

**f** Dołącz do nas na facebooku

[www.facebook.com/pulsciechanowa](http://www.facebook.com/pulsciechanowa)

Kolejne wydanie magazynu „PULS” ukaże się we wtorek - 19 grudnia

nr 11 (106)  
• listopad 2023  
pulsciechanowa.pl  
ISSN 2392-3407

GAZETA BEZPŁATNA

# PULS

MAGAZYN OPINII ZIEMI CIECHANOWSKIEJ

reklama

**AUTO SEZAM**

ul. Robotnicza 2, Ciechanów

**CZĘŚCI SAMOCHODOWE**

☎ 501 305 901

**SERWIS**

☎ 501 605 901

**Zapraszamy na wymianę opon**

pon.-pt. 8-17  
sobota 8-14

[www.autosezam.com.pl](http://www.autosezam.com.pl)

## Wybory 2023 Wyniki wyborów w okręgu plocko-ciechanowskim

Prawo i Sprawiedliwość zdobyło w wyborach parlamentarnych w naszym okręgu wyborczym pięć mandatów poselskich. Trzy uzyskała Koalicja Obywatelska, a dwa Trzecia Droga. Wybory do Senatu RP wygrał Krzysztof Bieńkowski (PiS).

### Sejm RP:

Prawo i Sprawiedliwość – 44,11%  
Koalicja Obywatelska – 22,40%  
Trzecia Droga – 17,07%  
Konfederacja Wolność i Niepodległość – 6,52%  
Nowa Lewica – 6,52%  
Bezpartyjni Samorządowcy – 2,03%  
Polska Jest Jedna – 1,35%  
Mandaty poselskie zdobyli:  
- Marcin Piotr Kierwiński (KO) – 51.828 głosów  
- Maciej Małecki (PiS) – 33.696 głosów



- Piotr Zgorzelski (TD) – 32.011 głosów  
- Kamil Bortniczuk (PiS) – 31.555 głosów  
- Maciej Roman Wąsik (PiS) – 24.033 głosy  
- Jacek Dawid Ozdoba (PiS) – 19.637 głosów  
- Anna Ewa Cicholska (PiS) – 19.074 głosy  
- Elżbieta Teresa Gapińska (KO) – 13.214 głosów  
- Orliński Mirosław Adam (TD) – 9.066 głosów  
- Adam Krzemiński (KO) – 6.071 głosów

### Senat RP:

- Krzysztof Bieńkowski (PiS) – 47,25% (80.567 głosów) – zdobył mandat  
- Jan Maria Jackowski (KWW JM) – 41,88% (71.404 głosy)  
- Gabriel Janowski (Zjednoczenie Chrześcijańskich Rodzin) – 10,87% (18.539 głosów)

reklama

**PROWADŹ BEZPIECZNIE!**  
Do 90% mniej odblasków  
i maksymalna ostrość widzenia w dzień i w nocy.

**20% RABATU NA SZKŁA DRIVECARE**

Ciechanów  
ul. Zielona Ścieżka 4a  
tel. 23 673 56 53

Ciechanów  
ul. Armii Krajowej 15  
(pasaż Kaufland)  
tel. 23 674 71 13

**DriveCare**  
jaikudo.pl

**Jak się stać najlepszą wersją siebie?**

Rozmowa z Małgorzatą Drzewiecką  
- Cwieka - właścicielką salonu kosmetycznego MediMas, ekspertem w zakresie medycyny estetycznej.

**str. 3**

**Jubileusz 10 lat „Tęczowej Krainy”**

Dziesięć lat temu rozpoczęła swoją działalność Niepubliczna Specjalistyczna Poradnia Psychologiczno-Pedagogiczna „Tęczowa Kraina” w Ciechanowie.

Więcej o obchodach Jubileuszu na **str. 21**.

**W trosce o zdrowie i relaks**

Rozmowa z Łukaszem Siwanowiczem – właścicielem Gabinetu Masażu i zarazem doświadczonym masażystą z 18-letnim stażem. Cieszy się uznaniem klientów, nie spoczywając na laurach systematycznie poszerza zakres usług swojego Gabinetu.

Więcej na **str. 13**

reklama

**ZŁODZIEJE NIE MAJĄ ŚWIĄT!  
ZABEZPIECZ SWOJE MIENIE  
ZANIM WYJEDZIESZ DO RODZINY!**

**KEY SERVICE** Artur Bugajski

Ciechanów, ul. Śląska 2  
(wejście od Pl. Jana Pawła II 14)  
**tel. 23 673 54 02**  
**kom. 508 270 950**

**ZAMKI \* KLUCZE \* PIECZĄTKI**

ogłoszenie własne wydawcy

**Akademia DŹWIĘKU**  
szkoła muzyczna

**ZAPRASZAMY NA LEKCJE GRY LUB ŚPIEWU!**

Ciechanów  
ul. Sienkiewicza 33a  
tel. 517 770 082

**adciechanow**  
[akademiadzwieku.edu.pl](http://akademiadzwieku.edu.pl)

reklama

**TWÓJ LOKALNY OPERATOR TELEKOMUNIKACYJNY**

**APCOM POLAND**

**Internet do 800Mb/s**

**Telewizja Cyfrowa HD**

tel. 23 673 67 02  
Ciechanów  
ul. 17-go Stycznia 58a

Ciechanow24.pl  
Nowa Jakość Internetu

reklama

Komputery - Laptopy - Tablety  
Tusze-Tonery-Drukarki  
Kasy Fiskalne - Terminale płatnicze  
Podpis kwalifikowany - Oprogramowanie  
Nawigacje GPS - Mapy

**Serwis - Naprawa - Sprzedaż**

**COMA**  
INFORMATYCZNA OBSŁUGA FIRM

tel. 23 673 27 57 · [www.comasc.pl](http://www.comasc.pl) · Płońska 66

## Wspomnienia z przyszłości

Dobro ze złem w Dziudzianowie,  
a nie ma solidarności w Ciechanowie

I nastał pamiętny listopad 2032 roku. Pod ciśnieniem zaskakujących wydarzeń, które wgrzają się w głowy, ludzie zaczęli na wielką skalę zmieniać się nagle i wyraziście, ulegając złu i dobru w wielu wariantach.

Żli z dnia na dzień stają się jeszcze gorsi, dobrzy się poprawiają i są coraz lepsi. Też do brzy przechodzą na stronę zła, ale zli nieraz nagle porzucają zło i wybierają dobro i prawdę. I tak właśnie na oczach społeczeństwa wydarzyło się w znanym nam Dziudzianowie w województwie burakowskim. Jak już wcześniej anonsowaliśmy grupa tamtejszych radnych miejskich na znak pokuty, dla odkupienia swego grzechu przeciw wartościom, postanowiła zrezygnować z kandydowania w przyszłorocznych wyborach samorządowych. Przytaczamy obszernie fragmenty oświadczenia radnych na tę okoliczność, które radni przekazali mediom dziudzianowskim dla upublicznienia: – My niżej podpisani radni miejscy właśnie teraz pojmując swój grzech, postanawiamy by w dowód skruchy i poczucia winy nie kandydować znowu do samorządu terytorialnego. Nie bacząc na złe skutki kilka lat temu bez powodu ustawowego, by dogodzić naszym chorym ambicjom spowodowaliśmy wydanie zakazu umieszczania w mieście reklam naszych przedsiębiorców. (...) To niegodne działanie nie znajduje racjonalnego wytłumaczenia i może być traktowane tylko jako wyraz naszych złych intencji, by się popisać władzą i pokazać jacy my jesteśmy mocarni. Dopiero skutki po latach uświadomiły nam grzeszny charakter takich motywacji. Uderzając w prawo przedsiębiorców do reklamy i informacji marketingowej, utrudniliśmy im działalność redukując swobodę działalności gospodarczej z negatywnym skutkiem dla rentowności miejscowego biznesu. Także ograniczyliśmy prawa konsumentów do swobodnego poznawania oferty podmiotów gospodarczych,

często uniemożliwiając sprawne zaspokajanie potrzeb życiowych w zakresie handlu i usług. Wstydzimy się naszego działania i prosimy o wybaczenie. Szczególne ubolewanie kierujemy do Burakowskiej Izby Gospodarczej w Dziudzianowie oraz miejscowego Cechu Rzemiosł Różnych im. Hugo Kollątaja. (...) Wierzmy, że nasza rezygnacja z kandydowania ułatwi drogę do rady miasta ludziom, którzy wartości chrześcijańskie traktują poważnie i naprawdę chcą służyć mieszkańcom, a nie swoim niejasnym żądzom i natęctwom. (...) Także mamy świadomość, że narzucony przez nas zakaz uniemożliwił kandydatom do parlamentu swobodne prowadzenie kampanii wyborczej, kiedy pozbawienie możliwości ekspozycji w mieście banerów i plakatów wyborczych niewątpliwie mogło wpłynąć na zmniejszenie ilości otrzymanych w Dziudzianowie głosów. Wstyd nam, że przez nas Dziudzianów w czasie kampanii wyglądał jak wiocha pełna smutaków – czytamy w oświadczeniu radnych, którzy obecnie po swoich złych czynach w końcu dojrżeli do prawdy i solidarności międzyludzkiej, dając pierwszeństwo dobru zamiast zła.

Kolejna wiadomość z Dziudzianowa. Otóż obecna ogólna atmosfera hysterii wraz z pomieszaniem i poplątaniem, udzieliła się też klanom polityczno-samorządowym w mieście i powiecie dziudzianowskim. I tak na przykład do tej pory stateczny i bogoboyny aktwy klanu „cebówickiego” (nazwa od wsi Cebówiec z wsią Gumowiec w kierunku na Ołomuniec) nagle dostał amoku i podzielił się na dwie przeciwne sobie połówki. Od razu miejscowi dziennikarze jedną połówkę nazwali „grupą alfa”, a druga – „grupą beta”.

„Betanie” z mety zaczęli działać politycznie i normalnie. Już buntują radnych powiatowych żeby jak najszybciej odwołać obecnego starostę i powołać na jego miejsce znajomą atrakcyjną kobietę w średnim wieku. Przy okazji chcą też

zaskoczenia odwołać przewodniczącego rady powiatu i zastąpić go radną z wykształceniem rolniczym w wieku emerytalnym. Także wśród mieszkańców gminy Goły Młyn (za Gumowcem w kierunku na Miśkołc i Koszice) prowadzą intensywne namawiania by w przyszłorocznych wyborach uwalić obecnego wójta i wybrać zamiast niego kobietę z wykształceniem wyższym, która ma razem z mężem bardzo dużo znajomości w Gołym Młynie i całej gminie.

Rozpoczęli też przygotowania do ekspresowego odwołania dyrekcji trzech dużych szkół średnich w Dziudzianowie, znanych jako – „Zygmunciak”, „Adamiak” i „Józefiak”. Mają na celowniku jeszcze inne posady do szybkiego opróżnienia i obsadzenia swoimi. Natomiast na pewno wiadomo, że nie ruszą dyrektorci Powiatowego Centrum i dyrektora Publicznej Biblioteki, bo są oni na wszystkie strony umocowani i „betanie” są na nich przykróty. Nie ma się czego bać również przewodniczący rady nadzorczej wodociągów, gdyż jest należycie podpięty i mogą mu najwyżej nafiukać.

Ta grupa klanowiczów „cebówickich” zamierza utrzymywać jak najszerze kontakty ze społeczeństwem w sposób polityczny i normalny. Tj. przy każdej okazji mają uroczyscie składać wiązanki pod pomnikiem, brać udział w przeciwnaniu wstęg i odsłanianiu tablic ku czci, a także ze łzami w oczach stać na baczność podczas wciągania flagi na maszt i przemarszu pochodu z okazji rocznicy. Zawsze w czasie uroczystych nabożeństw będą się pchać żeby w długich płaszczach zasiadać w pierwszych ławach w świątyni, a na procesjach będą chodzić zaraz za księdzem. Nie pomną też okazji by odczytywać listy do społeczeństwa od dostojników wysokich szczebli. Itd.

Natomiast „alfiści” zachowują się niepolitycznie i nienormalnie. Kontaktują się z zarządami osiedli i bezpośrednio z wieloma miesz-



Rys. Rafał Kado

kańcami, by rozpoznać czego w środowiskach lokalnych potrzeba najpilniej. Słuchają zwykłych ludzi i poznają prawdziwe problemy społeczności lokalnych. Już zorientowali się gdzie najpilniej potrzeba nowych żłobków i przedszkoli, gdzie trzeba zmodernizować oświetlenie i gdzie niezbędne są placówki stomatologiczne oraz bary i pizzerie dla mieszkańców. Chcą także we współpracy z parafiami współorganizować pomoc dla młodzieży szkolnej w odrabianiu lekcji. Opracowują również metodologię pozyskiwania środków zewnętrznych na rozwój gmin i dzielnic, itd.

O dalszych przygodach przesympatycznych klanowiczów z obu grup „cebówickich” – w kolejnych odcinkach naszego nowego przedwyborczego serialu polityczno-samorządowego.

Przechodzimy do aktualności ciechanowskich. A tu nie ustaje radość mieszkańców ulicy Ludowej z osiedlem z okazji rozpoczynającej się tam niedługo po Nowym Roku dwuletniej wymiany rur wodociągowych i kanalizacyjnych wraz z przyłączami na grubsze. Nie widać jednak solidarności w radości z mieszkańcami Ludowej i osiedla, ze strony mieszkańców innych ulic miasta, przede wszystkim ulicy Warszawskiej. I nie dziwota, bo powodowane jest to naturalną ludzką zawiścią. Jak wiadomo Unia Europejska już się rozpadła i lada moment zabraknie u nas pieniędzy na wszelkie inwestycje. Firmy wykonawcze z braku zleceń zbankrutują i zostaną zlicytowane

przez komorników. Wszyscy to wiedzą i dlatego zazdroszczą, że na Ludowej w ostatniej chwili uda się zrobić inwestycję. Mieszkańcy innych ulic będą musieli poczekać na pogrubienie rur chyba co najmniej trzydziście lat, stąd brak solidarności w radości z mieszkańcami Ludowej i osiedla.

– Naprawdę trudno pogodzić się z brakiem solidarności. Gdy była solidarność, była nadzieja. A teraz nie ma solidarności, bo solidarność rozplynęła się jak pęknięta bania mydlana na wietrze. Dlaczego nie ma solidarności? Co oni zrobili z naszą solidarnością? Dziś solidarność jest szczególnie potrzebna, bo zło wypęła spod powierzchni i pełni się wokół. Tęsknimy za solidarnością. Solidarność na pewno wszystkim pomoże. Wróć solidarności, wróć... – powiedziały naszemu redaktorowi trzy zatroskane parafianki z Ludowej i osiedla, przypadkowo spotkane przy sklepie na rogu Ludowej i Sońskiej.

Poza tym wszystko w Ciechu o.k. Ludzie chwalą starostę i wicestarostę, prezydenta i panią wiceprezydent oraz panią wójt z Regimina i wójta z Ojrzenia. A także prezesów PUK-u, PEC-u i TBS-u wraz z małżonkami oraz przewodniczącego rady nadzorczej wodociągów.

Także za naszym pośrednictwem niektórzy mieszkańcy Ludowej przesyłają pozdrowienia pewnym rodzinom z miejscowości Bierki-Śmietanki.

Tyle. Ahoj!

GAGUŚ KAPELUSZNIK vs GAWLICA

reklama

Stowarzyszenie Elektryków Polskich  
Oddział w Ciechanowie

oferuje: **kursy przygotowawcze, szkolenia i egzaminy Eksploatacji i Dozoru sieci, urządzeń i instalacji elektroenergetycznych, cieplnych i gazowych.**

Ciechanów, ul. Mławska 3, tel. 577 407 762  
www.ciechanow.sep.com.pl sep.ciechanow@sep.com.pl

reklama

Nauka gry  
na gitarze

Tel. 517 770 082

ogłoszenie własne wydawcy

reklama

**Spółeczna Szkoła Podstawowa STO z Oddziałami Dwujęzycznymi ogłasza nabór do klasy I w roku szkolnym 2025/2026**

Gwarantujemy:  
- wysoki poziom kształcenia  
- indywidualne podejście do każdego ucznia  
- wszechstronny rozwój dziecka

tel.: 23 672 28 69

www.stociechanow.pl  
www.facebook.com/stociechanow



studio  
grafika

pracownia reklamy & drukarnia wielkoformatowa

Widna 53a, Ciechanów, tel. 23 672 41 04

www.studio-grafika.pl

Doceniono wysokie wyniki sportowe 2022 roku

# Zarząd Powiatu Ciechanowskiego nagrodził sportowców

Na początku listopada w sali konferencyjnej Starostwa Powiatowego w Ciechanowie odbyło się wręczenie nagród dla zawodników za osiągnięcia sportowe w sportach indywidualnych lub zespołowych. Obecni byli także trenerzy prowadzący szkolenie zawodników osiągających wysokie wyniki sportowe w międzynarodowym lub krajowym współzawodnictwie sportowym.

Zarząd Powiatu Ciechanowskiego Uchwałą nr 154/2023 z dnia 19 października 2023 roku, przyznał nagrody następującym osobom: Marcin Smolarek - pika ręczna, Stowarzyszenie Ciechanowski Klub Sportowy JURAND; Alicja Laskowska - taekwondo olimpijskie, Miejskie Ognisko TKKF PROMYK Ciechanów; Patryk Bęben, Marek Guła, Marcin Ziółkowski oraz Szymon Ziółkowski - podnoszenie ciężarów, Ciechanowski Ludowy Klub Sportowy „MAZOVIA”; Marta Grzegorzczak, Róża Okrasa, Szymon Mądy oraz Patrycja Jakubiak - karate kyokushin, Ciechanowski Klub Karate Kyokushin; Anna Leśniewska - podnoszenie ciężarów, Klub Sportowy „Cross Training Mazovia Ciechanów. Nagrodzono także trenerów:

Jakuba Olszewskiego (Stowarzyszenie Ciechanowski Klub Sportowy „JURAND”) oraz Pawła Nałęcz (TAEKWONDO OLIMPIJSKIE, Miejskie Ognisko Krzewienia Kultury Fizycznej „PROMYK” w Ciechanowie).



Starosta Ciechanowski Jan Andrzej Kaluszkiewicz, wicestarosta Marek Marcinkowski oraz Sekretarz Powiatu Monika Gwoździak pogratulowali oraz docenili za-

wodników i ich trenerów za wybitne osiągnięcia sportowe. Wszystkim nagrodzonym serdecznie gratulujemy i życzymy dalszych zwycięstw oraz wybitnych osiągnięć. **PC**



reklama

**STOWARZYSZENIE KSIĘGOWYCH W POLSCE**  
ODDZIAŁ OKRĘGOWY W WARSZAWIE  
CENTRUM EDUKACJI ZAWODOWEJ

**ZAPRASZAMY NA NASZE KURSY**

- **podstaw rachunkowości**  
- start kursu 17 listopada
- **dla samodzielnych księgowych**  
- start kursu 16 listopada
- **„Kadry i płace w praktyce”**  
- start kursu 3 listopada

[www.ciechanow.skp-ow.com.pl](http://www.ciechanow.skp-ow.com.pl)  
e-mail: [biuro.ciechanow@skp-ow.com.pl](mailto:biuro.ciechanow@skp-ow.com.pl)  
tel.: 23 673 20 01, 781-241-782

Zajęcia odbywają się w Ciechanowie przy ul. Ks. P. Ściegiennego 10 lok. 52 (I piętro)



Rozmowa z Małgorzatą Drzewiecką-Ćwieką - właścicielką salonu kosmetycznego MediMas, ekspertem w zakresie medycyny estetycznej

## Jak się stać najlepszą wersją siebie?

**Jak zadbać o siebie w okresie jesienno-zimowym?**

Okres jesienno-zimowy to często czas gdy wszyscy zwalniamy, jesteśmy mniej aktywni, więcej czasu spędzamy w domu. Jest wiele zabiegów, które wykonujemy tylko w okresie jesiennym ze względu na niską podaż światła słonecznego. Okres jesienno-zimowy możemy przeczekać, a możemy wykorzystać na zadbanie o siebie i swoje potrzeby.

**Jakie zabiegi najlepiej wykonywać jesienią i zimą?**

Są to wszystkie zabiegi laserowe. Zarówno zabiegi usuwania tzw. „pajęczków” (czyli rozszerzonych naczyń krwionośnych) jak i epilacja, czyli trwałe usuwanie włosów. Okres ten jest świetnym czasem na wykonywanie wszystkich zabiegów z wykorzystaniem retinolu, które są w głównej mierze niewskazane w okresie letnim.

Seria zabiegów z wykorzystaniem retinolu daje rewelacyjne efekty - spłycenie zmarszczek, poprawa gęstości skóry a co najważniejsze - rozjaśnienie twarzy i promienny, młodzieńczy wygląd.

**Jakie zabiegi są ostatnio najczęściej wykonywane?**

W październiku najczęściej wykonywanym zabiegiem był zabieg stymulatorów tkankowych na okolicę oka. Wskazaniami



Fot. Malwina Gajda

do zabiegu są sińce i „worki” pod oczami, cienka skóra wokół oczu, pierwsze oznaki starzenia, utrata jędrności skóry. Stymulator tkankowy to zabieg stymulujący fibroblasty do produkcji włókien kolagenu i elastyny, które nadają skórze jędrność i elastyczność. Efekt odmłodzenia skóry otrzymujemy wstrzykując pod powierzchnię skóry odpowiedni stymulator tkankowy.

**Mezoterapia igłowa twarzy jest zabiegiem całorocznym, który daje rewelacyjne efekty kobietom z różnymi potrzebami skóry - nawilżenie, ujędrnienie, rozświetlenie, ujednolicenie struktury**

**- ten zabieg należy do ulubionych wśród moich Klientek.**

W listopadzie do salonu przyjadą dwa nowe wysokiej jakości sprzęty. Pierwszy to laser do usuwania teleangiektazji, czyli skutecznego usuwania rozszerzonych naczyń krwionośnych - tzw. „pajęczków”. Laser gwarantuje trwałe i szybkie efekty zamykania naczynek. Są one widoczne od razu. Naczynka usuwamy na twarzy oraz na każdej innej części ciała. Jest to zabieg bezinwazyjny, nie narusza ciągłości skóry, nie wymaga stosowania igieł. Zabiegi tym laserem są krótkie i nie wymagają specjalnego przygotowania.

Drugim sprzętem jest laser usuwający zbędne owłosienie. Jest to niezwykle wygodne dla kobiet które prowadzą aktywny styl życia i zawsze chcą dobrze wyglądać.

**Seria zabiegów epilacji laserowej może być dosyć kosztowna jeśli dotyczy całego ciała.**

To prawda, dlatego wychodzę do moich Klientek z propozycją rozłożenia kosztów na raty. Myślę, że jest to bardzo ciekawa propozycja jako prezent na święta, urodziny lub inne ważne wydarzenie.

**Co wyróżnia Pani salon wśród innych funkcjonujących w Ciechanowie?**

Myślę, że przede wszystkim podejście holistyczne - umysł, ciało i czas to trzy wy-

miary, które przywykliśmy traktować jako odrębne - a przecież stale się przenikają. Równowaga psychofizyczna zależy w dużej mierze od tego, jak oddziałują na siebie nawzajem. Dlatego właśnie tak duży nacisk kładę na holistyczne podejście do pielęgnacji - chcę pomóc w odnalezieniu drogi do wewnętrznego spokoju i zadowolenia wynikającego z dbania o siebie na wszystkich poziomach.

**Dlaczego tak dużo kobiet przychodzi do Pani do salonu?**

Tutaj nie chodzi tylko o mój profesjonalizm, wieloletnie doświadczenie i efekty zabiegów. W salonie panuje bardzo ciepła, pozytywna atmosfera. Większość moich Klientek to osoby, z którymi współpracuję od lat - które przysły raz „na spróbowanie” i zostały na dłużej. Kobiety się znają, pozostają ze sobą

w bliskich przyjacielskich stosunkach, w salonie często dzielą się swoimi trudnościami, marzeniami, zmianami w życiu. A ja towarzyszę im w tym od lat.

**Wygląda na to, że przy okazji prowadzenia salonu kosmetycznego stworzyła Pani swoją społeczność kobiet.**

Tak, planuję organizować spotkania dla kobiet, gdzie będziemy poruszać zagadnienia związane z dbaniem o swoje piękno zewnętrzne jak i wewnętrzne, spotkania z psychologiem, warsztaty mentalne.

**Co chciałaby Pani na zakończenie naszej rozmowy przekazać Czytelniczkom PULSU?**

Drogie Pani! Nie traćcie czasu i wykorzystajcie najbliższe miesiące na poprawę swojego wyglądu. Pomogę Wam stać się najlepszą wersją siebie.

**Dziękujemy za rozmowę.**



**Małgorzata Drzewiecka-Ćwieka**  
Medycyna estetyczna

tel.: 515 697 184  
e-mail: [medimas@o2.pl](mailto:medimas@o2.pl)

- profesjonalne zabiegi medycyny estetycznej
- kosmetologia medyczna
- mezoterapia igłowa
- stymulatory tkankowe
- modelowanie ust
- makijaż permanentny

## Ciechanowskie święto przedsiębiorczości!

## „Różę Biznesu 2023” Mazowieckiej Izby Gospodarczej

W drugiej połowie października w sali widowiskowej PCKiSz odbyła się Gala Przedsiębiorczości „Różę Biznesu 2023”. Organizatorem tego święta przedsiębiorców była Mazowiecka Izba Gospodarcza. Nagrodzono firmy z powiatu ciechanowskiego. Był również inspirujący panel dyskusyjny Członków MIG oraz wspaniały koncert Olgi Bończyk.

Oficjalnego otwarcia uroczystości dokonali Adam Olszewski – prezes MIG wraz z wiceprezesem – Bartoszem Machulem, który podkreślał między innymi to, jak duże znaczenie ma to spotkanie dla lokalnego biznesu i promocji przedsiębiorczości.

Przed gośćmi wystąpił także starosta Jan Andrzej Kaluszkiewicz – jako Patron Honorowy przedsięwzięcia – skierował ciepłe słowa do przedsiębiorców.

Podczas Gali zebrano łącznie 4.700 zł na rzecz TPD. Wzruszenia hojnością zebranych – nie ukrywała Hanna Murawska – prezes tej organizacji.

## Statuetki „Różę Biznesu”

Pierwszą specjalną „Różę Biznesu” otrzymała Danuta Drzewiecka – za wieloletnią pracę na rzecz firm członkowskich MIG. Statuetkę wręczyli Adam Olszewski, Bartosz Machul oraz poprzedni prezes MIG – Krzysztof Ostromecki.

Piękne statuetki zaprojektował i ręcznie wykonał Adrian Krzywkowski, właściciel firmy Metalkunst, która jest zrzeszona w Mazowieckiej Izbie Gospodarczej.

„Różę Biznesu” w kategorii: BIZNES SPOŁECZNIE ODPOWIEDZIALNY otrzymała spółka cywilna CYBER-TECH braci Piotra, Pawła i Andrzeja Nałęcz. Na swoim koncie mają nie tylko budowy obiektów mieszkalnych wielorodzinnych, sportowych, ale także budowy obiektów użyteczności publicznej takich jak Powiatowy Dom Dziecka. Od lat wspierają i działają także na rzecz kultury fizycznej i promocji sportu współtworząc Towarzystwo Krzewienia Kultury Fizycznej PRO-MYK w Ciechanowie.

W kategorii: EDUKATOR PRZEDSIĘBIORCZOŚCI wyróżniono dwie szkoły:

Zespół Szkół nr 2 im. Adama Mickiewicza w Ciechanowie oraz Państwową Akademię Nauk Stosowanych im. Ignacego Mościckiego w Ciechanowie, która obecnie kształci ponad 1.500 studentów na 13 kierunkach licencjackich, inżynierskich i magisterskich.

Laureatem w drugiej kategorii MENCENAS BIZNESU była Dorota Nadratowska-Malinowska.

W kategorii FIRMA Z TRADYCYJAMI wyróżniono:

Zakład Mięśny Lenarcik funkcjonujący od 1991 roku. Początkowo, Właściciel – Sławomir Lenarcik otworzył zakład mięśny w wydzierżawionym zakładzie GS w Gąsolinie, ale już wtedy planował wybudowanie nowego zakładu w rodzinnej miejscowości w Gotardach. Obecnie możliwości produkcyjne zakładu sięgają 20 ton produkcji wyrobów przetworzonych dziennie.

FARBEX – została założona w 1989 roku jako małe przedsiębiorstwo rodzinne.



Fot. Katarzyna Dziewiątkowska

Pamiątkowe zdjęcie wszystkich nagrodzonych statuetkami „Różę Biznesu”

Dzięki pasji oraz ciężkiej pracy, Farbox dziś to 4 markety budowlane, 2 hurtownie oraz niedawno otwarte Centrum Wnętrz oraz Centrum Drzwi i Podłóg.

Qbatura Restauracja & Hotel (Pełna nazwa firmy: MIKOŁAJCZAK SPÓŁKA CYWILNA QBATURA CAFE&HOTEL BOGUSŁAWA MIKOŁAJCZAK JACEK MIKOŁAJCZAK). Cytując właścicieli: „Za tajemnicą sukcesu stoją przede wszystkim goście i pracownicy – to dzięki ich zaangażowaniu i pasji tworzy się wspaniała historia tego miejsca”. Różę Biznesu odebrała: Aneta Krakowska – manager.

W kategorii KOBIETA BIZNESU uhonorowano Elżbietę Rykowską (firma BEST FOOD). Firmę założyła w 2007 roku. Jej działalność od początku polegała na skupie mięsa, głównie z małych ubojni i zakładów rozbioru, a także na handlu detalicznym i sprzedaży przede wszystkim w Polsce i na terenie Unii Europejskiej.

W szóstej kategorii: WYSPECJALIZOWANY USŁUGODAWCA wyróżniono trzy firmy:

- Przedsiębiorstwo Usługowo-Handlowe „Andex” - Andrzej Podsiadlik funkcjonujące od 1995 roku. Skupia się przede wszystkim na prowadzeniu działalności geodezyjnej ze specjalizacją w zakresie geodezyjnej obsługi inwestycji.

- STOLTRAK Piotr Sarnowski (firma od zadań specjalnych) Przedsiębiorstwo, które swoją działalność rozpoczęło w 2005 roku, zajmując się obróbką drewna okrągłego czyli tartak i stolarnia, co było kontynuacją firmy rodzinnej ojca.

- RESULT Sławomir Lubomir Cendrowski - powstała w 2007 roku. Została założona przez człowieka od lat pracującego w branży mięsnej na stanowiskach technologa, dyrektora produkcji, dyrektora generalnego.

Kategoria siódma i zarazem ostatnia to: EKOLOGIA I ROZWÓJ. Laureatem statuetki w tej kategorii został Specjalistyczny Szpital Wojewódzki w Ciechanowie. Nagrodę odbierał dyrektor placówki - Andrzej KAMASA. Jest to jedyny szpital w naszym mieście i powiecie. Jest też największą i jedyną wielospecjalistyczną



Na zdjęciu od lewej: Adam Olszewski – Prezes MIG, Jan Andrzej Kaluszkiewicz – Starosta Ciechanowski, Bartosz Machul – Wiceprezes MIG oraz Piotr Pszczółkowski - Skarbnik MIG

placówką medyczną na Północnym Mazowszu. Szpital rozwija się, a sam rozwój jest wieloaspektowy. Realizowane są nowe zakresy świadczeń dla pacjentów, chociażby: chirurgii onkologicznej, chirurgicznego leczenia otyłości, ortopedii dziecięcej, okulistycznych procedur zabiegowych, czy szeregu nowych procedur realizowanych w oddziałach: kardiologicznym i neurologicznym.

Do podgrzewania ciepłej wody szpital wykorzystuje również energię słoneczną w zamontowanych kolektorach słonecznych.

## „MOJA DROGA DO SUKCESU”

Kolejnym punktem spotkania był panel dyskusyjny przedsiębiorców zrzeszonych w Mazowieckiej Izbie Gospodarczej. Opowiadali o własnych doświadczeniach

reklama

Studio fotograficzne Katarzyna Dziewiątkowska

~ Sesje ślubne, plenerowe, okolicznościowe  
~ Zdjęcia do dokumentów

Sońsk - Klonowa 7 tel. 503 187 887

Uczestnikami debaty byli: Paweł Jarzyński - Jarzyńscy Autoserwis, Marcin Ostromecki - sukcesor firmy Intur, Piotr Pniewski - prezes Banku Spółdzielczego w Raciążu oraz Elżbieta Rykowska - Best Food. Debatę poprowadził Piotr Pszczółkowski – Skarbnik MIG, zarazem pełniący obowiązki dyrektora MIG.

## Występ Olgi Bończyk

- Szanowni Państwo, podobno zarabianie pieniędzy to sztuka, praca to sztuka, a biznes to najlepsza sztuka. Już za chwilę na tej scenie pojawi się kobieta niezwykle utalentowana, niezwykle przedsiębiorca i coraz bardziej świadoma siebie. Energetyczna i zmysłowa. Czerpie z życia garściami i realizuje swoje marzenia, które -uwaga- pojawiły się już w przedszkolu. Przed Państwem aktorka, wokalistka, producentka... w dwóch słowach: Olga Bończyk – tymi słowami Michał Wulczyński zapowiedział występ gwiazdy wieczoru.

Przedsiębiorcy przedsiębiorcom Organizacja spotkania była możliwa między innymi dzięki wsparciu sponsorów. - Największe wsparcie otrzymaliśmy z ciechanowskiego starostwa. Nie można w tym punkcie nie wspomnieć o wsparciu zapewnionym przez Powiatowe Centrum Kultury i Sztuki w Ciechanowie i osobistym zaangażowaniu dyrektora Anny Smolińskiej, kobiety bez wątpienia niezwykle przedsiębiorczej – podkreślali organizatorzy.

Również firmy zrzeszone w Mazowieckiej Izbie Gospodarczej dołożyły swoją cegiełkę. Były to: GRUPA ARNICA, T4B - TECHNOLOGIA DLA BIZNESU, JARZYŃSKI AUTO SERWIS, WARSZAWSKI BANK SPÓŁDZIELCZY (oddział w Ciechanowie Plac Jana Pawła II 15), BANK SPÓŁDZIELCZY W PŁOŃSKU (oddział w Ciechanowie, ul. 3 Maja 11), BANK SPÓŁDZIELCZY W RACIĄŻU (oddział w Ciechanowie, ul. 17 Stycznia 33a). A także: MultiRach Sp. z o.o., EKO Mirosław Miączyński, PRYZMAT Luiza Goliasz, BEST FOOD S.C., Społeczna Inicjatywa Mieszkaniowa - Północne Mazowsze, EDU-MACH Sp. z o.o. oraz CUK Ubezpieczenia.

Piękne ozdobne krzewy na scenie oraz w holu zapewniła firma: FLORA-Z SZKÓŁKA ROŚLIN OZDOBNYCH Anny i Pawła Żaluskich (Nużewo 55).

Gala Przedsiębiorczości zwieńczona została bankietem w Kawiarni Artystycznej. Kuluarowy charakter tego punktu spotkania sprzyjał integracji przedsiębiorców i nawiązywania nowych kontaktów biznesowych i towarzyskich. PP



Spotkanie zwieńczył wspaniały koncert Olgi Bończyk

biznesowych, inspirując jednocześnie różnymi spostrzeżeniami na temat funkcjonowania firmy.



## Nowa Radna w Radzie Powiatu Ciechanowskiego

# Joanna Szymańczyk za Adama Krzemińskiego

**Adam Krzemiński, który zdobył mandat Posła na Sejm Rzeczypospolitej Polskiej przestał być radnym powiatowym. Jego miejsce zajęła Jolanta Anna Szymańczyk, która zdobyła w poprzednich wyborach samorządowych kolejny wynik w okręgu nr 1 na liście nr 4 - Platforma .Nowoczesna Koalicja Obywatelska. Nowa radna słowa ślubowania wypowiedziała podczas ostatniej Sesji Rady Powiatu Ciechanowskiego – 30 października.**

Jak informuje ciechanowskie starostwo: „Nową radną została Pani Jolanta Szymańczyk, kandydatka z listy Nr 4 Platforma Nowoczesna Koalicja Obywatelska,

która w wyborach przeprowadzonych w dniu 21 października 2018 roku uzyskała kolejno największą liczbę głosów a nie utraciła prawa wybieralności oraz nie zrzekła się pierwszeństwa do objęcia mandatu”.

Podczas sesji nowa radna złożyła ślubowanie słowami: „Uroczystie ślubuję rzetelnie i sumiennie wykonywać obowiązki wobec Narodu Polskiego, strzec suwerenności i interesów Państwa Polskiego, czynić wszystko dla pomyślności Ojczyzny, wspólnoty samorządowej powiatu i dobra obywateli, przestrzegać Konstytucji i innych praw Rzeczypospolitej Polskiej. Tak mi dopomóż Bóg.”

Jest to nie tylko wymóg ustawy, ale również wzięcie odpowiedzialności za przestrzeganie prawa, jak i za rzetelne wypełnianie obowiązków radnego względem wyborców. Od momentu złożenia ślubowania radna rozpoczyna pełnić swoją funkcję w tej kadencji.

Po złożeniu uroczystego ślubowania Pani Jolanta Szymańczyk uzupełniła skład Rady Powiatu.

- Składamy serdeczne gratulacje. Życzymy sukcesów i wielu satysfakcji płynących z pracy dla dobra i rozwoju Powiatu Ciechanowskiego – podkreślał Starosta.

PP/PC



foto: Starostwo Powiatowe w Ciechanowie

## Nowa kadencja PRRP 2023-2027

# Powołano nowy skład Powiatowej Rady Rynku Pracy

**W dniu 25 października 2023 r. w siedzibie Powiatowego Urzędu Pracy w Ciechanowie, odbyło się posiedzenie inauguracyjne Powiatową Radę Rynku Pracy w Ciechanowie na nową kadencję 2023-2027. W posiedzeniu uczestniczyło 11 członków oraz zaproszeni goście.**

Powiatowa Rada Rynku Pracy w Ciechanowie jest organem opiniodawczym i doradczym Starosty Ciechanowskiego w sprawach polityki rynku pracy.

Zgodnie z Zarządzeniem nr 66/2023 Starosty Ciechanowskiego z dnia 29 września 2023 r. został powołany nowy, jedenaosobowy skład Powiatowej Rady Rynku Pracy w Ciechanowie, na nową czteroletnią kadencję.

Starosta Ciechanowski Jan Andrzej Kaluszkiewicz wraz z wicestarostą Markiem Marcinkowskim, wręczyli akty powołania Członkom Rady.

**W skład jej wchodzi następujące osoby:**

- Agnieszka Ozdarska - NSZZ „Solidarność” Region Mazowsze,
- Grzegorz Pszczółkowski - Rada OPZZ Województwa Mazowieckiego,
- Grzegorz Sikorski - Przewodniczący Rady Powiatowej Mazowieckiej Izby Rolniczej Powiatu Ciechanowskiego,
- Iwona Kowalczuk - Zastępca Prezydenta Miasta Ciechanów,
- Jarosław Muchowski - Wójt Gminy Sońsk,
- Łukasz Kapczyński - Burmistrz Miasta i Gminy Gliniojeck,



foto: Powiat Ciechanowski

- Danuta Drzewiecka - Mazowiecka Izba Gospodarcza,
- Piotr Pszczółkowski - Mazowiecka Izba Gospodarcza,
- Bożena Kapczyńska - Cech Rzemiosł

- Różnych i Przedsiębiorczości im. Stanisława Staszica w Ciechanowie,
- Piotr Modzelewski - Cech Rzemiosł Różnych i Przedsiębiorczości im. Stanisława Staszica w Ciechanowie,

- Mariusz Romanowski - Zakład Doskonalenia Zawodowego w Ciechanowie.

Zgodnie z zasadami określonymi w rozporządzeniu Ministra Pracy i Polityki Społecznej, Powiatowa Rada Rynku Pracy w Ciechanowie spośród swoich członków wyłoniła przewodniczącego i wiceprzewodniczącego, którymi zostały: Danuta Drzewiecka i Bożena Kapczyńska.

W związku z zakończeniem pracy w charakterze członków Powiatowej Rady Rynku Pracy w Ciechanowie w latach 2019-2023, starosta wraz z wicestarostą wręczyli podziękowania Mieczysławowi Piotrowskiemu, Damianowi Milewskiemu oraz Maciejowi Kołakowskiemu. **PC**

# Powiatowy Dzień Edukacji Narodowej

**Tegoroczny Dzień Nauczyciela miał szczególny charakter, ponieważ obchodziliśmy 250. rocznicę utworzenia Komisji Edukacji Narodowej. Była to okazja do wyrażenia szacunku i złożenia podziękowań dyrektorom placówek oświatowych, nauczycielom, a także pracownikom administracji i obsługi. Starostwo Powiatowe w Ciechanowie zorganizowało z tej okazji gale w sali widowiskowej Powiatowego Centrum Kultury i Sztuki w Ciechanowie.**

Uroczystość zainaugurował Jan Andrzej Kaluszkiewicz - Starosta Powiatu Ciechanowskiego.

- Szanujemy i cenimy Państwa trudną pracę, nauczanie oraz wychowywanie kolejnych pokoleń uczniów. Praca w oświacie jest posłannictwem, wymaga powołania. Jest bardzo wyczerpująca, ale jak żadna inna może przynieść wiele satysfakcji. Serdecznie życzę Państwu na każdy nadchodzący dzień dużo radości z pracy, cierpliwości, wielu ciekawych pomysłów, sukcesów, uznania, samych wzorowych uczniów. Życzę wszystkiemu najlepszemu na drodze zawodowej oraz zdrowia i pomyślności w życiu osobistym - mówił Starosta.

Podziękowania za trud i poświęcenie, wykazywane każdego dnia w odpowiedzialnej i nietawnej, ale jakże pięknej pracy pedagogicznej w imieniu władz Powiatu

Ciechanowskiego wręczyli: Starosta Ciechanowski Jan Andrzej Kaluszkiewicz, Przewodniczący Rady Powiatu Sławomir Morawski oraz Wicestarosta Ciechanowski Marek Marcinkowski.

Podczas Powiatowego Dnia Edukacji podziękowania odebrali:

### PRZEDSZKOLA MIEJSKIE I NIEPUBLICZNE:

- Izabella Grabowska Miejskie Przedszkole Nr 2 w Ciechanowie
- Ewa Kaczyńska Miejskie Przedszkole Nr 3 w Ciechanowie
- Agata Szczepańska Miejskie Przedszkole Nr 4 w Ciechanowie
- Hanna Bonisławska Miejskie Przedszkole Nr 5 w Ciechanowie
- Barbara Derbin Miejskie Przedszkole Nr 6 w Ciechanowie
- Wiesława Milewska Miejskie Przedszkole Nr 8 w Ciechanowie
- Bożena Wernik reprezentowana przez p. Dorotę Moczulak Miejskie Przedszkole Nr 10 w Ciechanowie
- Iwona Romanowska Zakład Doskonalenia Zawodowego w Warszawie Centrum Kształcenia w Ciechanowie
- Barbara Lusawa Niepubliczne Przedszkole Muzyczne Do-Re-Mi



foto: Powiat Ciechanowski

- Magdalena Banasiak Niepubliczne Przedszkole Kindero
- Anna Kocięcka Niepubliczne Przedszkole Tęcza
- Barbara Dzienkiewicz Niepubliczne Przedszkole Zamkowe Skrzaty
- Beata Pilacińska Niepubliczne Przedszkole Stumilowy Las

### SZKOŁY PODSTAWOWE:

- Barbara Kamińska Dyrektor Szkoły Podstawowej Nr 4 w Ciechanowie
- Agata Pawłowska Dyrektor Szkoły Podstawowej Nr 6 w Ciechanowie
- Tatiana Sęk Dyrektor Szkoły Podstawowej TWP w Ciechanowie
- Anna Zadrozna Dyrektor Szkoły Podstawowej w Golyminie
- Anna Sylwia Radziejewicz Dyrektor Szkoły Podstawowej w Ościsłowie
- Marlena Gałęzewska Dyrektor Szkoły Podstawowej w Grudusku

- Iwona Ożarowska Dyrektor Szkoły Podstawowej w Humięcinie
- Agnieszka Bakalarska Dyrektor Szkoły Podstawowej w Gąsolinie
- Magdalena Janiszewska Dyrektor Szkoły Podstawowej w Sońsku
- Olga Kobylecka Dyrektor Szkoły Podstawowej w Bądkowie
- Agnieszka Wiśniewska Dyrektor Szkoły Podstawowej w Kołaczku
- Henryk Chojnacki Dyrektor Szkoły Podstawowej w Woli Wierzbowskiej
- Małgorzata Sobolewska Dyrektor Szkoły Podstawowej w Woli Młockiej

### SZKOŁY PONADPODSTAWOWE PUBLICZNE I NIEPUBLICZNE:

- Marzanna Zmysłowska Dyrektor I Liceum Ogólnokształcącego w Ciechanowie
- Maciej Wojciechowski Dyrektor Zespołu Szkół nr 1 w Ciechanowie
- Tomasz Gumulak Dyrektor Zespołu Szkół nr 2 w Ciechanowie
- Marzena Chodkowska Dyrektor Zespołu Szkół nr 3 w Ciechanowie
- Ewa Krajza Dyrektor Zespołu Szkół Technicznych Centrum Kształcenia Ustawicznego w Ciechanowie
- Agnieszka Lubowiedzka Dyrektor Specjalnego Ośrodka Szkolno-Wychowawczego w Ciechanowie

Wiesława Machul Dyrektor Poradni Psychologiczno-Pedagogicznej w Ciechanowie

Marek Rutkowski Dyrektor Zespołu Szkół Centrum Kształcenia Rolniczego w Gołotczyźnie

Kamil Kowalski Dyrektor I Liceum Ogólnokształcącego Płockiego Uniwersytetu Ludowego w Ciechanowie

Agata Pytel Dyrektor I Liceum Ogólnokształcące CN-B w Ciechanowie

Dariusz Mosakowski Dyrektor Szkoły Technicznej Zespołu Szkół BZDZ w Ciechanowie

Serdecznie gratulujemy wszystkim nagrodzonym!

Wydarzenie poprowadziła Małgorzata Milewska - wicedyrektor Powiatowego Centrum Kultury i Sztuki. Dla zgromadzonych gości koncert zagrała orkiestra Sinfonia Viva, a poczęstunek przygotowały niezawodne Koła Gospodyń Wiejskich z terenu naszego powiatu.

Organizatorem wydarzenia było Starostwo Powiatowe w Ciechanowie we współpracy z Powiatowym Centrum Usług Wspólnych w Ciechanowie.

Wydarzenie współfinansowane ze środków Samorządu Województwa Mazowieckiego. **PC**

## Spotkanie Młodych w Ciechanowie

## Młodzież mówi: „WAKE UP”!



Pamiątkowa fotografia osób zaangażowanych w przygotowanie kolejnej edycji Spotkania Młodych „WAKE UP”

Okolo 700 osób wzięło udział w Spotkaniu Młodych „WAKE UP”, które zostało zorganizowane w ciechanowskiej Hali Sportowo-Widowskowej MOSiR przez grupę młodzieżową „Wojsko Gedeona”.

Podczas spotkania młodzi chrześcijanie, którzy przyjechali z wielu mazowieckich powiatów, wspólnie modlili się i uwielbiali Boga śpiewem.

Wysłuchali też świadectwa o Bożym działaniu, którym podzieliła się Klaudia Tołłoczko oraz koncertu Michała Króla.

Była też Adoracja Najświętszego Sakramentu i modlitwa wstawiennicza oraz Eucharystia, której przewodniczył bp Szymon Stulkowski – Biskup Płocki. Spotkanie zakończył koncert ewangelizacyjny rapera Piotra Byliny, występującego pod pseudonimem artystycznym EDZIO.

Z kolejnego Spotkania Młodych cieszy się jego koordynator ks. Tomasz Dec. - Cieszymy się, że w Kościele mamy wielu utalentowanych i odważnych młodych ludzi, którzy dzielą się

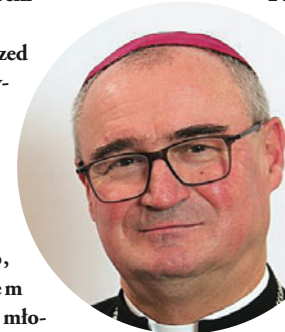


Członkowie zespołu prowadzącego Uwielbienie

doświadczeniem Boga. To z ich inicjatywy i dzięki ich zaangażowaniu odbywa się diecezjalne spotkanie „WAKE UP”. Młodzi ze wspólnoty „Wojsko Gedeona” swoim świadectwem są wzorem dla innych jaką moc ma osobista relacja z Bogiem i więzi rówieśnicze oparte na Nim. W każdy piątek w ciechanowskiej Parafii Matki Bożej Fatimskiej od godz. 19.00 odbywają się spotkania dla młodzieży,

a w ostatnią niedzielę miesiąca Msze dla młodych. Za pośrednictwem PULSU dziękuję Panu Prezydentowi Krzysztofowi Kosińskiemu, Pani Sekretarz Adriannie Saganek, Panu Kierownikowi Biura Profilaktyki i Rozwiązania Problemów Uzależnień Tomaszowi Kosińskiemu i Pracownikom a zwłaszcza Pani Jolancie Pyra, Miejskiemu Ośrodkowi Sportu i Rekreacji, Pani Renacie Kwiatkowskiej i pra-

bp SZYMON STULKOWSKI  
Biskup Płocki



Kiedy przed rokiem przybyłem do diecezji płockiej, by pełnić funkcję biskupa diecezjalnego, dowiedziałem się o grupie młodych katolików, którzy gromadzą się we wspólnocie o nazwie Wojsko Gedeona. Słyszałem też o zorganizowanym przez nich spotkaniu „Wake Up”, na którym gościem przed rokiem był mój dobry znajomy z Poznania – Jakub – prowadzący w moim rodzinnym mieście wspólnotę „Poznanie Jezusa Młodych”. To młodzieżowa część wspólnoty o nazwie „Poznanie Jezusa”, z którą współpracowałem. Kuba przekazał mi swoje ciekawe spostrzeżenia po udziale w „Wake Up 2022”.

Po rozpoczęciu mojej posługi w naszej diecezji miałem okazję spotkać się pierwszy raz z Wojskiem Gedeona w Ciechanowie. Potem „nasłuchiwałem” co robią i cieszyłem się, że mamy grono młodych ludzi, którzy z entuzjazmem przeżywają swoją relację z Panem Jezusem. Podczas wakacji pojechałem z przedstawicielami młodzieży z naszej diecezji na Światowe Dni Młodzieży do Portugalii. Część naszej grupy stanowili członkowie wspólnoty Wojsko Gede-

ona. Mogliśmy się wtedy lepiej poznać z kapłanami i młodymi z tej wspólnoty. Bardzo ucieszyłem się, kiedy spotkałem w Ciechanowie kilkadziesiąt młodych osób w towarzystwie kapłanów, katechetów, a także rodziców, z radością i skupieniem świętujących swoją wiarę. Było radosne doświadczenie bycia razem, była modlitwa adoracji Najświętszego Sakramentu oraz modlitwa wstawiennicza, było radosne wielbienie Pana Boga, okazja do skorzystania ze spowiedzi, w skupieniu przeżywana Msza święta i na koniec pełne energii śpiewanie z raperem Edziem, który w ciekawy i mądry sposób podzielił się świadectwem swojej wiary.

Niejaką na zapleczu, w ciszy, młodzi mogli skorzystać z rozmowy z psychologami. Nie brakowało chętnych, co mnie bardzo cieszy. Zauważyłem, że niektórzy uczestnicy „Wake Up” czuli się trochę nieswojo i obco. Część z nich to kandydaci do bierzmowania, którzy zaproszeni przez swoich duszpasterzy i katechetów uczestniczyli w takim spotkaniu pierwszy raz. Wiem, że niektórzy z nich dołączyli do wspólnot Wojska Gedeona. Bardzo cieszy mnie fakt, że kapłani i młodzież z Wojska Gedeona organizują rekolekcje czy dni wspólnoty dla kandydatów do bierzmowania w różnych miejscach naszej diecezji. To ważne, że młodzi młodym głoszą Chrystusa. Oni są pierwszymi ewangelizatorami swoich środowisk.

ownikom Hali Sportowo-Widowskowej, psychologom z Punktu Konsultacyjnego „Metanoia” oraz wszystkim dobrym ludziom

za pomoc, dzięki której młodzi ludzie mieli możliwość nabrać sił duchowych i psychicznych – powiedział nam ks. Tomasz Dec. **AI**

## Referaty, ciekawe dyskusje i integracja

## Mazowieckie Dni Techniki

Pod koniec października w Ciechanowie i Przasnyszu odbyły się „Mazowieckie Dni Techniki”. W wydarzeniu wzięło udział wielu wybitnych inżynierów z terenu województwa mazowieckiego oraz łódzkiego.

Mazowieckie Dni Techniki to szereg spotkań członków Stowarzyszeń Naukowo-Technicznych zrzeszonych w ramach Federacji NOT (Naczelnej Organizacji Technicznej). Wydarzenia odbywają się kolejno we wszystkich większych miastach naszego województwa (Warszawie, Płocku, Ciechanowie, Ostrołęce, Siedlcach oraz Radomiu). Konferencje poświęcone są najistotniejszym problemom współczesnej nauki technicznej i przemysłu. Cykl spotkań kończy uroczysta gala w Warszawie.

Tegoroczne Dni Techniki organizowane przez ciechanowski NOT miały wyjątkowy charakter. Pierwszego dnia odbyła się konferencja dotycząca wizji przyszłości Stowarzyszeń Naukowo-Technicznych oraz problemów energetycznych Polski i rejonu Północnego Mazowsza.

Jako pierwszy wystąpił Mirosław Czerw - prezes ciechanowskiego oddziału Stowarzyszenia Inżynierów i Techników Mechaników Polskich. Wygłosił referat zatytułowany „Historia, teraźniejszość

i przyszłość Stowarzyszeń Naukowo-Technicznych w Polsce”. Wykład miał charakter wprowadzający w tematykę konferencji. Prowadzący m.in. przedstawił historię rozwoju ruchu stowarzyszeniowego, obecny stan, cele i podejmowane działania.

Kolejną prelekcję wygłosił Tomasz Mitura - członek SIMP Ciechanów. Wystąpienie dotyczyło możliwości zastosowania turbin gazowych do produkcji energii elektrycznej. Zgodnie z przedstawionymi informacjami wykorzystanie takiej technologii jest idealnym sposobem do wygenerowania mocy szczytowych, czyli zaspokojenia nagłych wzrostów poboru energii przez odbiorców i uniknięcia tym samym zaników mocy w sieci.

Następne głos zabrał Marek Hetmański - przedstawiciel ciechanowskiego oddziału Stowarzyszenia Elektryków Polskich. Przedstawił wszystkie możliwe sposoby magazynowania energii oraz zaprezentował przykłady istniejących instalacji wykorzystujących poszczególne rozwiązania. Jak wynika z referatu jednym z bardziej obiecujących rozwiązań jest magazynowanie energii w postaci wodoru.

Kolejny referat opracowany przez dr. Daniela Gerwatowskiego oraz Mateusza Mostowego z SIMP Ciechanów dotyczył

właśnie technik wodorowych. Przedstawiono aktualny stan wiedzy na ten temat, metod pozyskiwania oraz systemu dotowania jego produkcji.

W zależności od technologii wytworzenia, wodorowi nadawane jest oznaczenie w postaci odpowiedniego koloru. Wodór pozyskany z węgla jest oznaczony kolorem czarnym, wodór z gazu ziemnego jest szary, natomiast wodór pozyskiwany z odnawialnych źródeł energii ma kolor zielony. W zależności od koloru przysługuje odpowiedni poziom dotacji. Największe wsparcie przysługuje wodorowi zielonemu. Zdaniem autorów oznaczenie zielone powinno przysługiwać również wodorowi pozyskanemu z biogazu. Okolice Ciechanowa, Północne Mazowsze jako teren rolniczy, posiada duże perspektywy do budowy biogazowni, a co za tym idzie, do produkcji zielonego biowodoru.

Wokół tematu zawiązała się żywiłowa i merytoryczna dyskusja. Ostatecznie ustalono, że perspektywa zastosowania technologii biowodorowej jest warta dokładnego zbadania i dalszego omówienia przez członków Stowarzyszeń Naukowo-Technicznych.

Drugiego dnia, czyli w sobotę, 28 października odbył się piknik lotniczy na



lotnisku w Przasnyszu. Goście mieli okazję wysłuchać wykładu kpt. Tadeusza Wróny. Prelegent zasłynął perfekcyjnym lądowaniem uszkodzonym Boeingiem 787 na lotnisku Warszawa - Okęcie - 1 listopada 2011 roku. Szereg usterek technicznych oraz niefortunnych zbiegów okoliczności doprowadził do awarii mechanizmu opuszczania podwozia. Słynny pilot wygłosił wykład o bezpieczeństwie w lotnictwie. Dodajmy, że kapitan jest członkiem ciechanowskiego oddziału Stowarzyszenia Inżynierów i Techników Mechaników Polskich.

Po wykładzie zaproszeni goście wzięli udział w pokazach lotniczych, a odważniejsi sami zasiedli za sterami samolotów

i wykonali kilka akrobacji pod nadzorem instruktorów. **PP**

Federacja Stowarzyszeń Naukowo-Technicznych NOT jest organizacją pozarządową zrzeszającą 40 stowarzyszeń technicznych na obszarze całej Polski. W Ciechanowie działa jednostka terenowa NOT skupiająca wokół siebie trzy stowarzyszenia na prawach oddziału Stowarzyszenia Elektryków Polskich, Stowarzyszenia Inżynierów i Techników Komunikacji oraz Stowarzyszenia Inżynierów i Techników Mechaników Polskich oraz kilka kół terenowych innych stowarzyszeń.

# Subregion ciechanowski ze wsparciem sejmiku Mazowsza!

Aż 622 inwestycje udało się w tym roku zrealizować w subregionie ciechanowskim dzięki pomocy Sejmiku Województwa Mazowieckiego. Prawie 155 mln zł władze regionu przeznaczyły na nowe drogi, boiska, rozbudowę szkół, przedszkoli czy szpitali. Nabory do przyszłorocznych programów już ruszyły! Warto z nich skorzystać.

Samorząd województwa mazowieckiego od lat pomaga miastom, gminom i powiatom w realizacji projektów ważnych dla rozwoju lokalnych społeczności.



Fot. Anna Trafisz

– Prowadzimy aż 20 autorskich programów wsparcia, w ramach których pomagamy samorządom lokalnym w realizacji projektów ważnych dla społeczności lokalnych. Inwestujemy też w mazowieckie szpitale, placówki kulturalne i edukacyjne – podkreśla marszałek **Adam Struzik**. – Aby ułatwić beneficjentom realizację inwestycji w przyszłym roku, już ogłosiliśmy nabory do programów wsparcia na 2024 r. – dodaje marszałek.

## Prawie 55 mln zł na równomierny rozwój

Najwięcej, bo blisko 55 mln zł, sejmik Mazowsza przekazał w tym roku na realizację 28 zadań w ramach programu „Mazowsze dla równomiernego rozwoju”. Po 4 mln zł otrzymały przebudowa ulicy Zabrody w Mławie, przebudowa drogi powiatowej nr 2305W w Kuklinie, budowa krytej pływalni przy LO w Żurominie czy budowa i przebudowa dróg powiatowych w powiecie pułtuskim.

Wicemarszałek **Wiesław Raboszuk** zaznacza, że Mazowsze jako największe województwo w kraju ma bardzo duże potrzeby inwestycyjne. – Samorząd województwa od lat wspiera mazowieckie gminy, powiaty i miasta. Środki z naszego budżetu efektywnie pozyskuje subregion ciechanowski, który w tym roku otrzymał już blisko 155 mln zł.

## Sołectwa, koła gospodyń wiejskich i OSP z dofinansowaniem

Najwięcej projektów dofinansowano w ramach „Mazowsza dla sołectw”. 154 sołectwa otrzymały



Fot. Michał Lega

Ulice Graniczna i Widna w Ciechanowie

wsparcie m.in. na zakup lamp solarnych, budowę i wyposażenie placów zabaw, siłowni plenerowych czy modernizację świetlic wiejskich.

Aż 103 projekty dostały ponad 3,2 mln zł z programu „Mazowsze dla straży pożarnych” na remonty i modernizacje strażnic, zakup samochodów gaśniczych, a także specjalistyczny sprzęt. Z kolei w ramach „Mazowsza dla kół gospodyń wiejskich” 101 projektów uzyskało dofinansowanie na zakup wyposażenia kuchni czy organizację imprez plenerowych i spotkań integracyjnych.

Jak zauważa radny województwa mazowieckiego **Konrad Wojnarowski**, programy wsparcia przygotowane przez samorząd

Mazowsza to realizacja zasady pomocniczości w praktyce. – Miasta, gminy i powiaty z naszego regionu z powodzeniem sięgają

po dofinansowanie z budżetu Mazowsza. Skorzystały z niego m.in. OSP, KGW czy sołectwa. Dzięki wsparciu sejmiku województwa udało się zrealizować łącznie aż 622 inwestycje.

## Mazowsze dba o zdrowie mieszkańców

Dzięki prawie 400 tys. zł z programu „Mazowsze dla zdrowia kobiety” są realizowane akcje edukacyjne, a mieszkanki korzystają z bezpłatnych badań. Władze re-

gionu inwestują też w Wojewódzki Szpital Specjalistyczny w Ciechanowie. Przebudowa i rozbudowa oddziału zakaźnego pochłonęły prawie 24 mln zł. Szpital zyskał również nowy ambulans. Łącznie na inwestycje w tej placówce samorząd przeznaczył ponad 30 mln zł.

## W trosce o klimat i czyste powietrze

W ramach programów „Mazowsze dla klimatu”, „Mazowsze dla czystego powietrza” i „Mazowsze dla czystego ciepła” zostały dofinansowane 40 proekologiczne projekty. Wśród nich są m.in. budowa dwóch stacji ładowania pojazdów elektrycznych w Płońsku, zakup zamiatarki drogowej z funkcją mycia na mokro dla gminy Żuromin, a także wymiana źródeł ciepła w Raciążu. Samorząd województwa na realizację tych zadań przeznaczył 4,7 mln zł.

## Obiekty sportowe i zabytki dofinansowane

Samorząd Mazowsza przekazał prawie 5 mln zł na budowę i remont 25 obiektów sportowych. Dofinansowane projekty to m.in. remont wielofunkcyjnego boiska sportowego przy szkole podstawowej w Wiśniewie, modernizacja hal sportowych w Ciechanowie, zagospodarowanie terenu rekreacyjno-sportowego w miejscowości Lisewo, modernizacja części sanitarnej w pływalni w Płońsku czy budowa siłowni zewnętrznej w Dąbrówkach.

Na wsparcie samorządu mogli też liczyć właściciele i zarządcy 14 obiektów zabytkowych. W ramach programu „Mazowsze dla zabytków” otrzymali oni ponad 1,5 mln zł. Dzięki temu wykonano m.in. prace remontowo-konserwatorskie elewacji kościoła pw. św. Doroty w Bogurzynie, rewitalizację parku podworskiego w miejscowości Zielona czy prace konserwatorsko-remontowe przy ołtarzu głównym w kościele pw. Świętej Trójcy w Bieżuniu.

## Duże wsparcie z nowych programów

W tym roku pojawiły się nowe programy wsparcia, m.in. „Autobusy dla mazowieckich szkół”, „Mazowsze dla lokalnych centrów integracyjnych”, „Mazowsze dla zwierząt” czy „Mazowsze dla miejsc pamięci”. Dzięki wsparciu sejmiku zostały zakupione autobusy dowożące dzieci do szkół dla gmin Kuczbork-Osada i Strzegowo. 21 gmin skorzystało z pomocy finansowej na funkcjonowanie schronisk z programu „Mazowsze dla zwierząt”, a 31 – na modernizację czy wyposażenie domów kultury i centrów integracyjnych. Pieniądże z budżetu województwa pomogą też w odnowieniu 5 miejsc pamięci.

Fot. arch. UMWM / materiał informacyjny

**Ruszyły już nabory do przyszłorocznych programów! Więcej na [www.mazovia.pl](http://www.mazovia.pl)**



Marszałek Adam Struzik i radny województwa Konrad Wojnarowski z beneficjentami z subregionu ciechanowskiego

## Rządowy Program Inwestycji Strategicznych 12 mln zł dla Gminy Ciechanów

Aż 12 mln zł trafi do Gminy Ciechanów w ramach VIII edycji Rządowego Programu Inwestycji Strategicznych.

5 mln zł to dofinansowanie na przebudowę drogi Nużewo - Bielin. - Inwestycje drogowe to nie tylko poprawa komfortu życia ale również zwiększenie bezpieczeństwa uczestników ruchu drogowego – podkreśla Stefan Pawłowski – Wójt Gminy Ciechanów.

Z kolei 7 mln zostanie przeznaczane na budowę, rozbudowę i modernizację infrastruktury wodociągowo-kanalizacyjnej. – To wielka szansa na dynamiczny rozwój Gminy. Te inwestycje to nie tylko zaspokojenie potrzeb obecnych mieszkańców, ale też możliwość realizacji zamierzeń budowlanych osób, które chcą się osiedlać na terenie Gminy – mówi wójt Pawłowski.

W trakcie konferencji prasowej Maciej Wąsik – poseł ziemi ciechanowskiej a zarazem Wiceminister Spraw Wewnętrznych i Administracji, podkreślił że wspieranie inwestycji samorządowych to jeden z priorytetów rządu Zjednoczonej Prawicy. – Wielkość środków finansowych, które skierowaliśmy do samorządów jest rekordowa. W całym kraju powstają nowe drogi, wodociągi, obiekty sportowe. Wspieramy działalność Ochotniczych Straży Pożarnych i Kół Gospodyń Wiejskich. Odtwarzają



Od lewej: Wójt Gminy Ciechanów Stefan Pawłowski oraz Maciej Wąsik – poseł ziemi ciechanowskiej a zarazem Wiceminister Spraw Wewnętrznych i Administracji, po konferencji prasowej

my posterunki Policji i dworce kolejowe. Przywracamy Państwo zwykłym ludziom – powiedział minister Wąsik.

- Bardzo dziękuję ministrowi Maciejowi Wąsikowi za wielkie osobiste zaangażowanie i wsparcie w rozwiązywaniu problemów Gminy Ciechanów i jej mieszkańców – mówi wójt Stefan Pawłowski.



## Gmina Ciechanów Nowy Sekretarz Gminy Ciechanów

Nowym Sekretarzem Gminy Ciechanów został Krzysztof Głowacki - dotychczasowy Kierownik Referatu Rozwoju, Inwestycji i Zamówień Publicznych w Urzędzie Gminy Ciechanów.

Jest on magistrem zarządzania (Uniwersytet Warszawski), ukończył również studia na kierunku Administracja Publiczna oraz studia podyplomowe: „Zarządzanie i ewaluacja projektów współfinansowanych ze środków UE” na Uniwersytecie Warszawskim, „Project Management” na Uniwersytecie Mikołaja Kopernika w Toruniu oraz „Zarządzanie Zasobami IT” na Politechnice Warszawskiej. Ponadto jest absolwentem studiów doktoranckich na Wydziale Dziennikarstwa i Nauk Politycznych Uniwersytetu Warszawskiego oraz studiów MBA w Polskiej Akademii Nauk.

Posiada ponad 20-letnie doświadczenie zawodowe w administracji publicznej. Pracował m.in. jako Kierownik Oddziału Spraw Obywatelskich w Urzędzie Miasta Płock, dyrektor wojewódzkiej samorządowej jednostki kultury oraz zastępca burmi-



Krzysztof Głowacki - Sekretarz Gminy Ciechanów

stra Miasta i Gminy Dobrzyń nad Wisłą. Przed zatrudnieniem w Urzędzie Gminy Ciechanów pracował m.in. w administracji rządowej - Ministerstwie Funduszy i Polityki Regionalnej, Kancelarii Prezesa Rady Ministrów oraz Ministerstwie Cyfryzacji.

Interesuje się ekonomią i sportem. Jest bezpartyjny.

**Wójt Gminy Ciechanów - Stefan Pawłowski**  
zaprasza na

# MAGICZNE MIKOŁAJKI

**Ujazdówek**  
**16 grudnia**  
w godz. 12.00 - 17.00

**W programie, m.in.:**

- \* konkursy dla dzieci na zaśpiewanie kolędy oraz najpiękniejszą ozdobę choinkową
- \* konkurs na najsmaczniejszą potrawę świąteczną
- \* własnoręczne dekorowanie pierniczek
- \* zdjęcia ze Świętym Mikołajem
- \* animacje i wspólna zabawa

Wystąpią:  
**Zespół „Moja Rodzina”**  
oraz  
**Antonina Falkowska**

**stoiska**  
**Kół Gospodyń**  
**Wiejskich**  
**z potrawami**  
**świątecznymi**

**poczęstunek:**  
**kiełbaska z ogniska**  
**i grochówka**



## Wolontariat Pamięci

# Zebrano ponad 22 tys. zł!



Przy bramie głównej Cmentarza Komunalnego kwestowali prezydent Krzysztof Kosiński oraz Jolanta Szymańczyk – dyrektor Ciechanowskiego Ośrodka Edukacji Kulturalnej STUDIO

**Prowadzona na cmentarzach naszego miasta kwesta na rzecz renowacji zabytkowych grobów osób szczególnie zasłużonych dla ziemi ciechanowskiej przyniosła ok. 22.500 zł.**

Pieniądze zbierano na Cmentarzu Komunalnym przy ul. Gostkowskiej oraz na Cmentarzu Parafialnym przy ul. Płońskiej. Kwesta odbyła się z inicjatywy Stowarzyszenia Wolontariat Pamięci już po raz szósty. Patronat nad zbiórką publiczną objęli: Prezydent Miasta Ciechanów Krzysztof Kosiński, Akcja Katolicka i ciechanowskie parafie. Kwestowali, m.in.: samorządowcy, nauczyciele, uczniowie, przedsiębiorcy, dziennikarze, działacze organizacji religijnych, społecznych i kulturalnych. Łącznie w kwesie wzięło udział ok. 150 dorosłych oraz ok. 50 uczniów z Zespołu Szkół nr 2 im. Adama Mickiewicza w Ciechanowie.

Zbiórka publiczna prowadzona przez Stowarzyszenie Wolontariat Pamięci jest zarejestrowana w Ministerstwie Spraw Wewnętrznych i Administracji pod numerem 2020/1392/OR. Wszyscy wolontariusze posiadali stosowne identyfikatory oraz puszki kwestarskie.

Redakcja PULSU sprawowała nad kwestą patronat medialny.

W latach 2016-2023, dzięki działalności Wolontariatu Pamięci, odrestaurowano czternaście zabytkowych nagrobków na cmentarzu przy ulicy Płońskiej, w tym pięć nagrobków księży (Remigiusza Jankowskiego, Józefa Kwiatkowskiego, Wiktora Radzikowskiego, Piusa Sękusa i Marcelego Olszewskiego) oraz dziewięć nagrobków osób świeckich (m.in. Stefana Śmietanki, Walentego Wolskiego, Rodziny Dembowskich, Tomasza Klonowskiego, Julii Kratowskiej i Ludwika Bromirskiego).

- W najbliższym czasie planujemy odrestaurowanie nagrobka mieszczańsko-rolniczej rodziny Ostrowskich z Ciechanowa, znanej z postawy patriotycznej i zaangażowania społecznego. Nie ukrywam, że będzie to dla nas duże wyzwanie organizacyjne i finansowe. Dziękuję ciechanowianom za ofiarność okazaną podczas wszystkich edycji kwesty. Także i w tym roku otworzyli oni swe serce i portfele, by wesprzeć dzieło kultywowania pamięci o naszych przodkach – powiedział nam Roman Niesiobędzki - przedstawiciel Stowarzyszenia „Wolontariat Pamięci”. AI

reklama

PREZYDENT MIASTA CIECHANÓW  
ZAPRASZA NA

# CIECHANOWSKI JARMARK BOŻONARODZENIOWY

PLAC JANA PAWŁA II

OZDOBY ŚWIĄTECZNE, WYROBY GASTRONOMICZNE,  
REKODZIEŁO, UPOMINKI,  
SPOTKANIA ZE ŚWIĘTYM MIKOŁAJEM,  
PROGRAMY ARTYSTYCZNE

15-17 GRUDNIA (GODZ. 10.00-18.00)

PRZEDSZKOLAKI I UCZNIOWIE  
LOKALNI SOLIŚCI I ZESPOŁY

17 GRUDNIA

14.00 - TRADYCYJNA WIGILIA MIEJSKA  
16.00 - SŁAWEK UNIATOWSKI  
KONCERT KOŁĘD

Dofinansowano ze środków  
Samorządu Województwa Mazowieckiego.

Mazowsze. serce Polski

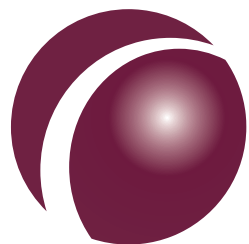
Miejski Ośrodek Kultury Ciechanów

MOSiR

PUK

Szkoła Szmít

HONOROWY  
Marszałek  
Województwa  
Mazowieckiego



## NOTUS Finanse

### Obsługuję wnioski w ramach programu

## BEZPIECZNY KREDYT 2%

### Zapraszam

### Krzysztof Szczepański

tel. kom. 508 462 484  
krzysztof.szczepanski@notus.pl  
06-400 Ciechanów, ul. Pułtуска 53

## KREDYTY HIPOTECZNE



## Z życia partii politycznych

Kownacki zastąpił  
Cicholską

Znany i doświadczony działacz Wiesław Kownacki zastąpił poseł Annę Cicholską na funkcji pełnomocnika PiS w powiecie ciechanowskim.

Zakończyła się kadencja poprzednich władz Prawa i Sprawiedliwości w powiecie ciechanowskim, stąd konieczne stało się powołanie pełnomocnika powiatowego do czasu nowych wyborów wewnętrznych w naszej partii. Przed wyborami parlamentarnymi nie wykonywałem tego ruchu ponieważ najważniejsze było doprowadzenie do wygranej PiS w naszym okręgu. Teraz musimy wejść w kolejną fazę przygotowań do wyborów samorządowych. I tu również ważna rola dla nowego pełnomocnika powiatowego Prawa i Sprawiedliwości, którym został doświadczony od dziesięcioleci w tej materii Wiesław Kownacki. Jest to zaangażowany od wielu lat członek PiS, a także społecznie aktywny przewodniczący Klubu Gazety Polskiej w Ciechanowie. Liczę, że zintegruje nasze środowisko i nada mu właściwy impet przed wyborami samorządowymi – powiedział nam senator Krzysztof Bieńkowski – pełnomocnik PiS w okręgu ciechanowskim.

Wiesław Kownacki z marszu przystąpił do działania. Na sekretarza powiatowego PiS powołał Zofię Pogorzelską – aktywną działaczkę Klubu Gazety Polskiej w Ciechanowie, zaś na skarbnika Zofię Balkowską – swego czasu kierownika cie-



Od lewej: Cezary Bobowski – sekretarz okręgowy, Wiesław Kownacki – pełnomocnik powiatowy PiS i senator Krzysztof Bieńkowski – pełnomocnik okręgowy Prawa i Sprawiedliwości

chanowskiej delegatury Mazowieckiego Urzędu Wojewódzkiego.

Z kolei w pierwszą niedzielę listopada zorganizował spotkanie z członkami i sympatykami partii, w którym wzięli udział przedstawiciele okręgowego kierownictwa PiS. – Spotkanie było okazją do podziękowania za zaangażowanie w pracę na rzecz Komitetu Wyborczego PiS w tegorocznej kampanii, a także przedstawienia planów na przyszłość, co do funkcjonowania struktur partii w okresie przed wyborami samorządowymi i europejskimi – poinformował Cezary Bobowski – sekretarz władz okręgowych Prawa i Sprawiedliwości.

W spotkaniu wzięło udział bardzo dużo osób. – Cała sala była pełna. Czuć było energię i chęć do działania. Zastąpienie posłanki Cicholskiej przez Wiesława Kownackiego to prawdziwie dobra zmiana, za którą jesteśmy wdzięczni kierownictwu naszej partii. A teraz musimy się wszyscy solidnie wziąć za robotę, bo w przyszłym roku czekają nas dwie bardzo ważne kampanie wyborcze – powiedział nam jeden z członków ciechanowskiego PiS-u. AI

## Sejmik Województwa Mazowieckiego

Krawczyk wraca  
do Sejmiku

Wiesława Krawczyk znów będzie sprawować mandat radnej Sejmiku Województwa Mazowieckiego. Zastąpi w nim radnego Mirosława Orlińskiego, który w wyniku październikowych wyborów został posłem.

W związku z tym mandat po Orlińskim przypada osobie z listy PSL, która zdobyła kolejny wynik na liście tej partii w wyborach samorządowych w 2018 roku.

Dla Wiesławy Krawczyk praca w Sejmiku Województwa Mazowieckiego nie jest niczym nowym. Ma za sobą cztery kadencje jako radna wojewódzka, była też wiceprzewodniczącą Sejmiku.

Nowa radna zawodowo przez 18 lat była związana z naszym miastem, gdzie pracowała jako Państwowy Powiatowy Inspektor Sanitarny. AI



Wiesława Krawczyk

## Szanowni Wyborcy!

Serdecznie dziękuję za ogromne zaufanie okazane mi w wyborach parlamentarnych.

Otrzymanie ponad 80 tysięcy głosów sprawiło, że będę miał zaszczyt reprezentować okręg ciechanowski w Senacie RP.

Nie zawiodę Państwa!

**Krzysztof Bieńkowski**



## Drodzy Wyborcy!

Dziękuję za Wasze głosy - to dla mnie ogromne wsparcie i motywacja do dalszej pracy na rzecz naszej społeczności.

To dopiero początek naszej wspólnej drogi ku lepszej przyszłości, gdzie razem możemy dokonać wielu pozytywnych zmian.

**Krzysztof Hausman-Manista**



## LEWICA

Szanowni Mieszkańcy  
Ziemi Ciechanowskiej!

Dziękuję za poparcie, które w dniu wyborów okazaliście kandydatom z listy Nowej Lewicy.

W sposób szczególny dziękuję tym spośród Was, którzy oddali swój głos na mnie. Każdy z tych głosów ma dla mnie duże znaczenie. Mam świadomość, że za każdym z nich stał konkretny człowiek, który ma swoje marzenia, ale i problemy. Jest to dla mnie wielka motywacja do dalszej pracy na rzecz naszej Małej Ojczyzny.

**Marek Kiwit**

Przewodniczący Rady Powiatowej  
Nowej Lewicy w Ciechanowie



Dziękując za tak duże Państwa poparcie w wyborach parlamentarnych, zapewniam że nadal będę zabiegał o rozwój naszej pięknej ziemi płocko-ciechanowskiej. Lepsze życie to nie tylko wyższe dochody, ale także tradycja, tożsamość i wzajemne zaufanie. To wszystko nas łączyło, łączy i będzie łączyć w przyszłości.

**Maciej Małecki**  
Poseł na Sejm RP



ogłoszenie

Szanowni Państwo!

Serdecznie dziękuję za poparcie udzielone mi w dniu wyborów parlamentarnych.

Dzięki Państwa głosom, przez kolejną kadencję, będę miał zaszczyt reprezentować okręg płocko-ciechanowski w Sejmie RP.

Gwarantuję, że nadal w bezkompromisowy sposób będę dbał o interesy Mieszkańców regionu oraz suwerenność i bezpieczeństwo naszej Ojczyzny.



**Jacek Ozdoba**  
Poseł na Sejm RP




ogłoszenie



**TRZECIA DROGA**

**PSL** 

**Szanowni Państwo!**

**Bardzo dziękuję za zaufanie i każdy oddany na mnie głos w wyborach parlamentarnych.**

**Iwona Szwejkowska**

ogłoszenie



**TRZECIA DROGA**

**PSL** 

**Szanowni Państwo!**

**Dziękuję za Wasze wsparcie podczas kampanii wyborczej. Za każde spotkanie, rozmowę czy dobre słowo. Szczególnie serdecznie dziękuję tym z Was, którzy zdecydowali się oddać swój głos na moją kandydaturę. Osiągnięty wynik, choć nie pozwolił na uzyskanie mandatu poselskiego, stanowi dla mnie potwierdzenie słuszności przyjętej formuły działania – opierającej się o dialog i otwarcie na ludzi.**

**Zachęcam do dalszej współpracy na rzecz naszej Ziemi Mazowieckiej.**

**Jacek Ryziński**

ogłoszenie

**Szanowni Państwo!**

**Dziękuję za każdy z 24.033 głosów oddanych na mnie w wyborach parlamentarnych.**

**Ten wynik to dla mnie wielka satysfakcja, ale także zachęta i zobowiązanie do dalszej pracy na rzecz rozwoju Północnego Mazowsza.**



**Maciej Wąsik**  
Poseł na Sejm RP



## Ciechanowska Lewica Samorządowa Szeski jednogłośnie prezesem CLS

**Nauczyciel i znany działacz społeczny Cezary Szeski został wybrany na kolejną kadencję prezesem Ciechanowskiej Lewicy Samorządowej.**

Zdecydowali o tym jednogłośnie uczestnicy walnego zgromadzenia członków tego Stowarzyszenia. Do Zarządu wybrani zostali także Milena Załuska i Marek Wróblewski. Przewodniczącą Komisji Rewizyjnej będzie Ewa Jasińska.

Cezary Szeski ma 52 lata. Jest absolwentem I Liceum Ogólnokształcącego im. Z. Krasińskiego w Ciechanowie. Ukończył studia historyczne w Wyższej Szkole Pedagogicznej w Olsztynie (obecnie Uniwersytet Warmińsko-Mazurski). Jest także absolwentem studiów podyplomowych z zakresu prawa bankowego i bankowości (Uniwersytet Mikołaja Kopernika w Toruniu) oraz wiedzy o społeczeństwie (Akademia Humanistyczna im. Aleksandra Gieysztor). W przeszłości był m.in. dyrektorem ciechanowskiej delegatury Mazowieckiego Kuratorium Oświaty. Aktualnie pracuje jako nauczyciel historii w Zespole Szkół nr 2 im. Adama Mickiewicza w Ciechanowie. W wolnych chwilach lubi dobrą lekturę. Interesuje się sportem. Gra w szachy i brydża.

Podczas zgromadzenia podsumowano działalność Stowarzyszenia w ciągu minionych czterech lat. Odbiła się także dyskusja na temat kierunków jego przyszłej aktywności, w tym w szczególności w kontekście zbliżających się wyborów samorządowych.

- Serdecznie dziękuję członkom Stowarzyszenia za udzielenie absolutorium Zarządowi i ponowne powierzenie mi funkcji prezesa. Postaram się nie zawieść



Fot. Komet/Kraśkowski

**Cezary Szeski – prezes Ciechanowskiej Lewicy Samorządowej**

ich oczekiwań. Rok 2024 stawia przede mną jako prezesem Ciechanowskiej Lewicy Samorządowej i wszystkimi członkami Stowarzyszenia nowe wyzwania. CLS chciałoby zaznaczyć swą obecność w przyszłorocznych wyborach samorządowych. Zdajemy sobie sprawę, że o sukcesie nie będzie łatwo. Obecna ordynacja wyborcza do samorządów wręcz zniechęca do tworzenia własnych list i komitetów. Dlatego zapewne zrezygnujemy z samodzielnego startu i poszukamy sprawdzonego sojusznika. Osobiście jestem bardzo przywiązany do ideałów Lewicy. Nie zrezygnuję z nich dla kariery czy stanowisk. Jednak by wdrażać postulaty lewicowe, trzeba mieć wpływ na władzę i proces podejmowania decyzji. W wymiarze lokalnym warto zostać radnym miejskim lub powiatowym. A więc mój cel na najbliższy rok wydaje się oczywisty – powiedział nam prezes Cezary Szeski. **AI**

### Z życia partii politycznych

## Ludowcy uczcili pamięć Witosa

Działacze lokalnych struktur Polskiego Stronnictwa Ludowego, w 78. rocznicę śmierci Wincentego Witosa, złożyli kwiaty i zapalili znicz pod tablicą upamiętniającą tego wybitnego polityka Ruchu Ludowego i trzykrotnego premiera II RP.

- Nasza partia ma piękną, ponad 120-letnią historię. Bardzo ważne jest dla nas podtrzymywanie tradycji. Dlatego organizujemy chociażby obchody Święta Ludowego oraz pamiętamy o Dniu Walki i Męczeństwa Wsi Polskiej, czy dzisiejszej rocznicy śmierci Wincentego Witosa. To buduje naszą tożsamość. Jesteśmy nowoczesnym ugrupowaniem, ale osadzonym w naszej historii i tradycji – powiedział



Fot. Archiwum prywatne

**Od lewej: Rafał Porębski – Członek Zarządu Miejskiego PSL i Robert Morawski – Prezes Zarządu Miejskiego PSL w Ciechanowie, przy tablicy upamiętniającej Wincentego Witosa**

nam Robert Morawski – Prezes Zarządu Miejskiego PSL w Ciechanowie. **AI**

## Miejskie inwestycje

## Kolejne miejskie inwestycje drogowe zakończone

Ulice: Ludowa, Krucza, Spacerowa, Wędkarska i Wrzowska przeszły kapitalny remont. Drogi mają już nowe nawierzchnie, zostały oświetlone, powstały chodniki oraz infrastruktura podziemna. Inwestycja prowadzona przez miasto trwała 12 miesięcy i została zakończona zgodnie z przyjętym harmonogramem.

– To kolejne modernizacje dróg osiedlowych, które kończymy w tym roku. O remonty wnioskowali mieszkańcy podczas spotkań osiedlowych, a wykonanie tych zadań było dla miasta priorytetem. Dziękuję parlamentarzystom za zaangażowanie w proces ubiegania się o dofinansowanie z Programu Inwestycji Strategicznych – podkreślił prezydent Ciechanowa Krzysztof Kosiński.

Maciej Wąsik – poseł ziemi ciechanowskiej, a zarazem Wiceminister Spraw Wewnętrznych i Administracji, podczas spotkania przy ulicy Ludowej podkreślił, że wspólnie można zrobić wiele dla poprawienia komfortu życia mieszkańców.



Prezydent Krzysztof Kosiński oraz minister Maciej Wąsik przy ulicy Ludowej, po spotkaniu z okazji zakończenia inwestycji drogowych na osiedlu „Słoneczne”

– Te drogi na osiedlu „Słoneczne” są tego najlepszym przykładem. Dobre projekty złożone przez miasto i zgodne działanie przyniosło świetny efekt. Cieszę się też, że z najnowszej edycji Rządowego Programu Inwestycji Strategicznych do Ciechanowa trafi aż 28 milionów złotych. Będą to pieniądze w głównej mierze na inwestycje drogowe. Bardzo ważne jest też to, co podkreślił prezydent Krzysztof Kosiński, że inwestycje te są realizowane przez lokalne firmy. To daje im możliwość rozwoju i tworzy miejsca pracy. Cieszę się Panie Prezydencie z tej dobrej współpracy, pomimo różnic politycznych. Bo w niektórych sprawach możemy dyskutować, a nawet się spierać, ale kiedy chodzi o rozwój miasta i komfort życia mieszkańców mówimy jednym głosem. I to jest najważniejsze – powiedział wiceminister Maciej Wąsik.

W spotkaniu wziął także udział Artur Czaplinski – radny Sejmiku Województwa Mazowieckiego. – Gratuluję

prezydentowi Kosińskiemu tej i wielu innych inwestycji. Widać jak Ciechanów się rozwija. Cieszę się też, że mamy takiego posła jak Maciej Wąsik. To osoba, która potrafi wnieść się ponad podziały polityczne. Jest człowiekiem, który zajmuje się ciężką pracą a nie nachalnym marketingiem politycznym. Gratuluję władzom miasta uzyskania tych 28 milionów złotych, o których mówił minister Wąsik, i życzę równie sprawnej realizacji inwestycji, jak ta na osiedlu na którym się znajdujemy – powiedział radny Czaplinski.

Z nowych dróg bardzo cieszą się mieszkańcy. – Ulica Ludowa, przy której mieszkam, jest bardzo ważna. Wiedzie m.in. do Domu Pomocy Społecznej, ale przede wszystkim jest przy niej umiejscowiona świątynia Parafii Błogosławionych Płockich Biskupów Męczenników, do której przychodzi rzęsa wiernych z Ciechanowa oraz okolicznych wiosek – powiedział nam mieszkaniec ulicy Ludowej. AI



Beneficjent: Firma Handlowa "LUPUS" Sylwester Wilk  
06-400 Ciechanów, ulica Mleczarska 6, Powiat ciechanowski

Informuje o realizacji projektu Nr RPMA.03.03.00-14-i963/23

Projekt pn: „Wprowadzenie na rynek nowych produktów w przedsiębiorstwie Firma Handlowa "LUPUS" realizowany jest w ramach Regionalnego Programu Operacyjnego Województwa Mazowieckiego na lata 2014-2020, Oś Priorytetowa III Rozwój potencjału innowacyjnego i przedsiębiorczości; Działanie 3.3 „Innowacje w MŚP”; Typ projektów: „Wprowadzanie na rynek nowych lub ulepszonych produktów lub usług”.

Cel projektu: Celem głównym projektu jest wprowadzenia na rynek nowych produktów:

- ciężka brona 2 rzędowa z wózkiem na kołach jezdnych i dyszlem w konfiguracji 5m/7m/9m oraz wał nożowy ciągany 6,2m/9m/12m.

Główne przeznaczenie nowych produktów do prac uprawowych w rolnictwie. Nowe produkty mogą być wprowadzone w firmie dzięki dokonaniu planowanych do zakupu maszyn: gratowarka, tokarka sterowana numerycznie trzyosiowa ze sterowaniem, zestaw spawalniczy, przecinarka taśmowa półautomatyczna, wiertarka promieniowa.

Wprowadzone w wyniku realizacji projektu brony ciężkie 2 rzędowe z wózkiem na kołach jezdnych i dyszlem w konfiguracji 5m/7m/9 m w stosunku do bron produkowanych w firmie Wnioskodawcy wyróżniają się: dodatkowym rzędem pół co pozwoli idealnie wyrównać powierzchnię ziemi oraz rozbije i skruszy doskonale przygotowując pole pod siew. Dobrze sprawdzi się również w niszczeniu wschodzących chwastów, rozłogów perzu a po siewie dobrze przykryje nasiona. Brona ta różni się od innych całą konstrukcją, czyli posiada wózek do transportu kołowego z racji na ciężar maszyny oraz dyszel uniwersalny pasujący do każdej kategorii zaczepu 3 punktowego (kat.2;3;4 maszyn rolniczych), dzięki ruchomym mocowaniom. Belka zaczepowa posiada wymienne sworznie zaczepowe dzięki czemu również można dostosować się do ciągników które posiadają klienci. Dyszel również posiada możliwość zaczepu na kule, zaczepu oczkowego lub właśnie na belkę przegubową.

Wał nożowy ciągany tnący do poplonów o szerokości 6,2 m/9,0m/12,0 m różni się od innych wałów tym, że rotor tnący jest dużej średnicy zewnętrznej bo aż 640 mm, noże są dwustronne o wymiarach 80 x 8 a więc potencjalny rolnik nie musi kupować nowych jak się zużyją tylko odwraca na drugą stronę.

Wał 6,2 m można dodatkowo dociążyć wagą 900 kg, wał 9 m - 1012 kg a wał 12 m 1512 kg. Poprzez wysoką liczbę obrotów i dużą ilość cięć w trakcie jednego obrotu wał nożowy tnący do poplonów skutecznie rozdrobni resztki poźniwe na ściernisku po kukurydzy. Wał nożowy będzie można także z powodzeniem wykorzystać na ścierniskach po innych uprawach, np. rzepaku, świetnie sprawdzi się przy likwidacji wysokich poplonów, które trudno przykryć nawet głęboką orką zimową.

Okres realizacji projektu od 03.04.2023 r. do 29.12.2023 r.

Całkowita wartość projektu wynosi: 1 280 195,07 PLN.

Wydatki kwalifikowalne: 1 040 809,00 PLN

Dofinansowanie z Europejskiego Funduszu Rozwoju Regionalnego stanowi 80,00% wartości kosztów kwalifikowanych projektu.

Dofinansowanie z EFRR wynosi: 832 647,20 PLN.

reklama

**ZAKŁAD** **FRYZJERSKI**  
**DAMSKO-MĘSKI**  
*u Pawła*  
Paweł Litner  
Ciechanów  
ul. Powst. Wielkopolskich 2  
(na terenie szpitala) ☎ 784 008 401

reklama

**www.muzyczny.eu**  
**Muzyczny**  
instrumenty muzyczne \* komis \* nagłośnienie imprez  
sprzęt Hi-Fi \* kino domowe \* oświetlenie sceniczne  
ul. Ks. Płotra Ściegłennego 10/12 tel. 23 671 18 04, kom. 602 192 071  
06-400 Ciechanów e-mail: sklep@muzyczny.eu

ogłoszenie

## OFERTA DLA WSPÓLNOT MIESZKANIOWYCH

**Spółczna Inicjatywa Mieszkaniowa Północne Mazowsze**

**Sp. z o.o. w Ciechanowie oferuje**

**usługi obsługi finansowo – prawnej**

**Wspólnot Mieszkaniowych.**

**Zainteresowane Wspólnoty zapraszamy do kontaktu**

**z Prezesem Zarządu SIM Północne Mazowsze**

**- Romanem Niesiołbódkim:**

**tel. 662 866 332, e-mail: r.nie@simp.pl**



Spółczna Inicjatywa  
Mieszkaniowa  
Północne Mazowsze Sp. z o.o.  
ul. Warszawska 10A  
06-400 Ciechanów

## Rozmowa z Łukaszem Siwanowiczem – właścicielem Gabinetu Masażu W trosce o zdrowie i relaks

Łukasz Siwanowicz jest doświadczonym masażyście z 18-letnim stażem. Od 14 lat prowadzi w Ciechanowie Gabinet Masażu. Cieszy się uznaniem klientów, nie spoczywa jednak na laurach. Systematycznie poszerza zakres usług. Niedawno w Gabinecie powstała Grota Solna – wyjątkowe miejsce, w którym oprócz walorów zdrowotnych można się odprężyć i zrelaksować.



*Czy z upływem lat zmieniają się preferencje klientów co do tego typu usług? Które masaże cieszą się większym zainteresowaniem: lecznicze, czy może relaksacyjne?*

Masażami zajmuję się od 18 lat, natomiast Gabinet prowadzę od 14 lat. Swoją przygodę rozpocząłem jako technik masażyście, a obecnie pracuję jako mgr fizjoterapii. Muszę przyznać, że z upływem czasu świadomość pacjentów jest coraz większa i bardziej dbają o swoje zdrowie. Pacjenci nie czekają jak coś samo prze-

dzie, wiedzą że wcześniejsza interwencja fizjoterapeutyczna pozwala szybciej zniwelować dolegliwości bólowe i tym samym poprawić komfort życia. Pacjentów Gabinetu można podzielić na trzy grupy. Pierwszą grupą są osoby które przychodzą na zabiegi z konkretnymi problemami zdrowotnymi w celu poprawy kondycji fizycznej i zdrowia. Drugą grupę stanowią

osoby, które chcą się odprężyć i zrelaksować aby odciąć się od problemów codziennych. Trzeciej grupie zależy na modelowaniu sylwetki poprzez zabiegi specjalistyczne, które również posiadamy w swojej ofercie np. CRYOT-SHOCK czy Endermologie LPG ALLIANCE. Są to nieinwazyjne metody modelowania sylwetki, które poprawiają mikrokrążenie, wygładzają skórę, redukują cellulit i tym samym poprawiają niedoskonałości.

*Jakiego typu masaże dostępne są w Twoim salonie?*

W gabinecie dostępne są masaże lecznicze, może to być masaż pleców lub całego ciała. Techniki masażu są dopasowane do konkretnej potrzeby i stanu pacjenta. Masaże limfatyczne są to masaże wykonywane często w przypadku obrzęków np. kończyn. Wykonujemy masaże

dla kobiet w ciąży. Masaże relaksacyjne dla jednej osoby lub dla pary przy użyciu specjalnych preparatów, które oprócz tego że pięknie pachną to zawierają w swoim składzie naturalne ekstrakty, które rewelacyjnie odżywiają i nawilżają skórę.

W ostatnim czasie udało nam się stworzyć miejsce na masaż relaksacyjny dla par. W pomieszczeniu tym dla Naszych „gości” jest dostępna sauna oraz specjalna Bania, gdzie po masażu relaksacyjnym Para może rozkoszować się kąpielą we dwoje.

*Czy poza tradycyjnymi masażami oferujecie inne zabiegi?*

Tak, cały czas staramy się wprowadzać nowe zabiegi które pomagają w szybszym powrocie do zdrowia czy też poprawie samopoczucia.

Posiadamy w ofercie urządzenie do leczenia Wysiłkowego Nietrzymania Mocz. Sam problem tego schorzenia jest dosyć popularny aczkolwiek jeszcze bardzo krępujący. Dlatego dokładamy wszelkich starań aby pacjenci korzystający u nas w Gabiniecie czuli się jak najbardziej komfortowo.

Fala uderzeniowa, to kolejne zabiegi które bardzo dobrze wpływają na poprawę zdrowia w przypadku pacjentów m.in. z ostroga piętową, łokciem tenisisty, zespołem bolesnego barku, cieśnią nadgarstka, bólem kolan czy bioder.

Tesla Szym, czyli Głęboka Stymulacja Elektromagnetyczna jest to połączenie



elektroterapii i magnetoterapii o niespotykanej dotąd sile.

Wskazaniem są zaburzenia funkcjonalne kręgosłupa (np. ostry lub przewlekły ból lędźwiowy, rwa kulszowa, zmiany zwyrodnieniowe kręgow), zaburzenia nerwowe (uszkodzenie nerwów obwodowych), rozluźnienie napięcia mięśniowego, a także urazy sportowe.

*Ciągle się rozwijasz. Jakie nowości pojawiły się w Twoim Gabiniecie w ostatnim czasie?*

Nowością jaką posiadamy w Gabiniecie Masażu Łukasz Siwanowicz jest Grota Solna. Jest to wyjątkowe miejsce, w którym oprócz walorów zdrowotnych można się odprężyć i zrelaksować.

Morski mikroklimat groty zwiększa odporność organizmu, działa profilaktycznie i wspomagająco między innymi w przy-

padku problemów z górnymi drogami oddechowymi, przewlekłym zapaleniem zatok, astmą, alergią, łagodzi skutki stresu, nerwic, niweluje stany przemęczenia jak i również wpływa korzystnie na problemy z zasypianiem. Dodatkowo pobyt w grocie solnej wpływa pozytywnie na zdrowie skóry, poprawiając jej elastyczność.

Magiczne wnętrze, relaksacyjna muzyka oraz specyficzny mikroklimat dzięki tętni solankowej, działa niezwykle kojąco na nasz umysł i ciało.

Pobyt w grocie trwa 45 minut mogą z niej korzystać dorośli jak i dzieci.

*Dziękujemy za rozmowę*

### GABINET MASAŻU

Łukasz Siwanowicz mieści się w Ciechanowie ul. Gwardii Ludowej WRN 23 lokal 12.

Kontakt telefoniczny 500 495 998.

reklama

# SEZONOWA WYMIANA OPON

Czas na zmianę!

tel. 23 674 39 40  
ul. Kasprzaka 5, Ciechanów



JARZYŃSKI  
AUTO SERWIS

## Ciechanowska Akademia Przedsiębiorczości III

Księgowość dla przedsiębiorców  
– zapisy rozpoczęte!

W środę, 29 listopada w Urzędzie Miasta Ciechanów odbędzie się trzecie szkolenie w ramach „Ciechanowskiej Akademii Przedsiębiorczości”. Tym razem uczestnicy poznają planowane procedury związane z wprowadzeniem KSeF (Krajowy System e-Faktur), który ma być obowiązkowy dla wielu polskich firm już w przyszłym roku.

Szkolenie organizowane jest przez Mazowiecką Izbę Gospodarczą we współpracy z ciechanowskim ratuszem. Już można zgłaszać chęć uczestnictwa!

Dwie tegoroczne edycje „Ciechanowskiej Akademii Przedsiębiorczości” spotkały się z dużym zainteresowaniem. W czerwcu odbyło się szkolenie z zakresu finansowania przedsiębiorstw ze środków zewnętrznych, natomiast październikowa edycja nosiła tytuł „Firma w sieci”. Podczas każdego spotkania poruszano ważne kwestie związane z funkcjonowaniem firm. Nie

brakowało porad praktycznych i wielu wskazówek dotyczących funkcjonowania w biznesie.

Szkolenia zaadresowane są do przedstawicieli lokalnego biznesu, bez względu na branżę w jakiej prosperują. Udział jest bezpłatny. Głównym celem przedsięwzięcia jest wszechstronne, merytoryczne wsparcie przedsiębiorców w prowadzeniu firm i ich rozwoju.

- Tym razem przybliżymy uczestnikom czekające nas zmiany księgowe. Jedną z nich jest KSeF – szeroko komentowany w mediach. Wciąż wielu przedsiębiorców posiada ograniczoną wiedzę na ten temat. Jesteśmy przekonani, że nasze szkolenie będzie owocnym czasem – podkreślają organizatorzy.

W roli prelegentów wystąpią księgowi z wieloletnim stażem pracy w zawodzie.

Pamiętajmy, że tego typu spotkania mają również wartość integracyjno-

networkingową. Podczas czerwcowej edycji uczestnicy wymienili się kontaktami. Niektóre relacje poskutkowały zainicjowaniem wspólnych przedsięwzięć biznesowych.

Co jeśli nie rozbudowana sieć kontaktów, ma ogromny wpływ na powodzenie w biznesie?

W przerwach cateringowych będzie można wzajemnie się poznać i odkryć zalety aktywności w samorządzie gospodarczym, jakim jest Mazowiecka Izba Gospodarcza.

Zgłoszenia na szkolenie należy dokonać w formie elektronicznej na adres e-mail: mazowieckaizbagospodarcza@gmail.com

Szczegółowe informacje są dostępne w biurze Mazowieckiej Izby Gospodarczej w Ciechanowie przy ul. Warszawskiej 21/23 lok 9 (od wtorku do czwartku w godz. 10.00 – 14.00) lub pod nr tel. 502 277 787.

Liczba miejsc jest ograniczona! PP

## Rozważania prawnicze

## Kilka słów o darowiznach

Umowa darowizny jest jedną z najpowszechniejszych umów w obrocie prawnym i jednocześnie jest najlepszym sposobem przekazywania składników majątku pomiędzy członkami najbliższej rodziny. Wynika to przede wszystkim z faktu, że jest to umowa stosunkowo prosta, a jednocześnie przy zachowaniu pewnych wymagań nie wiąże się ona z dodatkowym obciążeniem podatkowym w przypadku osób najbliższych.

Zasadniczo przez umowę darowizny darczyńca zobowiązuje się do bezpłatnego świadczenia na rzecz obdarowanego kosztem swego majątku. Zgodnie z przepisami Kodeksu cywilnego oświadczenie darczyńcy powinno być złożone w formie aktu notarialnego. Nie oznacza to jednakże, że każda umowa darowizny musi mieć formę aktu notarialnego. W sytuacji, w której świadczenie darczyńcy zostanie spełnione (w przypadku choćby darowizny pieniędzy dokonany zostanie przelew na rzecz obdarowanego), wtedy umowa zawarta bez zachowania odpowiedniej formy staje się ważna.

W razie dokonywania darowizny pomiędzy osobami najbliższymi trzeba pamiętać, że istnieje możliwość zwolnienia od podatku od spadków i darowizn, ale jest ona obwarowana dwoma warunkami w przypadku darowizny pieniędzy – muszą one zostać przelane za pośrednictwem banku na konto obdarowanego oraz darowizna ta musi zostać zgłoszona na odpowiednim formularzu do Urzędu Skarbowego w ciągu 6 miesięcy od dnia spełnienia przyznanego świadczenia.

Ważnym aspektem związanym z przekazywaniem majątku najbliższemu jest również kwestia darowizn udzielanych małżonkom lub jednemu z małżonków. Zgodnie z przepisami Kodeksu rodzinnego i opiekuńczego do majątku osobistego każdego z małżonków należą między innymi przedmioty majątkowe nabyte przez dziedziczenie, zapis lub darowiznę, chyba, że spadkodawca lub darczyńca inaczej postanowił. Oznacza to, że darowizna nabyta w trakcie trwania małżeństwa przez jednego z małżonków będzie stanowić jego mają-

tek osobisty, który w sytuacji na przykład poczynienia nakładów na nieruchomości będącą majątkiem wspólnym, będzie podlegał rozliczeniu.



**BARTOSZ MACHUL**  
Radca Prawny  
Wiceprezes Mazowieckiej  
Izby Gospodarczej

ogłoszenie własne wydawcy

Naszej Redakcyjnej Koleżance  
**Alicji Nowakowskiej**

wyrazy głębokiego współczucia  
z powodu śmierci

**Mamy**

składają

Wydawca i Redakcja  
Magazynu Opinii Ziemi Ciechanowskiej PULS

ogłoszenie własne wydawcy

Z wielkim żalem przyjęliśmy wiadomość o śmierci

śp.

**Dagmary Nowakowskiej**

Rodzinie i Bliskim

składamy wyrazy szczerego współczucia.

Wydawca i Redakcja

Magazynu Opinii Ziemi Ciechanowskiej PULS

ogłoszenie własne wydawcy

Szanownemu Panu Mecenasowi

**Robertowi Grzelakowi**

wyrazy szczerego współczucia  
z powodu śmierci

**Mamy**

składają

Wydawca i Redakcja  
Magazynu Opinii Ziemi Ciechanowskiej PULS

ogłoszenie

Pani

**Agnieszce Piotrowskiej**

Pracownikowi Starostwa  
Powiatowego w Ciechanowie  
wyrazy głębokiego współczucia i słowa wsparcia  
z powodu śmierci

**Mamy**

składają

Starosta Powiatu Ciechanowskiego Jan Andrzej Kaluszkiewicz  
oraz Pracownicy Starostwa Powiatowego w Ciechanowie

# HALO CIECHANÓW

## ADMINISTRACJA



### Urząd Marszałkowski Województwa Mazowieckiego w Warszawie Delegatura w Ciechanowie

ul. Wodna 1, 06-400 Ciechanów, tel. 23 673 07 01  
Fax: 23 673 07 02, e-mail: [ciechanow@mazovia.pl](mailto:ciechanow@mazovia.pl)  
[www.mazovia.pl](http://www.mazovia.pl)



### Urząd Gminy w Opinogórze Górnej

ul. Zygmunta Krasińskiego 4, 06-406 Opinogóra Górna  
Tel. 23 671 70 85, 671 70 60, Tel./Fax 23 673 61 10  
e-mail: [ugopinogora@bip.org.pl](mailto:ugopinogora@bip.org.pl) <https://opinogoragorna.pl/>



### Starostwo Powiatowe w Ciechanowie

06-400 Ciechanów, ul. 17 Stycznia 7  
Tel. 23 672 34 85, Fax 23 672 29 45 [www.ciechanow.powiat.pl](http://www.ciechanow.powiat.pl)  
Strona Biuletynu Informacji Publicznej: [www.stciechanow.bip.org.pl](http://www.stciechanow.bip.org.pl)



### Urząd Gminy w Regiminie

ul. Adama Rzewuskiego 19, 06-461 Regimin  
tel./fax 23 681 17 56, e-mail: [ug@regimin.pl](mailto:ug@regimin.pl)  
[www.regimin.pl](http://www.regimin.pl)



### Urząd Miasta Ciechanów

06-400 Ciechanów, Pl. Jana Pawła II 6  
Tel. (centrala) 23 674 92 00  
e-mail: [boi@umciechanow.pl](mailto:boi@umciechanow.pl)  
[www.umciechanow.pl](http://www.umciechanow.pl) [www.facebook.com/umciechanow](https://www.facebook.com/umciechanow)



### Urząd Gminy w Sońsku

06-430 Sońsk, ul. Ciechanowska 20  
Tel. 23 671 30 85, Fax 23 671 38 22  
e-mail: [sekretariat@sonsk.pl](mailto:sekretariat@sonsk.pl) [www.sonsk.pl](http://www.sonsk.pl)

## BIURA PARLAMENTARZYSTÓW



### Urząd Miasta i Gminy Głinojeck

Głinojeck, ul. Płocka 12  
Tel. 23 674 00 17, Fax 23 674 28 18  
e-mail: [sekretariat@e-glinojeck.pl](mailto:sekretariat@e-glinojeck.pl) [www.glinojeck.net](http://www.glinojeck.net)



Biuro Poselskie - Posła na Sejm RP

### Jacka Ozdoby

Ciechanów, ul. Ściegiennego 2, tel. 536 769 797  
e-mail: [biuro.jacekozdoeba@gmail.com](mailto:biuro.jacekozdoeba@gmail.com)  
Biuro czynne we wtorki i czwartki w godz. 15-17.



## RADNI RADY MIASTA CIECHANÓW

**Masz pomysł lub problem?  
Chcesz porozmawiać o rozwoju miasta?**  
Zachęcam do kontaktu: [aniasmolinska@interia.pl](mailto:aniasmolinska@interia.pl)

**Anna Smolińska**

Radna Rady Miasta Ciechanów



### Urząd Gminy Ciechanów

06-400 Ciechanów, ul. Fabryczna 8  
Tel./Fax 23 672 26 46  
e-mail: [urząd@gminaciechanow.pl](mailto:urząd@gminaciechanow.pl)  
[www.gminaciechanow.pl](http://www.gminaciechanow.pl)



### Urząd Gminy Golymin - Osrodek

ul. Szosa Ciechanowska 8, 06-420 Golymin-Osrodek  
Tel./Fax 23 671 60 20, 23 671 60 93  
e-mail: [ug@golymin-osrodek.pl](mailto:ug@golymin-osrodek.pl)  
[www.golymin-osrodek.pl](http://www.golymin-osrodek.pl)



### Urząd Gminy Grudusk

ul. Ciechanowska 54, 06-460 Grudusk  
tel/fax: 23 671 50 12  
e-mail: [gmina@grudusk.com](mailto:gmina@grudusk.com)  
[www.grudusk.com](http://www.grudusk.com)



### Urząd Gminy Ojrzeń

ul. Ciechanowska 27, 06-456 Ojrzeń  
Tel. 23 671 83 20, Fax 23 671 83 10  
e-mail: [sekretariat@ojrzen.pl](mailto:sekretariat@ojrzen.pl), [www.ojrzen.pl](http://www.ojrzen.pl)

## REKLAMA W GAZECIE



MAGAZYN OPINII  
ZIEMI CIECHANOWSKIEJ

## ORAZ NA PORTALU!

WWW.



*Ciechanowa.pl*

Tel. 502 68 48 21  
e-mail: [pulsciechanowa@gmail.com](mailto:pulsciechanowa@gmail.com)

Jesteśmy  
również na:



Facebook

# HALO CIECHANÓW

## PORADNIE PSYCHOLOGICZNO-PEDAGOGICZNE

**TECZOWA KRAINA**  
NIEPUBLICZNA SPECJALISTYCZNA PORADNIA  
PSYCHOLOGICZNO - PEDAGOGICZNA

*Bezpłatne zajęcia wczesnego wspomaganie rozwoju dziecka*

\* Pedagog \* Logopeda \* Psycholog \* Fizjoterapeuta  
\* Terapeuta Integracji Sensorycznej \* Ortopedystyka

Ciechanów, ul. 3 Maja 3A tel. 696 467 329

**WORD** CIECHANÓW PROFESJONALNIE • RZETELNIE • W PRZYSTĘPNEJ CENIE

**Jazdy próbne** na placu manewrowym *(wszystkie kategorie)*

**Prowadzi szkolenia:**

- kierowców wykonujących transport drogowy
- osób w zakresie kierowania ruchem drogowym
- kierowców przewożących towary niebezpieczne //ADR//
- kierowców w zakresie profilaktyki przeciwalkoholowej i przeciwdziałania narkomanii

Informacje i zapisy w Wydziale Szkoleń i BRD tel. 23 673 57 00, 23 673 24 56  
Regulamin i ceny na stronie internetowej [www.wordciechanow.pl](http://www.wordciechanow.pl)

**DIAGNOZA, TERAPIA i PROFILAKTYKA** dzieci, młodzieży i dorosłych

logopedyczna • pedagogiczna • psychologiczna  
integracja sensoryczna • nauka czytania • fizjoterapia

**Studio Terapii**  
Katarzyna Michalska

tel. 513 377 010

ul. Waryńskiego 31  
06-400 Ciechanów  
e-mail: michalska.k@gazeta.pl

**INSTYTUCJE RYNKU PRACY**

**POWIATOWY URZĄD PRACY w CIECHANOWIE**

06-410 Ciechanów, ul. Sygietyńskiego 11  
tel.: (23) 673 08 40, (23) 672 38 44  
e-mail: sekretariat@pup-ciechanow.pl  
[www.ciechanow.praca.gov.pl](http://www.ciechanow.praca.gov.pl)  
Usługi elektroniczne PUP: [www.praca.gov.pl](http://www.praca.gov.pl)

 PUPCiech

**PRZEDSZKOLA**

**PRZEDSZKOLE językowe**

\* polski \* angielski \* niemiecki

ZAPISY: **698 679 312** ul. F. Rajkowskiego 6 (os. Zachód)  
f przedszkoleakademikrasnoludkow

**ZARZĄDCY DRÓG**

**Powiatowy Zarząd Dróg w Ciechanowie**

06-400 Ciechanów, ul. Mazowiecka 7  
Tel./Fax 23 672 54 14, Tel. 23 672 47 47, 23 673 78 15  
e-mail: pzd@pzdciechanow.pl [www.pzdciechanow.pl](http://www.pzdciechanow.pl)

**PRZEDSZKOLE INTEGRACYJNE** Bezpлатne

↳ Język Angielski ↳ Rytmika  
↳ LOGOPEDA ↳ ZERÓWKA (grupa dla 6 – latków)

ZAPISY: 663 372 428 ul. 17 Stycznia 54 (dawna: APTEKA)

**alpik** PRZEDSZKOLE

**SPOŁECZNA INICJATYWA MIESZKANIOWA**

**SIM CIECHANÓW** PÓŁNOCNE MAZOWSZE

CEL: Społeczne Budownictwo Mieszkaniowe.  
MISJA: Budowanie mieszkań na wynajem o umiarkowanym czynszu z opcją dojścia do własności.

Społeczna Inicjatywa Mieszkaniowa Północne Mazowsze Sp. z o.o.  
06-400 Ciechanów, ul. Warszawska 10A  
tel. 538 360 458 \* e-mail: biuro@simpm.pl \* [www.simpm.pl](http://www.simpm.pl)

**PRZEDSZKOLE TERAPEUTYCZNO-REHABILITACYJNE**

**KINDERO** CIECHANÓW  
SIENKIEWICZA 120B tel. 512 392 905

BEZPŁATNE zajęcia Wczesnego Wspomaganie Rozwoju Dziecka – także dla dzieci spoza naszej placówki:  
Logopedia, Integracja Sensoryczna, Smykomultisensoryka.

- wykwalifikowana kadra terapeutów
- przyjazna atmosfera
- wsparcie dziecka i rodzica

**USŁUGI KOMUNALNE**

**PROFESJONALNE BADANIE KAMERĄ TERMOWIZYJNĄ**

**ELEKTROCIĘPŁOWNIA** CIECHANÓW SP. Z O.O.

ul. Tysiąclecia 18, 06-400 Ciechanów  
tel. 23 672 33 58, biuro@pecciechanow.pl  
[www.pecciechanow.pl](http://www.pecciechanow.pl)

Niska temperatura w Twoim mieszkaniu?  
Wysokie rachunki za ogrzewanie?  
**SPRAWDŹ TO!**

**EDUKACJA**

**PAŃSTWOWA AKADEMIA NAUK STOSOWANYCH** im. Ignacego Mościckiego w Ciechanowie

Rektorat: 06-400 Ciechanów ul. Narutowicza 9  
Tel. 23 672 20 50 rektorat@puzim.edu.pl [www.puzim.edu.pl](http://www.puzim.edu.pl)

BEZPŁATNIE BLISKO SOLIDNIE

**Przedsiębiorstwo Usług Komunalnych Sp. z o.o. w Ciechanowie**

**PUK**

ul. Gostkowska 83  
Tel. 23 672 23 05, 23 672 22 42  
e-mail: puk@pukciechanow.pl [www.pukciechanow.pl](http://www.pukciechanow.pl)

PUK Sp. z o.o. oferuje usługi:

- wywóz i unieszkodliwianie odpadów
- letnie i zimowe oczyszczanie dróg i placów
- administracja cmentarzem komunalnym
- prowadzenie schroniska dla bezdomnych zwierząt
- zakładanie i pielęgnacja terenów zieleni
- wycinka drzew w warunkach miejskich

**Filia Menedżerskiej Akademii Nauk Stosowanych w Warszawie z siedzibą w Ciechanowie**  
ul. Żorawskiego 5  
[www.mansciechanow.edu.pl](http://www.mansciechanow.edu.pl)  
Tel. 23 672 50 61, 606 817 131

**MA NS** 1995  
MENEDŻERSKA AKADEMIA NAUK STOSOWANYCH W WARSZAWIE  
WARSZAW MANAGEMENT UNIVERSITY

**TBS** SPÓŁKA Z O.O.  
CIECHANÓW Spis telefonów: (+48 23)

**TOWARZYSTWO BUDOWNICTWA SPOŁECZNEGO SP. Z O.O.**

672 52 76 - Centrala 672 59 80 - Centrala 672 38 18 - Fax  
[www.tbsciechanow.pl](http://www.tbsciechanow.pl) ul. Okrzei 14, 06-400 Ciechanów

**ODDZIAŁ REGIONALNY TOWARZYSTWA WIEDZY POWSZECHNEJ W CIECHANOWIE**

**TWP** TOWARZYSTWO WIEDZY POWSZECHNEJ

PROWADZI:

- \* SZKOŁĘ PODSTAWOWĄ Z KLASAMI „0” tel. 23 672 82 14, kom. 668 383 265
- \* NIEPUBLICZNE LICEUM OGÓLNOKSZTAŁCĄCE DLA DOROSŁYCH - kom. 519 101 609
- \* KWALIFIKACYJNY KURS ZAWODOWY W ZAWODZIE ROLNIK - kom. 602 288 294

ul. Warszawska 10, Tel. 23 672 50 07, Kom. 668 336 979 \*ATRAKCYJNE KURSY I SZKOLENIA RÓŻNEGO TYPU

**TO MIEJSCE CZEKA NA TWOJĄ REKLAMĘ**

tel. 502 68 48 21, e-mail: [pulsciechanowa@gmail.com](mailto:pulsciechanowa@gmail.com)



# HALO CIECHANÓW



## Zakład Komunikacji Miejskiej Sp. z o.o.

Wynajem autobusów, sprzedaż i serwis opon, sprzedaż paliw.  
STACJA DIAGNOSTYCZNA: przeglądy rejestracyjne i okresowe

Ciechanów, ul. Gostkowska 83  
Tel. 23 672 32 94 [www.zkmciechanow.pl](http://www.zkmciechanow.pl)



## ZAKŁAD WODOCIĄGÓW I KANALIZACJI

W CIECHANOWIE Sp. z o.o.

06-400 Ciechanów, ul. Gostkowska 81  
Tel. 23 672 29 60, Fax 23 672 29 61, całodobowy 994  
[zwik@zwikciechanow.pl](mailto:zwik@zwikciechanow.pl) [www.zwikciechanow.pl](http://www.zwikciechanow.pl)

### ODZYSK SUROWCÓW WTÓRNYCH

## PUNKT PRZYJĘĆ ODPADÓW

\*folia \*folia przymowa \*folia po sianokiszonce  
\*makulatura \*big bag \*inne

Wola Wierzbowska, 06-406 Opinogóra Górna **780 058 408**

### OCHRONA



## BARTON AGENCJA OCHRONY

- Ochrona stacjonarna, posterunki stałe na obiektach
- Ochrona imprez masowych, rodzinnych, firmowych, akcji promocyjnych, itp.
- Grupa Ochrony Bezpośredniej VIP

Biuro: Ciechanów, ul. Mławska 1, tel. 884 03 03 04, 500 42 46 26  
[www.barton-ochrona.pl](http://www.barton-ochrona.pl) e-mail: [barton.ochrona@gmail.com](mailto:barton.ochrona@gmail.com)

### BEZPIECZEŃSTWO



W ciągłej sprzedaży produkty najlepszych firm:  
**BRON:** CZ, GLOCK, MARLIN, MOSSBERG, REMINGTON, S&W, SIG-SAUER  
**AMUNICJA:** FEDERAL, GECO, LAPUA, NORMA, RWS, SAKO, S&B  
oraz najnowocześniejsza broń z USA

Zapraszamy do odwiedzenia  
naszego salonu :

W OFERCIE  
DOSKONAŁEJ JAKOŚCI  
GAZY OBRONNE

ul. Krasieńskiego 32, Ciechanów, (wjazd od ul. Gostkowskiej) tel. 23 672 48 30, 22 201 21 24

### MEBLE NA WYMIAR

# Meble

NA WYMIAR



Kuchnie, Szafy,  
Garderoby,  
Łazienki, Biura, itp...



tel. 602 189 492

Ciechanów  
ul. Monte Cassino 18

odwiedź nas na:

[www.PULS.Ciechanowa.pl](http://www.PULS.Ciechanowa.pl)

znajdziesz tu:

\* najważniejsze informacje z regionu

\* archiwum (PDF) wszystkich wydań PULSU Ciechanowa

### GASTRONOMIA

## BAR ASIA

kuchnia orientalna

Ciechanów, ul. Płońska 26

pn.-sob. 9-21, niedz. 11-20

tel. 788 686 779

Kucharze z Wietnamu  
zapraszają!



DOWÓZ

NA TERENIE MIASTA

od 30 zł - GRATIS

do 30 zł - koszt 3 zł

Duże i smaczne porcje

### SPORT I REKREACJA

tel. 23 672 55 01  
23 673 24 72  
fax 23 673 24 84



e-mail:  
[mosir@mosirciech.pl](mailto:mosir@mosirciech.pl)

Miejski Ośrodek Sportu i Rekreacji w Ciechanowie  
06-400 Ciechanów, ul. 17 Stycznia 60 B  
[www.mosirciech.pl](http://www.mosirciech.pl)

### NIERUCHOMOŚCI



## ANETA MARCINIAK

Dyrektor Oddziału

tel. 573 881 597

Biuro Nieruchomości w Ciechanowie  
Plac Jana Pawła II 15 lok. 1

e-mail: [aneta.marciniak@investor.net.pl](mailto:aneta.marciniak@investor.net.pl)



investor  
nieruchomości

SPRZEDAŻ \* KUPNO \* WYNAJEM I NAJEM NIERUCHOMOŚCI

## HAUS-MAN

Krystyna Hausman-Manista

NIERUCHOMOŚCI  
ARCHITEKTURA

tel. 668 237 472 e-mail: [biuro@haus-man.pl](mailto:biuro@haus-man.pl) [www.haus-man.pl](http://www.haus-man.pl)

- Profesjonalne zarządzanie nieruchomościami
- Obrót i najem nieruchomości
- Doradztwo
- Architektura krajobrazu



### ZDROWIE



CENTRUM ZDROWIA

# SZANSA

Ośrodek Środowiskowej Opieki  
Psychologicznej i Psychoterapeutycznej  
dla Dzieci i Młodzieży I poziom  
referencyjny

Oferujemy wizyty ( BEZ SKIEROWANIA ) u :  
- psychologa  
- psychoterapeuty  
- terapeuty środowiskowego

ul. 17 stycznia 80 lok. 4  
06-400 Ciechanów

tel. 696 440 060



## PRZYCHODNIA LEKARZY RODZINNYCH

# MEDICUS

Clinic

NIEPUBLICZNY ZAKŁAD OPIEKI ZDROWOTNEJ  
06-400 Ciechanów, ul. Spółdzielcza 2

Poradnia dla Dorosłych  
tel. 23 672 32 59, 673 22 32  
[www.medicus-ciech.pl](http://www.medicus-ciech.pl)  
e-mail: [medicus.ci@home.pl](mailto:medicus.ci@home.pl)  
Poradnia dla Dzieci  
tel. 23 673 22 34



Centrum Ruchu w Eskulapie

- Fizjoterapia dzieci i dorosłych
- Dietetyka kliniczna i sportowa
- Masaże
- Treningi personalne w kameralnym studiu
- Analiza składu ciała

Ciechanów  
ul. Narutowicza 20

tel. 23 661 84 38  
[www.centrumrucheskulap.pl](http://www.centrumrucheskulap.pl)

# HALO CIECHANÓW

**Zakład Optyczny - Andrzej Bayer** Posiadamy tytuł: **ZEISS Vision Expert**

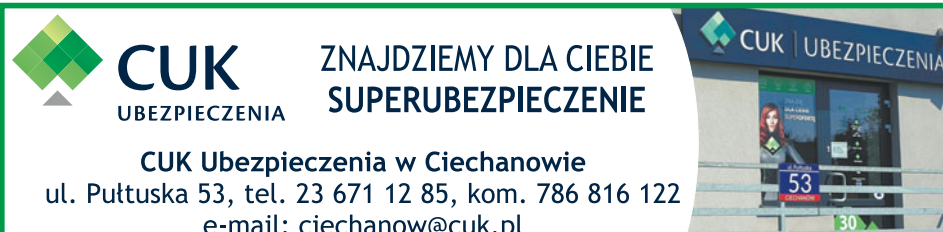
06-400 Ciechanów  
ul. 11 Pułku Ułanów Legionowych 26  
Tel.: 23 672 15 01, kom. 882 732 756

**Posiadamy w ofercie szeroki wybór opravek okularowych!**

*\* To jest wyrób medyczny  
Używaj go zgodnie z instrukcją  
używania lub etykietą*

**CUK** UBEZPIECZENIA **ZNAJDZIEMY DLA CIEBIE SUPERUBEZPIECZENIE**

CUK Ubezpieczenia w Ciechanowie  
ul. Pułtуска 53, tel. 23 671 12 85, kom. 786 816 122  
e-mail: ciechanow@cuk.pl



## PIELĘGNACJA CIAŁA

**FIGURA** CENTRUM PIĘKNEGO CIAŁA

Bohaterów Września 22, Ciechanów  
730 39 49 49 [f centrumpieknegocialafigura](https://www.facebook.com/centrumpieknegocialafigura)

**POLOWANIE**  
**BLACK FRIDAY**



## BUDOWLANE

**KOPTRANS<sup>88</sup>** CIECHANÓW

Ciechanów, ul. Mazowiecka 9a  
Tel./Fax (23) 673 77 32  
kom. 608 737 451  
koptrans@koptrans.pl

BUDOWA DRÓG  
TRANSPORT  
KRUSZYWA BUDOWLANE  
WYKOPY | ROZBIÓRKI  
TRANSPORT  
NISKOPODWOZIOWY  
[www.koptrans.pl](http://www.koptrans.pl)



## KLUCZE - PIECZĄTKI

**KEY SERVICE** Artur Bugajski

Ciechanów, ul. Śląska 2  
(wejście od Pl. Jana Pawła II 14)  
tel. 23 673 54 02  
kom. 508 270 950

ZAMKI \* KLUCZE \* KODOWANIE \* PIECZĄTKI \* GRAWEROWANIE



**PLAST-BUD**

DISTRYBUCJA MATERIAŁÓW DO BUDOWY SIECI:  
WODNYCH, GAZOWYCH, KANALIZACYJNYCH,  
CENTRALNEGO OGRZEWANIA, WENTYLACJI,  
TELEKOMUNIKACYJNYCH ORAZ DROGOWYCH

[www.plast-bud.com](http://www.plast-bud.com)

SIECI ZEWNĘTRZNE  
Ciechanów, ul. Bielińska 2  
tel. (23) 673-73-29, fax (23) 673-46-40  
e-mail: biuro@plast-bud.com

TECHNIKA GRZEWICZA  
I INSTALACJE WEWNĘTRZNE  
Ciechanów, ul. Niechodzka 9A  
tel. (23) 671-48-74  
e-mail: sekretariat@plast-bud.com

## BANK

**BANK SPÓŁDZIELCZY W PŁONSKU** Grupa BPS

Oddział w Ciechanowie  
ul. 3 Maja 11

kompleksowa obsługa  
wygodny, darmowy parking  
wrzutnia nocna, bankomat 24h  
nowoczesna bankowość elektroniczna

23 672 09 65  
[bsplonsk.pl](http://bsplonsk.pl)

Bezpieczny Solidny Przyjazny



**domet** • ROLETY • BRAMY • AUTOMATYKA

Ciechanów, ul. Mleczarska 9a (obok WORD)  
tel. 23 673 70 52  
[www.e-domet.pl](http://www.e-domet.pl) email: domet@home.pl

Jesteśmy z Wami od 30 lat!



**Millennium bank**

BANKOWOŚĆ ELEKTRONICZNA  
KARTY PŁATNICZE  
KREDYTY I POŻYCZKI  
KONTA OSOBISTE

Ciechanów, ul. Sikorskiego 12  
tel. 501 107 111



**ECOspec** OCIEPLANIE BUDYNKÓW PIANĄ

\* poddasza \* stropy \* fundamenty \* ściany  
\* hydroizolacja

[ecospec@wp.pl](mailto:ecospec@wp.pl) 534 031 966 [f ECOSpec](https://www.facebook.com/ECOSpec)




## UBEZPIECZENIA

**DOM UBEZPIECZENIOWY SPECTRUM** [www.dus.net.pl](http://www.dus.net.pl)

twoje ubezpieczenia

Oddział w Ciechanowie,  
ul. Dolna 9  
23 673 57 17

najtaniej OC | AC | NNW



15 lat gwarancji

**sufity napinane** 24h montaż

AuraSufity tel. 505 705 160 [www.aurasufity.pl](http://www.aurasufity.pl)




**AGENT UBEZPIECZENIOWY JANUSZ KOWALSKI**  
W ofercie polisy 20 wiodących towarzystw ubezpieczeniowych

**UBEZPIECZENIA:**  
- komunikacyjne (OC AC NNW), majątkowe  
- upraw rolnych i budynków rolniczych  
- maszyn rolniczych (AGROCASCO)  
- NOWOŚĆ: ubezpieczenie rowerów oraz OC pszczelarza

**ZAPEWNIAMY:**  
- dojazd do Klienta  
- pomoc w wypowiedzeniu wcześniejszej polisy  
- dokonanie cesji na rzecz banków  
- Karta Dużej Rodziny to dodatkowa ZNIŻKA

Pajewo-Szwelice 14, 06-420 Gołymin-Osrodek, Tel. 604 157 402 lub 728 395 010



PRANIE TAPICERKI MEBLOWEJ

**PRANIE TAPICERKI MEBLOWEJ**

Mariusz Majewski 505 202 678



# HALO CIECHANÓW

## MOTORYZACJA I MASZYNY ROLNICZE

### IRTEX ALTERNATORY - ROZRUSZNIKI

Ciechanów, ul. Pułtуска 116  
(za stacją benzynową)  
tel. 23 673 48 07  
kom. 602 320 393  
lub 500 065 938



\* **sprzedaż**  
\* **naprawa**  
\* **wymiana**

Wystawiamy faktury VAT

## CMENTARZ KOMUNALNY

### ZARZĄDCA CMENTARZA KOMUNALNEGO W CIECHANOWIE

Przedsiębiorstwo Usług Komunalnych Sp. z o.o.

Biuro administracji cmentarza  
ul. Gostkowska 86, Ciechanów  
pn.-pt. 8-16, sob. 8-13  
godz. otwarcia cmentarza: 6-22  
tel.: 728 995 677, 604 406 031

[cmentarz@pukciechanow.pl](mailto:cmentarz@pukciechanow.pl)  
[www.ciechanow.artlookgallery.com](http://www.ciechanow.artlookgallery.com)



## USŁUGI DLA BIZNESU

### STOWARZYSZENIE INICJATYW GOSPODARCZYCH

Oddział w Ciechanowie

Kontakt:  
06-400 Ciechanów, ul. Żórawskiego 5  
Tel. 728 369 499

#### OFERUJE:

- > Kursy i szkolenia dla małych i średnich przedsiębiorstw
- > Opracowanie biznesplanów dla małych i średnich przedsiębiorstw
- > Wynajem sal szkoleniowych
- > Wynajem powierzchni biurowych
- > Wynajem powierzchni magazynowych
- > Wynajem komputerów

### AGROAP SERWIS

MASZYN ROLNICZYCH  
I SAMOCHODÓW  
WSZYSTKICH MAREK

- DIAGNOSTYKA
- PRZEGLĄDY I NAPRAWY BIEŻĄCE  
(M.IN. WYMIANA OLEJU, ROZRZĄDU, KŁOCKÓW, ITP.)
- WYMIANA I NAPRAWA OPON oraz INNE NAPRAWY

Szulmierz 22A, tel. 504 206 348



### NOWY ODDZIAŁ FRICKE CIECHANÓW

MASZYNY: 539 076 372  
CZĘŚCI: 539 078 175  
SERWIS: 539 077 939

ALEJA UNII EUROPEJSKIEJ 8  
06-400 CIECHANÓW  
[WWW.FRICKE.PL](http://WWW.FRICKE.PL)

## FRICKE

 JOHN DEERE

Maszyny Rolnicze



## Gasart

**STAG**

SAMOCHODOWE  
INSTALACJE GAZOWE

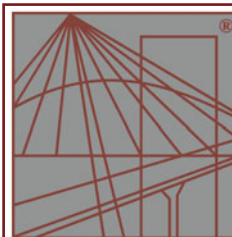
czynne pon. - pt. 8:00 - 17:00  
sobota 8:00 - 12:00

06-400 Ciechanów  
ul. Zagumienna 35

tel. kom. 502 482 423  
e-mail: [gasart@o2.pl](mailto:gasart@o2.pl)  
[www.ac.com.pl](http://www.ac.com.pl)



## SAMORZĄD ZAWODOWY



### Mazowiecka Okręgowa Izba Inżynierów Budownictwa Biuro Terenowe w Ciechanowie

06-400 Ciechanów, ul. Powstańców Warszawskich 6  
tel. 693 933 032, e-mail: [btciechanow@maz.piib.org.pl](mailto:btciechanow@maz.piib.org.pl)

[www.maz.piib.org.pl](http://www.maz.piib.org.pl)

## SAMORZĄD GOSPODARCZY



### MAZOWIECKA IZBA GOSPODARCZA W CIECHANOWIE

Razem możemy  
więcej!

Zachęcamy do członkostwa  
w naszej Izbie!

[Facebook.pl/migciechanow](https://www.facebook.com/migciechanow)

PROWADZIMY:  
LEGALIZACJĘ DOKUMENTÓW  
HANDLOWYCH I EKSPORTOWYCH oraz  
CENTRUM MEDIACJI GOSPODARCZYCH

Ciechanów, ul. Warszawska 21/23 lok.9  
Biuro czynne wt.-czw. w godz. 9.00 - 15.00  
tel. 502 277 787 oraz 518 540 506,  
e-mail: [mazowieckaizbagospodarcza@gmail.com](mailto:mazowieckaizbagospodarcza@gmail.com)

## USŁUGI POGRZEBOWE

DOM POGRZEBOWY  
- CALVARIA -  
TADEUSZ ANTOSIK



ul. Gostkowska 69  
06-400 Ciechanów  
Tel. 23 673 84 62  
23 672 32 77  
Kom. 600 114 101  
500 270 365

KOMPLEKSOWA OBSŁUGA

## KOMPLEKSOWE USŁUGI POGRZEBOWE

**HADES** Zakład Usług Pogrzebowych  
Rafał Żurawski

Ciechanów, ul. Gostkowska 39b, tel. 23 672 14 88  
672 31 18, 662 198 820, 697 609 313

WYNAJEM  
AGREGATÓW  
PRĄDOTWÓRCZYCH

## USŁUGI KAMIENIARSKIE



**KAMIENIARSTWO  
KOC-BRUK** Kamil Kocięcki

Ciechanów, ul. Gostkowska 77A ☎ 798 273 949

POMNIKI \* UKŁADANIE KOSTKI BETONOWEJ  
CZYSZCZENIE I MYCIE POMNIKÓW  
PODNOSENIE ZAPADNIĘTYCH NAGROBKÓW

PIECZARY BETONOWE  
REALIZACJA W 24 GODZ.

## PRZESYŁKI KURIERSKIE

**LOTNA  
PACZKA**  
PRZESYŁKI KURIERSKIE

PRZESYŁKI KURIERSKIE I POCZTA POLSKA  
W JEDNYM MIEJSCU!  
U NAS NADASZ LISTY, PACZKI, PALETY  
- KRAJOWE I MIĘDZYNARODOWE.  
UWAGA! WYSYŁAMY NAWET NAJBARDZIEJ  
NIETYPOWE PRZESYŁKI O WADZE DO 70 KG  
I O DŁUGOŚCI DO 4 METRÓW!



Ciechanów, ul. Gwardii Ludowej WRN 13 ☎ 517 844 824 ✉ [ciechanow@lotnapaczka.pl](mailto:ciechanow@lotnapaczka.pl)

## POLITYKA - SAMORZĄD

**PIS**  
Prawo i Sprawiedliwość

**Artur DELURA**

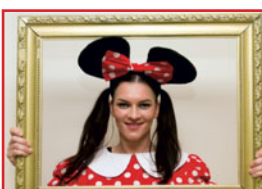
Pełnomocnik Komitetu Terenowego Partii  
Prawo i Sprawiedliwość  
na terenie Gminy Ojrzeń

Wspólnie dajmy nową energię Gminie Ojrzeń!

tel.: 663 271 216 e-mail: [biuroartur.delura@gmail.com](mailto:biuroartur.delura@gmail.com)



## ANIMACJE



- ANIMATORKA AGNES-ART
- FOTOBUDKA 360°
- DMUCHAŃCE
- DJ / WODZIREJ

MONIKA JASKULSKA tel. 505 504 870



ZAPROŚNAS  
NA TWOJĄ IMPREZĘ

# HALO CIECHANÓW

## PRAWO



Kancelaria  
Piotrowski i Wspólnicy  
RESTRUKTURYZACJA

tel.: (22) 618 30 89  
mail: biuro@pgwkancelaria.pl  
www.pgwkancelaria.pl

- upadłość konsumencka
- upadłość przedsiębiorcy
- restrukturyzacja
- postępowania upadłościowe
- ochrona przed upadłością
- obsługa prawna przedsiębiorców
- odszkodowania



## EDUKACJA ARTYSTYCZNA / ZAJĘCIA DODATKOWE



**Nauka śpiewu, gry na gitarze,  
pianinie, perkusji**

Zajęcia dla dzieci (od 6 roku życia),  
młodzieży i dorosłych

**Zniżki  
rodzinne!**

TEL. 517 770 082 www.akademiadzwieku.edu.pl

Ciechanów, ul. H. Sienkiewicza 33A (za Kolegium Nauczycielskim)



**NOWOŚĆ W CIECHANOWIE!** ul. Zagumienna 38A

**ZAJĘCIA DETEKTYWISTYCZNE**

**DLA TWOJEGO DZIECKA!**

zapisy: **Poznaj pełną ofertę zajęć na**

ODWIEDŹ NAS

**880 432 479**

**www.eukacyjnakraina.com**



**Akademia**  
DŹWIĘKU  
Szkoła Muzyczna

\*GITARA \*PIANINO  
\*PERKUSJA \*ŚPIEW  
\*AKORDEON i inne

**Nauka gry i śpiewu**

- LEKCJE INDYWIDUALNE (uczeń-nauczyciel)
- BEZSTRESOWA ATMOSFERA PODCZAS ZAJĘĆ

**VOUCHER  
PODARUNKOWY**

**NA LEKCJE  
GRY LUB ŚPIEWU**

**TO WSPANIAŁY  
POMYSŁ  
NA PREZENT!**

**ZAPRASZAMY**

Ciechanów  
ul. Sienkiewicza 33a  
tel. 517 770 082

**adciechanow**

www.akademiadzwieku.edu.pl

ZAMÓW REKLAMĘ W PULSIE CIECHANOWA ORAZ NA WWW.PULSCIECHANOWA.PL

tel. 502 68 48 21 e-mail: pulsciechanowa@gmail.com

## Prywatna opieka medyczna – ubezpieczenie z myślą o zdrowiu

Jeżeli chcesz mieć dostęp do wizyt lekarskich bez kolejek i korzystać z szerokiego katalogu badań, warto rozważyć zakup polisy zapewniającej prywatną opiekę medyczną.

Ubezpieczenie pomoże Ci zadbać o zdrowie zarówno poprzez profilaktykę, jak i szybką diagnozę dolegliwości. Wyjaśniamy, jak działa prywatne ubezpieczenie zdrowotne.

**Czym jest prywatna opieka medyczna?** Prywatna opieka medyczna to dobrowolne ubezpieczenie, które daje możliwość korzystania z konsultacji lekarskich, badań diagnostycznych, szczepień czy profilaktyki zdrowotnej. W razie wystąpienia nieprzewidzianych zdarzeń oznaczających kłopoty dla zdrowia – takich jak wypadek czy choroba – ubezpie-

czyciel pokryje koszty usług medycznych (zgodnie z zakresem wybranego przez Ciebie pakietu). W ramach polisy zdrowotnej sprawnie i bez skierowania skontaktujesz się z lekarzem i zrobisz badania. Masz także możliwość skorzystania z rehabilitacji w prywatnych placówkach medycznych na terenie całego kraju.

**Co obejmuje zakres prywatnej polisy zdrowotnej?** Dobrowolne ubezpieczenie zdrowotne to produkt o elastycznym zakresie. To od Ciebie zależy, jaki wariant wybierzesz. W ramach ubezpieczenia możesz mieć dostęp do usług takich jak np.:

- wizyty w placówkach medycznych na terenie całego kraju,
- konsultacje z lekarzem internistą, pediatrą, specjalistami (np. chirurg, laryngolog, neurolog, okulista, ortopeda, kardiolog, psycholog),
- kompleksowe badania profilaktyczne dla kobiet i mężczyzn, w tym m. in.: mammografia, USG piersi, diagnostyka nowotworów męskich,

• prowadzenie ciąży, w tym kompleksowa opieka medyczna,

• wizyty domowe, e-wizyty, porady, teleporady,

• konsultacje profesorskie,

• badania profilaktyczne, diagnostyczne, ambulatoryjne (w tym m. in. badania krwi, moczu, cytologia, USG, RTG, EKG, tomograf, rezonans, endoskopia),

• zabiegi ambulatoryjne i pielęgniarskie,

• szczepienia,

• rehabilitacja,

• transport medyczny,

• szeroki zakres świadczeń stomatologicznych,

• refundacja kosztów poniesionych na świadczenie w zrealizowane w innej placówce medycznej,

• dostęp do portalu pacjenta (możliwość umówienia wizyty, konsultacji on-line, czy zamówienia recepty bez konieczności wychodzenia z domu).



**Łukasz Rudnicki**

Kierownik Oddziału w Ciechanowie  
Specjalista ds. Ubezpieczeń dla Firm

Każdy moment jest odpowiedni, aby zatroszczyć się o swoje zdrowie. W ramach prywatnej opieki medycznej masz możliwość skorzystania z badań profilaktycznych – podejmij konkretne działania i skorzystaj szerokiego zakresu usług medycznych w ramach prywatnego ubezpieczenia zdrowotnego.

**Chcesz się dowiedzieć więcej?**

Skorzystaj z naszego wsparcia i doświadczenia. W Domu Ubezpieczeniowym Spectrum porównasz oferty i dopasujesz wariant ochrony do swoich potrzeb. **Odwiedź nasze biuro lub zadzwoń – Ciechanów, ul. Dolna 9.**

Łukasz Rudnicki



Siedziba DOMU UBEZPIECZENIOWEGO  
SPECTRUM Oddziału w Ciechanowie

**DOM UBEZPIECZENIOWY SPECTRUM**

Oddział w Ciechanowie, ul. Dolna 9

23 673 57 17 @ ciechanow@dus.net.pl

najtańsze  
OC | AC | NNW

## Niepubliczna Specjalistyczna Poradnia Psychologiczno-Pedagogiczna „Tęczowa Kraina” w Ciechanowie

# 10 lat „Tęczowej Krainy”



Dyrektor Beata Bayer (z bukietem czerwonych róż) wraz z zespołem „Tęczowej Krainy”

**Dziesięć lat temu rozpoczęła swoją działalność Niepubliczna Specjalistyczna Poradnia Psychologiczno-Pedagogiczna „Tęczowa Kraina” w Ciechanowie.**

W październiku 2013 roku w Poradni pojawił się pierwszy mały pacjent. Poradnia swoją działalność rozpoczęła z jednym terapeutą i dyrektorem, w niewielkim budynku przy ul. Krótkiej. Podczas intensywnego rozwoju placówka trzy razy zmieniła lokalizację ze względu na coraz większe potrzeby lokalowe.

Przez ostatnie lata do zespołu Poradni dołączyli liczni specjaliści i terapeuci. W tej chwili są to logopedzi, pedagodzy, psychologzy, terapeuci integracji sensorycznej, oligofrenopedagodzy, fizjoterapeuta, ortoptysta i tyflopodagog. W Poradni można skorzystać z zajęć w ramach Wczesnego Wspomagania Rozwoju, indywidualnych konsultacji i licznych terapii. Z kolei Certyfikowana Sala Doświadczania Świata daje możliwości wdrożenia procesu terapeutycznego, który zostaje dostosowany do potrzeb i możliwości każdego dziecka.

„Tęczowa Kraina” od zawsze była zaangażowana w pomoc najmłodszym i najbardziej potrzebującym, a także wsparcie rodziców i opiekunów dzieci.

- 10-lecie Poradni to idealny czas na pierwsze poważne podsumowanie oraz analizę dotychczasowych sukcesów i wyzwań. Warto przypomnieć sobie wszystkie momenty, które doprowadziły nas do miejsca, w którym jesteśmy i co wspólnie tworzymy z moimi pracownikami - podkreśla dyrektor Beata Bayer.



W październiku zorganizowano weekendowe obchody jubileuszu „Tęczowej Krainy”

Poradnia obchodziła swój jubileusz w wyjątkowy sposób, co stanowi wyraźny sygnał, że firma nie tylko potrafi cieszyć się z własnych sukcesów, ale także wyrażać wdzięczność za okazane jej zaufanie. To także idealna okazja do wyróżnienia pracowników, którzy swoim codziennym zaangażowaniem przyczynili się do sukcesu firmy. Jubileuszowe uroczystości organi-

zowano w jeden z październikowych weekendów. Celem wydarzenia było zintegrowanie pracowników, zbudowanie silnego zespołu oraz ułożenie wzajemnych relacji między pracownikami.

Życzymy dalszych sukcesów i determinacji, które pozwolą świadczyć usługi na najwyższym poziomie!

TK

**TECZOWA KRAINA**

NIEPUBLICZNA SPECJALISTYCZNA PORADNIA  
PSYCHOLOGICZNO - PEDAGOGICZNA

\* Pedagog \* Logopeda \* Psycholog \* Fizjoterapeuta  
\* Terapeuta Integracji Sensorycznej \* Ortopedystyka

**Ciechanów, ul. 3 Maja 3A tel. 696 467 329**

**Bezpłatne zajęcia  
wczesnego  
wspomagania  
rozwoju  
dziecka**

materiał promocyjny

## Medyczna Szkoła Policealna

# Dzień Nauczyciela w Medyku



Pamiątkowa fotografia kadry Medycznej Szkoły Policealnej oraz gości

**Medyczna Szkoła Policealna w Ciechanowie połączyła w tym roku świętowanie Dnia Edukacji Narodowej z obchodami 250-lecia Komisji Edukacji Narodowej.**

Dzień Edukacji Narodowej to wyjątkowe święto: nauczycieli, wychowawców, pedagogów, wszystkich związanych z oświatą. Zaproszenie na uroczystość przyjęli dawni nauczyciele Liceum Pielęgniarskiego. Gośćmi honorowymi byli: Halina Grabowska - żywa historia ciechanowskiego pielęgniarstwa, nauczycielka anatomii i pielęgniarstwa w Liceum Medycznym, Kazimierz Duszczyk - były dyrektor Liceum Pielęgniarskiego i Jerzy Florysiak - emerytowany pracownik niepedagogiczny Medycznego Studium Zawodowego.

- Drodzy Nauczyciele, mówcie tak by chcieli słuchać, budujcie poczucie wartości w każdym słuchaczu. Bądźcie mistrzami i autorytetami w nauczonym zawodzie. Stawiajcie na lekcji pytania, które uczą myślenia, rozwiązywania problemu. Powiedzcie NIE mechanicznemu zapamiętywaniu i odzwierciedlaniu. Rozwijajcie siłę, determinację, odpowiedzialność, zawodowy profesjonalizm, odkrywajcie indywidualistów. Współczesna szkoła to szkoła kompetencji i umiejętności a nie szczegółowych wiadomości. Niech historia bycia nauczycielem Pani Haliny Grabowskiej będzie źródłem inspiracji, motywacji, pasji zawodowej, satysfakcji dla kolejnych pokoleń nauczycieli naszej szkoły - powiedziała w swoim wystąpieniu dyrektor Izabela Kierska.



Halina Grabowska i Kazimierz Duszczyk

Zebrani wysłuchali też wykładu pt. „A gdyby tak marzyć”, wygłoszonego przez Annę Więckiewicz-Iniarską, Kierownika Szkolenia Praktycznego, nauczyciela języka angielskiego zawodowego, która w tym roku otrzymała Nagrodę Dyrektora Medycznej Szkoły Policealnej w Ciechanowie. Nagrodzona podzieliła się swoimi przemyśleniami, składając słuchaczy do zastanowienia się nad tym - czy osobom dorosłym wolno marzyć? Czy mogą zakładać sobie jakieś cele i je realizować? Czy mają prawo do marzeń? A jeśli tak, to jakie mają marzenia? Powołała się na literaturę naukową oraz przykłady „marzycieli”, którzy zmienili rzeczywistość. Zachęcała do podążania za swoimi prawdziwymi celami, a nie „niby-celami” - niezależnie od tego co mówi nam świat... **MSP/AI**

## Szkoła Podstawowa TWP w Ciechanowie

# Pasowanie na uczniów w SP TWP



Rotę przyrzeczenia odczytała oraz pasowania na uczniów dokonała dyrektor Tatiana Sęk

**Dzieci, które we wrześniu rozpoczęły naukę w kl. „0” i „1” Szkoły Podstawowej TWP w Ciechanowie, zostały pasowane na uczniów.**

Uroczystość rozpoczęła się od wprowadzenia Sztandaru Szkoły oraz odśpiewania Hymnu Państwowego i Hymnu SP TWP. Poprowadziła ją Jolanta Jakowska, a aktu pasowania dokonała dyrektor Tatiana Sęk. Słowo do zebranych uczniów i rodziców skierował reprezentujący organ prowadzący szkołę Wiesław Mostowy - dyrektor Oddziału Regionalnego Towarzystwa Wiedzy Powszechnej w Ciechanowie.

Przed aktem pasowania uczniowie z wielkim przejęciem złożyli przyrzeczenie. Później każdy z osobna został pasowany

przy użyciu wielkiego ołówka i otrzymał stosowny dyplom, a pierwszoklasiści także tarczę szkolną.

Dzieci wraz z wychowawczyniami (Jolanta Jakowska i Ewelina Gołębska - kl. „0” oraz Joanna Falkowska - kl. I) przy wsparciu nauczyciela muzyki Dominika Molewskiego, przygotowały piękny program artystyczny. Na twarzach rodziców widać było wielkie wzruszenie. Gdy dzieci śpiewały piosenkę „Kolorowe kredki”, to i wielu rodziców po cichu śpiewało wraz z nimi - zapewne przypominając sobie swoje dzieciństwo...

Na zakończenie uczniowie otrzymali upominki. Teraz już mogą z dumą mówić, że są pełnoprawnymi uczniami Szkoły Podstawowej TWP. **AI**

## Państwowa Akademia Nauk Stosowanych im. Ignacego Mościckiego

## „Gaudeamus igitur” rozbrzmiał na Akademii

Państwowa Akademia Nauk Stosowanych im. Ignacego Mościckiego zainaugurowała Rok Akademicki 2023/2024.

Uroczystość rozpoczęła się odśpiewaniem Hymnu Państwowego oraz „Gaude Mater Polonia”.

Wystąpienie inauguracyjne wygłosił dr inż. Grzegorz Koc – Rektor PANS. - Jak każdego roku gromadzimy się dziś w tym ważnym i uroczystym dla wszystkich wspólnot akademickich dniu, jakim jest dzień inauguracji nowego roku akademickiego. Ale dla nas jest to w tym roku dzień szczególnie wyjątkowy. W ponad dwudziestoletniej historii naszej uczelni inaugurujemy dziś bowiem po raz pierwszy rok akademicki w Państwowej Akademii Nauk Stosowanych im. Ignacego Mościckiego w Ciechanowie. Wynika to z faktu, że na mocy rozporządzenia Ministra Edukacji i Nauki, wydanego na wniosek Senatu i Rady Uczelni, od 1 października bieżącego roku zmieniona została nazwa naszej uczelni. Co prawda status i uprawnienia akademii nauk stosowanych mieliśmy już od kilku lat, ale nazwa naszej uczelni została zmieniona dopiero teraz. Tak więc od państwowej wyższej szkoły, poprzez uczelnię zawodową, staliśmy się obecnie akademią, ale z zachowaniem i niezmiennym w ciągu tych wszystkich lat profilem praktycznym, który od ponad 20 lat jest jednym z najbardziej rozpoznawalnych wymiarów funkcjonowania naszej uczelni w regionie – powiedział dr inż. Grzegorz Koc.



Inauguracja roku akademickiego 2023/2024 w Państwowej Akademii Nauk Stosowanych im. Ignacego Mościckiego w Ciechanowie

Zdaniem rektora rozpoczynający się rok akademicki jest wyjątkowy również z innych względów. - Na pierwszym miejscu chciałem podkreślić, że rekrutacja studentów na pierwszy rok studiów w naszej uczelni osiągnęła najwyższy w jej historii poziom i przekroczyła 800 kandydatów, którzy już dziś stają się studentami studiów stacjonarnych (700 osób) i studiów niestacjonarnych (ponad 100 osób). Również dla filii naszej akademii w Mławie jest to rok rekordowy, gdyż nigdy jeszcze nie zgłosiło się aż tylu studentów chętnych studiować na kierunkach tu prowadzonych, przez co ogólna liczba studiujących w mławskiej filii w tym roku się podwoiła. Już w tym miejscu wszystkim osobom zaangażowanym w tegoroczną rekrutację, również tym, którzy przez cały okres wakacji i ostatni miesiąc dyżurowali w Biurze Rekruta-

tacji szczególnie dziękuję. Z myślą o naszych studentach i zarazem wsłuchując się w głos naszego otoczenia społeczno-gospodarczego w tym roku uruchamiamy dwa nowe kierunki studiów, na których otwarcie wydał zgodę minister. W Ciechanowie zostały uruchomione studia magisterskie z fizjoterapii (są to studia jednolite), a w Mławie uruchomione zostały studia magisterskie (drugiego stopnia) z logistyki, które – jak pokazała rekrutacja – spotkały się z wyjątkowym zainteresowaniem kandydatów. Dziękuję wszystkim osobom, które zgłaszały nam potrzebę i zasadność uruchomienia tych kierunków, a także wspomogły nas owocnie w ich otwarciu. Niewątpliwym sukcesem naszej akademii stało się również wpisanie na listę ministerialną wydawanego przez nas czasopisma naukowego „Studia Mazowieckie”. Ten znaczący nie-

tylko dla naszego regionu półrocznik – po prawie 20 latach istnienia – osiągnął obecnie 40 punktów ministerialnych, co w grupie czasopism naukowych regionalnych jest sukcesem. Również informacja sprzed paru dni, że działające przy naszej uczelni Laboratorium Inżynierii Mechanicznej i Materiałowej otrzymało akredytację na cztery lata, a więc stało się tym samym akredytowanym laboratorium badawczym, jest dla nas wyjątkowym wyróżnieniem, które zazwyczaj otrzymują tylko renomowane uczelnie politechniczne i akademickie. Zarówno dla naszej kadry dydaktyczno-badawczej, jak i dla studentów, ale przede wszystkim dla tutejszego przemysłu i wielu przedsiębiorstw, również spoza naszego regionu, to wydarzenie ważne, które w najbliższym czasie zasługuje na oddzielną uroczystość otwarcia i już dziś zapraszam na nią Państwa do Ciechanowa – mówił rektor Koc.

- Wspomniane sukcesy naszej akademii, dostrzeżone również przez ministerstwo, które kolejny raz przyznało nam środki w ramach dydaktycznej inicjatywy doskonałości, to w dużej mierze owoc wysiłku kadry naukowo-dydaktycznej, pracowników administracji, aktywności studentów, ale również troski i starań naszych interesariuszy zewnętrznych, członków Rady Uczelni, naszych parlamentarzystów, lokalnych samorządowców, a także pomocy i współpracy zaprzyjaźnionych uczelni. W tym miejscu tym dziesiątkom osób zaangażowanych w rozwój naszej uczelni szczególnie dziękuję. Liczę też na Państwa dalszą

pomoc, zwłaszcza w rozbudowie infrastruktury akademii, w tym budowy Centrum Innowacji i Transferu Technologii oraz wspierania innych inicjatyw, w tym powstającego u nas Akademickiego Związku Sportowego – mówił rektor PANS.

- Na koniec chciałbym też skierować kilka zdań do naszych studentów, zwłaszcza tych, którzy rozpoczynają dziś swoją studencką przygodę, po raz pierwszy w historii jako studenci Państwowej Akademii Nauk Stosowanych w Ciechanowie. Witam wśród nich studentów z innych krajów, którzy przybyli do nas, aby znaleźć w Polsce nowe miejsce w życiu i zdobyć upragnione wykształcenie. Mam nadzieję, że czas waszych studiów będzie nie tylko przygodą z nauką, okresem kształtowania praktycznych umiejętności zawodowych, ale również czasem nawiązywania nowych znajomości, czasem studenckiej „wolności” oraz kolejnych życiowych sukcesów, których Wam z serca życzę – zakończył swe wystąpienie dr inż. Grzegorz Koc – Rektor Państwowej Akademii Nauk Stosowanych im. Ignacego Mościckiego w Ciechanowie.

Po immatrykulacji studentów I roku oraz wystąpieniu Przewodniczącej Uczelnianego Samorządu Studentów, wręczono nagrody za wyniki w nauce.

Wykład inauguracyjny pt. „Współczesne zagrożenia dla bezpieczeństwa RP” wygłosił prof. dr hab. Mirosław Minkina.

Zwienieniem uroczystości było radosne wykonanie studenckiej pieśni hymnicznej „Gaudeamus igitur”. AI

## Państwowa Akademia Nauk Stosowanych im. Ignacego Mościckiego

## O strategicznej roli kolei

Na zaproszenie władz wydziału dr Rafał Zgorzelski, Członek Zarządu Polskich Kolei Państwowych S.A., wygłosił w Mławie na Wydziale Nauk Technicznych i Społecznych Państwowej Akademii Nauk Stosowanych im. Ignacego Mościckiego wykład otwarty poświęcony strategicznej roli kolei dla bezpieczeństwa, gospodarki i społeczeństwa. Spotkał się on z dużym zainteresowaniem licznie zgromadzonej kadry dydaktycznej oraz studentów.

Współpraca Państwowej Akademii Nauk Stosowanych im. Ignacego Mościckiego w Ciechanowie z Polskimi Kolejami Państwowymi została formalnie zawiązana w kwietniu 2022 r. Uczelnia przystąpiła do ekosystemu badawczo-rozwojowego PKP S.A. w ramach którego realizowane są projekty badawczo-rozwojowe, na które pozyskano środki z programu ramowego Horyzont Europa.

Dr Rafał Zgorzelski, Członek Zarządu PKP S.A., a jednocześnie wykładowca akademicki, został zaproszony przez władze wydziału do wygłoszenia wykładu otwartego poświęconego strategicznej roli kolei, którą dr Zgorzelski zaprezentował na trzech płaszczyznach – bezpieczeństwa, rozwoju gospodarki i jej znaczenia dla społeczeństwa.

W trakcie wykładu zaprezentowane zostały m.in. historyczne przykłady ata-



Wykład, który wygłosił dr Rafał Zgorzelski spotkał się z dużym zainteresowaniem słuchaczy

ków terrorystycznych na kolej w Polsce, rola transportu kolejowego dla mobilności wojskowej oraz jego funkcja w krwioobieg gospodarce państwowej. Przedstawiony został jednocześnie potencjał rozwoju kolei w naszym kraju.

- Wojna w Ukrainie pokazuje, jaką rolę w systemie bezpieczeństwa państw odgrywa infrastruktura krytyczna, której ważny element stanowi transport kolejowy. Przemieszczanie wojska, broni, ludności, medykamentów i żywności w ogromnej mierze zależy od właściwego funkcjonowania kolei – powiedział dr Rafał Zgorzelski.

Wystąpienie zostało zakończone omówieniem inicjatyw społecznych, w jakie zaangażowana jest PKP S.A.

Wśród nich znalazła się m.in. działalność tożsamościowa, której piękny przykład stanowi wdrożenie programu nazewnictwa dworców kolejowych, dzięki czemu upamiętniani są znamienici Polacy. W ramach tego programu imiona polskich bohaterów zostały nadane m.in. dworcem w Ciechanowie oraz w Mławie. Zaprezentowana została również współpraca ze środowiskiem akademickim, w ramach której PKP wspiera m.in. organizację konkursu KOKOS, w którego tegorocznej edycji uczestniczyli również studenci Państwowej Akademii Nauk Stosowanych w Ciechanowie zaangażowani w działalność koła naukowego METALIKA. AI

## Państwowa Akademia Nauk Stosowanych im. Ignacego Mościckiego

## Studenci pomogą dzieciom i seniorom

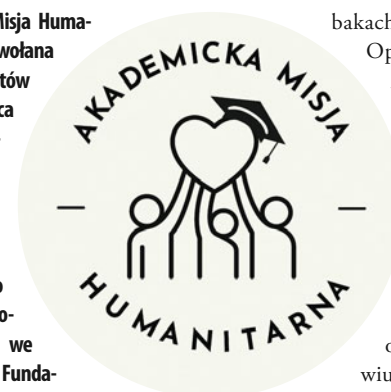
Akademicka Misja Humanitarna powołana przez studentów kierunku „praca społeczna” Państwowej Akademii Nauk Stosowanych im. Ignacego Mościckiego w Ciechanowie, działającą we współpracy z Fundacją Conviventia, organizuje zbiórki świąteczne dla potrzebujących dzieci i seniorów.

Celem AMH jest niesienie pomocy oraz integracja środowiska akademickiego wokół idei pomocy humanitarnej. Tym razem obdarowane zostaną dzieci z Domu Samotnej Matki w Kraśniewie, dzieci z Placówki Opiekuńczo-Terapeutycznej dla Sierot w Kraszewie Czu-

bakach oraz seniorzy z Zakładu Opiekuńczo-Leczniczego Pałium w Sońsku.

Do akcji włączyło się wiele instytucji, m.in.: Szkoła Podstawowa nr 1 w Ciechanowie, Szkoła Podstawowa w Starym Szelkowie, Szkoła Podstawowa w Gąsolinie, Urząd Gminy Ciechanów oraz Wydział Nauk o Zdrowiu i Nauk Społecznych PANS w Ciechanowie. W placówkach tych znajdują się specjalne pojemniki przeznaczone na artykuły, które będą przekazane potrzebującym w formie paczek świątecznych.

Każdy może pomóc dorzucając swoją cegiełkę. Nawet drobiazg może sprawić, że na twarzach samotnych dzieci, czy osób starszych zagości uśmiech. Pomagajmy!!!



## Jubileusz Zespołu „Melodia” 20 lat z „Melodią”

Zespół „Melodia”, działający przy Gminnym Ośrodku Kultury w Opinogórze Górnej, obchodził Jubileusz 20-lecia swojego funkcjonowania.

Oranżeria Muzeum Romantyzmu w pełni wypełniła się gośćmi reprezentującymi różnorodne środowiska ziemi ciechanowskiej i całego Mazowsza.

Uroczystość rozpoczęła się multimedialną prezentacją dorobku muzycznego Zespołu Melodia. Po niej przyszedł czas na występ na żywo. Zespół zaprezentował piękny koncert, występując w składzie: Janusz Bober, Wojciech Kowalski, Mieczysław Leszczyński, Stanisław Leszczyński, Krzysztof Łyżwiński i Władysław Wiśniewski. Kierownikiem muzycznym zespołu jest Robert Bartoń, ale ze względów zdrowotnych podczas jubileuszowego koncertu w roli dyrygenta zastąpił go Juliusz Jakubiak.

Po muzycznej uczcie przyszedł czas na okolicznościowe przemówienia i podziękowania. Panowie tworzący Melodię, ale



Zespół „Melodia” świętował Jubileusz 20-lecia swojego funkcjonowania w Oranżerii Muzeum Romantyzmu w Opinogórze Górnej

także Rodziny nieżyjących już członków Zespołu, przez długi czas słuchali życzeń i gratulacji od przedstawicieli samorządów lokalnych, instytucji i organizacji. Od naszej Redakcji otrzymali w prezencie kolaż zdjęć prezentujących 20 lat działalności Zespołu.

Ostatnim punktem oficjalnej części uroczystości był piękny koncert pt. „Co

w duszy gra”, w wykonaniu Szymona Ostromeckiego.

- Zespół „Melodia” to doskonała wizytówka Gminy i zawsze może liczyć na nasze wsparcie. Gratulując jego członkom dotychczasowych osiągnięć życząc dalszych sukcesów – powiedział nam Piotr Czyżyk – Wójt Gminy Opinogóra Górna.

AI

## Zespół NOISE

# Magiczne widowisko NOISE

Zespół Taneczny NOISE, prowadzony przez Paulinę Mączyńską, ponownie zachwyił ciechanowską publiczność. Tym razem prezentując widowisko taneczne pt. „Magia Teatru Tańca II”.

Wystąpiło w nim 30 tancerzy z grup NOISE Tytan i NOISE Royal, grupa Absolwentek oraz dwie dziewczynki z grupy NOISE Teen - Maja Mikołajewska oraz Nadia Dobrzyńska.

Spektakl był przygotowywany głównie w okresie wakacyjnym. - Było również kilka choreografii, które były przygotowane wcześniej i towarzyszyły nam na konkursach tanecznych, lecz jeszcze nigdy nie zostały pokazane ciechanowskiej widowni – opowiada Paulina Mączyńska, która łączy rolę liderki Zespołu, reżysera, choreografa, konferansjerki i aktorki, do tego odpowiada jeszcze za dobór strojów i muzyki.

„Magia Teatru Tańca II” to już drugi spektakl NOISE o poważniejszej tematyce. - Chcemy pokazać widowni również tę drugą



stronę medalu sztuki. Większość spektakli i przedstawień jest wesoła. Oczywiście mająca morał, lecz nie ukazująca tej ciemniejszej strony świata, a wszystkim nam jest ona mniej, bądź bardziej znana. I nie mniej ważna... Każdy z aktorów miał swój przekaz dla publiczności, dlatego dałam im możliwość stworzyć swoje własne choreografie. Okazały się one precyzyjne i jestem z moich aktorów dumna. Młodzież miała swój wkład nie tylko w choreografię, ale także w dobór części podjętych tematów. Rozmawialiśmy chociażby o ich doświadczeniach i spostrzeżeniach na temat depresji. Chcieliśmy dać

wsparcie osobom mierzącym się z problemami pokazanymi w spektaklu, ale też pokazać co np. przechodzi ofiara przemocy domowej tym widzom, którzy szczęśliwie nie mieli do czynienia z tym zjawiskiem – powiedziała nam Paulina Mączyńska.

Za naszym pośrednictwem Zespół NOISE dziękuje osobom i instytucjom, które pomogły w realizacji widowiska. – Za pomoc techniczną dziękujemy Państwu Szmalc. Serdeczne podziękowania składamy wszystkim, którzy włożyli w ten spektakl choć trochę czasu i serca – mówi Paulina Mączyńska.

AI



## Samorząd Województwa Mazowieckiego Skutecznie leczyć udary



Radny wojewódzki lek. med. Paweł Obermeyer – przewodniczący zespołu ds. organizacji endowaskularnego leczenia ostrego udaru niedokrwiennego mózgu

**Udary niedokrwienne mózgu są pierwszą przyczyną niepełnosprawności wśród dorosłych Polaków. Na Mazowszu mamy ok. około 10 tys. udarów rocznie.**

Problemem tym zajmuje się działający już od czterech lat zespół ds. organizacji endowaskularnego leczenia ostrego udaru niedokrwiennego mózgu pod kierownictwem lek. med. Pawła Obermeyera - Radnego Sejmiku Województwa Mazowieckiego.

- Niestety sytuacja chorych nie jest najlepsza, bowiem tylko 16% z nich jest leczonych poprzez rozpuszczenie skrzepu lekami podawanymi w oddziałach udarowych, a jeszcze mniej, bo jedynie 3,5% pacjentów leczonych jest trombekcją mechaniczną, czyli metodą polegającą na mechanicznym usunięciu skrzepu z naczyń w mózgu. Pozostałe osoby, które doznały udaru są leczone objawowo, a proporcje powinny być odwrotne. Właśnie dlatego powstał pomysł utworzenia na Mazowszu sieci ośrodków zajmujących się zabiegowym leczeniem udarów – mówi Paweł Obermeyer - przewodniczący zespołu ds. organizacji endowaskularnego leczenia ostrego udaru niedokrwiennego mózgu.

W ramach projektu, od października 2019 r., Województwo Mazowieckie przekazuje wojewódzkim podmiotom leczniczym wsparcie finansowe na kształcenie i podnoszenie kwalifikacji osób wykonujących zawody medyczne w zakresie organizacji endowaskularnego leczenia ostrego udaru niedokrwiennego mózgu w województwie mazowieckim. Kształceniem objęto pięć placówek: Mazowiecki Szpital Wojewódzki im. św. Jana Pawła II w Siedlcach Sp. z o.o., Mazowiecki Szpital Specjalistyczny Sp. z o.o. z siedzibą w Radomiu, Specjalistyczny Szpital Wojewódzki w Ciechanowie, Mazowiecki Szpital Specjalistyczny im. dr J. Psarskiego w Ostrołęce oraz Wojewódzki Szpital Zespolony w Płocku.

W ramach projektu przeprowadzono trójfazowy program edukacyjny w zakresie procedury endowaskularnego leczenia ostrego udaru niedokrwiennego mózgu.

Pierwsze dwie części szkolenia (tj. choroby nacyniowe mózgu i diagnostyka obrazowa w udarze mózgu) były przeznaczone dla lekarzy i poświęcone zostały teoretycznemu przygotowaniu – nauka kwalifikacji klinicznej i radiologicznej do zabiegów oraz nauka w zakresie prowadzenia pacjentów w okresie przed i pozabiegowym. Trzecia część (tj.

szkolenia symulatorowe dla operatorów) przeznaczona została dla lekarzy, pielęgniarów i techników radiologicznych i obejmowała prezentację systemów wykorzystywanych w trombekcji oraz praktyczną naukę wykonywania zabiegów z wykorzystaniem modeli przepływowych i symulatorów komputerowych.

W ramach fazy I szkolenia, wykorzystano 179.520,00 zł, a ze szkoleń skorzystało 16 pielęgniarów, 34 lekarzy oraz 12 techników medycznych. W ramach fazy II szkolenia wykorzystano 879.450,00 zł, a ze szkoleń skorzystało 15 pielęgniarów oraz 25 lekarzy (po 3 pielęgniarów oraz po 5 lekarzy z każdego ośrodka udarowego).

FAZA III, realizowana od 2 marca 2023 r., obejmuje m.in. zawarcie umowy pomiędzy Województwem Mazowieckim a Szpitalem Wojewódzkim im. św. Jana Pawła II w Siedlcach Sp. z o.o., jako Liderem projektu udarowego. Etap ten zakłada ponadto przeprowadzenie 6-miesięcznego kursu dla 20 lekarzy, przygotowującego ich do wykonywania procedur trombekcji mechanicznej.

Na wsparcie finansowe III fazy Województwo przeznaczyło w 2023 r. kwotę w wysokości 1.726.000,00 zł, jednak po przeprowadzeniu postępowania o udzielenie zamówienia publicznego, został wybrany wykonawca, który przedstawił korzystniejszą ofertę – 1.699.000,00 zł.

W ramach projektu udarowego zaangażowane szpitale wyposażone zostały w niezbędny sprzęt medyczny, niemedyczny i informatyczny. Zakupiono, min.: defibrylatory z możliwością wykonania kardiowersji i elektrostymulacji, wózki reanimacyjne z wyposażeniem, kardiomonitor, tomografy, aparaty do znieczulania ogólnego z wyposażeniem, respiratory, angiografy etc.

- Wysokość wsparcia przekazanego przez Województwo Mazowieckie ośrodkom udarowym na realizację trzech faz projektu oraz zakup sprzętu wynosi ponad 37,5 mln zł. Wierzę, że personel medyczny z ośrodków udarowych objętych projektem, zapewni właściwą opiekę osobom z udarami, a w przyszłości statystyki na Mazowszu dotyczące liczby udarów zabezpieczonych trombekcją mechaniczną, będą znacznie lepsze. Warto przy tej okazji dodać, że procedura ta, wykonana prawidłowo i we właściwym czasie, ratuje życie i zdrowie pacjenta – mówi lek. med. Paweł Obermeyer. P/AI



MAGAZYN OPINII ZIEMI CIECHANOWSKIEJ

gazeta w wersji elektronicznej jest dostępna na:  
[www.pulsciechanowa.pl](http://www.pulsciechanowa.pl)

## PUNKTY DYSTRYBUCJI NA TERENIE CIECHANOWA

11 Pułku Ułanów Leg. 26  
17 Stycznia 4  
17 Stycznia 7  
17 Stycznia 49  
17 Stycznia 58A  
17 Stycznia 60  
17 Stycznia 60B  
3 Maja 7  
Aleja Unii Europejskiej 8  
Armii Krajowej 2A  
Armii Krajowej 24  
Batalionów Chłopskich 12  
Batalionów Chłopskich 12  
Batalionów Chłopskich 15  
Batalionów Chłopskich 24  
Batalionów Chłopskich 25A  
Broniewskiego 14  
Dobra 14  
Dolna 9  
Fabryczna 8  
Gostkowska 85  
Gostkowska 86  
Gruduska 2  
Gwardii Ludowej WRN 13  
Gwardii Ludowej WRN 23/18  
Kraśńskiego 22  
Kicińskiego 21/23  
Kicińskiego 44  
Kicińskiego 48  
Kopernika 2  
Leśna 20  
Ludowa 1  
Mazowiecka 10  
Mazowiecka 12  
Mazowiecka 19  
Mickiewicza 8  
Monte Cassino 6  
Nadrzeczna 6  
Narutowicza 1  
Narutowicza 1  
Narutowicza 9  
Narutowicza 20  
Niechodzka 5  
Niechodzka 5  
Niechodzka 9A  
Niechodzka 68  
Okrzei 5  
Okrzei 25  
Parkowa 4  
Pl. Jana Pawła II 14  
Pl. Jana Pawła II 15  
Pl. Kościuszki 12A  
Pl. Piłsudskiego 1  
Płocka 24  
Płocka 34

Zakład Optyczny Andrzej Bayer  
Geryk - Złoto  
Starostwo Powiatowe  
Biblioteka Pedagogiczna  
Apcom Poland  
Delegatura Maz. Urzędu Wojewódzkiego  
Kryta Pływalnia  
Stadion MOSiR  
FRICKE  
Bar Mleczny  
Pralnie Paryskie  
DPS Kombatant  
Basen Rehabilitacyjny ARNICA  
Miejska Biblioteka Publiczna  
KROSS  
Sklep Spożywczy  
Apteka Arnica  
Sklep Spożywczo-Przemysłowy  
SPECTRUM  
Urząd Gminy Ciechanów  
Sklep Spożywczy  
Administracja Cmentarza Komunalnego  
Sklep Spożywczy  
Lotna Paczka  
Sklep Groszek  
Radex Broń - Amunicja  
Miejska Biblioteka Publiczna  
NZOZ Sprawność  
Pralnia Ale Plama  
Mazowiecki Bank Regionalny  
Sklep Spożywczy  
Sklep Spożywczy  
INTUR  
Petr-Bud  
Stacja Paliw MOYA  
Poliklinika MSWiA  
Sklep Spożywczy  
Restauracja Fantazja  
Sklep Spożywczy  
Sklep Monopolowy Chorten  
Państwowa Akademia Nauk Stosowanych  
Eskulap  
Apteka Przyjazna (w CH Mrówka)  
Stacja Paliw Mrówka  
Plast-Bud  
Sklep Spożywczy  
Piekarnia Serafin  
Sklep Medyczo-Zielarski  
Foto Studio Alicja  
Key Service  
Restauracja Deja Vu  
Sklep Żabka  
Miejska Biblioteka Publiczna  
Sklep Spożywczy RYSIO  
Park Nauki TORUS

Płońska 26  
Płońska 34  
Płońska 40  
Płońska 40  
Płońska 66  
Powstańców Warszawskich 6  
Powstańców Wielkopolskich 2  
Powstańców Wielkopolskich 2  
Powstańców Wielkopolskich 2A  
Pułtуска 12  
Pułtуска 12  
Reutta 5  
Reutta 13  
Reutta 13  
Rycerska 64  
Sempołowskiej 19  
Sienkiewicza 1  
Sienkiewicza 8  
Sienkiewicza 71  
Sienkiewicza 71  
Sienkiewicza 75  
Sienkiewicza 81  
Sienkiewicza 85  
Sikorskiego 12  
Sikorskiego 12  
Sikorskiego 12  
Spółdzielcza 2  
Spółdzielcza 2  
Strażacka 5  
Sygietyńskiego 11  
Ściegiennego 9  
Ściegiennego 10  
Śmiecińska 13  
Śmiecińska 14  
Warszawska 1/3  
Warszawska 8  
Warszawska 9  
Warszawska 28  
Warszawska 28  
Warszawska 53  
Warszawska 34  
Warszawska 47  
Warszawska 49  
Warszawska 54  
Warszawska 66  
Waryńskiego 31  
Wodna 1  
Wojska Polskiego 35  
Wojska Polskiego 51  
Wyzwolenia 10A  
Wyzwolenia 20  
Zielona Ścieżka 4  
Żeromskiego 4

BAR ASIA  
Sklep Spożywczy ODIDO  
Elektron  
Euroinstal Plus  
COMA  
NOT  
Specjalistyczny Szpital Wojewódzki  
Zakład Fryzjerski u Pawła - Paweł Litner  
Centrum Handlowe Panorama  
Apteka Przyjazna  
Sklep IRENA  
Sklep Spożywczy WPHW  
Miejska Biblioteka Publiczna  
SML-W Mazowsze  
Sklep Spożywczy - Dmochowscy  
Miejska Biblioteka Publiczna  
Cukiernia  
Restauracja „Gruby Benek”  
Apteka Przyjazna  
Przychodnia Lekarska VITA-MED.  
Hala Targowa  
KRUS  
Fachowiec  
Bank Millennium  
Sklep Spożywczy CYTRUS  
Kwiaciarnia „Joanna”  
Apteka Przyjazna  
NZOZ MEDICUS  
Powiatowe Centrum Kultury i Sztuki  
Powiatowy Urząd Pracy  
Sklep Przy Farze  
Sklep Mięsny  
Stacja Paliw Unilex Oil  
Centrum Ogrodnicze  
Sklep Spożywczo-Alkoholowy Setka  
Piekarnia Kurpiowska  
Multika  
Pasmanteria  
Pralnie Paryskie  
TELE KOM  
Powiatowa Biblioteka Publiczna  
Sklep Spożywczy ODIDO  
Czas na Herbatę  
Powiatowa Biblioteka Publiczna  
Salon RUCH  
Sklep Spożywczy - Więckiewicz (rondo)  
Filia Wojewódzkiego Urzędu Pracy  
Sklep Spożywczy  
Państwowa Akademia Nauk Stosowanych  
Poradnia Psychologiczno-Pedagogiczna  
Pralnie Paryskie  
Salon Optyczny  
Punkt Poczty Polskiej

*Życzymy miłej lektury*



## Z pamiętnika wiejskiego proboszcza

## Biznes i zaduszki

Odkąd zostałem proboszczem nie lubię ostatnich dni października i pierwszych dni listopada. Nie ze względu na piękną i bogatą w treść uroczystość Wszystkich Świętych, czy ze względu na pełne zadumy Zaduszki, ale ze względu na stosy śmieci sterczące przy cmentarzach. Okropnie. Nie sposób jest to ogarnąć.

Nagle w tych dniach znajduje się ich nadspodziewanie dużo. Przoduje tu wątpliwej jakości plastik, który nie rozkłada się przecież w ciągu roku i szkło, którego szkłem nie można nazwać. Ale jakoś tego nikt nie widzi. Żeby jednak nie wyjść na

hipokrytę przyznam, że problem leży także w tym, że za nie (te śmieci) trzeba niemało zapłacić. A pieniądze z nieba nie spadają. I choć powszechnie mówi się z przekąsem „ksiądz to ma”, nierzadko i nie jednemu nie wystarcza na wywóz śmieci. Bo to są ogromne kwoty.

Ale cóż tam pieniądze – jeszcze nikt nie ogłosił upadłości i nie zamknął z tego powodu cmentarza. Administratorzy tych miejsc jakoś sobie radzą.

Chwilami jednak mam wrażenie / przestrzegam przed dalszym czytaniem/, że wielu upatruje w przyniesionych donicz-

kach z kwiatami i reklamówkach zniszczy nie tyle spełnienie zaszczepionego w rodzinie daru miłości wobec bliskich, co raczej uspokojenie swojego sumienia chorego z niepamięci, bądź (co gorsze) zaspokojenie ciekawości sąsiadów, którzy z pewnością „najlepiej ocenią” naszą obecność i naszą świąteczną cmentarną dekorację.

I dwa pytania: po co wystawiać piękne pomniki na grobach zmarłych, gdy w najważniejsze święta związane z cmentarzem wcale ich nie widać, bo są przysłonięte kwiatami i zniczami? Ilu zmarłych za życia cieszyło się takim zainteresowaniem sobą,

jak właśnie na przełomie października i listopada?

Tyle, że zmarłym z całą pewnością jest wszystko jedno, czy te stroiki są czy nie.

Według nas jednak muszą być. Dużo i bogato! A co, raz na rok nas nie stać!? Stać! Tyle, że problem zostaje potem na głowie administratora cmentarza – proboszcza lub świeckich, którzy zarządzają cmentarzem. Niewielu to wzrusza. A prawdę o ekologii trzeba na ten czas włożyć w piękny świat bajek. Bo kogo to tak naprawdę obchodzi. Biznes jest biznes. Jego się nie segreguje. To on segreguje.



Ps. Zapomniałem napisać o modlitwie za zmarłych. Czy to taki znak czasu?

ks. PIOTR MARZEC

## Nauczycielskim okiem

## Konsumpcjonizm, czyli sztuczne potrzeby górą

Będąc ostatnio w sklepie spożywczym i obserwując życie codzienne Polaków w kategorii zakupy, nasza mnie taka oto refleksja dotycząca kilku rodzajów ludzi, których spotykam zwykle w omawianych okolicznościach.

„Przezorni”, czyli wielbiciele półek tzw. „świętecznych” już na początku listopada, bo przecież wtedy najlepiej czuć magię świąt. Pojawiają się od razu, gdy ze sklepów znikają znicze, a wjeżdżają miłokolaje. Chociaż w tym roku bożonarodzeniowe produkty widziałam gdzieś już na początku września, więc może nawet wcześniej. Ta grupa musi zdążyć kupić prezenty, żeby mieć to już „z głowy” – tak przynajmniej odpowiedziało mi kilka zapytanych osób. Pewnie nie o to chodziło,

ale odebrałam to trochę tak, jakby sprawianie radości bliskim było przykrym obowiązkiem.

„Miłośnicy promocji”. Ci działają zgodnie z zasadą: „potrzebujesz, czy nie, ale kupić trzeba, bo jest w promocji”. Tak, wiem, że to są często produkty, które i tak się zużyje (pod warunkiem, że nie schowasz ich w dobrym miejscu i nie przypomnisz sobie zbyt późno), ale dzięki takim „januszom biznesu” (nie obrażając oczywiście panów Januszów) nie raz musiałam jechać na drugi koniec miasta po masło, makaron, czy papier toaletowy. Skrajna odmiana miłośników promocji to „Hunowie”, którzy najjeżdżają sklep i hurtowo wykupują okazje. Są najbardziej agresywną grupą, która jest w stanie nawet stoczyć walkę o poszukiwany łup. To

właśnie oni na otwarcie nowego sklepu idą w środku nocy, aby skorzystać z okolicznościowych prezentów, czy rabatów.

„Spizarnia preppersa”, to ci którzy robią mnóstwo zapasów. Ta grupa, mówiąc szczerze, intryguje mnie najbardziej, szczególnie kiedy zapowiada się długi weekend (mówiąc długi weekend mam na myśli jakieś 2-3 dni). Od dłuższego już czasu obserwuję „preppersów” i nadal nie mogę ich rozszyfrować. Robię zakupy dość regularnie i mam mniej więcej ogłąd, czego na kilka dni potrzebuje 4-5 osobowa rodzina, wliczając w to oczywiście możliwość zapowiedzianej lub nie wizyty gości. Za każdym razem nie mogę wyjść z podziwu, ile rzeczy ludzie na tak krótki czas potrzebują. Tak, jak np. w ostatni weekend. Była wolna po-

nadprogramowo tylko sobota i już sklepy musiały mieć wydłużone godziny otwarcia, żeby żaden Polak w Narodowe Święto Odzyskania Niepodległości nie był głodny i miał przygotowane zapasy. Nieważne, że w poniedziałek wróci znowu, bo skończy się świeże pieczywo. W piątek atmosfera w sklepie jest taka, jakby w poniedziałek rano nagle miało się okazać, że na półkach nic nie ma, albo co gorsza świat miałby się skończyć i każdy potrzebowałby na tę okoliczność zapasów do długotrwałego przebywania w schronie. Znaczący no ja wiem, że teoretycznie może się to zdarzyć, ale raczej popadanie w takie paranoje nie służy zdrowiu psychicznemu. Ponadto na wszystko przygotować się nie da i nie na wszystko mamy wpływ.

„Zwiedzający kupujący”. To osobiście mój ulubiony typ. Są to ludzie zrelaksowani i wyluzowani. W sumie trochę zazdroszczę im, że mają czas i cierpliwość na wydłużanie czasu spędzanego na zakupach, spacerując od półki do półki, oglądając wszystko dokładnie i wracając kilka razy w to samo miejsce. Bez żadnego stresu delektują się każdą minutą. Ja na przykład cały dodatkowy czas poświęcam właściwie tylko na czytanie składów produktów.

Podsumowując – osobiście zawsze zachęcam do minimalizmu. Oczywiście nie radykalnego. Dostrzegam w nim zdecydowanie więcej zalet, a przede wszystkim pozwala on skupić się na tym, co naprawdę ważne, a tego nie da się nabyć na żadnej promocji w żadnym sklepie.

JOWITA RUTKOWSKA

## Konkurs Krasomówczy „O Laur Sarbiewskiego

## O wykluczeniu i hejcie

Dzisiaj chciałam poruszyć problem, który od pewnego czasu nie daje mi spokoju. Pragnę mówić o pewnym zjawisku, zjawisku negatywnym - wykluczeniu i hejcie.

Większość z Was doskonale wie, jak bolesne i okrutne są te zachowania szczególnie dla ludzi w naszym wieku. Chcę Wam dziś przypomnieć, że każdy z nas jest wyjątkowy, dlatego nie powinniśmy pozwalać na wykluczenie kogokolwiek z naszej grupy. Przysłowie „być czarną owcą w stadzie” doskonale oddaje to, czego dotyczy moje wystąpienie. Kiedy jedna osoba wyróżnia się z grupy w sposób pozytywny lub, co gorsze, negatywny, nie oznacza to, że należy ją wyeliminować z zespołu.

Wiem, że nieraz doświadczyliscie albo słyszeliście o wykluczaniu z grupy. Wykluczanie to odrzucenie kogoś i odrzucenie jego tożsamości, a hejt jest rodzajem przemocy słownej, który ma na celu zranienie i upokorzenie. I temu zjawisku chciałabym poświęcić więcej uwagi. Hejtowanie może być rodzajem mowy nienawiści, albo bezzmyslnym obrażaniem kogoś, deprecjonującym i nienawistnym.

Hejtowe formy komentarzy mają się dobrze! Zdarza się, że młodzi użytkownicy Internetu określają hejterskie komentarze po prostu jako styl wypowiedzi. Być może nie wszyscy rozumieją to zagrożenie? Do słowa hejt i skutków jego używania odniósł się językoznawca, profesor Jerzy Bralczyk. Stwierdził, że hejt „to słowo krótkie, więc wygodne”. Ale co najważniejsze, łatwiej hejtować niż nienawidzić. Trudno przecież przyznać się do nienawiści, która jest poważnym i negatywnym uczuciem. Obce, angielskie słowo ułatwia sprawę, nie ma w języku polskim tych samych konotacji. Hejter nie ma problemu z przyznaniem się do hejtowania. Bo jednak „uprawiać hejt” to nie to samo co „uprawiać nienawiść”. Choć powinniśmy takie zachowania podobnie piętnować.

Hejt ze świata cyfrowego może przenieść się do rzeczywistości. Jeśli więc uczeń w klasie doświadcza przemocy relacyjnej (izolowanie, wykluczenie z grupy rówieśniczej, odrzucenia przez grupę, rozpowszechnianie plotek), z dużym prawdopodobieństwem można przypuszczać, że stanie się

ofiara, np. wyzwick w sieci. Dlaczego? Bo jest odmienne, „Czarną owcą”, która nie ma swego miejsca w stadzie i stado jej nie chroni. Tak wiele mówimy o tolerancji, o empatii. Większość z nas stara się postępować godnie, tylko czasami brakuje nam odwagi, żeby wykrzyknąć swoją niezgodę na zło. Tak widzę to ja, uczennica średniej wielkości szkoły w małym miasteczku, które do niedawna było wsią. A jako puentę przytoczę słowa Czesław Niemena: „Dziwny ten świat, // świat ludzkich spraw, // czasem aż wstyd przyznać się. // A jednak często jest, // że ktoś słowem złym // zabija tak, jak nożem.”

Chciałabym, abyście wszyscy wiedzieli, że w każdej grupie są osoby, które są inne od reszty. Bycie „czarną owcą” w stadzie nie jest niczym złym, to po prostu oznacza, że jesteśmy inni i wyjątkowi.

Wykluczani jesteśmy z różnych powodów. Jednym z nich jest to, że ubieramy się nie w markowe ciuchy, ale te kupione na „Manhattanie” lub - o, zgrozo! - w sklepach z odzieżą używaną. Zakładamy na nogi buty nie z logo znanej i drogiej marki, ale zwykle adidasy i markerem zamazujemy napis „Made in China”. Nie wszyscy jesteśmy bogaci! Nie wszyscy też chcemy wydawać pieniądze na mało istotne rzeczy, które przecież nie świadczą o wartości człowieka. Ale wiele młodych, a czasami i star-

szych, osób tego nie rozumie. Czy więc posiadanie oryginalnych butów nabytych w sklepie firmowym ma być warunkiem włączenia nas do grupy? Chciałabym mieć takie buty, ale nie chciałabym być w takiej grupie! Niech żyją czarne owce!

Kolejnym powodem izolacji jest to, jak się zachowujemy. Każdy z nas ma inny charakter, w związku z tym inaczej się zachowuje. Jednak nie wszyscy to rozumieją. Czarna owca łamie schematy, chadza własnymi ścieżkami i zdecydowanie nie robi czegoś, by zadowolić innych. Wygląd inny, niż uznany za „normalny”, niepokorny charakter, może być wiele powodów, przez które można zyskać tę łatkę. Przysłowiowa czarna owca to zazwyczaj buntownik, który nie cieszy się najwyższym uznaniem. Jej obecność wiąże się z trudnościami w relacjach oraz podejmowaniem niezależnych decyzji, które najczęściej budzą niezadowolenie i sprzeciw.

Czarna owca potrafi jasno określić granice i bronić własnej przestrzeni przed wchodzeniem do niej innych swoimi butami. Jej NIE naprawdę oznacza sprzeciw. Wszyscy, którzy wbrew sobie zachowują się tak, jak wymaga tego od nich otoczenie, mogą jej tego pozazdrościć!

Dlatego ważne jest, abyśmy wszyscy się wzajemnie akceptowali. Musimy postawić granice, gdy widzimy, że ktoś jest wy-

kluczany lub hejtowany. Musimy stanowczo odmówić przyjęcia takich zachowań i wspierać tych, którzy są ofiarami.

Przysłowie mówi - „być czarną owcą w stadzie”, ale nie oznacza to, że musimy się godzić na wykluczanie i hejt. Musimy wziąć odpowiedzialność za swoje czyny i wybaczyć sobie wszystko, co było złe. Musimy być świadomi i mówić otwarcie o wykluczeniu i hejcie. Musimy stworzyć środowisko, w którym każdy czuje się bezpieczny i akceptowany. Musimy starać się promować akceptację, szacunek i tolerancję. Musimy wspierać siebie i innych, abyśmy mogli tworzyć zdrową, akceptującą się społeczność.

NATALIA CHOJNACKA



**Autorka jest uczennicą klasy I o profilu matematyczno-fizycznym w I Liceum Ogólnokształcącym im. Henryka Sienkiewicza**

w Płońsku. Tekst powstał gdy była jeszcze uczennicą klasy VIII w Szkole Podstawowej im. mjr. Henryka Sucharskiego w Sochocinie. Wygłaszając ten tekst Natalia Chojnacka zdobyła II miejsce w Konkursie Krasomówczym „O Laur Sarbiewskiego”, który odbył się w tym roku w Sarbiewie.

## Wybory 2023

## Dali bannerom drugie życie

Już w trakcie kampanii wyborczej Sebastian Andrzejczak – startujący z listy Nowej Lewicy do Sejmu RP – zaapelował do wszystkich kandydatów, by po wyborach parlamentarnych usunąć z przestrzeni publicznej swoje bannery i dać im... drugie życie.

Zachęcał do odwiedzenia najbliższego schroniska dla bezdomnych zwierząt i przekazania tam bannerów wyborczych, które doskonale nadają się do osłony bokśów. Są trwałe, lekkie, wodoodporne i łatwe w montażu. Jesienią i zimą osłonią psy przed wiatrem, deszczem i śniegiem – zachęcał przedstawiciel Nowej Lewicy.

Wielu kandydatów posłuchało tego apelu. Część z nich indywidualnie odwiedzała Schronisko dla Bezdomnych Zwierząt w Pawłowie, inni łączyli się w grupy. My towarzyszyliśmy właśnie takiej po-

nadpartyjnej wizycie. Do Pawłowa wspólnie wybrali się kandydujący w wyborach: Paulina Piechna-Więckiewicz i Sebastian Andrzejczak (Nowa Lewica), Iwona Szwejkowska (Polskie Stronnictwo Ludowe) oraz Krystyna Hausman-Manista (Platforma Obywatelska). Towarzyszyli im także Elżbieta Szymanik – Prezes Zarządu Powiatowego PSL oraz Robert Morawski – Prezes Zarządu Miejskiego PSL w Ciechanowie. Byli też młodzi członkowie ich rodzin.

Warto podkreślić, że podczas wspomnianej wizyty przekazano nie tylko bannery, ale także żywność dla zwierząt.



Sebastian Andrzejczak apeluje do wszystkich kandydatów, by po 15 października dać bannerom wyborczym drugie życie

- Cieszę się, że mój apel spotkał się z takim pozytywnym odzewem. To pokazuje, że ponad politycznymi podziałami można robić wiele dobrego – powiedział nam Sebastian Andrzejczak.

## Towarzystwo Przyjaciół Dzieci

## Wyremontowano budynek TPD

Miasto w ramach Ciechanowskiego Budżetu Obywatelskiego zmodernizowało obiekt Towarzystwa Przyjaciół Dzieci, z którego korzystają dzieci z niepełnosprawnościami, chore przewlekle, z rodzin dysfunkcyjnych i niewydolnych wychowawców.

W budynku TPD, znajdującym się przy ul. Powstańców Warszawskich 7A, na nową wymieniono stolarkę okienną i drzwiową, docieplono ściany zewnętrzne, remont i modernizację przeszły ciągi komunikacyjne, schody na poddasze. W dwóch gabinetach (rehabilitacyjnym i terapeutycznym) ułożono nowe posadzki, wyremontowano ściany, pojawiły się energooszczędne oprawy oświetleniowe.

Zmodernizowano wejście, gdzie stare, wysłużone betonowe schody zostały zastąpione stalowymi. Remont przeszła też pochylnia używana przez osoby z niepełnosprawnościami.

W trakcie uroczystej prezentacji efektów remontu podziękowania wszystkim zaangażowanym w tę inwestycję przekazały przez TPD Hanna Murawska oraz Alicja Gąsiorowska – autorka projektu „TPD Bajeczny Etap II - remont gabinetu rehabilitacyjnego i terapeutycznego oraz modernizacja wejścia głównego Towarzystwa Przyjaciół Dzieci”, który ponownie zdobył największe poparcie wśród miesz-



Pamiątkowa fotografia po uroczystej prezentacji efektów remontu siedziby ciechanowskiego TPD

kańców głosujących w ramach ciechanowskiego Budżetu Obywatelskiego. Był też słodki poczęstunek oraz część artystyczna przygotowana przez dzieci.

## Kobiety w Centrum

## Różowy październik

Październik jest cały różowy, a siódmego dnia tego miesiąca różowy był Płock. To właśnie tam odbyła się Mazowiecka Akademia Zdrowej Kobiety „Zdrowe piersi”, pod skrzydłami organizacji „Kobiety w Centrum” - Region Mazowsze, we współpracy z zaprzyjaźnioną Onkocafe.

Celem wydarzenia, w którym wzięła udział także reprezentacja kobiet z powiatu ciechanowskiego, było skupienie uwagi na problemie nowotworów piersi, ponieważ statystyki ich występowania są zatrważające. Główne tematy to edukacja, spotkania ze specjalistami, warsztaty z samobadania piersi.

Specjalnie na ten dzień udostępniono Mammobus, gdzie kobiety w wieku 50-69 lat mogły bezpłatnie wykonać badanie mammografii. Ulicami miasta przeszedł korowód Różowej Wstążki. Pod płocką katedrą oddano hołd kobietom, które przegrały walkę z rakiem piersi. W auli Muzeum Mazowieckiego w Płocku zgromadzeni goście uczestniczyli w debacie z udziałem lekarzy specjalistów. Byli to: Paweł Sobieski - chirurg onkolog i dr n.med. Marek Brzeziński - położnik, ginekolog, onkolog oraz Anna Kupiecka - Prezesa Onkocafe.



Od lewej: Anna Jemielita, Elżbieta Latko, Ewelina Krajewska, Iwona Szwejkowska i Elżbieta Szymanik

Debatę poprowadziła prezeska Wiesia Rybicka-Bogusz. Padło wiele pytań, odpowiedzi, propozycji zmian w temacie raka piersi. Ambasadorki profilaktyki raka piersi prowadziły warsztaty nauki samobadania piersi. Ciekawe warsztaty promocji karmienia piersią przyciągały młode mamy.

Swoje stoisko informacyjne miał również Oddział NFZ i płockie Amazonki.

Uczestnicy wydarzenia mogli obejrzeć wyjątkową wystawę zdjęć 7 x TAK – Razem Lepiej – historie pacjentek po raku.

- Dziękujemy wszystkim partnerom społecznym, patronom honorowym i medialnym. Jesteśmy zaszczyczone, że nasza inicjatywa spotkała się z tak dużą przychylnością wielu instytucji – powiedziała nam Iwona Szwejkowska – Koordynatorka Regionu Ciechanów Stowarzyszenia „Kobiety w Centrum”.

## Charytatywny bieg w Jońcu

## Pomogli małej Mai

W Jońcu (powiat płoński) odbył się Bieg Jesienny „Kasztanowa Jesień”. Impreza miała charakter charytatywny – zbierano środki na leczenie 7-letniej Mai z Sochocina. W przedsięwzięciu włączyli się także ciechanowianie.

Sportowa impreza była częścią Kwartetu Biegowego „Cztery Pory Roku 2023”, którego organizatorem jest Stowarzyszenie Płoński Patrioti. Cykl wydarzeń biegowych jest dofinansowany ze środków Powiatu Płońskiego w ramach konkursu ofert z zakresu wspierania i upowszechniania kultury fizycznej w 2023 r.

Organizatorom należą się wielkie brawa za świetne przygotowanie imprezy. Biegacze rywalizowali na dystansie 5 km. Odbyły się także: Marsz Nordic Walking (5 km) oraz biegi dla dzieci na 100 metrów. Wzięło w nich udział łącznie 236 zawodników.

Cały dochód z wpisowego (8.740 zł) został przeznaczony na leczenie 7-letniej Mai Sienkiewicz z Sochocina, która walczy z białaczką. Koła Gospodyń Wiejskich przygotowały kiermasz ciast, który przyniósł 1.434 zł. Było także stoisko Stowarzyszenia Dobrych Serc z naszego miasta, na którym wolontariusze z powiatu



Wolontariusze z powiatów ciechanowskiego i płońskiego, którzy przygotowali stoisko Stowarzyszenia Dobrych Serc

ciechanowskiego i płońskiego prowadziło m.in. loterię fantową oraz sprzedawało popcorn. Przyniosło to kolejny 1 tys. zł. Łącznie na leczenie Mai trafiło ponad 11 tys. złotych.

- Dziękujemy wszystkim osobom, firmom, organizacjom i instytucjom, które włączyły się w organizację Biegu. Największe podziękowania należą się zawodnikom i kibicom, którzy tak hojnie wsparli leczenie Mai. Dziękujemy – powiedział nam Michał Bombała - przedstawiciel Stowarzyszenia Płoński Patrioti.

Leczenie Mai można wesprzeć dokonując wpłaty poprzez Fundację „Siepomaga”: <https://www.siepomaga.pl/maja-sienkiewicz>

## Szkoła Podstawowa nr 4 w Ciechanowie

## Uczniowie „Czwórki” pobiegli w piżamach



Uczestnicy „Biegu w piżamach” dedykowali go Antkowi, uczniowi Szkoły Podstawowej nr 4 w Ciechanowie, który zmaga się obecnie z ciężką chorobą

Uczniowie klas 1-3 ze Szkoły Podstawowej nr 4 w Ciechanowie wzięli udział w ogólnopolskim charytatywnym „Biegu w piżamach”.

Bieg ma na celu wsparcie najmłodszych pacjentów szpitali onkologicznych, dla których piżama stała się strojem codziennym. Dodatkowo w ten atrakcyjny sposób szkoła promuje ruch jako element zdrowego stylu życia.

Uczestnicy Biegu dedykowali go Antkowi, uczniowi SP 4, który zmaga się obecnie z ciężką chorobą.

Bieg odbył się na stadionie miejskim MOSiR. Podczas tego wydarzenia uczniowie poznali Szymona Ogonowskiego - Mistrza Świata i Mistrza Europy m.in. w biegu na 400 m. Za-

chęcał on do biegania i uprawiania sportu.

Uczniowie biegli na dystansie 400 m. Była to sztafeta drużyn klasowych 4x100 m. Mistrzami biegu w kategorii klas I została klasa 1b, w kategorii klas II - klasa 2d, a w kategorii klas III - klasa 3a. Na zakończenie pobiegli wszyscy chętni nauczyciele w towarzystwie swoich uczniów.

Głównymi organizatorami „Biegu w piżamach” byli Opiekunowie Małego Samorządu Uczniowskiego działającego w szkole - Kamila Zaborowska, Irena Pawlak i Bogumiła Sikorska. Od strony technicznej wsparciem służył nauczyciel wychowania fizycznego Michał Rząsiński.

Wszystkim uczestnikom serdecznie gratulujemy.

NAUKA GRY LUB ŚPIEWU DLA DZIECI, MŁODZIEŻY I DOROSŁYCH

**W ofercie  
VOUCHERY  
na naukę  
gry lub śpiewu!**

# Akademia

DŹWIĘKU  
*szkoła muzyczna*

**NABÓR  
TRWA!**



**Nauka gry na gitarze klasycznej, akustycznej, elektrycznej, basowej, ukulele, pianinie, keyboardzie, akordeonie, perkusji oraz nauka śpiewu!**

**Zajęcia indywidualne** uczeń - nauczyciel

Szkoła Muzyczna **AKADEMIA DŹWIĘKU**  
Ciechanów, ul. Henryka Sienkiewicza 33a

tel. 517 770 082

e-mail: [adciechanow@gmail.com](mailto:adciechanow@gmail.com)

 **adciechanow**

*już 11 lat z Wami!*

[www.akademiadzwieku.edu.pl](http://www.akademiadzwieku.edu.pl)

Jubileusz 100-lecia urodzin mieszkanki Ościstowa

## Wyjątkowe urodziny Pani Czesławy



Pamiątkowe zdjęcie Pani Czesławy Grudzińskiej i Jej gości



Starosta Jan Andrzej Kaluszkiewicz wraz z wicestarostą Markiem Marcinkowskim składają życzenia Jubilatce

W dniu 9 listopada Pani Czesława Grudzińska obchodziła 100. Rocznicę swoich urodzin. Z tej okazji z najlepszymi życzeniami, prezentami i kwiatami dostojną Jubilatkę odwiedzili wyjątkowi goście: Jan Andrzej Kaluszkiewicz - Starosta Powiatu Ciechanowskiego, Marek Marcinkowski - Wicestarosta, Łukasz Kapczyński - Burmistrz Miasta i Gminy Gliniojeck, Dawid Marczewski - kierownik Urzędu Stanu Cywilnego, Andrzej Berent - kierownik Placówki Terenowej KRUS w Ciechanowie oraz Sylwia Kanigowska - pracownica ciechanowskiej delegatury Mazowieckiego Urzędu Wojewódzkiego.

Byli również obecni przedstawiciele Klubu Seniora w Ościsławie: Bożena Banasiak, Halina Banasiak i Ireneusz Kurzęcki.

Nie zabrakło najbliższej rodziny – córki i wnuczki.

Sylwia Kanigowska wręczyła Jubilatce list gratulacyjny od Premiera RP, a kierownik KRUS-u przekazał decyzję o przyznaniu świadczenia honorowego.

Pani Czesława urodziła się 9 listopada 1923 roku w Sulerzyszu. Jej ojciec Władysław Szerszeński był kierowcą Wandy Kanigowskiej, właścicielki majątku ziemskiego Sulerzysz. W dzieciństwie mieszkała w Sulerzyszu, potem w Kanigówku, by ostatecznie osiąść w Ościsławie. Po wojnie przez kilka lat pracowała w Urzędzie Gminy Młock z siedzibą w Ościsławie. W 1955 roku poślubiła Józefa Grudzińskiego, z którym prowadziła 11 hektarowe gospodarstwo

rolne. Małżonkowie doczekali się córki Doroty i wnuczki Aleksandry. Pani Czesława była osobą bardzo zaangażowaną w życie społeczne Ościsłowa. Przez wiele lat była przewodniczącą Koła Gospodyń Wiejskich. Działała też aktywnie w Kółku Rolniczym i Komitecie Rodzicielskim. Była też ławnikiem sądowym. W wieku 87 lat wstąpiła do Klubu Seniora w Ościsławie i przez 10 lat brała aktywny udział w jego pracach. Zawsze interesowała się polityką i życiem lokalnej społeczności. Nigdy poważnie nie chorowała, toteż jest osobą pogodną, uśmiechniętą i pełną życia.

Zarówno goście urodzin jak i nasza redakcja życzy Szanownej Jubilatce 200 lat!

PP

reklama

**P.P.H.U.  
STOL - TRAK  
SARNOWSKI**

- \* wycinki drzew, usługi rębakiem
- \* koszenie traw (pobocza dróg, nieużytki)
- \* wynajem podnośnika (26 metrów)
- \* usługi koparko-ładowarką

tel. 506 16 45 16

reklama

## AGROAP SERWIS

MASZYN ROLNICZYCH I SAMOCHODÓW WSZYSTKICH MAREK



JOHN DEERE

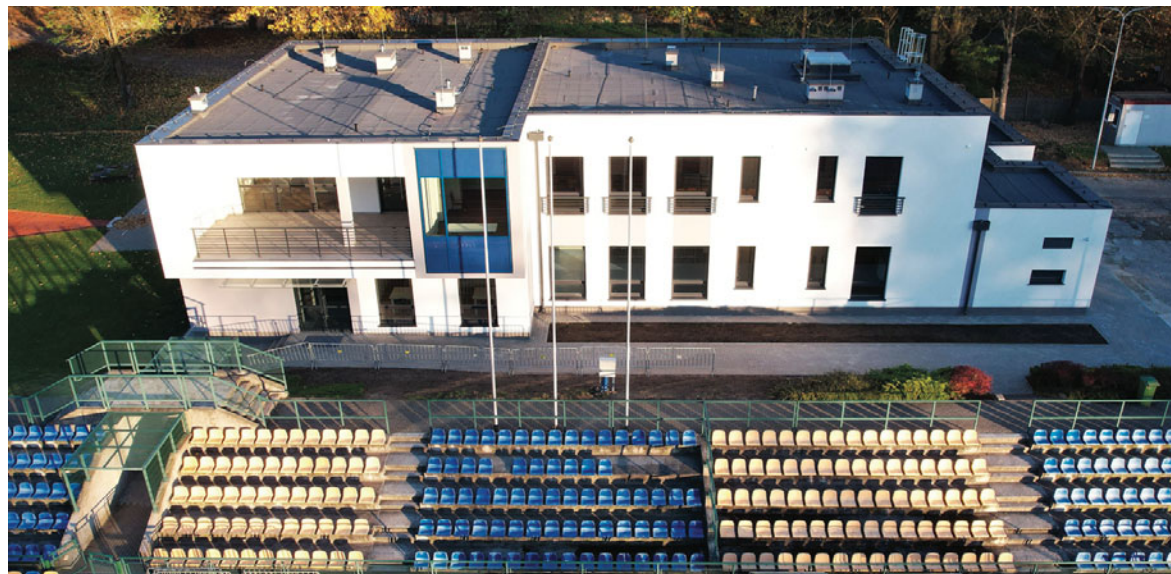


- DIAGNOSTYKA
- KALIBRACJA SKRZYŃ I PODNOŚNIKÓW
- PRZEGLĄDY I NAPRAWY BIEŻĄCE (M.IN. WYMIANA OLEJU, ROZRZĄDU, KŁOCKÓW, ITP.)
- WYMIANA I NAPRAWA OPON
- INNE NAPRAWY

**Szulmierz 22A**  
**tel. 504 206 348**

Sportowe inwestycje

## Nowy budynek na stadionie



Nowy budynek zaplecza sportowo-administracyjnego, który powstał obok miejskiego stadionu przy ul. 3 Maja

4 listopada na miejskim stadionie spotkali się reprezentanci ciechanowskich szkółek piłkarskich. Młodzi zawodnicy MKS Ciechanów, APN Olimpia i Akademii Piłkarskiej Ciechanów pierwszy raz wspólnie rozegrali towarzyskie mecze drużyn mieszanych. Na murawie wystąpiło 60 zawodników z roczników 2016-2017.

Podczas imprezy odbyło się uroczyste otwarcie nowego obiektu zaplecza sportowo-administracyjnego wybudowanego przez miasto dla zawodników, trenerów i klubów. Obiekt oddano właśnie do użytkowania. Ma prawie tysiąc metrów powierzchni użytkowej. Od 4 listopada swoje siedziby znalazły w nim

MKS Ciechanów, APN Olimpia i Akademia Piłkarska Ciechanów.

– Inwestujemy w rozwój sportu w Ciechanowie i wspieramy nasze kluby. To kolejna duża inwestycja w infrastrukturę sportową, którą z sukcesem zakończyliśmy. Oddajemy zawodnikom do dyspozycji nowoczesne zaplecze, które będzie im służyło każdego dnia. Będzie też wizytówką dla miasta w trakcie zawodów piłkarskich czy lekkoatletycznych. Podniesie rangę imprez sportowych, które organizujemy i zapewni komfortowe warunki treningu oraz pracy – podkreśla prezydent Krzysztof Kosiński.

W dwupiętrowym budynku znajdują się szatnie dla zawodników, siłownia,

zaplecze sanitarne, w tym prysznice oraz część administracyjno-biurowa. To pokoje dla trenerów, nowe biura i sala konferencyjna dla celów obsługi zawodów. Budynek dostosowano do potrzeb osób z niepełnosprawnościami.

Nowy obiekt zastąpił wcześniej istniejący na terenie stadionu, wysłużony budynek z lat 60-tych, który nie spełniał obecnych standardów sanitarnych i budowlanych. Koszt realizacji inwestycji razem z wyposażeniem to 8,2 mln zł. Władze Ciechanowa pozyskały na ten cel 2,4 mln zł z programu Ministerstwa Sportu i Turystyki „Sportowa Polska”, a reszta funduszy to środki z budżetu miasta.

UM/AI

Ciechanowski Klub Bokserski

## Nasi bokserzy walczyli w Śremie

Reprezentanci Ciechanowskiego Klubu Bokserskiego, pod okiem trenerów Michała Garstki i Marcina Wierchowskiego, wzięli udział w Mistrzostwach Polski Młodzików i Młodziczek w Śremie.

Najlepiej wypadła Alicja Michalak (kategoria 48 kg), która zdobyła tytuł Wicemistrzyni Polski 2023. W finale, choć walczyła dzielnie ze starszą o rok i bardzo utytułowaną zawodniczką, różnica wieku zrobiła swoje. – Jesteśmy bardzo dumni, bo to historyczny moment i pierwszy taki sukces w naszym Klubie i całym Ciechanowie. Ala to uczennica



Od lewej: Michał Garstka, Alicja Michalak i Marcin Wierchowski

klasy siódmej w Szkole Podstawowej nr 4. Jest bardzo ambitna i wytrwale trenuje. Nie odpuszczamy i wierzymy, że za rok osiągnie tytuł mistrzowski – powiedział nam trener Michał Garstka – prezes Ciechanowskiego Klubu Bokserskiego.

CKB podczas Mistrzostw w Śremie reprezentowali także: Julia Blicharska (51 kg), Juliusz Żaluzki (63 kg) oraz Jakub Osowski 75 kg. – Choć nie zabrakło im serca do walki, to zabrakło jeszcze trochę doświadczenia. Niestety nie wyszli z grupy i wrócili do Ciechanowa bez medalu, ale jeszcze wszystko przed nimi – dodaje trener Michał Garstka.

AI

Ciechanowski Klub Bokserski

## Sukces młodego boksera

Zawodnik Ciechanowskiego Klubu Bokserskiego Gracjan Ambroziewicz (kadet - kategoria 60 kg) zwyciężył w I Memoriale Grzegorza Skrzecza w Warszawie i został najlepszym zawodnikiem turnieju.

– Ogromne brawa należą się także trenerowi Marcinowi Wierchowskiemu

za świetne przygotowanie do zawodów. Jesteśmy bardzo zadowoleni i czujemy dumę z Gracjana oraz naszych zawodników biorących udział w Memoriale – powiedział nam trener Michał Garstka – prezes Ciechanowskiego Klubu Bokserskiego.

AI



Gracjan Ambroziewicz (kadet - kategoria 60 kg) zwyciężył w I Memoriale Grzegorza Skrzecza w Warszawie

Inwestycje sportowe

## Nowa nawierzchnia w miejskiej hali sportowej

Zakończyła się modernizacja podłogi w hali sportowej MOSiR do gier zespołowych przy ul. 17 Stycznia.

Na powierzchni blisko 1,4 tys. m<sup>2</sup> w całości wymieniono istniejący wcześniej, wysłużony, drewniany parkiet. Ułożono podbudowę i nową, certyfikowaną, syntetyczną nawierzchnię sportową o grubości ponad 9 mm. Pierwszy mecz na nowej nawierzchni został rozegrany w ramach rozgrywek Ligi Centralnej, kiedy to szczypiorniści Juranda grali z Padwą Zamość.

Z hali korzystają sportowcy trenujący w miejskich klubach sportowych, odbywają się w niej zawody rangi krajowej i międzynarodowej. Poza działalnością klubów obiekt jest wykorzystywany do organizacji cyklicznych imprez widowiskowych. – Zakończyliśmy pierwszy kompleksowy remont nawierzchni w hali od 2006 roku. Wcześniej w budynku wykonywane były wyłącznie bieżące naprawy. Nie poprzestajemy na tym. Wkrótce znacznie zmieni się też wygląd zewnętrzny tego budynku. Aktualnie prowadzimy termomodernizację i remont elewacji obiektu. Przełoży się to na obniżenie kosztów bieżących utrzymania budynku – mówi prezydent Krzysztof Kosiński.

Wymiana nawierzchni na nowoczesną kosztowała blisko 700 tys. zł. Miasto pozyskało na ten cel 277.400 zł dofinansowania w ramach programu „Sportowa Polska”, pozostałe koszty pokryto z budżetu samorządu.

UM/AI



Prezydent Krzysztof Kosiński na nowej nawierzchni w miejskiej hali sportowej

Remont elewacji budynku wraz z termomodernizacją trwa od 10 października. Ma się zakończyć jeszcze w tym roku. Wszystkie ściany będą docieplone płytami styropianowymi, następnie wklejona zostanie siatka z włókna. Na ściany, ościeża, słupy i cokoły nałożony będzie tynk mineralny. Wykonane zostaną nowe obróbki blacharskie attyk (zwieńczenie elewacji osłaniające dach) oraz dachu, a także nowa instalacja odgromowa.

Remont obejmie również montaż nowych drzwi wejściowych do budynku. Na wykonanie prac samorząd pozyskał dofinansowanie z programu „Mazowsze dla sportu 2023”. Prawie 300 tys. zł będzie przeznaczony w części również na wymianę stolarki okiennej hali przy ul. Kraszewskiego 8. Z tej puli środków już wykonano montaż energooszczędnego oświetlenia w tym obiekcie.

UM/AI

Półmaraton w Budapeszcie

## Ciechanowianin pobił rekord w Budapeszcie

Marek Łebkowski (ASFaltLove Dziki) jako jedyny mieszkaniec naszego miasta wzięł udział w 38. Wizz Air Budapest Felmaraton w stolicy Węgier. Rywalizacja odbywała się na dwu dystansach - półmaratonie oraz na 10 km. Nasz reprezentant wybrał dystans półmaratonu (21,097 km).

Wizz Air Budapest Felmaraton to największa impreza biegowa na Węgrzech. W tym roku wzięło w niej udział ponad 12 tysięcy biegaczy, którzy przyjechali z kilkunastu krajów.

– Trasa była płaska i szybka. Wiodła wzdłuż Dunaju przez Stare Miasto. Widoki na Zamek Królewski w Budzie, Wzgórze Gellerta, dalej biegiem przez wyspę na Dunaju do Parlamentu w Budapeszcie – jednego z trzech największych budynków parlamentów na świecie, i ponownie przez Dunaj na teren Miasteczka Akademickiego, gdzie zlokalizowany był zarówno start jak i meta. Organizacyjnie wszystko było na najwyższym poziomie. Wrześniowa pogoda w Budapeszcie miała swój niewątpliwie wpływ na wyniki i kondycję biegaczy.



Marek Łebkowski wzięł udział w 38. Wizz Air Budapest Felmaraton w stolicy Węgier

Dziesiąty dzień września w stolicy Węgier przywitał startujących o 8:00 rano temperaturą 30 st. C. Pomimo pogodowej „zachęty”, Wizz Air Budapest Felmaraton to impreza biegowa, którą warto i trzeba polecać każdemu, kto lubi podróżować i łączyć bieganie ze zwiedzaniem. A po biegu konieczna regeneracja w najstarszych w Europie kąpieliskach termalnych Szechenyi – powiedział nam Marek Łebkowski.

AI

## Polski Związek Wędkarski

## Drużynowo łowili karpie

W dniach 13-15 października odbyła się druga, a zarazem ostatnia, tura Drużynowych Mistrzostw Koła Polskiego Związku Wędkarskiego Ciechanów-Miasto w Wędkarstwie Karpowym.

Wzięły w niej udział dwie dwuosobowe drużyny. Były one bardzo profesjonalnie przygotowane do 48-godzinnego wędkowania. Miały namioty i wyposażenie do odpoczynku. Podziwiać można było zarówno przygotowanie zanęt, jak i same sposoby nęcenia ryb. Dla zawodników zabezpieczono obiady.



Uczestnicy Drużynowych Mistrzostw Koła PZW Ciechanów-Miasto w Wędkarstwie Karpowym

W piątek było pochmurnie. W sobotę trochę padało i wiało. Z kolei niedziela była pogodna, ale ciśnienie atmosferyczne było bardzo wysokie.

Na zakończenie zawodów ich podsumowania oraz wręczenia dyplomów, pucharów i statuetki za złowienie największej ryby dokonał Eugeniusz Nowak - prezes Koła Polskiego Związku Wędkarskiego Ciechanów-Miasto.

Pierwsze miejsce (Mistrzostwo Koła) zdobyła drużyna „GOŁĄBKI” w składzie Jarosław Jaroszewski i Cezary Szyner. Drugie (I Wicemistrzostwo Koła) – drużyna DLM: Mateusz Lange i Daniel Liszkiewicz. Trzecie (II Wicemistrzostwo Koła) – drużyna 3KTEAM w składzie: Krystian Gadomski i Krzysztof Szajkowski. EN/AI

## Polski Związek Wędkarski

## Mistrzostwa w wędkarstwie feederowym

Na zbiorniku wodnym DPS „Krubin”, odbyła się druga a zarazem ostatnia tura zawodów wyłaniających Indywidualnego Mistrza Koła Polskiego Związku Wędkarskiego Ciechanów-Miasto w Wędkarstwie Feederowym.

W zawodach wzięło udział 19 seniorów. Pogoda dopisała i do końca zawodów było słonecznie. Atmosfera była bardzo dobra. Łącznie złowiono 22 kg 970 gram ryb, które po zważeniu wróciły do wody. Najlepszy wynik w II turze zawodów zdobył Sławomir Stefański. Największą rybę zawodów złowił Radosław Pszczółkowski.

Indywidualnym Mistrzem Koła w Wędkarstwie Feederowym, po dwóch turach zawodów, został Sławomir Stefański, I wicemistrzem - Tomasz Lewandowski, zaś II wicemistrzem - Sławomir Nowakowski.



Organizatorzy i uczestnicy Zawodów o tytuł Indywidualnego Mistrza Koła Polskiego Związku Wędkarskiego Ciechanów-Miasto w Wędkarstwie Feederowym

Puchary, medale oraz statuetkę za największą rybę wręczył zwycięzcom Eugeniusz Nowak – prezes Koła Polskiego Związku Wędkarskiego Ciechanów-Miasto.

Serdecznie gratulujemy zwycięzcom oraz wszystkim zawodnikom za koleżeńską rywalizację – powiedział prezes Nowak.

EN/AI

## Polski Związek Wędkarski

## Walczyli o Puchar Najlepszego Zawodnika

Koło Polskiego Związku Wędkarskiego Ciechanów-Miasto po raz pierwszy zorganizowało zawody wędkarskie o Puchar Najlepszego Zawodnika.

W zawodach, które odbyły się na zbiorniku wodnym „KANALEY”, wzięło udział 21 seniorów i 3 juniorów. Pogoda była słoneczna, a ciśnienie zmienne. - Łącznie złowiono 29 kg 890 gramów ryb, które po zważeniu wróciły do wody – powiedział nam prezes Koła PZW Ciechanów-Miasto Eugeniusz Nowak, który wręczył zwycięzcom puchary i nagrody.

Puchar Najlepszego Zawodnika zdobył Sławomir Nowakowski, II miejsce zajął Jarosław Komorowski, a III - Piotr Krakowski. Ten ostatni został także nagrodzony statuetką za złowienie największej ryby.



Organizatorzy i uczestnicy zawodów wędkarskich o Puchar Najlepszego Zawodnika Koła PZW Ciechanów-Miasto

Ogromne gratulacje dla wszystkich za wytrwałość i chęć do łowienia. Za ufundowanie nagród dla juniorów, w postaci

rzecznie wykonanych splotów, dziękujemy firmie „DAH Rękodzieło Wędkarskie” - podsumowuje prezes Nowak.

EN/AI

Klub Sportów Siłowych HEROS CIECHANÓW  
Ciechanowianin  
wicemistrzem świata

Mariusz Bartołowicz, reprezentujący Klub Sportów Siłowych HEROS CIECHANÓW, został Wicemistrzem Świata (kat. Master do 110 kg) podczas WPC World Powerlifting Championships, które odbyły się w dn. 31 października – 5 listopada w Manchesterze.



Mariusz Bartołowicz z żoną Karoliną

W Wielkiej Brytanii nasz zawodnik zaliczył ciężar 292,50 kg. – Zawody były na dosyć wysokim poziomie sportowym. Jestem zadowolony ze startu i zajętego miejsca. Wygrana była poza zasięgiem aczkolwiek wszystko rozstrzygało się do ostatniego podejścia. Warto podkreślić bardzo dobrą atmosferę i przyjacielską rywalizację zgodną z zasadami fair play. Za dopingo-

wanie mnie podczas zawodów w sposób szczególny dziękuję mojej żonie Karolinie oraz towarzyszącym nam przyjaciółom – mówi Mariusz Bartołowicz.

Gratulujemy!

Fot. Archiwum prywatne

AI

## Lekkoatletyka

## Pobiegli o „Złoty Liść”

W Lesie Ościłowskim odbyły się biegi przełajowe, których organizatorami byli: Klub Sportowy „Ciechan i Szymon Kolecki” oraz Stowarzyszenie „ASFaltLove Dziki”.

Najliczniej dopisały dzieci ze szkół podstawowych, gorąco dopingowane przez rodziców, które rywalizowały na dystansach od 60 m do 400 m w zależności od wieku. Młodzież ze szkół średnich biegnęła na dystansie 800 m.

Dorośli amatorzy biegania startowali na 5 km. Na tym samym dystansie maszerowali miłośnicy nordic walking.

Impreza odbyła się dzięki wsparciu finansowemu Ministerstwa Sportu i Turystyki w ramach programu „Mikrogranty sportowe”. Nieoceniony był również sponsoring firm: Cedrob S.A., Piekarnia Maciej Gawarecki, Sante, Pizzeria Fratelli, Szyby24.pl oraz Bank Spółdzielczy w Płońsku. Organizatorzy podkreślają wsparcie i świetną współpracę z Nadleśnictwem Ciechanów, a w sposób szczególny z Tomaszem Russo.

Trasy biegowe w lesie nie były łatwe, ale bardzo malownicze i atrakcyjne. Wszyscy uczestnicy, którzy ukończyli biegi otrzymywali pamiątkowe medale. Dla trzech pierw-



Zwycięzynie biegu na 200 m (od lewej): Łucja Jasińska (I miejsce), Julia Tereszkiwicz (III) i Gabriela Karwowska (II). Statuetki wręczyli Szymon Kolecki i Łukasz Gąsiorowski – prezes KS „Ciechan”

szych w każdej kategorii były przygotowane nagrody rzeczowe. Wręczał je Szymon Kolecki - mistrz olimpijski w podnoszeniu ciężarów i współzałożyciel KS „Ciechan”.

Zwieńczeniem imprezy było ognisko w przyjemnej, rodzinnej atmosferze. Były oczywiście kielbaski z firmy Cedrob S.A., grochówka z Pizzerii Fratelli i pieczywo z Piekarni Macieja Gawareckiego. Pyszne ciasta upiekli rodzice dzieci z KS „Ciechan”. W przygotowaniu poczęstunku nieoceniona była pomoc ekipy ze Stowarzyszenia „ASFaltLove Dziki”.

Organizatorzy już dziś zapraszają na trzecią edycję tej imprezy w przyszłym roku.

ZM/AI

**ADRES REDAKCJI**  
ul. Henryka Sienkiewicza 33A  
06-400 Ciechanów  
e-mail: pulsciechanowa@gmail.com  
tel. 502 68 48 21

**REDAKTOR NACZELNY**  
Piotr Pszczółkowski

**ZESPÓŁ REDAKCYJNY**  
Alicja Nowakowska,  
Artur Injarski, Dorota Smosarska,  
Ewelina Jabłońska,  
Grzegorz Krajewski,  
Jowita Rutkowska, Krzysztof Bojko,  
Marta Pszczółkowska,  
Mateusz Pszczółkowski,  
ks. Piotr Marzec,  
Rafał Kado, Waldemar Nicman

**PULS**  
MAGAZYN OPINII ZIEMI CIECHANOWSKIEJ  
ISSN 2392-3407  
**BIURO REKLAMY**  
tel. 502 68 48 21

**WYDAWCA**  
P'Art Studio – Piotr Pszczółkowski  
ul. Sienkiewicza 33A, 06-400 Ciechanów

**DRUK**  
Grupa WM Sp. z o.o.  
Olsztyn

**E-WYDANIE**  
www.pulsciechanowa.pl

Redakcja nie ponosi odpowiedzialności za treść zamieszczanych reklam i ogłoszeń. Zastrzegamy sobie prawo do skracania nadesłanych tekstów. Poglądy zawarte w publikowanych materiałach są osobistymi opiniami ich autorów i niekoniecznie muszą odzwierciedlać poglądy Redakcji i Wydawcy. Na podstawie art 25. ust. 1 pkt 1b prawa autorskiego Wydawca wyraźnie zastrzega, iż dalsze rozpowszechnianie materiałów opublikowanych w „PULS Magazynie Opinii Ziemi Ciechanowskiej” bez uzyskania pisemnej zgody.

Agnieszka Lewandowska-Kąkol: „Tytani wojny”

## Ojczyzna ważniejsza niż życie

Tuż po wyborach parlamentarnych dotarła do mnie kolejna ciekawa książka mówiąca o bohaterach Polakach walczących o wolność i niepodległość Ojczyzny w okresie II światowej hekatombie. To „Tytani wojny” – Agnieszki Lewandowskiej-Kąkol, którzy na rynek czytelnicy trafili za sprawą niezawodnej oficyny z tradycjami – FRONDY.

Autorka poświęciła ją ludziom, często zapomnianym i niedostrzeżonym, którzy podczas wojny walczyli nie zbrojnie, ale wykorzystywali do walki swe talenty i ponadprzeciętne umiejętności, uzyskując efekty, często istotniejsze od kampanii prowadzonych przez wielkie armie.

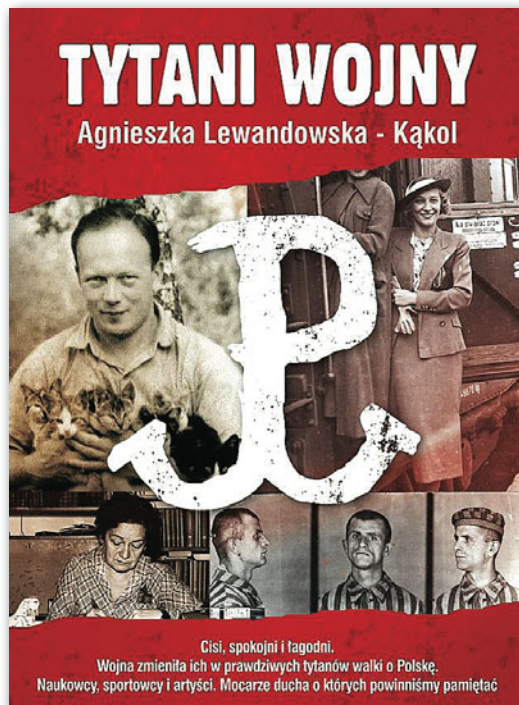
Na przestrzeni wieków o wolną Ojczyznę walczyli i ginęli miliony Polaków. Napisałem o tychże, na przestrzeni 35 lat kilkaset pewnie tekstów. Bezskutecznych. Dlaczego? Nicco wyjaśniają to ostatnie wybory. Zatem zanim o książce, to nieco o nich. Przyznaję z ręką na sercu, że ich wyniki mnie przerażyły i poraziły. I to nie dlatego, że doszło do głosowania anty-PiS, czyli wszyscy na jednego. W tym układzie porażka tego ostatniego i utrata władzy, choć zdobył najwięcej mandatów, któremu też kibicowałem, nie jest żadną niespodzianką. W moim wieku nie jest już zbyt ważne kto będzie rządził, oby robił to mądrze i dobrze. Kierując się interesem państwa i własnego społeczeństwa. Ich dobrem. Tak właśnie oceniałem ostatnie osiem lat.

Mój rozum i wyobraźnia (może zbyt wątłe) nie ogarniają tego, że kilkanaście milionów obywateli grupy etnicznej zamieszkującej tereny polskie zagłosowało za oddaniem znacznej i istotnej części przynależnych suwerennemu państwu kompetencji, we władanie Niemieckiej Unii Europejskiej. M.in.: polityki zagranicznej, wojskowości, oświaty, et cetera. Razem ponad 65. Jest bowiem rzeczą oczywistą, że nasi onegdaj prześladowcy będą grali pierwsze skrzypce w tym federalnym tworze, który ma być atrapą USA i zwać się Stanami Zjednoczonymi Europy. To ma być „potęga” bez solidnych granic i silnej armii. Złożona z blisko 30 krajów, które różni bardzo wiele, o ile nie wszystko. Koń by się uśmieł!

Boleję nad tym, że głównie opowiedziały się za tym pokolenia mych dzieci i wnuczek, a także część mej generacji. Cóż, będą mieli tak, jak chcieli. Nie trzeba być politykiem aby zrozumieć, że takie rozwiązanie szykowały Europie dwa zaprzyjaźnione interesami państwa aspirujące do roli mocarstw: Niemcy i Rosja, od dwu dekad. Wcześniej wiele razy walczyły zbrojnie o prymat w Europie. Teraz postanowiły się dogadać. Rolę emisariusza, za „królowanie” w UE powierzono Donaldowi Tuskowi. Ten zaprzaniec, rządząc w Polsce w latach 2007-2015 świetnie przygotował grunt. Ten chocholi taniec przerażał na osiem lat PiS. Teraz to śmiertelne dla nas niebezpieczeństwo powraca. Społeczeństwo znów dało się omamić. Beniaminek kanclerz Angeli Merkel, autor resetu z Putinem i lokaj Ursuli von der Leyen wraca do władzy i przygotowuje bezwolne społeczeństwo do wejścia w skład federacji. Później

znów czmychnie do Brukseli. A ja wciąż się zastanawiam, jak to jest możliwe, że ten przydupas Niemiec i Rosji uzyskuje w stolicy Polski aż 538 tys. głosów? Najwięcej w historii wolnej Polski! Czyżby Warszawa nazywała się już tak jak za okupacji - Warschau i była stolicą niemieckiego landu?

Na tym zakończę ten wątek, bo ma być o książce. I teraz o niej. Liczy sobie 320 stron, które podzielono na 10 biograficznych rozdziałów opisujących wspaniałych Polaków. Zdjęć niewiele, ale jest to pozycja niezbyt fotogeniczna. Oprawa miękka ze skrzydełkami. Na przedniej okładce fotografie bohaterów i zakotwiczona litera P jako symbol Polski Walczącej. Na tylnej krótkie notki ludzi opisywanych w książce. Polecam szczególnie tym obywatelom ze średniego i młodego pokoleniu, którzy zagłosowali za zniwoloną federacją europejską.



### Z tylnej okładki

Cisi, spokojni i łagodni. Wojna zmieniła ich w prawdziwych tytanów walki o Polskę. Naukowcy, sportowcy, lekarze, matematycy i prawnicy, tudzież artyści. Mocarze ducha, o których powinniśmy pamiętać i brać z nich przykład. Oto kilkoro z nich:

- **EUGENIUSZ ŁAZOWSKI** – Lekarz, profesor pediatrii, uratował tysiące ludzi w Stalowej Woli. Przeprowadzał akcje szczepień niegroźną bakterią, po których prerażeni Niemcy ogłosili to miasto i jej okolice terenem objętym zarazą.

- **JERZY IWANOW-SZAJNOWICZ** – Legendarny Agent Nr 1. Stworzył na terenie okupowanej Grecji dywersyjną grupę, która zniszczyła dziesiątki niemieckich i włoskich samolotów bojowych. Jako pływak – olimpijczyk samodzielnie uszkodził wiele niemieckich okrętów wojennych, w tym kilku podwodnych U-Bootów,

- **KLEMENTYNA MAŃKOWSKA** – Przed wojną zwykła żona przy mężu. Od września 1939 roku jej życie zaczęło przypominać powieść sensacyjną. Współpracowała z wywiadem „Muszkieterów” by na koniec stać się emisariuszem szefa Abwehry, admirała Canarisa, który za jej

pośrednictwem chciał utrzymać kontakt i kanał komunikacyjny z Londynem.

- **HENRYK SŁAWIK** – Przedstawiciel Rządu RP na uchodźctwie, działający na Węgrzech uratował tysiące polskich i żydowskich uchodźców. Uchronił przed niechybną śmiercią także Józefa Antalla. Późniejszego premiera Węgier.

- **FRANCISZEK WITASZEK** – Lekarz i naukowiec. Opracował wiele receptur trucizn, niesłychanie trudnych do wykrycia, używanych przez podziemie do eliminowania najbardziej strzeżonych niemieckich oficerów.

### Książka w tytułach zawarta

Stosując od lat taki schemat przedstawienia treści w pigułce. Oto one: Wstęp. 1. Epidemia ocalonych. 2. Nie siekierą, a słowem. 3. Z olświekiem w ręku. 4. Nie umiał odmawiać. 5. Urodzona w niedzielę. 6. Fiołkami we wroga. 7. Z barytonem w kaburze. 8. Nie mogłem ich zostawić. 9. Siła umysłów. 10. Czynami, nie słowami. Wybrana bibliografia.

### O autorce

**Agnieszka Lewandowska-Kąkol:** Muzykolog i dziennikarz. Przez piętnaście lat pracowała w Redakcji Muzycznej Polskiego Radia. Potem wybrała drogę „wolnego strzelca” i pisała teksty do wielu pism zajmujących się szeroko rozumianą kulturą. Dzięki zbiegowi różnych okoliczności zaczęła pisać książki. Drukiem ukazało się ich już tuzin. Pierwsza z nich, „Dźwięki, szept, zgrzyty”, mieściła się w dotychczasowej sferze zainteresowań autorki, ale już od drugiej „Na skraju piekła”, wszystkie kolejne podejmują tematykę związaną z XX-wieczną historią Polski. Część z nich np. „Niezlomna”, czy „Dziewczyny od Andersa” temat traktują dokumentalnie, ale inne, np. „Siostry”, „Zemsta doskonała”, czy „Na końcu czeka miłość”, ujęte są w lżejszą fabularną formę. Czas wolny od pisania spędza w otoczeniu przyrody, z rodziną, przyjaciółmi i psami, które zajmują ważne miejsce w jej życiu.

### Zanim odejdę do wieczności

Stoję na końcu drogi do wieczności. Niebawem przekroczę jej próg. Bóg i tak potraktował mnie nad wyraz dobrze dając skromne materialnie, ale bogate w wydarzenia i długie życie. Czas jednak najwyższy zejść z publicznej sceny. Do historii przeszła Polska moich marzeń, do której budowy dołożyłem cegiełkę. Czas podążyć za nią. To mój ostatni tekst (być może ukaza się jeszcze dwa napisane wcześniej). Zatem żegnajcie drodzy Czytelnicy i Sympatycy PULSU. I mimo wszystko niech Miłosierny Bóg będzie z Wami i Ojczyzną Naszą.

WALDEMAR NICMAN

ks. Wiktor Szponar: „Życie po śmierci 2”

## Czy istnieje życie „po...”?

Listopad jest szczególnym miesiącem, w którym człowiek ma okazję zastanowić się nad swoim życiem oraz nieuchronnie zbliżającą się śmiercią. Nierzadko przychodzi refleksja „co dalej, czy istnieje jakieś życie?”

Żyjcie ludzie, którzy otarli się o umiarnie będąc w tzw. NDE czyli near death experience. To zjawisko doświadczenia stanu bliskiego śmierci może pojawić się w sytuacji zatrzymania akcji serca, śmierci klinicznej, głębokiej hipotermii lub na skutek innego poważnego zagrożenia życia. Książkę o tej tematyce napisał ks. Wiktor Szponar. Jej tytuł to „Życie po śmierci 2”. Ukazała się nakładem Wydawnictwa Fronda.

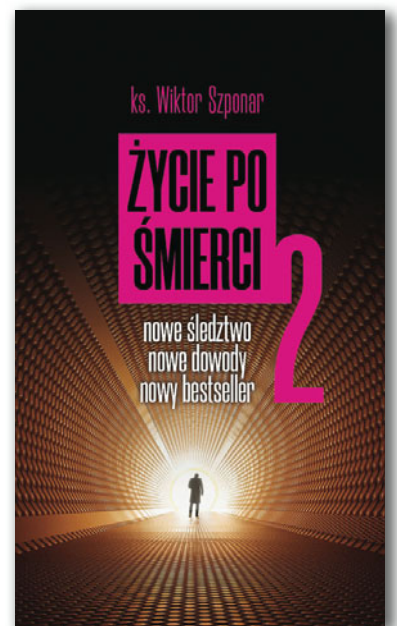
Druga część teologicznego śledztwa przeprowadzonego przez ks. Wiktora Szponara. Po sukcesie wydawniczym pierwszego tomu zaczęli się do autora zgłaszać czytelnicy, którzy doświadczyli zjawisk towarzyszących śmierci klinicznej: wierzący, ateści i poszukujący. Te przejmujące wydarzenia, odmieniły radykalnie ich późniejsze losy. Niniejsza książka stanowi zapis rozmów ks. Szponara z osobami, które doświadczyły NDE. Relacje tych osób na wszystkich kontynentach są do siebie bardzo podobne – przemieszczania się przez tunel ze światłem na końcu, „film z życia”, spotkanie ze zmarłymi osobami, możliwość obserwacji własnej reanimacji, a nawet spotkanie z Bogiem.

Pierwsze poważne badania nad bliskim doświadczeniem śmierci podjął Raymond Moody w 1975 roku w książce „Życie po życiu”. W następnych latach badacze opisywali relacje pacjentów z różnych państw oraz o różnych wyznaniach. Stwierdzono, że są spójne i logiczne. Najnowsze pochodzą z 2022 roku ze Stanów Zjednoczonych. Reanimowani pacjenci z zatrzymaną akcją serca utrzymywali, że doświadczyli oddzielenia się od ciała.

W dalszej części wprowadzenia ksiądz Wiktor Szponar już bardziej szczegółowo opisuje odczucia i doświadczenia osób, które przeżyły swoją śmierć. Część pacjentów uważa, że wróciły do swojego ciała dzięki modlitwom swoich bliskich i obcych. To „Ojciec Nasz” i „Zdrowaś Maryjo” ze względu na swoje boskie pochodzenie mają moc ratowania życia. Autor podejmuje jeszcze temat pojmowania śmierci klinicznej przez teologię chrześcijańską i przyznaje, że jest z tym problem, bo czy można powrót duszy do ciała nazwać wskrzeszeniem?

Nawrócenie LGBT

Najważniejszą treścią książki są wywiady przeprowadzone z ludźmi, którzy chcieli ich udzielić. Do większości wywiadów dołączone są fragmenty dokumentacji medycznej lub sądowej. Wiele z nich jest wzruszających, niesamowitych, kontrowersyjnych. Jednym z rozmówców ksiądz jest anonimowy mężczyzna po dwóch próbach samobójczych. Jak się okazało nawrócony homoseksualista żyjący w czystości. Przed dokonaniem tego dramatycznego kroku zadawał sobie pytanie o przyczynę swojej orientacji. Jako zagorzały ateista nie wierzył



życie po śmierci, a jednak w momencie opuszczenia ciała doświadczył rzeczywistości, która zmieniła wszystko. Zobaczył niezwykle światło, które nazwał Osobową Miłością. Wiedział, że to Bóg i poczuł totalną, bezwarunkową miłość, której nie sposób opisać. Poczuł się zaakceptowany i kochany. Zaraz potem zaczął się nad nim Sąd... taki prawdziwy. Rozmówca nie potrafi mówić o tym doświadczeniu ale podzielił się z księdzem informacją, iż dowiedział się o moralnej ocenie homoseksualizmu. Nie czuł się odrzucony, ale akceptowany mimo grzechów. „Miłość Boga jest bezwarunkowa” – mówi rozmówca.

Dalej rozważa na temat przyczyn pojawiania się homoseksualizmu, głównie wynikających z czynników zewnętrznych np. braki emocjonalne w rodzinie. Porusza też temat gender, gdy ksiądz pyta, czy tam, po drugiej stronie istnieją więcej niż dwie płcie. Potwierdza, że nie ma więcej tożsamości niż dwie, a obecne fanaberie to wymysł ludzki, którego największą ofiarą są dzieci. Nastolatki mają problem ze swoją tożsamością ale nie z tożsamością płciową. Operacje okaleczania zaś są nieodwracalne. Bohater wywiadu spotkał się też ze swoim bratem, zabitym w wyniku aborcji przed urodzeniem. Rozmawiał z dorosłym około 30-letnim mężczyzną podkreślając, że poczęte dzieci to ludzie. Po aborcji idą do nieba i modlą się za swoich rodziców.

Przemiana życia

Rozmówcy opisują niezwykle historie pełne przedziwnych zbiegów okoliczności, lub można powiedzieć Łaski Bożej. Niesamowitą drogę przeżył Jan Ben Radecki. Z malarza obrazów satanistycznych dla wrocławskiej kawiarni o wiele mówiącej nazwie „Mefisto”, Radecki stał się fundatorem i budowniczym pierwszego w Polsce kaplicy pod wezwaniem św. siostry Faustyny.

Niech podsumowaniem treści książki będą słowa Ewy Liegman z zamieszczonego wstępu: „Przed Tobą wiele wzruszeń, refleksji, bliskości. Dostajesz szansę na odkrywanie śmierci, która budzi do życia”.

Pozycja liczy 296 stron, a kosztuje 49,90 zł.

DOROTA SMOSARSKA

# Jak sejmik Mazowsza pomaga regionowi ciechanowskiemu?

# 622

inwestycje  
w Twojej  
okolicy\*  
ze wsparciem  
sejmiku

\*Dane na 1.10.2023 r.



Boisko przy Zespole Szkół  
Techniczno-Zawodowych  
w Żurominie



OSP Baboszewo



Ul. Graniczna  
i Widna  
w Ciechanowie



Most w Bieżuniu



Zbiornik wodny w Wyszyńach Kościelnych



OSP  
RADZANÓW  
OSP Radzanów



Zielony  
przystanek  
w Pułtusku



Stadion sportowy w Głinojecku



Ogród warzywny  
w Parku Ojców  
w Ciechanowie

więcej na [mazovia.pl](http://mazovia.pl)



25<sup>lat</sup> Mazowsze