

f Dołącz do nas na facebooku

www.facebook.com/pulsciechanowa

Kolejne wydanie magazynu „PULS” ukaże się we wtorek - 29 lipca

nr 6 (125)
• czerwiec 2025
pulsciechanowa.pl
ISSN 2392-3407

GAZETA BEZPŁATNA

PULS

2015 – 2025

10 lat

MAGAZYN OPINII ZIEMI CIECHANOWSKIEJ

AUTO SEZAM

CZĘŚCI SAMOCHODOWE
SERWIS

Zapraszamy na przegląd klimatyzacji

☎ 23 674 36 66
ul. Robotnicza 2, Ciechanów
pon-pt. w godz. 8-17
www.autosezam.com.pl

Beata Kuskowska
na warszawskim ARTSHOW 5



Wśród kilkudziesięciu artystów z całej Polski, których twórczość można było podziwiać podczas tegorocznego ARTSHOW w Warszawie była również ciechanowianka Beata Kuskowska.

str. 12

Trudno teraz zwolnić



Prezydent Krzysztof Kosiński w rozmowie z „Pulsem Ciechanowa” o maratonie otwarć zakończonych inwestycji, rozwoju miasta, planach na kolejne projekty, Zielonym Targu, sporcie i współpracy z Rafałem Brzoską.

str. 3

SOCZEWKI OKULAROWE
PRZECIWSŁONECZNE OD 99 zł
Z KOREKCJĄ

OPTIC
Stylizacja, Precyzja, Komfort

CIECHANÓW
ZIELONA ŚCIEŻKA 4A
TEL. 23 673 56 53
CH KAUFLAND
ARMII KRAJOWEJ 15
TEL. 23 674 71 13

TO JEST WYRÓB MEDYCZNY. UŻYWAJ GO ZGODNIE Z INSTRUKCJĄ UŻYWKI LUB ETYKIETĄ.

OSIEDLE RUTKI

DOMY
O POWIERZCHNI 55m²- 120m²

PIK SPRZEDAŻ
535 803 600



PIERWSZE ODDANIA
CZERWIEC 2025

**ZŁODZIEJE NIE MAJĄ WAKACJI
ZABEZPIECZ SVOJE MIENIE
ZANIM WYJEDZIESZ NA URLOP!**

KEY SERVICE Artur Bugajski

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

ZAMKI * KLUCZE * PIECZĄTKI

Akademia DŹWIĘKU
Szkoła Muzyczna

ZAPRASZAMY W WAKACJE!
NA LEKCJE GRY
LUB ŚPIEWU!

Ciechanów
ul. Sienkiewicza 33a
tel. 517 770 082
adciechanow

www.e-domet.pl

- MARKIZY
- MOSKITIERY
- PERGOLE

Ciechanów
ul. Mleczarska 9a (obok WORD)
tel. 23 673 70 52

**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

Komputery-Laptopy
Drukarki - Nawigacje
Serwis - Naprawa - Sprzedaż

COMA

INFORMATYCZNA OBSŁUGA FIRM

tel. 23 673 27 57 · www.comasc.pl · Płońska 66

Wspomnienia z przyszłości

Żeby radni nie cudzołożyli

Zgodnie z przewidywaniami środowiska samorządowego, właśnie teraz w czerwcu 2036 roku pojawiły się trzy kolejne nowe sztuczne inteligencje wraz ze swoimi rzecznikami medialnymi, którymi są sztuczni inteligenci i sztuczne inteligentki. Wszyscy razem chcą aktywnie zaistnieć w najbliższych wyborach samorządowych, wynajmując się jako siły eksperckie od marketingu politycznego na zlecenie nowych kandydatów na radnych. Zgodnie z nowymi modami wyborczymi będą wykańczać wizerunkowo dotychczasowych radnych, by zrobić miejsce nowym radnym, dla których będą pracować. Na pewno oprócz tych co już się ujawniły, pojawi się jeszcze co najmniej dwadzieścia kilka sztucznych inteligencji, a wszystkie dobiorą się do radnych, którzy teraz są. Zacznie się wielkie szpiegowanie, podsłuchiwanie i podglądanie. Prześwietlone zostaną życiorysy wszystkich radnych w poszukiwaniu kompromitujących faktów, na czele z cudzołóstwem.

Cudzołóstwo radnych jest kompromitujące potrójnie. Jest grzechem, dla którego nie ma żadnego wytłumaczenia. Jest obrzydliwe moralnie i brak jest dla niego jakiegokolwiek uzasadnienia. Także zagraża bezpieczeństwu narodowemu, co wywołuje zaniepokojenie specjalistów od bezpieczeństwa. – Uprawiający cudzołóstwo z reguły je ukrywają. Dlatego należą oni do osób wysokiego ryzyka z punktu widzenia doktryny bezpieczeństwa narodowego. Są podatni na szantaż ze strony wiadomych służb ze wschodu – stwierdza znany ekspert ds. bezpieczeństwa. – Gdy powiedzmy pani radna cudzołoży, może być łatwo skłoniąta przez wywiad ze wschodu do do-



starczania mu materiałów z sesji rady – dodaje inny ekspert ds. bezpieczeństwa. – A jak radna cudzołoży z kimś ważnym w wodociągów może od niego wyciągnąć mapy z rozmieszczeniem studzienek kanalizacji deszczowej i je wysłać przez agenturę do Moskwy – stwierdza wykładowca w instytucie nauk o bezpieczeństwie. – Jest niebezpieczeństwo, że radna cudzołożnica będzie werbować swoich cudzołożników do współpracy ze wschodnim wywiadem – obawia się adiunkt na wydziale nauk o bezpieczeństwie. – Jeśli ten proceder przybierze na sile możemy utracić zaufanie ze strony naszych sojuszników zachodnich – mówi ekspert od bezpieczeństwa międzyna-

rodowego. – Należy zapobiegać złu, dlatego komisja rewizyjna rady powinna stale napominać cudzołożące radne do zaprzestania cudzołóstwa pod groźbą wstrzymania wypłat diet za udział w sesjach – postuluje specjalista od bezpieczeństwa publicznego. – Gdy radna cudzołoży z różnymi cudzołożnikami może drogą płciową roznosić zarazki w społeczności lokalnej – ostrzega ekspert od bezpieczeństwa sanitarno-epidemiologicznego.

Poza tym cudzołóstwo jest grzechem ciężkim i przeciwdziałanie cudzołóstwu jest obowiązkiem wszystkich uczciwych parafian.

Zaiste rysuje się upiorny obraz najbliższych wyborów samorządowych, pełnych

okropnych podobieństw do wyborów centralnych. Trzeba też zauważyć, że sztuczne inteligencje i sztuczni inteligenci nie mają ludzkiej przyzwoitości, więc dla politycznego zysku mogą o tej czy drugiej radnej bez dowodów mówić, że cudzołoży i niech się ona tłumaczy, że nie cudzołoży. Wtedy ludzie pomyślą, że jakby nie cudzołożyła to by się nie tłumaczyła. Perfidia totalna.

Dla ochłodzenia zapędów złośliwego szkodenia w kampanii wyborczej nasza redakcja przypomina fragment Pierwszego Listu Św. Pawła do Koryntian: „Czyż nie wiecie, że niesprawiedliwi nie posiadają Królestwa Bożego? Nie łudźcie się! Ani rozpustnicy, ani bałwochwalcy, ani cudzołożnicy, ani rozwiązli, ani mężczyźni współżyjący z sobą, ani złodzieje, ani chciwi, ani pijacy, ani oszczercy, ani zdierycy nie odziedziczą królestwa Bożego (...) Strzeżcie się rozpusty; wszelki grzech popełniony przez człowieka jest na zewnątrz ciała, kto zaś grzeszy rozpustą, przeciwko własnemu ciału grzeszy”. Złe słowa, co pokazuje życie, jak bumerang wracają do nadawców i czynią im rozczarowanie bezmierne. A pycha będzie potępiona i zarozumiałość, gdy człowieczek zapomni, że nie czyni się drugiemu co jemu nie miłe. Co też potwierdzają mądrości żydowskie: „Tęskni dusza Izraela w męce i w cierpieniu, jak niemowlę do swej matki ku wyżynom Tronu Chwały. A gdy wreszcie jest, gdy sięga niemal – nagle SZATAN ją przemaga – a dusza zbacza i upada. Albowiem, im wyższy jest jej wzlot – tym niższy jej upadek. (Z książki Szlojme Zajnwila Rapoport pt. „Dybuk”).

GAGUŚ KAPELUSZNIK vel GAWLICA

reklama

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



ogłoszenie

**SPRZEDAM
DOM**
tel. 784 962 557

**Stowarzyszenie Elektryków Polskich
Oddział w Ciechanowie**

oferuje: kursy przygotowawcze,

szkolenia i egzaminy

**Eksplatacji 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

**studio
grafika**

pracownia reklamy & drukarnia wielkoformatowa

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

www.studio-grafika.pl



Prezydent Krzysztof Kosiński w rozmowie z Redakcją „Pulsu Ciechanowa”

Trudno teraz zwolnić

Za nami otwarcie nowego miejskiego żłobka oraz budynku Kolei Nadwiślańskiej. Dużo jeszcze takich otwarć w najbliższych tygodniach?

Czeka nas otwarcie Zielonego Targu przy ul. Płońskiej, zakończenie termomodernizacji dwóch miejskich szkół: SP nr 4 i SP nr 5 oraz zakończenie budowy ul. Śmiecińskiej wraz ze ścieżką rowerową. Wszystko to wydarzy się w ciągu najbliższych czterech tygodni.

Tymi inwestycjami można by oddzielić wszystkie okoliczne gminy (śmiech).

To prawda, w Ciechanowie dzieje się naprawdę dużo, a przez te blisko 11 lat zdążyłem już przyzwyczaić mieszkańców do takiego tempa. Trudno teraz zwolnić (śmiech). Ważne jest jednak to, że nadal mamy energię i pomysły na kolejne działania.

Są też pieniądze. Dwa lata temu w wywiadzie dla „Pulsu” mówił Pan o planie pozyskania 100 mln zł ze środków UE dla Ciechanowa. Jak wygląda realizacja tej deklaracji?

Cel został osiągnięty z nawiązką. Pozyskaliśmy środki unijne m.in. na termomodernizację kolejnych szkół, odnowę budynków mieszkalnych na osiedlu Bloki, budowę następnych kilometrów ścieżek rowerowych, modernizację ul. Fabrycznej, rewitalizację zabytkowego młyna przy Nadrzecznej, zakup nowych autobusów dla ZKM oraz budowę zbiornika retencyjnego na Jeziorku. A to tylko część zadań. Łącznie kwota dofinansowań przekroczyła 100 mln zł. To naprawdę ogromny sukces.

Sukcesem dla miasta może być również współpraca z wojskiem. Żołnierzy i pracowników wojska przybywa w Ciechanowie.

Kolejne decyzje ministra Kosiniaka-Kamysza o wzmocnieniu obecności wojska na terenie Ciechanowa są dla nas ogromną szansą rozwojową. Obecność wojska to impuls dla lokalnej gospodarki, nowe miejsca pracy, rozwój usług i – co szczególnie ważne – wzrost poczucia bezpieczeństwa. Rozmawiam z Agencją Mienia Wojskowego na temat wsparcia ich inwestycji mieszkaniowych w Ciechanowie. To działania, które zwiększają konkurencyjność naszego miasta w regionie.

Czy dla prezydenta Ciechanowa istnieje perspektywa wyborów parlamentarnych w 2027 roku?

Tak, wiem, że się wtedy odbędą (śmiech).

Zadam więc pytanie inaczej. To Pana trzecia i ostatnia kadencja – zgodnie z obowiązującymi przepisami. Czy w związku z tym możliwy jest Pana start w wyborach parlamentarnych w 2027 roku?

Nie wybiegam tak daleko w przyszłość...

To już za dwa i pół roku.

Naprawdę o tym nie myślę. Od momentu, gdy zostałem prezydentem Ciechanowa w 2014 roku, regularnie słyszałem, że podobno gdzieś mam kandydować. Fakty są takie, że nigdzie nie kandydowałem, koncentrowałem się wyłącznie na sprawach miasta. Zakaz po-



Prezydent Krzysztof Kosiński

nowego kandydowania, wprowadzony przez posłów, zmienia obowiązujące realia, ale dziś to dla mnie wciąż odległa perspektywa.

Za nami wybory prezydenta RP. W wywiadzie dla Radia dla Ciebie powiedział Pan, że jedną z głównych osób odpowiedzialnych za przegraną Rafała Trzaskowskiego jest Donald Tusk.

To nie jest opinia – to fakt. Obecne środowiska opozycyjne przekonali minimalnie większą część wyborców, że wybory miały charakter plebiscytu przeciwko rządowi, którego twarzą jest Donald Tusk. A ten, według wszystkich badań, ma bardzo wysoki elektorat negatywny – podobnie zresztą jak Jarosław Kaczyński. Jeśli nie nastąpi refleksja i nie pojawi się nowy lider, który lepiej „czyta” zmieniającą się rzeczywistość, to trwanie na funkcji premiera Donalda Tuska doprowadzi w 2027 roku do większości konstytucyjnej PiS i Konfederacji.

Wracamy na lokalne podwórko. Wszyscy w Ciechanowie zastanawiają się, skąd będzie woda w wielkim wykopie na Jeziorku. Może zdradzimy tę tajemnicę?

Z retencji. Wodę będziemy zbierać przez system deszczowy. Sam zbiornik będzie szczelny – nie będzie odpływu, a jedynie naturalne parowanie. W pierwszej kolejności przekierowane zostaną tam wody z części istniejącej kanalizacji deszczowej na osiedlu bloków wielorodzinnych przy ul. Armii Krajowej, a docelowo także z osiedla domów jednorodzinnych położonych między zbiornikiem a ul. Błękitną. Pojawia się też dodatkowy atut – woda będzie mogła być wykorzystywana do podlewania nasadzeń na terenie miasta. To oczywiście, że początkowo nie będzie jej dużo. To wszystko proces, który potrzebuje czasu – tak jak drzewo nie wyrasta od razu z potężnym pniem i rozłożystą koroną, tak i zbiornik nie napelni się w jeden dzień.

Mieszkańcy przyzwyczaili się również do inwestycji w nowe obiekty sportowe. Czy planowane są kolejne?

Tak. Jeszcze w te wakacje powstanie zupełnie nowy Orlik przy Szkole Podstawowej nr 1. Rozpocznemy również modernizację hali sportowej tej szkoły. Natomiast sztafardową inwestycją będzie budowa krytego lodowiska przy ul. Augustiańskiej, w kompleksie MOSiR. Jesteśmy obecnie na etapie projektowania. Sądzę, że budowa ruszy jesienią tego roku.

Co z Orlikiem przy SP nr 4?

Niestety, nie udało się dojść do porozumienia z właścicielami prywatnych działek, które chcieliśmy odkupić. Nie zamierzam jednak rezygnować. Zgodnie z przepisami rozpoczęliśmy już proces wywłaszczeń, który potrwa do końca roku. W 2026 opracujemy dokumentację techniczną i mam nadzieję, że w 2027 rozpoczniemy budowę m.in. boiska piłkarskiego przy SP nr 4.

Wspomniał Pan o Zielonym Targu. Czy ten teren ma potencjał, by stać się nowym centrum Ciechanowa?

Już dziś mogę powiedzieć, że stworzyliśmy miejsce wyjątkowe. Bez wątpienia będzie przyciągać mieszkańców – zarówno młodszych, jak i starszych. Oczywiście priorytetem są handel i usługi. Przedsiębiorcom zaoferowaliśmy warunki bez precedensu – wynajem za 1 zł za m². To realne wsparcie dla drobnego, lokalnego biznesu. Zielony Targ będzie też miejscem spotkań – dzięki kreatywnie zaprojektowanej, przyjaznej przestrzeni. Określenie „nowe centrum” jest trafne – choć nie taki był pierwotny zamiar, to teren ten okaże się zdecydowanie lepszym miejscem do relaksu i spędzania czasu niż plac przed ratuszem w tej formule, w jakiej znajduje się dziś.

Pięknie Pan Prezydent podrzucił kolejny temat. Umowa na zwiększenie obszaru zieleni przed ratuszem została podpisana kilka miesięcy temu, a na placu Jana Pawła II nic się nie dzieje.

W konsultacjach społecznych mieszkańcy jednoznacznie opowiedzieli się za częściowym odbetonowaniem tego terenu. Aktualnie trwa proces przygotowawczy do wykonania tego zadania. Nie może się nic dzieć bez dokumentacji technicznej i zgód konserwatora zabytków. Inwestycja realizowana jest w formule „zaprojektuj i wybuduj”, więc wykonawca najpierw przygotowuje projekt, a dopiero potem przystąpi do prac w terenie. Wszystko przebiega zgodnie z harmonogramem. Prace budowlane powinny ruszyć pod koniec wakacji lub we wrześniu.

Muszę jeszcze zapytać o miejski szalet. Jest od dłuższego czasu zamknięty, a mieszkańcy narzekają na brak toalety w centrum.

To prawda, to spora niedogodność. W godzinach pracy urzędu dostępne są toalety w ratuszu i budynku przy ul. Wodnej. Już wkrótce w centrum miasta powstanie nowy szalet. Będzie wybudowany

w ramach wspomnianej wcześniej przebudowy placu. Stary musieliśmy wyłączyć z użytkowania ze względów technicznych. Remont na krótki czas nie miał sensu – wkrótce i tak stanie tam nowy obiekt.

Czy powstanie w Ciechanowie miejsce integracji dla cudzoziemców?

Miasto nie ma z tym projektem nic wspólnego. Nikt nas nie pytał o zgodę, nie wyrażaliśmy opinii i nie otrzymaliśmy żadnych dokumentów od administracji centralnej. W mojej ocenie to był kampanijny straszak. Część polityków zdecydowała się opowiadać kłamstwa o „nielegalnych migrantach” w Ciechanowie. W rzeczywistości nie było ich tu i nie będzie.

Od lutego jest Pan w zespole deregulacyjnym Rafała Brzozki. Nad czym obecnie pracujecie? Może poda Pan konkretne przykłady?

Zaproponowaliśmy m.in. wdrożenie ogólnopolskiego systemu e-rejestracji pojazdów. Dziś w starostwach są kolejki, długie terminy i mnóstwo formalności. Dzięki cyfrowej platformie wszystkie sprawy będzie można załatwić online – bez wychodzenia z domu. To wygoda, oszczędność czasu i mniej stresu dla obywateli oraz firm. Kolejny przykład to podniesienie progu zamówień publicznych – oznacza to mniej formalności dla przedsiębiorców. Proponujemy też odciążenie sądów – np. brak potrzeby rozprawy rozwodowej w przypadku zgodnej woli małżonków i przeniesienie decyzji w tej sprawie na poziom kierownika USC. Część z tych rozwiązań już jest wdrażana. Łącznie pomysłów jest kilkaset. W ramach grupy samorządowych ekspertów, w której jestem zgłosiliśmy blisko 50 propozycji.

Zastępujcie swoimi działaniami rząd. Po co tylu ministrów, skoro grupa społeczników zebrała tyle sensownych propozycji, które można wdrażać?

Jesteśmy praktykami. Codziennie w samorządzie widzimy, jak wiele jest absurdu biurokracji i problemów prawnych. Można działać prościej, szybciej, taniej i bardziej efektywnie. Zbieramy te problemy i przekazujemy gotowe propozycje dalej. Dobrze, że rząd pozytywnie reaguje i osiągamy efekty. Inicjatywa Rafała Brzozki może się okazać jedyną deregulacją od lat, która przyniesie realne korzyści obywatelom i gospodarce.

Po tylu otwarciach inwestycji rozumiem, że czeka Pana urlop?

W lipcu i sierpniu, jak co roku, normalnie pracuję w ratuszu. Pozwalam w tym czasie odpocząć moim współpracownikom (śmiech). Z urlopu korzystam zazwyczaj w maju, październiku lub grudniu. Tak będzie i tym razem.

W takim razie życzymy udanej pracy w wakacje i sprzyjającego jej klimatu (śmiech). Dziękuję za rozmowę.

Dziękuję i pozdrawiam.

ROZMAWIAŁ

PIOTR PSZCZÓLKOWSKI

Miejskie inwestycje

Kolejne budynki na „Blokach” zmieniają oblicze

Miasto wykona kolejne inwestycje, których celem jest przeciwdziałanie marginalizacji obszaru osiedla „Błoki”. Ratusz przystąpi do termomodernizacji budynków mieszkalnych przy ul. Wyzwolenia 7 i Hallera 19.

Miasto otrzymało na ten cel 4.998.552,17 zł z Funduszy Europejskich dla Mazowsza 2021-2027. To dwa kolejne obiekty, po blokach przy ul. Okrzei 5 i 12, na które władze miasta pozyskały dofinansowanie.

Termomodernizacja zwiększy efektywność energetyczną budynków i pozytywnie wpłynie na ich estetykę. Pozwoli zatrzymać postępującą degradację części wspólnych poprzez ich wyremontowanie. W mieszkaniach poprawi się komfort cieplny.

Wszystkie prace będą wykonane zgodnie z zaleceniami konserwatora zabytków. Remonty przejdą: dachy, które będą ocieplone, stropy nad piwnicami i nad piętrami, klatki schodowe. Wymieniona zostanie stolarka okienna i drzwiowa. Wykonane będą docieplenia elewacji. Wejścia do budynków zostaną dostosowane do potrzeb osób ze szczególnymi potrzebami, w tym osób starszych, z niepełnosprawnością czy prowadzących wózki z dziećmi. Wokół budynków pojawią się nowe opaski, chodniki oraz tereny czynne biologicznie. Zakres prac wynika z wcześniej



Budynki przy ul. Wyzwolenia 7 i Hallera 19 przejdą termomodernizację

przygotowanej dokumentacji technicznej opracowanej w oparciu o audyty energetyczne budynków.

- Kolejny nasz wniosek o dofinansowanie unijne otrzymał najwyższą liczbę punktów i został najlepiej oceniony spośród wszystkich wniosków na Mazowszu. Dzięki temu do budżetu miasta wpłynie blisko 5 mln zł, które przeznaczymy na termomodernizację kolejnych dwóch budynków komunalnych na osiedlu Błoki. Przetarg na wykonawcę prac już ogłosiliśmy i powinny one rozpocząć się jeszcze w te wakacje – mówi prezydent Krzysztof Kosiński.

W ramach zaplanowanych inwestycji na osiedlu Błoki termomodernizację mają przejść wspomniane już budynki przy ul. Okrzei nr 5 i 12. Dodatkowo

w planach jest wykonanie prac w budynkach przy tej samej ulicy o numerach: 1, 13 i 22, dwóch budynkach przy ul. Gen. J. Hallera nr: 13/15 oraz 19, przy ul. Moniuszki (nr 5/7 i 9/11), ul. Wyzwolenia (7 i 13) oraz ul. G. Narutowicza (nr 6/12). We wszystkich tych blokach właścicielem 100% lokali jest miasto, co jest warunkiem przyznania dofinansowań unijnych na wykonanie prac termomodernizacyjnych.

Wymienione budynki podlegają ochronie konserwatorskiej na podstawie wpisu do rejestru zabytków nieruchomości. Teren, na którym są zlokalizowane jest objęty Miejscowym Planem Zagospodarowania Przestrzennego dzielnicy Błoki w Ciechanowie z 1999 roku.

UM/AI

Proekologiczna akcja edukacyjna

Wymienili elektroodpady na sadzonki

Liczna grupa ciechanowian wzięła udział w kolejnej edycji proekologicznej akcji edukacyjnej „Sadzonka za elektroodpady”, zorganizowanej przez władze miasta wspólnie z Przedsiębiorstwem Usług Komunalnych.

Mieszkańcy swe uszkodzone lodówki, pralki, telewizory, komputery i inny sprzęt elektroniczny mogli wymienić na sadzonki roślin miododajnych. Przygotowano kilkanaście rodzajów roślin i ziół o różnorodnych barwach i zapachach – łącznie 1.200 sadzonek.

Wymiana prowadzona była przy Punkcie Selektywnej Zbiórki Odpadów Komunalnych na terenie PUK, przy ul. Gostkowskiej 83. Im większych gabarytów był oddawany sprzęt - tym więcej kuponów się otrzymywało. Później dokonywano wymiany kuponów na sadzonki. Choć było dużo chętnych do oddania elektroodpadów, to warto podkreślić że kwestie administracyjne szły bardzo sprawnie. Zebrano 3,18 tony elektrośmieci.

Celem prowadzonej już po raz kolejny akcji jest zachęcanie mieszkańców do segregowania odpadów oraz zwrócenie uwagi na rolę pszczół w ekosystemie, poprzez realne działania służące poprawie jakości ich życia. O szcze-



Akcja cieszy się dużym zainteresowaniem ze strony mieszkańców



W tym roku zebrano 3,18 tony elektroodpadów

gółach opowiadał zainteresowanym miejski pszczelarz Paweł Kołakowski. Władze miasta od kilku lat zachęcają mieszkańców do tworzenia miejsc przyjaznych pszczołom i sadzenia roślin miododajnych w swoich ogródkach i na balkonach.

Całości przedsięwzięcia doglądali Bartosz Krejpcowicz – Kierownik Działu Zieleni PUK Ciechanów oraz Renata Dobrzyńska – kierownik Wydziału Gospodarki Odpadami i Ochrony Środowiska Urzędu Miasta Ciechanów.

AI

SPRAWDZAMY



MAREK ŁEBKOWSKI

Przewodniczący Komisji Oświaty, Kultury i Sportu
Rady Miasta Ciechanów

- **Bliscy mówią na mnie...** Marek lub Mareczek.
- **W samorządzie najbardziej lubię...** możliwość działania zgodnie ze swoimi przekonaniami oraz pracy na rzecz rozwiązywania problemów mieszkańców.
- **Bycie ciechanowianinem oznacza dla mnie...** działanie na rzecz rozwoju miasta.
- **Polityka to dla mnie...** nowe wyzwanie, możliwość realnego wpływania na kierunek rozwoju mojego miasta i kraju oraz realnych zmian na lepsze.
- **Gdybym musiał zmienić zawód to wybrałbym...** ponownie zawód prawnika.
- **Moim największym atutem jest...** inteligencja, odwaga, poczucie humoru, umiejętność komunikowania się z ludźmi i empatia.
- **Moja największa słabość to...** słabość do mojej żony oraz angażowanie się na maksa w to co robię, czasami kosztem moich bliskich.
- **Jestem dumny z...** mojej rodziny i dobrych relacji w niej, a także osiągnięć w pracy zawodowej i społecznej.
- **Żałuję, że...** doba jest za krótka, żeby zrealizować wszystkie pomysły i aktywności, a poza tym - to nie mam czego żałować.
- **Wierzę, że...** warto się angażować w to, do czego jestem w pełni przekonany.
- **Mam nadzieję na...** życie w kraju z wartościami, poszanowaniem prawa i że mam jeszcze wiele dobrych rzeczy do zrobienia.
- **Kocham...** przede wszystkim moją rodzinę - żonę i dzieci, a także robić to co robię i angażować się w nowe przedsięwzięcia.



Wiek: 50 lat
Zawód: radca prawny
Miejsce pracy: Kancelaria Radcy Prawnego
Wybrany z listy: Koalicyjnego Komitetu
Wyborczego Koalicja Obywatelska
Okręg wyborczy nr: 4
Liczba głosów: 296

reklama

www.muzyczny.eu

Muzyczny

instrumenty muzyczne * komis * nagłośnienie imprez
sprzęt Hi-Fi * kino domowe * oświetlenie sceniczne

ul. Ks. Piotra Ściegłennego 10/12 tel. 23 671 18 04, kom. 602 192 071
06-400 Ciechanów e-mail: sklep@muzyczny.eu

ogłoszenie

ZAKŁAD

FRYZJERSKI
DAMSKO-MĘSKI
u Pawła
Paweł Litner

Ciechanów
ul. Powst. Wielkopolskich 2
(na terenie szpitala)

☎ 784 008 401

SZÓSTE CIECHANOWSKIE ŚWIĘTO BIEGANIA

14 WRZEŚNIA

PÓŁMARATON • 10 KM • 5 KM • BIEGI DZIECI

Stadion miejski ul. 3 Maja, Ciechanów
Miasteczko biegowe, atrakcje, pokazy sportowe, stoiska.

ZAPISY DO 15 SIERPNIA 2025 r.

www.superczas.pl

ORGANIZATORZY:



PARTENRY:



reklama

Studio fotograficzne Katarzyna Dziewiątkowska

~ Sesje ślubne, plenerowe, okolicznościowe

~ Zdjęcia do dokumentów

Sońsk - Klonowa 7 tel. 503 187 887



VI Ciechanowskie Święto Biegania

Trwają zapisy na Święto Biegania



Fot. PP

Moment startu biegu dla najmłodszych zawodniczek podczas V Ciechanowskiego Święta Biegania w 2023 roku

14 września odbędzie się VI edycja Ciechanowskiego Święta Biegania – największej imprezy biegowej w naszym mieście.

Sportowcy i amatorzy przebiegną półmaraton ulicami Ciechanowa (21,095 km). Miasto organizuje też biegi na dystansach 5 km i 10 km oraz biegi dla najmłodszych.

W dniu imprezy na stadionie MOSiR stanie miasteczko sportowe pełne atrakcji. Uczestnicy biegów będą mogli skorzystać z profesjonalnie prowadzonej rozgrzewki. Organizatorzy przygotują również strefy

dla kibiców oraz przestrzeń, w której będzie można spotkać znanych sportowców, wziąć udział w zajęciach sportowych, obejrzeć pokazy klubów i skorzystać z oferty gastronomicznej.

Regulamin, formularze rejestracyjne oraz wszelkie szczegółowe informacje dostępne są na stronie internetowej: www.superczas.pl

VI Ciechanowskie Święto Biegania organizują: Urząd Miasta Ciechanów, Stowarzyszenie Szkolny Związek Sportowy Północnego Mazowsza oraz Miejski Ośrodek Sportu i Rekreacji.

UM/AI

Kompleksowa pomoc prawna
w sprawach cywilnych,
rodzinnych, spadkowych,
karnych oraz gospodarczych.

KANCELARIA ADWOKACKA KK

Konrad Kowalski

ul. Rzeczowska 5
06-400 Ciechanów

508 937 335

sekretariat.adwokat.k.kowalski@gmail.com

Konrad Kowalski
adwokat

ogłoszenie



PRACA DLA LEKARZA POZ

SPZZOZ w Gliniojecku zatrudni lekarza POZ
(internista, rodzinny, pediatra lub w trakcie specjalizacji).

Oferujemy mieszkanie służbowe i dobre warunki
wynagrodzenia (umowa o pracę lub kontrakt).

Zapraszamy do pracy również lekarzy po odbytym stażu.

Dyrektor
kom. 501 206 126

Sekretariat
tel. 23 674 00 31

wjozwiak@spzzoz.e-gliniojeck.pl

spzzozgliniojeck@e-gliniojeck.pl



FUNDACJA
...bo Jesteś
Najważniejszy

Zapisy on-line!
Liczba miejsc ograniczona!



PÓŁKOŁONIE DLA DZIECI 6-12 LAT

Letnia przygoda z ARNICĄ!

I TURNUS: 14.07-18.07
II TURNUS: 21.07-25.07
III TURNUS: 28.07-01.08
IV TURNUS: 04.08-08.08

Fundacja „...bo Jesteś Najważniejszy” serdecznie zaprasza dzieci w wieku od 6 do 12 lat na pełne radości i emocji półkolonie letnie, które odbędą się w czterech turnusach w Szkole Podstawowej STO w Ciechanowie przy ul. Wyspiańskiego 11a.

W terminie od 14 lipca do 8 sierpnia 2025 roku mali uczestnicy przeżyją mnóstwo wspaniałych chwil, które na długo zostaną w ich pamięci. Każdy turnus to pięć dni intensywnej zabawy, nauki i przygód. Dzieci będą korzystać z basenu aż cztery razy w tygodniu, wezmą udział w emocjonujących wycieczkach – między innymi do parku linowego lub do grodu w Grudusku – a także spróbują swoich sił w łucznictwie, grach zespołowych i zajęciach sportowych na świeżym powietrzu. Zaplanowano również zajęcia ze świnkami morskimi, które pomagają w łagodzeniu stresu, lęków, a nawet w rehabilitacji. Nie zabraknie też kreatywnych warsztatów – kulinarnych, plastycznych, tanecznych – które pozwolą dzieciom odkrywać swoje pasje i rozwijać wyobraźnię. Całość zakończy się ogniskiem z animacjami – doskonałą okazją do integracji i wspólnego świętowania.

Organizatorzy zapewniają pełne wyżywienie (śniadanie i obiad), ubezpieczenie, profesjonalną i troskliwą kadrę opiekunów oraz komfortowe przejazdy autokarem podczas wycieczek. Koszt udziału w jednym turnusie to **650 zł** – cena promocyjna obowiązuje przy zapisie **do 21 czerwca** (po tym terminie koszt wynosi 800 zł). Rezerwacja miejsca następuje po wpłacie zadatku w wysokości 240 zł. Liczba miejsc jest ograniczona, dlatego warto się pośpieszyć!

Zapisy i szczegółowe informacje dostępne są pod numerem telefonu 517 148 095 oraz adresem e-mail: bojestesnajwazniejszy@gmail.com.

Regulaminy i formularze rekrutacyjne znajdują się na stronie internetowej Fundacji. Niech tegoroczne lato stanie się dla Waszych dzieci czasem niezapomnianych przeżyć, przyjaźni i radosnej zabawy.

Do zobaczenia na Letniej Przygodzie z Arnicą!

Sponsor
przejazdów
autokarowych:



Dziękujemy
za wsparcie
inicjatywy
dla dzieci!

W PLANIE:

- Zajęcia na basenie – aż 4 razy w tygodniu!
- Wycieczka do parku linowego Gibon w Przasnyszu lub grodu w Grudusku
- Zajęcia: plastyczne, taneczne
- Warsztaty kulinarne, kreatywne i zooedukacyjne
- Konkurencje sportowe: łucznictwo, zabawy zespołowe
- Ognisko z animacjami i zabawami

CENA PROMOCYJNA DO 21.06.2025: 650 zł
PO TYM TERMINIE: 800 zł

W CENIE

- * wyżywienie (śniadanie i obiad)
- * przejazdy autokarem
- * profesjonalna i doświadczona kadra
- * ubezpieczenie

Wymagany zadatek 240 zł (30%) przy rezerwacji.
Pełna płatność: 5 dni przed rozpoczęciem turnusu.

W przypadku nieosiągnięcia minimalnej liczby uczestników w danym turnusie (tj. 20 osób), organizator zastrzega sobie prawo do jego odwołania.

www.bojestesnajwazniejszy.pl

Miejskie inwestycje

Miejski Żłobek nr 2 otwarty

1 czerwca, w Dniu Dziecka, odbyło się otwarcie nowego miejskiego żłobka, który powstał przy ul. Prymasa Tysiądecia. Jest to pierwsza tego typu samorządowa placówka oddana do użytkowania w Ciechanowie od 1991 roku. W żłobku znajdzie opiekę setka dzieci.

Uroczystość poprowadziła powołana w drodze konkursu dyrektorka Anna Rzekowska. O historii oraz montażu finansowym inwestycji mówił prezydent Krzysztof Kosiński, który także wręczył statuetki dla osób zaangażowanych w pozyskanie środków oraz budowę żłobka. – To jeden z najbardziej nowoczesnych i najlepiej wyposażonych żłobków w Polsce. Ta miejska inwestycja była od lat wyczekiwana przez rodziców. W tym roku pierwszy raz w trakcie naboru do żłobka nie odmówiliśmy żadnemu rodzicowi. Wszystkie dzieci, których rodzice złożyli wnioski do dwóch miejskich żłobków znajdują miejsce profesjonalnej opieki – powiedział prezydent Krzysztof Kosiński.

Budynek ma 1100 m² powierzchni. Prace budowlane i proces wyposażania żłobka zakończono w maju. Wewnątrz obiektu znajduje się pięć przestronnych oddziałów dla najmłodszych. Pomieszczą łącznie setkę dzieci. Są wyposażone w nowoczesne meble i pomoce wspierające rozwój dzieci w wieku od 0 do 3 lat. Każdy z oddziałów, w którym będą one przebywać, posiada przestron-



Prezydent Krzysztof Kosiński przemawia podczas uroczystego otwarcia Żłobka Miejskiego nr 2



Żłobek ma piękny taras i atrakcyjny plac zabaw

ną salę, własny węzeł sanitarny, oddzielne pomieszczenie do leżakowania i magazyn. Wzdłuż całego budynku wybudowano drewniany, częściowo zadaszony taras z widokiem na Zamek Książąt Mazowieckich. Z niego dzieci będą mogły wyjść bezpośred-

nio na atrakcyjny plac zabaw z bezpieczną nawierzchnią i dużą liczbą urządzeń wspierających ich rozwój ruchowy. W obiekcie znajduje się w pełni wyposażone zaplecze gastronomiczne, które umożliwi przygotowywanie na miejscu zdrowych i ciepłych

dań dla podopiecznych żłobka. Przy budynku zagospodarowano ok 6,5 tys. m² działki. Poza placem zabaw znalazły się na niej nowe nasadzenia drzew i roślin ozdobnych. Utworzono też parkingi dla rodziców i opiekunów oraz drogę.

Wykonawcą inwestycji była firma UNIHOUSE S.A. z Bielska Podlaskiego. Żłobek wybudowano w nowoczesnej technologii modułowej. Budynek wyposażono w pompę ciepła i panele fotowoltaiczne. Dzięki temu proces budowlany i nakłady finansowe na powstanie żłobka oraz jego późniejsze utrzymanie zostały zoptymalizowane.

Obiekt wraz z zapleczem powstał dzięki pozyskaniu przez władze miasta środków zewnętrznych. Wartość inwestycji to 15,9 mln zł. Władze miasta zdobyły dofinansowanie na realizację zadania z Krajowego Planu Odbudowy, z programu Fundusze Europejskie dla Rozwoju Społecznego finansowanego ze środków Europejskiego Funduszu Społecznego Plus w ramach perspektywy finansowej UE na lata 2021-2027 oraz od Samorządu Województwa Mazowieckiego z „Instrumentu wsparcia zadań ważnych dla równomiernego rozwoju Województwa Mazowieckiego”.



Sale są bardzo estetycznie urządzone

W uroczystości wzięli udział przedstawiciele, m.in.: parlamentu – na czele z Wicemarszałkiem Sejmu RP Piotrem Zgorzelskim, władz rządowych i samorządowych, a także ciechanowskich szkół, przedszkoli i spółek komunalnych. Obecny był także Marcin Strczyński - wieloletni prezydent Ciechanowa.

UM/Al



Przemawia Piotr Zgorzelski – Wicemarszałek Sejmu RP



**CECH RZEMIOŚŁ RÓŻNYCH
I PRZEDSIĘBIORCZOŚCI**
im. Stanisława Staszica
06-400 Ciechanów, ul. Pułtуска 9
tel. 23 672 45 23

SZKOLIMY DUALNIE

BUDUJ SWOJĄ PRZYSZŁOŚĆ ZAWODOWĄ
Z ZAKŁADAMI RZEMIEŚLNICZYMI!!

Od wielu lat Cech Rzemiosł Różnych i Przedsiębiorczości w Ciechanowie kształci przyszłych rzemieślników. Cech to instytucja zrzeszająca pracodawców, w szczególności rzemieślników, która w istotny sposób przyczynia się do kształcenia dualnego w rzemiośle. Nauka zawodu ma na celu przygotowanie młodocianego pracownika do pracy w charakterze czeladnika i obejmuje praktyczną naukę zawodu, która jest organizowana u pracodawcy, oraz doksztalcenie teoretyczne.

Cech Rzemiosł Różnych i Przedsiębiorczości im. Stanisława Staszica w Ciechanowie zaprasza do podjęcia nauki w systemie dualnym. Szkolimy w zawodach: fryzjer, mechanika pojazdów samochodowych, elektromechanik pojazdów samochodowych, blacharz i lakiernik samochodowych, stolarz, elektryk, cukiernik, piekarz, murarz-tylnik, monter sieci i instalacji sanitarnych itp. Nauka w trybie dualnym to 3 dni zajęć teoretycznych i 2 dni praktyki.

W 2024 i 2025 roku Cech Rzemiosł Różnych w Ciechanowie realizuje zadanie publiczne pt. „Rozwój i promocja kształcenia dualnego w Cechu w Ciechanowie” finansowane

ze środków Narodowego Instytutu Wolności-Centrum Rozwoju Społeczeństwa Obywatelskiego w ramach Rządowego Programu Polski Inkubator Rzemiosła na lata 2021-2030.

Celem głównym projektu jest wzmocnienie Cechu w zakresie kapitału ludzkiego i społecznego oraz potencjału instytucjonalnego w celu realizacji działań statutowych, w tym dotyczących rozwoju przedsiębiorczości i kształcenia dualnego.

Zadanie ma na celu kształtowanie pozytywnego, współczesnego wizerunku rzemiosła, promocję nauki zawodu, wsparcie osób zaangażowanych w kształcenie dualne w rzemiośle w umiejętności interpersonalne oraz promocję przedsiębiorczości.

Działania przewidziane w projekcie pozwolą zwiększyć zainteresowanie wśród młodych modelem kształcenia dualnego. Edukację zawodową młodzieży należy traktować jako jeden z priorytetów dla rozwoju społeczno – gospodarczego.

Buduj
Swoją Przyszłość Zawodową
z Zakładami Rzemieślniczymi



**CECH
RZEMIOŚŁ RÓŻNYCH
I PRZEDSIĘBIORCZOŚCI**
im. Stanisława Staszica
w Ciechanowie

06-400 Ciechanów, ul. Pułtуска 9, tel. +48 23 672 45 23
www.cechciechanow.com.pl

NAUKA ZAWODU W RZEMIOŚLE
SYSTEM DUALNY

Zyskasz:

- Kształcenie w systemie dualnym - u pracodawcy i w szkole
- 3 letni staż pracy pod nadzorem mistrza
- Wynagrodzenie i ubezpieczenie
- Tytuł zawodowy - czeladnika
- Przejście z okresu nauki do życia zawodowego

Zgłoś się do nas: Pomożemy Ci zdobyć dobry zawód



SPINAKOWANO ZE ŚRODKÓW NARODOWEGO INSTYTUTU WOLNOŚCI - CENTRUM
ROZWOJU SPOŁECZEŃSTWA OBYWATELSKIEGO W RAMACH RZĄDOWEGO
PROGRAMU POLSKI INKUBATOR RZEMIOŚLA NA LATA 2021-2030



Sfinansowano ze środków narodowego instytutu wolności - centrum
Rozwoju społeczeństwa obywatelskiego w ramach rządowego programu
Polski inkubator rzemiosła na lata 2021-2030



Polski Inkubator
Rzemiosła

Z życia partii politycznych

Święto Ludowe



Pamiątkowe zdjęcie przed „Klasztorkiem”

Ciechanowskie struktury PSL, na czele z Elżbietą Szymanik – Prezesem Zarządu Powiatowego i Robertem Morawskim – Prezesem Zarządu Miejskiego, były organizatorem obchodów Święta Ludowego, które jest połączone ze świętowaniem Pamiątki Zesłania Ducha Świętego, czyli Zielonych Świątek.

W pierwszej części uroczystości członkowie i sympatycy Polskiego Stronnictwa Ludowego złożyli kwiaty pod tablicą upamiętniającą Wincentego Witosa (przy rondzie, które nosi imię tego wybitnego przywódcy Ruchu Ludowego).

Następnie, zgodnie z wieloletnią tradycją, w kościele Parafii Św. Tekli (Klasztor), została odprawiona Msza Święta w intencji Ruchu Ludowego, o pomyślność dla pracujących na roli, dobre plony i udane zbiory.

Okolicznościowe przemówienie wygłosiła prezes Elżbieta Szymanik. – Dzień

Zielonych Świątek od 1904 roku jest jednocześnie Świętem Ludowym i gromadzi ludowców ze sztafardami w świątyniach całej Polski na dziękczynnej Eucharystii. Składamy Bogu w ufnej modlitwie cały dorobek pokoleń, historię i tradycję ludową, miłość i pracę dla Ojczyzny, wyrażaną w pocie rolniczego trudu i znoej pracy ludzi związanych z ziemią, wsią, jej mieszkańcami oraz Ruchem Ludowym. Pragniemy dziękować Bogu za dary Ducha Świętego, które uzdalniają nas do dojrzałej obecności i odpowiedzialności w czasie nam danym i jednocześnie prosić o błogosławieństwo dla naszej codziennej pracy. O błogosławieństwo dla pracujących na roli. O urodzaje i ich pomyślne zbiory. O światło Ducha Świętego, aby mądrze rozwiązywać trudne sprawy i problemy dnia codziennego – mówiła Elżbieta Szymanik.

– Mieszkańcom wsi i miasta, rolnikom, ludowcom, seniorom i weteranom Ruchu Ludowego, pragnę z okazji dzisiejszego święta złożyć najlepsze życzenia, aby mogli cieszyć się owocami swojej pracy. Aby zawsze byli ostoją i wzorem w budowaniu wspólnoty narodowej, w przekazywaniu nowemu pokoleniu wiary naszych ojców oraz w umiłowaniu Ojczyzny. Szczęść Boże wszystkim – zakończyła swe wystąpienie prezes Szymanik.

Trzecim punktem obchodów Święta Ludowego było spotkanie koleżeńskie w Kawiarni Artystycznej ciechanowskiego Powiatowego Centrum Kultury i Sztuki.

Warto dodać, że delegacje ciechanowskich Ludowców złożyły tego dnia kwiaty także pod tablicami upamiętniającymi Dowódców Batalionów Chłopskich (Ciechanów) oraz Tomasza Klonowskiego (Sokołówek).

Wspomnienie

Zmarł Stanisław Leszczyński

19 maja, w wieku 71 lat, zmarł Stanisław Leszczyński – znany samorządowiec, działacz społeczny i członek Zespołu „Melodia”.

Przez kilka kadencji był radym Rady Gminy Opinogóra Górna, a przez część z nich pełnił funkcję przewodniczącego.

Był m.in. prezesem i wiceprezesem Zarządu Oddziału Gminnego Ochotniczej Straży Pożarnej w Opinogórze Górnej, a także założycielem i prezesem Klubu Honorowych Dawców Krwi przy ZG OSP.

Pełnił funkcję wiceprezesa Zarządu Towarzystwa Miłośników Opinogóry. Był członkiem Zespołu „Melodia” funkcjonującego przy Gminnym Ośrodku Kultury w Opinogórze Górnej.

Rodzinie i Bliskim składamy wyrazy współczucia.

Stanisława poznałem 27 lat temu i od razu się polubiliśmy. Miałem wtedy 19 lat i choć dzieliła nas spora różnica wieku, to zaproponował byśmy mówili sobie „po imieniu”. Nasze ścieżki przecinały się przy okazji wydarzeń o charakterze samorządowym, politycznym czy kulturalnym. W ostatnich latach szczególnie na różnego



śp. Stanisław Leszczyński

rodzaju uroczystościach, które muzycznie uświetniał Zespół „Melodia”.

Niespełna dwa lata temu – podczas Jubileuszu 20-lecia Zespołu, miałem przyjemność w imieniu PULSU wręczyć jego członkom kolaż zdjęć prezentujących ich artystyczną aktywność. To nie był mój najlepszy dzień. Rankiem w tragicznych okolicznościach zmarła moja przyjaciółka. Podczas uroczystości odbywającej się wieczorem w opinogórskim Muzeum Roman-

tyzmu starałem się trzymać fason. Oprócz dwóch osób nikt nie zorientował się, że coś jest nie tak. Jedną z nich był Stanisław. Podszedł do mnie po części oficjalnej i zapytał co się dzieje... Mieliliśmy wtedy dobrą, osobistą rozmowę.

Stasiu, bo tak najczęściej się do niego zwracaliśmy, był niewątpliwie człowiekiem, który dostrzegał więcej niż inni. Było z niego „kawał chłopca”, ale ta postura mogła być myląca jeśli chodzi o wrażliwość. W tym postawnym mężczyźnie była wielka wrażliwość – na ludzką krzywdę, dobro swojej „Małej Ojczyzny” i na muzykę...

Ostatni raz rozmawialiśmy 8 maja – w dniu imienin Stanisława. Gdy telefonicznie życzyłem mu m.in. zdrowia, powiedział mi o czekającej go operacji. Rozmowę zakończyliśmy konstatacją, że trzeba być dobrej myśli, a tymczasem cieszyć się z każdego dnia... Niestety, kilkanaście dni później Stasiu odszedł... Wierzę głęboko, że po tej drugiej – lepszej stronie – gdzie nie ma już choroby i cierpienia, nadal z uśmiechem oddaje się swojej muzycznej pasji...

Stanisław na zawsze pozostanie w mojej pamięci jako uśmiechnięty, życzliwy i po prostu dobry Człowiek...

Wybory Prezydenta RP

W powiecie ciechanowskim wygrał Nawrocki



W II turze głosowania w wyborach Prezydenta RP na terenie naszego powiatu wygrał Karol Nawrocki otrzymując 63,79% głosów. Na Rafała Trzaskowskiego zagłosowało 36,21% wyborców.

Frekwencja na terenie powiatu wyniosła 70,61%. Najwięcej wyborców poszło

do urn w samym Ciechanowie – 72,55%, a najmniej na terenie gminy Głinojeck – 65,33%.

Karol Nawrocki największe poparcie uzyskał w gminie Gołmin-Ośrodek – 83,61%, zaś Rafał Trzaskowski w Ciechanowie – 46,08%.

AI

Bezpieczne Wakacje 2025

Edukacja i pokazy na Krubinie



Fot. Piotr Pszczółkowski

Pokazy sprzętu policyjnego i innych służb, udzielanie pierwszej pomocy i wiele innych widowiskowych atrakcji przygotowano podczas spotkania na krubińskiej plaży

We wtorek, 10 czerwca na kąpielisku miejskim Krubin odbyła się wyjątkowa impreza – Dzień Otwarty Komendy Powiatowej Policji w Ciechanowie, wpisany w szerszą kampanię „Bezpieczne Wakacje 2025” organizowaną przez Starostwo Powiatowe.

Pokazy i edukacja – wspólna inicjatywa służb

W wydarzenie aktywnie zaangażowały się liczne instytucje: Policja, Państwowa Straż Pożarna, 5 Mazowiecka Brygada Obrony Terytorialnej, Wodne Ochotnicze Pogotowie Ratunkowe, Sanepid, Miejski Ośrodek Sportu i Rekreacji, ciechanowski oddział Polskiego Czerwonego Krzyża oraz Wojewódzki Ośrodek Ruchu Drogowego – wszyscy przygotowali stoiska tematyczne z ofertą pokazów i szkoleń.

Ratownicy WOPR przeprowadzili symulację ewakuacji tonących – z użyciem specjalnego sprzętu na wodzie, starając się odwzorować realistyczne scenariusze. Zorganizowano szkolenia z pierwszej pomocy – aż dla dzieci, młodzieży i seniorów, prowadzone przez strażaków i sanitariuszy. Sanepid zachęcał do higieny poprzez quizy o zdrowiu i quiz z mycia rąk; prezentowano również okulary symulujące upośledzony wzrok spowodowany używkami. PCK nakarmił zebranych smacznymi bułkami z serem i napojami.

W pikniku, poza okolicznymi mieszkańcami, uczestniczyli uczniowie z Szkoły Podstawowej nr 5 w Ciechanowie, Szkoły Podstawowej z Regimina oraz słuchacze Uniwersytetu Trzeciego Wieku.

Dzień Otwarty policji

Jednocześnie odbywał się Dzień Otwarty ciechanowskiej policji skierowany przede wszystkim do przyszłych kandydatów do służby. Przygotowano: prezentację sprzętu i umundurowania: radiowozy, motocykl, pokazy specjalne, w tym tresurę psów służbowych, pokaz pobierania odcisków palców i zabezpieczania śladów.

Pracownicy Zespołu Kadr i Szkolenia przekazywali informacje o wymaganiach, etapach rekrutacji oraz dokumentach niezbędnych do wstąpienia w szeregi Policji.

Ich wsparciem były również prezentacje WORD, które umożliwiły uczestnikom na własnej skórze „poczuć” symulowane zderzenie i dachowanie pojazdu.

Wnioski i podziękowania

To wydarzenie – łączące edukację z rozrywką – stanowiło doskonałą okazję dla wszystkich grup wiekowych: dzieci, młodzieży i seniorów. Uczestnicy mogli nie tylko dobrze się bawić, lecz przede wszystkim nauczyć się, jak bezpiecznie spędzać czas nad wodą, reagować w sytuacjach zagrożenia i poznać realia pracy służb mundurowych.

Organizatorzy, w tym mazowiecka Policja i Starostwo Powiatowe, wyrażają nadzieję, że takie akcje przyczynią się do zwiększenia świadomości społecznej oraz zainspirują młodych ludzi do rozpoczęcia kariery w służbie na rzecz bezpieczeństwa.

PIOTR PSZCZÓLKOWSKI

Rozmowa z Jerzym Omiecińskim - Dyrektorem Miejskiego Ośrodka Sportu i Rekreacji w Ciechanowie

Zachęcam do aktywnego odpoczynku w wakacje

W lipcu ub. r. w strukturach MOSiR uruchomiono Bar Mleczny „tydynia”. Jak z perspektywy roku ocenia Pan jego działalność?

Bar mleczny, który powstał w odrestaurowanym zabytkowym budynku przy ulicy Fabrycznej, doskonale wkomponował się w krajobraz tej części miasta. Bar został uruchomiony w połowie 2024 roku i od samego początku funkcjonowania cieszy się dużą popularnością wśród mieszkańców naszego miasta i okolic. Przypomnę, że w jadłospisie nie znajdziemy dań mięsnych, nasza oferta skierowana jest do klientów preferujących lekką kuchnię - bogatą w warzywa i owoce. Głównymi klientami baru mlecznego jest młodzież i osoby w wieku 60+. W godzinach popołudniowych można zjeść śniadanko lub spotkać się towarzysko na kawę i ciasto, a wszystko to w przystępnych cenach. Zapraszamy.

A jak wyglądają pierwsze miesiące funkcjonowania Hotelu Ciechanów po remoncie i rebrandingu?

Obiekt hotelowo-gastronomiczny po generalnym remoncie rozpoczął funkcjonowanie w końcu 2024 roku. W ramach inwestycji przeprowadzono kompleksowy remont pokoi hotelowych wraz z wymianą instalacji co, wod-kan, p.poż., TV, internetowej oraz monitoringu. W całym obiekcie wymieniono meble. Hotel wraz z częścią gastronomiczną został w pełni przystosowany do obsługi osób z niepełnosprawnościami.

Budynek po generalnym remoncie został odebrany przez wszystkie służby odpowiedzialne za bezpieczeństwo. Hotel wraz z częścią gastronomiczną wykorzystywany jest głównie przez sportowców korzystających w Ciechanowie z bardzo różnorodnej i nowoczesnej bazy sportowej.

Kończąc podsumowania zapytam jeszcze o to jak sprawdziła się tegoroczna nowość, czyli pneumatyczna hala do gry w tenisa ziemnego w sezonie zimowym?

W 2024 roku dzięki bardzo dobrej współpracy Miejskiego Ośrodka Sportu i Rekreacji z Ciechanowskim Klubem Tenisowym zakupiono i zamontowano halę pneumatyczną do gry w tenisa ziemnego w okresie zimy. Hala spełniła wszystkie oczekiwania. Młodzież i dorośli przez całą zimę mogli grać i trenować w nowym obiekcie. Jest to świetna oferta na zimowe wieczory. Zarządzającym kortami tenisowymi jest Ciechanowski Klub Tenisowy.

Na terenie kompleksu przy ul. 3-go Maja 7 planujecie kolejne inwestycje. Jak i kiedy rozpoczyna się praca?

W tym roku w kompleksie przy ulicy 3-go Maja 7 rozpocznie się budowa nowoczesnego zadaszonego lodowiska. Hala będzie spełniała dwie funkcje, w okresie zimy i wczesną wiosną będzie to sztucznie mrożone lodowisko, a w lecie i jesienią z obiektu będą korzystali miłośnicy jazdy na rolkach.

Jesteśmy również w trakcie opracowania

dokumentacji technicznej kompleksowego zagospodarowania pozostałej wolnej przestrzeni tego kompleksu sportowego. W ramach zadania planujemy budowę dwóch magazynów o powierzchni ok. 400 m² każdy oraz miejsc parkingowych dla osób korzystających z naszej infrastruktury sportowej. Projekt przewiduje także zagospodarowanie zielenią oraz małą architekturę - ławki, stojaki na rowery, kosze na śmieci itp.

Jakie jeszcze inwestycje planujecie w tym roku?

W planach inwestycyjnych na 2025 rok mamy kolejny etap modernizacji krytej pływalni. W ramach prac przewidujemy generalny remont dachu, termomodernizację wraz z elewacją, malowanie konstrukcji wewnętrznej pływalni oraz wymianę szaf sterowniczych. Złożony został wniosek o pozyskanie środków zewnętrznych na ten cel.

Kolejnym zadaniem inwestycyjnym na ten rok, realizowanym przez MOSiR, jest budowa boiska o sztucznej nawierzchni oraz budowa boiska do gier zespołowych przy Szkole Podstawowej nr 1 w Ciechanowie. Aktualnie prowadzimy postępowanie przetargowe zmierzające do wyłonienia wykonawcy.

Jak MOSiR przygotowuje się do sezonu wakacyjnego?

Zachęcam do aktywnego odpoczynku w wakacje. W okresie letnim dzieci i młodzież oraz dorośli mieszkańcy będą mieli możliwość korzystania z naszej bazy spor-



Jerzy Omieciński

towo-rekreacyjnej. Kryta Pływalnia przy ul. 17 Stycznia 60 B będzie czynna od poniedziałku do soboty w godz. 7-21, a w niedziele w godz. 9-17. Basen odkryty przy ul. Kraszewskiego będzie otwarty codziennie w godz. 11-19. Na Kąpielisko Krubin zapraszamy codziennie w godz. 11-19. Na terenie miasta można korzystać z 35 placów zabaw wyposażonych w urządzenia zabawowe i siłownie zewnętrzne.

Obiekty kąpielowe położone na terenie miasta w ramach przygotowań do sezonu będą wizytowane przez Policję, WOPR i Straż Miejską, aby mieszkańcy w sposób bezpieczny mogli korzystać z letniej infrastruktury rekreacyjnej.

Nad bezpieczeństwem korzystających z kąpielisk, w godzinach ich funkcjonowania, czuwać będą na stałe ratownicy ciechanowskiego WOPR-u. Wszyscy chętni

spędzający wolny czas na kąpielisku Krubin będą mieli możliwość bezpłatnego korzystania z kajaków i rowerów wodnych.

Warto dodać, że w ramach środków z Ciechanowskiego Budżetu Obywatelskiego wykonano odmulenie całego kąpieliska (ok. 1.000 m²) na głębokość ok. 1 m. Dowiedzono świeży piasek na plażę przy zbiorniku wodnym. Wszystkie wykonane prace uatrakcyjniły pobyt i korzystanie przez mieszkańców z tego popularnego kąpieliska.

Jakich dużych imprez sportowych możemy się spodziewać w Ciechanowie w najbliższych miesiącach?

W okresie wakacji tradycyjnie planujemy organizację kilku turniejów w piłkę plażową i nożną dla drużyn osiedlowych. Natomiast 14 września odbędzie się VI Ciechanowskie Święto Biegania. Także we wrześniu na naszym stadionie będziemy gościć Młodzików U-16 na Mistrzostwach Mazowsza w Lekkiej Atletyce. W październiku - Turniej Karate Kyokushin, a 25 października - Turniej Taekwondo Mazovia Masters. W grudniu Klub Jurand organizuje Turniej Mikołajkowy w piłkę ręczną. Mieszkańcy naszego miasta nie powinni narzekać na brak emocji sportowych w obiektach na terenie Ciechanowa.

Dziękujemy za rozmowę.

Ja również dziękuję, a korzystając z okazji życzę wszystkim Czytelnikom udanych wakacji.

reklama



MARZA

1,65%

JUŻ OD



**BANK SPÓŁDZIELCZY
W PŁOŃSKU**
Grupa BPS

Prowizja 0zł!

Kredyt mieszkaniowy „Nasz Dom”
- Twój klucz do wymarzonego miejsca!

Reprezentatywny przykład dla kredytu mieszkaniowego „NASZ DOM”
Rzeczywista Roczna Stopa Oprocentowania (RRSO) wynosi 8,40%. Całkowita kwota kredytu mieszkaniowego 480 000,00 zł, okres kredytowania 228 miesięcy, wkład własny 25%, oprocentowanie zmienne kredytu: 7,81% (wskaźnik referencyjny WIBOR 3M 5,85 % + marża Banku w wysokości 1,95 p.p.). Najwyższa rata kredytu: 5 390,52 zł (kapitał plus odsetki). Całkowity koszt kredytu hipotecznego 365 498,91 zł, na który składają się: odsetki 357 385,91 zł; koszt ubezpieczenia nieruchomości 8 094,00 zł w całym okresie kredytowania, podatek (PCC) 19 zł. Całkowita kwota do zapłaty przez wynosi 845 498,91 zł. Kalkulacja została dokonana na dzień 06.06.2025 r. na reprezentatywnym przykładzie.
Ostateczne warunki kredytowania zależą od wiarygodności kredytowej Klienta, daty wypłaty kredytu oraz daty płatności pierwszej raty.

kredyt

Nasz Dom

MARZENIA W ZASIĘGU RĘKI

Wchodź na naszą stronę
www.bsplonsk.pl



Znajdź nas
na Facebooku



**Obsługa Klienta:**

→ Oddział w Płońsku
ul. Płocka 28, tel. 23 663 09 65

→ II Oddział w Płońsku
ul. Ks. R. Jaworskiego 5, tel. 23 662 66 16

→ Oddział w Baboszewie
ul. Warszawska 9D, tel. 23 661 14 47

→ Oddział w Ciechanowie
ul. 3 Maja 11, tel. 23 672 09 65

→ Oddział w Dzierżanin
Dzierżanin 27, tel. 23 661 59 58

→ Oddział w Mławie
ul. Warszawska 4, tel. 23 654 88 51

→ Oddział w Nowym Mieście
ul. Główny Rynek 11, tel. 23 661 45 12

→ Oddział w Żałuskach
Aleja Robiniowa 15, tel. 23 661 96 12

→ Oddział w Sochocinie
ul. Sienkiewicza 5, tel. 23 661 80 11

→ Bankowy Punkt Obsługi w Jońcu
Joniec 29, tel. 23 661 60 38

→ Bankowy Punkt Obsługi w Ojrzeniu
ul. Ciechanowska 27, tel. 515 422 705

Życia Kościoła

Sanktuarium Jana Pawła II

Swoistym ukoronowaniem wieloletnich działań duszpasterskich i inwestycyjnych, podejmowanych przez proboszcza ciechanowskiej Parafii Matki Bożej Fatimskiej ks. kan. Jana Józwiaka oraz dobroczyńców, jest ustanowienie świątyni parafialnej Diecezjalnym Sanktuarium Świętego Jana Pawła II.

Uroczystej Eucharystii w dn. 18 maja przewodniczył abp Stanisław Gądecki – Emerytowany Metropolita Poznański. Koncelebrowali ją bp Szymon Stułkowski – Biskup Płocki oraz proboszcz ks. kan. Jan Józwiak.

Księdzu Proboszczowi oraz Wspólnocie Parafialnej życzymy aby Sanktuarium stało się miejscem duchowego odrodzenia, pojednania i pokoju. Niech będzie przestrzenią, w której każdy pielgrzym znajdzie ukojenie, nadzieję i siłę do dalszego życia w wierze.



Od lewej: ks. kan. Jan Józwiak, abp Stanisław Gądecki i bp Szymon Stułkowski



Diecezjalne Sanktuarium Świętego Jana Pawła II w Ciechanowie

Fundacja edukacyjno-sportowa reGeneracja

Kolejna debata Obywateli Youthra



Moderator debaty Paweł Pyrzyński

W sali konferencyjnej Starostwa Powiatowego odbyła się debata podsumowująca kolejną edycję projektu „Obywatele Youthra w Ciechanowie. Robimy krok do przodu”.

Zgromadziła ona młodzież oraz reprezentantów lokalnych instytucji. Było to wyjątkowe spotkanie dające uczestnikom projektu możliwość zabrania głosu w sprawach, które ich interesują i w których pragną zmiany.

Celem projektu, realizowanego przez Fundację edukacyjno-sportową reGeneracja, jest zwiększenie zaangażowania uczniów szkół ponadpodstawowych z powiatu ciechanowskiego (w wieku 15-19 lat) w życie publiczne poprzez wzrost ich: świadomości obywatelskiej, wiedzy i umiejętności w zakresie uczestnictwa w dyskursie publicznym, partycypacji społecznej i zaangażowania młodzieży w wywieranie wpływu na kształtowanie polityk lokalnych.

Dyskusja podczas debaty dotyczyła ważnych i aktualnych zagadnień, takich jak: kultura, edukacja, wsparcie w rozwijaniu pasji, przestrzeń dla młodzieży, dostępność miasta dla osób ze szczególnymi potrzebami. PULS był jednym z patronów medialnych debaty.

Tematy zostały wybrane przez młodzież, która zaprosiła do rozmowy gości, mogących wniesić istotne informacje i do-



Katarzyna Szmit – prezes Fundacji edukacyjno-sportowej reGeneracja

świadczenie do dyskusji. Debatę moderował Paweł Pyrzyński. Uczestniczyli w niej: Jan Andrzej Kaluszkiewicz – Starosta Ciechanowski; Adam Krzemiński – Poseł na Sejm RP; Marek Łebkowski – przewodniczący Komisji Oświaty, Kultury i Sportu Rady Miasta Ciechanów; Jakub Gwoździł – dyrektor Filii Wojewódzkiego Urzędu Pracy; Lucyna Witczak z Delegatury Ma-

zowieckiego Kuratorium Oświaty; Janusz Kącki – wicedyrektor Miejskiego Ośrodka Sportu i Rekreacji; Maciej Wojciechowski – dyrektor Zespołu Szkół nr 1; Monika Łebkowska – wicedyrektor Zespołu Szkół nr 2; Małgorzata Mączewska – wicedyrektor Zespołu Szkół nr 3; Amanda Kicińska – przewodnicząca Młodzieżowej Rady Miasta Ciechanów; Karol Kuklak – przewodniczący Młodzieżowej Rady Powiatu Ciechanowskiego oraz Dawid Łukaszewski – opiekun MRPC. Byli też nauczyciele, rodzice oraz młodzież uczestnicząca w poprzedniej i nowej edycji projektu.

Debate była wyjątkową okazją do podjęcia dialogu między młodzieżą a przedstawicielami lokalnych władz i instytucji. Uczestnicy projektu mieli możliwość przedyskutowania swoich pomysłów, wyrażenia opinii i poznania różnych perspektyw na kwestie ważne dla ich społeczności.

Spotkanie pokazało, jak istotne jest aktywne uczestnictwo młodych ludzi w życiu społecznym oraz wspieranie ich w dążeniu do wprowadzania pozytywnych zmian.

Projekt „Obywatele Youthra w Ciechanowie. Robimy krok do przodu” jest finansowany ze środków Narodowego Instytutu Wolności Centrum Rozwoju Społeczeństwa Obywatelskiego w ramach Rządowego Programu Fundusz Młodzieżowy na lata 2022-2033.

FR/AI

Stowarzyszenie „Nadzieja na Życie”

Ciechanów przeciwko przemocy

Stowarzyszenie „Nadzieja na Życie”, którego głównym celem jest pomoc ofiarom przemocy domowej, zorganizowało spotkanie z okazji Jubileuszu 1-roku swojego funkcjonowania.



Małgorzata Wojciechowska – prezes Stowarzyszenia „Nadzieja na Życie” podczas jubileuszowego spotkania w Klubokawiarni W18

W jego trakcie zaprezentowano filmy, które powstały w ramach kampanii społecznej #Ciechanówprzeciwkoprzemocy. – Kampania ma na celu wesprzeć osoby, które doświadczyły bądź doświadczają przemocy. Ma być sygnałem, że w naszym mieście są ludzie i instytucje, które pomagają w trudnych sytuacjach. Osobom doświadczającym przemocy często towarzyszy lęk i poczucie osamotnienia, ale także wstyd przed oceną, niezrozumieniem czy potępieniem. Chcemy w ten sposób wyciągnąć rękę do człowieka, który został ze wszystkim sam i wszystko go przerasta. Kampania może stanowić impuls do tego, żeby zgłosić się po pomoc. Ma nas także uświadomić, żebyśmy widzieli drugiego człowieka i nie byli obojętni na przemoc. Nasza reakcja i czujność może uratować czyjeś życie – powiedziała nam Małgorzata Wojciechowska – prezes Stowarzyszenia „Nadzieja na Życie”.

W ciągu rocznej działalności Stowarzyszenie zorganizowało wiele otwartych spot-

kań, m.in. z psychologami, przedstawicielami Policji, czy autorkami książek. Zapewnia bezpłatne konsultacje prawne i psychologiczne osobom doświadczającym przemocy.

Szczegółowe informacje na temat działalności Stowarzyszenia są dostępne na jego profilu na Facebooku oraz na stronie internetowej: www.stowarzyszenienadziejanazycie.pl

Osoby potrzebujące wsparcia lub zainteresowane włączeniem się w działalność Stowarzyszenia mogą kontaktować się drogą mailową: stowarzyszenienadziejanazycie@gmail.com

AI

Kolejne środki z UE dla Ciechanowa

Kasa na autobusy



Od lewej: marszałek Adam Struzik, prezydent Krzysztof Kosiński oraz Monika Tchórznicka – zastępca dyrektora Mazowieckiej Jednostki Wdrażania Projektów Unijnych

Do Ciechanowa trafiają dwa elektryczne autobusy. Inwestycja otrzymała ponad 3,4 mln zł wsparcia z programu Fundusze Europejskie dla Mazowsza 2021–2027.

Zakupiony tabor zostanie wykorzystany do obsługi nowej linii nr 14. Jej trasa będzie przebiegać przez trzy gminy: miejską Ciechanów, wiejską Ciechanów i Opinogóra Górna. Nowa linia zapewni także połączenie z transportem kolejowym, gdyż jeden z przystanków będzie znajdować się przy dworcu „Ciechanów Główny”. Po realizacji projektu dodatkowe kursy będzie także realizować linia nr 6.

Umowę na dofinansowanie inwestycji z prezydentem Krzysztofem Kosińskim podpisał Adam Struzik – Marszałek Województwa Mazowieckiego. – Projekt realizowany przez Ciechanów to nie tylko zakup autobusów, to również inwestycja w poprawę jakości życia mieszkańców, czystsze powietrze, cichsze uli-

ce i lepsze skomunikowanie regionu – podkreśla marszałek Struzik.

Nowe autobusy elektryczne pomieszczą co najmniej 45 pasażerów i będą dostosowane do osób ze szczególnymi potrzebami. W ramach inwestycji powstaną także cztery nowe punkty ładowania bezemisyjnych pojazdów. Dzięki realizacji projektu nastąpi zmniejszenie emisji dwutlenku węgla o blisko 29 ton rocznie.

– Wymieniamy nasz miejski tabor autobusowy nie tylko na nowy, komfortowy, ale i przyjazny środowisku. Elektryczne autobusy już od kilku lat jeżdżą po ulicach Ciechanowa. Dzięki kolejnym pozyskany fundusze unijne będzie ich więcej oraz zainstalujemy następne ładowarki, aby zapewnić sprawne funkcjonowanie komunikacji – stwierdza prezydent Krzysztof Kosiński.

Całkowity koszt inwestycji to ponad 5 mln zł, a wsparcie z UE wyniosło ponad 3,4 mln zł. Autobusy wyjadą na ulice Ciechanowa w 2026 i 2027 roku.

UMWM/AI

Państwowa Akademia Nauk Stosowanych O braterstwie broni



Pamiątkowa fotografia części uczestników debaty

W Auli Wydziału Nauk o Zdrowiu i Nauk Społecznych Państwowej Akademii Nauk Stosowanych im. Ignacego Mościckiego w Ciechanowie odbyła się debata nt. „Człowiek pomiędzy wojną a pokojem – braterstwo broni w doświadczeniu weteranów misji zagranicznych”.

Wydarzenie zorganizowano z okazji obchodów Dnia Weterana Działań poza Granicami Państwa. Uczestnicy uczcili pamięć poległych żołnierzy minutą ciszy, oddając im hołd za poświęcenie i służbę Ojczyźnie.

Celem debaty było stworzenie przestrzeni do refleksji i dialogu na temat roli, jaką polscy żołnierze odgrywają w budowaniu pokoju i bezpieczeństwa międzynarodowego, a także ukazanie etycznego oraz społecznego wymiaru służby wojskowej. Inicjatywa miała również na celu zacieśnienie współpracy między środowiskami

wojskowym, akademickim i społecznym oraz wzmocnienie społecznego uznania dla służby żołnierskiej.

Program wydarzenia obejmował cztery sesje tematyczne: „Doświadczenie misji zagranicznych”, „Braterstwo broni i relacje międzyludzkie”, „Weterani – wyzwania i adaptacja” oraz „Wojna a pokój – dylematy moralne i społeczne”.

Debatę moderowali Agata Pytel i dr Rafał Bartłomiej Panfil. Organizatorom udało się zaprosić do udziału w niej grono wybitnych panelistów – na czele z gen. dyw. rez. Piotrem Aleksandrem Czerwińskim.

Deбата spotkała się z ogromnym zainteresowaniem i została bardzo wysoko oceniona zarówno przez uczestników, jak i prelegentów. Poruszone podczas spotkania uwypukliły wielowymiarowy charakter misji wojskowych.

AI

5 Mazowiecka Brygada Obrony Terytorialnej Kobiety NATO w Ciechanowie



Od lewej: st. szer. spec. Sylwia Górna oraz nasza redakcyjna koleżanka kpr. Ewelina Jabłońska, które są żołnierzami TSW w 5 MBOT

W naszym mieście odbyła się III Konferencja „WOMEN OF NATO – Zobowiązanie i wyzwanie”, której organizatorem była 5 Mazowiecka Brygada Obrony Terytorialnej. Wzięły w niej udział kobiety – żołnierze, reprezentujące siły zbrojne kilku państw.

Oficjalnego otwarcia dokonał gen. bryg. dr Krzysztof Stańczyk – Dowódca Wojsk Obrony Terytorialnej. Konferencja stanowi kontynuację projektu, który powstał dwa lata temu z inicjatywy 5 MBOT. Celem tegorocznej edycji było podkreślenie roli kobiet w mundurach oraz ich



Fot. AI

Oficjalne otwarcie III Konferencji „WOMEN OF NATO – Zobowiązanie i wyzwanie”

wkładu w kształtowanie bezpieczeństwa współczesnego świata.

Wydarzenie zgromadziło ponad 300 gości – żołnierzy Batalionowej Grupy Bojowej NATO, wybitnych prelegentów i ekspertów, w tym specjalistki ds. cyberbezpieczeństwa, PR-u, doświadczone weteranki oraz byłych żołnierzy elitarnych jednostek specjalnych, takich jak JW GROM i Jednostka Wojskowa Komandosów z Lublińca.

Podsumowania i oficjalnego zamknięcia Konferencji dokonał płk dr

Paweł Lech – Dowódca 5 Mazowieckiej Brygady Obrony Terytorialnej. - Konferencja kolejny raz stworzyła wyjątkową przestrzeń do poznania inspirujących historii, wymiany doświadczeń oraz zgłębiania wyzwań i sukcesów kobiet w mundurach. To wydarzenie podkreśliło ich ważną rolę w kształtowaniu bezpieczeństwa współczesnego świata. Mam nadzieję, że wśród zgromadzonych kobiet w mundurach znajduje się przyszła pani generał – powiedział płk dr Paweł Lech.

AI

ogłoszenie

SZKOŁY BYDGOSKIEGO ZAKŁADU DOSKONALENIA ZAWOWEGO W CIECHANOWIE, UL. PŁOCKA 100 CIECHANÓW

V LICEUM OGÓLNOKSZTAŁCĄCE

SZKOŁA TECHNICZNA im. gen. Władysława Andersa



OD 1 WRZESNIA 2025 ROKU URUCHAMIAMY

KLASĘ O PROFILU MUNDUROWYM POLICJI I STRAŻY GRANICZNEJ

W POROZUMIENIU Z MINISTERSTWEM SPRAW WEWNĘTRZNYCH I ADMINISTRACJI

DO 15 LICA 2025 ROKU ZAPISY W BUDYNKU SZKOŁY, UL. PŁOCKA 100



Ministerstwo Spraw
Wewnętrznych i Administracji



CHCESZ W PRZYSZŁOŚCI SŁUŻYĆ
W POLICJI LUB STRAŻY GRANICZNEJ?
ZACZNIJ NAUKĘ W NASZEJ SZKOLE!



515 128 396

Kamienica W18

Kwiatowe zdjęcia
Andrzeja Bayera

W Kamienicy W18 odbył się wernisaż wspaniałej wystawy zdjęć autorstwa Andrzeja Bayera pt. „Barwy Holandii”.

Już od wielu lat pasją tego znanego ciechanowskiego optyka, samorządowca i działacza społecznego jest fotografia. Zdjęcia prezentowane na wystawie Andrzej Bayer wykonał w ogrodach kwiatowych w hollenderskim Keukenhof oraz podczas odbywającej się tam słynnej Parady Kwiatów.

Wernisaż otworzył Łukasz Jakubiak z Ciechanowskiego Ośrodka Edukacji Kulturalnej „STUDIO”. Kilka zdań wprowadzenia wygłosił Zdzisław Smardzewski – prezes Ciechanowskiego Klubu Fotograficznego. Muzycznie wieczór uświetnił grą na pianinie Adam Bartoń.

Fotograficzna przygoda Andrzeja Bayera rozpoczęła się od robienia zdjęć podczas podróży i imprez rodzinnych. – Pewnym przełomowym momentem był udział w warsztatach organizowanych przez Zakład Fotograficzny



Andrzej Bayer przy jednej z prezentowanych na wystawie fotografii

Państwa Przeorków oraz produkującą aparaty firmę SONY. Lubię wykonywać zdjęcia przyrody, ciekawych obiektów architektonicznych, ale także dokumentować fotograficznie wydarzenia kulturalne, społeczne czy religijne – powiedział nam Andrzej Bayer, którego zdjęcia często ukazują się także na łamach PULSU.

Na wernisaż przyszło bardzo dużo osób, m.in. rodzina, przyjaciele i znajomi autora zdjęć. Byli także samorządowcy – na czele z wicestarostą Robertem Morawskim oraz Markiem Łebkowskim – przewodniczącym Komisji Oświaty, Kultury i Sportu Rady Miasta Ciechanów.

Marek Dyjak w Qubaturze

Szczerość, muzyka
i refleksje w kameralnym
nastroju

Kameralna przestrzeń Qubatury w Ciechanowie gościła charyzmatycznego wokalistę – Marka Dyjaka. Koncert przyciągnął liczną publiczność spragnioną głębokich tekstów, bluesowo-jazzowej oprawy i artystycznej autentyczności.



Spotkanie z muzyką Marka Dyjaka w Qubaturze

Już na początku panował wyjątkowy klimat – artysta zapewnił, że „tu wszystkiego się można spodziewać”, a większość utworów to zarówno przeboje („Złota ryba”, „Balet Rebeca”), jak i premierowe kompozycje z nadchodzącego albumu pt. Mężczyźni. Nie było ustalonych ram – Dyjak improwizował, opierając się na wsparciu pianistycznym Mateusza Kakowskiego, co dodawało koncertowi naturalnego, żywego charakteru.

Scena jako terapeutyczne lustro

Dyjak nie szczędził publiczności swoich przemyśleń – mówił o sztuce jako formie terapii i siłę spojrzenia drugiego człowieka, dzięki czemu wieczór nabrał charakteru kameralnej „spowiedzi”. – Jest to jakiś rodzaj terapii [...] szukam w ludzkim spojrzeniu bardziej niż we własnym spojrzeniu w lustro – wyznał w po-

koncertowej rozmowie artysta. Artysta dzielił się także doświadczeniami drogi, którą przemierza od ponad 30 lat, określając siebie jako wędrowca „za oknem życia”.

Kameralność Qubatury sprzyjała intymnej atmosferze, w której muzyka przeobraziła się w przestrzeń szczerego wyznania. Publiczność nie tylko słuchała – żyła wraz z Dyjakiem każdą nutą, każdym zdaniem, czując puls jego niezwykle przeżywanego głosu i tekstów.

To wydarzenie dowiodło, że Marek Dyjak to artysta, który przyciąga nie tylko dźwiękiem, lecz również prawdą życia – nieomal terapeutyczną, głęboką i odważnie szczerą. Na scenie Qubatury obniżyły się bariery między artystą a słuchaczem, a muzyka stała się kanałem doświadczeń, emocji i refleksji.

PIOTR PSZCZÓŁKOWSKI

Zespół Taneczny NOISE

W głowie się nie mieści



Zespół Taneczny NOISE na scenie Powiatowego Centrum Kultury i Sztuki

Zespół Taneczny NOISE, prowadzony przez Paulinę Mączyńską, ponownie zachwycił ciechanowską publiczność. Tym razem prezentując na scenie Powiatowego Centrum Kultury i Sztuki widowisko taneczne pt. „W głowie się nie mieści”. Wystąpiło w nim ok. 150 osób.

Przygotowania rozpoczęły się zaraz po obchodach Jubileuszu 5-lecia Zespołu NOSIE, czyli w listopadzie ub.r. – Naszym głównym przesłaniem było pokazanie dzieciom i przypomnienie dorosłym, że wszystkie emocje są tak samo ważne. Nie ma „złych i dobrych” emocji. Chcieliśmy także pokazać, że nikt z nas nie jest idealny. Jesteśmy tylko ludźmi, ale dzięki temu każdy z nas jest na swój sposób wyjątkowy – powiedziała nam Paulina Mączyńska.

Gratulujemy kolejnego wspaniałego widowiska – pełnego barw i pozytywnej energii.



Gratulacje Paulinie Mączyńskiej złożył wicestarosta Robert Morawski

Warszawskie Artshow 5 w Warszawie z udziałem ciechanowskiej artystki

Beata Kuskowska zachwyca
swoją twórczością

Na przełomie maja i czerwca warszawska ulica Szwedzka, a dokładnie zabytkowe przestrzenie Bohemy, tętniły życiem i kolorami za sprawą piątej edycji Artshow – jednego z najważniejszych wydarzeń artystycznych tej wiosny. Wśród kilkudziesięciu artystów z całej Polski nie mogło zabraknąć reprezentantki naszego regionu – Beaty Kuskowskiej, lokalnej artystki i przedsiębiorczyni, której obecność na tym prestiżowym wydarzeniu nie przeszła bez echa.

Artshow 5 zgromadził pasjonatów sztuki, kolekcjonerów, twórców i miłośników piękna w niepowtarzalnej atmosferze industrialnego klimatu Bohemy. Uroczysta inauguracja w piątkowy wieczór była zarezerwowana dla gości z zaproszeniami, natomiast w sobotę i niedzielę drzwi wydarzenia otworzyły się dla szerokiej publiczności.

Beata Kuskowska zaskoczyła i oczarowała odwiedzających nie tylko skalą prezentowanych prac – były to największe obrazy wystawy – ale również charakterystyczną grą kolorów, której nie sposób było przeoczyć. Jej obrazy przyciągały wzrok intensywnymi barwami i dynamiczną formą, skłaniając widzów do zatrzymania się i zanurzenia w osobistym świecie artystki. Wiele osób podkreślało wyjątkową ekspresję płynącą z jej dzieł – emocje, które wręcz pulsowały z płócien.

Kulminacyjnym punktem występu Beaty Kuskowskiej był pokaz malarski. Artystka zaprezentowała przed publicznością techniki wykorzystywane w swojej codziennej pracy twórczej. Skoncentrowała się na podstawach malarstwa, krok po kroku ukazując proces tworzenia obrazu. Dla wielu był to pierwszy tak bliski kontakt z warsztatem malarza – inspirujący, edukacyjny i zachęcający do własnych prób twórczych.

Podczas trzech intensywnych dni wydarzenia Artshow 5 stało się miejscem pełnym twórczej wymiany myśli i energii. Beata Kuskowska nie tylko wystawiła swoje prace, ale także aktywnie uczestniczyła w rozmowach, nawiązała liczne kontakty i reprezentowała nasz lokalny potencjał artystyczny na forum ogólnopolskim.

Jej obecność na Artshow to nie tylko sukces indywidualny, ale także promocja naszego regionu jako miejsca, z którego wywodzą się twórcy z pasją i odwagą artystyczną. Trzymamy kciuki za kolejne wystawy



Beata Kuskowska (z prawej strony) wraz ze swoją przyjaciółką i zarazem asystentką podczas ARTSHOW 5 - Katarzyną Tromską

wy Beaty Kuskowskiej i czekamy na nowe obrazy, które – jak zawsze – będą mówiły więcej niż tysiąc słów.

PIOTR PSZCZÓŁKOWSKI

Gmina Ciechanów

Dzień Dziecka w Gminie Ciechanów



Organizatorzy i laureaci Konkursu Małych Talentów



Kiełbaski z grilla przygotowywali strażacy OSP z terenu Gminy Ciechanów



Wójt Stefan Pawłowski wraz z Antoniną Falkowską – utalentowaną wokalistką z gminy Ciechanów



Jak zawsze wielkim powodzeniem cieszyły się dmuchane zjeżdżalnie

Wójt Gminy Ciechanów Stefan Pawłowski zorganizował Gminny Dzień Dziecka. Wspaniała impreza odbyła się w Ujazdówku.

Był m.in. Konkurs Wiedzy o Gminie oraz Konkurs Małych Talentów. Gry i zabawy poprowadziła animatorka Agnieszka Sobiesiak. Przed publicznością wystąpiła Antonina Falkowska – utalentowana wokalistka mieszkająca w gminie Ciechanów.

Zadbano też o poczęstunek. Strażacy z OSP przygotowywali potrawy z grilla, a członkinie Kół Gospodyń Wiejskich częstowały dzieci słodkościami.

Można było podziwiać sprzęt strażacki. Przygotowano sprawnościowe tory przeszkód – piłkarski i strażacki. Były też



O poczęstunek zadbały członkinie Kół Gospodyń Wiejskich

dmuchane zjeżdżalnie oraz kule wodne. Organizację imprezy wsparły zaprzyjaźnione firmy, instytucje i organizacje. –

Pragnę podziękować sponsorom i naszym partnerom społecznym, bo to dzięki ich życzliwości mogliśmy zapewnić dzieciom



Pamiątkowe zdjęcie z wójtem Stefanem Pawłowskim oraz Karolem Makijonko – przewodniczącym Rady Gminy Ciechanów

tak liczne atrakcje. Uśmiech na twarzach najmłodszych mieszkańców był dla nas wszystkich najlepszą nagrodą za pracę

włożoną w organizację Gminnego Dnia Dziecka – powiedział nam wójt Stefan Pawłowski.

Polski Związek Wędkarski

Wędkarski Dzień Dziecka



Ola Zielińska wraz z rodzicami – Anną i Michałem. Quadem kieruje st. sierż. Adam Pytel

Zarząd Koła Polskiego Związku Wędkarskiego Ciechanów-Miasto, we współpracy z Zarządem Okręgowym Polskiego Związku Łowieckiego oraz Okręgiem PZW, zorganizował Rodzinny Piknik Wędkarski z okazji Dnia Dziecka.



Gadżety sejmowe na aukcję charytatywną przekazał poseł Adam Krzemiński

Podczas imprezy, która odbyła się na Krubinie, zbierano środki na rehabilitację Oli Zielińskiej. W ramach kwesty zebrano aż 7.992,76 zł – większość z tej kwoty (6.883,41 zł) uzyskano z aukcji charytatywnych.

Wolontariusze ze Stowarzyszenia Dobrych Serc zapewnili liczne atrakcje, częstowali m.in. watą cukrową oraz ciasteczkami.

W pikniku uczestniczyło ponad 450 osób, a w zawodach wędkarskich wzięło udział 130 dzieci w wieku od 3 do 14 lat. – W trakcie imprezy dużym zainteresowaniem cieszyły się stoiska wystawione przez 1 Dywizję Piechoty Legionów, 5 MBOT, I LO C-NB oraz wóz strażacki z Państwowej Straży Pożarnej. Żołnierze z 1 DPL



Stoisko 1 Dywizji Piechoty Legionów im. Marszałka Józefa Piłsudskiego

oraz strażacy uczyli jak udzielać prawidłowo pierwszej pomocy. Pogoda dopisała, było ciepło i słonecznie. Najmłodsi wędkarze rywalizowali przy niewielkiej pomocy rodziców i dziadków. Ryby bardzo dobrze współpracowały z młodymi wędkarzami. Było widać zadowolenie i radość u dzieci. Złowione ryby wypuszczono na wolność do wody. Po zakończeniu zawodów wszystkie dzieci otrzymały statuetkę w kształcie rybki oraz nagrody rzeczowe. Dla każdego

uczestnika Pikniku była kiełbaska z grilla. Dziękujemy wszystkim, dzięki wsparciu których Rodzinny Piknik Wędkarski mógł się odbyć. Do zobaczenia za rok – powiedział nam Eugeniusz Nowak – Prezes Zarządu Prezesa Koła PZW Ciechanów-Miasto.

Patronat medialny nad Rodzinnym Piknikiem Wędkarskim objęli: PULS CIECHANOWA oraz RADIO REKORD.

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
www.mazovia.pl



Starostwo Powiatowe w Ciechanowie

06-400 Ciechanów, ul. 17 Stycznia 7
e-mail: starostwo@ciechanow.powiat.pl
tel. 729-055-900, www.ciechanow.powiat.pl
Strona Biuletynu Informacji Publicznej: www.bip.powiat-ciechanow.pl



Urząd Miasta Ciechanów

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



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 www.glinojeck.net



Urząd Gminy Ciechanów

06-400 Ciechanów, ul. Fabryczna 8
Tel./Fax 23 672 22 10
e-mail: urząd@gminaciechanow.pl
www.gminaciechanow.pl



Urząd Gminy Gołymin - Osrodek

ul. Szosa Ciechanowska 8, 06-420 Gołymin-Osrodek
Tel./Fax 23 671 60 20, 23 671 60 93
e-mail: ug@golymin-osrodek.pl
www.golymin-osrodek.pl



Urząd Gminy Grudusk

ul. Ciechanowska 54, 06-460 Grudusk
tel/fax: 23 671 50 12
e-mail: gmina@grudusk.com
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, www.ojrzen.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 <https://opinogoragorna.pl/>



Urząd Gminy w Regiminie

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



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 www.sonsk.pl

BIURA PARLAMENTARZYSTÓW



Senator Krzysztof Bieńkowski Bądźmy w kontakcie!

Biuro Senatorskie w Ciechanowie
ul. Ściegiennego 2, tel. 570 876 569
e-mail: biuro.krzysztofbienkowski@gmail.com



Biuro Poselskie - Posła na Sejm RP Rafała Romanowskiego

Ciechanów, ul. Ściegiennego 2, tel. 539 620 050
e-mail: biuro@rafalromanowski.pl
Biuro czynne od poniedziałku do piątku w godz. 9-16.



Adam Krzemiński Poseł na Sejm RP

Pl. Jana Pawła II 15, 06-400 Ciechanów
Zapraszam do kontaktu: biuroposelskie.adamkrzeminski@gmail.com
www.krzeminskiadam.pl



Biuro Posła do Parlamentu Europejskiego

Jacka Ozdoby

Ciechanów, ul. Ściegiennego 2, tel. 536 769 797
e-mail: jacek.ozdoba@europarl.eu
Biuro czynne: pon.-wt. w godz. 8-15, czw. w godz. 9-15.



**TO MIEJSCE CZEKA
NA TWOJĄ REKLAMĘ**

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

HALO CIECHANÓW

RADNI RADY MIASTA CIECHANÓW



MICHAŁ GARSTKA
Radny Rady Miasta Ciechanów

Zapraszam do kontaktu:
tel. 608 521 369 e-mail: michal.garstka@interia.pl





Krystyna Hausman-Manista
Radna Rady Miasta Ciechanów
+48 668 237 472
konsultacje z mieszkańcami na WhatsApp w każdą środę w godz. 17.00 - 18.30



STANISŁAW HUBERT BRONOWSKI
RADNY MIASTA CIECHANÓW
883 050 808
s.bronowski@rmciechanow.pl

MUZEUM



MUZEUM SZLACHTY MAZOWIECKIEJ W CIECHANOWIE
ul. Warszawska 61
tel. 23 672 55 87

ZAMEK KSIĄŻĄT MAZOWIECKICH W CIECHANOWIE
ul. Zamkowa 1
tel. 23 672 40 64

ODDZIAŁ MUZEUM POZYTYWIZMU W GOŁOTCZYŃNIE
ul. Świętochowskiego 16
tel. 23 671 30 78

Godziny otwarcia obiektów - od wtorku do niedzieli: 10:00 - 18:00
BIURO MUZEUM w Ciechanowie, ul. Warszawska 61 A, tel. 23 672 53 46

PORADNIE PSYCHOLOGICZNO-PEDAGOGICZNE



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



DIAGNOZA, TERAPIA i PROFILAKTYKA
dzieci, młodzieży i dorosłych

logopedyczna pedagogiczna psychologiczna
integracja sensoryczna nauka czytania fizjoterapia

tel. 513 377 010

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

PRZEDSZKOLA



PRZEDSZKOLE INTEGRACYJNE
Bezpłatne

➔ Język Angielski ➔ Rytmika
➔ LOGOPEDA ➔ ZERÓWKA (grupa dla 6 - latków)

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



PRZEDSZKOLE TERAPEUTYCZNO-REHABILITACYJNE

KINDERO

CIECHANÓW
SIENKIEWICZA 120 B tel. 512 392 905

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

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

EDUKACJA



PAŃSTWOWA AKADEMIA NAUK STOSOWANYCH
im. Ignacego Mościckiego w Ciechanowie

Rektorat:
06-400 Ciechanów
ul. Narutowicza 9

Tel. 23 672 20 50
rektorat@pansim.edu.pl
www.pansim.edu.pl

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

*** ATRAKCYJNE KURSY I SZKOLENIA RÓŻNEGO TYPU**

ul. Warszawska 10, Tel. 23 672 50 07, Kom. 668 336 979



WORD
CIECHANÓW

PROFESJONALNIE • RZETELNIE • W PRZYSTĘPNEJ CENIE

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
- kierowców naruszających przepisy ruchu drogowego

Jazdy próbne
na placu manewrowym
wszystkie kategorie

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

INSTYTUCJE RYNKU PRACY



URZĄD PRACY

Powiatowy Urząd Pracy w Ciechanowie
06-410 Ciechanów, ul. T. Sygietyńskiego 11
tel.: (23) 673 08 40, (23) 672 38 44
e-mail: sekretariat@pup-ciechanow.pl
www.ciechanow.praca.gov.pl
Usługi elektroniczne PUP:
www.praca.gov.pl

PUPCiech

ZARZĄDCY DRÓG



PZD

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@pzd-ciechanow.pl www.pzdciechanow.pl

KLUCZE - PIECZĄTKI



KEY SERVICE
European Locksmith Federation

Artur Bugajski

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

ZAMKI * KLUCZE * KODOWANIE * PIECZĄTKI * GRAWEROWANIE



HALO CIECHANÓW

SPOŁECZNA INICJATYWA MIESZKANIOWA



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@simp.pl * www.simp.pl

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

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

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

ul. Gostkowska 83
Tel. 23 672 23 05, 23 672 22 42
e-mail: puk@pukciechanow.pl
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 zielonych
- wycinka drzew w warunkach miejskich

TBS TOWARZYSTWO BUDOWNICTWA SPOŁECZNEGO SP. Z O.O.
CIECHANÓW

www.tbsciechanow.pl

tel. 23 672 52 76, 23 672 59 80, e-mail: tbs@tbsciechanow.pl

ul. Stefana Okrzei 14, 06-400 Ciechanów

ZKM 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

Zwik CIECHANÓW

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 www.zwikciechanow.pl

BEZPIECZEŃSTWO

RADEX BRŃ - AMUNICJA

W ciągłej sprzedaży produkty najlepszych firm:
BRŃ: 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:

ul. Krasińskiego 32, Ciechanów, (wjazd od ul. Gostkowskiej) tel. 23 672 48 30

W OFERCIE NIEZAWODNE GAZY OBRONNE

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 e-mail: barton.ochrona@gmail.com

HOTEL - RESTAURACJA

HOTEL CIECHANÓW

100 MIEJSC NOCLEGOWYCH
POKOJE 1, 2, 3-OSOBOWE
ORAZ POKOJE O PODWYŻSZONYM STANDARDZIE

RESTAURACJA
IMPREZY OKOLICZNOŚCIOWE | USŁUGI CATERINGOWE
OBIADY ABONAMENTOWE

+48 23 672 20 12 recepcja@hotelciechanow.pl www.hotelciechanow.pl

GASTRONOMIA

ASIA KUCHNIA AZJATYCKA

DOWÓZ NA TERENIE MIASTA

Kucharze z Wietnamu zapraszają!

Duże i smaczne porcje

Ciechanów * ul. Płońska 26 * pn.-sob. 10-21, niedz. 11-20 * tel. 788 686 779

Bar Mleczny Łydypia

Poniedziałek - Piątek 11:00 - 17:00
Sobota - Niedziela 9:30 - 15:00

Ciechanów, ul. Fabryczna 2

OBIADY DOMOWE **JAGIENKA** **Rabat 15% na zamówienie z kodem "PULS15" do wykorzystania w naszej aplikacji mobilnej!**

ul. Pułtуска 20B, Ciechanów
tel. 518 449 009
www.obiadymowejagienka.pl

SPORT I REKREACJA

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

MOŚIR CIECHANÓW

e-mail: mosir@mosirciech.pl

Miejski Ośrodek Sportu i Rekreacji w Ciechanowie
06-400 Ciechanów, ul. 17 Stycznia 60 B
www.mosirciech.pl

MATSOGI CIECHANÓW

TAEKWON-DO ZAPISY

Trenujemy z pasją od 1988 roku

Hala MOŚIR, ul. Kraszewskiego 8
tel. 607 133 234

Michał Korzybski VI Dan
Michał Rzański IV Dan

SP nr 4, ul. Płońska 143
tel. 667 412 454

HALO CIECHANÓW

ZDROWIE



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

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

ul. 17 stycznia 80 lok. 4
06-400 Ciechanów
tel. 696 440 060



Centrum Ruchu w Eskulapie

Ciechanów
ul. Narutowicza 20

- Rehabilitacja
- Fizjoterapia
- Dietetyka
- Treningi personalne i grupowe
- Fizykoterapia
- Masaż

tel. 23 661 84 38
www.centrumruchueskulap.pl



Zakład Optyczny - Andrzej Bayer

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

Posiadamy w ofercie szeroki wybór
oprawek okularowych!

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



GABINET MASAŻU

Gabinet Masażu
mgr Łukasz Siwanowicz

ul. Gwardii Ludowej 23/12
Ciechanów

☎ 500 495 998

www.masazeciechanow.pl



- * Masaże lecznicze, sportowe
- * Masaże dla Dwojga
- * Grotta SOLNA
- * Terapia nietrzymania moczu
- * Vouchery

PIELĘGNACJA CIAŁA



FIGURA

CENTRUM PIĘKNEGO CIAŁA
TERAPIE MANUALNE TWARZY
KOBIDO, HADADO I ZOGA FACE

Bohaterów Września 22, Ciechanów

☎ 730 39 49 49 ☎ centrumpienegociatalafigura



UBEZPIECZENIA

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 Gołymień-Ośrodek, Tel. 604 157 402 lub 728 395 010



DOM
UBEZPIECZENIOWY
SPECTRUM

**wszystkie
ubezpieczenia**

☎ Ciechanów, ul. Dolna 9 ☎ 23 673 57 17 ☎ 572 409 716

FINANSE



NOTUS Finance

**KREDYTY
HIPOTECZNE**

tel. kom. 508 462 484

krzysztof.szczepanski@notus.pl
06-400 Ciechanów, ul. Pułtуска 53



NIERUCHOMOŚCI

Freedom
nieruchomości

POŚREDNICTWO
W SPRZEDAŻY I KUPNIE
NIERUCHOMOŚCI

ANETA MARCINIAK

Dyrektor Oddziału
Broker Nieruchomości

tel. 573 881 597

Biuro Nieruchomości w Ciechanowie
Plac Jana Pawła II 15 lok. 1
a.marciniak@freedom-nieruchomosci.pl



BUDOWLANE



KOPTRANS
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

PLAST-BUD

DYSTRYBUCJA MATERIAŁÓW DO BUDOWY SIECI:

WODNYCH, GAZOWYCH, KANALIZACYJNYCH,
CENTRALNEGO OGRZEWANIA, WENTYLACJI,
TELEKOMUNIKACYJNYCH ORAZ DROGOWYCH

WYKONAWSTWO SIECI ZEWNĘTRZNYCH I WEWNĘTRZNYCH:
WODOCIĄGOWYCH, KANALIZACYJNYCH I GAZOWYCH

SIECI ZEWNĘTRZNE

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

TECHNIKA GRZEWCZA
I INSTALACJE WEWNĘTRZNE
Ciechanów, ul. Niechodzka 9A
tel. (23) 671-48-74

e-mail: zakupy@plast-bud.com
www.plast-bud.com



Jesteśmy
z Wami
od 1992 roku

domet

• ROLETY • BRAMY
• AUTOMATYKA

Ciechanów, ul. Mleczarska 9a (obok WORD)
tel. 23 673 70 52

www.e-domet.pl email: domet@home.pl

ECOspec

OCIEPLANIE BUDYNKÓW PIANĄ

* poddasza * stropy * fundamenty * ściany
* hydroizolacja

@ecospec@wp.pl ☎ 534 031 966 ECOspec



MŁYŃSCY

Zakład Instalacji Sieci Gazowych, Wodno-Kanalizacyjnych,
Energetycznych, Handlu i Usług M.M. Młyński

* Sprzedaż hurtowa i detaliczna
materiałów branży
inżynieryjno-sanitarnej

* Usługi w zakresie wykonawstwa:
- sieci wodociągowych, kanalizacyjnych, gazowych
i odwodnieniowych
- przyłączy wodociągowych, kanalizacyjnych i gazowych

06-400 Ciechanów, ul. Śmiecińska 8, tel. 23 672 53 63, tel. kom. 502 534 284

odwiedź nas na:

www.**PULS**Ciechanowa.pl

HALO CIECHANÓW

HYDRO ENERGY

OLGA KIERZKOWSKA
tel. 516 379 402

POZYSKujemy dla naszych klientów DOFINANSOWANIA I DOTACJE

- ★ FOTOWOLTAIKA Z MAGAZYNEM ENERGII
- ★ POMPY CIEPŁA
- ★ PIECE NA PELLET ORAZ ZGAZOWUJĄCE DREWNO
- ★ KLIMATYZACJA

OBRAZY NA ZAMÓWIENIE, PROJEKTANT WNĘTRZ

art. Studio KUSKOWSKA

Ożyw swoje ściany unikalnymi obrazami w drewnianych ramach.

Wybierz z galerii lub zamów wymarzony obraz!

tel: 535 337 337 Art.StudioKuskowska
www.artstudiokuskowska.pl

KLIMATYZACJA

AUTO KLIMA LORAN

KLIMATYZACJA

samochodowa, domowa, biurowa i przemysłowa
SERWIS I NAPRAWA

AKUMULATORY
(na terenie Ciechanowa)
DOWÓZ I WYMIANA GRATIS!

Ciechanów, ul. Sienkiewicza 12
tel. 603 156 563
www.klimatyzacja-ciechanow.pl

USŁUGI

PRANIE TAPICERKI MEBLOWEJ

POPCORN

WESELA, URODZINY, IMPREZY PLENEROWE itp.

Mariusz Majewski 505 202 678

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

AGROAP SERWIS

MASZYN ROLNICZYCH I SAMOCHODÓW WSZYSTKICH MAREK

- DIAGNOSTYKA
- PRZEGŁĄDY 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

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

ALEJA UNII EUROPEJSKIEJ 8
06-400 CIECHANÓW
WWW.FRICKE.PL

FRICKE JOHN DEERE
Maszyny Rolnicze

Gasart **STAG**

SAMOCODOWE 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
www.ac.com.pl

USŁUGI POGRZEBOWE

DOM POGRZEBOWY - CALVARIA -
TADEUSZ ANTOSIK

KOMPLEKSOWA OBSŁUGA

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

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

KWIACIARNIE

Kwiaciarnia na Spokojnej

- BUKIETY, WIANKI I WIEŃCE
- KWIATY CIĘTE, OGRODOWE I DONICZKOWE
- DEKORACJE ŚWIĄTECZNE, ŚLUBNE I INNE

NA TERENIE MIASTA DOSTAWA GRATIS!

Ciechanów, ul. Spokojna 32 * tel. 606 142 415 * pon.-pt. 10 - 18, śr. 8 - 18, sob. 9 - 15

ul. Graniczna Kwiaciarnia na Spokojnej
ul. Spokojna Gram Market

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
www.ciechanow.artlookgallery.com

USŁUGI KAMIENIARSKIE

KAMIENIARSTWO KOC-BRUK Kamil Kocięcki

Ciechanów, ul. Gostkowska 77A ☎ 798 273 949

PIECZARY BETONOWE
REALIZACJA W 24 GODZ.

POMNIKI * UKŁADANIE KOSTKI BETONOWEJ
LITERNICTWO * PARAPETY * BLATY
PODNOSENIE ZAPADNIĘTYCH NAGROBKÓW

ODZYSK SUROWCÓW WΤÓRNYCH

PUNKT PRZYJĘĆ ODPADÓW

- * folia
- * folia przyzmoowa
- * folia po sianokiszonce
- * makulatura
- * big bag
- * inne

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

HALO CIECHANÓW

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
www.maz.piib.org.pl

ZAJĘCIA DODATKOWE

EDUKACYJNA KRAINA

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

PRAWO

Piotrowski & Wspólnicy
KANCELARIA

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

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

KANCELARIA RADCY PRAWNEGO

MAREK ŁEBKOWSKI
RADCA PRAWNY

ul. Płńska 33, 06-400 Ciechanów
tel. 508 157 193, e-mail: marek.lebkowski@radcaprawny24.pl

KANCELARIA RADCY PRAWNEGO
RADCA PRAWNY
BARTOSZ MACHUL

www.kancelariamachul.pl

MACHUL
Kancelaria Radcy Prawnego

Świadczymy pomoc

- Osobom fizycznym
- Przedsiębiorstwom
- Podmiotom publicznym

tel. 888-343-340

WERONIKA MATUSIAK
ADWOKAT

SPRAWY: CYWILNE * RODZINNE * KARNE

Kancelaria Adwokacka w Ciechanowie, ul. Zamkowa 27
tel. 575 484 842 www.wmatusiak.pl

Magdalena Dąbrowska
Adwokat

KANCELARIA ADWOKACKA
ADWOKAT MAGDALENA DĄBROWSKA

- unieważnienie umowy kredytowej CHF
- sprawy cywilne / zasiedzenie / podział majątku
- sprawy spadkowe / dział spadku
- sprawy rodzinne / rozwód / alimenty / rozdzielenie majątkowe
- sprawy gospodarcze / o zapłatę

Ciechanów, ul. Harcerska 8 lok. U2
500 262 200 magda.dabrowska@adwokat-ciechanow.pl

SAMORZĄD GOSPODARCZY

MIG MAZOWIECKA IZBA GOSPODARCZA W CIECHANOWIE

Razem możemy więcej!

Zachęcamy do członkostwa w naszej Izbie!
[Facebook.pl/migciechanow](https://facebook.pl/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

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

BANK

BEZPIECZNY SOLIDNY PRZYJAZNY

Oddział w Ciechanowie
ul. 3 Maja 11

BANK SPÓŁDZIELCZY W PŁONSKU
Grupa BPS

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

23 672 09 65
bsplonsk.pl

Millennium bank

Ciechanów, ul. Sikorskiego 12
tel. 501 107 111

BANKOWOŚĆ ELEKTRONICZNA
KARTY PŁATNICZE
KREDYTY I POŻYCZKI
KONTA OSOBISTE

JUBILERSTWO

ABAK
SKLEP JUBILERSKI
ROK ZAŁOŻENIA 1998

ZŁOTO - SREBRO - ZEGARKI

- * skup złota
- * naprawy biżuterii
- * wyrób biżuterii wg indywidualnych zamówień

Galeria MRÓWKA w Ciechanowie, ul. Niechodzka 5, tel. 23 672 18 78
czynne: pon.-pt. 10-20, sob. 9-20, niedz. handlowe 11-18

Zapraszam
Paweł Kurpiewski

ogłoszenie własne wydawcy

Aktualne wydanie magazynu PULS dostępne jest na

www.PULS.Ciechanowa.pl

znajdziesz tu:

- * najważniejsze informacje z regionu
- * archiwum (PDF) wszystkich wydań PULSU Ciechanowa

Chcesz pozyskać nowych klientów?
Zamawiając reklamę w gazecie oraz na portalu pulsciechanowa.pl otrzymasz atrakcyjny rabat!

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

Rozważania prawnicze

Jednoosobowa działalność czy spółka – co jest lepsze na początek?

Decyzja o założeniu własnej firmy często rozpoczyna się od dylematu: wybrać jednoosobową działalność gospodarczą czy spółkę? To pytanie zadaje sobie wielu początkujących przedsiębiorców, a wybór ten może mieć dalekosiężne skutki – nie tylko prawne, ale też podatkowe i organizacyjne. Nie ma uniwersalnej odpowiedzi, ale warto przyjrzeć się zaletom i ograniczeniom obu form, aby podjąć świadomą decyzję już na starcie.

Założenie jednoosobowej działalności gospodarczej (JDG) to najprostszy i najszybszy sposób na rozpoczęcie prowadzenia firmy w Polsce. Rejestracja w CEIDG (Centralnej Ewidencji i Informacji o Działalności Gospodarczej) jest darmowa i możliwa przez Internet, a formalności ograniczają się do kilku kroków – wybór kodu PKD, formy opodatkowania, zgłoszenie do ZUS itd.

JDG daje pełną kontrolę nad firmą – właściciel sam podejmuje decyzje, zarządza finansami i ponosi odpowiedzialność. Co istotne, zyski z działalności to jednocześnie dochód osoby fizycznej, a więc są opodatkowane jako PIT (do wyboru: skala podatkowa, podatek liniowy, ryczałt od przychodów ewidencjonowanych).

Dużym plusem tej formy działalności jest jej elastyczność. W każdej chwili można ją zawiesić, zamknąć lub przekształcić w inną for-

mę prawną. Z drugiej strony, JDG wiąże się z pełną odpowiedzialnością majątkową – jeśli przedsiębiorca popadnie w długi, wierzyciele mogą sięgnąć po jego prywatny majątek.

Dla tych, którzy planują większe przedsięwzięcie lub chcą zminimalizować ryzyko osobistej odpowiedzialności, atrakcyjną alternatywą może być spółka z ograniczoną odpowiedzialnością (sp. z o.o.). Za zobowiązania spółki odpowiada sama spółka, a wspólnicy co do zasady nie ponoszą odpowiedzialności majątkiem prywatnym (ale zarząd już taką odpowiedzialność może ponieść).

Założenie spółki z o.o. jest jednak bardziej skomplikowane i kosztowne. Wymaga zawarcia umowy (tradycyjnie u notariusza lub online przez system S24), wniesienia kapitału zakładowego (minimum 5.000 zł) i rejestracji w KRS. Prowadzenie spółki wiąże się także z większymi obowiązkami księgowymi – pełna księgowość, coroczne sprawozdania finansowe i rygorystyczna kontrola przepływów pieniężnych.

Jeśli chodzi o opodatkowanie, spółka z o.o. płaci podatek dochodowy od osób prawnych (CIT) – 9% lub 19% od zysku, a wypłata dywidendy dla wspólników opo-

datkowana jest dodatkowo 19-procentowym podatkiem PIT. Oznacza to tzw. „podwójne opodatkowanie”, które może zniechęcać szczególnie na początku biznesowej drogi.

JDG jest tańsza w prowadzeniu, daje dużą swobodę, a procedury są znacznie prostsze. To dobra forma do przetestowania pomysłu na biznes, zdobycia klientów i pierwszych doświadczeń.

Z kolei spółka z o.o. może być atrakcyjniejsza, gdy przedsiębiorca od razu przewiduje ryzyko, chce działać z partnerem, poszukuje inwestorów, planuje rozwój w większej skali lub po prostu chce chronić swój majątek osobisty. Wówczas większy nakład pracy i wyższe koszty administracyjne mogą być uzasadnione.

Nie ma jednej odpowiedzi na pytanie „co się bardziej opłaca” – opłacalność zależy od profilu działalności, ryzyka branży, skali przedsięwzięcia i osobistych priorytetów. Dobrze jest na tym etapie skonsultować się z ekspertem – właściwa decyzja na początku może oszczędzić wielu problemów w przyszłości.

BARTOSZ MACHUL
Radca Prawny
Wiceprezes Mazowieckiej
Izby Gospodarczej



reklama

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

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

tel. 506 16 45 16

Ubezpieczenie OC w podróży – jak działa i dlaczego warto?

OC turystyczne ochroni Cię przed finansowymi konsekwencjami szkody nieumyślnie wyrządzonej podczas wakacji. Może dotyczyć zarówno **szkód materialnych** (np. uszkodzenie wypożyczonego sprzętu), jak i **osobowych** (np. spowodowanie wypadku podczas uprawiania sportu).

OC turystyczne nie jest obowiązkowe, ale w wielu sytuacjach może okazać się niezbędne. W niektórych krajach lub na określonych

terenach rekreacyjnych (np. w Alpach) **posiadanie OC może być wymagane** przy uprawianiu sportów ekstremalnych.

Standardowe ubezpieczenie OC w podróży obejmuje szkody, które przypadkowo wyrządzisz innym osobom. Ochrona obejmuje również **dzieci i zwierzęta pod Twoją opieką**. Oto przykładowe sytuacje, w których możesz skorzystać z polisy:

- **zniszczenie wyposażenia hotelowego** przez

dziecko,

- **uszkodzenie sprzętu sportowego należącego do wypożyczalni lub osoby trzeciej** (np. roweru, deski snowboardowej),

- **spowodowanie kontuzji** na innej osobie podczas aktywności sportowej.

Zakres ochrony zależy od oferty ubezpieczyciela, dlatego warto dokładnie zapoznać się z warunkami polisy. Na zakres pokrycia szkód wpływa również wysokość **sumy ubezpieczenia** – jest to limit odpowiedzialności finansowej towarzystwa. Warto pomyśleć o rozszerzeniu OC turystycznego, jeśli planujesz aktywny wypoczynek.

Dobrze dobrana polisa OC w podróży to gwarancja spokojnego wypoczynku. Bez względu na to, czy wybierasz się na rodzinne wakacje, samotną eskapadę czy aktywny urlop, ubezpieczenie turystyczne OC zapewni Ci finansową ochronę przed skutkami nieprzewidzianych zdarzeń.

Ciesz się podróżami bez zbędnych zmartwień! Porównaj najlepsze oferty w Domu Ubezpieczeniowym Spectrum – odwiedź



Justyna Pieckowska
Kierownik Oddziału
Domu Ubezpieczeniowego Spectrum
w Ciechanowie

nasze biuro lub zadzwoń, aby dopasować polisę do na miarę Twoich oczekiwań!



Siedziba Oddziału DOMU
UBEZPIECZENIOWEGO
SPECTRUM w Ciechanowie



DOM
UBEZPIECZENIOWY
SPECTRUM

**wszystkie
ubezpieczenia**

📍 Ciechanów, ul. Dolna 9 📞 23 673 57 17 📞 572 409 716

Rozmowa z dr. inż. Grzegorzem Kocem – Rektorem Państwowej Akademii Nauk Stosowanych im. Ignacego Mościckiego w Ciechanowie

Zapewniamy dobry start do życia zawodowego

Magnificencjo, jaki był dla Uczelni kończący się właśnie rok akademicki?

Kończący się rok akademicki 2024/2025 był udany. Na uwagę w mijającym roku zasługuje aktywność naukowa naszej kadry. Zorganizowaliśmy sympozja oraz konferencje, które dały możliwość powiększania dorobku i rozwoju naukowego. Ważna była bardzo dobra rekrutacja na studia, na poziomie ostatnich lat - co oznacza, że nie zmniejsza się liczba studentów. To dla nas o tyle istotne, że z każdym rokiem zmniejsza się populacja absolwentów szkół średnich. Cieszy mnie, że Akademicki Związek Sportowy w naszej Uczelni zyskał duże zainteresowanie. Stąd też nowa formuła Juwenaliów - „na sportowo”.

Otwieraliście nowe laboratoria i prowadziliście inwestycje. Proszę opowiedzieć o najważniejszych z nich.

Laboratorium Badawcze Inżynierii Mechanicznej i Materiałowej funkcjonuje w ramach Centrum Innowacji i Transferu Technologii wiążąc konkretne firmy i instytucje z Uczelnią. CliTT w mijającym roku zostało włączone w struktury Porozumienia Akademickich Centrów Transferu Technologii (PACTT) wpisując się w cele, jakimi jest budowanie silnych interdyscyplinarnych zespołów badawczych otwartych na podejmowanie nowych obszarów działalności naukowej w ramach

zleceń kierowanych do uczelni z przemysłu. Innym ważnym przedsięwzięciem CliTT jest uzyskanie akceptacji wniosku do projektu pn. „Science4Business – Nauka dla biznesu”, dofinansowanego ze środków Unii Europejskiej w ramach Programu „Fundusze Europejskie dla Nowoczesnej Gospodarki na lata 2021-2027”. Porozumienie Akademickich Centrów Transferu Technologii jest dobrowolnym zrzeszeniem uczelni, instytutów badawczych oraz PAN. Uwzględniając specyfikę naszego regionu utworzyliśmy także Laboratorium Nowoczesnych Technik Rolniczych, w związku z tym podjęliśmy starania o pozyskanie ze Skarbu Państwa 67-hektarowej działki rolnej dla potrzeb nowoczesnych rozwiązań w produkcji roślinnej.

Na Uczelni odbywają się liczne konferencje. Które z nich były Pańskim zdaniem najważniejsze?

Było wiele ciekawych spotkań o charakterze naukowym i popularno-naukowym, np. na Wydziale Inżynierii i Ekonomii zorganizowano konferencję pt. „Zdrowie psychiczne w pracy – inwestycja nie koszt”. Prezentowana tematyka oparta była na wynikach badań przeprowadzonych przez nauczyciela akademickiego, dotyczących kondycji psychicznej pracowników. W wystąpieniach podkreślano troskę o zdrowie psychiczne jako element

wpływający na jakość pracy, efektywność i kulturę organizacyjną. Zwieńczeniem wydarzenia była debata międzypokoleniowa, która ukazała, jak różnorodne są potrzeby i oczekiwania przedstawicieli różnych grup wiekowych w kontekście zdrowia psychicznego w miejscu pracy. Na uwagę zasługuje także konferencja pt. „Człowiek pomiędzy wojną a pokojem – braterstwo broni w doświadczeniu weteranów misji zagranicznych” zorganizowana na Wydziale Nauk o Zdrowiu i Nauk Społecznych. Jak co roku odbyło się Seminarium Naukowe pt. „Aktywność naukowa młodzieży akademickiej”.

Uruchomiliście nowe kierunki studiów. Jak funkcjonują?

W poprzednim roku akademickim uruchomiliśmy nowe studia magisterskie drugiego stopnia na kierunku Logistyka a także jednolite pięcioletnie studia magisterskie na kierunku Fizjoterapia. Funkcjonują dobrze. Ważne, że trafiliśmy z oczekiwaniami młodzieży, stąd dobra rekrutacja na studia. Zapewniliśmy bazę dydaktyczną oraz warunki do zajęć teoretycznych i praktycznych przygotowując absolwentów pod kierunkiem oczekiwań pożądanym na rynku pracy.

Tegoroczne Juwenalia miały nową formułę. Jaki był ich przebieg i atrakcje?

Nawiązując do aktywności Akademickiego Związku Sportowego tegoroczne



dr. inż. Grzegorz Koc

Juwenalia zorganizowaliśmy pod hasłem „Sport i zabawa” i miały one wyjątkowo aktywny charakter. Wydarzenie rozpoczęło się emocjonującymi zawodami sportowymi na stadionie miejskim. Drużyny reprezentujące poszczególne kierunki studiów oraz zespół pracowników uczelni rywalizowały w kilkunastu zabawnych konkurencjach. Zawody dostarczyły wiele śmiechu i pozytywnych emocji, a licznie zgromadzona publiczność z entuzjazmem popołudniowych odbyła się oficjalna ceremonia przekazania symbolicznych kluczy do miasta studentom. Aktu tego dokonał prezydent Krzysztof Kosiński w obecności mojej oraz Prorektora Uczelni prof. dr. hab. Leszka Zygniera. Klucze odebrała

przewodnicząca Rady Uczelnianej Samorządu Studentów - Majka Trzęsiel, co oficjalnie rozpoczęło dalszą część święta studenckiego. Kulminacyjnym punktem dnia był mecz piłkarski pomiędzy reprezentacjami studentów PANS a Urzędu Miasta Ciechanów. Po emocjonującej rywalizacji zwycięstwo przypadło drużynie Prezydenta Miasta Ciechanów. Wieczór upłynął pod znakiem muzyki, tańca i wspólnej zabawy, kończący ten wyjątkowy dzień pełen integracji, uśmiechu i sportowej rywalizacji. Do zobaczenia za rok!

Jak zachęciłby Pan potencjalnego studenta do rozpoczęcia nauki w PANS?

Jesteśmy jedyną w naszym regionie Uczelnią prowadzącą bezpłatne studia stacjonarne. System wspierania stypendialnego umożliwia podejmowanie i kontynuowanie nauki przez młodzież o różnym statusie materialnym. No i co nie jest bez znaczenia, absolwenci opuszczający mury naszej Uczelni znajdują zatrudnienie. Nic więc dziwnego, że Uczelnia jest postrzegana jako nowoczesna, elastycznie reagująca na zmieniające się potrzeby lokalnego rynku pracy. Mogę z całą odpowiedzialnością stwierdzić, że ukończenie studiów na naszej Uczelni zapewnia dobry start do życia zawodowego. Miło mi będzie powitać w Uczelni nowych studentów w kolejnym roku akademickim.

Dziękujemy za rozmowę.

ogłoszenie



Państwowa Akademia Nauk Stosowanych im. Ignacego Mościckiego w Ciechanowie

www.pansim.edu.pl

Ciechanów • ul. Gabriela Narutowicza 9 • tel. 23 672 20 50

STUDIA INŻYNIERSKIE

- Inżynieria środowiska
- Informatyka
- Rolnictwo
- Mechanika i budowa maszyn
- Elektronika i telekomunikacja

STUDIA MAGISTERSKIE

- Pielęgniarstwo
- Zarządzanie
- Pedagogika przedszkolna i wczesnoszkolna
- Praca socjalna
- Fizjoterapia
- Logistyka

STUDIA LICENCJACKIE

- Ekonomia
- Pielęgniarstwo
- Praca Socjalna
- Bezpieczeństwo wewnętrzne
- Logistyka

BEZPŁATNIE • BLISKO • SOLIDNIE

eMKSiaki świętowały Dzień Dziecka

Na sportowo, ale inaczej niż zwykle!

Zamiast boiska czy hali treningowej, tym razem była kolorowa sala zabaw, miękkie zjeżdżalnie i beztroska radość. Najmłodsza grupa piłkarska eMKSiaków z MKS Ciechanów uczuła Dzień Dziecka wyjątkowym treningiem w sali KidsCity w Ciechanowie.

To nie był typowy dzień na sportowo, mali zawodnicy zamienili piłki na dmuchańce, drabinki i labirynty. Była to jednak świetna okazja, by świętować w gronie rówieśników, budować drużynową więź i po prostu, dobrze się bawić.

– Takie chwile też są potrzebne. Sport to nie tylko treningi, ale też radość, integracja i śmiech. A tego nie brakowało! – podkreślają trenerzy z MKS Ciechanów,

którzy na co dzień prowadzą zajęcia dla najmłodszych.

Grupa eMKSiaków to dzieci, które dopiero rozpoczynają swoją sportową przygodę. Na regularnych treningach uczą się podstaw piłki nożnej, rozwijają koordynację, równowagę i – co najważniejsze – pasję do ruchu i zdrowego stylu życia.

Na zakończenie radosnego dnia nie zabrakło życzeń dla małych sportowców – dużo uśmiechu, frajdy z grania i wytrwałości w rozwijaniu swoich piłkarskich umiejętności. Bo jak wiadomo, najlepsi piłkarze też kiedyś zaczynali... od zabawy.

PIOTR PSZCZÓŁKOWSKI



eMKSiaki na treningu z okazji Dnia Dziecka



Fot. MKS

Rozmowa z Izabelą Kierską - dyrektorem Medycznej Szkoły Policealnej w Ciechanowie

Uczymy skutecznie i z pasją

Do kogo jest kierowana oferta Medycznej Szkoły Policealnej w Ciechanowie?

Naszą ofertę kierujemy do osób dorosłych – zarówno tych, które dopiero szukają swojej ścieżki zawodowej, jak i tych, które chcą się przebranżwić, wrócić na rynek pracy lub podjąć nowe wyzwania. Nauka u nas jest dla każdego, kto ukończył szkołę średnią – nie wymagamy matury, nie ograniczamy wieku kandydata. Zachęcam do kontaktu z sekretariatem – chętnie doradzimy i pomożemy w formalnościach.

Czego dziś oczekują słuchacze od szkoły policealnej uczącej zawodu?

Dorośli uczniowie szukają dziś konkretnych efektów nauki – chcą zdobyć szybki zawód, który da im pracę, poczucie bezpieczeństwa i niezależności. W nowoczesnej szkole zawodowej musi być praktyczna nauka umiejętności w realiach przyszłego zawodu, możliwość rozwoju i realne wsparcie od nauczyciela. Nasza szkoła rozumie potrzeby swoich słuchaczy. Od lat z sukcesem łączymy tradycję edukacyjną z nowoczesnością. Wiemy, że uczymy ludzi dorosłych – często z doświadczeniem życiowym, rodzinami, obowiązkami i dlatego tworzymy miejsce, w którym mogą uczyć się efektywnie, bez stresu i z poczuciem celu.

Dlaczego warto podjąć naukę właśnie w Państwa szkole?

Dlatego, że stawiamy na praktyczne kształcenie zawodowe, które daje realne kompetencje i szybki start na rynku pracy i szybkie zarabkowanie. Nasza szkoła od lat kształci dorosłych w zawodach medycznych. Oferujemy naukę bezpłatną, prowadzoną w przyjaznej i wspierającej atmosferze. Posiadamy sprawdzoną bazę miejsc zajęć praktycznych, współpracujemy z placówkami medycznymi i gabinetami prywatnymi, a nasi absolwenci znajdują zatrudnienie lub zakładają własne działalności. Wzmacniamy kompetencje zawodowe organizując certyfikowane

szkolenia. Nasz słuchacz ma status ucznia i może otrzymywać rentę rodzinną lub alimenty. Mamy bardzo dobrą zdawalność egzaminów zawodowych.

Ile kosztuje nauka w Waszej szkole?

Jesteśmy placówką publiczną, finansowaną ze środków Samorządu Województwa Mazowieckiego. Słuchacze nie ponoszą żadnych kosztów, nauka jest bezpłatna.

Jak długo trwa nauka?

Wszystko zależy od zawodu. W przypadku podologa, higienistki stomatologicznej, technika masażysty oraz technika usług kosmetycznych nauka trwa dwa lata, opiekuna medycznego kształcimy 3 semestry tj. 1,5 roku, a technika sterylizacji medycznej i asystenta osoby niepełnosprawnej tylko rok. Zajęcia odbywają się dwa - trzy razy w tygodniu, w godzinach popołudniowych i w soboty - z zachowaniem wolnej niedzieli. Mogę śmiało powiedzieć, że nasi słuchacze dają radę w łączeniu nauki z pracą zawodową i życiem rodzinnym.

Jakie kierunki kształcenia znajdują się w ofercie szkoły?

W tym roku zapraszamy do nauki na siedmiu przyszłościowych kierunkach: Technik masażysta – zawód z ogromnym potencjałem, przygotowujący do pracy w gabinetach fizjoterapii, SPA, sanatoriach czy klubach sportowych. Uczymy podstaw fizjoterapii, różnych technik masażu relaksacyjnego, sportowego, limfatycznego, leczniczego. Masażysta może prowadzić własny gabinet masażu. Opiekun medyczny – bardzo potrzebny zawód w szpitalach, klinikach, domach opieki. Uczymy iniekcji domięśniowych, pobierania krwi, pielęgnacji pacjenta. Podolog – nowoczesna dziedzina zajmująca się zdrowiem stóp. To zawód, który można wykonywać samodzielnie w gabinecie, współpracując z lekarzami i kosmologami. Uczymy terapii stopy cukrzycowej, zakładania klamr



przy wrastających paznokciach, terapii odcisków i modzelei, doboru wkładek ortopedycznych. Higienistka stomatologiczna – absolwent tego kierunku może współpracować z dentystrą, ale też prowadzić samodzielne działania profilaktyczne i edukacyjne. Praca w komfortowych warunkach, z pacjentem w gabinecie stomatologicznym. Uczymy lakowania, piaskowania i wybielania zębów, zdjęcia kamienia nazębnego, używania i pielęgnacji aparatów nazębnych. Technik usług kosmetycznych – przygotowujemy do pracy w salonach urody, SPA, a także do założenia własnej działalności. Uczymy wykonywania zabiegów pielęgnacyjnych twarzy, dłoni, stóp, depilacji, tajników makijażu i stylizacji. Technik sterylizacji medycznej – zawód bardzo potrzebny w szpitalach, laboratoriach, daje stabilne zatrudnienie, dba o czystość mikrobiologiczną używanych narzędzi, przeprowadza dezynfekcję i steryliza-

cję. Asystenta osoby niepełnosprawnej uczymy nawiązywania i podtrzymywania kontaktu z podopiecznym i jego rodziną, udzielania pierwszej pomocy, wykonywania czynności związanych z przemieszczaniem się, korzystania ze sprzętu rehabilitacyjnego. Będzie mógł pracować w domach pomocy społecznej, domach seniora, warsztatach terapii zajęciowej, prowadzić prywatną opiekę nad osobami niesamodzielnymi. Być asystentem rodziny w projektach unijnych.

Czym wyróżnia się Państwa szkoła na tle innych placówek edukacyjnych?

Naszym priorytetem jest kształcenie praktyczne, skuteczna edukacja. Zajęcia są prowadzone przez nauczycieli pracujących w zawodzie – to ogromna wartość dla słuchaczy, którzy zdobywają nie tylko wiedzę teoretyczną, ale i tajniki zawodowe. Dbamy o to, by nauka była dostosowana

do zmieniających się realiów rynku pracy, dlatego: zajęcia praktyczne odbywają się w oddziałach szpitalnych, przychodniach zdrowia, placówkach pomocy społecznej, gabinetach kosmetycznych i stomatologicznych. Współpracujemy z lokalnymi pracodawcami, oferujemy elastyczny tryb nauki, przyjazny dla osób pracujących lub wychowujących dzieci, pomagamy w zatrudnianiu po ukończeniu szkoły, zapewniamy przyjazną atmosferę, indywidualne podejście, motywację do nauki i realne wsparcie. Uczymy zawodów, które są odporne na zmiany gospodarcze i dają niezależność – nasi absolwenci często zakładają własne gabinety lub pracują w stabilnych instytucjach medycznych.

Nasz absolwent zna realia zdobytego zawodu, posiada umiejętności i kwalifikacje, które podążają za potrzebami rynku pracy. Wyuczony zawód przekłada się na zatrudnienie, pracę i zarobki.

Jakie są perspektywy po ukończeniu szkoły?

Zdecydowana większość naszych absolwentów znajduje zatrudnienie albo zakłada własne firmy. Branże medyczna i kosmetyczna należą do najdynamiczniej rozwijających się na rynku – zapotrzebowanie na specjalistów rośnie. Dodatkowo, wiele naszych zawodów ma potencjał pracy również za granicą – np. opiekunowie medyczni, technicy masażysty czy higienistki są cenieni w Niemczech, Norwegii czy Wielkiej Brytanii.

Na zakończenie – co powiedziałaby Pani osobom, które wahają się, czy podjąć naukę?

Powiedziałabym: nie czekaj, działaj! Jeśli myślisz o nowym zawodzie, lepszej pracy, większym poczuciu wartości – zapraszamy do naszej szkoły. U nas wystarczy średnie wykształcenie i chęć do działania, nauki. Dalsze kroki zrobimy wspólnie. Pomagamy, wspieramy, uczymy – skutecznie i z pasją. Rekrutacja trwa – czekamy właśnie na Ciebie!

Dziękujemy za rozmowę.

Rozmowa z dr Agnieszką Lubowiedzką – dyrektorem Specjalnego Ośrodka Szkolno-Wychowawczego w Ciechanowie

Zawsze jesteśmy otwarci

Specjalny Ośrodek Szkolno-Wychowawczy działa w Ciechanowie już kilkadziesiąt lat...

Tak, jest najstarszą placówką na terenie powiatu kształcąca dzieci i młodzież niepełnosprawną intelektualnie w stopniu lekkim, umiarkowanym, znacznym, głębokim, z niepełnosprawnościami sprzężonymi, autyzmem, afazją, Mózgowym Porażeniem Dziecięcym, Zespołem Downa i innymi schorzeniami. Edukacją obejmujemy dzieci oraz młodzież w wieku od 3 do 24 lat.

Jakie są zalety szkoły specjalnej?

Przede wszystkim mamy specjalistyczną, wykwalifikowaną kadrę: oligofrenopedagogów, surdopedagogów, tyflopedagogów, logopedów, neurologopedów, psychologów, pedagogów, fizjoterapeutów, terapeutów integracji sensorycznej i EEG Biofeedback. Dzięki małej liczbie klas możemy w pełni dostosować tempo nauki, metody oraz treści edukacyjne do możliwości, potrzeb i predyspozycji każdego ucznia. Zapewniamy nowoczesną bazę dydaktyczną: sale rehabilitacyjne (w tym do hydroterapii i fizykoterapii), Integracji Sensorycznej, salę Doświadczania Świata, gabinety terapii, pracownię komputerową i gospodarstwo domowe, nową siłownię, boisko tartanowe, place zabaw. Dbamy o wszechstronny rozwój – oferujemy za-

jęcia sportowe (m.in. treningi piłkarskie, boccia, basen), taneczne, plastyczne oraz udział w ogólnopolskich konkursach. Chcemy, by uczniowie odkrywali swoje mocne strony i rozwijali talenty.

Porozmawiajmy o jednostkach wchodzących w skład placówki. Zaczniemy od Przedszkola Specjalnego.

Do Przedszkola przyjmujemy przez cały rok wszystkie dzieci z różnymi niepełnosprawnościami. W pracy kierujemy się zasadą indywidualizacji – dostosowujemy metody pracy do możliwości i potrzeb każdego dziecka. Grupę prowadzi pedagog specjalny, któremu towarzyszy pomoc nauczyciela.

Kolejny etap edukacji to Szkoła Podstawowa Specjalna.

Na tym etapie kształcenie również jest ściśle dostosowane do potrzeb uczniów posiadających orzeczenie o potrzebie kształcenia specjalnego. Stosujemy indywidualne podejście oraz bogaty pakiet zajęć wspierających rozwój ucznia: logopedia, rewalidacja, terapia SI, EEG Biofeedback, fizjoterapia. Łącznie jest to 10-12 godzin tygodniowo. Dla wszystkich chętnych zapewniamy miejsce w internacie i pełne wyżywienie.

Czym jest Szkoła Przysposabiająca do Pracy?

To szkoła ponadpodstawowa przeznaczona dla uczniów z niepełnosprawnością intelektualną w stopniu umiarkowanym

lub znacznym oraz z niepełnosprawnościami sprzężonymi. Celem naszej szkoły jest przygotowanie młodzieży do jak największej samodzielności i zaradności życiowej. Wiodącym przedmiotem w tej szkole jest przysposobienie do pracy. W ramach tego przedmiotu uczniowie są przygotowywani do nabycia umiejętności praktycznych. Zakres treści kształcenia to: gospodarstwo domowe, prace ogrodnicze, prace biurowe, rękodzielnictwo.

Rozumiem, że Branżowa Szkoła I Stopnia to tzw. „zawodówka”?

Tak, kształcimy w zawodzie: pracownik pomocniczy obsługi hotelowej oraz na kierunku kucharz. Nauka trwa 3 lata z możliwością wydłużenia o 1 rok. Po ukończeniu szkoły i zdaniu egzaminu absolwent uzyska dyplom potwierdzający kwalifikacje w zawodzie, a także otrzyma wykształcenie zasadnicze zawodowe.

W nadchodzącym roku szkolnym nasza szkoła Branżowa bierze udział w projekcie finansowanym z programu FERS – Fundusze Europejskie dla Rozwoju Społecznego. Dzięki temu nasi uczniowie wyjadą na praktyki zawodowe do Grecji. To wyjątkowa okazja na zdobycie doświadczenia zawodowego w międzynarodowym środowisku, poznanie nowej kultury oraz rozwój kompetencji językowych i społecznych.



dr Agnieszka Lubowiedzka

Czym są prowadzone przez was Zespoły Rewalidacyjno-Wychowawcze?

Zajęcia w zespołach rewalidacyjno-wychowawczych organizowane są dla dzieci i młodzieży z niepełnosprawnością intelektualną w stopniu głębokim, w wieku od 3 do 24 lat. Zajęcia rewalidacyjno-wychowawcze w formie zespołowej realizowane są na terenie placówki w grupach od 2 do 4 osób.

Prowadzicie też Wczesne Wspomaganie Rozwoju Dziecka. Cóż to takiego?

WWRD to specjalistyczne zajęcia dedykowane dzieciom najmłodszym. W tych zajęciach mogą brać udział dzieci od momentu wykrycia niepełnospraw-

ności do rozpoczęcia nauki w szkole podstawowej. Dziecko może otrzymać od 4 do 8 godzin zajęć w miesiącu. Prowadzimy zajęcia: logopedyczne, integracji sensorycznej, terapii pedagogicznej, rehabilitacji ruchowej, terapii EEG-Biofeedback, stymulacji polisensorycznej.

Placówka ma także swój internat. Jak wygląda jego funkcjonowanie?

Oferujemy całodobową opiekę nad wychowankami, którą pełni zespół złożony z kadry pedagogów i terapeutów, tworzących ciepłą - domową atmosferę. Posiadamy nową, nowoczesnie wyposażoną bazę lokalową, dostosowaną do potrzeb osób niepełnosprawnych poruszających się na wózku lub mających trudności w przemieszczaniu się. Całodobowy pobyt dla wychowanków jest bezpłatny. Dzieci mają do dyspozycji aneksy mieszkalne złożone z pokojem dwu i trzypokojowym oraz łazienki.

Jak jest prowadzona rekrutacja do działających w SOSW jednostek?

Choć do naszej placówki można dołączyć w ciągu całego roku, to teraz - w czasie decyzji o dalszej edukacji - warto rozważyć naszą ofertę. Pomagamy dzieciom i młodzieży rozwijać się w przyjaznym środowisku, zapewniając wsparcie specjalistów, bezpieczną przestrzeń oraz ciekawe możliwości.

Dziękujemy za rozmowę.

ogłoszenie



Zapraszamy do SOSW w Ciechanowie!

Szanowny Rodzicu – jeśli Twoje dziecko posiada: orzeczenie o potrzebie kształcenia specjalnego lub opinię o potrzebie wczesnego wspomagania rozwoju, możemy Ci pomóc!

W naszej ofercie znajdziesz:

- * **PRZEDSZKOLE SPECJALNE** (bezpłatny pobyt, opieka i terapie)
- * **SZKOŁA PODSTAWOWA SPECJALNA**
- * **SZKOŁA PRZYSPOSABIAJĄCA DO PRACY**
- * **BRANŻOWA SZKOŁA I STOPNIA**
- kierunki: **pracownik pomocniczy obsługi hotelowej, kucharz**
- * **ZESPOŁY REWALIDACYJNO-WYCHOWAWCZE**
- * **WCZESNE WSPOMAGANIE ROZWOJU DZIECKA**
- * **INTERNAT**

Edukacją i opieką w szkołach i przedszkolu obejmujemy dzieci oraz młodzież w wieku od 3 do 24 lat. Uczęszczają do nas uczniowie z niepełnosprawnością intelektualną w stopniu lekkim, umiarkowanym, znacznym i głębokim, z niepełnosprawnościami sprzężonymi, autyzmem, afazją, Mózgowym Porażeniem Dziecięcym, Zespołem Downa i innymi schorzeniami.

ZAPEWNIAMY:

- * **indywidualne podejście i mało liczne klasy**
- * **zajęcia rewalidacyjne: logopedia, SI, EEG Biofeedback, rehabilitacja, rewalidacja indywidualna**
- * **specjalistyczną kadrę pedagogiczną i terapeutyczną**
- * **bezpłatny pobyt w przedszkolu i opiekę całodobową w internacie**
- * **pełne wyżywienie i domową atmosferę**
- * **rozwijanie pasji: taniec, plastyka, sport (piłka nożna, boccia, basen)**

TRWA REKRUTACJA - ZGŁOŚ SIĘ JUŻ DZIŚ!

W naszej placówce znajdziecie to co Waszym dzieciom jest potrzebne!

06-400 Ciechanów, ul. Sienkiewicza 13, tel. 23 672 28 89, www.soswciechanow.edu.pl

Mazowiecka Izba Gospodarcza w Ciechanowie

Absolutorium dla Prezesa i Rady MIG



Walne Zgromadzenie MIG

W maju odbyło się Walne Zgromadzenie członków Mazowieckiej Izby Gospodarczej, podczas którego jednogłośnie udzielono absolutorium Prezesowi oraz Radzie Izby za rok 2024. To ważne wydarzenie potwierdziło zaufanie członków do dotychczasowej działalności władz MIG oraz obranej przez nie strategii rozwoju.

Rada Izby działała w składzie wybranym w 2023 roku. Prezydium stanowili: Adam Olszewski – Prezes, Bartosz Machul – Wiceprezes, Danuta Drzewiecka – Sekretarz oraz Piotr Pszczółkowski – Skarbnik, pełniący również obowiązki Dyrektora MIG. W skład Rady weszli także: Robert Malinowski, Katarzyna Tromska i Wiesław Żebrowski. Pracę Rady nadzorowała Komisja Rewizyjna, która po analizie dokumentacji pozytywnie oceniła działalność Izby w minionym roku.

Prezes Adam Olszewski przedstawił obszernie sprawozdanie z działalności Izby za 2024 rok, podkreślając liczne działania na rzecz środowiska gospodarczego regionu. Wśród najważniejszych inicjatyw wymienił organizację szkoleń, spotkań

networkingowych oraz udział w wydarzeniach, w których MIG pełniła rolę partnera lub patrona. Aktywność Izby była widoczna zarówno w środowisku lokalnym, jak i ponadregionalnym.

Walne Zgromadzenie omówiło również kwestie finansowe. Rok 2024 zakończył się dla MIG wynikiem dodatnim, co potwierdza stabilność finansową organizacji i skuteczne zarządzanie jej zasobami.

Jedną z kluczowych uchwał podjętych przez uczestników Zgromadzenia była zmiana wysokości opłaty wpisowej dla nowych członków – mikroprzedsiębiorców (do 5 pracowników). Nowa, obniżona o połowę stawka wynosi 350 zł. Dla nieco większych firm przewidziano możliwość indywidualnego przyznania zniżki na podstawie decyzji Rady MIG.

Mazowiecka Izba Gospodarcza pozostaje aktywną organizacją zrzeszającą przedsiębiorców z różnych branż, której celem jest wspieranie firm członkowskich, reprezentowanie ich interesów oraz integracja lokalnego środowiska biznesowego.

PIOTR PSZCZÓLKOWSKI

Felieton :: Nie tylko od lat 18

Rozumieć, nie oceniać – o uzależnieniu bez uprzedzeń

Dlaczego, gdy mówimy o kimś, że jest alkoholikiem, tak często widzimy przed oczami osobę zaniedbaną, słabą, nieodpowiedzialną, leniwą albo życiowo nieudolną? Już samo słowo „alkoholik” niesie w sobie negatywny ładunek emocjonalny – niezależnie od tego, kim naprawdę jest dana osoba.

Wielu ludzi traktuje uzależnienie nie jako chorobę, lecz jako „brak silnej woli”. To sprawia, że osoba uzależniona nie budzi współczucia, tylko ocenę. Często oceniamy alkoholików po to, by odepchnąć od siebie myśl, że sami możemy mieć problem. To mechanizm obronny – na przykład: „Ja też piję, ale przecież nie tak jak on czy ona – to alkoholik, ja nie”.

Wielu z nas miało bolesne doświadczenia z osobami uzależnionymi – partnerem, rodzicem, kolegą z pracy, kimś bliskim z rodziny... I rzeczywiście, doświadczenie często pokazuje, że osoby uzależnione nie radzą sobie ze swoim problemem. Ale to tylko jedna strona medalu.

Rzadziej słyszymy historie tych, którzy przestali pić i zaczęli nowe, wartościowe życie. Dominują obrazy upadku, nie sukcesu – i to właśnie one utrwalają negatywny wizerunek alkoholika.

Niestety, uzależnienie wciąż bywa traktowane bardziej jako powód do wstydu niż jako choroba. Gdy ktoś mówi, że jest alkoholikiem, rzadko spotyka się ze zrozumieniem. Dlaczego? Bo łatwiej jest oceniać niż rozumieć.

Warto pamiętać, że alkoholik to nie tylko ten, kto pije. To także ten, kto już nie pije – bo wie, dokąd ta droga go prowadzi. To ktoś, kto często wykonał ogromną pracę, by odzyskać swoje życie. I kto żyje dziś jako osoba uzależniona – ale świadomie, z trudem i odpowiedzialnością.

Dla mnie dziś jednym z najważniejszych elementów codzienności jest zasada: **rozumieć, nie oceniać**.

Pamiętajmy, że biologicznie wszyscy jesteśmy tacy sami. Ale każdy z nas jest inny – z inną historią, doświadczeniem i walką do stoczenia. Dlatego – i tu się powtórzę – **rozumieć, nie oceniać**.

PIOTR JAKOWICKI
www.trener-trzezewosci.pl

Spotkanie biznesowe w starostwie

BGK dla biznesu – szansa na rozwój!

Przedsiębiorcy z powiatu ciechanowskiego poznali konkretne możliwości wsparcia z preferencyjnych programów pożyczkowych Banku Gospodarstwa Krajowego.

W Starostwie Powiatowym w Ciechanowie odbyło się spotkanie informacyjne dla przedsiębiorców i przedstawicieli instytucji samorządowych z regionu. Głównym tematem wydarzenia były możliwości uzyskania wsparcia z pożyczek oferowanych przez Bank Gospodarstwa Krajowego (BGK).

Spotkanie poprowadził Andrzej Hławacik, ekspert BGK, który szczegółowo przedstawił założenia dwóch kluczowych produktów: Pożyczki Inwestycyjnej i Pożyczki na Odnawialne Źródła Energii (OZE), dostępnych w tzw. Regionie Mazowieckim Regionalnym (RMR), obejmującym m.in. powiat ciechanowski.

Zgromadzeni przedsiębiorcy dowiedzieli się, że mogą ubiegać się o finansowanie do 3 mln zł (w przypadku pożyczki inwestycyjnej) lub do 5 mln zł (w przypadku projektów OZE), z niskim oprocentowaniem (od 0,5% rocznie) oraz karencją

w spłacie do 12 miesięcy.

- Zależy nam na tym, by przedsiębiorcy nie bali się sięgać po środki unijne, bo są one dostępne i dobrze dostosowane do lokalnych potrzeb. Nawet małe firmy mogą skorzystać z preferencyjnych warunków i ruszyć z nowymi inwestycjami – podkreślił Andrzej Hławacik.

W przypadku projektów OZE istnieje możliwość umorzenia nawet do 30% kapitału pożyczki, co dodatkowo zwiększa atrakcyjność oferty.

Na zakończenie spotkania przedsiębiorcy mieli możliwość indywidualnych konsultacji oraz uzyskania szczegółowych informacji nt. wymaganych dokumentów i warunków zabezpieczenia.



Spotkanie z ekspertem BGK w ciechanowskim starostwie

- Fundusze BGK to realna alternatywa dla komercyjnych kredytów. Inwestycje w OZE i cyfryzację mogą być kluczowe dla wzrostu konkurencyjności lokalnych firm - podkreślają przedsiębiorcy z Mazowieckiej Izby Gospodarczej obecni na spotkaniu.

PIOTR PSZCZÓLKOWSKI

Polski Związek Wędkarski

Rozpoczęły się mistrzostwa feederowe

Członkowie Koła Polskiego Związku Wędkarskiego Ciechanów-Miasto są już po pierwszej turze zmagania o tytuł Indywidualnego Mistrza Koła w Wędkarstwie Feederowym.

Zorganizowano ją na zbiorniku wodnym „KANALEY” w Ciechanowie. W zawodach wzięło udział 27 wędkarzy.

Pogoda była pochmurna, a od czasu do czasu pokropił mały deszczyk. Jednocześnie zmieniało się ciśnienie atmosferyczne. Pomimo trudnych warunków zawodnicy złowili łącznie 93 kg 590 gram ryb, które

po zważeniu wróciły do wody. Rywalizacja trwała 5 godzin.

W klasyfikacji indywidualnej I miejsce zajął Sławomir Stefański (złowił 9 kg 320 gram ryb różnych gatunków), II – Radosław Pszczółkowski, a III – Piotr Kowalski.

Zwycięzca otrzymał puchar i dyplom. - Dziękuję zawodnikom, którzy rywalizowali ze sobą we wspólnie koleżeńskie atmosferze. Jeszcze raz gratuluję zwycięzcom i do zobaczenia na II turze zawodów – mówi Eugeniusz Nowak – prezes Zarządu Koła PZW Ciechanów-Miasto.

EN/AI



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

„Śpiewać każdy może”

Młode talenty zachwyciły Regimin



W Regiminie jest wiele utalentowanych dzieci

Emocje, wzruszenia i gromkie brawa – za nami wyjątkowy Gminny Konkurs Wokalny z udziałem uczniów z Regimina, Szulmierza i Zeńboka.

Sala gimnastyczna Szkoły Podstawowej w Regiminie wypełniła się dźwiękami piosenek, radością i dumą. Wszystko za sprawą Festiwalu Piosenki „Śpiewać Każdy Może”, który zgromadził aż 20 młodych uczestników z trzech szkół podstawowych z Regimina, Szulmierza i Zeńboka. Wydarzenie, które wzbudziło wiele emocji zarówno wśród występujących, jak i publiczności, było świętem młodych talentów i lokalnej integracji.

Uroczystość otworzyła Małgorzata Czernik – dyrektor Szkoły Podstawowej w Regiminie, która wraz z zespołem nauczycieli czuwała nad całością przygotowań. Wśród gości specjalnych pojawili się także lokalni seniorzy oraz licznie zgromadzona społeczność szkolna. Szczególne podziękowania skierowano do

Marioli Kołakowskiej – Wójt Gminy Regimin, która ufundowała atrakcyjne nagrody, puchary i dyplomy dla zwycięzców.

Laureaci konkursu:

Kategoria klas I–III: I miejsce: Małgorzata Kowalska (kl. I, SP Szulmierz), II: Marcelina Winiarek (kl. III, SP Regimin), III: Oliwia Szczygłak (kl. II, SP Zeńbok).

Kategoria klas IV–VI: I miejsce: Róża Łyszkowska (kl. IV, SP Szulmierz), II: Julia Koniecka (kl. VI, SP Zeńbok), III: Natalia Ujazdowska (kl. VI, SP Zeńbok).

Kategoria klas VII–VIII: I miejsce: Maria Jackowska (kl. VII, SP Regimin), II: Jakub Kamiński (kl. VIII, SP Regimin), III ex aequo: Dawid Kierzkowski i Jakub Pielech (obaj kl. VII, SP Szulmierz).

Konkurs zakończył się wspólnym zdjęciem, oklaskami i obietnicą kolejnych edycji. Organizatorzy już dziś zapowiadają kontynuację tej muzycznej inicjatywy, któ-



ra nie tylko rozwija młode talenty, ale także buduje wspólnotę wokół kultury i pasji.

– To było naprawdę wzruszające wydarzenie. Cieszę się, że mamy w naszej gminie tylu utalentowanych młodych ludzi – podsumowała wójt Mariola Kołakowska.

PIOTR PSZCZÓLKOWSKI

XXX Powiatowy Przegląd Piosenki Dziecięcej i Młodzieżowej

Muzyczny sukces młodych artystów z „Chwilowo bez nazwy”

W Powiatowym Centrum Kultury i Sztuki w Ciechanowie odbył się XXX – jubileuszowy – Powiatowy Przegląd Piosenki Dziecięcej i Młodzieżowej. Wydarzenie jak co roku przyciągnęło młodych wokalistów i zespoły z całego regionu. Wśród licznych uczestników nie zabrakło również reprezentantów Akademii



Zespół „Chwilowo bez nazwy” wywarł pozytywne wrażenie na jurorach konkursu

Szczególne emocje wzbudził występ zespołu o intrygującej nazwie „Chwilowo bez nazwy”, który zdobył I miejsce w kategorii wiekowej klas 4–6. Młodzi artyści – Zosia Konwerska, Antek Kamiński, Grześ Ślesicki i Mateusz Kamiński – występują wspólnie zaledwie od miesiąca, a już zdążyli podbić serca publiczności i jurorów.

Formację prowadzą doświadczeni opiekunowie muzyczni: Robert Miroński oraz Marcin Grochowski, którzy pomogli młodym muzykom przygotować repertuar i zadbać o każdy szczegół scenicznego występu.

Występy uczestników oceniało profesjonalne jury w składzie: Bogumiła Nasierowska – trenerka wokalna i rehabilitantka

głosu, założycielka Centrum Zdrowego Głosu i Mowy w Ciechanowie, Michał Gogolewski – wicedyrektor Państwowej Szkoły Muzycznej I i II st. im. A. Krzanowskiego w Mławie, śpiewak operowy, Michał Wojtusik – dyrektor Zespołu Szkół nr 1 w Płońsku, wokalista, pianista i perkusista.

– To dla nas ogromna radość i niespodzianka, że udało się osiągnąć taki wynik już na początku naszej wspólnej przygody z muzyką – komentowali młodzi członkowie zespołu tuż po ogłoszeniu werdyktu.

Gratulujemy całemu zespołowi „Chwilowo bez nazwy” i życzymy kolejnych muzycznych sukcesów. Wszystko wskazuje na to, że przed tą czwórką – oraz ich opiekunami – naprawdę obiecująca artystyczna przyszłość!

PP

ogłoszenie własne wydawcy

Akademia

DŹWIEKU

NA LEKCJE GRY LUB ŚPIEWU!

***GITARA *UKULELE**

***PIANINO**

***PERKUSJA *ŚPIEW**

***AKORDEON i inne..**

adciechanow

Ciechanów, ul. Sienkiewicza 33a, tel. 517 770 082

www.akademiadzwieku.edu.pl

Paweł Gburzyński, Wiktor Rzczkowski, Janusz Zalewski: „Kilka myśli o sztucznej inteligencji” Zrozumiałe i z humorem o sztucznej inteligencji

Nakładem Warszawskiej Firmy Wydawniczej ukazała się bardzo ciekawa książka pt. „Kilka myśli o sztucznej inteligencji”. Jej autorami są wybitni naukowcy: Paweł Gburzyński, Wiktor Rzczkowski i Janusz Zalewski.

Jak najkrócej można napisać o czym jest ta książka? Posłużę się tu słowami recenzji prof. Marka Machury opublikowanymi na ostatniej stronie okładki. - Jeśli, Czytelniku, jesteś zaintrygowany nadchodzącą rewolucją informacyjną w dziedzinie AI, ten zbiór

esejów jest dla Ciebie. Ludzkie marzenia zbudowania maszyn dorównujących naturalnej inteligencji wydają się bliższe niż kiedykolwiek w przeszłości, ale ciągle otoczone są zbyt optymistycznymi interpretacjami i błędnymi wyobrażeniami. Autorzy wyjaśniają podstawowe pojęcia związane z rozwojem sztucznej inteligencji i oferują realistyczną ocenę aktualnego stanu jej rozwoju, kładąc w szczególności nacisk na rolę danych i automatyczne tworzenie tekstów - napisał ten naukowiec z Bournemouth University.

Na rynku wydawniczym pojawia się ostatnio wiele książek o sztucznej inteligencji. Niestety, większość z nich to zwykłe bajanie pisane przez ludzi bez pojęcia o informatyce. Bardziej przypominają opowieści sci-fi, niż rozprawy naukowe. Dlatego jeśli chcecie czegoś więcej, niż opowieści rodem z serii filmów „Terminator” - w którym to sztuczna inteligencja o nazwie „Skynet” uzyskuje samoświadomość i postanawia unicestwić ludzkość - to zachęcam do przeczytania recenzo-

wanej książki. Jest napisana zrozumiałym językiem, z dużą dozą humoru.

Po książkę warto sięgnąć tym bardziej, że jeden z jej współautorów - prof. Janusz Zalewski jest wykładowcą Państwowej Akademii Nauk Stosowanych im. Ignacego Mościckiego w Ciechanowie oraz laureatem Nagrody im. dr. Franciszka Rajkowskiego za 2024 rok, z którą związany jest honorowy tytuł Ciechanowianina Roku.

Książka liczy 266 stron, a jej cena to 52,90 zł.

AI Projekt okładki: Jakub Ferenc



Transplantacje – dar życia. Jestem na TAK!

Konferencja, która poruszyła serca uczestników

W połowie maja w auli Państwowej Akademii Nauk Stosowanych im. Ignacego Mościckiego w Ciechanowie odbyła się wyjątkowa konferencja edukacyjna pod hasłem „Transplantacje – dar życia. Jestem na TAK!”. Wydarzenie zostało zorganizowane przez Mazowieckie Samorządowe Centrum Doskonalenia Nauczycieli, Centrum Organizacyjno-Koordynacyjne ds. Transplantacji „Poltransplant” oraz PANS w Ciechanowie.

Celem spotkania było zwiększenie świadomości społecznej na temat transplantologii – nie tylko w ujęciu medycznym, ale również

etycznym i psychologicznym. Konferencja była skierowana głównie do nauczycieli, studentów kierunków medycznych oraz lokalnej społeczności. Jej przesłanie było jasne: transplantacja to nie tylko procedura medyczna – to szansa na życie.

Uroczystego otwarcia dokonały dr Ewa Wiśniewska, dziekan Wydziału Nauk o Zdrowiu i Nauk Społecznych PANS, oraz Teresa Stryjewska – nauczyciel konsultant MSCDN. W swoich wystąpieniach podkreśliły, jak ważna jest edukacja w zakresie dawstwa narządów, zwłaszcza wśród młodego pokolenia.

Wśród prelegentów znalazły się osoby na co dzień zaangażowane w działania transplantacyjne. Krzysztof Zając – koordynator wojewódzki Poltransplantu – wraz z Dorotą Zielińską, psychologiem klinicznym i koordynatorem transplantacyjnym, szczegółowo przedstawili, jak wygląda proces przeszczepiania narządów – od momentu zgody na dawstwo aż po opiekę nad biorcą.

Bardzo cenne i obrazowe okazało się wystąpienie lek. med. Jacka Mileckiego, anestezjologa i koordynatora oddziału intensywnej terapii Specjalistycznego Szpitala Wojewódzkiego w Ciechanowie. Opowiedział on o praktycznych aspektach transplantacji z perspektywy lekarza pierwszej linii – obecnego w dramatycznych momentach, gdy zapadają decyzje o dawstwie.

Szczególne emocje wzbudziły osobiste świadectwa osób, które doświadczyły fenomenu przeszczepu. Joanna Tubis-Flak,



działa o codziennym życiu, lękach i nadziei związanej z leczeniem. Ich relacje ukazały transplantologię z najbardziej ludzkiej perspektywy – matczynej troski i bezgranicznej miłości.

pacjentka po przeszczepie wątroby, poruszyła słuchaczy swoją opowieścią o walce z chorobą, nadziei i ogromnej wdzięczności wobec anonimowego dawcy. – Transplantacja nie tylko dała mi życie. Dała mi także drugą szansę, którą dziś staram się wykorzystać najlepiej, jak potrafię – mówiła ze wzruszeniem.

Nie mniej poruszające były historie Agnieszki Kołakowskiej i Pauliny Haski – mam dzieci po przeszczepach, które opowie-

Konferencję zakończyła wspólna refleksja i dyskusja moderowana przez Teresę Stryjewską. Wnioski były jednoznaczne: transplantologia to nie tylko nauka i technologia – to przede wszystkim akt solidarności, odwagi i człowieczeństwa. Potrzeba edukacji i otwartego mówienia o dawstwie narządów jest ogromna – i to właśnie takie wydarzenia mogą realnie przyczynić się do zmiany społecznych postaw.

„Transplantacje – dar życia. Jestem na TAK!” to nie tylko tytuł konferencji, ale także przesłanie, które wielu uczestników zabrało ze sobą do domu – jako świadomi obywatele, nauczyciele, rodzice, studenci. Bo każdy z nas może być potencjalnym dawcą – i dać drugiemu człowiekowi to, co najcenniejsze: życie.

PIOTR PSZCZÓŁKOWSKI

Państwowa Akademia Nauk Stosowanych

Juwenalia na sportowo

Tegoroczne Juwenalia studentów Państwowej Akademii Nauk Stosowanych im. Ignacego Mościckiego w Ciechanowie odbyły się pod hasłem „Sport i zabawa”. Miały wyjątkowo aktywny charakter.

Wydarzenie rozpoczęło się emocjonującymi zawodami sportowymi na miejskim stadionie. Drużyny reprezentujące poszczególne kierunki studiów oraz zespół pracowników uczelni rywalizowały w kilkunastu zabawnych konkurencjach, takich jak biegi w workach, przeciąganie liny, biegi z szarfą, rzut piłeczką czy bieg ze szklanką wody. Zawody dostarczyły wiele śmiechu i pozytywnych emocji, a licznie zgromadzona publiczność z entuzjazmem dopingowała uczestników. Po podliczeniu wyników pierwsze miejsce zajęła drużyna kierunku fizjoterapia.

Następnie odbyła się ceremonia przekazania studentom symbolicznego klucza

do miasta. Aktu tego dokonał prezydent Krzysztof Kosiński w obecności Rektora PANS dr. inż. Grzegorza Koca oraz Prorektora prof. dr. hab. Leszka Zygniera. Klucz odebrała przewodnicząca Rady Uczelnianej Samorządu Studentów - Majka Trzęsiel, co oficjalnie rozpoczęło dalszą część święta studenckiego.

Kulminacyjnym punktem dnia był mecz piłkarski pomiędzy reprezentacjami studentów PANS i Urzędu Miasta Ciechanów. Po emocjonującej rywalizacji i rzutach karnych zwycięstwo przypadło prezydenckiej drużynie. W przerwie meczu przeprowadzono 12-minutowy test Coopera, w którym wzięło udział kilkanaście osób.

Wieczór upłynął pod znakiem muzyki, tańca i wspólnej zabawy, które zakończyły wyjątkowy dzień pełen integracji, uśmiechu i sportowej rywalizacji.

PANS/AI



Prezydent Krzysztof Kosiński w obecności władz Uczelni przekazał studentom symboliczny klucz do miasta

Miejskie Przedszkole nr 10

Święto optymizmu

W Miejskim Przedszkolu nr 10 im. Janusza Korczaka w Ciechanowie zorganizowano Święto optymizmu.

To dzień, w którym celebrowano pozytywne myślenie, zachęcając do szerzenia radości i uśmiechu. Sposobów na świętowanie było wiele: wspólny taniec, wręczanie biletów mieszkańcom Ciechanowa,

stworzenie Drzewa Szczęścia oraz przygotowanie najdłuższej kanapki w historii przedszkola. Panowała atmosfera współpracy i radości z bycia zespołem.

MP/AI



Fot. Archiwum MP 10

Żłobek Miejski nr 1 w Ciechanowie

Żłobkowy Dzień Rodziny

W Żłobku Miejskim nr 1 zorganizowano wyjątkowy Dzień Rodziny. Wydarzenie zgromadziło dzieci, rodziców oraz pracowników placówki, tworząc ciepłą i radosną atmosferę wspólnego świętowania.

Program obfitował w liczne atrakcje – nie zabrakło zabaw ruchowych, malowania buziek, stoiska z tatuażami czy kolorowych warkoczyczków.

Szczególnym powodzeniem cieszyły się wspólne zabawy na świeżym powietrzu oraz kolorowy kącik z przekąskami, gdzie całe rodziny mogły spędzić czas na rozmowach i integracji.

Spotkanie było okazją nie tylko do wspólnej zabawy, ale także do umocnienia relacji między rodzicami a personelem żłobka.

Dzień Rodziny w Żłobku Miejskim nr 1 po raz kolejny pokazał, jak ważne są takie inicjatywy – pełne ciepła, bliskości i radości z bycia razem.

ZM/AI



Fot. Archiwum Żłobka Miejskiego

Szkoła Podstawowa TWP w Ciechanowie

Dzień Rodziny w TWP

W Szkole Podstawowej TWP w Ciechanowie zorganizowano piknik z okazji Dnia Rodziny.

Przybyłych powitała dyrektor Anna Zadrożna życząc wszystkim udanej zabawy. Przy budynku szkoły stanęła scena, na której uczniowie zaprezentowali taniec, śpiew, recytację, a także krótką inscenizację.

Na szkolnym placu rozstawiono stoiska, gdzie poszczególne klasy przygotowały różne atrakcje. Można było m.in. zrobić sobie tatuaż, pomalować twarz czy zapleść warkoczki. Był kącik plastyczny, rodzinna

fotoramka, pokaz pierwszej pomocy oraz gry i zabawy. Dużym powodzeniem cieszyły się atrakcje sportowe przygotowane przez nauczycieli wychowania fizycznego. Nad placem unosiły się bańki mydlane. Był też poczęstunek, m.in. kielbaski z grilla, popcorn, wata cukrowa i lemoniada. Wszyscy doskonale się bawili.

Dzięki uczniom i nauczycielom Szkoły Podstawowej TWP był to podwójny Dzień Rodziny - bo zarówno tej rozumianej dosłownie, ale także wielkiej szkolnej rodziny TWP.

AI



Atrakcje sportowe przygotowali nauczyciele wychowania fizycznego – Małgorzata Wojtaś i Piotr Przewódzki



Kolorowe warkoczki zaplatają uczennice kl. 5c – od lewej: Nina i Hania



Uczniowie kl. 5c – od lewej: Janek, Natan i Antek – z dumą prezentują tatuaże, które zrobili im koledzy z kl. 5b

Szkoła Podstawowa TWP w Ciechanowie

Bal Absolwenta w TWP

Uczniowie klas ósmych ze Szkoły Podstawowej TWP w Ciechanowie zakończenie nauki świętowali podczas Balu Absolwenta 2025.

Na Balu, który odbył się w Zajeździe Panderoza w Pęchcinie, towarzyszyli im dyrekcja, nauczyciele, pracownicy szkoły i rodzice, a także Tatiana Sęk – wieloletnia dyrektor SP TWP. Na początku części oficjalnej gratulacje i życzenia przekazali absolwentom: Anna Zadrożna - dyrektor SP TWP, Emilia Wojciechowska – przewodnicząca Rady Rodziców oraz wychowawczynie - Marzena Fałęcka (kl. 8 A) i Lidia Symoń (kl. 8 B).

Uczniowie pięknie zatańczyli poloneza, którego choreografię opracowali nauczyciele wychowania fizycznego - Małgorzata Wojtaś i Piotr Przewódzki.

-Życzymy wam, aby ten dzisiejszy polonez był początkiem wspaniałej zabawy wartej zapamiętania, bo już za parę chwil będziecie trzymać w rękach świadectwo ukończenia szkoły podstawowej. Szkoły - która była dla Was drugim



Fot. Ewa Gernatowska

domem, szkoły – w której macie swoich przyjaciół, szkoły – która wam pomaga osiągnąć sukcesy, szkoły – którą tworzą nauczyciele,

pracownicy i Wy – powiedziała Emilia Wojciechowska – przewodnicząca Rady Rodziców SP TWP.

Po części oficjalnej uczniowie bawili się w rytm muzyki DJ-a Michała Jabłońskiego.

AI

Uczestnicy Balu Absolwenta Szkoły Podstawowej TWP

Specjalny Ośrodek Szkolno-Wychowawczy w Ciechanowie

Dzień Rodziny w SOSW

Radość, zabawa i bajkowy świat Pszczółki Mai - tak wyglądał Dzień Rodziny w Specjalnym Ośrodku Szkolno-Wychowawczym w Ciechanowie – pełen uśmiechów, kolorów i dobrej energii!

Uczniowie wspólnie z rodzicami i nauczycielami celebrowali wyjątkowe chwile pełne zabawy i wspólnoty. Na dzieci czekały: grillowane kielbaski, pyszne gofry, lody, dmuchana zjeżdżalnia, konkursy z nagro-

dami, warsztaty plastyczne, mini dyskoteka oraz upominki dla przebiegających.

W radosnym wydarzeniu wzięli udział goście na czele ze starostą Janem Andrzejem Kaluszkiewiczem oraz wicestarostą Robertem Morawskim.

Za pośrednictwem PULSU organizatorzy kierują podziękowania do sponsorów i partnerów, bez których impreza z okazji Dnia Rodziny nie byłaby tak wyjątkowa.

MB/AI



Fot. Archiwum Starostwa Powiatowego w Ciechanowie

Szkoła Podstawowa w Zeńboku

Dzień Rodziny w Zeńboku

W Szkole Podstawowej im. Zygmunta Padlewskiego w Zeńboku (gm. Regimin) odbył się wyjątkowy Dzień Rodziny - święto radości, integracji i wspólnego spędzania czasu przez uczniów, rodziców oraz nauczycieli.

Uroczystość rozpoczęła się od powitania zgromadzonych gości przez dyrektor Krystynę Ślubowską, która podkreśliła, jak ważną rolę w życiu szkoły odgrywa współpraca z rodziną. Jej słowa pełne były ciepła i wdzięczności za zaangażowanie rodziców w życie społeczności szkolnej.

Następnie publiczność miała okazję obejrzeć pełną humoru inscenizację znanego wiersza Juliana Tuwima pt. „Rzepka” – w niecodziennej wersji przygotowanej i odegranej przez rodziców uczniów. Aktorzy-amatorzy zachwycili widzów pomysłowością, energią i sceniczną swobodą, wywołując salwy śmiechu i burzę oklasków.

Kolejnym punktem programu był występ artystyczny dzieci. Mali artyści zaprezentowali piosenki, wiersze i układy taneczne, które przygotowywali z wielkim zaangażowaniem pod czujnym okiem swo-



Fot. Archiwum SP w Zeńboku

W Szkole Podstawowej im. Zygmunta Padlewskiego w Zeńboku zorganizowano Dzień Rodziny

ich nauczycieli. Ich prezentacje spotkały się z ogromnym entuzjazmem i wzruszeniem wśród publiczności.

Po części oficjalnej przyszedł czas na wspólny poczęstunek – stoły uginały się pod ciężarem domowych wypieków i smakołyków przygotowanych przez rodziców. Była to doskonała okazja do rozmów, wymiany uśmiechów i bliższego poznania się.

Na zakończenie odbyły się zabawy integracyjne, w których udział wzięli za-

równie uczniowie, jak i ich rodzice oraz nauczyciele. Wspólne gry, konkurencje i tańce stworzyły niezapomnianą atmosferę i pokazały, że szkoła może być miejscem nie tylko nauki, ale także radosnego spędzania czasu.

Dzień Rodziny w Szkole Podstawowej im. Zygmunta Padlewskiego w Zeńboku był pełen pozytywnych emocji. Z pewnością na długo pozostanie w pamięci wszystkich uczestników.

SP/AI

Baśniowy Ambaras na scenie PCKiSz

Przedszkolanki na scenie, dzieci w zachwycie



Fot. Marcelina Węgierska

Pracownicy Miejskiego Przedszkola nr 3 w Ciechanowie wcielili się w baśniowe role

3 czerwca sala kinowa Powiatowego Centrum Kultury i Sztuki im. Marii Konopnickiej wypełniła się dziesięcym śmiechem. Wszystko za sprawą niezwykłego spektaklu pt. „Baśniowy Ambaras”, przygotowanego przez kadrę pedagogiczną jak i pracowników obsługi Miejskiego Przedszkola nr 3 w Ciechanowie. Reżyserem widowiska była Małgorzata Piotrowska - wychowawczyni grupy przedszkolnej „Żyraflki”.

To już trzecia edycja tej wyjątkowej inicjatywy, a druga, która odbyła się na profesjonalnej scenie PCKiSz. Przedszkolaki z niecierpliwością wypatrywały swoich wychowawczyń – tym razem nie w roli nauczycielek, ale... baśniowych postaci! Podczas spektaklu wystąpili również tancerze z grupy Mada Dance.

Widowisko nie tylko bawiło, ale również niesło ważne przesłanie – o sile dobra.

Profesjonalnie przygotowane kostiumy, scenografia oraz muzyczna oprawa sprawiły, że dzieci przeniosły się do zaczarowanego świata, który na długo pozostanie w ich pamięci.

Co ważne, wydarzeniu towarzyszyła zbiórka charytatywna, dochód ze sprzedaży biletów został przeznaczony na pomoc rodzinie w trudnej sytuacji życiowej. To piękny przykład, jak zabawa i edukacja mogą iść w parze z solidarnością i empatią.

Organizatorzy nie kryli wzruszenia, widząc uśmiechy najmłodszych i ich entuzjastyczne reakcje. Wychowawczynie udowodniły, że oprócz talentu pedagogicznego mają też serce do sceny i wielką pasję, którą potrafią dzielić się z innymi.

Wygłąda na to, że spektakl na stałe wpisał się w tradycję przedszkola – i niewątpliwie za rok znowu usłyszymy: „kurtyna w górę”!

PIOTR PSZCZÓŁKOWSKI

Miejskie Przedszkole nr 10

Przedшкоlny Dzień Dziecka na sportowo

W Miejskim Przedszkolu nr 10 im. Janusza Korczaka w Ciechanowie odbyła się już druga edycja Runmageddonu Przedszkolaka, zorganizowana z okazji Dnia Dziecka.

Wydarzenie, które na stałe wpisało się w kalendarz placówki, odbyło się pod czujnym okiem organizatorek – Elżbiety Wagner, Aleksandry Ciuk oraz całej zaangażowanej społeczności przedszkola z dyrektorką Bożeną Wernik na czele.

Na małych uczestników czekała moc atrakcji i sportowych wyzwań. Dzień rozpoczął się od konkurencji rozgrzewkowych, takich jak przeciąganie liny czy napełnianie wiadra wodą za pomocą kubków. Radości, nie brakowało!

Po wspólnych zmaganiach przyszedł czas na główny punkt programu – bieg przez tor przeszkód, który został starannie przygotowany na terenie całego przedszkola. Emocje rosły z każdym krokiem! Na przedszkolaków czekały kolejne ekscytujące wyzwania: przeciąganie opon, turlanie się w pianie, a także pełna śmiechu i wrażeń błotna jeźdźdźnia. Dzieci z ogromnym entuzjazmem pokonywały każdą przeszkodę, nie zważając na błoto, pianę czy zmę-



Fot. Archiwum Miejskiego Przedszkola nr 10

czenie – liczyła się dobra zabawa, współpraca i wspólne przeżywanie przygody.

Zwieńczeniem wydarzenia było uroczyste wręczenie medali wszystkim uczestnikom, a także słodki poczęstunek, który dodał energii po sportowych emocjach. Cały dzień przebiegł w atmosferze radości, integracji i aktywności na świeżym powietrzu. Runmageddon Przedszkolaka to nie tylko forma świętowania Dnia Dziecka, ale też doskonały sposób na kształtowanie zdrowych nawyków już od najmłodszych lat.

Gratulacje dla wszystkich małych sportowców!

MP/AI

XX Olimpiada Sportowa ciechanowskich przedszkolaków za nami

Mali mistrzowie na starcie!



Fot. PP

Olimpiada Sportowa ciechanowskich przedszkolaków

Już po raz dwudziesty ciechanowskie przedszkolaki spotkały się na sportowej arenie, by w duchu fair play walczyć o medale i puchary, ale przede wszystkim dobrze się bawić z uśmiechem na twarzy. XX Olimpiada Sportowa dla 6-latków z miejskich przedszkoli to jedno z najbardziej wyczekiwanych wydarzeń w roku. Nie zabrakło emocji, dopingiu i... prawdziwych sportowych wzruszeń.

Maj w Ciechanowie to tradycyjnie czas przedszkolnej olimpiady – wydarzenia, które od dwóch dekad promuje aktywność fizyczną i zdrową rywalizację wśród najmłodszych mieszkańców miasta. Tegoroczna edycja była wyjątkowa nie tylko ze względu na jubileuszowy charakter, ale również za sprawą zaangażowania uczestników i organizatorów.

Na starcie pojawiło się osiem drużyn z miejskich przedszkoli. Mali sportowcy zmierzali się w szeregu konkurencji, które sprawdzały nie tylko ich sprawność fizyczną, ale także spryt, zmysł równowagi i koordynację ruchową. Na twarzach dzieci gościły szerokie uśmiechy, a każdy skok, bieg czy rzut był entuzjastycznie oklaskiwany przez kibicujących rodziców i opiekunów.

Zmagania oceniała komisja sędziowska pod przewodnictwem Ewy Kaczyńskiej - dyrektorki Miejskiego Przedszkola nr 3. Nieocenioną pomoc organizacyjną oraz wsparcie przy pomiarze czasu tradycyjnie zapewnili lokalni harcerze – zawsze gotowi do działania.

Na najwyższym stopniu podium stanęły przedszkolaki z Miejskiego Przed-

szkola nr 4, które wykazały się największą sprawnością i zespołowym duchem. Drugie miejsce przypadło gospodarzom wydarzenia – drużynie z MP nr 3, natomiast trzecie miejsce wywalczyły dzieci z Miejskiego Przedszkola nr 5.

Całość wydarzenia została przygotowana z ogromnym zaangażowaniem przez nauczycielki z MP3: Małgorzatę Piotrowską, Milenę Dąbrowską oraz Esterę Lewicką. Patronat nad olimpiadą – jak co roku – objął magazyn PULS, który od lat wspiera lokalne inicjatywy na rzecz dzieci i młodzieży.

Więcej zdjęć z olimpiady można znaleźć na stronie: www.pulsciechanowa.pl

PIOTR PSZCZÓŁKOWSKI

Radość, śmiech i tysiące baniek

Kolorowy Dzień Dziecka w Gołyminie-Ośrodku

W Gołyminie-Ośrodku Dzień Dziecka miał w tym roku wyjątkowo barwny i radosny wymiar. Dzięki wspólnej inicjatywie Urzędu Gminy, Zespołu Placówek Oświatowych oraz agencji RYTM Elżbieta Rucińska dzieci – i nie tylko – mogły przeżyć dzień pełen śmiechu, zabawy i niezapomnianych atrakcji. Teren przy szkole zamienił się w wielką strefę rodzinnego relaksu i aktywności, gdzie każde dziecko – niezależnie od wieku – mogło znaleźć coś dla siebie.

Od samego rana animatorzy zadbali o to, by żadne dziecko się nie nudziło. Program był pełen atrakcji, a wśród nich: gry, quizy, konkursy sprawnościowe i zabawy drużynowe. Szczególnym zainteresowaniem cieszyły się pokazy kuglarskie oraz nauka chodzenia na sznurkach. Śmiechem nie było końca, gdy pierwsi ochotnicy – trochę niepewnie, ale z ogromnym zapałem – próbowali swoich sił.

Jednym z najbardziej widowiskowych punktów programu był festiwal baniek mydlanych – tysiące połykających kul unosiło się w powietrzu, tworząc bajkowy krajobraz. W warsztacie bębniarskim najmłodszy odkrywali w sobie rytmiczne talenty, a zabawy z chustą animacyjną czy przeciąganie liny budziły sportowego ducha i salwy radości.

Organizatorzy pomyśleli też o tych, którzy najlepiej bawią się w ruchu – dmuchańce, eurobungee, zamki do ska-



kania i zjeżdżalnie nie miały ani chwili odpoczynku. Każdy uczestnik mógł zatrzymać tę chwilę, robiąc sobie zdjęcie w kolorowej fotobudce. W ruch poszły także pędzelki do malowania twarzy i kolorowe włóczki do zaplatania warkoczyków – dzieci wychodziły z tych punktów jak z bajki.

A gdy już emocje zaczęły powoli opadać, na najmłodszych czekała kulinarna strefa przyjemności: grill, wata cukrowa, popcorn i – oczywiście – lody. Wszystko bezpłatnie, z myślą o tym, by każde dziecko mogło poczuć się wyjątkowo.

Wydarzenie miało charakter otwarty. Udział wzięły całe rodziny – rodzice, dziadkowie, sąsiedzi. Atmosfera wspólnej zabawy i bliskości udowodniła, że takie inicjatywy są niezwykle potrzebne.



Fot. Archiwum organizatorów

Wydarzenie odbyło się przy wsparciu Samorządu Województwa Mazowieckiego, a patronat medialny objęła redakcja „Pulsu”.

PIOTR PSZCZÓŁKOWSKI

Klub Sportów Siłowych HEROS CIECHANÓW

Nasi HEROSI w Czechach

Mariusz Bartołowicz i Łukasz Kozłowski - reprezentanci Klubu Sportów Siłowych HEROS CIECHANÓW wzięli udział w zawodach GPC European Championship 2025, które w maju odbyły się w czeskim mieście Trutnov. Jak zawsze wrócili z medalami.

Mariusz Bartołowicz w kat. M2 zdobył I miejsce w martwym ciągu (260 kg) oraz trzecie w wyciskaniu sztangi leżąc (165 kg). Z kolei Łu-

kas Kozłowski zajął I miejsce w kat. M1 do 75 kg oraz II open M1 w wyciskaniu sztangi leżąc (170 kg). Zabrakło mu jedynie 5 kg do wyrównania rekordu świata tej federacji. **AI**



Na zawodach w czeskim mieście Trutnov (od lewej): Mariusz Bartołowicz i Łukasz Kozłowski

Ciechanowski Klub Bokserski

Nasi bokserzy walczyli w Świdnicy

Czteroosobowa reprezentacja Ciechanowskiego Klubu Bokserskiego wzięła udział w Mistrzostwach Polski Młodzików w Boksie Olimpijskim, które w dn. 20-25 maja odbyły się w Świdnicy.

W zawodach wzięli udział młodzi sportowcy z całego kraju, prezentując wysoki poziom umiejętności i sportowego ducha rywalizacji. Ciechanów godnie reprezentowali uczniowie: Aleksander Garstka, Filip Grzeszczak, Oliwia Zawadzka oraz Lidia Bernat.

Nasi zawodnicy dali z siebie wszystko, walcząc z pełnym zaangażowaniem i determinacją. - Na szczególne wyróżnienie zasłużyła Lidia Bernat, która w kategorii młodzik do 64 kg wywalczyła brązowy me-



Trenerzy i zawodnicy Ciechanowskiego Klubu Bokserskiego przed wyjazdem na Mistrzostwa Polski w Świdnicy

dal. To ogromny sukces i powód do dumy - zarówno dla samej zawodniczki, jak i całej reprezentacji Ciechanowa. Gratulujemy

wszystkim uczestnikom i życzymy dalszych sukcesów na sportowej drodze - mówi trener Michał Garstka. **AI**

LKS Matsogi

Grodziskie medale Matsogi



Trener Michał Korzybski z zawodniczkami LKS Matsogi Ciechanów

Zawodnicy LKS Matsogi Ciechanów bardzo dobrze spisali się podczas Mistrzostw Polski Juniorów Młodszych i Młodzieżowców w Taekwon-do ITF, które w dn. 6-8 czerwca odbyły się w Grodzisku Mazowieckim.

Wśród 356 zawodników z 49 klubów znalazło się dziesięciu reprezentantów Matsogi Ciechanów. Naszą drużyną opiekowali się trenerzy Michał Korzybski VI dan oraz Michał Rząsiński IV dan.

Wśród juniorów młodszych najlepiej wypadła Natalia Kaźmierczak, która zdobyła dwa medale. Srebrny - w konkurencji układów formalnych 6-2 gup wygrywając pięć pojedynków i przegrywając

w finale po wyrównanym pojedynku z Dianą Świdorską (Lewart Lubartów). Natomiast brązowy medal w walkach do 40 kg, wygrywając trzy walki i doznając porażki w półfinale.

Maria Zdunek zdobyła srebrny medal w konkurencji walk do 40 kg, powtarzając sukces z ubiegłego roku. W drodze do finału pokonała trzy rywalki, a w finale nieznacznie przegrała z Anną Zyzik z KS Dragon Janów. Maria zajmuje pierwsze miejsce w rankingu Polskiego Związku Taekwon-do w tej kategorii wagowej.

Wśród chłopców najlepiej wypadł Szymon Majewski, który zdobył srebrny medal w walkach do 60 kg. Zawodnik był

tego dnia świetnie dysponowany i po wygraniu czterech pojedynków dopiero w finale nieznacznie uległ Maciejowi Mruczkowi z WSKT Wrocław.

W zawodach startowali również: Julia Martela, Kacper Chmielowski, Rafał Bruliński, Maciej Kłobuszewski i Dawid Piątkowski.

W kategorii młodzieżowców najlepiej wypadła Natalia Kłobuszewska, która zdobyła dwa srebrne medale - jeden w konkurencji układów formalnych stopni 5-1 gup, a drugi w walkach do 60 kg.

Brązowy medal zdobył Dominik Szwąder w swojej koronnej konkurencji technik specjalnych. **MK/AI**



Trener Michał Rząsiński z częścią reprezentacji LKS Matsogi Ciechanów

Klub Sportowy Ciechan i Szymon Kotecki

Nasi lekkoatleci w Białymstoku



Na podium pierwsza z prawej - Oliwia Lemanowicz z Klubu Sportowego Ciechan i Szymon Kotecki

W dniach 31 maja - 1 czerwca Białystok gościł uczestników Mistrzostw Polski Krajowego Zrzeszenia LZS w lekkiej atletyce.

Wzięła w nich udział reprezentacja 128 klubów, w tym czwórka zawodników z Klubu Sportowego Ciechan i Szymon Kotecki: Julia Kwasiborska, Oliwia Lemanowicz, Dominika Grodecka i Piotr Uszyński. Nasi lekkoatleci zdobyli dwa medale.

W pierwszym dniu mistrzostw brązowy medal w biegu na 100 m zdobyła Julia Kwasiborska. O medalu zdecydowały cztery tysięczne sekundy, gdyż trzecia i czwarta zawodniczka miały ten sam czas - 12,23 sek. Julia wywalczyła medal na ostatnich metrach dzięki ambitnej walce

do końca. Nasza zawodniczka zajęła jeszcze czwarte miejsce w biegu na 200 m z wynikiem 25,14 sek.

W drugim dniu mistrzostw brązowy medal w rzucie dyskiem zdobyła Oliwia Lemanowicz. Medal zapewnił Oliwii rzut w drugiej kolejce na odległość 40,04 m. Pozostałych pięć prób było niestety spalonych.

Bardzo ambitnie walczyli również debiutanci na imprezie tej rangi: Dominika Grodecka w skoku w dal (pierwszy start po kontuzji) i Piotr Uszyński w sprincie. Dominice nie udało się wejść do finału. Z kolei Piotr ustanowił rekord życiowy na 200 m - 24,17 sek., ale zajął dalsze miejsce.

Trenerem Oliwii Lemanowicz jest Witold Suski, zaś pozostałych zawodników - Zbigniew Majewski. **ZM/AI**

Ciechanowski Klub Karate Kyokushin

Karatecy wrócili ze stolicy z medalami



Reprezentanci Ciechanowskiego Klubu Karate Kyokushin podczas 38th European Kyokushin Karate Championship w Warszawie

Reprezentacja Ciechanowskiego Klubu Karate Kyokushin wzięła udział w 38th European Kyokushin Karate Championship w Warszawie.

W trwającej dwa dni (24-25 maja) rywalizacji wzięło udział ponad 1.150 zawodników z 27 krajów Europy. Nasz Klub reprezentowali: Weronika Krzywnicka, Gabriela Simińska, Patrycja Jakubiak, Marta Grzegorzczak, Nina Gołębiowska, Adam Chrzanowski, Szymon Mądry i Franciszek Szczepański.

Ciechanowscy karatecy zdobyli:

- złoty medal: Gabriela Simińska w kat. junior plus 60 kg

- srebrny medal: Weronika Krzywnicka w kat. senior do 55 kg

- brązowy medal: Patrycja Jakubiak w kat. junior do 55 kg oraz Adam Chrzanowski w kat. Masters do 85 kg

Pozostałym zawodnikom mimo pozostawienia serca i ducha walki na macie nie udało się wejść do strefy medalowej.

Weronika Krzywnicka została „best tameshiwari women” - za największą ilość rozbitych desek wśród kobiet.

Gratulujemy zawodnikom oraz sztabowi szkoleniowemu w składzie: sensei Wojciech Gołębiowski, sensei Adam Miśkiewicz, sensei Krzysztof Szczepański oraz Szymon Ogonowski. **KS/AI**

Bjorn Borg Helsinki Half Marathon 2025

Łebkowski pobiegł
w Helsinkach

Marek Łebkowski – ciechanowski radca prawny, a zarazem przewodniczący Komisji Oświaty, Kultury i Sportu Rady Miasta, biegający w barwach Stowarzyszenia ASfaltLove Dzik, 7 czerwca ukończył „Bjorn Borg Helsinki Half Marathon 2025”.

Stolica Finlandii wbrew zapowiedziom przywitała biegaczy piękną, słoneczną pogodą. - Sobotni półmaraton poza przyjemnością z samego biegu dostarczył także mnóstwo estetycznych wrażeń ze zwiedzania. Trasa była bardzo malownicza. W znacznej części biegła wzdłuż wybrzeża Zatoki Fińskiej, a później przez piękne dzielnice stolicy, wśród zabytkowej neoklasycystycznej zabudowy. Dobra organizacja biegu, ciekawe widoki, a do tego odświeżające podmuchy wiatru od morza - to wszystko sprawia, że polecam ten kierunek biegowy. Oczywiście w połączeniu z elementem turystycznym. Co ciekawe, tym razem nie dało się usłyszeć dookoła ojczystego języka, co na bazie dotychczasowych



Marek Łebkowski w Helsinkach

doświadczeń z europejskich tras biegowych stanowiło zaskakujący wyjątek. Powtarzam zatem - „biegam bo lubię” i szczerze zachęcam do tej aktywności, gdyż biegać każdy może – powiedział nam Marek Łebkowski.

AI

Grupa CIECHANÓW BIEGA

CIECHANÓW BIEGA w wakacje



Fot. Krzysztof Róża

Grupa CIECHANÓW BIEGA przed jednym z czerwcowych treningów

Zbliżają się wakacje. Warto spędzić je w sposób aktywny. Grupa CIECHANÓW BIEGA zaprasza do udziału w bezpłatnych – otwartych treningach dla osób, które chcą zacząć swoją przygodę z bieganiem, wrócić do biegania po przerwie, czy pobiegać w grupie i podzielić się swoim doświadczeniem z początkującymi.

Biegacze, od przedszkolaków po seniorów, wspólnie trenują i poprawiają swoją kondycję, spalają kalorie i gubią zbędne

kilogramy. Doskonale się przy tym bawią i integrują.

Jeśli chciałbyś:

- spróbować biegania, ale brakuje Ci samodyscypliny lub nie chcesz biegać sam
- schudnąć i zadbać o swoją kondycję, a tym samym o zdrowie
- poznać pozytywnych ludzi pełnych pasji to ta propozycja jest dla Ciebie.

Grupa zbiera się we wtorki i czwartki o godz. 19:00 przy wejściu na bieżnię znajdu-

jącą się na ciechanowskim stadionie. Treningi odbywają się na różnym podłożu. Najczęściej, dzięki uprzejmości dyrekcji Miejskiego Ośrodka Sportu i Rekreacji, na stadionowej bieżni. Czasami w sąsiednim Parku im. Marii Konopnickiej, wokół zbiornika wodnego na Krubinie oraz chodnikami po terenie miasta.

Doceniamy pozytywny charakter tej sportowej inicjatywy, PULS CIECHANOWA oraz RADIO REKORD objęły nad nią patronat medialny.

AI

W salonie Aleksandry Bąkowskiej

Benefis Zdzisława Zembrzyckiego

W Gołotczyźnie, w salonie pozytywistycznego Dworku Aleksandry Bąkowskiej, zorganizowano Benefis 50-lecia poetyckiej pracy twórczej Zdzisława Zembrzyckiego.

Ten mazowiecki poeta i samorządowiec jest ceniony także wśród osób, które na co dzień nie czytają poezji, ale twórczość Zdzisława Zembrzyckiego ich pociąga. Nie tylko tematyką, ale także lekkim – czasem humorystycznym stylem. Niejednokrotnie już pisałem na łamach PULSU, że mnie ten styl bardzo odpowiada, gdyż jest wolny od cierpiętniczo-cmentarnych strof, jakże często spotykanych u współczesnych poetów. Zdzisław Zembrzycki w swych wierszach skłania do refleksji oraz doceniania życia. A to przekaz, którego w tych trudnych czasach bardzo potrzebujemy...

Benefisant urodził się we wsi Mieszki Różki w gminie Ciechanów. Jest absolwentem Wydziału Dziennikarstwa i Nauk Politycznych Uniwersytetu Warszawskiego. Zawodowo przez wiele lat był związany z administracją publiczną. Obecnie mieszka we wsi Dąrzewo, gdzie pełni funkcję sołtysa. Jest prezesem Stowarzyszenia Sołtysów Gminy Sońsk oraz członkiem Związku Literatów na Mazowszu.



Od lewej: Jarosław Wałaszyk i Zdzisław Zembrzycki

Benefis otworzył Jarosław Wałaszyk – kierownik Oddziału w Gołotczyźnie Muzeum Słachty Mazowieckiej, a poprowadził Krzysztof Martwicki. Poetyckie popołudnie uświetnili muzycznie Wojciech Gęsicki i Marta Sosnowska, a także Piotr Rzeczkowski z zespołem „Żałoga Szklanego Jasia”.

W trakcie Benefisu zaprezentowano jedenasty tomik, wydany z okazji pięćdziesięciolecia pisarskiej pracy twórczej Zdzisława Zembrzyckiego, zawierający po kilka wybranych wierszy z każdego spośród dziesięciu tomików jego autorstwa. Nosi on tytuł „W pisanim słowie kropke szczęścia”.

Zdzisław Zembrzycki doskonale pamięta początki swojej pracy twór-

czej. - Bo czy można zapomnieć, mimo upływu 50 lat, zdarzenie - gdy z biciem serca i obawami czy zostanie przyjęty, posłałem do redakcji „Naszej Trybuny” swój pierwszy wiersz. Zawsze marzyłem aby coś opublikować. Brakowało odwagi, więc „marnotrawiłem” wiersze. Tak twierdzili znajomi, wiedząc co piszę i chowam do szuflady. Pomyślałem, że zaryzykuję i wysłałem. Został opublikowany. Nosił tytuł „Jesteś jesienią”. Potem swoje wiersze publikowałem na portalu poetyckim „Bej”. W 2006 roku, przy życzliwej pomocy właściciela ciechanowskiej drukarni „Druk-Serwis”, kolegi i przyjaciela śp. Mariusza Górskiego, wydałem tomik „Zmysłowość” – opowiada Zdzisław Zembrzycki.

Zapytany jak przez 50 lat zmienił się styl jego poezji, stwierdził iż poeta nie tworzy w próżni. - Czuję się mocno związany z otaczającym światem – podglądam go. Staram się na bieżąco uchwycić piórem, to co dzieje się wokół, dostrzec piękno przyrody, a nade wszystko to - co dotyczy ludzi - ich wzajemne relacje, marzenia i pragnienia. Próbuje wciąż z niedosytem pisać o kobiecie, jej pięknie, delikatności i wrażliwości. Temat wdzięczny, ale niełatwy, wszak kobieta jest zagadką dla mężczyzn od cza-

Projekt okładki:
Waldemar Stepnowski

sów raju. Co do stylu, warsztatu - choć nie lubię tego słowa, jest oczywistym, że następuje ewolucja. Wzbogacają środki przekazu, bardziej barwny staje się język. Moje wiersze niosą w sobie lirykę, romantyczność, uczucia, przekorę - fraszki, limeryki. Staram się pisać językiem prostym, zrozumiałym dla czytelnika – powiedział nam Zdzisław Zembrzycki.

Za naszym pośrednictwem poeta dziękuje organizatorom i uczestnikom Benefisu. – Wciąż jestem wzruszony. Bardzo dziękuję za przybycie i obecność tak wielu osób. To najmiłsze dla autora, bo oznacza akceptację i aprobatę dla moich wierszy. Dziękuję tym, którzy nie tylko czytają co piszę, ale też wspomagają, aby wiersze mogły być wydrukowane. Pięćdziesiąt lat to znaczący czas w życiu człowieka. Cieszę się Państwa obecnością na Jubileuszu. To znak, że warto pisać i dzielić się z Pań-

stwem swoją twórczością – podkreśla Zdzisław Zembrzycki.

Na zakończenie Benefisant otrzymał liczne gratulacje, kwiaty i życzenia. Nasza Redakcja przyłącza się do nich - życząc kolejnych lat pracy twórczej!

AI

Pierwszy wiersz Zdzisława Zembrzyckiego, który pierwotnie został opublikowany na łamach „Naszej Trybuny”.

Jesteś jesienią

*Wciąż twoim pięknem zauroczony
choć i z uporem uczucie chłodziś
we mnie miłosne trwa rozedrganie
jesień odchodzi
zachodu słońca ostatni promień
na horyzoncie się zabłąkał
gesi klucz płynie po zimnym niebie
cisza na łąkach
czerwień korałi twą szyję zdobi
pięknem przyciągasz moją uwagę
lecz kiedy skąpisz mi swego czasu
lęk ma przewagę
pusto na polach i coraz chłodniej
mgły okrywają chwile uniesień
a ty przede mną uciekasz w ciszę
nadchodzi jesień.*

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 Iniański, 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.

Małgorzata Manelska: „Rozdzieleni przez los”

O miłości w czasie wojny

DOROTA SMOSARSKA

„Rozdzieleni przez los” to przepiękna powieść o miłości, cierpieniu i człowieczeństwie, osadzona w realiach drugiej wojny światowej. To też historyczny zapis makabrycznych przeżyć ludności polskiej i żydowskiej pod panowaniem niemieckiego okupanta.

wojennych. Akcja powieści toczy się głównie na północnym Mazowszu, w Makowie Mazowieckim, dlatego też tym chętniej sięga się po lekturę, w której występują znajome okolice. Autorką książki jest Małgorzata Manelska, a ukazała się nakładem Wydawnictwo Fila.

Aktion T4

Doświadczenia bohaterów książki są dokładnym odzwierciedleniem wydarzeń

Przyczynkiem do powstania książki była zbrodnicza decyzja, a potem wcielenie

w życie programu realizowanego w Rzeszy Niemieckiej w latach 1939 – 1944. Polegał on na fizycznej „eliminacji życia niewartego życia”, czyli zabijania ludzi chorych, niepełnosprawnych, będących ciężarem ekonomicznym dla społeczeństwa. Uzasadnieniem takiego postępowania była ideologia eugeniki negatywnej (tj. eliminacji genów obciążających pulę genetyczną społeczeństwa), z której bezpośrednio wywodziła się propagowana w III Rzeszy tzw. „higiena rasowa”.

Autorka dedykowała książkę właśnie ofierze tego dramatu, siostrze swojej babci, dwunastoletniej Danucie Suchcie, która pod wpływem nieszczęśliwego wypadku kulą na nogę. Tylko tyle wystarczyło, aby Niemcy zamordowali dziewczynkę oraz około pół tysiąca innych osób, na różny sposób niepełnosprawnych. Dla czytelnika jest to cenna lekcja historii.

Wojenne losy

Autorka umiejętnie stworzyła fabułę, trzymającą w napięciu od pierwszej do ostatniej strony. Bolesny czas wojny odcisnął piętno na każdym bohaterze. Dramatyczne losy Polaków i Żydów pokazane „od środka”, wbijają się jak igły w myśli czytelnika. Jakże człowiek docenia dostępność pożywienia, wody i ciepła czytając o ciężkich czasach głodu i strachu o własne życie. Walka o przetrwanie każdego dnia jest

czymś, co ciężko jest sobie wyobrazić. Ale autorka z kronikarską dokładnością opisywała wszelkie trudy codziennego życia.

Na kartach książki czytamy też o pełnym przekroju społeczeństwa – o bohaterach bezinteresownie ukrywających Żydów a także szmalcownikach żerujących na ludzkiej naiwności. Poruszający opis warunków sanitarnych panujących w getcie jest tak sugestywny, że czytelnik niemalże czuje to co bohaterowie książki.

Władek i Maria

Tytułowi „Rozdzieleni przez los” to Władysław i Maria, dwoje młodych, zakochanych w sobie osób. On katolik, ona żydówka. Mężczyzna w początkach wojny dostał się do niewoli i podzielił los wielu Polaków – został przymusowym robotnikiem w gospodarstwie rolnym w Prusach Wschodnich. Sześć lat ciężkiej pracy o głodzie i chłdzie, z okrutną właścicielką, która nigdy nie powiedziała dobrego słowa. Tylko myśl o powrocie do ukochanej sprawiała, że każdego dnia zaciskał zęby obiecując sobie przetrwanie do końca wojny.

Ukochana Maria, z racji pochodzenia, była przez Niemców traktowana jako podczłowiek. Życie jej i współwyznawców nie znaczyło nic. Przeżyła okropne chwile w getcie, potem ukrywała się w kilku go-



spodarstwach Polaków, którzy ryzykowali swoim życiem pomagając jej. To miłość i nadzieja sprawiły, że odnajdywała w sobie siłę, aby przetrwać.

Te i inne wątki porusza ta interesująca i dobrze napisana książka. Jej lektura z pewnością poruszy czytelnika i zaangażuje emocjonalnie. Pobudzi do refleksji o ludzkiej naturze. Warto czytać takie książki, żeby wiedzieć, pamiętać i może bardziej doceniać zwyczajną, spokojną codzienność. Aż się prosi, aby docenić fakt, że żyjemy w dostatnich czasach i w naszym kraju nie toczą się działania wojenne.

Liczba stron: 528

Cena: 52,90 zł

Nowości Wydawnictwa ZYSK I S-KA



„Ostatni gość weselny”
Jason Rekulak

Kierowca firmy kurierskiej Frank Szatowski jest w szoku, gdy po trzech latach milczenia niespodziewanie odbiera telefon od swojej córki Maggie. Jest jeszcze bardziej zaskoczony, gdy córka zaprasza go na swój ślub w New Hampshire.

To jednak nie koniec niespodzianek – okazuje się, że wybrankiem Maggie jest syn słynnego miliardera z branży technologicznej, a sam ślub odbędzie się w luksusowej prywatnej posiadłości, do której tacy ludzie jak Frank zwykle nie mają wstępu.

Czując się zupełnie nie na miejscu, mężczyzna stara się naprawić relacje z córką i bliżej poznać jej nową rodzinę. Jednak niepokojące sygnały sprawiają, że zaczyna coraz bardziej podejrzliwie patrzeć na rodzinę Gardnerów, która najwyraźniej ma wiele tajemnic. I może jest jeszcze za wcześnie na świętowanie...

Liczba stron: 400, Cena: 47,90 zł



„Zaginiona”
Aneta Kisielewska

Dziewiętnastoletnia Sara Maj nie wraca z imprezy do domu. Gwonna noc, środek miasta, tłum ludzi – a mimo to nikt nic nie widział. Żadnych śladów, żadnych

świadców. Zupełnie jakby dziewczyna rozplynęła się w powietrzu.

Sierżant Gaik, uparty śledczy, nie daje za wygraną i za wszelką cenę próbuje się dowiedzieć, co stało się z nastolatką. Dlaczego nie dogadywała się z rodzicami? Cemu została się z chłopakiem? Z czasem na jaw wychodzą nowe fakty i stają się jasne, że komuś zależało na tym, by Sara zniknęła.

Idealna lektura dla fanów kryminałów w stylu „true crime”.

Liczba stron: 296, Cena: 47,90 zł



„Czwarty zwrot
już nadszedł”
Neil Howe

Pouczająca i porażająca książka, która pozwala zrozumieć dotykający nas obecny kryzys i pokazuje, w jaki sposób Ameryka i świat muszą się przygotować na wyzwania przyszłości

Dwadzieścia pięć lat temu Neil Howe i William Strauss olśnili świat prowokacyjną nową teorią o historii. Patrząc wstecz na ostatnie 500 lat, odkryli wyraźny schemat: nowożytna historia przebiega w cyklach trwających mniej więcej osiemdziesiąt do stu lat, podzielonych na cztery zwroty.

Teraz, zgodnie z planem, nadszedł czwarty zwrot. Neil Howe formułuje nową, niezwykłą prognozę. To, co widzimy wokół nas – polaryzacja, rosnące zagrożenie konfliktem wewnętrznym i globalną wojną – na początku lat trzydziestych XXI

wieku osiągnie punkt kulminacyjny, który stwarza ogromne zagrożenie, a jednocześnie niesie ze sobą wielką obietnicę, być może nawet kolejnego złotego wieku.

Liczba stron: 632, Cena: 69,90 zł



„Czyhający w progu”
H.P. Lovecraft,
August Derleth

Ambrose Dewart, dziedzic zrujnowanej posiadłości w lasach Massachusetts, przybywa, by przywrócić jej dawną świetność. Podczas remontu odkrywa zagadkowy dokument podpisany przez swojego dziadka, zawierający złowrogie ostrzeżenie: „Nie zapraszaj tego, który czai się na progu!”. Zaintrygowany, zagłębia się w mroczne tajemnice rodzinnej przeszłości. Śledztwo prowadzi go do wstrząsającego odkrycia – poza naszym wymiarem egzystują złowrogie starożytne istoty, zdolne do przekraczania granic czasu i przestrzeni, które cierpliwie czekają, by zostać wezwane do naszego świata...

„Mistrz makabry”, jak często nazywano Lovecrafta, spadkobierca tradycji Edgara Allana Poego, pozostawił po sobie wiele notatek i niedokończonych utworów, a August Derleth podjął się trudnego dzieła połączenia tych fragmentów w całość, tworząc ze znanych wątków nowe i mrozące krew w żyłach historie. „Czyhający w progu” jest najsłynniejszą z nich.

Liczba stron: 200, Cena: 49,90 zł

ogłoszenie

Nr postępowania: E-2.233.34.2024.3.MŻ

**MZDW Rejon Drogowy Ciechanów
ul. Leśna 30, 06-400 Ciechanów**

**ogłasza przetarg na:
Sprzedaż Pługa wirnikowego S2450
rok prod. 2011**

Cena wywoławcza: **7 500,00 zł brutto**

Szczegółowych informacji o stanie techn., miejscu przechowywania i możliwościach obejrzenia w/w pojazdu udziela p. Małgorzata Nawrocka tel. (23) 673-63-32. Ogłoszenie o przetargu dostępne jest na stronie BIP MZDW w Warszawie.

Oferty (na wymaganym wzorze) zawierające pełne dane oraz oferowaną kwotę nabycia należy kierować w zamkniętych kopertach z napisem: „przetarg–nie otwierać” nr postęp. E-2.233.34.2024.3.MŻ

do MZDW w Warszawie przy ul. Kolejowa 5/7, w terminie do 25.06.2025 r. do godz. 10:00.

Otwarcie ofert nastąpi w dniu 25.06.2025 r. o godz. 11:00. Sprzedający zastrzega sobie możliwość unieważnienia przetargu bez podania przyczyny.

ogłoszenie

Nr postępowania: E-2.233.35.2024.3.MŻ

**MZDW Rejon Drogowy Ciechanów
ul. Leśna 30, 06-400 Ciechanów**

**ogłasza przetarg na:
Sprzedaż Posypywarki
STRATOS BASIC 50B-36PCX
rok prod. 2007**

Cena wywoławcza: **12 000,00 zł brutto**

Szczegółowych informacji o stanie techn., miejscu przechowywania i możliwościach obejrzenia w/w pojazdu udziela p. Małgorzata Nawrocka tel. (23) 673-63-32. Ogłoszenie o przetargu dostępne jest na stronie BIP MZDW w Warszawie.

Oferty (na wymaganym wzorze) zawierające pełne dane oraz oferowaną kwotę nabycia należy kierować w zamkniętych kopertach z napisem: „przetarg–nie otwierać” nr postęp. E-2.233.35.2024.3.MŻ

do MZDW w Warszawie przy ul. Kolejowa 5/7, w terminie do 25.06.2025 r. do godz. 10:00.

Otwarcie ofert nastąpi w dniu 25.06.2025 r. o godz. 11:00. Sprzedający zastrzega sobie możliwość unieważnienia przetargu bez podania przyczyny.

Monte Carlo

RESIDENCE

biuro sprzedaży ul. Św Anny 2 lok.4

office@montecarlo.com.pl tel 534 820 720

montecarlo.com.pl