew igla- stych		Gwiaz- dozbiór lub ford		... rewiz- ji lub ... płat- niczy		Na drodce lub w korycie	▶	23	16								
Wyszuki- warka interne- towa	⚡	Lud afrykań- ski z Ruandy	12	Pro- ducent Prince Polo	▶					14		„... niebies- kich ciał”		Kate, angiel- ska top modelka		Dyle- tant, ignorant							
▶	5					Na głosy wybor- ców	▶	11	10			Ecie- pecie, pienią- dze	▶										
Mieszka nad Bystrycą	▶											Dręczą- cy sen; majak	▶			20							
▶						Adora- tor Kasi Solskiej	▶																
			9		18	Hiszp. imien- niczka Agnieszki	▶		7	13		Twórca potęgi pol. ko- larstwa	▶	19	Tour de ..., biegi narciar- skie	22							
Auto marki Dae- woo	Sipiń- ska dla przyja- ciół	▶																					
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24

Litery z ponumerowanych pól utworzą hasło stanowiące rozwiązanie krzyżówki. Samo hasło należy nadesłać w terminie 10 dni od daty ukazania się numeru pod adresem: „Irygodnik Ciechanowski”, ul. Ściegiennego 2, 06-400 Ciechanów. Na kartce pocztowej prosimy nakleić numer krzyżówki wycięty z gazety. Rozwiązanie krzyżówki można także przysłać pocztą elektroniczną na adres: sekretariat@ciechopress.pl. W tytule maila należy wpisać numer krzyżówki, natomiast rozwiązanie oraz imię i nazwisko w treści wiadomości. Wśród autorów prawidłowych rozwiązań rozlosujemy nagrody książkowe (do odebrania w redakcji).

Krzyżówka nr 13

LESZEK
ZYGNER

MAZOWIECKIE IMPRESJE HISTORYCZNE

Graniczne rzeki

Gdzie ta wiosna? – słychać z różnych stron, bo choć ta astronomiczna już nastąpiła, to jednak przyroda w tym roku dość ospale budzi się z zimowego letargu. Nawet bocianom coś na razie do Polski nie po drodze. Ale ludzi to nie zraża – bo w końcu: „w marcu jak w garncu” – a więc już słychać o sparingach na świeżym powietrzu, o pierwszych kolarskich i sprinterskich wyczynach, o siewach i sadzeniach na działkach, romantycznych spacerach, wiosennych polowaniach (i to takich, że ho, ho, ho!), czy ekstremalnych drogach krzyżowych. Choć więc za oknem ciągle jeszcze przedwiosnie, to jednak wielu już „wiosnę poczuło” i w świat ruszają. A skoro w plener idziemy, więc chciałem dziś napisać trochę o naszych mazowieckich rzekach. O tych co ludzi łączą, a czego dobrym przykładem było ukazujące się przed laty pismo społeczno-kulturalne „5 Rzek”, już kiedyś wspominałem. Dziś więc będzie o tych rzekach, co ludzi dzieliły, a więc o rzekach granicznych, bo przecież Mazowsze północne przez wiele wieków było ziemią graniczną, czy pograniczną, i na wielu odcinkach to rzeki właśnie wyznaczały jego granicę i zarazem granicę Rzeczypospolitej.

Zacznę jednak bardziej ogólnie, przypominając, że już od zamierzchłych czasów rzeki były jednym z elementów

tw. naturalnych granic, które dzieliły społeczności ludzkie, wyznaczając kres różnych wpływów politycznych, społecznych, ekonomicznych, kulturalnych czy religijnych. Niekiedy oddzielały od siebie nawet mieszkańców tych samych miejscowości bądź terenów leżących po obu ich stronach, stanowiąc w dłuższych lub krótszych okresach granicę państw (np. Golub-Dobrzyń), a także utrwalając trudne do zrozumienia dla przybyszów z zewnątrz podziały lokalnych społeczności (np. Warszawa/Praga, Toruń/Podgórze). Nie inaczej było i w naszej części Mazowsza, czego ślady da się dostrzec do dziś zarówno w krajobrazie i różnych nazwach topograficznych, jak i w tym – nieco trudniejszym do dostrzeżenia – krajobrazie społecznym.

Przykładem dawnych rzek granicznych – w sensie granicy państwowej – mogą być ciekłowodne, które dziś mało kto by o taką funkcję podejrzewał. Na pierwszy rzut niech idzie Orzyc i dwie oddzielone od siebie tą rzeką miejscowości: Janowo i Komorowo. Pierwsza z tych miejscowości – od 1421 r. aż do czasów po powstaniu styczniowym posiadająca prawa miejskie – zwana w dokumentach z XV wieku jako „Jano-



Przejście graniczne w dawnej Mławce

we Miasto” (Januszowe Miasto), leżała po mazowieckiej stronie dawnej granicy z państwem zakonu krzyżackiego i zawdzięczała swoje powstanie oraz rozwój księciu Januszowi Starszemu. Komorowo z kolei leżało po stronie krzyżackiej i przez wieki przynosiło całkiem spore dochody z cła granicznego najpierw dla Krzyżaków, a później dla księcia pruskiego. Dziś obie miejscowości, a także górny i środkowy bieg Orzyca, leżą poza granicami województwa mazowieckiego.

Kolejna rzeka i podobny przykład miejscowości leżących po obu stronach dawnej granicy rzecznej to mazowiecki Niek i leżąca po drugiej stronie rzeki Wkry wieś Nowy Dwór. Wytyczona w XIV wieku w tym miejscu mazowiecko-pruska granica na Wkrze przetrwa-

ła aż do XX wieku. Obecnie obie miejscowości leżą poza granicami województwa mazowieckiego. Znaczenie trwalsza okazała się jednak granica administracji kościelnej, która ciągle przebiega wzdłuż wspomnianej rzeki. Tak jak przed wiekami mazowiecki Niek należy do diecezji plockiej (w średniowieczu była to samodzielna parafia, a później filia parafii w Dłutowie), natomiast Nowy Dwór należał do dawnej diecezji chełmińskiej, a obecnie toruńskiej. Notabene do dziś granicę diecezji wyznacza również rzeka Mławka, dawna rzeka graniczna księstwa mazowieckiego, przez co wieś Mławka administracyjnie należy obecnie do województwa warmińsko-mazurskiego, ale w podziałach kościelnych ciągle została w granicach diecezji plockiej, a dokładniej przynależy do parafii Mława-Wólka. Już nieliczni tylko mieszkańcy pamiętają, że jeszcze trochę ponad 100 lat temu w ich wsi znajdowała się również granica państwa i przejście graniczne (znane ze starych widokówek), natomiast płynące nieopodal ich domostw rzeka Mławka stanowiła rzekę graniczną między Rzeszą Niemiecką i Cesarstwem Rosyjskim.

Poza granicą rzecznią oddzielającą dwa państwa miało też Mazowsze swoje wewnętrzne podziały (ziemskie), wśród których przetrwała do dziś nazwa

wyjątkowa, związana właśnie z rzeką, a nie z konkretnym grodem czy ośrodkiem miejskim, jak w przypadku ziemi ciechanowskiej, sierpeckiej, płońskiej, zakroczymskiej czy wyszogrodzkiej. Ta nietypowa nazwa to dawna ziemia zawkrzeńska, sztucznie wydzielona z terenu Księstwa Plockiego, a obejmująca tereny za Wkrą, patrząc od strony Plocka. Z kolei ciekawym i wyjątkowo trwały przykładem granicy społecznej (mentalnej), wyznaczonej przez graniczącą rzekę, to krótki odcinek Wisły, który od tysiąca lat oddziela od siebie Plock i Radziwie. Co ciekawe, badając różne źródła dotyczące kwestii gospodarczych czy kulturowych widać wyraźnie, że Radziwie zawsze miało bliskie związki z Plockiem, a ostatecznie w 1923 r. zostało administracyjnie włączone w granice tego miasta. Jednak mieszkańcy po obu stronach rzeki do dziś, czyli Ploczanie i Radziwiacy – mówiąc delikatnie – nie za bardzo darzą się sympatią. Okazało się, że Wisła wyznaczająca w średniowieczu i w czasach nowożytnych granicę między księstwem (później województwem) plockim, ze stolicą w Plocku właśnie, a księstwem (województwem) rawskim, do którego należało Radziwie, na stałe zagościła w mentalności mieszkańców. Do tego doszły z czasem podziały kościelne, na mocy których od XIX wieku aż do 1925 r. Radziwie należało do archidiecezji warszawskiej, pomimo, że plocką katedrą na Wzgórzu Tumskim było widać z każdego zakątka Radziwia. I to się jednak zmieniło prawie 100 lat, ale jakaś zadrza z przeszłości pozostała. Niejeden też przyzna, że choć w niepamięć poszły te zimy, kiedy spokojnie można była przejść przez Wisłę po lodzie, a nawet saniami przejechać z Radziwia do Plocka, to jednak chłód serca mieszkańców po obu stronach dawnej granicznej rzeki do dziś pozostał odczuwalny.

DANIEL
KORTLAN

IMPRESJE PRZEKORNE

Baty na psubraty

Skończyła się zima, a wraz z nią skończył się okres prekampanii. Z wiosną zaczyna się prawdziwa kampania wyborcza, czyli w nowej polskiej mowie rollercoaster (dla tych co nie byli w Disneylandzie bliższy będzie zwrot - jazda bez trzymanki).

Zwiastuny takiej szalonej wolnej amerykanki mieliśmy zresztą przez cały ubiegły rok.

PiS jako partia rządząca prowadził działania bojowe na wielu frontach, nie wyłączając ostrych zwań we własnych szeregach. Najpierw odstrzelono Porozumienie i jego lidera Gowina, następnie trwała wojna podjazdowa z Solidarną Polską. Specjalnie powołana w tym celu partycja Republikanie nie daje jednak rady przeciągnąć ziołystów pod „nowogrodzki” kapeluszy i ostatecznie dojdzie pewnie (albo już doszło) do chwilowego zawieszenia broni w tej podzielonej Zjedno-

zonej Prawicy. Główna bitwa toczyła się zresztą (i toczy nadal) z Unią Europejską o miliardy z KPO i funduszy spójności. Premier Morawiecki groził nawet (bawiąc w Anglii) Trzecią Wojną Światową (na tle konfliktu o praworządność), a minister Ziobro zaniechaniem płacenia składek członkowskich, czyli praktycznym polexitem. Europoseł Zdzisław Krasnodębski wypalił, że dla PiS-u większym zagrożeniem jest Zachód z jego dekadentką kulturą, niż Wschód z Putinem, ale - biorąc pod uwagę że sprzymierzyliśmy się już z niechcianym przez PiS prezydentem Bidenem i pomagamy Ukrainie odeprzeć inwazję Rosji, niektórzy członkowie establishmentu poszli retorycznie w drugą stronę. I tak, Jan Emeryk Rościszewski, ambasador w Paryżu, ogłosił buńczucznie: „Albo Ukraina dzisiaj obroni niepodległość, albo będziemy zmuszeni, by włączyć się w ten konflikt”. Drżycie więc narody, wschodnie i zachodnie. Minister Błaszczak, razem z „Naczelnikiem”, mają was na oku. Nasze szabelki lśnią w słońcu i są gotowe pójść wam na pochybel. Polska wstała z kolan...

Amerykany też niech nie dokazują. Telewizja TVN (należąca do wielkie-

go koncernu mediowego Warner Bros. Discovery), nadała reportaż o księżach którzy w okresie gdy Karol Wojtyła był metropolitą krakowskim mieli dopuszczać się pedofilii, a późniejszy papież miał nie widzieć krzywdy dzieci i chronić kleryków. Według rządu to się nie mogło zdarzyć, już choćby z tego względu, że papież był święty i ma tysiące pomników. Ambasador USA, szczególnie ten syn zacnego Zbigniewa Brzezińskiego, byłego profesora Harvardu, nie może tego nie wiedzieć. Powinien edukować dziennikarzy stacji, która działa w Polsce w oparciu o dobrą wolę „Naczelnika” oraz amerykański kapitał. Reportaż mógł łatwo przyczynić się do wojny hybrydowej przeciwko Polsce i w związku z tym został napiętnowany przez Sejm. Sam ambasador został najpierw „wezwany” (później „zaproszony”) na dywanik do MSZ i obsztorcowany. Podobno bronił się nieudolnie, że to są wolne media a poza tym nie ma dowodów, że podane fakty są nieprawdziwe.

Ale to jest nie do obrony. I nie chodzi o fakty. Jak pisze „Nowy Dziennik” - „wiemy doskonale, że pod każdym względem życie św. Jana Pawła II było nieposzlakowane.” Organ ojca Rydzyka

nie może się mylić. Nawet, jeśli papież Franciszek, w wywiadzie dla argentyńskiego dziennika „La Nacion” na pytanie dziennikarki o wspomniane epizody, twierdzi że: „w tamtym czasie wszystko było tuszowane”. Według Franciszka, takie były standardy Kościoła aż „do skandalu bostońskiego”. Skandal bostoński został ujawniony w 2002 r. przez znany dziennik „The Boston Globe” i polegał na tym, że Kościół ukrywał ekscesy pedofilskie kilkudziesięciu księży, w tym wyższych duchownych. Ale w Polsce takie rzeczy nie mogłyby się zdarzyć... Franciszek zdaje się przyłączać do sił antypolskich. To niepojęte i woła o pomstę. W tej sytuacji polscy purpuraci nie będą stosować się do watykańskich poleceń. Bojkot już się zaczął. Ostatnio, w katedrze gliwickiej odbył się ingres biskupa diecezjalnego Sławomira Odera. Eucharystię koncelebrował arcybiskup wrocławski senior Marian Gołębiewski, ten sam który już prawie dwa lata temu otrzymał ze Stolicy Apostolskiej zakaz uczestniczenia w jakichkolwiek uroczystościach publicznych, zarówno kościelnych, jak i świeckich. Takie zakazy nie powinny być w Polsce przestrzegane bo one naruszają suwerenność państwa polskiego i Kościoła związanego z państwem, czyli z rządem. Kościół polski, który był matecznikiem św. Karola Wojtyły i może się tak samo łatwo wyabstrahować z Kościoła powszechnego, jak

państwo polskie może opuścić Unię Europejską. Schizmy zawsze były i będą. Kościół powszechny staje się lewacki.

Zaś Unia Europejska wymaga od nas zbyt wiele. Na przykład tego żebyśmy stosowali się do litery i ducha własnej konstytucji. Żebyśmy stosowali Kartę Praw Podstawowych, czyli elementarne prawa człowieka. Żebyśmy uznali ważność wyroków europejskich trybunałów, bo to wynika z traktatów. Ponieważ nasz Trybunał Konstytucyjny (zgodnie z instrukcją) ich nie uznaje, rząd musi płacić kosmiczne kary, setki milionów euro. Wreszcie, UE wymaga żebyśmy stosowali się do podpisanych przez rząd Morawieckiego porozumień. Najgorsze, że nasza „targowicka” opozycja też tak uważa jak Komisja Europejska i źle się o rządzie PiS (czyli Polsce) wypowiada. Skłoniło to panią minister Annę Moskwę do sugestii, aby odbierać paszporty i obywatelstwo polskie takim politykom opozycyjnym, którzy nie umieją się patriotycznie zachować. Jak na złość konstytucja wyraźnie na to nie pozwala. Ale opozycja powinna murem stać za rządem. Zławsza tak opatrnościowym.

Taka jaka jest opozycja zasługuje na baty. Zławsza że nie umie się skonsolidować i stworzyć wspólnego programu i jednej listy. Chyba że jednak wygra wybory jesienią. Wtedy kto inny dostanie tegie baty.

Tygodnik ciechanowski

ciechpress.pl

Adres redakcji:
06-400 Ciechanów, ul. Ściegiennego 2

Telefony:
sekretariat, red. naczelny: 23 672 34 02

redaktorzy prowadzący: 23 673 93 67,
23 673 93 63;

dział graficzny: 23 673 93 60
księgowość: 23 673 93 65

Tem Tygodnik gazeta mławska

ciechpress.pl

Poczta elektroniczna:
tc@ciechpress.pl
sekretariat@ciechpress.pl

Redakcja:
redaktor naczelny – Ryszard Marut;
red. prowadzący – Marek Zbikowski.

Zespół:
Walerian Dziekiewicz,
Krzysztof Jakubowski,
Izabela Koba-Mierzejewska,

tygodnik DZIAŁDOWSKI

ciechpress.pl

Radosław Marut, Klaudia Kujawa
Radosław Kowalski

Współpraca:
Grażyna Czerwińska,
Marek Gierlach, Mirosław Hajnos,
Daniel Kortlan, Zenon Lewandowski,
Paweł Słupski, Ewa Stangrodzka,
Sławomir Wichowski (fot.)
Leszek Zygner, Stefan Żagiel,
Patryk Piekarski, Marcin Stachelski

tygodnik PRZASNYSKI

ciechpress.pl

Ogłoszenia:
kierownik biura – Anna Dąbrowska

tel.: 23 672 44 96
23 672 26 55
ogloszenia@ciechpress.pl
ogloszeniadrobn@ciechpress.pl

Redakcja graficzna:
Artur Szczerba,
Robert Przybyszewski

tygodnik MAKOWSKI

ciechpress.pl

Dział promocji i kolportażu:
Radosław Marut
tel. 23 672 34 02
promocja@ciechpress.pl

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

Redakcja nie odpowiada
za treść reklam i ogłoszeń

Tygodnik mazowiecki

ciechpress.pl



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

URODZONE w ciechanowskim szpitalu

FOT. SŁAWOMIR WICHOWSKI, TEL. 602 536 940



Adelina Vasyliw, córka Oleny i Juri z rodzicami i dziadkami
ur. 16.02.2023, waga 3980, wzrost 60, Ciechanów



Leon Kosiński z bratem Janem oraz rodzicami Pauliną i Marcinem



Krystyna i Sławomir Rakowscy
z wnuczką Marią Ulatowską



Adrianna Wiśniewska
z tatą i bratem Maciejem



Nikodem Stańczak z tatą



Natalia Macewicz z tatą



Stanisław Kamiński z mamą



Oliwka Szostak z tatą



Pola Dądska
córka Natalii i Jakuba
ur. 08.02.2023, waga 3660, wzrost 56,
Szulmierz



Lena Lewandowska
córka Agnieszki i Emila
ur. 15.02.2023, waga 3550, wzrost 55,
Folwark/Raciąż



Kornelia Wszółkowska
córka Julii i Zbigniewa
ur. 15.02.2023, waga 3950, wzrost 58,
Gliniojeck



Amelia Borysiuk
córka Galiny Borysiuk i Oleh
ur. 16.02.2023, waga 3080, wzrost 52,
Ciechanów



Maria Ulatowska
córka Olgi i Marcina
ur. 16.02.2023, waga 3800, wzrost 57,
Łosewo gm. Pokrzywnica



Michalina Włodkowska
córka Martyny i Marka
ur. 17.02.2023, waga 3450, wzrost 53,
Gąsoczyn



Adrianna Wiśniewska
córka Natalii i Przemysław
ur. 23.02.2023, waga 4110, wzrost 58,
Gliniojeck



Krzysztof Wiśniewski
syn Natalii i Szymona
ur. 23.02.2023, waga 3800, wzrost 57,
Ciechanów



Alicja Machul
córka Klaudii i Bartosza
ur. 23.02.2023, waga 3458, wzrost 54,
Ciechanów



Nikodem Stańczak
syn Zani i Kamila
ur. 1.03.2023, waga 4000, wzrost 60,
Ciechanów



Natalia Macewicz
córka Joanty i Mateusza
ur. 2.03.2023, waga 4450, wzrost 60,
Gliniojeck



Filip Zimak
syn Anny i Pawła
ur. 01.02.2023, waga 4470, wzrost 61,
Strusin



Filip Wasilewski
syn Pauli i Mateusza
ur. 28.02.2023, waga 3620, wzrost 57,
Opinogóra



Julia Kocięcka
córka Oliwii i Piotra
ur. 28.02.2023, waga 4050, wzrost 57,
Ciechanów



Wiktoria Wtulich
córka Anny i Michała
ur. 4.03.2023, waga 3500, wzrost 53,
Konotopa



Stanisław Kamiński
syn Mileny i Tomasza
ur. 13.03.2023, waga 3370, wzrost 57,
Rębowo



Jeremi Aszbrener
syn Kingi i Sławomira
ur. 13.03.2023, waga 3680, wzrost 55,
Kargoszyn



Leon Kosiński
syn Pauliny i Marcina
ur. 5.03.2023, waga 3670, wzrost 58,
Ciechanów



Oliwka Szostak
córka Marty i Łukasza
ur. 20.03.2023, waga 3150, wzrost 53,
Ciechanów

polsat

Wtorek
godzina 00:5
Jack Ryan: Teoria chaosu
film sensacyjny
Rosja/USA 2014



Jack Ryan pracuje jako analityk finansowy na Wall Street. W rzeczywistości od dziesięciu lat jest agentem CIA, który działa pod przykrywką. Przypadkiem Ryan odkrywa, że jeden z najpotężniejszych rosyjskich oligarchów, Wiktor Czerewin, w porozumieniu z tamtejszym rządem przygotowuje się do brutalnego aktu terroryzmu.

tvn

Piątek
godzina 23:05
Siedem
thriller
USA 1995



Kapitan William Somerset ma za sobą 32 lata wyczerpującej służby w wydziale zabójstw. Zmęczony, apatyczny policjant z utęsknieniem czeka na zasłużoną emeryturę, do której pozostał mu już tylko tydzień. Jego obowiązki ma przejąć początkujący detektyw David Mills, młody idealista, który nie bez oporów żony, Tracy, przeprowadził się właśnie z prowincji do miasta.

TVP 1

Sobota
godzina 23:15
Wojna imperiów
film przygodowy
Hongkong/Chiny 2015



Huo An stoi na czele oddziału, który strzeże Jedwabnego Szlaku, najważniejszej strategicznie drogi łączącej Chiny z Europą. Ma pilnować, żeby w tym regionie panował pokój. Zadanie to nie jest łatwe, ponieważ o kontrolę nad szlakiem walczy trzydzieści sześć narodów. Pewnego dnia jeden ze strażników zostaje niesłusznie oskarżony o kradzież i trafia do miasta-więzienia.

TVP 2

Poniedziałek
godzina 23:10
Urodzeni zwycięzcy
dramat obyczajowy
USA 2015



Gerry jest nałogowym hazardzistą. Ma w życiu pecha, więc szybko popada w długi. Finansowe tarapaty sprawiają, że musi połączyć siły z pełnym charyzmy pokerzystą, Curtisem. Razem ruszają w podróż do Nowego Orleanu, gdzie rzucą szczęściu wyzwanie i postarają się wreszcie wygrać z pechem.

28 marca 2023
wtorek

TVP 1	TVP 2	TVN	POLSAT	TVN 7	TV TRWAM
07:00 Transmisja mszy świętej 07:30 Kościół z bliska, magazyn 08:00 Wiadomości 08:10 Kwadrans polityczny 08:25 Informacje kulturalne 08:30 Pogoda 08:40 Ranczo, serial, odc. 37 09:40 Komisarz Alex, odc. 175 10:40 Ojciec Mateusz, odc. 74 11:30 Leśniczówka, odc. 689 12:00 Wiadomości 12:10 Agrobiznes, magazyn 12:30 Agropogoda 12:35 Magazyn rolniczy 12:50 Groenland: les murmures de la glace, film dok. 14:00 Wspaniałe stulecie, odc. 229 15:00 Wiadomości 15:10 Pogoda 15:20 Alarm! magazyn 15:35 Gra słów. Krzyżówka 16:05 Przysięga, odc. 837 17:00 Teleexpress 17:15 Pogoda 17:20 Jaka to melodia? teleturniej 17:55 Klan, telenowela, odc. 4133 18:25 Leśniczówka, odc. 690 19:00 Jeden z dziesięciu 19:30 Wiadomości 20:00 Słowo świętego Jana Pawła II 20:05 Pogoda 20:10 Sport 20:15 Alarm! magazyn 20:30 Korona królów. Jagiellonowie, odc. 37 21:05 Akcja pod Arsenalem, dramat wojenny	07:30 Pytanie na śniadanie - pobudka, magazyn 07:55 Pytanie na śniadanie 10:30 Panorama 10:40 Pytanie na śniadanie 11:15 Weterynarze z sercem 11:50 Barwy szczęścia, serial obyczajowy, odc. 2785 12:30 Koło fortuny, teleturniej 13:15 Akcyjowa 38, odc. 56/200 14:05 Va banque, teleturniej 14:35 Na sygnale, serial, odc. 395 15:05 Powrót na wyspę, serial obyczajowy, odc. 20 15:50 Przepis dnia, magazyn kulinarny 16:00 Koło fortuny, teleturniej 16:35 Familiada, teleturniej 17:15 Zakazany owoc, odc. 186 18:00 Panorama 18:20 Va banque, teleturniej 18:45 Akcyjowa 38, odc. 57/200 19:30 Barwy szczęścia, serial obyczajowy, odc. 2785 20:00 Przepis dnia, magazyn kulinarny 20:10 Barwy szczęścia, serial obyczajowy, odc. 2786 20:40 Kulisy serialu „M jak miłość”, cykl felietonów 20:55 M jak miłość, serial obyczajowy, odc. 1721 21:55 Na sygnale, serial, odc. 442 22:35 La Bandida, serial obyczajowy, odc. 2 23:35 Anatomia zła, thriller 01:50 Troje na gigantcie, komediodramat	06:05 Ukryta prawda, serial paradokumentalny, odc. 1222 07:00 Doradca smaku, magazyn kulinarny 07:05 Kuchenne rewolucje, program rozrywkowy 08:00 Dzień Dobry TVN, magazyn 11:30 Kto to wie? gra telewizyjna 12:05 Ukryta prawda, serial paradokumentalny, odc. 1481 13:10 Sekrety życia, serial paradokumentalny, odc. 18 14:10 Ukryta prawda, serial paradokumentalny, odc. 1223 15:15 Kuchenne rewolucje, program rozrywkowy 16:20 Kto to wie? gra telewizyjna 16:55 Sekrety życia, serial paradokumentalny, odc. 19 17:55 Ukryta prawda, serial paradokumentalny, odc. 1482 19:00 Fakty 19:35 Sport 19:45 Pogoda 19:55 Uwaga! magazyn reporterów 20:10 Doradca smaku, magazyn kulinarny 20:15 Na Wspólnej, serial obyczajowy, odc. 3597 20:55 Milionerzy, teleturniej 21:35 Nastolatki rządzą... kasą, program rozrywkowy 22:40 Kuba Wojewódzki, talk-show 23:40 Sukcesja, serial obyczajowy, odc. 4/10 00:55 Chyłka - Oskarżenie, serial kryminalny, odc. 5/6	06:00 Nowy dzień 08:40 Malanowski & Partnerzy, serial, odc. 572 09:10 Malanowski & Partnerzy, serial, odc. 573 09:40 Sekrety rodziny, serial paradokumentalny, odc. 88 10:40 Dlaczego ja? serial paradokumentalny, odc. 1100 1:40 Gliniarze, serial paradokumentalny, odc. 452 12:50 Wydarzenia 13:20 Interwencja, magazyn reporterów 13:40 Trudne sprawy, serial paradokumentalny, odc. 1173 14:40 Dlaczego ja? serial paradokumentalny, odc. 1219 15:50 Wydarzenia 16:10 Pogoda 16:15 Interwencja, magazyn reporterów 16:30 Na ratunek 112, serial paradokumentalny, odc. 775 17:00 Gliniarze, serial paradokumentalny, odc. 784 18:00 Pierwsza miłość, serial obyczajowy, odc. 3589 18:50 Wydarzenia 19:25 Gość „Wydarzeń” 19:45 Sport 19:55 Pogoda 20:05 Ninja Warrior Polska, reality show 22:10 Inwazja: Bitwa o Los Angeles, film SF 00:50 Jack Ryan: Teoria chaosu, film sensacyjny	06:00 Szkoła, serial paradokumentalny, odc. 578 06:55 Szpital, serial paradokumentalny, odc. 1014 07:55 Ukryta prawda, serial paradokumentalny, odc. 830 08:55 Ukryta prawda, serial paradokumentalny, odc. 1280 10:00 Ukryta prawda, serial paradokumentalny, odc. 1281 11:00 Idealna niania 2, reality show 11:45 Zagadki losu, serial paradokumentalny, odc. 21 12:45 Szpital, serial paradokumentalny, odc. 599 13:50 Sąd rodzinny, serial, odc. 114 14:50 Ukryta prawda, serial paradokumentalny, odc. 1142 15:50 Tajemnice miłości, serial paradokumentalny, odc. 27 16:50 Zagadki losu, serial paradokumentalny, odc. 22 17:55 Ten moment, serial paradokumentalny, odc. 24 18:30 Papiery na szczęście, serial obyczajowy, odc. 227 19:00 Ukryta prawda, serial paradokumentalny, odc. 1292 20:00 True Love, reality show 21:00 Nie kłam, kochanie, komedia romantyczna 23:15 Uciekaj! horror 01:25 True Love, reality show 02:30 Zbrodnie, które wstrząsnęły Ameryką, serial dokumentalny	08:00 Informacje dnia 08:15 Polski punkt widzenia 08:35 Wymarzony dom, komedia 10:00 Informacje dnia 10:15 Jak my to widzimy 10:45 Zew natury 11:05 Mocni w wierze 11:35 Święty na każdy dzień 11:40 Ma się rozumieć 11:50 Słowo życia 12:00 Anioł Pański 12:03 Informacje dnia 12:20 Sanktuarium świętej Anny w La Palud, film dok. 13:15 Święty na każdy dzień 13:20 40 dni z modlitwą 13:30 Msza święta z Jasnej Góry 14:20 Muzyczne chwile 14:30 Kazania wielkopostne 15:15 Moja Fatima, film obycz. 15:50 Ma się rozumieć 16:00 Informacje dnia 16:10 Jestem mamą, magazyn 16:25 Przyroda w obiektywie 16:45 Obrona Cisnej 17:10 Prosto o gospodarce 17:30 Zostań żołnierzem RP 17:45 Muzyczne chwile 17:55 Poczet wielkich Polaków 18:00 Anioł Pański 18:05 Informacje dnia 18:15 Ze szkolnej ławki 19:25 Święty na każdy dzień 19:30 Każdy maluch to potrafi 19:45 Modlitwa z udziałem dzieci 20:00 Informacje dnia 20:20 Różaniec 20:50 Myśląc Ojczyzna
21:05 Akcja pod Arsenalem	23:35 Anatomia zła	23:40 Sukcesja	22:10 Inwazja: Bitwa o Los Angeles	21:00 Nie kłam, kochanie	08:35 Wymarzony dom

TVP 1	TVP 2	TVN	POLSAT	TVN 7	TV TRWAM
08:00 Wiadomości 08:10 Kwadrans polityczny 08:25 Informacje kulturalne 08:30 Pogoda 08:40 Ranczo, serial, odc. 38 09:40 Komisarz Alex, odc. 176 10:35 Ojciec Mateusz, odc. 75 11:30 Leśniczówka, odc. 690 12:00 Wiadomości 12:10 Agrobiznes, magazyn 12:30 Agropogoda 12:35 Rok w ogrodzie extra 12:50 Hunan, kraina nie z tej Ziemi, film dokumentalny 14:00 Wspaniałe stulecie, odc. 230 15:00 Wiadomości 15:10 Pogoda 15:20 Alarm! magazyn 15:35 Gra słów. Krzyżówka 16:05 Przysięga, odc. 838-ost. 17:00 Teleexpress 17:15 Pogoda 17:20 Jaka to melodia? teleturniej 17:55 Klan, telenowela, odc. 4134 18:25 Leśniczówka, odc. 691 18:55 Jeden z dziesięciu 19:30 Wiadomości 20:00 Słowo Jana Pawła II 20:05 Pogoda 20:10 Sport 20:15 Alarm! magazyn 20:30 Korona królów. Jagiellonowie, odc. 38 21:05 Wielki test o lesie 22:35 Wybudzeni, telenowela 23:05 Wybudzeni, telenowela 23:45 Miasto odkupienia, film sensacyjny	07:30 Pytanie na śniadanie - pobudka, magazyn 07:55 Pytanie na śniadanie 10:35 Panorama 10:45 Pytanie na śniadanie 11:15 Zakochaj się w Polsce 11:50 Barwy szczęścia, serial obyczajowy, odc. 2786 12:30 Koło fortuny, teleturniej 13:15 Akacyjowa 38, telenowela, odc. 57/200 14:05 Va banque, teleturniej 14:35 Na sygnale, serial, odc. 396 15:05 Powrót na wyspę, serial obyczajowy, odc. 21 15:50 Przepis dnia, magazyn kulinarny 16:00 Koło fortuny, teleturniej 16:35 Familiada, teleturniej 17:15 Zakazany owoc, odc. 187 18:00 Panorama 18:20 Va banque, teleturniej 18:45 Akacyjowa 38, telenowela, odc. 58/200 19:30 Barwy szczęścia, serial obyczajowy, odc. 2786 20:00 Przepis dnia, magazyn kulinarny 20:10 Barwy szczęścia, serial obyczajowy, odc. 2787 20:45 Kulisy seriali „Na dobre i na złe” i „Na sygnale” 20:55 Na dobre i na złe, serial obyczajowy, odc. 879 21:55 Na sygnale, serial, odc. 443 22:35 La Bandida, serial obyczajowy, odc. 3 23:35 Tylko na lato, komedia	05:50 Uwaga! magazyn reporterów 06:05 Ukryta prawda, serial paradokumentalny, odc. 1223 07:00 Doradca smaku, magazyn kulinarny 07:05 Kuchenne rewolucje, program rozrywkowy 08:00 Dzień Dobry TVN, magazyn 11:30 Kto to wie? gra telewizyjna 12:05 Ukryta prawda, serial paradokumentalny, odc. 1482 13:10 Sekrety życia, serial paradokumentalny, odc. 19 14:10 Ukryta prawda, serial paradokumentalny, odc. 1224 15:15 Kuchenne rewolucje, program rozrywkowy 16:20 Kto to wie? gra telewizyjna 16:55 Sekrety życia, serial paradokumentalny, odc. 20 17:55 Ukryta prawda, serial paradokumentalny, odc. 1483 19:00 Fakty 19:35 Sport 19:45 Pogoda 19:55 Uwaga! magazyn reporterów 20:10 Doradca smaku, magazyn kulinarny 20:15 Na Wspólnej, serial obyczajowy, odc. 3598 20:55 Milionerzy, teleturniej 21:35 Ugotowani w parach, reality show 22:40 Okup, thriller 01:10 Mój agent, serial obyczajowy, odc. 4/6 02:15 Kwatery Hitlera, serial dokumentalny, odc. 4/10	06:00 Nowy dzień 08:40 Malanowski & Partnerzy, serial, odc. 574 09:10 Malanowski & Partnerzy, serial, odc. 575 09:40 Sekrety rodziny, serial paradokumentalny, odc. 89 10:40 Dlaczego ja? serial paradokumentalny, odc. 1101 11:40 Gliniarze, serial paradokumentalny, odc. 453 12:50 Wydarzenia 13:20 Interwencja 13:40 Trudne sprawy, serial paradokumentalny, odc. 1174 14:40 Dlaczego ja? serial paradokumentalny, odc. 1220 15:50 Wydarzenia 16:10 Pogoda 16:15 Interwencja 16:30 Na ratunek 112, serial paradokumentalny, odc. 776 17:00 Gliniarze, serial paradokumentalny, odc. 785 18:00 Pierwsza miłość, serial obyczajowy, odc. 3590 18:50 Wydarzenia 19:25 Gość „Wydarzeń” 19:45 Sport 19:55 Pogoda 20:05 Lulu, serial obyczajowy, odc. 9 20:35 Lulu, serial obyczajowy, odc. 10 21:10 Hell's Kitchen, reality show 22:45 Szklana pułapka 5, film sensacyjny 00:50 Straż sąsiedzka, komedia	05:00 Szkoła, serial paradokumentalny, odc. 401 06:00 Szkoła, serial paradokumentalny, odc. 579 06:55 Szpital, serial, odc. 599 07:55 Ukryta prawda, serial paradokumentalny, odc. 831 08:55 Ukryta prawda, serial paradokumentalny, odc. 1282 10:00 Ukryta prawda, serial paradokumentalny, odc. 1283 11:00 Idealna niania 2, reality show 11:45 Zagadki losu, serial paradokumentalny, odc. 22 12:45 Szpital, serial paradokumentalny, odc. 600 13:50 Sąd rodzinny, serial, odc. 115 14:50 Ukryta prawda, serial paradokumentalny, odc. 1143 15:50 Tajemnice miłości, serial paradokumentalny, odc. 28 16:50 Zagadki losu, serial paradokumentalny, odc. 23 17:55 Opowieści małżeńskie, serial paradokumentalny, odc. 13/24 19:00 Ukryta prawda, serial paradokumentalny, odc. 1293 20:00 True Love, reality show 21:00 Dunkierka, film wojenny 23:20 Szybcy i wściekli 7, film sensacyjny 02:05 True Love, reality show 03:05 Zbrodnie, które wstrząsnęły Ameryką, serial dokumentalny	08:00 Informacje dnia 08:15 Polski punkt widzenia 08:35 Każdy maluch to potrafi 08:50 Słowo życia 09:00 Powołanie w powołaniu 09:30 Sanktuaria polskie 09:50 Święty na każdy dzień 10:00 Audycja generalna Ojca Świętego Franciszka 11:00 Historia krzyża na Tarnicy 11:25 Jestem mamą, magazyn 11:40 Prosto o gospodarce 12:00 Anioł Pański 12:03 Informacje dnia 12:20 Jestem Puszczą XXI w, film dokumentalny 13:20 40 dni z modlitwą 13:30 Msza święta z Jasnej Góry 14:20 Muzyczne chwile 14:30 Stara i nowa bazylika Świętego Piotra, film dok. 15:25 ... być dobrym jak chleb 15:50 Ma się rozumieć 16:00 Informacje dnia 16:10 Na zdrowie, magazyn 16:30 Dom w serce wpisany 17:00 Po stronie prawdy 17:50 Muzyczne chwile 17:55 Poczet wielkich Polaków 18:00 Anioł Pański 18:05 Informacje dnia 18:15 Rozmowy niedokończone 19:25 Święty na każdy dzień 19:30 Adventures from the Book of Virtues, serial, odc. 25 20:00 Informacje dnia 20:20 Różaniec 20:50 Myśląc Ojczyzna



23:45 Miasto odkupienia



23:35 Tylko na lato



22:40 Okup



22:45 Szklana pułapka 5



21:00 Dunkierka



12:20 Jestem Puszczą XXI w

Stillman i jego trzej kompani uciekają z więzienia, w którym odsiadawali wyrok za napad na kasyno w Las Vegas przed dziesięcioma laty.

Nauczycielka Penelope jedzie na wakacje w rodzinne strony. Przypadkiem spotyka swoją młodzieńczą miłość, Jasona.

Syn Toma Mullena właściciela jednych z największych linii lotniczych w USA zostaje uprowadzony. Porywacze żądają dwóch milionów dolarów.

John McClane jedzie do Rosji, by wyciągnąć z więzienia dawno niewidzianego syna, Jacka. Na miejscu dowiadyuje się, że chłopak jest agentem CIA.

Wojska III Rzeszy otaczają żołnierzy alianckich we francuskim mieście portowym Dunkierka. Jeden z ocalałych, Tommy toczy walkę o życie.

Ukazanie naturalnej siły Puszczy Białowieskiej w zachowaniu jej walorów, przetrwaniu oraz podkreśleniu roli człowieka w korzystaniu z niej.

TVP 1	TVP 2	TVN	POLSAT	TVN 7	TV TRWAM
07:00 Transmisja mszy świętej 07:30 Dobre historie, magazyn 08:00 Wiadomości 08:10 Kwadrans polityczny 08:25 Informacje kulturalne 08:30 Pogoda 08:40 Ranczo, serial, odc. 39 09:40 Komisarz Alex, odc. 177 10:40 Ojciec Mateusz, odc. 76 11:30 Leśniczówka, odc. 691 12:00 Wiadomości 12:10 Agrobiznes, magazyn 12:30 Agropogoda 12:35 To się opłaca, magazyn 12:50 Odyseja wilka, film dok. 14:00 Wspaniałe stulecie, serial kostiumowy, odc. 231 15:00 Wiadomości 15:10 Pogoda 15:20 Alarm! magazyn 15:35 Gra słów. Krzyżówka 16:05 Dziedzictwo, serial, odc. 1 17:00 Teleexpress 17:15 Pogoda 17:20 Jaka to melodia? teleturniej 17:55 Klan, telenowela, odc. 4135 18:25 Leśniczówka, odc. 692 19:00 Jeden z dziesięciu 19:30 Wiadomości 20:00 Słowo świętego Jana Pawła II 20:05 Pogoda 20:10 Sport 20:15 Alarm! magazyn 20:35 Ojciec Mateusz, odc. 373 21:30 Sprawa dla reportera, 22:30 Magazyn śledczy Anity Gargas	07:30 Pytanie na śniadanie - pobudka, magazyn 07:55 Pytanie na śniadanie 10:30 Panorama 10:40 Pytanie na śniadanie 11:10 Tacy byliśmy, cykl reportaży 11:45 Barwy szczęścia, serial obyczajowy, odc. 2787 12:30 Koło fortuny, teleturniej 13:15 Akacyjowa 38, telenowela, odc. 58/200 14:05 Va banque, teleturniej 14:35 Na sygnale, serial, odc. 397 15:05 Powrót na wyspę, serial obyczajowy, odc. 22 15:50 Przepis dnia, magazyn 16:00 Koło fortuny, teleturniej 16:35 Familiada, teleturniej 17:15 Zakazany owoc, telenowela, odc. 188 18:00 Panorama 18:20 Va banque, teleturniej 18:45 Akacyjowa 38, telenowela, odc. 59/200 19:30 Barwy szczęścia, serial obyczajowy, odc. 2787 20:00 Przepis dnia, magazyn 20:10 Barwy szczęścia, serial obyczajowy, odc. 2788 20:50 Co się zdarzyło w Las Vegas, komedia romantyczna 22:35 La Bandida, serial obyczajowy, odc. 4 23:35 Londyński bulwar, film kryminalny 01:30 Zostańmy przyjaciółmi, komedia romantyczna	05:50 Uwaga! magazyn reporterów 06:05 Ukryta prawda, serial paradokumentalny, odc. 1224 07:00 Doradca smaku, magazyn kulinarny 07:05 Kuchenne rewolucje, program rozrywkowy 08:00 Dzień Dobry TVN, magazyn 11:30 Kto to wie? gra telewizyjna 12:05 Ukryta prawda, serial paradokumentalny, odc. 1483 13:10 Sekrety życia, serial paradokumentalny, odc. 20 14:10 Ukryta prawda, serial paradokumentalny, odc. 1225 15:15 Kuchenne rewolucje, program rozrywkowy 16:20 Kto to wie? gra telewizyjna 16:55 Sekrety życia, serial paradokumentalny, odc. 21 17:55 Ukryta prawda, serial paradokumentalny, odc. 1484 19:00 Fakty 19:35 Sport 19:45 Pogoda 19:55 Uwaga! magazyn reporterów 20:10 Doradca smaku, magazyn kulinarny 20:15 Na Wspólnej, serial obyczajowy, odc. 3599 20:55 Milionerzy, teleturniej 21:35 Kuchenne rewolucje, program rozrywkowy 22:40 Komedia małżeńska, komedia obyczajowa 00:45 Mayday, komedia 03:10 Szpital, serial paradokumentalny, odc. 948	06:00 Nowy dzień 08:40 Malanowski & Partnerzy, serial, odc. 576 09:10 Malanowski & Partnerzy, serial, odc. 577 09:40 Sekrety rodziny, serial paradokumentalny, odc. 90 10:40 Dlaczego ja? serial paradokumentalny, odc. 1102 11:40 Gliniarze, serial, odc. 454 12:50 Wydarzenia 13:20 Interwencja, magazyn reporterów 13:40 Trudne sprawy, serial paradokumentalny, odc. 1175 14:40 Dlaczego ja? serial paradokumentalny, odc. 1221 15:50 Wydarzenia 16:10 Pogoda 16:15 Interwencja, magazyn reporterów 16:30 Na ratunek 112, serial paradokumentalny, odc. 777 17:00 Gliniarze, serial, odc. 786 18:00 Pierwsza miłość, serial obyczajowy, odc. 3591 18:50 Wydarzenia 19:25 Gość „Wydarzeń” 19:45 Sport 19:55 Pogoda 20:05 Nasz nowy dom 21:10 Przyjaciółki, serial obyczajowy, odc. 247 22:10 Morderstwo w Orient Expressie, dramat kryminalny 00:50 Ukryte działania, dramat biograficzny	05:00 Szkoła, serial paradokumentalny, odc. 402 06:00 Szkoła, serial paradokumentalny, odc. 580 06:55 Szpital, serial paradokumentalny, odc. 600 07:55 Ukryta prawda, serial paradokumentalny, odc. 832 08:55 Ukryta prawda, serial paradokumentalny, odc. 1284 10:00 Ukryta prawda, serial paradokumentalny, odc. 1285 11:00 Idealna niania 3, reality show 11:45 Zagadki losu, serial paradokumentalny, odc. 23 12:45 Szpital, serial paradokumentalny, odc. 601 13:50 Sąd rodzinny, serial, odc. 116 14:50 Ukryta prawda, serial paradokumentalny, odc. 1144 15:50 Tajemnice miłości, serial paradokumentalny, odc. 29 16:50 Zagadki losu, serial paradokumentalny, odc. 24 17:55 Opowieści małżeńskie, serial paradokumentalny, odc. 14 19:00 Ukryta prawda, serial paradokumentalny, odc. 1294 20:00 True Love, reality show 21:00 Kod dostępu, film sensacyjny 23:10 Wrota zaświatów, horror 01:05 „Shazam! Gniew bogów” - kulisy produkcji filmu, felieton	08:35 Słowo życia 08:40 Drzwi do lasu 09:00 Na zdrowie, magazyn 09:20 Adventures from the Book of Virtues, serial, odc. 25 09:45 Święty na każdy dzień 09:50 Muzyczne chwile 10:00 Informacje dnia 10:15 Rozmowy niedokończone 11:25 Myśląc Ojczyzna 11:35 Przyroda i ludzie, magazyn 12:00 Anioł Pański 12:03 Informacje dnia 12:20 Dar wiary 13:20 Przegląd katolickiego tygodnika „Niedziela” 13:25 40 dni z modlitwą 13:30 Msza święta z Jasnej Góry 14:20 Muzyczne chwile 14:30 7 Kościołów Apokalipsy 15:00 Góra św. Michała, film dok. 15:50 Ma się rozumieć 16:00 Informacje dnia 16:10 Z wędką nad wodę w Polskę i świat 16:35 Zew natury 17:05 Akademia pro-life 17:15 Muzyczne chwile 17:30 Odpowiedzialni za Kościół 17:55 Poczet wielkich Polaków 18:00 Anioł Pański 18:05 Informacje dnia 18:15 Rozmowy niedokończone 19:25 Święty na każdy dzień 19:30 Przyjaciele i bohaterowie, serial animowany, odc. 6 20:00 Informacje dnia 20:20 Różaniec



12:50 Odyseja wilka



20:50 Co się zdarzyło w Las Vegas



22:40 Komedia małżeńska



22:10 Morderstwo w Orient Expressie



21:00 Kod dostępu



15:00 Góra św. Michała

Historia wypędzonego ze stada młodego wilka, który musi sam przetrwać w świecie człowieka. Opuszczony samiec wyrusza z Rumunii.

Nowojorczycy Joy i Jack poznają się w Las Vegas. Spędzają szalony wieczór, a rano ze zgrozą odkrywają, że wzięli ślub. Chcą jak najszybciej się rozwiść.

Maria nie pracuje zawodowo. Zajmuje się domem. Usługiwanie dzieciom i mężowi irytuje ją. Jej złość potęguje się, gdy znajduje u męża zdjęcia kobiet.

Herkules Poirot uznawany jest za najsłynniejszego detektywa. Wyrusza on w podróż Orient Expressem do Paryża, skąd ma przedostać się do Anglii.

Gabriel Shear chce przejąć 9,5 mld dolarów z nielegalnych funduszy agencji rządowej. Wysła asystentkę, by odnalazła hakera Stanleya Jobsona.

Film przybliży nam skalistą wysepkę położoną nad Kanałem La Manche, będącą jedną z największych atrakcji turystycznych Francji.

TVP 1	TVP 2	TVN	POLSAT	TVN 7	TV TRWAM
07:00 Transmisja mszy świętej 07:30 Agape blisko Ciebie 08:00 Wiadomości 08:10 Kwadrans polityczny 08:25 Informacje kulturalne 08:30 Pogoda 08:40 Ranczo, serial, odc. 40 09:40 Komisarz Alex, odc. 178 10:40 Ojciec Mateusz, odc. 77 11:30 Leśniczówka, odc. 692 12:00 Wiadomości 12:10 Agrobiznes, magazyn 12:30 Agropogoda 12:35 Magazyn rolniczy 12:50 Powrót ptaków na jeziora, film dokumentalny 14:00 Wspaniałe stulecie, odc. 232 15:00 Wiadomości 15:10 Pogoda 15:20 Alarm! magazyn 15:35 Gra słów. Krzyżówka 16:05 Dziedzictwo, serial, odc. 2 17:00 Teleexpress 17:15 Pogoda 17:20 Jaka to melodia? teleturniej 17:55 Klan, telenowela, odc. 4136 18:25 Leśniczówka, odc. 693 19:00 Jeden z dziesięciu 19:30 Wiadomości 20:00 Słowo Jana Pawła II 20:05 Pogoda 20:10 Sport 20:15 Alarm! magazyn 20:35 Krucjata, serial, odc. 4/13 21:35 Galimatias, czyli kogel-mogel 2, komedia 23:20 Polowanie na cmy, serial historyczny odc. 2/7	07:30 Pytanie na śniadanie - pobudka, magazyn 07:55 Pytanie na śniadanie 10:35 Panorama 10:40 Pytanie na śniadanie 11:15 Smaki świata - po iberyjsku, magazyn 11:50 Barwy szczęścia, serial obyczajowy, odc. 2788 12:30 Koło fortuny, teleturniej 13:15 Akacja 38, telenowela, odc. 59/200 14:05 Va banque, teleturniej 14:35 Na sygnale, serial, odc. 398 15:05 Powrót na wyspę, serial obyczajowy, odc. 23 15:50 Przepis dnia, magazyn kulinarny 16:00 Koło fortuny, teleturniej 16:35 Familiada, teleturniej 17:15 Zakazany owoc, telenowela, odc. 189 18:00 Panorama 18:20 Va banque, teleturniej 18:45 Akacja 38, telenowela, odc. 60/200 19:30 Barwy szczęścia, serial obyczajowy, odc. 2788 20:00 Przepis dnia, magazyn kulinarny 20:10 Barwy szczęścia, serial obyczajowy, odc. 2789 20:50 Postaw na milion, teleturniej 21:50 Tak to leciało! teleturniej 22:55 Bez pamięci, komedia 00:35 Londyński bulwar, film kryminalny	07:05 Kuchenne rewolucje 08:00 Dzień Dobry TVN, magazyn 11:30 Kto to wie? gra telewizyjna 12:05 Ukryta prawda, serial paradokumentalny, odc. 1484 13:20 Skoki narciarskie: Zawody Pucharu Świata w Planicy - studio 14:00 Skoki narciarskie: Zawody Pucharu Świata w Planicy - 1. seria 15:05 Skoki narciarskie: Zawody Pucharu Świata w Planicy - studio 15:15 Skoki narciarskie: Zawody Pucharu Świata w Planicy - 2. seria 16:00 Skoki narciarskie: Zawody Pucharu Świata w Planicy - studio 16:20 Kto to wie? gra telewizyjna 16:55 Sekrety życia, serial paradokumentalny, odc. 22 17:55 Ukryta prawda, serial paradokumentalny, odc. 1485 19:00 Fakty 19:30 Sport 19:35 Kroniki Pucharu Świata w skokach narciarskich 19:40 Pogoda 19:50 Uwaga! magazyn reporterów 20:00 Harry Potter i Zakon Feniksa, film przygodowy 23:05 Siedem, thriller 01:35 Kuba Wojewódzki, talk-show 02:40 Bates Motel, serial sensacyjny, odc. 6/10	04:40 Disco Gramy 05:25 Telezakupy TV Okazje 06:00 Nowy dzień 08:40 Malanowski & Partnerzy, serial, odc. 578 09:10 Malanowski & Partnerzy, serial, odc. 579 09:40 Sekrety rodziny, serial paradokumentalny, odc. 91 10:40 Dlaczego ja? serial paradokumentalny, odc. 1103 11:40 Gliniarze, serial paradokumentalny, odc. 455 12:50 Wydarzenia 13:20 Interwencja, magazyn reporterów 13:40 Trudne sprawy, serial paradokumentalny, odc. 1176 14:40 Dlaczego ja? serial paradokumentalny, odc. 1222 15:50 Wydarzenia 16:10 Pogoda 16:15 Interwencja, magazyn reporterów 16:30 Na ratunek 112, serial paradokumentalny, odc. 778 17:00 Gliniarze, serial paradokumentalny, odc. 787 18:00 Pierwsza miłość, serial obyczajowy, odc. 3592 18:50 Wydarzenia 19:25 Gość „Wydarzeń” 19:45 Sport 19:55 Pogoda 20:05 Twoja twarz brzmi znajomo 22:10 Więzień labiryntu, thriller 00:45 Men in Black: International, komedia SF	05:00 Szkoła, serial paradokumentalny, odc. 403 06:00 Szkoła, serial paradokumentalny, odc. 581 06:55 Szpital, serial, odc. 601 07:55 Ukryta prawda, serial paradokumentalny, odc. 833 08:55 Ukryta prawda, serial paradokumentalny, odc. 1286 10:00 Ukryta prawda, serial paradokumentalny, odc. 1287 11:00 Idealna niania 3, reality show 11:45 Zagadki losu, serial paradokumentalny, odc. 24 12:45 Szpital, serial paradokumentalny, odc. 602 13:50 Sąd rodzinny, serial, odc. 117 14:50 Ukryta prawda, serial paradokumentalny, odc. 1145 15:50 Tajemnice miłości, serial paradokumentalny, odc. 30 16:50 Zagadki losu, serial paradokumentalny, odc. 25 17:55 Opowieści małżeńskie, serial, odc. 15/24 19:00 Ukryta prawda, serial paradokumentalny, odc. 1295 20:00 True Love, reality show 21:00 Masz wiadomość, komedia romantyczna 23:30 Rampage: Dzika furia, film przygodowy 01:50 True Love, reality show 02:55 Zbrodnie, które wstrząsnęły Ameryką, serial dokumentalny	08:00 Informacje dnia 08:15 Polski punkt widzenia 08:40 Słowo życia 08:45 Przyjaciele i bohaterowie 09:10 Z wędką nad wodę w Polskę i świat 09:35 Święty na każdy dzień 09:45 Jestem mamą, magazyn 10:00 Informacje dnia 10:15 Rozmowy niedokończone 11:25 Głos Polski, cykl felietonów 11:35 Edukacja domowa, reportaż 12:00 Anioł Pański 12:03 Informacje dnia 12:20 Ślusznica walka, reportaż 13:20 40 dni z modlitwą 13:30 Msza święta z Jasnej Góry 14:20 Muzyczne chwile 14:30 Zrozumieć Antycywilizacje 14:55 Słowo życia 15:00 Modlitwa 15:20 Mocni w wierze 15:50 Ma się rozumieć 16:00 Informacje dnia 16:10 Siódmy sakrament 16:40 Prosto o gospodarce 17:00 Droga Krzyżowa 17:30 Geopolityka 17:55 Poczet wielkich Polaków 18:00 Anioł Pański 18:05 Informacje dnia 18:15 Westerplatte młodych 19:00 Warto zauważyć... w mijającym tygodniu 19:30 Brat Franciszek, odc. 6 20:00 Informacje dnia 20:20 Różaniec 20:50 Myśląc Ojczyzna



21:35 Galimatias, czyli kogel-mogel 2



22:55 Bez pamięci



20:00 Harry Potter i Zakon Feniksa



22:10 Więzień labiryntu



21:00 Masz wiadomość



09:35 Święty na każdy dzień

Po ślubie Kasia i Paweł zamieszkują na wsi. Ojciec dziewczyny obiecuje, że przepisze na nich ziemię, jeśli zostanie dziadkiem.

Konserwatorka dzieł sztuki Amanda nakrywa swojego chłopaka na zdradzie. Postanawia zmienić coś w swoim życiu i szuka nowego mieszkania.

16-letni Harry dowiadyuje się o istnieniu Zakonu Feniksa - tajnego stowarzyszenia powołanego do walki z Voldemortem.

Thomas odzyskuje przytomność wewnątrz ogromnego labiryntu, na polanie, która ogrodzona jest wysokim murem.

Joe Fox i Kathleen Kelly nawiązują znajomość za pośrednictwem internetu. Korespondują ze sobą, nie wiedząc, że w życiu zawodowym są rywalkami.

Cykl opowiada o życiu świętych i błogosławionych Kościoła katolickiego. Znajdą się w nim biografie męczenników, pustelników, misjonarzy duszpasterzy.

TVP 1	TVP 2	TVN	POLSAT	TVN 7	TV TRWAM
07:00 Transmisja mszy świętej 07:40 Rok w ogrodzie, magazyn 08:05 Rok w ogrodzie extra 08:20 Wojsko-polskie.pl 08:45 Pełnosprawni, magazyn 09:15 Sprawa dla reportera 10:15. Kto jest właścicielem internetu? film dok. 11:15 Wiesz czy nie wiesz? 12:10 Nie do przebaczenia, western 14:10 Z pamięci, cykl felietonów 14:25 Okrasa łamie przepisy 14:55 Korona królów. Jagiellonowie, telenowela, 15:20 Korona królów. Jagiellonowie, telenowela 15:45 Korona królów. Jagiellonowie, telenowela 16:20 Korona królów. Jagiellonowie - taka historia, serial, odc. 11 17:00 Teleexpress 17:20 Pogoda 17:30 Ojciec Mateusz, odc. 373 18:25 Kulisy serialu „Ojciec Mateusz”, cykl felietonów 18:40 Jaka to melodia? teleturniej 19:30 Wiadomości 20:00 Słowo Jana Pawła II 20:05 Pogoda 20:10 Sport 20:15 Alarm! magazyn 20:35 Komisarz Alex, odc. 234 21:30 Protektor, dramat sensacyjny 23:15 Wojna imperiów, film przygodowy	05:20 Barwy szczęścia, serial obyczajowy, odc. 2785 05:55 Barwy szczęścia, serial obyczajowy, odc. 2786 06:25 Barwy szczęścia, serial obyczajowy, odc. 2787 07:00 M jak miłość, serial obyczajowy, odc. 1720 07:55 Pytanie na śniadanie, magazyn 11:10 Rodzinny ekspres, magazyn religijny 11:40 Tak to leciało! teleturniej muzyczny 12:35 Ameryka da się lubić, program rozrywkowy 14:00 Familiada, teleturniej 14:35 Koło fortuny, teleturniej 15:15 Szansa na sukces. Opole 2023, widowisko 16:20 Na dobre i na złe, serial obyczajowy, odc. 879 17:15 Tacy byliśmy, cykl reportaży 17:45 Słowo na niedzielę 18:00 Panorama 18:20 Va banque, teleturniej 18:45 O mnie się nie martw, serial komediowy, odc. 5 19:35 Reportaż, reportaż 20:00 The Voice Kids 6, widowisko 21:05 The Voice Kids 6, widowisko 22:20 Moja super eksdziewczyna, komedia romantyczna 00:05 Co się zdarzyło w Las Vegas, komedia romantyczna	07:30 Dzień Dobry TVN 09:30 Skoki narciarskie: Zawody Pucharu Świata w Planicy - studio 10:00 Skoki narciarskie: Zawody Pucharu Świata w Planicy - 1. seria konkursu drużynowego 11:05 Zawody Pucharu Świata w Planicy - studio 11:15 Zawody Pucharu Świata w Planicy - 2. seria konkursu drużynowego 12:00 Zawody Pucharu Świata w Planicy - studio 12:30 Na Wspólnej. serial obyczajowy, odc. 3596 13:00 Na Wspólnej, serial obyczajowy odc. 3597 13:30 Na Wspólnej, serial obyczajowy, odc. 3598 14:00 Na Wspólnej, serial obyczajowy .odc. 3599, 14:30 MasterChef Junior 16:05 Nancy Drew i ukryte schody, komedia kryminalna 17:55 Kuchenne rewolucje 19:00 Fakty 19:25 Sport 19:30 Kroniki Pucharu Świata w skokach narciarskich 19:35 Pogoda 19:45 Uwaga! 20:00 Azja Express, reality show 21:35 Bodyguard, dramat sensacyjny 00:10 Okup, thriller 02:40 Kwatery Hitlera, odc. 5/10	06:00 Nowy dzień 07:55 Noc w muzeum 2, film przygodowy 10:10 Ewa gotuje, magazyn 10:40 Nasz nowy dom 11:40 Ślubne pogotowie Izabeli Janachowskiej, reality show 12:40 Bogaty dom - biedny dom, reality show 13:40 Polacy za granicą, serial dokumentalny, odc. 41 14:40 Rolnicy. Podlasie, serial dokumentalny, odc. 49 15:45 Więzienie, serial dokumentalny, odc. 122 16:15 Więzienie, serial dokumentalny, odc. 123 16:45 Więzienie, serial dokumentalny, odc. 124 17:15 Więzienie, serial dokumentalny, odc. 125 17:45 Chłopaki do wzięcia, serial dokumentalny, odc. 321 18:15 Chłopaki do wzięcia, serial dokumentalny, odc. 322 18:50 Wydarzenia 19:15 Prezydenci i premierzy 19:45 Sport 19:55 Pogoda 20:00 Sługa narodu, serial obyczajowy, odc. 9 20:30 Sługa narodu, serial obyczajowy, odc. 10 21:05 Rodzina na Maxa, serial obyczajowy, odc. 5 22:10 Druhny, komedia romantyczna 01:00 Więzień labiryntu, thriller	06:05 Wiza na miłość, reality show 07:00 Timmy i przyjaciele, serial animowany, odc. 12/26 07:15 Timmy i przyjaciele, serial animowany, odc. 13/26 07:35 Akademia Policyjna 4: Patrol obywatelski, komedia Lassard wpada na pomysł zorganizowania patroli obywatelskich. Zaprasza szefów policji z innych krajów, by pochwalić się sukcesem. 09:20 Makłowicz w drodze 3, magazyn kulinarny 09:55 Makłowicz w drodze 3, magazyn kulinarny 10:30 Ukryta prawda, serial paradokumentalny, odc. 829 11:30 Ukryta prawda, serial paradokumentalny, odc. 1278 12:30 Ukryta prawda, serial paradokumentalny, odc. 1279 13:35 Ukryta prawda, serial paradokumentalny, odc. 1282 14:35 Ukryta prawda, serial paradokumentalny, odc. 1283 15:40 Jestem na tak, komedia romantyczna 17:55 Mała Stopa, film animowany 20:00 Godzilla, film SF 22:35 Zabójcza broń, film sensacyjny 00:50 Constantine, horror 03:20 Zbrodnie, które wstrząsnęły Ameryką, serial dokumentalny	08:55 Słowo życia 09:00 Fatimskie orędzie nadziei, film dokumentalny 09:55 Święty na każdy dzień 10:00 Informacje dnia 10:15 Retrospekcja 10:20 Bazylika Bożego Ciała w Krakowie, reportaż 10:40 Polski punkt widzenia 11:00 Kropelka radości 12:00 Anioł Pański 12:03 Informacje dnia 12:20 Warto zauważyć... 12:50 Siódmy sakrament 13:20 Ocalić od zapomnienia 13:30 Msza święta z Jasnej Góry 14:20 Muzyczne chwile 14:30 Przegląd katolickiego tygodnika „Niedziela” 14:35 Natura obiektywnie 15:00 O. Rafał, kto go nie zna? film dokumentalny 15:30 Wierzę w Boga 15:45 Chcę żyć, film dokumentalny 16:00 Informacje dnia 16:10 Historia PL, serial dok. 17:00 Z Parlamentu Europejskiego 17:25 Święty na każdy dzień 17:30 Nowa Ewangelizacja 17:55 Poczet wielkich Polaków 18:00 Anioł Pański 18:05 Informacje dnia 18:15 W Naszej Rodzinie 19:25 40 dni z modlitwą 19:30 Manna z Nieba 19:45 Modlitwa z udziałem dzieci 20:00 Informacje dnia 20:20 Różaniec



21:30 Protektor



22:20 Moja super eksdziewczyna



21:35 Bodyguard



22:10 Druhny



20:00 Godzilla



09:00 Fatimskie orędzie nadziei

Luke Wright, policjant przemierza bez celu ulicę Nowego Jorku. Pewnego dnia spotyka przerażoną 12-latkę, która potrafi zapamiętywać ciągi liczb.

Matt nawiązuje relację z Jenny, która okazuje się superbohaterką, G-Girl. Po pewnym czasie, zmęczony jej ciągłymi atakami zazdrości, rozstaje się z nią.

Gwiazda pop Rachel Marron (Whitney Houston) oprócz milionów sympatyków ma też wielu wrogów. Jeden z nich wysłał jej anonimowe pogróżki.

Annie ma zostać honorową druhną na ślubie przyjaciółki, Lillian. Angażuje się w przygotowania do wieczoru panieńskiego i ceremonii.

Podczas testów nuklearnych z wód oceanu wyłania się gigantyczny stwór. 45 lat później naukowcy badają szkielet zwierzęcia nieznanego gatunku.

Film o działalności Światowego Apostoła Fatimskiego, założonego w 1947 r. w USA w celu propagowania wiedzy o objawieniach Matki Bożej w Fatimie.

TVP 1	TVP 2	TVN	POLSAT	TVN 7	TV TRWAM
07:00 Transmisja mszy świętej 08:00 Tydzień, magazyn rolniczy 08:30 Tryptyk rzymski, film animowany 09:45 Świat według Jana Pawła II, film dokumentalny 10:50 Wybrani, serial religijny, odc. 13 11:55 Między ziemią a niebem 12:00 Anioł Pański 12:15 Między ziemią a niebem 12:45 Wspólny dom, serial dokumentalny, 13:10 Geniusze wśród zwierząt, serial dokumentalny, odc. 6-ost. 14:05 Z pamięci, cykl felietonów 14:15 Komisarz Alex, serial kryminalny, odc. 234 15:05 Nie lękajcie się - historia pewnej przyjaźni, film biograficzny 17:00 Teleexpress 17:25 Pogoda 18:00 Koncert, koncert 19:30 Wiadomości 20:00 Słowo świętego Jana Pawła II 20:05 Pogoda 20:15 Sport 20:20 Polowanie na émy, serial historyczny, odc. 3/7 21:20 Wiesz czy nie wiesz? teleturniej 22:20 Oblicze miłości, melodramat 00:05 Protektor, dramat sensacyjny	07:00 M jak miłość, serial obyczajowy, odc. 1721 07:55 Pytanie na śniadanie 11:40 The Voice Kids 6, widowisko 12:50 The Voice Kids 6, widowisko 14:00 Familiada, teleturniej 14:35 Koło fortuny, teleturniej 15:15 Szansa na sukces. Opole 2023, widowisko 16:15 Tak to leciało! teleturniej muzyczny 17:15 Na sygnale, serial, odc. 441 18:00 Panorama 18:20 Va banque, teleturniej 18:50 Na sygnale, serial, odc. 442 19:20 Na sygnale, serial, odc. 443 20:00 Postaw na milion, teleturniej 21:05 Krew za krew, western 23:10 Urodzeni zwycięzcy, dramat obyczajowy 01:10 Miasto z morza, film historyczny Rok 1923. Krzysztof Grabień, syn wiejskiego nauczyciela, przyjeżdża na polskie wybrzeże zachęcony informacjami o powstającym porcie w Gdyni. 03:15 Dusza śpiewa, film obyczajowy Młody śpiewak Adam Laszcz czeka na swoją szansę. Otrzymuje propozycję występu w transmitowanym przez telewizję koncercie sylwestrowym.	06:30 Nastolatki rządzą... kasą, program rozrywkowy 07:30 Dzień Dobry TVN, magazyn 09:30 Skoki narciarskie: Zawody Pucharu Świata w Planicy - studio 10:00 Skoki narciarskie: Zawody Pucharu Świata w Planicy - 1. seria 11:05 Skoki narciarskie: Zawody Pucharu Świata w Planicy - studio 11:15 Skoki narciarskie: Zawody Pucharu Świata w Planicy - 2. seria 12:05 Skoki narciarskie: Zawody Pucharu Świata w Planicy - studio 12:40 Co za tydzień 13:25 Azja Express, reality show 15:15 Godzilla, film SF 17:55 Ugotowani w parach, reality show 19:00 Fakty 19:25 Sport 19:30 Kroniki Pucharu Świata w skokach narciarskich 19:35 Pogoda 19:45 Uwaga! magazyn reporterów 20:00 MasterChef Junior, program rozrywkowy 21:35 Mój agent, serial obyczajowy, odc. 5/6 22:40 Superwizjer, magazyn reporterów 23:15 Nocny pościg, dramat sensacyjny 01:35 Kuchenne rewolucje	04:40 Disco Gramy, program muzyczny 05:25 Telezakupy TV Okazje, magazyn reklamowy 06:00 Nowy dzień 09:00 Ralph Demolka w internecie, film animowany Pocziwy Ralph i niesforna Wandelopa to postacie z gier wideo i zarazem najlepsi przyjaciele. Teraz utrzymują poprawne relacje z otoczeniem. 11:35 Piotruś Królik, film familijny 13:40 Ninja Warrior Polska, reality show 15:40 Twoja twarz brzmi znajomo, program rozrywkowy 17:40 Nasz nowy dom, reality show 18:50 Wydarzenia 19:20 Sport 19:25 Pogoda 19:30 Państwo w państwie, program publicystyczny 20:00 Kabaret na żywo. Nowy skłAD 2, program rozrywkowy 22:05 Piksele, komedia 00:25 Inwazja: Bitwa o Los Angeles, film SF 03:00 Zjedz Alaskę, magazyn wędkarski 03:30 Świat według Kiepskich, serial komediowy, odc. 18 04:00 Świat według Kiepskich, serial komediowy, odc. 19	05:05 Szkoła, serial, odc. 532 06:05 Wiza na miłość, reality show 07:00 Timmy i przyjaciele, serial animowany, odc. 14/26 07:15 Timmy i przyjaciele, serial animowany, odc. 15/26 07:30 Maski, komedia Gamoniowaty urzędnik bankowy Stanley Ipkiss podkochuje się w pięknej klientce Tinie. Pewnego dnia wylawia z rzeki tajemniczą maskę. 09:40 Makłowicz w drodze 3, magazyn kulinarny 10:15 Ukryta prawda, serial paradokumentalny, odc. 830 11:15 Ukryta prawda, serial paradokumentalny, odc. 831 12:10 Ukryta prawda, serial paradokumentalny, odc. 1284 13:10 Ukryta prawda, serial paradokumentalny, odc. 1285 14:10 Ukryta prawda, serial paradokumentalny, odc. 1286 15:10 Akademia Policyjna 5: Misja w Miami Beach, komedia 17:10 Harry Potter i Zakon Feniksa, film przygodowy 20:00 Joker, dramat kryminalny 22:35 Dunkierka, film wojenny 00:50 CHiPs: Motopatrol, komedia 03:00 Wieży krwi, serial dokumentalny, odc. 1/13, 04:00 Druga strona medalu, talk-show	08:00 Słowo życia 08:05 Polski punkt widzenia 08:25 Święty na każdy dzień 08:30 Z Parlamentu Europejskiego 09:00 Prymas Stefan Wyszyński, serial dokumentalny, odc. 5 09:10 Spotkanie z Magdą Buczek dla dzieci 09:15 Manna z Nieba 09:30 Tajemnice Watykanu, serial dokumentalny, odc. 5 10:00 Niedziela Palmowa czyli Męki Pańskiej 12:15 Papież Polak do rodaków 12:55 Przegląd katolickiego tygodnika „Niedziela” 13:00 Pielgrzym miłości, serial dokumentalny, odc. 6 14:20 Muzyczne chwile 14:35 Pielgrzym miłości, serial dokumentalny, odc. 7 15:00 Wieś - to też Polska 16:00 Informacje dnia 16:10 Koncert życzeń 16:45 Ziemia Święta - piąta ewangelia, reportaż 17:00 Gorzkie żale 17:30 Sól ziemi 17:55 Poczet wielkich Polaków 18:00 Anioł Pański 18:05 Informacje dnia 18:15 Rozmowy niedokończone 19:25 40 dni z modlitwą 19:30 Moja katolicka rodzina, serial animowany, odc. 4 20:00 Informacje dnia 20:20 Różaniec
					

Ginie mąż Nikki. Kobieta bardzo to przeżywa. Po pięciu latach poznaje wykładowcę Toma, ale wciąż uważa, że nie jest gotowa na nowy związek.

W trzy lata po zakończeniu wojny secesyjnej pułkownik armii konfederackiej, Carver, dowodzi grupą najemników, która ściga kapitana Gideona.

Gangster i płatny zabójca Jimmy Conlon czuje się zmęczony przestępczym życiem, od którego ucieka w alkohol. Chciałby odejść na emeryturę.

Amerykianie wysyłają w przestrzeń kosmiczną kapsułę z różnymi przedmiotami, które mają pomóc w nawiązaniu kontaktu z innymi formami życia.

Były pacjent szpitala psychiatrycznego Arthur Fleck spotyka się z sztyrsem. Pracuje jako klaun, a wieczorami opiekuje się schorowaną matką.

Odcinek dotyczy Bazyliki św. Piotra w Rzymie. Poznamy symbolikę jej trzech najważniejszych elementów: baldachimu, konfesji św. Piotra i kopuły.

TVP 1	TVP 2	TVN	POLSAT	TVN 7	TV TRWAM
07:00 Transmisja mszy świętej 07:30 Studio Raban, magazyn 08:00 Wiadomości 08:10 Kwadrans polityczny 08:25 Informacje kulturalne 08:30 Pogoda 08:40 Ranczo, serial, odc. 41 09:40 Komisarz Alex, odc. 179 10:40 Ojciec Mateusz, odc. 78 11:30 Leśniczówka, odc. 693 12:00 Wiadomości 12:10 Agrobiznes, magazyn 12:30 Agropogoda 12:35 Magazyn rolniczy 12:55 Geniusze wśród zwierząt, serial dok., odc. 6-ost. 14:00 Wspaniałe stulecie, odc. 233 15:00 Wiadomości 15:10 Pogoda 15:20 Alarm! magazyn 15:35 Gra słów. Krzyżówka 16:05 Dziedzictwo, serial, odc. 3 17:00 Teleexpress 17:15 Pogoda 17:20 Jaka to melodia? teleturniej 17:55 Klan, telenowela, odc. 4137 18:25 Leśniczówka, odc. 694 19:00 Jeden z dziesięciu 19:30 Wiadomości 20:05 Pogoda 20:10 Sport 20:15 Alarm! magazyn 20:30 Korona królów. Jagiellonowie, odc. 39 21:05 Sen nocy letniej, sztuka Williama Szekspira 22:40 Polowanie na ISIS, film dokumentalny	07:30 Pytanie na śniadanie - pobudka, magazyn 07:55 Pytanie na śniadanie 10:35 Panorama 10:40 Pytanie na śniadanie 11:15 Okrasa łamie przepisy 11:50 Barwy szczęścia, serial obyczajowy, odc. 2789 12:30 Koło fortuny, teleturniej 13:15 Akacyjowa 38, telenowela, odc. 60/200 14:05 Va banque, teleturniej 14:35 Na sygnale, serial, odc. 399 15:05 Powrót na wyspę, odc. 24 15:50 Przepis dnia, magazyn kulinarny 16:00 Koło fortuny, teleturniej 16:35 Familiada, teleturniej 17:15 Zakazany owoc, odc. 190 18:00 Panorama 18:20 Va banque, teleturniej 18:45 Akacyjowa 38, telenowela, odc. 61/200 19:30 Barwy szczęścia, serial obyczajowy, odc. 2789 20:00 Przepis dnia, magazyn kulinarny 20:10 Barwy szczęścia, serial obyczajowy, odc. 2790 20:45 Kulisy serialu „M jak miłość”, cykl felietonów 20:55 M jak miłość, serial obyczajowy, odc. 1722 21:55 Na sygnale, serial, odc. 444 22:35 La Bandida, serial, odc. 5 23:35 Van Gogh. U bram wieczności, film biograficzny	05:50 Uwaga! magazyn reporterów 06:05 Ukryta prawda, serial paradokumentalny, odc. 968 07:00 Kuchenne rewolucje, program rozrywkowy 08:00 Dzień Dobry TVN, magazyn 11:30 Kto to wie? gra telewizyjna 12:05 Ukryta prawda, serial paradokumentalny, odc. 1485 13:10 Sekrety życia, serial paradokumentalny, odc. 22 14:10 Ukryta prawda, serial paradokumentalny, odc. 1226 15:15 Kuchenne rewolucje, program rozrywkowy 16:20 Kto to wie? gra telewizyjna 16:55 Sekrety życia, serial paradokumentalny, odc. 23 17:55 Ukryta prawda, serial paradokumentalny, odc. 1486 19:00 Fakty 19:35 Sport 19:45 Pogoda 19:55 Uwaga! magazyn reporterów 20:10 Doradca smaku, magazyn kulinarny 20:15 Na Wspólnej, serial obyczajowy, odc. 3600 20:55 Milionerzy, teleturniej 21:35 Chyłka - Oskarżenie, serial kryminalny, odc. 6-ost. 22:40 Oszukać przeznaczenie 5, horror 00:25 Co za tydzień 01:15 Bates Motel, serial sensacyjny, odc. 7/10 02:20 Szpital, serial paradokumentalny, odc. 950	06:00 Nowy dzień 08:40 Malanowski & Partnerzy, serial, odc. 580 09:10 Malanowski & Partnerzy, serial, odc. 581 09:40 Sekrety rodziny, serial paradokumentalny, odc. 92 10:40 Dlaczego ja? serial paradokumentalny, odc. 1104 11:40 Gliniarze, serial paradokumentalny, odc. 456 12:50 Wydarzenia 13:20 Interwencja, magazyn reporterów 13:40 Trudne sprawy, serial paradokumentalny, odc. 1177 14:40 Dlaczego ja? serial paradokumentalny, odc. 1223 15:50 Wydarzenia 16:10 Pogoda 16:15 Interwencja, magazyn reporterów 16:30 Na ratunek 112, serial paradokumentalny, odc. 779 17:00 Gliniarze, serial paradokumentalny, odc. 788 18:00 Pierwsza miłość, serial obyczajowy, odc. 3593 18:50 Wydarzenia 19:25 Gość „Wydarzeń” 19:45 Sport 19:55 Pogoda 20:05 Matka, serial kryminalny, odc. 6 21:10 Wotum nieufności, serial sensacyjny, odc. 6-ost. 22:10 Transporter, film sensacyjny 00:10 Wyścig, film sensacyjny	05:00 Szkoła, serial paradokumentalny, odc. 404 06:00 Szkoła, serial paradokumentalny, odc. 582 06:55 Papiery na szczęście, serial obyczajowy, odc. 226 07:25 Papiery na szczęście, serial obyczajowy, odc. 227 07:55 Ukryta prawda, serial paradokumentalny, odc. 834 08:55 Ukryta prawda, serial paradokumentalny, odc. 851 10:00 Ukryta prawda, serial paradokumentalny, odc. 852 11:00 Idealna niania 3, reality show 11:45 Zagadki losu, serial paradokumentalny, odc. 25 12:45 Szpital, serial paradokumentalny, odc. 603 13:50 Sąd rodzinny, serial, odc. 118 14:50 Ukryta prawda, serial paradokumentalny, odc. 1146 15:50 Tajemnice miłości, serial paradokumentalny, odc. 31 16:50 Zagadki losu, serial paradokumentalny, odc. 26 17:55 Ten moment, serial paradokumentalny, odc. 25/ 18:30 Papiery na szczęście, serial obyczajowy, odc. 228 19:00 Ukryta prawda, serial paradokumentalny, odc. 1296 20:00 True Love, reality show 21:00 Sąsiedzi, komedia 23:05 Joker, dramat kryminalny 01:30 True Love, reality show	08:00 Informacje dnia 08:15 Wieś - to też Polska 09:15 Słowo życia 09:20 Muzyczne chwile 09:30 Moja katolicka rodzina, 09:55 Święty na każdy dzień 10:00 Informacje dnia 10:15 Rozmowy niedokończone 11:20 Stan bezpieczeństwa państwa 11:30 Mała Nellie od Świętego Boga, reportaż 12:00 Anioł Pański 12:03 Informacje dnia 12:20 Przygody Pana Michała 12:50 Pragnienie Boga, film dok. 13:30 Msza święta z Jasnej Góry 14:20 Muzyczne chwile 14:30 Dialog - życie zapisane w listach, film dokumentalny 15:20 Polonia, reportaż 15:50 Ma się rozumieć 16:00 Informacje dnia 16:10 Sanktuarium polskie 16:30 Porady medyczne bonifratrów 16:55 Świadkowie 17:30 Zbrodnia z rosyjskiego scenarzysty - tzw. pogrom kielecki, reportaż 17:55 Poczet wielkich Polaków 18:00 Anioł Pański 18:05 Informacje dnia 18:15 Rozmowy niedokończone 19:25 Święty na każdy dzień 19:30 Opowieści Theo, odc. 5 19:45 Modlitwa z udziałem dzieci 20:00 Informacje dnia
					

Hermia i Lysander, nie mogąc być razem, uciekają do lasu, symbolicznego świata wolności. Działają tu magiczne siły, zdolne kierować emocjami.

Malarz Vincent van Gogh czuje się niezrozumiany przez środowisko artystów. Jedzie do małej prowansalskiej miejscowości Arles.

Sam wybiera się ze współpracownikami na wyjazd integracyjny. W drodze ma przecucie, że most, który mają pokonać, się zawali.

Frank zarabia na życie dostarczaniem nielegalnych przesyłek. Przestrzega ustalonych przez siebie reguł, nie interesują go nadawcy ani przewożony towar.

Mac i Kelly przeprowadzają się na przedmieścia. Wciąż czują się młodzi i są zachwyceni na wieść o tym, że obok wprowadzają się rozrywkowi studenci.

Opowieść o wyjątkowych, poruszających listach, które św. Jan Paweł II pisał do benedyktyńskiego mnicha, o. Leona Knabita.