

Czy Pułtuskowi grozi powódź? – STR. 2



Sanah odwiedziła Cieńszę – STR. 15

TYGODNIK LOKALNY



3,50 zł
W TYM 5% VAT



NR 38
17 WRZEŚNIA 2024

PUŁTUSK
GZY
OBRYTE
POKRZYWNICA
ŚWIERCZE
WINNICA
ZATORY

INDEKS 342424
ISSN 1429-6837

www.pultuszcak.pl

T Y G O D N I K

Pułtuski

C O T Y D Z I E Ń O D 4 G R U D N I A 1 9 9 7 R O K U

REKLAMA



Filia Pułtusk
ul. Wojska Polskiego 52
tel.: 23 691 92 40
fax.: 23 691 92 41

INTERCARS.COM.PL

Co w przedwyborczej trawie piszczy?



CZYTAJ NA STRONIE 3

Spór o wiejską świetlicę



Gospodynie poczuły się wyrzucone.

CZYTAJ NA STRONIE 5



– STR. 14

Wiejski festiwal pizzy



– STR. 12

Odznaczony przez prezydenta



Wszystko w naszych rękach

Wywiad z Moniką Żukowską.

– STR. 14

REKLAMA

DOŁĄCZ DO NAS!



-PRACOWNIK FIZYCZNY
-OPERATOR MASZYN
-OPERATOR WÓZKA WIDŁOWEGO
WYSOKIE WYNAGRODZENIE



533-202-288

rekrutacja@polbram.eu

Czy Pułtuskowi grozi powódź?

Od kilku dni śledzimy doniesienia z południowo – zachodnich rejonów Polski: ulewne deszcze i nawałnice doprowadziły do niezwykle gwałtownego przyboru wód na rzekach. W efekcie mamy powtórkę z „powodzi tysiąclecia” z roku 1997 r., kiedy to pod wodą znalazły się ogromne obszary, zalane zostały setki wsi i miast, łącznie z Wrocławiem

Skala klęski była ogromna – podobnie jak straty poniesione przez społeczeństwo. Do dziś zapewne pamiętamy słowa ówczesnego premiera Włodzimierza Cimoszewicza, który rozmawiając ze zrozpaczonymi powodzianami, którzy stracili dorobek całego życia, powiedział słynne „trzeba się było ubezpieczyć”. Dodał wprawdzie, że „rząd też udzielił pomocy”, ale tego media już nie upowszechniały w swoich transmisjach.

Południe Polski pod wodą – w wielu miejscach powódź wezbrała znacznie wyżej, niż ta z 1997 r., a taka powódź miała się podobno prawo wydarzyć raz na setki lat.

Czy Pułtuskowi grozi powódź? Rzeki na południu, w górzystym terenie,

gwałtownie wzbierają i wylewają głównie po wystąpieniu długotrwałych i bardzo obfitych opadów deszczu. Powódź na Dolnym Śląsku, sprzed ćwierć wieku, zaczęła się na początku lipca, obecna rozgrywa się na naszych oczach w połowie września. Nawałnica o nadanej przez meteorologów nazwie Boris spowodowała powstanie fali powodziowych w Polsce, Austrii, na Słowacji i na Węgrzech. W Austrii już formalnie ogłoszono stan klęski żywiołowej, a w naszym kraju poważnie ucierpiały regiony Śląska, Dolnego Śląska i Małopolski.

Co z Narwią? Nasza rzeka, która jak mawiają „płyne na odwrotną”, czyli z północy na południe (podobnie jak Wkra), podlega zupełnie

innej powodziowej dynamice. Powódź z lutego 1979 r. była skutkiem roztopiania się ogromnych mas śniegu, zalegających w dorzeczu Narwi po wystąpieniu słynnej „zimy stulecia”, która zasypała Polskę warstwą śniegu mierzono w metrach. Czy zatem można założyć, że tak śnieżna zima może się powtórzyć? Czy można wykluczyć letnie opady o takiej skali, która mogłaby doprowadzić do powodziowego spiętrzenia Narwi? Postępujące zmiany klimatu skłaniają do uznania, że niestety takie zjawiska mogą wystąpić. Powinny też skłaniać do pewnej pokory – ale przede wszystkim do działania.

Pamiętajmy o tym, że Narwa ma jedno z większych

dorzeczy, biorąc pod uwagę polskie rzeki. Dla przykładu porównajmy dane geograficzne: Warta to druga po Wiśle najdłuższa rzeka w Polsce, zajmuje trzecie miejsce w kraju pod względem wielkości dorzecza – 54 520 km². Niewiele mniejsze dorzecze ma Narew – powierzchnia wynosi ono 53 846 km².

Czym jest dorzecze? Przypominamy definicję: dorzecze to obszar lądu, z którego wody powierzchniowe spływają do jednej rzeki i ostatecznie do jej ujścia. I to właśnie powierzchnia dorzecza Narwi ma decydujący wpływ na to, jak wiele wody może nagle pojawić się w jej dolnym biegu... czyli w Pułtuskach i pułtuskim powiecie.

Czy miasto Pułtusk jest bezpieczne? Czy mieszkańcy terenów przyległych do Narwi przepływającej przez nasz powiat mogą czuć się bezpiecznie?

Główny Urząd Statystyczny publikuje dane, na podstawie których można wysnuwać pewne wnioski – i niestety wstępnie są to bardzo smutne wnioski. Wykres obrazujący zaangażowanie sił i środków w budowę, naprawy i modernizację wałów przeciwpowodziowych zatrzaża. Dane statystyczne nie pozostawiają cienia wątpliwości co do tego, że władze centralne, począwszy od 2016 roku, blisko dziesięciokrotnie... ograniczyły starania i zmniejszyły nakłady na ochronę przeciwpowodziową.

Pytanie zatem, czy Pułtusk jest przygotowany na nadejście „wielkiej wody”, przesłałmy do rzecznika prasowego Państwowego Gospodarstwa Wodnego Wody Polskie. Chcemy poznać prawdziwe, rzetelne dane o tym, jaki jest stan całej infrastruktury przeciwpowodziowej, której zadaniem jest ochrona mieszkańców i miast. Zapytaliśmy również o plany dotyczące kolejnych inwestycji w tym zakresie. Uzyskaną odpowiedź i informacje niezwłocznie opublikujemy na łamach Tygodnika Pułtuskiego.

ZCZ

Pułtusk musi pomóc!

Szanowni Państwo
Z przerażeniem i niedowierzaniem obserwujemy to co się dzieje na południu Polski. Wiele miast, miasteczek i wsi walczy z katastrofalną powodzią. Nie możemy jako społeczność Pułtusk pozostać obojętni. Chcemy, możemy i będziemy pomagać. Odezwało się do mnie już kilka osób, aby skoordynować pomoc dla powodzian ze strony Pułtusk. Pamiętamy, że w Pułtusk mieliśmy wielką powódź w 1979 roku i wtedy my wielką pomoc otrzymaliśmy. Dlatego dziś my będziemy pomagać.

Pamiętam, że w 2000 roku Pułtusk zaprosił do naszego miasta dzieci powodzian z jednej gmin w Małopolsce. Dziś pomoc

wyduje się najbardziej potrzebna na miejscu.

Podjęłam już pewne działania mające na celu ustalenie najpilniejszych potrzeb i wytypowanie gminy, do której skierujemy pomoc z Pułtusk. Jutro – powołam w Urzędzie Miasta – zespół, który będzie koordynował zbiorczą tego co najbardziej potrzebne. Już mam zapewnienia, że transport mamy zagwarantowany.

Skontaktuję się z samorządem powiatowym i gminnymi z naszego powiatu. Razem będziemy mogli więcej. Solidarność to unikatowa cecha Polaków. Bądźmy solidarni z powodzianami z południa Polski. Szczegóły wkrótce.

Marzena Cendrowska
p.o. Burmistrza Pułtusk

Bezpłatne szkolenie w Cechu

US dla księgowych i przedsiębiorców bez tajemnic

Cech Rzemiosł Różnych i Przedsiębiorczości w Pułtuskach i Inspektorat ZUS w Pułtuskach zapraszają na szkolenie z zakresu przepisów regulujących prawa i obowiązki pracodawcy w zakresie rozliczeń z ZUS, z uwzględnieniem aktualnego stanu prawnego i najnowszych interpretacji ZUS.

Program szkolenia:
Składka zdrowotna
Ulga na Start
Zwolnienie z opłacania składek - Wakacje
składkowe
Kiedy wakacje od składek ZUS?
Kto skorzysta z wakacji składkowych?
Jak złożyć wniosek o wakacje od ZUS?
Co to są wakacje ZUS?
Program Aktywny Rodzic - nowe świadczenia pieniężne dla rodzin.

Dlaczego warto wziąć udział?
Doświadczony prelegent Praktyczny charakter
Rozwiązywanie realnych problemów
Wykład interaktywny
Przykłady z życia wzięte oraz rady dotyczące sposobów uniknięcia błędów.

Adresaci:
Praktycy stawiający pierwsze kroki zawodowe
Osoby prowadzące własną działalność gospodarczą i zatrudniające pracowników
Kadra kierownicza



Osoby zainteresowane poszerzeniem posiadanej już wiedzy
Pracownicy działów finansowo – księgowych, którzy sporządzają dokumentację, w oparciu o którą ZUS dokonuje wypłaty zasiłków dla pracowników.

Termin: 26.09.2024 r. (czwartek). Godziny: od 12.00 do 15.00.

Forma zajęć:
Szkolenie stacjonarne - sala konferencyjno - szkoleniowa Cechu – Dom Rzemiosła w Pułtuskach, ul. Świętojańska 16 (I piętro).
Prowadzący:
Pan Dariusz Rachuba Specjalista z zakresu ubezpieczeń.
Udział w szkoleniu jest bezpłatny.
Więcej informacji o szkoleniu można uzyskać pod nr tel. 603-910-199.
Zapraszamy do udziału!
Kierownik Inspektoratu ZUS w Pułtuskach – **Dagmara Szydłowska**
Dyrektor Biura Cechu Rzemiosł Różnych i Przedsiębiorczości w Pułtuskach – **Janusz Borzyński**



TYGODNIK PUŁTUSKI

Redaktor naczelny: Ewa Dąbek tel. 512 405 978
Redakcja: tel. 23 692 86 45, redakcja@pultuszcak.pl
Kultura/ Społeczeństwo: Grażyna Maria Dzierżanowska, tel. 661 923 317; graza@atessa.pl
Biuro reklam i ogłoszeń: Anna Plochocka 23 692 86 45, 512 405 972 aplochocka@pultuszcak.pl. Ogłoszenia i reklamy nie stanowią materiału pochodzącego od wydawcy
Adres: 06-100 Pułtusk, ul. Rynek 16, www.facebook.com/pultuski
Czynne: poniedziałek – piątek 8.00 – 16.00

Prenumerata: realizowana przez RUCH SA, zamówienia składać na stronie www.prenumerata.ruch.com.pl, pytania na e-mail: prenumerata@ruch.com.pl lub telefonicznie pod numerem 801 800 803 lub 22 717 59 59, w godz. 7:00 – 18:00 (koszt połączenia wg. taryfy operatora).
Redakcja nie zwraca tekstów nie zamówionych oraz zastrzega sobie prawo ich redagowania i skracania. Nie odpowiadamy za treść zamieszczonych reklam i ogłoszeń.
Druk: Polska Press Łódź.
Nakład: poniżej 15 000



Wydawca: Agencja TiO
e-mail: agencja@tio.com.pl
Legionowo, ul. Rynek 2



Co w przedwyborczej trawie piszczy?

Pamiętamy kwietniowe wybory samorządowe w powiecie i w Pułtusk – miejscami miasta nie było widać zza billboardów, banerów i plakatów. Co krok wtykano nam ulotki, długopisy, kalendarzyki i inne gadżety reklamujące kandydatów. Rozdawanie jajek wydawało się wtedy wyjątkowo oryginalnym pomysłem – jak się okazało, była to w gruncie rzeczy zapowiedź wydarzeń kolejnych tygodni i miesięcy, które przyniosły w lokalnej polityce „niezłe jaja”.

Dziś w całej gminie na razie cisza i względny spokój, zakłócany jedynie wydarzeniami jak te z ostatniej soboty, gdzie ponownie, w wyniku ulewy, podtapiało piwnice i mieszkania. W tej sprawie sytuacja wydaje się absurdalnie stabilna: kiedy zalewane są piwnice, najpierw działają strażacy, ratując sytuację wypompowywaniem wody, następnie dochodzi do wymiany oświadczeń: starostwa – Zarządu Dróg Powiatowych z jednej strony – i Ratusza ze strony przeciwnej. Obie strony, zachowując minimum dyplomacji wskazują, że to ta druga strona źle wykonała prace lub zrobiła je w oparciu o złe założenia. Jak dotąd w meczu Starostwo – Ratusz mamy wynik remisowy, a kolejne deszcze znów wypełnią piwnice i korytarze wodą. No – ale skoro ktoś zdecydował się mieszkać w Wenecji Mazowsza, to takie niedogodności powinien przyjmować ze zrozumieniem. Mając na względzie motto naszego miasta, warto chyba jednak postawić pytanie: te zalewane stale domy to przejaw nowoczesności – czy to taka tradycja?

Na mieście przedwyborcza cisza, pomimo że do formalnej ciszy wyborczej jeszcze prawie cztery tygodnie. Jednak wystarczy „przyłożyć ucho” do miejskiego systemu komunikacji szepcanej – i wiele można się dowiedzieć. Najbardziej zaskakuje brak upubliczniania kolej-

nych kandydatów do fotela burmistrza. Kandydatury pań Beaty Józwiak i Marzeny Cendrowskiej wydają się oczywiste – ale nie widać żadnych propozycji ze strony pozostałych trzech komitetów wyborczych. Co więcej – żaden z komitetów, skupionych wokół Pułtuskiego Forum Samorządowego, Prawa i Sprawiedliwości oraz radnego Adama Prewęckiego najwyraźniej nie zbiera podpisów na listach poparcia dla swoich kandydatów. Ten numer Tygodnika wszedł do sprzedaży 17 września – a 18 września, o godzinie 16:00 upływa termin zgłaszania kandydatów, dla których zebrano na listach poparcia co najmniej 1500 podpisów. Wszystko to zdaje się wskazywać, że karta do głosowania 13 października zawierać będzie jedynie dwa nazwiska.

Ta przedziwna „milcząca kampania” toczy się zgodnie z oczywistą regułą: skoro kandydaci praktycznie milczą na temat swoich planów, pomysłów i programów wyborczych, to dyskusje na temat tego „co to będzie?!” zeszły do drugiego obiegu – choćby na strony miejskich grup w mediach społecznościowych, głównie na Facebooka. Mamy zatem kolejne wydarzenia, które – jak widać po treści komentarzy internetowych – pogłębiają podziały w naszej małej społeczności. Głównie komentowane są zmiany personalne wprowadzane przez panią Marzenę Cendrowską, wykonującą obowiązki burmistrza. Wymiana kadr na kierowniczych stanowiskach w Urzędzie Miasta odbiła się nieco mniejszym echem – za to prawdziwą burzę wywołały postępujące tygodniami zmiany we władzach miejskich spółek komunalnych. Odwołanie jednego z prezesów Eco Pułtusk wywołało sporą dyskusję – wiele jest głosów chwalaących panią burmistrz za „rozbijanie wie-

nych klik” – ale równie dużo jest komentarzy uznających, że to działania mające wymiar ostrej walki politycznej i „wyżynania zaplecza przeciwnika”. Aby zilustrować poziom emocji tej dysputy, zamieszczamy poniżej zapis dyskusji na „fejsbukowej” grupie „Pułtusk” (blisko 35 tys. obserwujących!) – pojawił się bowiem post zamieszczony przez L.L.:

(poniższe treści publikujemy w oryginalnym brzmieniu, część komentarzy została pominiętych z uwagi na mniejsze znaczenie merytoryczne)

L.L. (...) przeczytałam oświadczenie wiceprzewodniczącego rady nadzorczej EcoPułtusk odnoszące się do byłego wiceprezesa Eco Pułtusk Damiana Szewczyka (zięcia p. Beaty Józwiak) - polecam, nie będę przepisywała treści, ale za-intrygowana sięgnęłam do zapisu KRS gdzie widnieje, że Damian Krzysztof Szewczyk jest prezesem C Labs SP. z o.o. W Lublinie, kapitał założycielski 5000 zł, ale zakres działalności wzbudził moje zainteresowanie „Badania naukowe i prace rozwojowe w dziedzinie pozostałych nauk przyrodniczych i technicznych”. Może p. Damian przybliży nam, jako mieszkaniec Pułtusk, swoje osiągnięcia?

A.N. Fajnie całe rodzinie na stołeczkach ciepłych

A.G. Tak to właśnie wygląda, że całe klany, rodziny i znajomi byli zatrudniani. Nawet jak głosy poparcia zbierał PSL- umówmy się nie p.Beata, bo ona ,to tylko narzędzie w rękach PAŃÓW (wiadomo od lat których), to głównie w urzędach i instytucjach, gdzie ludzie ze strachu o pracę podpisywali. Czy oni chcą dobra miasta? Szczegółowo wątpliwe... Słyszałem, jak ojciec Pani Partycji (byłej Sekretarz) stał na chodniku i rozmawiał przez telefon, że zrobi wszystko, aby Patrycja wróciła do Urzędu. I widać tego Pana, jak biega za p.Be-



atą. Tak właśnie temu Panu i wielu innym leży na sercu dobro miasta.

A.M. Takich rzeczy po prostu nie da się szybciej udowodnić ale pół Pułtusk dudni o tym co się dzieje a każdy to ukrywa

H.S. PSL to lokalna sitwa do wywalenia. Kiedy mieszkańcy to zrozumieją?

M.M. Każdy z mieszkańców tego miasta wie doskonale jakie są tutaj układy i jakie klany rodzinne gdzie pracują.. A teraz się dziwimy i udajemy że tak ma być.. Te miasto od wielu lat się nie zmieniło i nie zmieni.. Taka jest prawda...

A.B. Jeśli chodzi o zięcia pani Beaty Józwiak pana Damiana byłego wiceprezesa Eco Pułtusk jego osiągnięcia to poniżanie i brak szacunku do pracowników PPUK ,co efektem tego jest że 5 kobiet odeszło z biura w ciągu roku a kadrową i księgową psychicznie wykończył

A.R. Pułtusk to taka mała Sycylia

O.O. Z całym szacunkiem do p. Beaty, ale wiadomo kto będzie pociągał za sznurki i rządził z tylnego siedzenia, kto w strukturach psl ma przełożenie i najwięcej do powiedzenia, chwilę po wyborach obudzimy się w rzeczywistości i marazmie z przed lat, stolki obejmą te same osoby i ich rodziny. Czy nie można dać szansy innemu, psl miał swój czas i chyba nie bardzo się sprawdził. I czemu nikt się nie zastanawia dlaczego pis nie wystawia tym razem swojego kandydata , czy to jest takie ciche poparcie p. Beaty w zamian za co ?

L.L. panie Cendrowską i Józwiak są kandydatkami, są zwolennicy i przeciwnicy każdej z Nich, a p. Józwiak w spocie nic nie mówi o planie zarządzania gminą, ale mówienie, że będziemy opiekowani to może praca w DPS

A.D. i jak widać, sporej części mieszkańców Pułtusk taki stan rzeczy w ogóle nie przeszkadza.

Ano właśnie – przeszkadza nam to, co się dzieje i dzieje? Jak bardzo ważne dla nas jest to, co będzie wynikiem nadchodzących wyborów? To pytanie można postawić w szerszym aspekcie: jak dojrzałym społeczeństwem obywatelskim jesteśmy w naszej małej ojczyźnie? Burmistrza nie przyniesie nam nikt w teczce, nie zajmie fotela w Ratuszu w wyniku desantu spadochronowego – sami wybierzemy burmistrza w demokratycznych wyborach.

Kierujemy do każdego mieszkańca Pułtusk pod rozwagę niezmiennie trafną myśl ś.p. Jacka Kuronia, jednego z najwybitniejszych opozycjonistów, którzy doprowadzili do wolnościowych przemian ustrojowych 1989 r.:

„demokracja to taki ustrój, który gwarantuje nam, że nie będziemy rządzani lepiej, niż na to zasługujemy”. A w kwestii prowadzenia kampanii wyborczej mamy odpowiedź płynącą z komentarzy naszych Czytelników: wieczorki tanecz-

ne przy fontannie to doskonały pomysł. W zabieganej i dość monotonnej rzeczywistości możliwość weekendowego oderwania się od trosk, wyluzowania, wytęńczenia i zabawy jest nie do przecenienia. Te wieczorki taneczne niosą ogromny walor integrujący społeczność miasta. Inicjatywa wspaniała i warta tego, by stała się stałą weekendową atrakcją dla pułtuszczan i przyjezdnych – a z pewnością wiele osób spoza miasta, nawet z daleka, będzie miało ochotę i potrzebę, żeby w tych wieczorkach brać udział i po prostu się bawić. Jest jednak bardzo poważne zastrzeżenie: takie imprezy, organizowane w wyniku decyzji burmistrza i finansowane z publicznych pieniędzy, nie powinny być organizowane w czasie trwania kampanii wyborczej, w której ten burmistrz bierze udział. Takie działanie zawsze będzie rodziło masę wątpliwości nie tylko natury etycznej czy moralnej – ale wręcz prawnej.

RED

OŚWIADCZENIE RADY NADZORCZEJ ECO PUŁTUSK SP.Z O.O.

Szanowni Państwo

W związku z medialnymi zarzutami, iż Pan Damian Szewczyk został odwołany z zarządu Spółki ECO Pułtusk z powodu, iż jest zięciem Pani Beaty Józwiak kandydatki na burmistrza Pułtusk informujemy, że Pan Damian Szewczyk został odwołany z powodu niezłożenia w terminie dokumentów finansowych Eco Pułtusk sp. z o.o. żądanych przez Radę Nadzorczą. Ponadto informujemy, że Pan Damian Szewczyk powinien złożyć rezygnację ze sprawowanej funkcji w sierpniu 2020 r., gdy został Prezesem Zarządu C - LABS SPÓŁKA Z OGRANICZONĄ ODPOWIEDZIALNOŚCIĄ z siedzibą w Lublinie. Łączenia ww. stanowisk zabrania USTAWA z dnia 21 sierpnia 1997 r. o ograniczeniu prowadzenia działalności gospodarczej przez osoby pełniące funkcje publiczne. Fakt zasiadania w zarządzie lubelskiej spółki Pan Damian Szewczyk zataił w składanych oświadczeniach majątkowych. Za składanie nieprawdziwych oświadczeń majątkowych grozi odpowiedzialność karna. Dodatkowo są sprawdzane inne aspekty pracy Członka Zarządu m.in. czy nie zachodził konflikt interesów między Eco Pułtusk sp. z o.o. a prowadzoną działalnością gospodarczą Pana Szewczyka oraz czy działania Pana D. Szewczyka nie naraziła Spółki na straty?

W imieniu Rady Nadzorczej Eco Pułtusk Sp. z o.o.

Wiceprzewodniczący Rady
Andrzej Daniluk



MAZOWIECKA KRONIKA KRYMINALNA

LEGIONOWO. Miał odhaczyć dozór, trafił do aresztu i z zarzutami

Policjanci z legionowskiej komendy zatrzymali poszukiwanego 49-latką. Mężczyzna zgłosił się na policyjny dozór. Nie wiedział jednak, że jest poszukiwany przez miejscowy sąd. To nie był jednak koniec jego kłopotów, bowiem mężczyzna przyszedł do jednostki policji z narkotykami. Mieszkaniec powiatu trafił już do aresztu, gdzie spędzi najbliższe 9 miesięcy.

Kilka dni temu w godzinach wieczornych policjanci z zespołu patrołowo – interwencyjnego Komendy Powiatowej Policji w Legionowie zatrzymali poszukiwanego mieszkańca powiatu. 49-latek stawiał się do komendy na policyjny dozór. W trakcie podpisywania dozoru okazało się, że jest poszukiwany celem doprowadzenia do aresztu śledczego. Decyzją Sądu Rejonowego w Legionowie mężczyzna miał odbyć karę 9 miesięcy pozbawienia wolności za groźby karalne. To jednak nie był koniec jego kłopotów, bowiem policjanci znaleźli przy nim narkotyki. Badanie narkotestem potwierdziło, iż jest to marihuana i mefedron. Mieszkaniec powiatu usłyszał zarzut posiadania środków odurzających, za co grozi kara do 3 lat pozbawienia wolności. Następnie został przewieziony do aresztu śledczego, gdzie odbędzie zasadzoną wcześniej karę. Nie ominie go również odpowiedzialność za posiadanie narkotyków, ale to tym decyduje już sąd.

MODLIN. 44-latek ukrył się przed policją w szafie

12 września 2024 r. dzielnicowa i patrołowiec z modlińskiego posterunku zatrzymali 44-latkę z Modlina Starego. Mężczyzna chcąc uniknąć odpowiedzialności karnej ukrył się przed policjantami w szafie. Mundurowi szybko odkryli jego kryjówkę. 44-latek jeszcze tego samego dnia trafił do zakładu karnego.

Funkcjonariusze z Posterunku Policji w Modlinie ustalili, gdzie może się ukrywać poszukiwany 44-latek. W czwartkowy poranek weszli na wytypowaną wcześniej posesję, w Modlinie Starym. Na początku nic nie wskazywało na to, że mężczyzna jest w domu. Jednak po wejściu do środka i dokładnym sprawdzeniu pomieszczeń odkryli, że poszukiwany schował się przed nimi w szafie. Policjanci zatrzymali mieszkańca powiatu nowodworskiego i przewieźli do komendy. Sąd Rejonowy w Nowym Dworze Mazowieckim wydał nakaz doprowadzenia mężczyzny do aresztu i odbycia kary 4 miesięcy i 16 dni pozbawienia wolności, za popełnione wcześniej przestępstwo znęcania się. 44-latek trafił do jednostki penitencjarnej.

CHOTOMÓW. Kierował sprzętem budowlanym pod wpływem alkoholu

W minioną niedzielę, w miejscowości Chotomów, funkcjonariusze legionowskiej drogówki zatrzymali 50-letniego mężczyznę, który będąc pod wpływem alkoholu kierował najpierw koparko-ładowarką, a następnie przesiadł się do lawety. Jak się okazało, to nie było jedyne przewinienie mężczyzny.

W niedzielę, tuż po godz. 11. policjanci Wydziału Ruchu Drogowego KPP w Legionowie, otrzymali informację, o nietrzeźwym mężczyźnie, który porusza się pojazdem będąc pod wpływem alkoholu doprowadzając do uszkodzenia skrzynki gazowej. Po przybyciu na miejsce mundurowi ustalili, że mężczyzna kierując koparko-ładowarką uderzył w drzewo, które uszkodziło ogrodzenie. 50-latek chcąc odsunąć maszynę od drzewa wsiadł do lawety, którą to uszkodził skrzynkę gazową. Okazało się, że mieszkaniec gminy Jabłonna miał blisko 2,8 promila alkoholu w organizmie. Po sprawdzeniu kierowcy w policyjnej bazie ustalono, że mężczyzna ma cofnięte uprawnienia do kierowania pojazdami mechanicznymi.

To zdarzenie jest kolejnym przykładem, jak ważne jest egzekwowanie prawa

i odpowiedzialne podejście do kierowania pojazdami. Funkcjonariusze policji zapowiadają bezwzględne karanie tych, którzy lekceważą przepisy i zagrażają bezpieczeństwu na drogach.

NOWY DWÓR MAZ. Za narkotyki rok spędzi w więzieniu

W sobotni wieczór policjanci nowodworskiej prewencji zatrzymali 39-letniego nowodworszana. Mężczyzna był poszukiwany za przestępstwa narkotykowe. Trafił do jednostki penitencjarnej.

Policjanci Wydziału Prewencji z Komendy Powiatowej Policji w Nowym Dworze Mazowieckim podczas służby weryfikują informacje oraz sprawdzają miejsca, gdzie mogą ukrywać się osoby poszukiwane. Dzięki systematycznym sprawdzeniom i bieżącej analizie ustalili, że 39-latek, za którym Sąd Rejonowy w Nowym Dworze Mazowieckim wydał nakaz doprowadzenia może przybywać w jednym z mieszkań na terenie miasta. Patrołowcy udali się pod wskazany adres, gdzie zastali poszukiwanego mężczyznę. Został on przez policjantów błyskawicznie zatrzymany. Był zaskoczony, tym bardziej, kiedy okazało się, że ma on dozór elektroniczny, a do odbycia dodatkowo karę pozbawienia wolności w wymiarze 1 roku, za popełnione w przeszłości przestępstwa narkotykowe. Mężczyzna trafił najpierw do nowodworskiej komendy, a następnie do zakładu karnego, gdzie spędzi najbliższy rok.

LEGIONOWSKI. 54-latek znęcał się nad żoną

Prokurator zastosował dozór policyjny, nakaz opuszczenia mieszkania oraz zakaz zbliżania się do pokrzywdzonej wobec 54-latkę, który znęcał się psychicznie i fizycznie nad swoją żoną. Za popełnione przestępstwo grozi mu kara 5 lat pozbawienia wolności.

Mieszkaniec powiatu legionowskiego od dłuższego czasu wszczynał awantury, podczas których znęcał się psychicznie i fizycznie nad swoją żoną.

Pokrzywdzona złożyła zeznania, sprawca przemocy domowej został zatrzymany i osadzony w policyjnym areszcie. 54-latek usłyszał zarzut znęcania się psychicznego i fizycznego. Zebrany przez śledczych materiał dowodowy dał podstawy do tego, aby prokurator zastosował wobec podejrzanego dozór policyjny. Mężczyzna musi również opuścić mieszkanie, które zajmował z pokrzywdzoną oraz ma zakaz zbliżania się i kontaktowania. Czynności w tej sprawie prowadzi Prokuratura Rejonowa w Legionowie. Za popełnione przestępstwo domowemu agresorowi grozi kara do 5 lat pozbawienia wolności. Znęcanie się i poniżanie to tajemnica wielu rodzin. Apelujemy, aby osoby dotknięte tą tragedią nie wstydziły się mówić o swojej sytuacji. W naszej komendzie zawsze czekają policjanci gotowi nieść pomoc ofiarom przemocy domowej.

PUŁTUSK. Chciała skrócić sobie drogę, wpadła pod motocykl

W Pułtusku na drodze w kierunku Wyszowska doszło do zdarzenia drogowego z udziałem pojazdu osobowego i motocykla. Przez kilka godzin droga przez most była zablokowana.

W środę po godzinie 15 na ulicy Wyszowskiej w Pułtusku zaraz przed mostem wyszkowskim doszło do zdarzenia drogowego. Ze wstępnych ustaleń wynika, że najprawdopodobniej 50-letnia kierująca samochodem osobowym marki Seat nie zastosowała się do znaku C-02 (nakaz jazdy w prawo) w wyniku czego zderzyła się z 41-letnim motocyklistą, mieszkańcem powiatu pułtuskiego. Zarówno kierująca seatem, jak i kierujący motocyklem suzuki z obrażeniami ciała zostali przewiezieni do szpitala. Funkcjonariusze ustalili, że obydwoje kierujący byli trzeźwi. Na miejscu przez kilka godzin pracowali policjanci z techniką kryminalistyki, sporządzając oględziny pojazdów i miejsca zdarzenia. Droga DW618 była zablokowana przez kilka godzin. Zdarzenie utrudniło ruch w całym Pułtusku. Teraz mundurowi będą wyjaśniać wszystkie okoliczności tego wypadku.

ZEGRZE. Łowił ryby na terenie chronionym

Za nielegalny polów ryb w obrębie chronionym na rzece Narew odpowie wędkarz, który zignorował zakaz. Jego wędkarskie poczynania ujawnił patrol, który pełnił w tym czasie służbę w obrębie ochrony.

Jedno z ulubionych miejsc niejednego wędkarza to Jezioro Zegrzyńskie i rzeka Narew. Warto wiedzieć, że w niektórych rejonach zbiornika obowiązuje całkowity zakaz wędkowania. Dlatego też policjanci reagują na wszelkie wykroczenia i przestępstwa popełniane w tym rejonie. We wtorek funkcjonariusze ujawnili wędkarza, który uprawiał amatorski polów ryb w obrębie ochronionym. 66-letni mieszkaniec powiatu koneckiego został wylegitymowany oraz poinformowany o popełnieniu przestępstwa. Zgodnie z przepisami jego sprzęt wędkarski został zabezpieczony. Wędkarz został zatrzymany i przewieziony do Komisariatu Policji w Wieliszewie, gdzie usłyszał zarzut dotyczący nielegalnego polowu ryb. Za tego typu przestępstwo może mu grozić kara grzywny, ograniczenia wolności albo pozbawienia wolności do lat 2.

PUŁTUSK. Miał 1,5 promila i jechał rowerem

Policjanci z Pułtuska zatrzymali do kontroli 55-letniego rowerzystę. Jak się okazało mężczyzna był nietrzeźwy miał prawie dwa promile alkoholu w organizmie.

W poniedziałek (10.09) policjanci na ul. Wyszowskiej w Pułtusku po godz. 12 zatrzymali do kontroli rowerzystę, który wzbudził u policjantów podejrzenie, że może być nietrzeźwy. Przepuszczenia funkcjonariuszy potwierdziły się, podczas badania trzeźwości okazało się, że 55-letni mieszkaniec powiatu pułtuskiego ma ponad 1,5 promila alkoholu w organizmie. Teraz mężczyzna za swoje nieodpowiedzialne zachowanie odpowie przed sądem.

KPP:
Legionowo/Nowy Dwór Maz./Pułtusk

**KONFERENCJE, SZKOLENIA, WARSZTATY**

Zapraszamy: tel. 531 093 982; 507 104 572
e-mail: info@palacjablonna.pan.pl



Gospodynie poczuły się wyrzucone

KACICE

Spór o wiejską świetlicę

Świetlice wiejskie, w wielu miejscowościach naszego powiatu okazały się, wyremontowane, nowoczesnie wyposażone, z powodzeniem służą wszystkim mieszkańcom. Jak się jednak okazuje, pomieszczenia świetlic, nazywanych też remizami, bo są tu zwykle siedziby Ochotniczej Straży Pożarnej, są przedmiotem wiejskich konfliktów. Do takiej sytuacji niestety doszło również w podpułtuskich Kacicach. Spierają się strażacy i zgromadzeni wokół nich mieszkańcy wsi z działającym prężnie Kołem Gospodyń Wiejskich.

Wydaje się, że źródłem problemu stała się umowa użytkowania pomieszczeń świetlicy, również kuchennych, zawarta z Kołem Gospodyń Wiejskich w Kacicach za czasów rządów byłego burmistrza Wojciecha Gregorczyka. Przewodnicząca KGW Anna Goździewska w rozmowie z Tygodnikiem twierdzi, że dla zrzeszonych w kole wiejskich gospodyń taka umowa była o tyle ważna, że stanowi podstawę do zgłoszenia w Urzędzie Skarbowym miejsca prowadzenia działalności. Tymczasem sołtys wsi Kacice Marek Kozarzewski i strażacy ochotnicy są nieco innego zdania. To właśnie OSP wystąpiło do pełniacej obowiązki burmistrza Marzeny Cendrowskiej z prośbą o uregulowanie zasad umowy użytkowania, gdyż czują się odsunięci od roli gospodarzy świetlicy wiejskiej. Twierdzą, że mieli spore problemy z uzyskaniem kluczy do remizy, a to ich siedziba, OSP jest zarejestrowane w tym miejscu, a Koło Gospodyń Wiejskich w domu pani Goździewskiej.

Po piśmie do p.o. burmistrza i kilku spotkaniach ze stronami sporu, umowa została wypowiedziana gospodyniom z koła. Wypowiedzenie staje się prawomocne z dniem 30 października tego roku. O motywy takiej decyzji zapytaliśmy Marzenę Cendrowską, która w przesłanej do nas odpowiedzi pisze:

15 czerwca tego roku kacicka OSP obchodziła piękny jubileusz 120 - lecia działalności. Zdjęcie ze strony pultusk.pl

Budynek świetlicy wiejskiej w Kacicach został wybudowany m.in. dzięki zaangażowaniu i zbiórkom strażaków ochotników i miał być przeznaczony również na pełnienie funkcji strażnicy Ochotniczej Straży Pożarnej w Kacicach, której działalność sięga 1904 roku. W kwietniu 2021 roku pomiędzy Gminą Pułtusk a nowo utworzonym Kołem Gospodyń Wiejskich w Kacicach, przy udziale sołectwa wsi Kacice reprezentowanego przez sołtysa, została zawarta umowa użytkowania, na mocy której KGW korzystało z pomieszczeń świetlicy wiejskiej, w tym zaplecza kuchennego. Tym samym uniemożliwiono korzystanie z tej części budynku strażakom ochotnikom, którzy potrzebowali tego pomieszczenia m.in. wracając po zakończonych akcjach ratowniczo - gaśniczych. W celu rozwiązania problematycznej sytuacji, jako Burmistrz Miasta Pułtusk zorganizowałam spotkania stron - przedstawieli OSP w Kacicach, KGW

w Kacicach, sołectwa wsi Kacice i gminy Pułtusk. Pomimo dokonania uzgodnień dotyczących korzystania ze świetlicy, okazało się, że część członków koła ich nie respektuje, w związku z czym wypowiedziałam ww.umowę, która zostaje rozwiązana z dniem 30 października br. Jednocześnie postanowiłam, że decyzję w sprawie dalszego korzystania ze świetlicy wiejskiej pozostawiam w gestii sołectwa wsi Kacice.

Stanowisko to potwierdza sołtys i przedstawiciele OSP, którzy jednak podkreślają, że nikt nie zabrania gospodyniom zrzeszonym w kole korzystać z pomieszczeń i spotykać się w świetlicy, ale gospodarzami są tu oni, a świetlica ma służyć wszystkim mieszkańcom.

Tymczasem przewodnicząca KGW Anna Goździewska nie kryje rozgoryczenia. Powiedziała Tygodnikowi:

- Powodem cofnięcia użytkowania były wypowiedziane słowa przez Panią Burmistrza, jak przyjechała do Kacic to

skomentowała, że przyjechała strażaków przywrócić do władzy. To nie jest wojna między sołectwem a nami, tylko między strażakami. Stosunki z sołtysem są dobre, został wybrany na kolejną kadencję, dzięki wsparciu naszego Koła, on też do KGW należy, a do rady sołectkiej też weszły trzy osoby z KGW nie związane

z OSP. Sołtys tylko powtarza, że trzeba się dogadać ze strażakami. A strażacy, z poparciem pani Cendrowskiej, chcą nas przenieść do pomieszczenia w którym nie ma ujęcia wody. Miałoby to tak wyglądać, że sołtys wspólnie ze strażakami wynajmowałby obecnie naszą urządzoną kuchnię, bo pieniądze na zakup sprzętu AGD pochodziły z funduszu sołectkiego. W 2021 roku była zgoda gminy, żeby pieniądze na ten cel wydatkować. Sami wszystko urządzaliśmy, gmina tylko regulowała płatności. W kolejnych latach już za swoje pozyskane środki z pomocy finansowej AR iMR dokupywaliśmy brakujący sprzęt. Mamy dużo swojego wyposażenia.

Na chwilę obecną to tak wygląda, że mamy zabrać swój zakupiony sprzęt i się zamienić pomieszczeniami, bo to pomieszczenie służyło wcześniej strażakom jako pokój socjalny. Media opłacałam, potem gmina nie żądała już opłat, bo mamy fotowoltaikę. Na chwilę obecną ponoszę koszty wywozu szamba, które się szybko zapelnia, bo jest prowizorką, stanowi 4 kręgi studienne.

A powód wyrzucenia nas z użyczonych pomieszczeń,

to zysk czerpany z korzyści przy wynajmowaniu dużej sali i naszego aneksu kuchennego z małą salą. Pomysł na nasze nowe działanie jest taki, żeby nam nie zabierać tych pomieszczeń, nie chcemy też nikomu obcemu ich wynajmować, bo koszty są dużo większe niż symboliczna opłata. Przyjechałam z sanatorium, sołtysowi musiałam udostępnić klucze, pani burmistrz taki postawiła warunek: a tu proszę niespodzianka, szambo pod dekiel pełne (kosztowało 140 zł) i zepsuta pompa w zmywarce, koszt naprawy 550 zł. Wszystkie dokumenty w najniższych szczegółach są u mnie dostępne.

W minioną sobotę odbyło się kolejne zebranie wiejskie w tej sprawie, ale kompromisu nie osiągnięto, gdyż jak nas poinformował sołtys, gdy tylko pojawiła się pani burmistrz, to gospodynie opuściły salę. Mamy jednak nadzieję, że konflikt uda się zażegnać i w wiejskiej społeczności zapanuje zgoda. Zarówno strażacy ochotnicy, jak i gospodynie wiejskie pełnią bardzo ważną rolę w lokalnym środowisku. Zgoda buduje, więc może warto spotkać się w swoim gronie i jakoś dogadać dla wspólnego dobra.

ED, GMD



Prężnie działające Koło Gospodyń Wiejskich w Kacicach, zdjęcie z fb

11 września, po południu, w Pułtusk, na drodze w kierunku Wyszkowa doszło do zdarzenia drogowego z udziałem pojazdu osobowego i motocykla. Przez kilka godzin droga przez most była zablokowana

Chciała skrócić sobie drogę, uderzył w nią motocyklista

W środę, po godzinie 15, na ulicy Wyszowskiej w Pułtusk, zaraz przed mostem wyszkowskim, doszło do zdarzenia drogowego. Ze wstępnych ustaleń wynika, że najprawdopodobniej 50-letnia kierująca samochodem osobowym

marki Seat nie zastosowała się do znaku C-02 (nakaz jazdy w prawo), w wyniku czego zderzyła się z 41-letnim motocyklistą, mieszkańcem powiatu pułtuskiego. Zarówno kierująca seatem, jak i kierujący motocyklem suzuki z obrażeniami

ciała zostali przewiezieni do szpitala. Funkcjonariusze ustalili, że obydwójce kierujący byli trzeźwi. Na miejscu przez kilka godzin pracowali policjanci z techniką kryminalistyki, sporządzając oględziny pojazdów i miejsca zdarzenia. Droga

DW618 była zablokowana przez kilka godzin. Zdarzenie utrudniło ruch w całym Pułtusk. Teraz mundurowi będą wyjaśniać wszystkie okoliczności tego wypadku.

Przypominamy, aby stosować się do znaków na drodze

i jeździć zgodnie z przepisami. Zdrowy rozsądek powinien towarzyszyć nam podczas każdej podróży. Miejmy na uwadze bezpieczeństwo własne, swoich bliskich oraz innych osób.

ml. asp. Magdalena Bielińska





NASZE WILKOWYJE

Katastrofa

Siedzimy przymurowani do monitorów w telefonach, choć w zasadzie ławeczka nie po to jest. Ławeczka jest dla uwagi, a smartfony są dla nieuwagi. Kusi twierdzi, że przez smartfony i soszla media mamy kulturę przeszkadzajek, że normalna sztuka jest po to by się skupić i coś zrozumieć, albo przeżyć, a smartfony i te wszystkie głupie filmiki są po to, żebyś się nie skupiał, bo możesz zauważyć, że coś jest nie halo. A póki nie zauważysz, to nie widzisz, a jak nie widzisz to nie zrozumiesz. A jak nie zrozumiesz, to poszukasz czegoś taniego i głupiego, co ci na chwilę da strzał dopaminowy i pocujesz się lepiej, ale tylko na krótko. Jak z tym orzeszkiem, co daje dokładnie tyle energii, ile potrzeba na sięgnięcie po następnego orzeszka. A jak czujesz się lepiej przez parę sekund, to wcale nie znaczy, że czujesz się dobrze, więc natychmiast chcesz więcej i więcej i to zadowolenie jest jak puste kalorie – niby napchany, ale byle czym i byle po co.

Tu musieliśmy wstrzymać te konie w galopie szalonych myśli, bo ciekawość nas wzięła, co to jest strzał dopaminowy. Ale Kusi nic nie wyjaśnił, tylko rzucił: wygooglajcie sobie i posiedź. I to jest cały Kusi, bo najpierw przeciw smartfonom się żołądkuje, a potem znudzony konwersacją z niewykształtciuchami, odsyła do smartfona i sobie idzie. Paradoks taki elitarny, że się tak wyrażę, bo co nam po rozumie Kusego, jak on do nas cierpliwości nie ma?!

No ale zaczęli my guglać ten strzał dopaminowy i tak my się dowiedzieli, że powódź. Bo rzeka w Wilkowyjach z tego słynie, że nie istnieje, więc nic u nas nie wylewa. I góry też nijakiej nie ma, co by z niej coś spłynąć mogło, bo w kwestii gór to u nas całkiem płasko. Może kiedyś były, ale się schodziły. Ludy tędy wszelakie szły i wszystko zdeptały: góry, rzeki, nawet jeziora i tylko pola i lasy zostały, bo pola mają to do siebie, że albo same się robią, albo z zdeptania nierówności. Także u nas jak ktoś chce dolinę mieć, to musi se wykopać, albo ruszyć w jary za Dopiewem, ale to się nie liczy, bo za Dopiewem nie ma już Wilkowyj, bo po prawdzie nic nie ma. Tylko nieużytki i ludzka zawiść, że się po złej stronie drogi powiatowej urodziło.

No więc nie wiedzieliśmy my, że powódź. To znaczy słyszeli, ale nie że taka. Katastrofa po prostu. Mosty, samochody, domy, drzewa wszystko panta rej, nawet nad zaporami woda się przelewa jak z garnka zostawionego na pełnym ogniu. Nie zabralo nam wiele czasu, by zrozumieć, że konieczność wyższa, bo katastrofa to do siebie ma, że przypomina ci co ważne, a co nieważne. A generalnie ważne są trzy rzeczy: życie, rodzina i dom. No i zdrowie, bo bez zdrowia nic nie smakuje, jak mówi poeta, ale nie pamiętam który, bo to było dawno czyli w szkole. A przy powodzi wszystko zagrożone: i życie, i rodzina, i domy i do tego jeszcze zdrowie. Oderwali się więc my od tych filmików na smartfonach, zamienili smartfony w zwykłe telefony i zadzwonili gdzie trzeba. Nie minęło czasu mało wiele, a ruszył z Wilkowyj konwój z piaskiem, bo tego ci u nas dostatek nadzwyczajny, kobiety worki szyły, tylko młody Solejuk coś bredził, że Szwedzi już dawno wymyśliły jak budować zapory powietrzem dmuchane, z takimi fartuchami gumowymi, co je woda sama ciężarem swoim do ziemi przytwierdza i do góry wynosi powietrzną zaporę, a im większa woda, tym mocniej przytwierdza i wyżej wynosi. Ale to było tylko takie gadanie, bo kto by uwierzył, że jest coś lepszego niż polski piasek i polskie worki. I gdyby tak było, jak młody Solejuk mówi, to przecież każda gmina nadrzeczna, każde miasto, co przez nie rzeka płynie, dawno by już te fartuchy z nadmuchiwanymi bąbelkami miała, a jak nie ma, to znaczy się w Polsce nie sprawdza. No bo przecież nawet nasze polityki, aż takie głupie nie są i jakieś wnioski z ostatniej powodzi wyciągnęły, czyż nie?

Pietrek

Jak postępować podczas powodzi

W sytuacji zagrożenia powodziowego należy śledzić na bieżąco prognozy, komunikaty i ostrzeżenia hydrologiczne i meteorologiczne wydawane przez Instytut Meteorologii i Gospodarki Wodnej.

- Słuchaj komunikatów o zagrożeniu i sposobach postępowania w lokalnym radiu lub telewizji;
- Jeśli to możliwe, odeślij dzieci i osoby starsze w bezpieczne miejsce np. do znajomych czy rodziny;
- Upewnij się, że wszyscy członkowie rodziny, zwłaszcza dzieci, wiedzą co robić w razie powodzi, ustal sposoby kontaktowania się, drogi ewakuacji;
- Naucz członków rodziny odłączania źródeł energii, gazu i wody;
- Przenieś wartościowe rzeczy na górne kondygnacje budynku;
- Zadbaj o to, by telefon komórkowy cały czas był w pełni naładowany;
- Przygotuj w bezpiecznym miejscu lekarstwa, dowody tożsamości, kosztowności, pieniądze, dokumenty dotyczące domu i posiadanych gruntów, dokumentację działalności gospodarczej i polisy ubezpieczeniowe;
- Zaopatrz dom w niezbędną ilość żywności o długiej trwałości do spożycia, wodę i przygotować odpowiednią odzież, latarki, koce i środki higieniczne;
- Pojazdy z terenu posesji przestaw w niezagrażone powodzią miejsca;

- Zabezpiecz budynek i przygotuj worki z piaskiem;
- Przygotuj zwierzęta hodowlane do ewakuacji, porozmawiaj z sąsiadami o pomocy przy załadunku;
- Rozważ ewakuację zwierząt zaraz po ogłoszeniu alarmu powodziowego. Taka ewakuacja jest zawsze dużo trudniejsza niż ewakuacja ludzi i zajmuje dużo czasu. Sprzęt pływający w dyspozycji straży pożarnej i wojska bardzo często nie nadaje się do ewakuacji dużych zwierząt;
- Paszę dla zwierząt przenieś w niezagrażone zalaniem miejsce;
- Zabezpiecz substancje niebezpieczne – pestycydy, środki owadobójcze, farby, lakiery, rozpuszczalniki i inne środki chemiczne;
- Zabezpiecz zbiorniki z olejem, paliwem;
- Jeśli masz sprzęt pływający (pontony, łodzie itp.), utrzymuj go w sprawności i używaj go wyłącznie podczas zagrożenia życia;
- Przygotuj się do ewakuacji. Pozostawanie na zalanym terenie to ogromne ryzyko: oprócz zagrożenia utonięciem, należy liczyć się z chorobami zakaźnymi, brakiem prądu, wody i kanalizacji; po odmowie ewakuacji otrzymanie niezbędnej pomocy na czas może nie być możliwe.

POWÓDŹ I PODTOPIENIA

RCB

NIE ZBLIŻAJ SIĘ DO WEZBRANYCH RZEK

SŁUCHAJ POLECEŃ SŁUŻB

PRZED

SŁUCHAJ KOMUNIKATÓW O ZAGROŻENIU

UPEWNIJ SIĘ, ŻE CAŁA RODZINA, ZWŁASZCZA DZIECI, WIE CO ROBIĆ W CZASIE POWODZI

PRZENIEŚ DOKUMENTY, LEKI I WARTOŚCIOWE RZECZY NA GÓRNE KONDYGNACJE BUDYNKU

NAŁADUJ TELEFON

W TRAKCIE POWODZI

PRZYGOTUJ SIĘ DO EWAKUACJI

ZRÓB ZDJĘCIA ZNISZCZEŃ, MOGĄ POMÓC W UZYSKANIU ODSZKODOWANIA

NIE PIJ WODY ZE STUDNI, MOŻE BYĆ SKAŻONA

ODŁĄCZ PRĄD I GAZ

✉ @RCB_RP
📘 @rzadowecentrumbezpieczenstwa
📷 @rcbgovpl



PATRON HONOROWY:

Marszałek
Województwa
MazowieckiegoPatronat Honorowy
Starosty LegionowskiegoPowiat
LegionowskiPatronat Honorowy
Wójta Gminy JabłonnaGmina
Jabłonna

SPONSOR GŁÓWNY:



PARTNERZY PREMIUM I PARTNERZY GŁÓWNI:



PATRONI MEDIALNI:



ZAPRASZAMY NA XXII FESTIWAL

"NAUKA Z PAŁACEM W TLE"

21 - 22 września 2024

Pałac w Jabłonninie
ul. Modlińska 105

SOBOTA I NIEDZIELA
10:00-16:00

WYKŁADY
WARSZTATY
POKAZY
DOŚWIADCZENIA



WSTĘP WOLNY



Rada Miejska w Pułtusku
Burmistrz Miasta PułtuskAkcja Katolicka
przy Parafii św. Mateusza
w PułtuskuMIEJSKIE CENTRUM KULTURY I SZTUKI
W PUŁTUSKU

XXVII DNI PATRONA PUŁTUSKA ŚW. MATEUSZA 19-22 września 2024 r.

BUDKA
SUFLERA

DŹWIĘKOLUDKI



SOUND'N'GRACE



BARANOVSKI

19 WRZEŚNIA 2024 r. | CZWARTEK

godz. 9⁰⁰ – Zawody lekkoatletyczne dla dzieci z rocznika 2012 i młodszych
(Publiczna Szkoła Podstawowa nr 4 z klasami sportowymi im. Ireny Szewińskiej, boisko)

godz. 10³⁰ – XVII Wyścig po historię – konkurs wiedzy o historii Pułtusk dla uczniów szkół podstawowych połączony z marszobiegiem i konkurencjami sprawnościowymi
(start – plac przed PBP im. J. Lelewela, ul. Juliusza Słowackiego 2; meta - Dom Polonii, Amfiteatr im. Krzysztofa Klenczona)

godz. 11⁰⁰ – Mały Bieg Mateuszowy – przedszkolaków, uczniów szkół podstawowych i ponadpodstawowych (Publiczna Szkoła Podstawowa nr 4 z klasami sportowymi im. Ireny Szewińskiej, boisko)

godz. 14⁰⁰ – Promocja publikacji „Źródła i materiały do dziejów 13 p. p. z lat 1918-1945. Relacje, wspomnienia, listy” Artur Samsel, Michał Filip Świdwa
(Centrum Dziedzictwa Kulturowego, ul. Rynek 13)

20 WRZEŚNIA 2024 r. | PIĄTEK

godz. 10⁰⁰ – Otwarcie wystawy malarstwa Georgija Aslanjana
(Kaplica pw. św. Marii Magdaleny)

godz. 11⁰⁰ – VI Ogólnopolski Konkurs Piosenek Polskich Wykonawców lat 60. i 70. XX w. „W sześciu strunach zaklęta muzyka” (Dom Polonii, Amfiteatr im. Krzysztofa Klenczona)

godz. 16⁰⁰ – „Sześćdziesięciolecie Muzeum Regionalnego w Pułtusku” – uroczystość jubileuszowa z promocją XI tomu publikacji *Pułtusk. Studia i materiały z dziejów miasta i regionu* (Dom Polonii, Sala im. I. Paderewskiego)

godz. 16⁰⁰ – Turniej Tenisa Stołowego o Puchar Burmistrza Miasta Pułtusk
(PSP nr 4, hala sportowa)

godz. 17⁰⁰ – Show taneczne Studia Tańca SWAG Olgi Nitkowskiej - Brejnak
(Dom Polonii, Amfiteatr im. Krzysztofa Klenczona)

godz. 19⁰⁰ – Koncert laureatów Konkursu Poezji i Piosenki Francuskiej *Art Poetique*
(Dom Polonii, Amfiteatr im. Krzysztofa Klenczona)

godz. 21⁰⁰ – MATEUSZOWE DANCE PARTY z DJ-em (Przystań Miejska)

21 WRZEŚNIA 2024 r. | SOBOTA

godz. 8⁰⁰ – Spławikowe zawody wędkarskie o Puchar Księdza Proboszcza
(zbiórka przy kładce technologicznej na kanale A)

godz. 9⁰⁰ – Turniej Tenisa Ziemnego o Puchar Burmistrza Miasta Pułtusk
(MOSiR, ul. H. Pilejczyk 6I, korty)

godz. 10⁰⁰ – IX Bieg Mateuszowy – na dystansie 5 km (start i meta – ul. Rynek)

godz. 10⁰⁰ – Prezentacje pułtuskich zakładów pracy oraz kiermasz produktów regionalnych
(rynek)

godz. 11³⁰ – Turniej koszykówki 3x3 o Puchar Burmistrza Miasta Pułtusk (PSP nr 4, boisko)

godz. 12⁰⁰ – Uroczysta Sesja Rady Miejskiej w Pułtusku, wręczenie medali „Za zasługi dla Miasta Pułtusk”, muzyczna dedykacja dla wyróżnionych (Dom Polonii, Sala Maneż)

godz. 14³⁰ – Barwny korowód ulicami Pułtusk (start - ul. Stanisława Staszica)

godz. 15⁰⁰ – Powitanie uczestników XXVII Dni Patrona Pułtusk św. Mateusza
(rynek, patio ratusza)

godz. 15¹⁰ – Koncert rodzinny DŹWIĘKOLUDKI (rynek, scena główna)

godz. 16³⁰ – Regaty kajakowe im. Grzegorza Śniadowskiego z udziałem pułtuskich zakładów pracy, stowarzyszeń i grup (Pułtusi Klubu Wodniaków, baza, Przystań Miejska, ul. Stare Miasto 28)

godz. 16³⁰ – Występ Miejskiej Młodzieżowej Orkiestry Dętej OSP w Pułtusku
(rynek, scena główna)

godz. 17⁰⁰ – Wręczenie nagród i koncert laureatów VI Międzynarodowego Konkursu Piosenek Polskich Wykonawców lat 60. i 70. XX w. „W sześciu strunach zaklęta muzyka”
(rynek, scena główna)

godz. 18¹⁰ – Program artystyczny MCKiS (rynek, scena główna)

godz. 19⁰⁰ – Koncert BARANOVSKI (rynek, scena główna)

godz. 20³⁰ – Koncert BUDKA SUFLERA (rynek, scena główna)

22 WRZEŚNIA 2024 r. | NIEDZIELA

godz. 10⁰⁰ – Grand Prix Pułtusk w badmintonie o Puchar Burmistrza Miasta Pułtusk
(PSP nr 4, hala sportowa)

godz. 12⁰⁰ – Msza św. odpustowa pod przewodnictwem JE ks. bpa Szymona Stulkowskiego o Błogosławieństwo Boże dla mieszkańców ziemi pułtuskiej, w intencji pracowników i Rady Muzeum Regionalnego w Pułtusku (Bazylika)

godz. 14⁰⁰ – XI Memoriał Szachowy im. Zbigniewa Tyszkiewicza o Puchar Burmistrza Miasta Pułtusk (Dom Polonii, sala koncertowa)

godz. 15⁰⁰ – Koncert w wykonaniu pedagogów i uczniów Państwowej Szkoły Muzycznej I stopnia w Pułtusku (PSM, sala koncertowa, ul. I. Daszyńskiego 17A)

godz. 19⁰⁰ – Koncert SOUND'N'GRACE (Bazylika)

WYDARZENIA TOWARZYSZĄCE:

20-22 września 2024 r. w godzinach 10⁰⁰-18⁰⁰ – Wystawa malarstwa Georgija Aslanjana
(Kaplica pw. św. Marii Magdaleny)

19-22 września 2024 r. w godzinach pracy Muzeum Regionalnego w Pułtusku – bezpłatne udostępnianie ekspozycji stałych i czasowych:

- „Średniowieczne proto-miasto w Pułtusku. Multimedialna ekspozycja z dziejów kasztelanii majątkowej biskupstwa płockiego” (wieża ratuszowa, ul. Rynek 43);
- „Pretorium Pułtoviensis” (podziemia dawnego ratusza, ul. Rynek 43);
- „Jezuici w Pułtusku i ich dziedzictwo” (podziemia we wzgórzu Abrahama – wejścia o godz. 13⁰⁰ i 15⁰⁰)
- „To co najlepsze - 60 lat Muzeum Regionalnego w Pułtusku” (kamienica przy ul. Rynek 36)

20 września 2024 r. w godz. 15⁰⁰-22⁰⁰, 21 września 2024 r. w godz. 12⁰⁰-22⁰⁰, 22 września 2024 r. w godz. 12⁰⁰-20⁰⁰ – Żarciwozy – zlot foodtrucków (Rynek przed ratuszem)

22 września 2024 r. w godz. 10⁰⁰ - 14⁰⁰ – Pobór krwi w mobilnym Centrum Krwiodawstwa (Rynek koło dzwonnicy)

PARTNER WYDARZENIA

SPONSOR STRATEGICZNY

SPONSORZY

WSPÓŁORGANIZATORZY



WIECZNE ŚCIBOLENIE w wiecznej promocji (18)

Masowe chałturzenie

W następstwie zaaplikowanej przez Balcerowicza „terapii szokowej” zaczęła się gonitwa za pieniądzem. Aktorzy jęli masowo publikować pamiętniki – w nadziei, że książka ze znanym nazwiskiem na okładce będzie się dobrze sprzedawała. Spisywanie wspomnień stało się modne, a polowanie na chałtury nagminne. Ot, Joanna Szczepkowska, która w swej wędrówce artystycznej zawitała także do nas – z monodramem *Gola baba*. Tytuł gwarantujący frekwencję, jednakże główny efekt okazał się lipą. To, co po zdjęciu ciuchów objawiło się oczom publiczności, nie było gołą skórą, tylko plastycznym pancerzem w cielistym kolorze. Brzuch, podbrzusze, cyce – wszystko z plastiku i karykaturalne. Taki striptiz w nocnym lokalu zostałby przez zawiedzione chłopstwo wygwizdany.

Schodząc ze sceny Szczepkowska zagląda do kapelusza – takiego samego, jaki żebracy kładą otworem do góry na ulicznym chodniku – znajduje 50-złotowy banknot, papiererek rzekomo przez kogoś z widzów wrzucony. Jej smętna mina wyraża rozczarowanie: pięćdziesiątka, ot i całe, pożałuj Boże, honorarium.

Marta Lipińska i Krzysztof Kowalewski także wypuścili się w teren. Zamiar widoczny jak na dłoni: wyzyskać w sensie jak najbardziej konkretnym popularność odtwarzanych przez siebie figur Elizy i Sułki.

Stadło będące tworem wyobraźni Jacka Janczarskiego, Eliza ze swą niestrudzoną a tak niefortunnie ułożoną miłością tudzież Sułek, debilowaty dryblas, oboje przypominają postacie z *Balladyny* – Goplanę i Grabca.

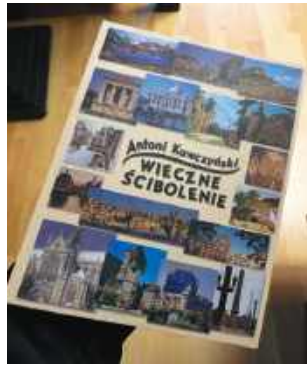
Stuchowiska z cyklu *Kocham pana, panie Sułku* pojawiły się na antenie w połowie lat 70-ych. Dramatis personae to wyłącznie Sułek i Eliza; raz tylko w rozmowie z Elizą dał się słyszeć głos jej matki. Fakt zakochania się w Sułku przyjęła ona z zadowoleniem, przypuszczając, iż latorośl ma z tego mnóstwo przyjemności. Tymczasem córka ze smutkiem wyznaje, że wskutek oziębłości narzeczonego nic z tych rzeczy. Na co matka, wielce zdziwiona: „No, no, taki duży chłopak...” Daleko by szukać równie tolerancyjnej rodzicielki.

Inscenizacja niewymyślna. Wrażenie, jakby się przez szybę zaglądało do studia. Aktorzy siedząc przy stoliku czytali do mikrofonu swoje kwestie. Tak właśnie można sobie wyobrazić nagrywanie dla radia kolejnego odcinka.

– Przypominam sobie jedną z pańskich ról – zwróciłem się po spektaklu do Krzysztofa Kowalewskiego. – Teatr Polski, pan jako Ajaks w *Wojnie trojańskiej* Szekspira.

Myśl pana Krzycha podążyła ku dawnym partnerom:

– Stasio Jasiukiewicz zagrał... – gwiazdor zawiesza głos usiłując przypomnieć sobie, w jakiej roli wystąpił



Książka opublikowana przez Wydawnictwo TiO. Do nabycia w księgarni „U Leszka” - Legionowo, Stefana Batorego 10

Stanisław Jasiukiewicz.

Podpowiadam:

– Hektora.

– Tak, Hektora. Ale to był *Trojlus i Kresyda*.

Najpierw ja dopomogłem jego pamięci, potem on mojej. Dodał:

– Stare dzieje.

Żeby polechtać próżność mego znamienitego rozmówcy, wspominam:

– Obok mnie siedziały trzy nastolatki. Wiadomo, jak takie stworzenia reagują na akcję sceniczną. W przystojnym aktorze każda gotowa się zakochać. Mniejsza z tym, jak on odtwarza Szekspira, nieważne, co ten Szekspir ma do przekazania, liczy się ino prezencja poruszających się na scenie panów. Pan również był obiektem specyficznego zainteresowania. Jednej podobał się Hektor, drugiej Patrokles, trzeciej Ajaks.

O tym, że wybór tej, co gustowała w Ajaksie, został przez pozostałe skwitowany ironicznym chichotem, nie śmiem pisać.

A.K.

ECO HARPOON

Recycling Sp. z o.o.

ECO HARPOON - Recycling Sp. z o.o.

Ciepłota Mazowiecki 328

05-152 Cieszków

NIP 527-27-45-389

REGON 362569260

BEZPŁATNY

odbiór dużych elektrośmiec!

Odbierzemy od Państwa

- kuchenki,

- zmywarki,

- chłodziarki,

- telewizory,

- pralki, itd.

ODBIERAJĄC DUŻE SPRZĘTY, ZABIERAMY RÓWNIEŻ

DROBNE AGD, BATERIE

Masz pytanie ? Zadzwoń

+48 725-155-155

Bezpłatny odbiór krok po kroku !

1. Dzwonisz pod numer +48 725-155-155

2. My rejestrujemy Twoje zlecenie

3. Oddzwaniamy w ciągu 3 dni w celu uzgodnienia terminu

4. Przyjeżdżamy, odbieramy i wyносimy!

KONTAKT: od poniedziałku do piątku 8:00-16:00

www.ecoharpoon.pl

RP

Patronat Honorowy
Prezydenta Rzeczypospolitej Polskiej
Andrzeja Dudy

16

FESTIWAL
FILMOWY NNW

4-7.10
2024
GDYNIA

wstęp wolny

ORGANIZATORZY

DOFINANSOWANO ZE ŚRODKÓW MINISTRA KULTURY
I DZIEDZICTWA NARODOWEGO

WSPÓŁFINANSOWANIE

PARTNER

PARTNER INSTYTUCJONALNY

SCENA KULTURY

GDYNIA

unESCO

Ministerstwo Kultury
i Dziedzictwa Narodowego

POLSKI INSTYTUT
SZTUKI
FILMOWEJ

GRUPA CEDROB

INSTITUT
PAMIĘCI
NARODOWEJ

PATRONI MEDIALNI

Radio Wnet

SIECI

SUPER

RZECZY

idziemy

tysoł.pl

Czas

wPolityce.pl

100WO

BIULETYN IPN

niezależna.pl

GAZETA POLSKA

ZGŁASZANIE AWARII I USZKODZEŃ ORAZ BIEŻĄCE INFORMACJE
O AWARIACH I PRACACH PLANOWYCH



PGE Dystrybucja S.A Oddział Warszawa RE Legionowo
zawiadamia, że planowana jest przerwa w dostawie
energii elektrycznej dla odbiorców zamieszkałych:

TEL. 991

POWIAT LEGIONOWSKI

Data	gmina, miejscowość nazwy i zakres numerowy ulic	Numer y i nazwy stacji	Wyłączenia w godzinach
17.09.2024	Rembelszczyna ul. Jana Kazimierza 471, 487, 489, 507, 519, 521, 523, 529, 531, 533 ul. Wąska ul. Skośna ul. Polna Michałów-Grabina ul. Jasnodworska	04-0406 (KOBIAŁKA)	8:00-13:00
17.09.2024	Komornica ul. Wspólna od 37 do 68	04-1564 (KOMORNICA PRZEPOMPOWIA)	8:30-13:30
17.09.2024	Legionowo ul. Kolejowa 32	04-0015 (LEGIONOWO ŁAJSKI)	10:00-14:00
18.09.2024	Legionowo ul. Franciszka Żwirki od 3 do 16 ul. gen. Boleśława Roi 13, 15, 17 ul. Spacerowa od 1 do 14 ul. Słoneczna	04-0333 (LEGIONOWO SPACEROWA)	8:00-13:00
18.09.2024	Stanisławów Pierwszy ul. Klonowa od 1 do 10 ul. Przyszłość 83, 83A-Z, 85, 85D, 87, 87A, 89, 89A, 91, 93, 93A, 93B, od 95 do 120A ul. Wierzbowa	04-1156 (STANISŁAWÓW K/NIEPORĘTU)	8:00-10:00
23.09.2024	Nieporęt ul. Małolecka 4, 6, 6C, 6D, 7, 7A-Z ul. kpt. Benedykta Pęczkowskiego 6, 7, 8, 10, 10A, 11, 12 ul. Nastrojowa od 4 do 6	04-0133 (NIEPORĘT 6)	8:30-13:30

Przerwy w dostawie energii elektrycznej spowodowane są koniecznością przeprowadzenia prac konserwacyjnych na urządzeniach energetycznych, za niedogodności przepraszamy

STOPNIE SCHODOWE

Dębowe 100 x 30 x 3.8 cm
Cena 130+VAT Klasa rustic

Jesion 120 x 30 x 3.8 cm
Cena 130 zł +VAT

Telefon 607607700

CENY PARAPETÓW

drewno sosnowe, grubość 27 mm+/-1, klasa drewna BC

szer dł	15 cm	20 cm	25 cm	30 cm	35 cm	40 cm	45 cm
	ceny pln brutto:						
50 cm	15	20	25	30	35	40	45
75 cm	23	30	33	45	53	60	67
100 cm	30	40	50	60	70	80	90
125 cm	38	50	63	75	88	90	102
150 cm	45	60	75	90	105	120	135
175 cm	52	70	88	105	122	140	158
200 cm	60	80	100	120	140	160	180
225 cm	68	90	113	135	158	180	203
250 cm	75	100	125	150	175	200	225
275 cm	83	110	138	165	193	220	248
300 cm	90	120	150	180	210	240	270
325 cm	98	130	163	195	228	260	293
350 cm	105	140	175	210	245	280	315

Drewno surowe do pomalowania we własnym zakresie Realizacja 14 dni roboczych, możliwość dostawy.

Kontakt: tel: 607 607 700 | mejl: biuro@parkiety-przyczka.pl

ZATRUDNIMY

osoby do sprzątania zakładów produkcyjnych:
Nowy Modlin ul. Usługowa
stawka 28,78 zł/h brutto
oraz
Legionowo ul. Szarych Szeregów
stawka 28,10 zł/h brutto.
Praca zmianowa.

Kontakt pon. – pt. w godz. 8-15,
tel. 601 156 466

PRACA

dam pracę

■ ZATRUDNIMY PIEKARZY - mile widziani CIASTOWY. Piekarnia, Zegrzyńska 36, Legionowo. Tel. 22 784 09 30, 22 772 82 56
LEG 53498

szukam pracy

■ Pielęgniarka z doświadczeniem przyjmie pracę u osób wymagających opieki - Legionowo i okolice. Tel. 517 818 804, 505 330 176
LEG 53511

TURYSTYKA

USŁUGI

remont i budowa

■ Elektryk złota rączka 515010373
LEG 53510

■ Glazura, terakota, gres, malowanie, gładź gipsowa, przeróbki elektryczne, przeróbki hydrauliczne, panele. Krótkie terminy. Tel: 501-184-279
LEG 53513

■ Hydraulik: Naprawy-Awarie-Remonty. Legionowo i okolice. Tel. 692-827-915
LEG 53514

nadaj DROBNE na stronie
www.nadajdrobne.pl

nadaj DROBNE na stronie
www.nadajdrobne.pl



ZŁOTA RĄCZKA - usługi budowlane, hydrauliczne, elektryka, mniejsze i większe remonty. Szybko, tanio i solidnie. Referencje. 735953829
LEG 53387

ogrodnicze



WYCINKA DRZEW METODĄ ALPINISTYCZNĄ - SERWISOWA WYCINKA DRZEW - PRZECINANIE PRZESWIETLANIE KORON DRZEW - USUWANIE DRZEW GAŁĘZI KONARÓW MARCHNIAŁYCH - USŁUGI REKADEN - ZAKŁADANIE GAŁĘZI WYWOZ WYWOZ - Z PODNOŚNIKA - MIŁOŚĆ TRUDNO DOSTĘPNE - PROFESJONALNIE. 698-991-470
LEG 53176

■ Wycinka drzew metodą alpinistyczną, sekcynna wycinka drzew, przycinanie, prześwietlanie koron drzew, usuwanie martwych drzew, gałęzi, konarów, usługi rębakiem, zrębkowanie gałęzi oraz wywóz urobku. Z PODNOŚNIKA, MIEJSKA TRUDNO DOSTĘPNE, PROFESJONALNIE. 698-991-470
LEG 53176



WÓJCIK
DEVELOPMENT

533 063 000/502 469 160

OGŁOSZENIA DROBNE

do bieżącego numeru
przyjmujemy
DO PONIEDZIAŁKU
do godziny 12:00.

porządki

■ Solidna umyje okna. Legionowo 515-949-526
LEG 53512

BIZNES

NIERUCHOMOŚCI

sprzedam dom

■ Wójcik Development Adam Wójcikowski 05-119 Łąjski, ul. Fabryczna 20 +48 533 063 000, +48 502 469 160 biuro@wojckidevelopment.pl
LEG 53425

UROCZYSTOŚCI

organizacja imprez



■ Parodysta, wodzirej, konferansjer, animator kultury, półfinalista programu „Mam talent” - tanio, solidnie - Legionowo i okolice 791833101
LEG 53384



PAŁAC W JABŁONIE
#poczujnaszahistonię

KRÓLEWSKIE CHRZCINY
W PAŁACU W JABŁONIE

Eleganckie wnętrza
Wyjątkowa impreza
Wyśmienite menu



Rezerwacje:
info@palacjablonna.pan.pl
tel.: +48 531 093 982, +48 507 104 572
Pałac w Jabłonie
ul. Modlińska 105, 05-110 Jabłonna



**WYCINKA DRZEW
METODĄ ALPINISTYCZNĄ**

- SEKCYJNA WYCINKA DRZEW
- PRZYCINANIE PRZEŚWIETLANIE KORONY DRZEW
- USUWANIE DRZEW GAŁĘZI KONARÓW MARTWYCH
- USŁUGI RĘBAKIEM , ZRĘBKOWANIE GAŁĘZI ORAZ WYWÓZ UROBKU

698 991 470

Z PODNOŚNIKA • MIEJSCA TRUDNO DOSTĘPNE • PROFESJONALNIE

[illegible]

MOTOKLINIKA
mgr inż. Zbigniew Książek
MECHANIKA I ELEKTRYKA SAMOCHODOWA
WSZYSTKICH MAREK
Legionowo, Ul. Wrzósowa 11a
tel. 22 784 44 50, 504 688 558
www.motoklinika.auto.pl



**INTER
CARS**

Filia Legionowo
ul. Zegrzyńska 4
tel.: 22 767 53 80
tel.: 22 767 53 89

INTERCARS.COM.PL

RESTAURACJA
LEGIONOWSKA

■ **RESTAURACJA LEGIONOWSKA;**
chrzciny, komunie, stypy,
urodziny, uroczyste obiady,
romantyczne kolacje, catering.
Tel. 505-360-809, [www.legio-
nowska.pl](http://www.legio-
nowska.pl)
LEG. 53178

SPRZĘT IT

MATRYMONIALNE

KOMUNIKATY

RÓŽNE

■ **Kupię szklarnie do rozbiórki
mnożarki, gotówka 515924866**
LEG 53413



■ Sprzedam duże drewniane rzeźby, kapliczki 601913597
LEG 53386

■ **Sprzedam: parapety i stopnie schodowe: dębowe 100 x 30 x 3.8 cm - cena 130 +vat (klasa rustic); jesionowe 120 x 30 x 3.8 cm 130 zł +vat. Telefon 607607700**
PIII 53466

**FOTO
-TANIO-
VIDEO**
www.foto-legionowo.pl



INFORMACJA

Na podstawie art. 35 ust. 1 ustawy z dnia 21 sierpnia 1997 r. o gospodarce nieruchomościami (Dz. U. z 2024 r., poz. 1145 tj.) Zarząd Powiatu w Legionowie informuje, że w siedzibie Starostwa Powiatowego w Legionowie przy ul. gen. Władysława Sikorskiego 11, 05-119 Legionowo oraz siedzibach Powiatowego Zespołu Szkół Ponadpodstawowych im. Włodzimierza Wolskiego w Serocku przy ul. Włodzimierza Wolskiego 8, 05-140 Serock i Liceum Ogólnokształcącego im. Marii Konopnickiej w Legionowie przy ul. Piłsudskiego 26, 05-120 Legionowo wywiezione zostają, na okres 21 dni tj. od 17 września 2024r do 8 października 2024r., wykazy lokali użytkowych przeznaczonych do oddania w najem w trybie bezprzetargowym.

Rolety, Verticale, Moskitiery
tel. 608 682 772
Pomiar i wycena Gratis!

AUTO NAPRAWA

• MECHANIKA • GEOMETRIA • CZĘŚCI
• WYWAŻANIE KÓŁ • KLIMATYZACJA

Adam Szczypkowski ☎ **605 94 91 91**
05-110 JABŁONNA ul. WYGONOWA 1
pn. - pt. 8:00 - 17:00 **022 782 49 10**

LEGIONOWO



XERO SERWIS



- SERWIS • SPRZEDAŻ
- WYNAJEM
- URZĄDZEŃ
- DRUKUJĄCYCH
- TONERY • TUSZE
- USŁUGI XERO

tel. 22 784 07 95 / xeroserwis.pl



Jagiellońska 8

WYPOŻYCZALNIA

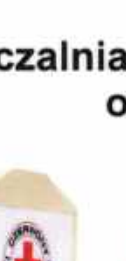




FUNDACJA
ECOTEXTIL



Wypożyczalnia sprzętu rehabilitacyjnego oraz rowerów



Oddając
niepotrzebną
odzież fundujesz
sprzęt
rehabilitacyjny!





Rower trójkołowy



Balkonik



Wózek



Kule

KONTAKT TELEFONICZNY

RADOMIR CZAUDERNA

608 063 017

Lista wypożyczalni dostępna na: www.ecotextil.pl

FAJNE FOTO

Dziś nieodżałowana **Grażka Stefankiewicz**, piękna, zgrabna i elegancka kobieta, prowadząca coroczne spotkania ŚWITU. Była prezeską Pułtuskiego Stowarzyszenia Trzeźwości ŚWIT. Lubiana i doceniana. Roześmiana, kochająca podróże małe i duże. Poetka. Często była w drodze.

Po ciężkiej chorobie i śmierci Kazia Stefankiewicz, męża, straciła chęć do życia, a kiedy zaczęła się odradzać na nowo, zabrał ją covid-19.

Dziś JEJ imię noszą SPO-TKANIA ARTYSTYCZNE CZŁONKÓW ŚWIT-u, a Pułtuskie Stowarzyszenie Trzeźwości, któremu prezesowała, obecnie prowadzi Leszek Kowalewski. **GMD**



To znowu my, redakcyjne kucharki, Ewa Dąbek (ta bardziej skrupulatna w przepisach) i Grażyna M. Dzierżanowska (w kuchni posługująca się miarą NA OKO; jej przepisy mogą stać się inspiracją dla gospodyń domowych. Dziś ryby. Posmak morza i wakacji

Oto łosoś a'la śledź.

Przepis pozyskany od pani ekspedientki ze sklepu rybnego w Stegnie ze słowami, że jej mąż bez łososia a'la śledź ma dzień stracony. Składniki przekąski:

Łosoś
Cebula i kilka
ząbków czosnku
Olej

Sól, cukier trzcinowy, pieprz
Koperek z łyżką
Sok z cytryny

Wybrać środkowy, gruby kawałek łososa dowolnej miary. Obciąć część brzuszna, umyć tuszkę, osuszyć. Obsypać solą, cukrem trzcinowym i pieprzem. Polać sokiem cytrynowym. Obłożyć koperkiem z łyżkami. Odłożyć w naczyniu na dwie doby do lodówki (można na dobę), przekładać kilka razy, płyn odlewać.

Po 24 godzinach zebrać z łosia koper, osuszyć ręcznikiem papierowym, zgrabnie odciąć skórę od rybiego mięsa, pokroić je ukośnie w plastry.

Ułożyć w słoiku, zalać olejem, dodać pokrojoną w kost-

REDAKCYJNE COŚ NA ZĄB



kę cebulę i drobnutko posiekane ząbki czosnku.

Jeśli już po niedługim czasie z bułeczką lub chlebem albo – na bogato – nałożysz plastry łososa na kromce chleba z kleksem majonezu czy keczupu, z połówką oliwki plus koperek cięty.

Oto przepis Ewy. Rolada szpinakowa z wędzonym łososiem.

Paczka mrożonego szpinaku rozdrobnionego (450 g)

4 jajka

2 czubate łyżki mąki pszennej
Serek twarogowy do smarowania, może być z ziołami
Wędzony łosoś w plastrach 100 - 150 g.

3 łyżeczki chrzanu tartego białego
Przyprawy: sól, pieprz, czosnek przeciśnięty przez praskę 2 - 3 ząbki.

Szpinak dusić na patelni dodając łyżkę masła, sól, pieprz i czosnek do smaku. Dusić do momentu odparowania z niego wody. Kiedy wystygnie,

dodać dwie łyżki mąki i 4 żółtka. Dokładnie wymieszać. Z białek ubić sztywną pianę i wymieszać delikatnie łyżką z masą szpinakową. Rozłożyć ją równomiernie na blachę z piekarnika na papierze do pieczenia. Piec cienki placek ok. 15 - 20 minut w piekarniku nagrzanym do 190 stopni. Po wyjęciu odłożyć delikatnie placek szpinakowy od papieru i pozostawić na ściereczce do wystygnięcia.

W tym czasie przygotować nadzienie rolady. Serek twarogowy wymieszać z chrzanem, można wkroić do środka trochę szczypiorku. Plastry łososa wędzonego pokroić na drobne kawałki. Placek posmarować tak przygotowanym serem i rozrzuć równomiernie kawałki łososa. Zwinąć w roladę i ściśnięto zawinąć w folię spożywczą. Odłożyć na kilka godzin do lodówki. Potem można już kroić i układać plasterki rolady na półmisku.

Smacznego!

ED/GMD

LAS JEST, GRZYBÓW NIE MA

Jeśli chcesz iść do lasu, idź, nawet pędź. Las to enklawa spokoju i odpoczynku. Rekreacji

Lasy dają grzyby, ale w bieżącym roku istna grzybna posucha, podobnie jak w ubiegłym. A my, Polacy, kochamy je zbierać, a potem dusić w śmietance, marynować, suszyć i kisić.

Czy wyobrażacie sobie Wigilię bez grzybów? Chyba nie. Dlatego zadajemy sobie pytanie: I o co z tymi grzybami?

Marne widoki na pełne

kosze, nawet na półpełne. Wszystko przez susze i zimno, ale to drugie nas obecnie nie dotyczy. A to wrzesień, czas kiedy pojawiają się pierwsze gatunki grzybów.

Niestety, nawet jak niebo lunie deszczem i to nie raz i nie dwa, grzyby nie pojawiają się natychmiast po nich. Zaszuszone grzybnie musi wydać owocniki, a to trwa 12-15 dni. Ale kto nas zapewni, że zaraz po deszczach nie przyjdzie zimno?

I jeszcze jedno: nawet rozgorzechni i źli, z pustymi

koszykami, nie niszczy grzybów niejadalnych i trujących. Nie. Są one bowiem pożywieniem dla dzikich zwierząt, wiele z nich jest pod ochroną i stanowią część ekosystemu.

Na razie pozostało nam śnić o grzybach, o borowikach, koźlarzach maślakach, kaniach, podgrzybkach, a nawet o gołąbkach. Chociaż... grzyby w snach zwiastują choroby.

Ale może będzie zupełnie inaczej? Może niebo da znać ziemi, żeby rodziła grzyby, żeby było ciepło i deszczowo?

GMD



Żółciak siarkowy - KURCZAK Z LASU - wprowadzie można go jeść, jest wyśmienity, ale wydawał mi się ciut za stary, twardej

ŁUKAWSKI z BRĄZOWYM KRZYŻEM ZASŁUGI

Krzysztof Łukawski został uhonorowany BRĄZOWYM KRZYŻEM ZASŁUGI

W imieniu prezydenta RP Andrzeja Dudy odznaczenia otrzymało 11 osób z całego

Mazowsza. Wręczył je wojewoda mazowiecki Mariusz Frankowski.

K. Łukawski to członek Fundacji Kocham MAKÓW i Polskiego Komitetu Narodowego Międzynarodowej Rady Muzeów, także

wiceprzewodniczący Pułtuskiego Towarzystwa Społeczno-Kulturalnego; zasłużony na polu ratowania zabytkowych nagrobków na pułtuskich POWĄZKACH, cmentarzu ŚWIĘTOKRZYSKIM.

GMD



Krzysztof Łukawski, pierwszy z prawej



A TO CIEKAWE – W KRAJU O PUŁTUSKU

SKRAWKI

Pod pomnikami ku pamięci Żydów pułtuskich złożono kwiaty. 10 września 1939 roku w Pułtusk niemieccy kaci bestialsko zamordowali 300 Żydów.

Przedterminowe wybory burmistrza w Pułtusk odbędą się 15 października. KO zaczęła kampanię i jej politycy wspierają Marzenę Cendrowską, komisarza pełniącą obowiązki burmistrza.

PiS właśnie się wycofał się z organizowania w Pułtusk imprezy Przystanek Polska. Brak funduszy.

Filmowcy kochają Pułtusk nad Narwią. Malowniczy rynek, najdłuższy w Europie, jest wprost stworzony do dramatycznych pościgów, a dawny zamek biskupów płockich to idealne miejsce na inscenizację historyczne lub widowiskowe atrakcje teatralne.

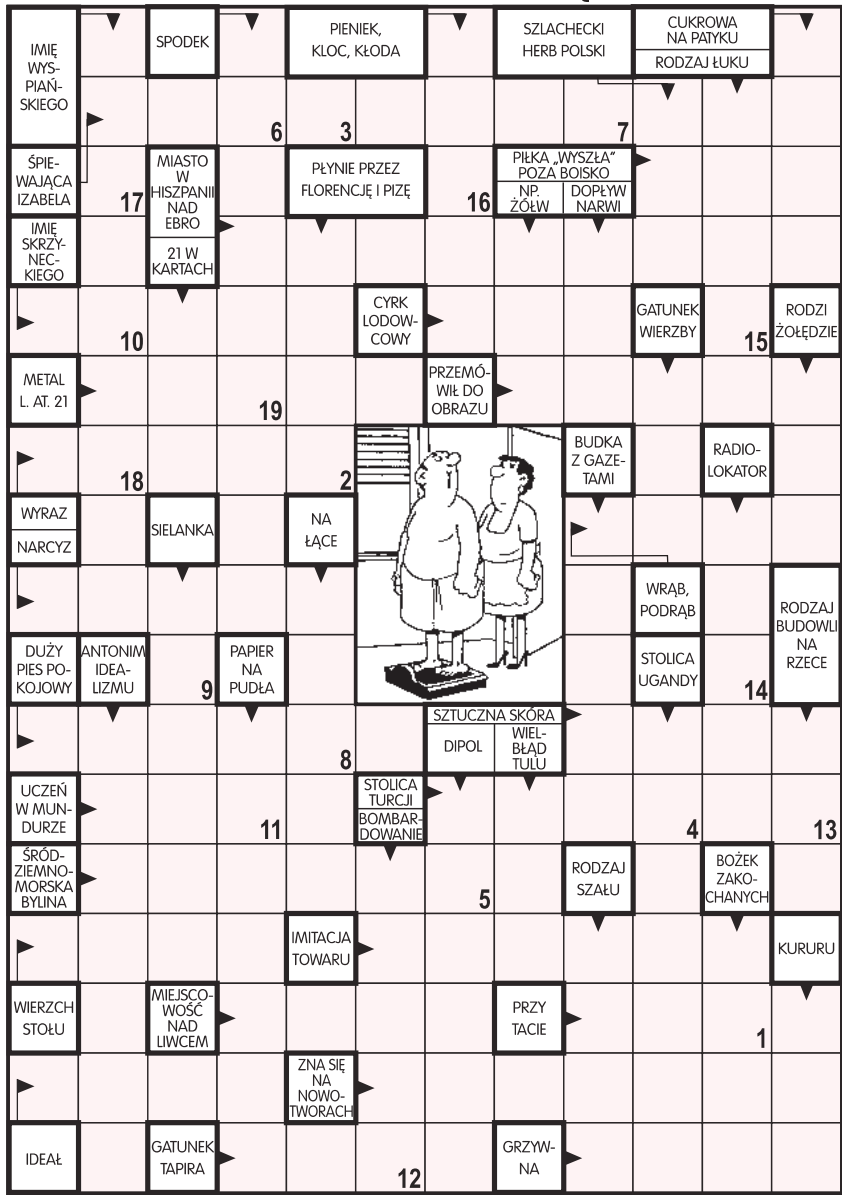
Na podstawie informacji internetowych **GMD**



ROZRYWKOWE TO I OWO nr 373

Redaguje:
Władysław Firlik

1. Z ŻYCIA WZIĘTE



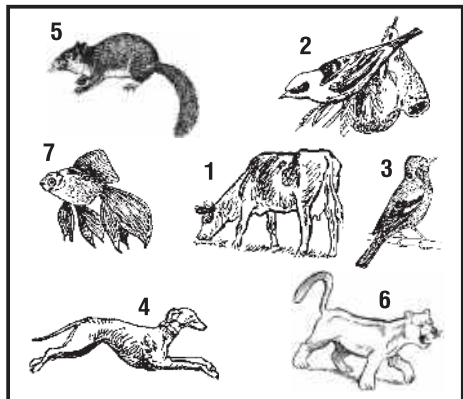
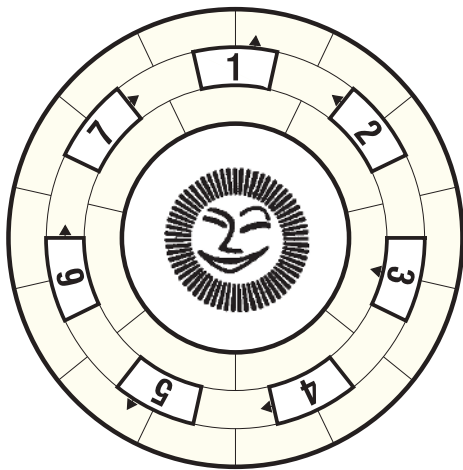
1	11
2	12
3	13
4	14
5	15
6	16
7	17
8	18
9	19
10	20

Litery z pól ponumerowanych od 1 do 19 utworzą wypowiedź męża.

4. HOMONIM

Wytrwałe nogi, spryt, siła rąk
dziś bardzo cenne to _____,
rzućmy się miła w kolejek gąszcz,
tam ja coś kupię, _ / _ / _ .

7. WIRÓWKA OBRAZKOWA



Wpisz do diagramu prawoskrętnie
wszystkie nazwy rysunków tak, aby bez-
błędnie powstało rozwiązanie zadania.

ROZRYWKOWE TO I OWO
KUPON - 373

5. SZARADA NOCĄ

Kiedy przytulam się do poduszki
i noc mnie miękkim okrywa pledem,
znów widzę **CZTERY WSPAK - TRZECIE** dróżki -
ktoś mi z daleka sny dobre **SIEDEM**.

Znikome szanse, żeby bilety
RAZ - OSIEM - DWÓJKA lub telefony.
Nasze **PIĘĆ - SZÓSTKI** z dala, niestety,
więc rzadko słyszę głos wytęskniony.
Listy, co **SIEDEM - SZÓSTKA** nawzajem,
by widzieć, gdy się oczy zamyka,
TRZECIE mkną szybciej, jak nam się zdaje,
jakby **PIĘĆ - RAZ - DWA** skrzydeł jerzyka.

Dziwią się ludzie: **CZWÓR - ÓSMA** taka,
jak ja się teraz biedny wywinę,
a to tak proste - ty masz chłopaka,
a ja nareszcie swoją dziewczynę.

8. ANACHRONIZMY



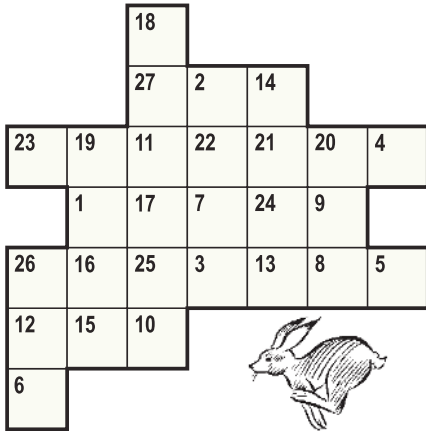
Na powyższej ilustracji znajduje się 9 rzeczy nie pasujących do
uwidocznionej epoki. Znajdź ich co najmniej 7.

11. HOMONIM

Gdy rolnik pracuje, _____ / _____ mu zyski.
Jest kołacz, _____ i chleb jest dla wszystkich.

2. KRZYŻÓWKA-SZYFR

Wszystkie litery czytane w kolejności
od 1 do 27 utworzą rozwiązanie - przy-
słowie polskie.



POZIOMO: 27) gatunek papugi, 23) sztuciec le-
żący koło noża, 1) duszony przez cyklistę, 26) Al-
banka mieszkająca w stolicy, 12) miasto nad Eu-
fratem.

PIONOWO: 18) samica wilka, 2) nabrzeże por-
towe, 14) glinowódor służący do redukowania
związków organicznych, 19) port nad rzeką Jang-
cy, 20) prawy dopływ Biebrzy, 26) jeden z termi-
nów chińskiej filozofii klasycznej.



1	2	3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25	26	27

3. KRZYŻÓWKA

Litery z pól
zaznaczo-
nych (rzę-
d a m i)
utworzą
rozwiąza-
nie.

POZIOMO:
1) w płą-
t e c z k u
kwiecia, 5)
słowa, od
których boli
głowa, 8)
część nogi,
9) miara po-
j e m n o ś c i
ciał sypkich,
10) nasza

planeta, 11) ślaz, 14) schowek grochu, 16) zna-
wzory chemiczne, 18) gaduła, 21) pakunek,
22) rower dla pary, 23) firanka więźnia, 24) ry-
sa na twarzy, 25) seriami przeszyty.

PIONOWO: 1) trawa po ścięciu, 2) z tego sły-

nie, że brzmi w trzcinie, 3) łgarstwo, 4) bożysz-
cze, 5) w niej zupa, 6) pani na włosciach,
7) majtki, 12) miała kota, 13) wieloryb, 15) wy-
stawa na deskach, 17) tnie, 18) areszt, 19) ka-
narek lub papuga, 20) formacja na murawie.

6. SZEŚĆ RAZY PO TRZY RAZY

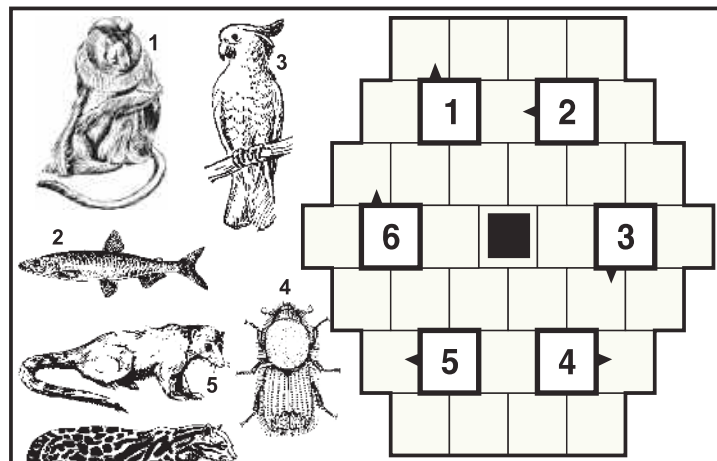


Na powyższej ilustracji sześć rzeczy występuje wyłącznie po
trzy razy. Poszukaj te wszystkie „trójki”.

9. KALAMBUR

Litera łapie literę - wieczorem zaczyna swe trele.

10. ZOO-KRZYŻÓWKA OBRAZKOWA



Wszystkie odgadnięte wyrazy należy
wpisywać prawoskrętnie.

SIŁA ZMIANY TKWI W NASZYCH RĘKACH

**Z MONIKĄ ŻUKOWSKĄ
- współautorką
publikacji „POTĘGI
SAMODOSKONALENIA”,
trenerem sprzedaży i
rozwoju osobistego -
rozmawia GRAŻYNA M.
DZIERŻANOWSKA**

Moniko, gratuluję publikacji „POTĘGI SAMODOSKONALENIA – 26 metod do samorealizacji”, książka jeszcze pachnie farbą drukarską. Jesteś jej współautorką – opowiedz o niej...

Bardzo dziękuję za gratulacje i za zaproszenie do tej rozmowy – to naprawdę miłe! „POTĘGA SAMODOSKONALENIA” to inspirujący przewodnik na drodze do samodoskonalenia i osiągania ambitnych celów. Przystąpiłam do jej pisania, bo wierzę, że każdy z nas nosi w sobie swoją unikalną „książkę” – zbiór doświadczeń, lekcji, mądrości, które mają wartość nie tylko dla nas samych, ale mogą też być niezwykle pomocne dla innych. Każdy człowiek ma swoją historię, swoje przemyślenia, które mogą odmienić życie innych ludzi, dlatego tak ważne jest, byśmy się nimi dzielili. Czasem to, co dla nas wydaje się oczywiste, może być przełomowe dla kogoś innego. Współautorem tej publikacji jest też Brian Tracy, jeden z najwybitniejszych ekspertów w dziedzinie rozwoju osobistego. Od lat inspiruje miliony ludzi na całym świecie swoimi przemyśleniami i narracjami. W tych milionach jestem też ja, bo to jego książki prowadziły mnie w rozwoju osobistym i zawodowym. Możliwość stworzenia czegoś wspólnie z nim była dla mnie nie tylko ogromnym zaszczytem, ale też wielkim wyzwaniem i motywacją, by podzielić się tym, co uważam za najcenniejsze.

Praca nad tą książką była dla nas wszystkich nie tylko okazją do podzielenia się wiedzą, ale także możliwością dotarcia do tych, którzy poszukują wsparcia i narzędzi do samodoskonalenia. Cieszę się, że mogłam być częścią tego projektu i mam nadzieję, że książka stanie się dla wielu osób cennym przewodnikiem w ich podróży ku lepszej wersji siebie.

Napisałaś w recenzji do wydania, że „doświadczeni Autorzy dzielą się swoimi unikalnymi spostrzeżeniami i praktycznymi wskazówkami w zakresie rozwoju osobistego”. Rozwój osobisty... - wydaje się, że to bardzo trudny proces. Złożony. Każdy może mu sprostać?

Współautorzy tej książki to w większości totalni amatorzy tak jak ja. Ludzie, którzy są przekonani, że rozwój osobisty nie jest zarezerwowany dla wybranych, ale dostępny dla każdego, kto jest gotowy podjąć wysiłek i chce odkrywać swój potencjał. To proces, który wymaga zaangażowania i determinacji, ale efekty są warte każdego wysiłku. Odkrywamy w sobie nowe zasoby siły, zyskujemy większą kontrolę nad swoim życiem i odnajdujemy sens w codziennych działaniach. Każdy z nas ma w sobie potencjał, aby się rozwijać i czerpać z tego procesu satysfakcję, która prowadzi do głębokiego poczucia spełnienia i harmonii w życiu.

Rzeczywiście, może wydawać się trudnym i złożonym procesem, bo

dotyka najgłębszych aspektów naszego życia. To droga, która wymaga od nas samoświadomości, zmiany przyzwyczajeń, a często też zmierzania się z własnymi ograniczeniami i obawami. Trudność polega na tym, że rozwój osobisty nie jest czymś, co osiągamy raz na zawsze. To ciągła praca nad sobą, nad swoim sposobem myślenia, emocjami, umiejętnościami i relacjami z innymi. Jednak mimo że wydaje się to wyzwaniem, każdy z nas ma w sobie potencjał, aby podjąć tę drogę.

Sprostać może mu każdy, bo rozwój osobisty to proces indywidualny – każdy podąża tą drogą w swoim tempie i na własnych warunkach. Nie ma jednej recepty na sukces, ale są pewne zasady, które pomagają w tej podróży. Samodyscyplina, cierpliwość i otwartość na nowe doświadczenia są kluczowe. Niezwykle ważne jest, abyśmy byli wyrozumiali dla siebie, zwłaszcza w chwilach, kiedy coś nam nie wychodzi. Porażki są naturalną częścią rozwoju, bo to właśnie one uczą nas najwięcej i pokazują, gdzie jeszcze mamy przestrzeń do wzrostu. Co ważne, rozwój osobisty nie musi oznaczać drastycznych zmian. Często zaczyna się od małych kroków, jak poprawa organizacji dnia, lepsze zarządzanie stresem czy pogłębienie relacji z bliskimi. Każdy drobny postęp prowadzi do większej pewności siebie i poczucia kontroli nad swoim życiem. W miarę jak uczymy się radzić sobie z wyzwaniami, rośnie nasza satysfakcja i poczucie spełnienia. Ostatecznie rozwój osobisty to nie tylko praca nad sobą, ale też praca nad relacjami z innymi. Kiedy lepiej rozumiemy siebie, stajemy się bardziej empatyczni i otwarci na potrzeby innych ludzi. Nasze relacje stają się głębsze, pełniejsze i bardziej autentyczne. Rozwijamy się nie tylko jako jednostki, ale jako członkowie społeczności.

Jakie tematyki dotyczył Twój wkład w publikację?

W rozdziale „Decyzja siłą zmiany” opisuję osobiste przeżycia i doświadczenia, kiedy podejmowałam kluczowe decyzje, które odmieniły moje życie. Opisuję momenty zachwytu i radości, ale też wątpliwości, lęku przed nieznanym i wewnętrzną siłą, którą znalazłam, aby przezwyciężyć trudności w drodze do marzeń. Rozdział zawiera praktyczne porady, które mogą pomóc czytelnikom w podobnych sytuacjach. Podkreślam znaczenie akceptacji zmian jako naturalnej części życia oraz konieczność podejmowania decyzji, nawet jeśli są one trudne. Radzę, aby zawsze słuchać swojego wewnętrznego głosu, nie bać się prosić o pomoc i wsparcie innych oraz dążyć do samorozwoju i lepszego zrozumienia siebie.

Kluczowym aspektem właśnie w rozwoju osobistym jest gotowość do zmiany. Zmiany bywają trudne, ponieważ wymagają wyjścia poza strefę komfortu i konfrontację z tym, co w nas nie działa. To wymaga odwagi, by spojrzeć na siebie krytycznie, przyznać się do swoich słabości i nie bać się trudnych pytań. Ale paradoksalnie, to właśnie świadomość własnych ograniczeń daje nam największą siłę. Kiedy zaczynamy zdawać sobie sprawę z tego, co możemy w sobie zmienić, otwierają się przed nami ogromne możliwości. Dzieląc się tą wiedzą, chcę zainspirować innych do tego, by nie bali się sięgać



po więcej, zarówno w życiu zawodowym, jak i prywatnym. Czasem jedna mała zmiana w myśleniu czy działaniu może prowadzić do wielkich rzeczy, a ja wierzę, że każdy z nas ma w sobie tę siłę, by odmienić swoje życie i pomagać innym robić to samo. Rozdział inspiruje do działania, przypominając, że siła zmiany tkwi w naszych rękach, a kluczem do sukcesu jest podjęcie odważnych decyzji.

Na moim etapie życia szczególnie interesuje mnie problem rozumienia swoich emocji i zarządzania nimi. Trudna sprawa, można ją zgłębić? A gdyby ją zgłębiło przynajmniej część społeczeństwa, życie byłoby łatwiejsze...

Zdecydowanie się zgadzam. Gdyby przynajmniej część społeczeństwa zgłębiła umiejętności zarządzania emocjami, nasze życie codzienne mogłoby wyglądać zupełnie inaczej. Inaczej mogłoby przebiegać nasze rozmowy i relacje, gdybyśmy lepiej rozumieli swoje emocje i potrafili je wyrażać w sposób spokojny, a nie impulsywny. Zrozumienie emocji innych ludzi, wynikające z lepszego rozumienia własnych, może przynieść więcej empatii i współczucia. Zamiast działać pod wpływem frustracji, możemy częściej zastanawiać się nad tym, dlaczego ktoś zachowuje się w dany sposób i co może kryć się za jego słowami czy gestami. Ludzie, którzy potrafią regulować swoje emocje, są w stanie lepiej radzić sobie z trudnymi sytuacjami, co prowadzi do bardziej zrównoważonego i spokojnego życia. Dzięki temu można budować zdrowsze relacje zarówno w pracy, jak i w życiu prywatnym, oparte na wzajemnym szacunku i zrozumieniu, a nie na ciągłych konfliktach i nieporozumieniach. Emocje potrafią być złożone, intensywne i pojawiać się w sposób, który wydaje się być poza naszą kontrolą. Niełatwo jest je zrozumieć, bo często mamy wrażenie, że pojawiają się bez

ostrzeżenia i wpływają na nasze działania, zanim zdążymy się nad nimi zastanowić. Dodatkowo, w naszym społeczeństwie nie zawsze uczymy się, jak właściwie wyrażać czy analizować emocje. Często spotykamy się z przekazem, by ich nie okazywać albo je tłumić, co jeszcze bardziej utrudnia ich rozumienie w dorosłym życiu. Jednak mimo tych wyzwań, zrozumienie własnych emocji jest nie tylko możliwe, ale i niezwykle ważne. Kluczem do tego jest rozwijanie samoświadomości, czyli zdolności do zauważania, jakie emocje pojawiają się w nas w różnych momentach. Zamiast działać impulsywnie, warto zatrzymać się na chwilę i zapytać: „Co tak naprawdę teraz czuję?” Może się okazać, że za naszą złością kryje się poczucie odrzucenia, a za smutkiem – rozczarowanie. Uświadomienie sobie, skąd biorą się te emocje, jest krokiem w stronę ich lepszego zrozumienia i kontrolowania.

Zrozumienie emocji to jednak dopiero początek. Kolejnym krokiem jest nauczenie się, jak nimi zarządzać. Warto wiedzieć, że zarządzanie emocjami nie oznacza ich tłumienia czy ignorowania. Chodzi raczej o to, byśmy potrafili przeżywać swoje emocje w sposób, który nam służy, a nie przeszkadza. Na przykład, kiedy odczuwamy złość, dobrze jest znaleźć sposób, aby ją wyrazić konstruktywnie, może to być rozmowa, spacer, głębokie oddychanie. Kluczem jest też uświadomienie sobie, że nie każda sytuacja wymaga natychmiastowej reakcji. Czasami warto dać sobie chwilę, zanim podejmiemy działanie, co pozwala lepiej zarządzać emocjami i podejmować bardziej przemyślane decyzje. Proces ten nie jest prosty, ale jest osiągalny. To, co wymaga najwięcej pracy, to rozwijanie nawyku zatrzymywania się, refleksji nad swoimi uczuciami i ich świadomego przeżywania. W miarę, jak uczymy się zarządzać emocjami, zaczynamy dostrzegać,

że nie jesteśmy ich niewolnikami, możemy mieć nad nimi kontrolę. To daje ogromną satysfakcję i sprawia, że życie staje się mniej chaotyczne i bardziej pełne harmonii.

Budowanie pozytywnego nastawienia to też ciekawy temat, dla ogółu nawet. Powiedz, proszę, od czego zacząć budowanie tejże pozytywności?

Według mnie pierwszym krokiem w budowaniu pozytywnego nastawienia jest świadomość własnych myśli. Często nie zdajemy sobie sprawy, jak dużo negatywnych przekonań wpływa na nasze codzienne funkcjonowanie. Może to być wewnętrzna krytyka, pesymistyczne prognozy dotyczące przyszłości lub negatywne oceny innych ludzi. Warto zwrócić uwagę na to, jak rozmawiamy sami ze sobą i jak interpretujemy różne wydarzenia. Gdy zaczynamy obserwować te myśli, możemy je zacząć stopniowo zmieniać, stawiając sobie pytania: „Czy to, co myślę, na pewno jest prawdą? Czy mogę spojrzeć na to inaczej?” Kolejnym krokiem jest rozwijanie wdzięczności. To jedna z najprostszych, a zarazem najskuteczniejszych praktyk, która pomaga budować pozytywny nastawienie. Codzienne docenianie małych rzeczy, choćby promieni słońca, uśmiechu bliskiej osoby, czy drobnych sukcesów, pomaga nam przesuwać uwagę z tego, co nas martwi, na to, co daje radość. Wdzięczność nie oznacza ignorowania problemów, ale pozwala dostrzec, że obok trudności zawsze istnieje coś, co możemy uznać za dobre i wartościowe.

Równie ważne jest otaczanie się ludźmi, którzy wspierają nasze pozytywne nastawienie. Relacje mają ogromny wpływ na to, jak postrzegamy siebie i świat. Warto budować wokół siebie sieć osób, które inspirują, motywują i podnoszą na duchu. Czasem konieczne jest ograniczenie kontaktu z ludźmi, którzy ciągle narzekają, widzą wszystko w czarnych barwach i nieustannie zarażają pesymizmem. Wybór odpowiedniego otoczenia może mieć ogromny wpływ na naszą zdolność do utrzymania pozytywnego nastawienia. Nie można też zapominać o tym, że pozytywność to nie tylko kwestia myśli, ale także działania. Angażowanie się w aktywności, które dają nam radość i satysfakcję, pomaga nam zbudować pozytywny stosunek do życia. Ruch, hobby, twórcze działania – wszystko to sprawia, że czujemy się lepiej nie tylko fizycznie, ale też psychicznie. Aktywne działanie wzmacnia w nas przekonanie, że mamy wpływ na swoje życie, a to klucz do utrzymania pozytywnego nastawienia. Budowanie pozytywnego nastawienia nie oznacza, że przestaniemy doświadczać trudnych emocji czy wyzwań. Jednak zmienia się sposób, w jaki na nie reagujemy. Zamiast poddawać się frustracji czy złości, uczymy się szukać rozwiązań i wierzyć, że nawet z najtrudniejszej sytuacji można wyciągnąć coś wartościowego. To nastawienie wymaga praktyki, ale z czasem staje się coraz bardziej naturalne, aż zaczyna nas wspierać w codziennym życiu. Budując pozytywność, dajemy sobie szansę na życie w większej harmonii, zadowoleniu i poczuciu wewnętrznej równowagi.

Ciąg dalszy wywiadu w następnym numerze



Wiejski festiwal pizzy

W piątek, 6 września, w podpułtuskim w Trzcińcu, w ramach zakończenia wakacji, odbyła się impreza „Festiwal Pizzy. Zrób to sam”. Zorganizowana została przez sołtysa i Radę Sołecką Trzcińca oraz burmistrza miasta Pułtusk. Dzieci i młodzież z Trzcińca mieli okazję do

wspólnego ucztowania przy dźwiękach muzyki. Apetyt

uczestnikom dopisywał, gdyż degustowali wykonane samo-

dzielnie potrawy, m.in. pizzę i hot-dogi. Fajny pomysł na integrację i wspólną zabawę oraz rozwój umiejętności kulinarnych najmłodszych mieszkańców.

źródło: pultusk.pl



Sanah odwiedziła Cieńszę

Gwiazdy w gminie Zatory

Wyjątkowi goście, wyjątkowe miejsce, wyjątkowa gmina – o kim mowa? O gwiazdach, które 23 sierpnia zagościły w miejscowości Cieńsza w gminie Zatory, aby nagrać teledysk do przepięknego i nostalgicznego utworu „Falling back”. Sanah oraz Matteo Bocelli – bo o tych gwiazdach mowa, wybrali urokliwe miejsce, pod pięknym dębem, pośród łąk i śpiewu ptaków, aby móc stworzyć utwór, który będzie przyjemny w odbiorze zarówno dla ucha jak i oka.

To już druga wizyta Sanah w Pracowni Cieńsza. Wczesną wiosną w chatce na skraju lasu powstała „Śrubka”, która była pierwszym zwistunem nowej płyty „Kaprysy”. Gmina Zatory charakteryzuje się malowniczymi krajobrazami, zachwycającymi wschodami i zachodami słońca, więc zaskoczeniem nie jest fakt, że artyści światowego formatu wybrali



właśnie to miejsce do pracy. Mamy również informację, że w miejscowości Cieńsza

gościł Zespół Enej, który nagrał u nas teledysk do utworu „Historia”.



Jan Kochanowski rzekł niegdyś: „Wsi spokojna, wsi wesoła!”, a my dodajemy od siebie, że wieś to nie tylko fantastyczne miejsce dla zwykłego człowieka, ale jak widać także dla artystów.

źródło: gmina Zatory, zdjęcia dzięki uprzejmości Pracowni Cieńsza

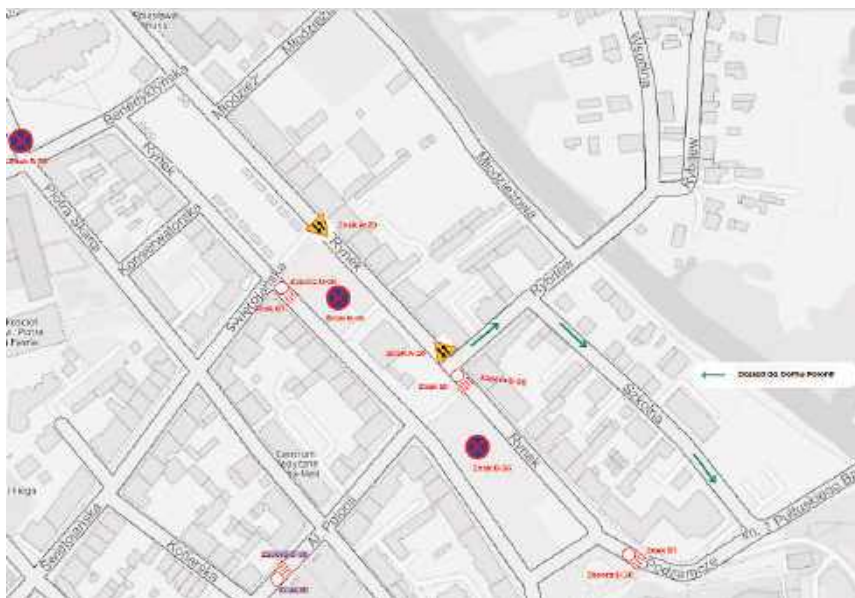
Zmiana organizacji ruchu na Dni Patrona

Jak informuje Urząd Miejski, w związku z obchodami XXVII Dni Patrona Pułtusa św. Mateusza, w sobotę, 21.09.2024 r., nastąpi zmiana w organizacji ruchu na ul. Rynek:

- na odcinku od ul. Rybitew do przejazdu w kierunku ul. Świętojańskiej wprowadza się ruch dwukierunkowy,
- na odcinku od ul. Rybitew do ul. Grzegorza Russaka wprowadza się zakaz ruchu (dojazd do Domu Polonii ul. Szkolną).

Zawiadamiamy właścicieli i użytkowników pojazdów parkujących na rynku o zakazach parkowania:

- w dniach 20-22.09.2024 r. (piątek-niedziela) w części rynku od ratusza do przejazdu w kierunku ul. Świętojańskiej;
- w sobotę 21.09.2024 r. od wieży ratuszowej do kaplicy św. Marii Magdaleny.



W sobotę, 21.09.2023 r. będzie obowiązywał również zakaz parkowania w al. Polonii na odcinku od ul. Rynek do skrzyżowania z ul. Kotlarską.

W niedzielę, 22.09.2024 r. w godz. 8.00-14.00 będzie obowiązywał zakaz parkowania na ul. Marii Konopnickiej.

red.

Zakończono remont remizy



Zakład Budżetowy z Winnicy zakończył remont remizy OSP w Rębkowie. Zakres prac obejmował: wykonanie łazienki z białym montażem, kuchni wraz z doprowadzeniem wody i wyprowadzeniem kanalizacji, wykonanie gładzi, malowanie ścian,

wykonanie sufitu podwieszanego z oświetleniem ledowym, położenie glazury i gresu, montaż drzwi wewnętrznych, zewnętrznych, parapetów oraz wykonanie elewacji. Zadanie zostało sfinansowane z funduszu sołeckiego.

red.



PTA-K PRZYLECI, JUŻ NADLATUJE

ZAPRASZAMY NA NIEZWYKŁY KONCERT!

TRADYCJE TEATRALNE PUŁTUSKA X



X Pułtuskie Teatry Amatorskie - Konkurs „PTA-K” pod patronatem Burmistrza Miasta Pułtusk

PREMIERY 25 - 29 września 2024 r., godz. 19.00

25 września /środa/ - Grupa teatralna „Ostatni dzwonek” działająca przy Miejskim Centrum Kultury i Sztuki w Pułtusku
DEGRENGOLADA

Pawła Kohouta w reżyserii Lecha Chybowskiego i Pawła Grzywacza

26 września /czwartek/ - Teatr „HURRAGRAM” działający przy Nowodworskim Ośrodku Kultury
PRZEMIANY

na podstawie sztuki „Dzień na dziś i na jutro” Janusza Tartyły w reżyserii Marcina Turka

27 września /piątek/ - „Teatr pod Dębem” z Ciechanowa
PAJĘCZYNA

Agathy Christie w adaptacji Wojciecha Sztybelwskiego w reżyserii Adama Gądomskiego

28 września /sobota/ - Teatr „Rozmyty Kontrast” z Ciechanowa
NAJLEPIEJ NA ZDJĘCIACH

na podstawie komedii „Lekomyślna siostra” Włodzimierza Perzyńskiego
w reżyserii Małgorzaty Dziłńskiej

29 września /niedziela/ - Warsztatowa grupa teatralna „ATM ARTYSTA” z Warszawy
AUTENTYCZNOŚĆ CHAPLINA

Anny Salamon w reżyserii Anny Salamon

POWTÓRKI 2 - 6 października 2024 r., godz. 19.00

2 października /środa/ - **DEGRENGOLADA**

3 października /czwartek/ - **PRZEMIANY**

4 października /piątek/ - **PAJĘCZYNA**

5 października /sobota/ - **NAJLEPIEJ NA ZDJĘCIACH**

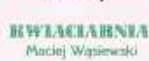
6 października /niedziela/ - **AUTENTYCZNOŚĆ CHAPLINA**

WEJŚCIÓWKI od 18 września do odebrania w sekretariacie MCKiS lub przed spektaklem w holu.
Pamiętajmy, że ilość miejsc jest bardzo ograniczona!

Mecenasi kultury:



Partnerzy:



Patroni medialni:



PROSIMY O PRZYJŚCIE PRZYNAJMNIEJ NA 15 MINUT PRZED SPEKTAKLEM.

25-29 września godz. 19.00

25 IX

JUBILEUSZOWE X Pułtuskie Teatry Amatorskie – konkurs PTA-K rozpoczynają się premierą pt. DEGRENGOLADA (Paweł Kolan) w wykonaniu OSTATNIEGO DZWONKA w reżyserii Lecha Chybowskiego i Pawła Grzywacza.

Następnie zobaczymy:

26 IX

PRZEMIANY na podst. „Dzień na dziś i na jutro” w reżyserii Marcina Turka

(Nowodworski Ośrodek Kultury) w wykonaniu grupy HURRAGRAM

27 IX

PAJĘCZYNA (AGATHA CHRISTIE) w wykonaniu TEATRU pod DĘBEM w adaptacji Wojciecha Sztybelwskiego i w reżyserii Adama Gądomskiego.

28 IX

NAJLEPSI NA ZAJĘCIACH (na podst. „Lekomyślna siostra” W. Perzyńskiego) w wykonaniu grupy z Ciechanowa ROZMYTY

KONTRAST – reżyseria Małgorzata Dziłńska.

29 IX

AUTENTYCZNOŚĆ CHAPLINA Anny Salamon w wykonaniu ATM ARTYSTA z Warszawy i w reżyserii A. Salamon.

POWTÓRKI od 2 do 6 października o godz. 19.00. sztuki wg powyżej podanej kolejności.

I TO BĘDZIE KULTURALNA FETA!!! Feta roku 2024.

GMD

Policjanci z Pułtusk zatrzymali do kontroli 55-letniego rowerzystę. Jak się okazało mężczyzna był nietrzeźwy miał prawie dwa promile alkoholu w organizmie

W poniedziałek (09.09), policjanci na ul. Wyszkowskiej w Pułtusku, po godz. 12, zatrzymali do kontroli rowerzystę, który wzbudził u nich podejrzenie, że może być nietrzeźwy. Przeprowadzone funkcjonariuszy potwierdziły się, podczas badania trzeźwości okazało się, że 55-letni mieszkaniec powiatu pułtuskiego ma ponad 1,5 promila alkoholu

Rowerzysta z promilami



w organizmie. Teraz mężczyzna za swoje nieodpowiedzialne zachowanie odpowie przed sądem.

Pamiętajmy, że nietrzeźwy kierujący bez względu na to

jakim pojazdem kieruje jest poważnym zagrożeniem nie tylko dla siebie, ale także dla innych uczestników dróg.

Autor: mł. asp. Magdalena Bielińska

Publiczna Szkoła Podstawowa nr 3 z Oddziałami Integracyjnymi im. Tadeusza Kościuszki w Pułtusku serdecznie zaprasza do udziału w VI MIĘDZYNARODOWYM KONKURŚIE PIOSENEK POLSKICH WYKONAWCÓW LAT 60. I 70. XX WIEKU „W SZEŚCIU STRUNACH ZAKŁĘTA MUZYKA”, który odbędzie się w Pułtusku, 20 września 2024 r., w Amfiteatrze im. K. Klenczona.

Zaczynamy o godzinie 11.00. Będziemy kibicować 40 wykonawcom naszej gminy i powiatu, ale również z wielu innych miejscowości całej Polski, którzy swoje wokalne talenty zaprezentują w 30 piosenkach wielkich gwiazd tamtych czasów: Maryli Rodowicz, Ewy Demarczyk, Karin Stanek, Violetty Villas, Sławy Przybylskiej, Krzysztofa Klenczona, Czerwonych Gitar, Ireny San-

tor, Katarzyny Sobczyk, Haliny Frąckowiak, Ireny Jarockiej, Stana Borysa, Czesława Niemena, Stana Borysa, Bogusława Meca.

Młodzi artyści podejmą festiwalowe zmagania w czterech kategoriach: klasy I – III, klasy IV – VI, klasy VII – VIII oraz szkoły ponadpodstawowe.

To będzie słodka, cukrowa - VI edycja!

SERDECZNIE ZAPRASZAMY !!!



ORGANIZATORZY DNI TRADYCJI RZECZYPOSPOLITEJ XI PIKNIKU Z HUSARIĄ 14-15.09.2024 R.

SERDECZNIE DZIĘKUJĄ ZA POMOC W ORGANIZACJI WYDARZENIA:

PARTNEROM:

1. NARODOWEMU INSTYTUTOWI WOLNOŚCI – CENTRUM ROZWOJU SPOŁECZEŃSTWA OBYWATELSKIEGO W RAMACH RZĄDOWEGO PROGRAMU INICJATYW OBYWATELSKICH NOWEFIO NA LATA 2021 – 2030
2. SAMORZĄDOWI MIASTA I GMINY PUŁTUSK – PANI MARZENIE CENDROWSKIEJ WYZNACZONEJ DO WYKONYWANIA ZADAŃ I KOMPETENCJI BURMISTRZA MIASTA PUŁTUSK
3. STAROSTWU POWIATOWEMU W PUŁTUSKU – PANU JANOWI ZAŁEWSKIEMU STAROŚCIE PUŁTUSKIEMU

SPONSOROM:

1. GRUPIE POLMLEK – PANU ANDRZEJOWI GRABOWSKIEMU
2. FIRMIE POLBRAM STEEL GROUP – PANU ADAMOWI MAKOWSKIEMU
3. P.B.M. ISBUDOWI I ISBUDOWI DEVELOPMENT – PANOM JÓZEFOWI I PAWŁOWI ŁATYFOWICZOM
4. FIRMIE PHU BUDOMUR – PANU ZBIGNIEWOWI KOWALCZYKOWI
5. FIRMIE GLAZBUD – PANU MARIUSZOWI WELNIE
6. FIRMIE WROTMET – PANU BOGDANOWI PIENKOSOWI
7. GRUPIE CEDROB – PANU ANDRZEJOWI GOŹDZIKOWSKIEMU
8. NADLEŚNICTWU PUŁTUSK – NADLEŚNICZEMU ROMANOWI DUDKA
9. WYDOBYCIE KRUSZYW NATURALNYCH – PANU JANUSZOWI JELEŃ
10. OGRODY KACZYŃSCY – DOROCIE I JERZEMU KACZYŃSKIM
11. FUNDATOROWI PIERŚCIENIA XI OGÓLNOPOLSKIEGO TURNIEJU „O PIERŚCIEŃ LWA LECHISTANU – KRÓLA JANA III SOBIESKIEGO” FIRMIE BIŻUTERIA „MARGARET” – MAŁGORZACIE KWIATKOWSKIEJ.

PATRONOM MEDIALNYM:

1. KATOLICKIEMU RADIO DIECEZJI PŁOCKIEJ
2. PUŁTUSKNEWS

SZCZEGÓLNE PODZIĘKOWANIA SKIEROWANE DO:

1. PANA DR-A KAROLA NAWROCKIEGO - PREZESA INSTYTUTU PAMIĘCI NARODOWEJ ZA PRZYGOTOWANIE STOISK EDUKACYJNYCH I BOGATEJ OFERTY HISTORYCZNEJ.
2. PANA KAMILA GRABOWSKIEGO - DYREKTORA PUBLICZNEJ SZKOŁY PODSTAWOWEJ NR 1 W PUŁTUSKU ZA POMOC W ORGANIZACJI WYDARZENIA.

REKLAMA