

Dołącz do nas na facebooku

www.facebook.com/pulsciechanowa

Kolejne wydanie magazynu „PULS” ukaże się we wtorek - 12 lipca

nr 6 (89) • czerwiec 2022
pulsciechanowa.pl
ISSN 2392-3407

GAZETA BEZPŁATNA

PULS

NAKŁAD 7500 EGZ.

MAGAZYN OPINII ZIEMI CIECHANOWSKIEJ

AUTO SEZAM

ul. Robotnicza 2, Ciechanów
tel. 501 605 901

Przegląd klimatyzacji

129 zł*

Przy wyprzedaży czynnika R134A do 200 gram

Prawie 30 milionów dla Ciechanowa!

Miasto Ciechanów uzyskało promesę inwestycyjną na 29,5 mln zł z Banku Gospodarstwa Krajowego w ramach Rządowego Funduszu Polski Ład – Program Inwestycji Strategicznych. Kapitałny remont przejdzie sieć dróg na osiedlach „Słoneczne” i „Podzamcze”, dla których ratusz opracował dokumentację techniczną i uzyskał pozwolenia na budowę.

Dofinansowanie otrzymały wszystkie trzy wnioski złożone przez prezydenta miasta. Modernizacja 11 ulic na terenie Ciechanowa umożliwi poprawę bezpieczeństwa w ruchu kierowców i pieszych. Nastąpi też likwidacja barier architektonicznych.

Więcej na str. 11

STYLE OPTIC 1992
Gregorz Parzyński

PROMOCJA URODZINOWA OPRAWY KOREKCYJNE -30%*

Badanie wzroku w prezencie

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

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

*promocja dotyczy wybranych kolekcji

PRANIE TAPICERKI MEBLOWEJ

Mariusz Majewski 505 202 678

ZŁODZIEJE NIE MAJĄ WAKACJI! ZABEZPIECZ SWOJE MIENIE ZANIM WYJEDZIESZ NA URLOP!

KEY SERVICE Artur Bugajski

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

ZAMKI * KLUCZE * PIECZĄTKI

Akademia DŹWIĘKU
szkoła muzyczna

ZAPRASZAMY NA LEKCJE GRY LUB ŚPIEWU RÓWNIEŻ W WAKACJE!

Ciechanów
ul. Sienkiewicza 33a
tel. 517 770 082

adciechanow
akademiadzwieku.edu.pl

MOSKITIERY

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

Jesteśmy z Wami od 30 lat!

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

UŻYWANE JAK NOWE LAPTOPY - KOMPUTERY - MONITORY

NISKIE CENY - GWARANCJA

COMA CIECHANÓW
UL. PŁOŃSKA 66
TEL. 23/673-27-57

SYSTEMY INFORMATYCZNE

Wspomnienia z przeszłości

Klany w Dziudziańowie, szamani w Ciechanowie

Teraz w czerwcu 2031 roku dotarli do nas ciekawe wieści z Dziudziańowa w województwie burakowskim. Dotyczą one zmian na mapie klanów samorządowych, co tam bardzo ważne, bo przedbiegi do wyborów już w toku.

W ślad za mediami dziudziańskimi podajemy. Otóż do tej pory mapa klanów wyglądała tak. Był klan „familijny”, który po wyjeździe wysokiego lidera do Burakowa, niezauważenie rozplątał się w powietrzu, a to co nieco z niego gdzieś zostało, właśnie rozpląta się teraz do końca. Był też klan „gazowy”, ale to przeszłość bo ile można gazować, przecież wątroby nie są ze stali nierdzewnej. Natomiast działa jeszcze dość liczny klan „dzieci w piaskownicy”, gdzie budują zamki z piasku, które sobie wzajemnie przewracają, a razem syją piasek w tryby rowerków innych dzieci dookoła. Najsilniejszy jest bardzo klan „dominiecki”, w którym wszystkie kostki domina są ułożone należycie w odpowiedniej kolejności, i jest ich tyle ile trzeba, że już żadna nowa kostka się do domina nie dołączy.

Obecny stan nihilistyczny w sferze samorządowej na dziudziańszczyźnie spowodował, że deux ex machina powstały dwa nowe klany, o których jeszcze mało wiemy, więc będziemy podawać o nich szczegóły w miarę napływu informacji z Dziudziańowa. Już jednak coś wiadomo, a to to, że skoro klan „dominiecki” jest nie do ugryzienia, nowe klany skupią się na wyflancowaniu klanu „dzieci w piaskownicy”, by zająć jego miejsce. – Ogramy ich totalnie, bo jak oni się zbierają od razu dostają odlotu w kosmos i zajmują się Krasnoludkami, Marsjanami, Szarżą pod Wiedniem

i Panem Twardowskim na Księżycu. A my tu prawda, twardo stoimy na gruncie i równo ich pogonimy precz – współbrzmiać słychać w obu nowych klanach.

A teraz o sprawach ciechanowskich. Otóż w ostatnim tygodniu z inicjatywy miejscowych miłośników szamaństwa powstał u nas Szamanistyczny Ośrodek Badawczo-Promocyjny, stanowiący oddział Towarzystwa Szamanistycznego Płockiego. – Inicjatywę podjęliśmy w związku z radykalnym wzrostem roli technik szamanistycznych w życiu publicznym. Będziemy informować mieszkańców miasta i powiatu o istocie szamanizmu, jego głównych ośrodkach oraz wybitnych szamanach w świecie i Polsce. Uczymy będziemy także szamanistycznych metod działania na potrzeby osobiste, dla zapewnienia sobie sukcesu życiowego. A także adekwatnego reagowania na szamańskie zabiegi wobec nas. Np. gdy mężczyzna spojrzeń przesła kobiecie sygnał metafizyczny, to ona powinna mu powiedzieć „dzień dobry” i się uśmiechnąć, co będzie początkiem udanej interakcji. Dotyczy to też wysyłania takich samych sygnałów bio-magnetycznych i psycho-tronicznych w relacjach mężczyzna-mężczyzna i kobieta-kobieta. Będziemy organizować warsztaty doskonalące techniki oddziaływania, zgodne z koncepcjami tradycyjnego szamanizmu właściwego, a także według modus operandi międzynarodowego neo-szamanizmu współczesnego, bazującego m.in. na komunikacji elektronicznej, np. telefonii komórkowej, Internecie oraz radiu i telewizji – uchyla rąbka tajemnicy

ciechanowski propagator wiedzy o współczesnym szamanizmie.

Niestety nie możemy podać na razie dokładnego adresu Ośrodka, ale sygnalizujemy, że mieści się w okolicy Warszawskiej róg Sierakowskiego.

A teraz coś z życia bibliotecznego. Wychodząc naprzeciw narastającej tendencji myślenia do tyłu czyli wstecz, dyrekcja Biblioteki na Warszawskiej tygodniowo zorganizowała ciekawą konferencję naukową pt. „Długa Kolubryna w Ciechanowie”. Z wykładami historycznymi wystąpili badacze z Uniwersytetu Siedemnastego Wieku w Płocku. A oto pokrótce treść referatów.

Otóż gdy w grudniu 1655 roku pod Częstochówką Jędrasz Kmiecik wysadził Kolubrynę, zaraz heretycy wysłali gońców do huty w Działdowie po drugą bliźniaczą Kolubrynę. Trasa transportu miała prowadzić przez Ciechanów i dalej na Wyszogród. Wieść o tym wyprzedziła konwój i dotarła do Ciechanowa. Tu wtedy młody niezamożny szewc Janko Kiełsiński od kilku dni był w stanie wzburzenia, bo chciał się żenić z córką krawca z Warszawskiej, lecz mu odmówili, twierdząc, że niech będzie starą panną, niż ma wyjść za gołodupca. Gdy usłyszał o transporcie zagłuszył w sobie ból odrzucenia i postanowił utopić Kolubrynę w Jeziorze Wielkim Królewskim, które w osi Łydyń rozciągało się wówczas u podnóża Farskiej Góry. Że była śnieżna zima, zmistyfikował bieg drogi od dzisiejszego Placu Kościuszki do mostu na rzece, zasypując most i przedmoście zaspami śniegu, zaś fałszywą drogę skierował przy kościelnym wzgórzu w prawo i potem w lewo na



zamrażnięte jezioro. Z kuzynami usypał wzdłuż upozorowanej drogi zaspy niby z odśnieżonego traktu i powtórzył w nie gałązki, co uczynił też na lodzie w poprzek jeziora, gdzieś tam na łód syjąc trochę ziemi dla zmylenia heretyków. Jak tylko konwój z Kolubryną zjechał łukiem przy wzgórzu, skreślił w fałszywą drogę i wjechał na łód, który pękł i Kolubryna z końmi wpadła w głębinę. Gdy wiadomość o tym dotarła do Częstochówki, heretycy wpadli w panikę i zaraz odstąpili, idąc na Uniejów i Kłodawę. Z nastaniem wiosny Janko Kiełsiński zanurkował i przywiązał sznury do dział, odcinając utopione konie od orczyków. Wydobytą z udziałem mieszkańców armatę wysłano do hetmana Żółkiewskiego, który użył jej do wsparcia szarży pod Kłuszynem. Potem działo wykorzystał król Batory w czasie ob-

łężenia Pskowa. Szlak bojowy Kolubryna zakończyła pod Grunwaldem, ostrzeliwując Krzyżaków. Stamtąd wraz z krzyżackimi sztandarami trafiła do Krakowa, gdzie po przetopieniu odłano z niej Dzwon Zygmunta.

A Janko Kiełsiński po zdobyciu sławy ożenił się z bogatą panną ze wsi pod Sońskiem. Miał z nią dużo pyzanych dzieci, a najbardziej pyzata córka to prapraprapraprababka naszej znanej obecnej działaczki lokalnej, która pyzatość toczka w toczkę odziedziczyła po owej przodkini.

Zdaniem dojrzałych komentatorów politycznych Konferencja potwierdziła, że słuszną prawdą o naszej przeszłości, pewnie nam wytycza słuszną drogę w przyszłość.

I to na tyle w naszej czerwcowej czytance. Alleluja i Ahoj!

IWO „GAGUŚ” GAWLICA

reklama

Stowarzyszenie Elektryków Polskich
Oddział w Ciechanowie

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

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

reklama

ogłoszenie własne wydawcy

Nauka gry
na gitarze

Tel. 511 770 082

reklama

Spółeczna Szkoła Podstawowa STO
z Oddziałami Dwujęzycznymi
ogłasza nabór do klasy I
w roku szkolnym 2022/2023.

W ofercie szkoły:

- bogaty program pracy z uczniem zdolnym
- nauczanie dwujęzyczne i projekty międzynarodowych wymian uczniów
- liczne koła zainteresowań i zajęcia pozalekcyjne
- ciekawe zajęcia świetlicowe dla uczniów na każdym poziomie

Gwarantujemy:

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

tel.: 23 672 28 69 **www.stociechanow.pl**
www.facebook.com/stociechanow

studio grafika **pracownia reklamy & drukarnia wielkoformatowa**

Widna 53a, Ciechanów, tel. 23 672 41 04 **www.studio-grafika.pl**

III Forum Kół Gospodyń Wiejskich z Powiatu Ciechanowskiego

Siłą naszego powiatu są kobiety



Ponad 300 przedstawicielek Kół Gospodyń Wiejskich z powiatu ciechanowskiego wzięło udział w Forum zorganizowanym przez Starostwo Powiatowe w Ciechanowie. Spotkanie odbyło się w Zajeździe TUR w pobliskim Niestumiu.

To trzecia edycja Forum, które Starostwo Powiatowe w Ciechanowie zorganizowało we współpracy z Samorządem Województwa Mazowieckiego.

Forum jest skierowane do kobiet, które potrzebują przestrzeni do samorealizacji, wymiany doświadczeń i do współpracy, do kobiet, którym nie brakuje determinacji do tego, by zmieniać rzeczywistość.

- Siłą Powiatu Ciechanowskiego są Kobiety, Kobiety przedsiębiorcze, gospodarne, zaangażowane w życie swoich lokalnych społeczności, Kobiety,



które myślą o innych, nie zapominając o sobie. Koła Gospodyń Wiejskich to szacunek do naszej kultury, tradycji, międzypokoleniowej wymiany doświadczeń, patrzenie w przyszłość z szacunkiem i pamięcią o przeszłości - powiedziała Joanna Potocka-Rak - Starosta Powiatu Ciechanowskiego.

Obecnie na terenie powiatu ciechanowskiego jest zarejestrowanych 49 Kół Gospodyń Wiejskich, które aktywnie działają i aktywizują społeczność lokalną.

Wykład na temat rękodzieła i kulinariów poprowadziła Sylwia Słoj-

kowska-Affelska z Kuźni Kurpiowskiej w Pniewie. Uczestniczki Forum miały okazję wziąć udział w warsztatach nauki tańca ludowego, poprowadzonych przez Edytę Bojkowską-Kolak - tancerkę Ludowego Zespołu Artystycznego Ciechanów. Panie z kół gospodyń wiejskich przygotowały degustację swoich kulinarnych specjalów. Muzyczną gwiazdą wieczoru były BACIARY - polski zespół folklorystyczny z Podhala.

Wydarzenie było współfinansowane ze środków budżetu Województwa Mazowieckiego.

PC/PP



for. ROMAN NADU

DZIEŃ KSIĘGOWEGO W CIECHANOWIE

Stowarzyszenie Księgowych w Polsce istnieje od 1907 roku i jest największą polską organizacją przedstawicieli środowiska zawodowego związanego z rachunkowością i finansami.

Z okazji Dnia Księgowego oraz 115-lecia działalności ruchu księgowych na ziemiach polskich Oddział w Ciechanowie Stowarzyszenia Księgowych w Polsce zorganizował uroczyste spotkanie, w którym udział wzięło wielu znamienitych gości w tym przedstawiciele władz miasta Ciechanowa, Powiatu Ciechanowskiego, Samorządu Województwa Mazowieckiego, Delegatury w Ciechanowie Kuratorium Oświaty w Warszawie, Wojewódzkiego i Powiatowego Urzędu Pracy w Ciechanowie a także przedstawiciele Zarządu Oddziału Okręgowego w Warszawie SKwP, Zarządu Oddziału w Płocku SKwP oraz członków zwyczajnych i członków wspierających w ciechanowskim Oddziale SKwP.

Wykład „Robotyzacja w pracy księgowego”, który poprowadziła Pani Agnieszka Gajewska – Wiceprezes Zarządu Oddziału Okręgowego w Warszawie SKwP, biegły rewident, cieszył się bardzo dużym zainteresowaniem. Po części oficjalnej goście zostali zaproszeni na poczęstunek, w którego trakcie mieli okazję do wymiany doświadczeń i swobodnej dyskusji.

AK



**Z okazji Dnia Księgowego
wszystkim zawodowo związanym z księgowością
zdrowia, pogody ducha, satysfakcji
z wykonywanej pracy oraz wszelkiej pomysłowości
zarówno w życiu zawodowym,
jak i osobistym**

życzą

**Zarząd i Pracownicy
Oddziału w Ciechanowie
Stowarzyszenia Księgowych w Polsce**



materiał promocyjny

Z życia partii politycznych

Święto Ludowe



Fot. AI

Delegacja ciechanowskich struktur Polskiego Stronnictwa Ludowego przy tablicy upamiętniającej Wincentego Witosa.

Ciechanowskie struktury PSL były organizatorem obchodów Święta Ludowego, które jest połączone ze świętowaniem Pamiątki Zesłania Ducha Świętego, czyli Zielonych Świątek.

Rano delegacja Polskiego Stronnictwa Ludowego, na czele z Elżbietą Szymanik – Prezesem Zarządu Powiatowego PSL oraz Sławomirem Morawskim

– Przewodniczącym Rady Powiatu Ciechanowskiego, złożyła kwiaty i zapaliła znicze przy tablicy upamiętniającej Wincentego Witosa (przy rondzie, które nosi imię tego wybitnego przywódcy Ruchu Ludowego).

Następnie, zgodnie z wieloletnią tradycją, udano się do kościoła Parafii Św. Tekli (Klasztor), gdzie została od-

prawiona Msza Święta w intencji Ruchu Ludowego, o pomyślność dla pracujących na roli, dobre plony i pomyślne zbiory. – Kiedy spotkaliśmy się w poprzednim roku modliliśmy się o zdrowie i zakończenie pandemii koronawirusa. Nikt z nas się wtedy nie spodziewał, że kolejny rok będzie naznaczony wojną na Ukrainie, dlatego dziś modlitwa o pokój jest bardzo potrzebna. Dobry Boże obdarz nas pokojem – mówiła podczas mszy Elżbieta Szymanik.

– Nam wszystkim tu zgromadzonym, a także mieszkańcom wsi i miast, rolnikom, przedsiębiorcom, ludowcom seniorom i weteranom Ruchu Ludowego, członkom i sympatykom Polskiego Stronnictwa Ludowego oraz ich rodzinom – z racji tego święta składam najlepsze życzenia, abyśmy doznali obfitości Bożych Łask i mogli cieszyć się wolnością, pokojem, dobrym zdrowiem, pomyślnością i owocami naszej wspólnej pracy – powiedziała prezes Szymanik.

Po zakończeniu religijnej części uroczystości złożono kwiaty i odśpiewano Rotę pod pomnikiem Marii Konopnickiej w parku nad Łydynią.

Kwiaty złożono także pod tablicami upamiętniającymi: Dowódców Batalionów Chłopskich (Ciechanów) oraz Tomasza Klonowskiego (Sokołów). AI

Kościelne personalia

Biskup Libera odszedł na emeryturę

Papież Franciszek przyjął rezygnację biskupa Piotra Libery z posługi Biskupa Płockiego, złożoną z racji zdrowotnych.

Równocześnie Papież mianował administratora apostolskiego Diecezji Płockiej „sede vacante” w osobie biskupa Wiesława Śmigła – Biskupa Toruńskiego – poinformował w komunikacie arcybiskup Salvatore Pennacchio – Nuncjusz Apostolski w Polsce.

Przypomnijmy, że bp Piotr Libera został powołany na funkcję ordynariusza Diecezji Płockiej przez Papieża Benedykta XVI w dn. 2 maja 2007 roku. Wcześniej, przez 10 lat, z nominacji Papieża Jana Pawła II pełnił posługę Biskupa Pomocniczego Archidiecezji Katowickiej.

W latach 1998-2007 był sekretarzem generalnym Konferencji Episkopatu Polski. Był członkiem Komisji Wspólnej Rządu i Episkopatu oraz Kościelnej Komisji Konkordatowej.



Fot. AI

Biskup Piotr Libera podczas diecezjalnych obchodów 1050. Rocznicy Chrztu Polski, które odbyły się w Ciechanowie.

Od 4 czerwca br. bp Piotr Libera jest Biskupem Seniosem Diecezji Płockiej. AI

Z pracy parlamentarzystów

Otwarcie Biura posła Romanowskiego

Pochodzący z naszego powiatu Rafał Romanowski (PiS) otworzył w Ciechanowie swoje Biuro Poselskie.

W Sejmie RP zastąpił byłego ministra zdrowia Łukasza Szumowskiego, który uzyskał mandat poselski z listy Prawa i Sprawiedliwości w okręgu płocko-ciechanowskim, a w lutym został dyrektorem Narodowego Instytutu Kardiologii – Państwowego Instytutu Badawczego w Aninie. Rafał Romanowski w wyborach parlamentarnych w 2019 roku zdobył 9.905 głosów.

W uroczystym otwarciu Biura wzięli licznie udział współpracownicy posła oraz przedstawiciele ciechanowskiej administracji, m.in.: Anna Żebrowska – kierownik delegatury Mazowieckiego Urzędu Wojewódzkiego, Andrzej Berent – kierownik Placówki Terenowej Kasy Rolniczego Ubezpieczenia Społecznego oraz Janusz Głusniowski – kierownik Biura Powiatowego Agencji Restrukturyzacji i Modernizacji Rolnictwa. Byli też reprezentanci organizacji pozarządowych, na czele z Jadwigą Płodziszewską ze Społecznego Komitetu Rodzin Poległych Żołnierzy Narodowych Sił Zbrojnych i Narodowego Zjednoczenia Wojskowego.



Fot. AI

Rafał Romanowski – poseł ziemi ciechanowskiej a zarazem Wiceminister Rolnictwa i Rozwoju Wsi.

Po dokonaniu aktu poświęcenia Biura przez zaprzyjaźnionego duszpasterza głos zabrał poseł Rafał Romanowski. W swym wystąpieniu zapowiedział, że sala konferencyjna Biura Poselskiego będzie udostępniana na spotkania organizacji pozarządowych promujących postawy patriotyczne i niepodległościowe, które

kierują się katolickim systemem wartości. Przedstawił też dyrektora Biura – Łukasza Gołębińskiego.

Biuro Poselskie Rafała Romanowskiego mieści się w budynku przy ul. Ściegiennego 2. Jest czynne od poniedziałku do piątku w godz. 9 – 16. Tel. 539 620 050, e-mail: biuro@rafalromanowski.pl

Otwarcie przez Rafała Romanowskiego Biura w naszym mieście wywołało radość w środowisku ciechanowskich działaczy Prawa i Sprawiedliwości. – Nawiązując do sagi filmowej „Gwiezdne Wojny” trzeba powiedzieć, że pojawiła się „Nowa nadzieja”. Liczymy, że będzie to miejsce nieskrępowanej dyskusji, także o sprawach trudnych. Dyskusji a nie dyktatu. Miejsce aktywnej działalności na rzecz mieszkańców naszej ziemi, a nie wewnątrzpartyjnych wojenek. Miejsce, dzięki któremu wyborcy będą poznawali program Prawa i Sprawiedliwości, a nie polityczne plotki i fantazje. Bierzemy się do pracy. Bo wierzymy, że nasza partia ma najlepszy program dla kraju i regionu – powiedział nam jeden z działaczy ciechanowskiego PiS, reprezentujący młode pokolenie. AI

reklama

FIRMA SPRZĄTAJĄCA CZYŚCI-CIECH

Ewa Puternicka

- * sprzątnięcie mieszkań i biur
- * pranie dywanów i tapicerki
- * mycie okien
- * i wiele innych...

tel. 508 600 144 e-mail: czysci-ciech@wp.pl



reklama

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

reklama

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

ogłoszenie

Pani
Jadwidze Gadomskiej
wyrazy głębokiego współczucia oraz otuchy
z powodu śmierci

Męża

składają
Starosta Powiatu Ciechanowskiego
Joanna Potocka-Rak
oraz Pracownicy
Starostwa Powiatowego w Ciechanowie

Pod koniec maja już po raz czwarty odbyła się uroczystość, podczas której rolnicy z ośmiu gmin naszego powiatu otrzymali wyróżnienia. Imprezę poprowadzili Piotr Gąsowski oraz Edyta Bojkowska-Kolak.

Nie zabrakło również muzycznych atrakcji, które zapewnił zespół Gang Marcela. Przed Powiatowym Centrum Kultury i Sztuki odbyły się warsztaty z rękodzieła, prowadzone przez Panię z Koła Gospodyń Wiejskich PRO Qltura z Rydzewa. W tym roku tradycyjne wyroby polecały Pani z Kół Gospodyń Wiejskich z Regimina, Gruduska, Szulmierza, Zygmuntowa, Ciemniewa, Przywilcza i Pomorza.

- Powiatowy Dzień Rolnika był okazją do nagrodzenia Rolników z powiatu ciechanowskiego, podziękowania za codzienną ciężką pracę, ale też zwróceniem uwagi na znaczenie rolnictwa nie tylko w aspekcie lokalnym. Siłą Powiatu są świetnie prowadzone i rozwijane gospodarstwa rolne o różnym profilu działalności, często przekazywane z pokolenia na pokolenie, w których obok nowoczesności ważna jest też nasza kultura, tradycja i szacunek do ziemi. Jeszcze raz składam serdeczne gratulacje i podziękowania wszystkim wyróżnionym – napisała Joanna Potocka-Rak - Starosta Powiatu Ciechanowskiego.

Za Nami IV Powiatowy Dzień Rolnika



Wyróżnieni rolnicy z powiatu ciechanowskiego:

Gmina Ciechanów
Katarzyna i Mirosław Pątkowscy
Barbara i Adam Gołębiowscy
Gmina Gołymin-Ośrodek
Ewa i Andrzej Gadomscy
Izabela i Sławomir Kamińscy
Gmina Gliniojeck
Ewa i Jerzy Bakierzyńscy
Jadwiga i Janusz Przybyszewscy
Gmina Grudusk
Anna i Mariusz Chmielińscy
Renata i Marcin Sadkowsky
Gmina Ojrzeń
Iwona i Stefan Gburzyńscy
Honorata i Krzysztof Smolińscy
Gmina Opinogóra Górna

Dorota i Krzysztof Ruszczyńscy
Julita i Kamil Tomkalscy
Gmina Regimin
Renata i Dariusz Szymańscy
Irena i Krzysztof Sowińscy
Gmina Sońsk
Kamil Bruliński
Aneta i Bartosz Hetmańscy.

Wyróżniono również Wiesława Żebrowskiego - Prezesa Zarządu Ciechanowskiej Spółdzielni Mleczarskiej – która na co dzień współpracuje z rolnikami z regionu odbierając od nich mleko.

Przedsięwzięcie było współorganizowane przez Samorząd Województwa Mazowieckiego.

PC/PP



Fot. Piotr Pszczółkowski

Budżet Obywatelski Mazowsza

349 to liczba miesiąca czerwca

349 to numer Projektu Mazowiecki Festiwal Smaków w Powiecie Ciechanowskim zgłoszonego do Budżetu Obywatelskiego Mazowsza, w kategorii Projekty Ogólnowojewódzkie, na który każdy może oddać głos do 30-go czerwca.

Mazowiecki Festiwal Smaków w Powiecie Ciechanowskim, to cykl wydarzeń i inicjatyw lokalnych mających na celu promocję tradycyjnej polskiej kuchni, kultury regionalnej oraz integrację społeczną w wymiarze ponad lokalnym. Kuchnia i tradycja regionalna może być świetnym spoiwem łączącym pokolenia, a sięgnięcie do historii mazowieckich kulinariów to także poznanie historii lokalnej.

- Wspólne, rodzinne przygotowywanie posiłków na polanie wg tradycyjnych przepisów, pokaz mody folk, w którym każdy może zostać projektantem, multimedialna książka kucharska którą napiszą swoimi przepisami Pani z Kół Gospodyń Wiejskich, czy koncert mazowieckich zespołów folkowych i wiele innych wydarzeń adresowanych do wszystkich - ten projekt możemy zrealizować, potrzebujemy tylko Państwa wsparcia. Tradycja to świetne spoiwo do wspólnej, rodzinnej zabawy. Prosimy o oddanie głosu na nasz projekt Nr 349 – pisze Joanna Potocka-Rak – starosta ciechanowski.

PC

Podsumowanie projektu

„Z historią przez powiat”

„Z historią przez powiat” to przedsięwzięcie o charakterze turystyczno-edukacyjnym polegające na organizacji kilkugodzinnych międzypokoleniowych przejazdów turystycznych po specjalnych trasach tematycznych wytyczonych przez lokalnych etnografów po powiecie ciechanowskim. Pomysłodawczynią przedsięwzięcia była Joanna Potocka-Rak – starosta ciechanowski.

- Za jego pomocą przybliżyliśmy i „odczarowujemy” z pozoru zwykłe miejsca w naszym regionie, które mają duże znaczenie historyczne i kulturalne dla całego Mazowsza. Projekt pokazuje i promuje bogactwo

two turystyczne Mazowsza. W tym roku nasz czerwony londyński autobus podróżował trzema trasami: „Z historii walk narodowo-wyzwoleńczych”, „Sól ziemi naszej – o rolnictwie i rozwoju oświaty rolniczej” oraz „Śladami kolejki wąskotorowej” - informuje Powiatowe Centrum Kultury i Sztuki w Ciechanowie.

Przewodnikami byli lokalni znawcy naszych terenów: Grzegorz Kęsik, Grażyna Czerwińska, Jacek Hryniewicz i Lech Zduńczyk. W projekcie wzięło udział prawie 1.500 osób, a przez cały miesiąc maj czerwony autobus przemierzył ponad 1.500 km po drogach naszego powiatu. Wycieczki w drugiej edycji projektu cieszyły się ogromnym zainteresowaniem ze strony lokalnej społeczności.

Projekt był współfinansowany przez Samorząd Województwa Mazowieckiego.

PP

Mazowsze.
serce Polski



Prosimy o oddanie głosu w Budżecie Obywatelskim Mazowsza na projekt numer 349. Mazowiecki Festiwal Smaków w Powiecie Ciechanowskim



Swoj głos oddaj na bom.mazovia.pl w terminie od 8 do 30 czerwca 2022 r.

BUDŻET OBYWATELSKI MAZOWSZA

Mazowsze.
serce Polski



Lekkoatletyka

Podwójny sukces

Ciechanowski sprinter Damian Trzaska podczas Akademickich Mistrzostw Polski w Poznaniu zdobył tytuły: mistrza w biegu na 200 m oraz wicemistrza na dystansie 100 m.

Zawodnik reprezentuje Klub Sportowy „Ciechan i Szymon Kołecki”. Jego trenerem jest ciechanowianin Zbigniew Majewski.

– Bardzo się cieszę, że udało mi się zdobyć dwa tytuły na jednej imprezie. Biorąc pod uwagę słabe warunki atmosferyczne podczas zawodów jestem naprawdę zadowolony ze swoich biegów – powiedział nam Damian Trzaska.



Damian Trzaska podczas Akademickich Mistrzostw Polski w Poznaniu.

AI



Powiat Ciechanowski oraz gminy z jego terytorium otrzymają łącznie ponad 61 milionów zł z Rządowego Funduszu Polski Ład – Program Inwestycji Strategicznych.

Oto wykaz projektów, które uzyskały promesy inwestycyjne z Banku Gospodarstwa Krajowego (nie obejmuje miasta Ciechanów – o miejskich projektach piszemy na str. 11):

Powiat Ciechanowski:

- Kompleksowa modernizacja szkolnej infrastruktury sportowej na terenie powiatu ciechanowskiego – 4,5 mln zł.

Gmina Ciechanów:

- Budowa i przebudowa oświetlenia ulicznego – 1,3 mln zł.

Program Inwestycji Strategicznych

Pieniądze na inwestycje

Gmina Gliniojeck:

- Budowa i przebudowa budynków pełniących funkcje społeczno-kulturalne w m. Kondrajec Szlachecki, Luszevo, Budy Rumockie, Śródborze, Wkra, Wola Młocka i Żeleźnia – 3.612.500 zł.

- Modernizacja oczyszczalni ścieków w m. Stary Garwarz - II i III etap – 4,75 mln zł.

Gmina Gołymin-Osrodek:

- Budowa oczyszczalni ścieków – 11,4 mln zł.

Gmina Grudusk:

- Rozbudowa i przebudowa dróg – 3,325 mln zł.

Gmina Ojrzeń:

Przebudowy (modernizacje) dróg gminnych: Kraszewo - Grabowiec, w miejscowości Nowa Wieś i miejscowości Obręb – 2.708 997 zł.

Gmina Opinogóra Górna:

- Budowa sieci kanalizacji sanitarnej w m. Opinogóra Dolna i Dzbonie – 2,85 mln zł.

- Dobudowa budynku sali gimnastycznej wraz z łącznikiem do istniejącego budynku Szkoły Podstawowej w Woli Wierzbowskiej – 2,34 mln zł.

- Przebudowa dróg gminnych – 4,845 mln zł.

Gmina Regimin:

- Budowa Centrum Kultury i Sportu w Regiminie wraz z Gminną Biblioteką Publiczną – 9,9 mln zł.

Gmina Sońsk:

- Budowa i przebudowa dróg będących własnością gminy Sońsk w miejscowościach: Gołotczyzna, Sońsk, Olszewka, Ciemniowo, Pękawka, Strusinek, Szwejki - Marusy – 1,805 mln zł.

- Budowa hali sportowej w miejscowości Sońsk – 6,435 mln zł.

- Budowa targowiska wiejskiego „Mój rynek” w miejscowości Gąsocin – 1.572.500 zł.

AI

Gmina Regimin

Mariola Kołakowska odznaczona

30 maja w Kancelarii Prezesa Rady Ministrów, podczas uroczystości z okazji Dnia Samorządu Terytorialnego, Wójt Gminy Regimin Mariola Kołakowska otrzymała z rąk Ministra Spraw Wewnętrznych i Administracji Mariusza Kamińskiego Odznakę Honorową za Zasługi dla Samorządu Terytorialnego.

Odnaka ta to szczytne wyróżnienie nadawane za szczególne zasługi na rzecz samorządu terytorialnego. Może być nadana tej samej osobie tylko raz. Wyróżnienie to jest formą podziękowania i uznania za aktywne działanie na rzecz spraw lokalnych i determinację w rozwiązywaniu problemów mieszkańców.

- To dla mnie wielki zaszczyt i honor, że moja służba na rzecz naszej lokalnej wspólnoty została dostrzeżona, doceniona i wyróżniona. To wielka satysfakcja, a także motywacja



Wójt Gminy Regimin Mariola Kołakowska wraz z Ministrem Spraw Wewnętrznych i Administracji Mariuszem Kamińskim.

Fot. Archiwum prywatne

do dalszej, jeszcze bardziej wyťažonej pracy – powiedziała nam wójt Mariola Kołakowska.

AI

Odznaczenia państwowe dla Wicestarości i Burmistrza Gliniojecka

Krzyże Zasługi dla naszych samorządowców

W piątek, 27 maja obchodziliśmy Dzień Samorządu Terytorialnego, upamiętniający pierwsze, w pełni demokratyczne wybory samorządowe w naszym kraju. Z tej okazji w Mazowieckim Urzędzie Wojewódzkim w Warszawie odbyła się uroczystość wręczenia odznaczeń państwowych dla zasłużonych samorządowców.

Na mocy postanowienia Prezydenta Rzeczypospolitej Polskiej, za zasługi w działalności społecznej i samorządowej oraz za zasługi dla niepodległości, łącznie uhonorowano jedenaście osób. Wśród odznaczonych było dwóch samorządowców z naszego powiatu.

Złotym Krzyżem Zasługi odznaczony został Marek Piotr Marcinkowski – Wicestarosta Powiatu Ciechanowskiego i jednocześnie szef Ciechanowskiego Bezparyjnego Ugrupowania Wyborczego, natomiast Brązowy Krzyż Zasługi otrzymał Łukasz Kapczyński – Burmistrz Miasta i Gminy Gliniojeck.



Marek Marcinkowski – wicestarosta ciechanowski został odznaczony Złotym Krzyżem Zasługi.

Fot. Mazowiecki Urząd Wojewódzki

Dodajmy, że Krzyż Zasługi, ustanowiony w 1923 r., nadawany jest osobom, które położyły zasługi dla państwa lub obywateli, spełniając czyny przekraczające zakres ich zwykłych obowiązków, a przynoszące znaczną korzyść państwu lub obywatelom, ofiarne niesienie pomocy oraz działalność charytatywną. Krzyż Zasługi może być nadany tej samej osobie w każdym stopniu dwukrotnie. Przed nadaniem Krzyża Zasługi wyższego stopnia powinny upłynąć co najmniej 3 lata. Odstępstwo od tej zasady dopuszczalne jest wyjątkowo.



Łukasz Kapczyński – burmistrz Gliniojecka otrzymał z rąk Wicewojewody Mazowieckiego Sylwestra Dąbrowskiego Brązowy Krzyż Zasługi.

PP / MUW

Powiat Ciechanowski

CBUW wystosowało petycję do Premiera RP

Ciechanowskie Bezparyjne Ugrupowanie Wyborcze wysłało petycję do premiera Mateusza Morawieckiego, w której zaprotestowało przeciwko przyznaniu zbyt małej ilości środków finansowych dla Powiatu Ciechanowskiego w ramach Rządowego Funduszu Polski Ład. CBUW uznało, że sposób podziału środków jest „rażąco niesprawiedliwy” dla naszego powiatu.

Według petycji CBUW sąsiednie powiaty otrzymały ponad dwukrotnie większe dofinansowanie do inwestycji niż Powiat Ciechanowski.

Pierwsze zdania petycji brzmią następująco: „Celem naszego sto-

warzyszenia (CBUW) jest między innymi propagowanie i rozwijanie inicjatyw, postaw i działań sprzyjających rozwojowi i budowie wspólnoty lokalnej. Mając na względzie dobro ogólne społeczności tzw. „małej ojczyzny” powiatu ciechanowskiego i działając w interesie Stowarzyszenia oraz na rzecz mieszkańców naszego powiatu, składamy niniejszą petycję z żądaniem podjęcia niezbędnych, a dostępnych Panu Premierowi działań zmierzających do zapewnienia Powiatowi Ciechanowskiemu środków w ramach Rządowego Funduszu Polski Ład na

warunkach dostępności zbliżonych dla innych, okolicznych powiatów. W naszej ocenie środki w ramach tego funduszu rozdzielone zostały w sposób rażąco niesprawiedliwy i godzący w dobro mieszkańców naszego powiatu”.

- Nieuwzględnione przez rząd wnioski z powiatu ciechanowskiego dotyczą termomodernizacji domów pomocy społecznej oraz rozbudowy lokalnych dróg (w gminie Sońsk drogi: Kryszpy – Bądkowo i Żochy - Sarnowa Góra - Gołotczyzna, natomiast w gminie Grudusk drogi: Grudusk-Łysakowo oraz Przywilcz - Zakrzewo- Żmijewo Kuce) – podkreśla Marek Marcinkowski - Przewodniczący Stowarzyszenia CBUW i wicestarosta Powiatu Ciechanowskiego.

Na koniec CBUW podkreśla: „Mamy nadzieję, że Premier zapewni Powiatowi Ciechanowskiemu realizację zasady równych szans i zadba o sprawiedliwe i godne potraktowanie jego mieszkańców”.

Petycja trafiła również do wiadomości wicepremiera Jarosława Kaczyńskiego oraz Przewodniczącego Rady i Zarządu Powiatu Ciechanowskiego.

PP



Sukces Sylwii Tomczak w finałach Miss Mazowsza 2022

Ciechanowianka najpiękniejszą mieszkanką Mazowsza!

W pierwszą niedzielę czerwca w hali widowiskowo-sportowej MOSiR odbyła się gala finałowa wyborów Miss Mazowsza pod patronatem Krzysztofa Kosińskiego – prezydenta Ciechanowa oraz Adama Struzika – Marszałka Województwa Mazowieckiego. Tytuł najpiękniejszej mieszkanki Mazowsza otrzymała ciechanowianka – Sylwia Tomczak. Gratulujemy!

O miano najpiękniejszej walczyło 16 kandydatek, które zaprezentowały się przed jurorami i publicznością w strojach kąpielowych, bieliznie, stylowych dresach, czy też sukniach wieczorowych.

Finałową galę prowadził znany prezenter telewizyjny - Krzysztof Ibisz. Nie zabrakło akcentów muzycznych w wyko-

naniu grupy Sound'n Grace oraz Michała Niemca.

Na podium stanęły też: płońszczanka Natalia Konofalska z tytułem I Wicemiss oraz Dominika Grabias z Biłgoraja – II Wicemiss.

W rywalizacji brały również udział: Emilia Chrzanowska, Karina Jarząbek, Karolina Kalinowska, Oliwia Lemieszek, Wiktoria Mełoyan, Elżbieta Nowaczyk, Anna Pacześniak, Kamila Szadkowska, Monika Szczepańska, Natalia Tusznio, Sonia Wojciechowska, Klaudia Wysocka i Wiktoria Wyrzykowska.

Sylwia Tomczak jest 26-letnią absolwentką dziennikarstwa o specjalności radiowo-telewizyjnej oraz II Liceum Ogólnokształcącego im. A. Mickiewicza w Ciechanowie. Zwycięstwo w konkursie

zapewniło jej udział w najbardziej prestiżowym konkursie piękności w kraju, czyli Miss Polski.

Trzymamy kciuki za naszą Miss i jednocześnie koleżankę po fachu, ponieważ Sylwia Tomczak zawodowo związana jest z redakcją portalu CiechanowInaczej.pl

Obszerna fotorelacja z tego wydarzenia dostępna jest na naszym portalu www.pulsciechanowa.pl

PIOTR PSZCZÓŁKOWSKI



Fot. Piotr Pszczółkowski



reklama

**DUŻO JEŹDZISZ?
UBEZPIECZENIE
ŻYCIA TO DOBRY
POMYSŁ!**

CUK
UBEZPIECZENIA

TWOJE UBEZPIECZENIE
W SUPERCENIE

Jesteś ciągle w ruchu? Czas spędzasz często podróżując? Polisa na życie to idealne rozwiązanie, aby zapewnić sobie i bliskim spokój. Decydując się na zakup ubezpieczenia na życie otrzymujesz pakiet kompleksowej ochrony.

Chronisz swoje zdrowie od:

- ✓ nieprzewidzianych zdarzeń na drodze,
- ✓ zabezpieczasz płynność finansową w razie dłuższego zwolnienia lekarskiego,
- ✓ otrzymujesz dostęp do wielu pakietów Assistance,
- ✓ ubezpieczasz swoje życie na wysokie sumy, masz pewność pomocy najbliższym w razie problemów

Przyjdź, zadzwoń lub napisz: MY porównujemy, TY oszczędzasz!

Ciechanów, ul. Pułtуска 53
tel. 786 816 122 e-mail: ciechanow@cuk.pl

DNI CIECHANOWA

NATALIA SZROEDER T. LOVE

25.06

26.06

BLUE CAFÉ WILKI GROMEE

24 | 25 CZERWCA

KONCERTY | **WEJŚCIE** | **MIEJSCE**
OD 18.00 | **FREE** | **BŁONIA ZAMKOWE**

www.umciechanow.pl

Wydarzenie poprowadzi Jankes

Patronat medialny: **radio eska**

Współorganizator: **Mazowsze. serce Polski**

PATRON HONOROWY: **Marszałek Województwa Mazowieckiego**

Kolejny obiekt zostanie zrewitalizowany

Odnowienie zabytkowego młyna coraz bliżej



bryła będzie dodatkowo obłożona drewnianymi żaluzjami na powierzchni ścian i dachu.

Nowe funkcje użytkowe zyska też teren wokół budynków. Będzie podzielony na trzy strefy: komunikacji kołowej, obszar relaksacyjny (ze ścieżkami dla pieszych, placem zabaw i zielenią ozdobą) oraz część widokową. Na wewnętrznym podwórzu, w bezpośrednim sąsiedztwie budynku znajdzie się również parking.

Z młyna w stronę rzeki poprowadzi ścieżka kierująca do strefy widokowej na Zamek Książąt Mazowieckich nad Łydynią.

Ta część terenu będzie przeznaczona do relaksu nad wodą. Linia brzegowa rzeki zostanie zagospodarowana poprzez budowę tarasu z kamienią posadzką i siedziskami w formie drewnianych schodków. Stworzona będzie przestrzeń do wypoczynku oraz miejsce do zabaw dla dzieci. Na pozostałym terenie wykonane zostaną nowe nasadzenia niskiej zieleni. Będą to w szczególności odmiany traw ozdobnych oraz rośliny pnące na istniejących, murowanych ogrodzeniach terenu. Podlewianie zieleni będzie możliwe dzięki montażowi podziemnego zbiornika retencyjnego na wodę, który zasili automatyczny system nawadniania roślin.

Przed wojną młyn skupował i miewał żyto oraz pszenicę. Po wojnie, około 1949 r. został opuszczony. W latach 80 i 90 XX wieku, wznowiono jego działalność, lecz na krótko i znów został zamknięty, tym razem na stałe.

UM/AI

Dziś i jutro zabytkowego młyna przy ul. Nadrzecznej.

Zabytkowy młyn przy ul. Nadrzecznej przejdzie rewitalizację i zyska nowe funkcje. Powstaną m.in.: wielofunkcyjna sala, restauracja, bar letni, pomieszczenia edukacyjne i artystyczne oraz miejsce na start-upy.

Przy rzece stworzona zostanie ogólnodostępna, zielona przestrzeń do rekreacji z widokiem na Zamek Książąt Mazowieckich. Ratusz ogłosił przetarg na wyłonienie wykonawcy inwestycji. Oferty można składać do 30 czerwca 2022 r.

– To kolejne z zadań, które ma na celu tworzenie w Ciechanowie potrzebnych, nowoczesnych i funkcjonalnych przestrzeni publicznych, dotychczas zaniebawianych, opuszczonych oraz niewykorzystywanych. Poza rewitalizacją młyna oraz dobudowaniem zupełnie nowej części zagospodarujemy też około 5 tys. m² terenu z ciekawą ekspozycją na ciechanowski zamek. Ten obszar do tej pory nie był użytkowany, a ma bardzo atrakcyjną lokalizację – podkreśla prezydent Krzysztof Kosiński.

Rewitalizacja istniejącego młyna zostanie przeprowadzona zgodnie z zaleceniami konserwatora zabytków. W starej części budynku wymienione będzie pokrycie dachowe, z zachowaniem unikatowej konstrukcji drewnianej wewnątrz. Przywrócone zostaną pierwotne otwory okienne, odnowiona będzie ceglana elewacja, wymianę przejdzie stolarka okienna i drzwiowa.

Przy odnowionym zabytku powstanie dwukondygnacyjny budynek z tarasem na pierwszym piętrze. Obiekt pomieści salę przeznaczoną na warsztaty artystyczne, salę wielofunkcyjną do organizowania konferencji, wydarzeń kulturalnych oraz eventów biznesowych, restaurację z salami do konsumpcji oraz pomieszczenia dla start-upów.

Dla spójności architektonicznej całego założenia zastosowana zostanie ograniczona ilość materiałów, które będą powtarzać się wewnątrz i na zewnątrz obiektu. Nowy budynek pokryje tynk w kolorze grafitowym, a jego

Perły Samorządu

Ciechanów w czołówce rankingów

Ciechanów po raz kolejny zajął pierwsze miejsce wśród miast do 100 tys. mieszkańców w konkursie „Perły Samorządu”. Prestiżowy ranking organizuje Dziennik Gazeta Prawna pod patronatem Światowego Forum Miejskiego i dwóch ministerstw. Z kolei prezydent Krzysztof Kosiński znów znalazł się w trójce najlepszych włodarzy w kraju.

Wyniki ogólnopolskiego zestawienia gmin i miast ogłoszono w Gdyni, podczas kongresu „Perły Samorządu”, który zorganizowała redakcja Gazety Prawnej i Miasto Gdynia. Ciechanów drugi rok z rzędu tryumfował, zajmując pierwsze miejsce w kategorii miast do 100 tys. mieszkańców.

– Rozwój Ciechanowa na przestrzeni ostatnich lat był możliwy dzięki współpracy wielu osób i środowisk: organizacji pozarządowych, młodzieży, seniorów, przedsiębiorców, ale też Unii Europejskiej czy



Nagrodę dla Ciechanowa, podczas tegorocznego Kongresu „Perły Samorządu”, odebrała Adrianna Saganek - Sekretarz Miasta Ciechanów (z prawej).

Samorządu Województwa Mazowieckiego, skąd pozyskiwaliśmy istotne pieniądze na inwestycje. Przede wszystkim jednak dziękuję

swojemu zespołowi z ratusza i pracownikom jednostek podległych miastu. Bez codziennej, skrupulatnej pracy i wielu wyrzeczeń urzędników i moich współpracowników nie moglibyśmy zrealizować tylu projektów, które w ostatnich latach zmieniają Ciechanów – mówi prezydent Krzysztof Kosiński.

„Perły Samorządu” przyznano miastom i gminom w kilku kategoriach, w zależności od liczby mieszkańców. Za Ciechanowem w pierwszej trójce uplasowały się Legnica i Elk.

Wśród włodarzy miast do 100 tys. mieszkańców drugie miejsce w kraju zajął prezydent Krzysztof Kosiński. Kapituła oceniała efektywność realizacji zadań, zaangażowanie w inicjatywy lokalnej społeczności i jakość organizacji pracy urzędów czy jednostek podległych.

UM/AI

Proekologiczna akcja edukacyjna

Wymienili elektroodpady na sadzonki



Mieszkańcy mogli wybierać spośród aż 20 rodzajów roślin i ziół.

Liczna grupa ciechanowian wzięła udział w proekologicznej akcji edukacyjnej „Sadzonka za elektroodpady”, zorganizowanej przez władze miasta wspólnie z Przedsiębiorstwem Usług Komunalnych. Cieszy, że wielu rodziców zabrało ze sobą dzieci, które przyniosły np. zepsute elektroniczne zabawki. Warto od najmłodszych lat uczyć je właściwego gospodarowania odpadami.

Mieszkańcy swe uszkodzone lodówki, pralki, telewizory, komputery i inny sprzęt elektroniczny mogli wymienić na sadzonki roślin miododajnych. Przygotowano dwadzieścia rodzajów roślin i ziół o różnorodnych barwach i zapachach – łącznie 1.600 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.

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 szczegółach opowiadał zainteresowanym miejski pszczelarz Paweł Kołkowski.

Całości przedsięwzięcia doglądał prezes PUK Mirosław Szymańczyk oraz Renata Dobrzyńska – kierownik Wydziału Gospodarki Odpadami i Ochrony Środowiska Urzędu Miasta Ciechanów.

AI



Pięcioletnia Alicja przyniosła do PSZOK-u zepsutą elektroniczną zabawkę.



Łącznie zebrano prawie 3,5 tony elektroodpadów.

Jeszcze do niedawna obowiązywało wiele obostrzeń związanych z pandemią koronawirusa. W Hali Sportowej funkcjonował Samorządowy Punkt Szczepień. W jakim stopniu wpływało to wszystko na bieżące funkcjonowanie i wyniki ekonomiczne MOSiR-u?

Chyba wszyscy cieszymy się, że pandemię a szczególnie związane z nią rygory mamy już poza sobą. Przez okres prawie dwóch lat Miejski Ośrodek Sportu i Rekreacji funkcjonował w zupełnie innej formie. Ograniczony dostęp do obiektów sportowo-rekreacyjnych, zmiana funkcji hali sportowej, wymusiły na nas przygotowanie pracowników do wykonywania zupełnie innych czynności. Początki nie były łatwe, ale mogliśmy liczyć na potrzebną pomoc pracowników firmy Arnica. W krótkim czasie nasi pracownicy zostali przyuczeni do wykonywania nowych zadań.

Rygory pandemii odbiły się również negatywnie na wpływach z tytułu komercyjnego korzystania z naszych obiektów. Zmuszeni zostaliśmy do wprowadzenia szeregu korekt w bieżących wydatkach. Zastosowany system oszczędnościowy pozwolił na osiągnięcie równowagi finansowej w 2021 roku.

Obiekty administrowane przez MOSiR, Hala Olimpijski i Hala Sportowa, były przygotowane do przyjęcia uchodźców wojennych z Ukrainy. W jakim stopniu były na ten cel wykorzystywane?

Nie zdążyliśmy jeszcze złapać oddechu po pandemii, a przyszło się nam

Rozmowa z Jerzym Omiecińskim – dyrektorem Miejskiego Ośrodka Sportu i Rekreacji w Ciechanowie

Aktywne i bezpieczne wakacje

zmierzyć z nowymi wyzwaniami związanymi z wojną w Ukrainie. Trudno było sobie wyobrazić aby w XXI wieku, w środku Europy, ludzie strzelali do ludzi. Dramatyczna sytuacja. Dla Miejskiego Ośrodka Sportu i Rekreacji oznaczało to kolejne wyzwania. Z początkiem wojny byliśmy współorganizatorami, razem z Urzędem Miasta Ciechanów, akcji humanitarnej polegającej na wszelkiej pomocy dla mieszkańców naszego ukraińskiego miasta partnerskiego Chmielnicki. Organizowaliśmy transporty środków opatrunkowych, leków, żywności, śpiworów, agregatów prądotwórczych, urządzeń medycznych itp. Organizowaliśmy punkty dla uchodźców w hotelu Olimpijskim i hali sportowej. Na dzień dzisiejszy mamy grupę ok. 70 osób z Ukrainy mieszkającą w hotelu Olimpijskim. Pomagamy i bardzo współczujemy naszym sąsiadom, którzy znaleźli się w tak dramatycznej sytuacji.

Jak MOSiR przygotowuje się do sezonu wakacyjnego?

Zbliżamy się do okresu wakacji, który zawsze kojarzy się z wypoczynkiem dla dzieci i młodzieży. W tym roku, z uwagi na galopujący wzrost cen usług turystycznych, szacujemy że duża

grupa dzieci i młodzieży wakacje będzie spędzała w miejscu zamieszkania. Żeby zapewnić aktywne i bezpieczne wakacje, przygotowaliśmy dosyć bogatą ofertę. Funkcjonować będą wszystkie obiekty kąpielowe: kryta pływalnia, basen przy ul. Kraszewskiego i Kąpielisko Krubin. Kluby sportowe w sposób zorganizowany będą korzystały z pozostałej bazy sportowej.

W poprzednich latach na kąpielisku Krubin w sezonie letnim mieszkańcy mieli możliwość korzystania ze sprzętu pływającego. Czy w tym roku będzie podobnie?

Podobnie jak w latach poprzednich na kąpielisku Krubin będzie możliwość wypożyczenia sprzętu pływającego. Nad bezpieczeństwem czuwać będą ratownicy ciechanowskiego WOPR-u.

A czy będzie kontynuowany projekt „Kajaki na Łydyni”?

W okresie wakacji miłośnicy spływów kajakowych będą mieli możliwość w każdą sobotę i niedzielę bezpłatnie uczestniczyć w projekcie „Kajaki nad Łydynią”.

Techniczną obsługę będzie tradycyjnie prowadził ciechanowski WOPR. Po wcześniejszym zgłoszeniu udziału w spływie ratownicy przygotowują kajaki w

punkcie startu i odbiorą sprzęt na linii mety. Ta forma rekreacji cieszy się dużym powodzeniem wśród amatorów aktywnego wypoczynku.

W tym roku rozpoczynacie kompleksowy remont Hotelu Olimpijski. Co on obejmie, kiedy się rozpocznie i na kiedy planujecie jego zakończenie? Jakże jeszcze inwestycje planujecie?

W IV kwartale tego roku planujemy rozpoczęcie kapitalnego remontu hotelu Olimpijski. To od dawna oczekiwana inwestycja. Aktualnie na końcowym etapie jest dokumentacja techniczna remontu hotelu. W miesiącach wakacyjnych planujemy przeprowadzenie postępowania przetargowego mającego wyłonić wykonawcę inwestycji. W ramach zadania planujemy remont pokoi hotelowych wraz z wymianą wyposażenia, powstanie nowa inst. ppoż. wraz z systemem monitorowania, instalacja TV i internetowa. Wykonana zostanie nowa elewacja zewnętrzna i wymienione zostaną barierki balkonowe.

Zakończenie remontu planujemy na I półrocze 2023 roku.

Kolejną inwestycją realizowaną przez MOSiR jest budowa budynku zaplecza technicznego na terenie kom-



pleksu sportowego ul. 3 Maja 7. Po kilku postępowaniach przetargowych w końcu udało się podpisać umowę z wykonawcą inwestycji. Prace już zostały rozpoczęte i mamy nadzieję, że w przyszłym roku zawodnicy będą mieli możliwość korzystania z nowoczesnego budynku w czasie imprez sportowych. W roku bieżącym planujemy też przeprowadzenie szeregu drobnych remontów poprawiających stan i bezpieczeństwo infrastruktury sportowo-rekreacyjnej w Ciechanowie.

Czego życzyć Panu Dyrektorowi i MOSiR-owi na przyszłość?

Używając języka sportowego, to jestem na finiszu swojej kariery zawodowej. Chciałbym zrealizować wszystkie zamierzenia inwestycyjne, a do tego potrzebne jest zdrowie i otoczenie życzliwych osób.

Dziękujemy za rozmowę.

reklama

BAR ASIA

TUAN HUYEN

Ciechanów, ul. Płońska 26

Duże i smaczne porcje!
ZAPRASZAMY

Poznaj wspaniałe smaki azjatyckiej kuchni!
Wybierz się w kulinarną podróż, w którą zabiorą Cię doskonali kucharze z Wietnamu.
BARDZO szeroki wybór dań!

DOWÓZ lub ODBIÓR NA MIEJSCU
Tel. 788 686 779
Pon. – sob. 9:00 – 21:00 Niedz. 11:00 – 20:00
Zapraszamy także do naszego Baru w Mławie – ul. Osiedle Młodych 19.

„ÓSMY UŁAN BELINY”

Generał Smoleński wrócił do rodzinnego Gostkowa

W piątek, 10 czerwca przed budynkiem Szkoły Podstawowej w Gostkowie odbyły się uroczystości upamiętniające postać generała brygady Mariana Józefa Smoleńskiego. Odślonięto również tablicę pamiątkową ufundowaną przez Barnarda Grzankowskiego – wiceprezesa Towarzystwa Miłośników Ziemi Ciechanowskiej.

Podczas spotkania nie zabrakło odniesień do biografii bohatera. Okolicznościowy wykład wygłosił prof. Grzegorz Nowik - współautor książki poświęconej generałowi pt. „ÓSMY UŁAN BELINY”. Książkę wraz z dedykacją autora można było nabyć tuż po uroczystości.

Danuta Chojnowska w swoim wzruszającym przemówieniu, zaprezentowała związki generała z Gostkowem. Podkreślała ogromne znaczenie edukacyjne tej nietuzinkowej postaci w procesie kształtowania postaw dzieci i młodzieży szkolnej.

Przed drzwiami szkoły zawisła tablica memoratywna - poświęcona Generałowi. Odślonili ją: Joanna Potocka-Rak - Starosta Ciechanowski, Piotr Budek - Wójt Gminy Gołymień-Ośrodek, Bernard Grzankowski - inicjator i fundator tablicy oraz prof. Grzegorz Nowik i Anna



Zadrozna - dyrektor Zespołu Placówek Oświatowych w Gołymieniu-Ośrodku.

Dzieci i młodzież pod okiem nauczycieli przygotowały występ artystyczny. Kilka utworów zaśpiewali wokaliści z opinogórskiego zespołu Melodia.

Następnie wszyscy zebrani zostali zaproszeni na smaczny poczęstunek przygotowany przez żony lokalnych strażaków. Była to okazja nie tylko do uzupełnienia kalorii, ale przede wszyst-



kim do ciekawych i inspirujących rozmów.

Organizatorami spotkania byli: Starostwo Powiatowe w Ciechanowie, Urząd Gminy Gołymień-Ośrodek, Zespół Placówek Oświatowych w Gołymieniu-Ośrodku Szkoła Podstawowa im. P.J. Gołaszewskiego - Szkoła Filialna w Gostkowie.

W październiku ubiegłego roku na łamach PULSU publikowaliśmy obszerny tekst autorstwa dr. hab. Zbigniewa Siemiątkowskiego poświęcony postaci gen. Smoleńskiego. Autor opisał związki Generała z ziemią ciechanowską i zasługi naszego bohatera. Archiwalny numer gazety można znaleźć w wersji elektronicznej na naszym portalu www.pulsciechanowa.pl

PIOTR PSZCZÓŁKOWSKI

Polski Związek Wędkarski

Rywalizowali młodzi wędkarze

W maju na zbiorniku w Opinogórze odbyła się druga, a zarazem finałowa tura Spławikowych Mistrzostw Okręgu Ciechanów Polskiego Związku Wędkarskiego w najmłodszych kategoriach wiekowych.

Pogoda tego dnia była bardzo sprzyjająca. Podczas trzygodzinnej tury do siatek zawodników trafiały drobne ryby, jednak u wielu zawodników regularne ich odławianie skutkowało dobrym wynikiem na koniec zawodów. Dominującym gatunkiem był krap, trafiały się również jazie, karpiki i plotki. Zwycięzcy swoich sektorów łowili naprawdę równo o czym świadczy porównywalna waga złowionych ryb (ok. 9 kg), które po zważeniu wróciły do wody.

Spławikowymi Mistrzami Okręgu zostali:

W kat. Kadet – Bartek Daszczyński

W kat. Junior – Patrycja Purzycka

W kat. U-25 - Karol Mossakowski

Te trzy osoby otrzymały z rąk prezesa Henryka Grzesia powołania do reprezentowania Okręgu PZW Ciechanów na Mistrzostwach Pol-

ski, które odbędą się na Kanale Żerańskim.

Następnie odbyło się wręczenie dyplomów, pucharów i nagród. - Dzięki naszym sponsorom były to, m.in.: baty, pokrowce, kołowrotki, zanęty, akcesoria wędkarskie, torby na siatki, podbieraki oraz karpiowa tyczka. W imieniu Okręgowego Kapitanatu Sportowego i Zarządu Okręgu PZW Ciechanów dziękuję wszystkim, którzy pomogli nam sprawić aby był to dla naszych młodych wędkarzy wyjątkowy dzień.



Organizatorzy i uczestnicy Spławikowych Mistrzostw Okręgu Ciechanów Polskiego Związku Wędkarskiego.

SPRAWDZAMY PULS

JOANNA KISZKURNO

Wiceprzewodnicząca Komisji Rewizyjnej

Rady Miasta Ciechanów

RADNEJ

- **Bliscy mówią na mnie...** Asia.
- **W samorządzie najbardziej lubię...** możliwość działania na rzecz społeczności lokalnej.
- **Bycie ciechanowianką oznacza dla mnie...** dumę, że nią jestem, możliwość pracy dla dobra tego miasta i jego mieszkańców, dzielenia się dobrą energią i pasjami z innymi.
- **Polityka to dla mnie...** obszar, gdzie powinni działać ludzie o odpowiednich kompetencjach, chcący zmieniać rzeczywistość na lepszą, szanujący innych ludzi.
- **Gdybym musiała zmienić zawód to wybrałabym...** bycie wokalistką.
- **Moim największym atutem jest...** szczerość.
- **Moja największa słabość to...** nieumiejętność odpoczywania.
- **Jestem dumna z...** tego jakimi ludźmi są moi synowie.
- **Żałuję, że...** nie żałuję ani jednego dnia w moim życiu, każda sytuacja mnie ubogaca, kreuje moje człowieczeństwo, wszystko dzieje się w jakimś celu, nie ma przypadków.
- **Wierzę, że...** w każdym człowieku można znaleźć dobro.
- **Mam nadzieję na...** istnienie świata bez wojen.
- **Kocham...** moją rodzinę, śpiewanie oraz aktywny tryb życia.



Wiek: 48 lat

Zawód: wyuczony - pedagog społeczny

Miejsce pracy: Powiatowy Urząd Pracy w Ciechanowie – doradca zawodowy

Wybrany z listy: Komitetu Wyborczego Polskie Stronnictwo Ludowe

Okręg wyborczy nr: 3

Liczba głosów: 305

Klub Senior+ w Gumowie

Seniorzy doceniają książki



Seniorzy może i nie są pokoleniem technologii, cyfryzacji, telefonów komórkowych czy innych elektronicznych gadżetów, ale doskonale znają wartość książki.

Z sentymentem powracają do literackich utworów. Mimo trudności, jakie pojawiają się z wiekiem, znaczna część seniorów w dalszym ciągu czyta książki. W Klubie Senior+ w Gumowie (gm. Ciechanów), seniorzy mają możliwość korzystania z biblioteczki na miejscu, jak również wypożyczania książek do domu. Są to pozycje zarówno nowe - zakupione, jak również подарowane przez biblioteki czy osoby prywatne.

Maj to miesiąc poświęcony bibliotekom i czytelnictwu. W związku z tym seniorzy z Klubu Senior+ w Gumowie w ramach zajęć z rękodziela wykonywali pięk-

ne, kolorowe, robione na szydelku zakładki do książek. Mają nadzieję, że zachęcą one wszystkich do sięgania po książkę i czytania.

AM/AI



Fot. Archiwum Klubu Senior+ w Gumowie

Miasto zmodernizuje jedenaście ulic

Prawie 30 milionów dla Ciechanowa!

KRZYSZTOF KOSIŃSKI

Prezydent Miasta Ciechanów



Dzięki środkom zewnętrznym możemy z pełnym przekonaniem powiedzieć, że zrealizujemy zakładany wcześniej plan inwestycji drogowych. Nigdy wcześniej w tak krótkim czasie nie wykonywaliśmy tak wielu modernizacji. Jedenaście kompleksowych remontów ciechanowskich ulic w rok. Na pewno będzie to dla całego ratusza duży wysiłek organizacyjny. Liczymy, że szybko znajdziemy rzetelnych wykonawców poszczególnych zadań. Wkrótce też przedstawimy kolejne plany.

MACIEJ WĄSIK

Posł ziemi ciechanowskiej, a zarazem Wiceminister Spraw Wewnętrznych i Administracji



Miasto złożyło bardzo dobre projekty i jest efekt. Wspólnie można zrobić wiele dla polepszenia komfortu życia mieszkańców.

Miasto Ciechanów uzyskało promesę inwestycyjną na 29,5 mln zł z Banku Gospodarstwa Krajowego w ramach Rządowego Funduszu Polski Ład – Program Inwestycji Strategicznych. Kapitałny remont przejdzie sieć dróg na osiedlach „Słoneczne” i „Podzamcze”, dla których ratusz opracował dokumentację techniczną i uzyskał pozwolenia na budowę.

Dofinansowanie otrzymały wszystkie trzy wnioski złożone przez prezydenta miasta. Modernizacja 11 ulic na terenie Ciechanowa umożliwi poprawę bezpieczeństwa w ruchu kierowców i pieszych. Na-

stąpi też likwidacja barier architektonicznych.

Największą zmianę przejdzie sieć dróg na osiedlu „Słoneczne”. Miasto posiada już dokumentację techniczną i pozwolenia na budowę dla wszystkich ulic, co oznacza, że po przeprowadzeniu przetargu i wyłonieniu wykonawców prace rozpoczną się jeszcze w tym roku. Drogi na osiedlu zyskają nową nawierzchnię, powstaną chodniki, oświetlenie, zatoki autobusowe, doświetlone przejścia dla pieszych, wyniesione skrzyżowania oraz

nowa infrastruktura podziemna. Zmieni się oblicze ulic: Skłodowskiej-Curie, Nizinnej, Zagrodowej, Ludowej, Spacerowej, Wędkarskiej, Wrzosowej i Kruczej. Wybudowana będzie też kanalizacja deszczowa.

Natomiast na osiedlu „Podzamcze” remonty będą wykonane w ulicach Rycerskiej, Zagłoby i Kmicica. Poza modernizacją nawierzchni dróg wybudowane zostaną chodni-

ki, zjazdy, przebudowę przejdzie infrastruktura podziemna, powstanie kanalizacja deszczowa. Bezpieczeństwo pieszych i kierowców zwiększą: nowe oświetlenie, tzw. kociołka na wybranych przejściach oraz wyniesione skrzyżowanie.

Łączna przewidywana wartość realizacji wszystkich powyższych zadań to ponad 30 mln zł.

AI



Fot. Archiwum UM Ciechanów

Progres CENTRUM TERAPEUTYCZNO-EDUKACYJNE

* nauka czytania metoda symultaniczno-sekwencyjna

* grafomotoryka z elementami terapii ręki

Możliwość dojazdu do domu!

SZCZEGÓŁY: tel. 500 364 311

W trosce o rozwój Twojego dziecka

Rozmowa z Anną Kocięką – dyrektorką Niepublicznego Przedszkola TĘCZA w Ciechanowie

Co można zrobić, aby dziecko polubiło przedszkole?

O tym jak wesprzeć dziecko podczas okresu adaptacji w przedszkolu oraz wielu innych kwestiach związanych z tym wyjątkowym okresem rozmawiamy z Anną Kocięką – od 13 lat dyrektorką Niepublicznego Przedszkola Tęcza w Ciechanowie, która wszystkie te zagadnienia zna od środka. Zachęcamy do lektury wywiadu.

Jeden z najbardziej emocjonujących momentów dla dziecka oraz rodziców to początek przygody z przedszkolem. Co można zrobić, aby adaptacja w przedszkolu była przyjemna i sprawiła, że dziecko polubi przedszkole?

Adaptacja to bardzo trudny i emocjonujący okres dla dziecka. Nauczyciel musi atrakcyjnie wypełnić maluchowi czas, zachęcać do wspólnej zabawy, ale do niczego go nie zmuszać. Nasi nauczyciele w pełni poświęcają swój czas przedszkolakom – bawią się z nimi na dywanie czy wspólnie spożywają posiłki. Umiejętność komunikowania się z maluchami i stopniowe, acz systematyczne, nawiązywanie bliskich relacji między nauczycielem, a dzieckiem ma w okresie adaptacji ogromne znaczenie. Opiekun powinien delikatnie i wyrozumiale traktować dziecko w tym trudnym momencie, aby osiągnąć zamierzony efekt zdobycia wzajemnego zaufania.

Jakie znaczenie ma tutaj poranne „przejęcie” dziecka od rodzica przez opiekuna?

Dziecięca intuicja jest bardzo silna. Jeżeli maluch wyczuje, że rodzic ma trudności z rozstaniem, podświadomie zrodzi się w nim uczucie napięcia i lęku. Dlatego bardzo ważne jest, aby rodzic przekazał malucha nauczycielowi pewnie i bez wahania. Czasami warto wypracować swoisty „rytuał pożegnania”. Może nim być mocny uścisk, albo przestanie określonej ilości całusów. To sprawi, że dziecko poczuje się bezpiecznie. Bardzo istotne są również poranne informacje przekazywane przez rodzica nauczycielowi. Może zdarzyć się, że maluch np. źle spał ostatniej nocy albo jeden z rodziców wyjechał w kilkudniową delegację. Dzięki takiej wiadomości nauczyciel będzie wiedział, z czego może wynikać aktualny nastrój malucha i znajdzie jak najlepszy sposób, by zaopiekować się dzieckiem.

Co powinno się robić, gdy dziecko wyraźnie czuje się



Fotografia
Piotr Kocięcki

niekomfortowo i nie chce pracować z resztą grupy?

Okres adaptacji u każdego dziecka przebiegać będzie inaczej. Jeżeli w pierwszych tygodniach maluch nie będzie miał ochoty na zabawę z rówieśnikami, nie należy doszukiwać się niczego niepokojącego. Dajmy mu czas i do niczego nie zmuszajmy. Można zachęcić go do obserwowania zajęć z pewnej odległości albo zaprosić do zabawy jego ulubioną przytulankę. Należy indywidualnie dostosować tempo wdrażania malucha. Po pewnym czasie, kiedy poczuje się bezpieczniej, przyjdzie czas na nawiązywanie relacji i uczestnictwo we wspólnych zajęciach.

Czy zachowanie dziecka w przedszkolu może różnić się od jego codziennego zachowania w domu?

Bywa, że czasami dziecko inaczej zachowuje się w domu niż w przedszkolu. Przede wszystkim należy zwrócić uwagę na fakt, że członkowie najbliższej rodziny w życiu dziecka pełnią zupełnie inną rolę niż pani lub koleżanka z przedszkola. Dorośli ludzie również inaczej zachowują się w domowym zaciszu niż np. w pracy. Ponadto, dziecko, przebywając w dużej grupie rówieśniczej, może poczuć się bardziej onieśmiałe lub zupełnie odwrotnie – może próbować walczyć o większą uwagę dla siebie. Czasami maluch może być też zwyczajnie zmęczony, a to z kolei powoduje u niego rozdrażnienie i należałoby wtedy znaleźć sposób na możliwość odreagowania i odpoczynku.

Co najbardziej lubi Pani w swojej pracy?

Najbardziej zadziwiający i równocześnie najpiękniejszy w mojej pracy jest fakt, że dzięki przedszkolakom wciąż na nowo potrafię odkrywać w sobie dziecięcą radość. I co najważniejsze – mogę patrzeć, jak kolejne pokolenie moich przedszkolaków wyrasta na zdolnych, kreatywnych i ciekawych świata młodych ludzi.

Dziękujemy za rozmowę.

Personalia

Awans Renaty Jeziółkowskiej

Renata Jeziółkowska – były rzecznik prasowy Urzędu Miasta Ciechanów, a od 2019 roku rzecznik prasowy Okręgowej Izby Lekarskiej w Warszawie, objęła właśnie takie samo stanowisko w Naczelnej Izbie Lekarskiej.

Renata Jeziółkowska urodziła się w Ciechanowie, jest absolwentką Krasiniaka. Studiowała dziennikarstwo i komunikację społeczną na Uniwersytecie Warszawskim, a już w czasie studiów zaczęła pracę w Telewizji Polskiej. Prawie 7 lat była związana z redakcją Telexpressu, współpracowała również z kilkoma innymi programami. W 2014 r. przyjęła propozycję objęcia funkcji rzecznika prasowego Urzędu Miasta Ciechanów. Pracowała w tej roli prawie 5 lat, podczas których odpowiadała za politykę promocyjną i informacyjną miasta, zabierała głos w jego imieniu, redagowała Gazetę Samorządu Miasta Ciechanów, organizowała, promowała i prowadziła wydarzenia.

W 2019 r. zaczęła pracę jako rzecznik prasowy Okręgowej Izby Lekarskiej w Warszawie i redaktor naczelna miesięcznika OIL „Puls”. Gdy prezes Okręgowej Rady Lekarskiej w Warszawie Łukasz Jankowski 13 maja podczas Krajowego Zjazdu Lekarzy został wybrany prezesem Naczelnej Rady Lekarskiej, przed Renatą Jeziółkowską pojawiło się nowe wyzwanie zawodowe. Została

rzecznikiem prasowym Naczelnej Izby Lekarskiej.

- Od samego początku mojej ścieżki zawodowej robię to, co lubię. Dziennikarstwo, szeroko pojęta komunikacja, budowanie wizerunku – to są obszary, które zawsze mnie interesowały, w których się odnajduję i sprawdzam. Każda zmiana pracy była dla mnie trudna i stresująca, ale za każdym razem wiedziałam, że podejmuję słuszną decyzję. W Okręgowej Izbie Lekarskiej w Warszawie pracowałam 2,5 roku. Zaczęłam w stylu „na głęboką wodę”, bo tuż po objęciu przeze mnie stanowiska rzecznika wybuchła pandemia... Medialnie był to niesamowicie intensywny czas, a mój telefon ciągle dzwonił. Wypowiadałam się w wielu ogólnopolskich mediach, koordynowałam wypowiedzi prezesa i innych lekarzy z Okręgowej Rady Lekarskiej. Przeprowadziliśmy kampanie społeczne – ostatnio kampanię „Jestem lekarzem, jestem człowiekiem” w ramach której powstał film z Tomaszem Kotem w roli lekarza. Organizowaliśmy konferencje eksperckie, debaty, szkolenia. Moim zadaniem było również odmienienie magazynu OIL „Puls”. Zrobiłam więc pewną rewolucję w formie i treści, dbałam o wysoki poziom artykułów, tak by były aktualne, interesujące dla czytelników i by pismo stało się opiniotwórcze. Lipcowo-sierpniowy nu-



Renata Jeziółkowska

Fot. Marta Jakubiak / Gazeta Lekarska

mer będzie ostatnim pod moją redakcją. Obecnie w „okręgówce” wygaszam swoją działalność. Ciężko mi zostawiać współpracowników. Kierowałam świetnym zespołem i zawsze dbałam o dobre relacje. Od połowy maja bardzo aktywnie działałam w Naczelnej Izbie Lekarskiej. Mam tego samego szefa, z którym współpraca jest sprawdzonym mechanizmem. Pracujemy nad kolejnymi projektami, planujemy kampanie społeczne i niezmiennie dbamy o to, by w dyskusjach publicznych i w mediach wybrzmiewał głos środowiska lekarskiego. W Okręgowej Izbie Lekarskiej możliwości było mniej, natomiast Naczelna Izba Lekarska to zdecydowanie więcej narzędzi, większy zasięg i większa rola opiniotwórcza. Dzieje się bardzo dużo, ale ja tak właśnie lubię pracować – powiedziała nam Renata Jeziółkowska.

AI

Akcja Katolicka

Prałat Wrzesiński o Akcji Katolickiej

W Domu Parafialnym „Katolik” odbyła się bardzo ciekawa prelekcja ks. prał. dr. Ireneusza Wrzesińskiego pt. „Początki Akcji Katolickiej w Diecezji Płockiej i Parafii Farnej w Ciechanowie”.

Jak zawsze ks. prał. Wrzesiński mówił w sposób jasny, prosty, a dodatkowo swój wywód popularnonaukowy uzupełniał osobistymi opiniami a czasem anegdotami.

- Po raz pierwszy określenia Akcja Katolicka użył Papież Pius X w 1903 roku, a Pius XI nadał jej ramy organizacyjne w encyklice „Ubi arcano” z dnia 23 XII 1922 roku. Pius XI rozumiał Akcję Katolicką jako udział świeckich w hierarchicznym apostołstwie Kościoła, a jej ostatecznym celem było odnowienie życia katolickiego w rodzinie i społeczeństwie przez chrystianizację wszystkich dziedzin życia – rozpoczął swą prelekcję ks. dr Ireneusz Wrzesiński.

Prelegent podkreślił, że w początkowej fazie działalności Akcji Katolickiej w Polsce, w jej szeregach zrzeszone były elity katolickie rekrutujące się głównie z duchowieństwa, ziemiaństwa, przemysłowców oraz masy członkowskie ze środowisk: chłopskiego, mieszczańskiego i w niewielkim stopniu robotniczego. - Podjęmowano ciągle próby takiej modyfikacji AK aby jak najlepiej mogła służyć katolikom świeckim. W 1936 roku AK liczyła ok. 660 tys. członków,



Ks. prał. dr Ireneusz Wrzesiński.

Fot. AI

przed wybuchem II wojny światowej, która przerwała jej działalność, liczba ta wzrosła do 750 tys. – mówił ks. prał. Wrzesiński.

Po części wprowadzającej prelegent skupił się na początkach funkcjonowania Akcji Katolickiej w Diecezji Płockiej i Parafii Farnej w Ciechanowie. Niestety, nie sposób w krótkiej notce prasowej omówić szerokiego spektrum wiedzy, którego organizatorem był oddział Akcji Katolickiej funkcjonujący przy Parafii św. Józefa w Ciechanowie.

AI

Rozmowa z Katarzyną Wyszczelską

Fotografia to moja pasja



- Czasem potrzeba sporo samodyscypliny, cierpliwości, a czasem i ważnych życiowych decyzji, aby z etapu „chciałabym”, przejść do etapu „działam, zarabiam” - tak mówi Katarzyna Wyszczelska z którą rozmawialiśmy na temat jej pasji.

PULS CIECHANOWA: Niektórzy patrząc z boku mogą pomyśleć, że ten fotograf to ma łatwe życie. Pracuje kiedy chce, robi to, co kocha i jeszcze mu za to płacą. Co to za filozofia cykna kilka fotek... Prawda?

Katarzyna Wyszczelska: Tak, to prawda robię w życiu to, co kocham, a kocham fotografować.

Kiedy jestem na sesji, to wpadam w taki stan, kiedy nie oprócz zdjęć mnie nie obchodzi. Nie myślę o niczym innym, tylko jestem tu i teraz. Wtedy właśnie jestem szczęśliwa!

Staram się nie cykać zdjęć, tylko przemyślenie wybierać miejsce i kadry tak, abym była z nich zadowolona jako fotograf i jako klient. Moja praca to ciągle dokształcanie się, szukanie nowych miejsc, inspiracji. To cały proces selekcji i obróbki zdjęć.

Skąd wzięła się u Ciebie fotografia? Od ilu lat się nią zajmujesz?

Fotografią zainteresowałam się w wieku nastoletnim, kiedy to pożyczałam aparat od mojego starszego brata. Coś mnie w nim ujęło. Uwielbiałam dźwięk migawki i obrazy, które powstawały na tym małym ekranie. Zaczęłam fotografować na początku gimnazjum. Moimi pierwszymi modelkami były koleżanki z klasy, pozujące na zielonych łąkach. Robiliśmy wspólne wypadki z plecakami wypełnionymi po brzegi różnymi sukienkami, butami i opaskami.

To były niezapomniane chwile pełne radości i wygłupów. Wspólnie z bratem uczyłam się ustawień aparatu. Oglądałam różnego rodzaju filmiki na YouTube, przeczytałam wiele książek z tematyką fotografii ślubnej, rodzinnej i dziecięcej, a także o tematyce krajoznawczej. Uczestniczyłam w webinarach dla początkujących fotografów. To było naprawdę fascynujące...

W 2017 roku poszłam za ciosem i korzystając z dofinansowania z Urzędu Pracy otworzyłam własną działalność gospodarczą. Rzadko fotografowałam przyrodę i architekturę. Od zawsze wołałam pracę z ludźmi. Byłam śmiała, wygadana i zorganizowana,

a kontakt z drugim człowiekiem sprawiał mi dużo radości. Kiedy urodziła się moja córka odkryłam, że zdjęcia tych małych dzieci są wyjątkowo piękne. Przeglądałam w Internecie sesje noworodkowe różnych fotografów z Polski i z zagranicy. Możliwość i umiejętność wykonywania takich zdjęć stała się moim marzeniem. W 2019 r. spełniłam to marzenie i wzięłam udział w warsztatach fotografii noworodkowej w Warszawie. Tam nauczyłam się profesjonalnie fotografować i pozycjonować dzieci do zdjęć, dbać o ich wygodę i bezpieczeństwo na sesjach, a także patrzeć i widzieć piękno zupełnie z innej perspektywy. Staram się w moich zdjęciach pokazać dziecięce emocje, nie tylko śmiech i piękne kolory, ale również wszelkiego rodzaju grymasy.

Czy zdjęcia wykonujesz tylko dzieciom?

Cały czas przyjmuję różnego rodzaju zlecenia z imprez okolicznościowych tj. studniówki, osiemnastki, wieczory panieńskie jak również reportaże ślubne. Reportaże z chrztu także są bliskie mojemu sercu. Uwielbiam uczestniczyć w tego typu spotkaniach rodzinnych. Patrząc przez oko obiektywu wyłapuję najszczerzy uśmiech, wzruszenia, a także chwile zadumy czy zabawy. Na co dzień zajmuję się sesjami rodzinnymi i dziecięcymi, chętnie spotykam się z przyszłymi mamami na sesjach ciążowych w plenerze i studio.

Sesja w przedszkolu?

Czemu nie? W zeszłym roku rodzice z Miejskiego Przedszkola nr 3 w Ciechanowie zapytali mnie, czy wykonałabym sesję świąteczną w placówce ich dzieci. Oczywiście zgodziłam się, bo przecież uwielbiam fotografować maluchy.

Dzięki poleceniom, taką sesję wykonałam jeszcze w kilku innych miejskich i prywatnych przedszkolach. Wtedy jeszcze bardziej zrozumiałam, że ta praca i pasja to coś, co w życiu chcę robić i co sprawia mi największą frajdę. Postanowiłam, że sesje przedszkolne i szkolne na stałe wprowadzę do swojej oferty.

W maju br. wspólnie z Językowym Przedszkolem „The Academy of Smurfs” zorganizowaliśmy sesję plenerową z okazji Dnia Mamy, Taty i Dziecka. Sesja odbyła się w piękny słoneczny dzień. Park Miejski „Jeziorko” był idealnym miejscem do spotkania z maluchami. Dzieci podczas spaceru na świeżym powietrzu pięknie pozowały do zdjęć. Nie zabrakło szaleństwa, uśmiechów oraz wygłupów. Stylizowana lemoniadowa scenka była strzałem w dziesiątkę, bardzo przypadła do gustu tym najmłodszym dzieciom. Otrzymałam dużą ilość telefonów oraz wiadomości od rodziców, którzy z czystym sumieniem mogę stwierdzić, że byli zachwyceni.

Masz ogromną konkurencję, prawda?

A jak klienci do Ciebie trafiają? Wracają?

Konkurencja w dobie cyfrowej fotografii jest duża. Każdy fotograf ma swój styl i tym się od siebie różni. Jeśli ktoś się decyduje na współpracę ze mną, to właśnie dlatego, że podobają się mu moje zdjęcia i wie czego się spodziewać. Moi klienci wracają. To bardzo miłe. A nowi znajdują mnie głównie poprzez stronę na Facebooku. Ale przede wszystkim z polecenia.

Dziękujemy za rozmowę!

Bardzo dziękuję za rozmowę, a wszystkich, którzy chcą zobaczyć moje prace zapraszam na stronę na Facebooku.

materiał promocyjny

Jubileusz interesujący słowami i formą

Na ostatnie trzy dni ostatniego tygodnia maja rozpisano bieg wydarzeń z okazji Jubileuszu Samorządu Gminy Opinogóra Górna. Termin eventów zbiegł się z przydającym 27 maja Dniem Samorządu Terytorialnego.

Jubileusz wszystkich mieszkańców

Były to obchody maksymalnie w swej treści uspołecznione – wraz z samorządowcami pełniącymi oficjalne funkcje, uczestniczyły wprost rzesze mieszkańców gminy w różny sposób aktywnych społecznie, budujących sukces swej Małej Ojczyzny, teraz i w przeszłości. Zaplanowana formuła urzeczywistniała ustrojowy sens wspólnoty samorządowej, w której samorządowcami jesteśmy wszyscy.

Spotykano się wielokrotnie – w Urzędzie Gminy, gdzie m.in. uhonorowano licznych mieszkańców za wysiłek na rzecz rozwoju Ziemi Opinogórskiej, w Oranżerii Muzeum Romantyzmu, gdzie m.in. wręczono odznaczenia zasłużonym dla rozwoju lokalnego samorządu, w kościele Parafii Św. Zygmunta oraz w otwartej przestrzeni publicznej.

Podczas wystąpień padały słowa daleko bogatsze sensem niż tylko – jak to często bywa – grzecznościowe górnolotności. Nawiązywano do prawd uniwersalnych i konkretów życia lokalnego.

Dużo było takich słów, ale jak je wszystkie przytoczyć w ramce artykułu prasowego, chociaż by warto było. Skrótowo więc pozostaje odnotować te szczególnie oddające sens i nastrój licznych wypowiedzi.

Samorządowe słowa refleksyjne

– Dzień Samorządu Terytorialnego to jest myśl, dzień społeczników, tj. osób które wkładają wiele pracy i mają gdzieś z tyłu głowy Małą Ojczyznę, czyli w naszym przypadku gminę Opinogóra Górna. Myślę, że jest to jeden taki wspólny cel, który nas godzi. (...) Jest takie przysłowie: „niezgoda rujnuje, zgoda buduje”, to jest właśnie wizerunek Opinogóry (...) naprawdę nam tego zazdrościsz, i jest czego, niech zazdrościsz! – m.in. w trakcie jubileuszowej trzydniówki mówił wójt Piotr Czyżyk, który też zaakcentował znaczenie Samorządu Województwa Mazowieckiego dla rozwoju gminy:

– Bardzo dużo inwestycji, które są realizowane, jest wspieranych przez samorząd województwa. To są środki unijne dystrybuowane przez Mazowiecką Jednostkę Wdrażania Programów Unijnych (...) bez których pewnie tych wszystkich pomysłów inwestycyjnych byśmy nie zrealizowali.

Pozytywistyczne słowo energetyczne

– Dziękuję za lata współpracy, takiej pięknej współpracy, niekoniecznie pozytywistycznej, ale pozytywistycznej – skierował do władz gminy Roman F. Kochanowicz, dyrektor Muzeum Romantyzmu w Opinogórze Górnej, który dalej m.in. wskazał: – W latach pięćdziesiątych cała Polska została podziurawiona głębokimi otworami. Szukano przede wszystkim ropy naftowej i innych

kopalin, gazu, a przy okazji odkryto także gorące źródła. I tu właśnie pod Opinogórą, na głębokości tysiąc dziewięćset metrów, są źródła geotermalne o temperaturze przeszło siedemdziesięciu pięciu stopni. Więc jest rzeczywiście wielka nadzieja dla Opinogóry i nie tylko. Ja wierzę w to, że za dziesięć lat będziemy mówili o Opinogórze – Źródło. Tak jak w Uniejowie, jak ktoś był i widział co tam się stało, to u nas myślę ten sam proces nas czeka.

Wysiłek widziany z Warszawy

– Państwa starania, widać to na każdym kroku, przynoszą efekty, widać te efekty, mieszkańcy są zadowoleni. Przecież o to się nam wszystkim powinno rozchodzić. Pan Wójt wspominał, że gmina pręźnie pozyskiwała środki. Faktycznie, nie tylko z Regionalnego Programu Operacyjnego Województwa Mazowieckiego, ale również z innych programów. Myślę, że taka dobra współpraca jak układała się do tej pory, i za czasów jeszcze Pana Wójty Stanisława Wieteski i obecnego Wójty, będzie tym dobrym przykładem dla wszystkich aby tak umiejętnie pracować dla dobra wspólnego – przekazała Elżbieta Szymanik, wicedyrektor Mazowieckiej Jednostki Wdrażania Programów Unijnych w Warszawie.

Refleksje ze strony Powiatu

– Pamiętam jak zaczynałam pracę w Muzeum Romantyzmu, to był listopad roku 2004, przyszedł na rozmowę w sprawie kadr do dyrektora Romana Kochanowicza. Szanowni Państwo, Opinogóra wtedy wyglądała zdecydowanie inaczej, to było całkowicie inne miejsce. Tutaj tak naprawdę oprócz Zameczku i Oficyny nie było nic – wspominała obraz muzealnego obiektu nasza starosta Joanna Potocka-Rak, zaraz akcentując osiągnięcia inwestycyjne Muzeum Romantyzmu w kolejnych latach, charakteryzując też relacje z władzami gminy: – Doskonała współpraca z samorządem gminy Opinogóra, te inwestycje nie mogłyby być zrealizowane i Opinogóra nie wyglądałaby dzisiaj tak jak wygląda, gdyby właśnie nie współpraca. (...) Co tak naprawdę cechuje samorząd? To, że my przede wszystkim musimy się uczyć współpracować na różnych poziomach. Nie tylko na poziomach lokalnych, ale ponad lokalnych, bo to jest niezwykle ważne żeby cokolwiek stworzyć, wybudować, bo samemu nic się nie robi – konstatowała Pani Starosta.

Ekumeniczne głosy parlamentarne

Wspólnie przed zgromadzonymi w Oranżerii Muzeum Romantyzmu stanęli posłowie Arkadiusz Iwaniak (Nowa Lewica) i Rafał Romanowski

(PiS), deklarując współdziałanie na rzecz inicjatyw samorządowych. – Reporterzy mogą teraz robić zdjęcia, poseł Prawa i Sprawiedliwości i poseł Lewicy razem, ekumenicznie (tu rozległy się wielkie brawa Publiczności!), zazwyczaj w kluczowych sprawach głosujemy razem, (...) z panem posłem tak ekumenicznie w bardzo wielu przypadkach podnosimy rękę za tym żeby środki finansowe, i te rządowe i te centralne, znajdowały się właśnie w takich społecznościach jak gmina Opinogóra – prezentował Rafał Romanowski. – Jeśli chodzi o samorządy (...) zawsze będziemy razem. Jesteśmy do Państwa dyspozycji, wspólnie jeśli jest jakaś potrzeba, bez względu na walki polityczne, zawsze dla samorządu będziemy razem – m.in. deklarował Arkadiusz Iwaniak.

Podziękowania za wyróżnienia

Po uhonorowaniu w Sali Konferencyjnej Urzędu Gminy bardzo, bardzo wielu mieszkańców Ziemi Opinogórskiej, padły słowa:

– W imieniu wyróżnionych chciałbym podziękować - Pani Przewodniczącą, Wysoka Rado, Pracownicy, Panie Wójcie - za to co robicie. (...) Byłem przez dwie kadencje przewodniczącym rady, wiem co to znaczy ta praca. Dziękuję Panu Wójtowi i Radzie, że w Waszym działaniu nie ma słów co mówią, że wina Tuska, że wina tamtej rady. Cieszę się bardzo, że kontynuujecie dalej – skierował do władz gminnych wieloletni samorządowiec Stanisław Leszczyński.

„Pro Masovia” od Marszałka

Wręczając wójtowi Piotrowi Czyżkowi Medal „Pro Masovia” Konrad Wojnarowski – radny Sejmiku Województwa Mazowieckiego, wygłosił sentencję dyplomu: – „Za wybitne zasługi oraz całokształt działalności na rzecz Województwa Mazowieckiego wyróżniam Gminę Opinogóra Górna Medalem Pamiątkowym „Pro Masovia” – Marszałek Województwa Mazowieckiego Adam Struzik”.

Bieg Jubileuszu, w którym wraz z obywatelami Ziemi Opinogórskiej uczestniczyli goście z bliska i daleka, bogato uświetniły wydarzenia artystyczne, sportowe, religijne i piknikowe.

Wśród uczestników eventów dostrzeżliśmy m.in. samorządowców powiatowych – przewodniczącego Rady Powiatu Sławomira Morawskiego i wicestarostę Marka Marcinkowskiego oraz radnego Łukasza Lewandowskiego wraz z małżonką, a także prezesa Towarzystwa Miłośników Opinogóry – dr. Zbigniewa Praszewicza.

GRZEGORZ KRAJEWSKI



Przewodnicząca Rady Gminy Opinogóra Górna – Jolanta Grochowska, wśród nagrodzonych mieszkańców Ziemi Opinogórskiej.



Piotr Czyżyk – Wójt Gminy Opinogóra Górna.



Starosta Joanna Potocka-Rak i Roman F. Kochanowicz - dyrektor Muzeum Romantyzmu w Opinogórze Górnej.



Gwiazdą jubileuszowego festynu był zespół POWER PLAY.



Byli i obecni pracownicy Urzędu Gminy Opinogóra Górna oraz jednostek podległych.



reklama



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

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

tel. 506 16 45 16

We wtorek, 21 czerwca w Polsce obchodzimy Dzień Przedsiębiorcy. Ustanowił go Sejm RP sześć lat temu na wniosek Krajowej Izby Gospodarczej. Mazowiecka Izba Gospodarcza również będzie świętowała ten dzień przy uroczystej kolacji biznesowej oraz słuchając inspirujących wykładów!

Zaproszeni na to wydarzenie mogą się czuć członkowie MIG, ale również przedsiębiorcy niezrzeszeni, jak też osoby planujące rozpocząć działalność gospodarczą. Spotkanie odbędzie się w Restauracji Qbatura przy ul. Kilińskiego w Ciechanowie o godzinie 18.00.

W pierwszej części organizatorzy zapewnili ciekawe wykłady ekspertów, następnie wszyscy zebrani zasiądą do wspólnej kolacji. Będzie to okazja do poszerzenia wiedzy z zakresu przedsiębiorczości, zdobycia nowych umiejętności oraz integracji w gronie przedsiębiorczych osób. Ten wieczór może odmienić spojrzenie na biznes, a na pewno naładuje zebranych pozytywną energią!

Wykład pt. „Przebudzenie?”

Uczestnicy dowiedzą się jak nie dać się porwać schematom, które często towarzyszą Przedsiębiorcom w ich codziennym życiu – schematom dotyczącym zarządzania pracą ludzi, marketingu, rozwoju oraz planowania. Przyjrzą się korzyściom płynącym z porzucenia myślenia liniowego na rzecz lateralnego. Poznają najnowsze trendy w marketingu, m.in. marketingowy storytelling, oraz zapoznają z technikami projektowania produk-

Mazowiecka Izba Gospodarcza w Ciechanowie Świętujemy Dzień Przedsiębiorcy inwestując w siebie!



Katarzyna Szmit i Paweł Pyrzyński poprowadzą wykład z okazji Dnia Przedsiębiorcy.

tów i usług, które wywołują zachwyt klienta (Design Thinking, Customer Journey Mapping). Nauczą się jak codziennie odnajdywać nowe pokłady kreatywności i motywacji do pracy we własnej firmie.

Prelegenci:

Katarzyna Szmit – kobieta o sercu społecznika i postawie przedsiębiorcy. Prezeska zarządu w Fundacji edukacyjno-sportowej reGeneracja, właścicielka firmy ProFound Katarzyna Szmit, współniczka w Clara Futurum sp. z o.o.. Jest dyplomowanym doradcą zawodowym i job-coachem, ukończyła

studia z zakresu zarządzania zasobami ludzkimi oraz politologii o specjalizacji polityka międzynarodowa i integracja europejska. Jej pasją jest wspieranie osób indywidualnych, organizacji społecznych, samorządów oraz przedsiębiorców w zmianie i rozwoju przy wykorzystaniu funduszy unijnych i publicznych środków krajowych.

Paweł Pyrzyński – przedsiębiorca, właściciel firmy OPT-PRO GROUP, świadczącej usługi rozwojowe na rzecz przedsiębiorstw i organizacji pozarządowych, certyfikowany przez IBM trener Design Thinking (IBM Certified Enterprise DT Practitioner, IBM Certified Enterprise DT Co-Creator), trener Service Design (projektowanie usług) oraz ekspert w dziedzinie marketingu i komunikacji, Kluczowy Doradca Ogólny Mazowieckiego Ośrodka Wsparcia Ekonomii Społecznej, nauczyciel akademicki.

Szczegóły wydarzenia znajdują się na Facebooku Mazowieckiej Izby Gospodarczej. Uwaga ilość miejsc ograniczona, obowiązuje kolejność zgłoszeń! Koszt uczestnictwa dla członków MIG (100 zł), natomiast dla osób niezrzeszonych (300 zł).

PP

Ubezpieczenie ogrodu z wyposażeniem – co obejmuje i dlaczego warto?

Posiadasz ogród z wyposażeniem? Sprawdź, jak dobrze go ubezpieczyć! Wiosna to czas porządków i prac w ogrodach. Pielęgnowujemy rośliny, których sadzonki często są drogie, dobieramy meble ogrodowe, urządzamy to miejsce z myślą o relaksie – zarówno w gwarnym gronie przyjaciół, jak i w kojącej ciszy. Piękny ogród jest również wizytówką domu, dlatego chętnie inwestujemy w niego czas i pieniądze. Wiele osób traktuje to jako hobby. Wysiłek włożony w dbanie o posesję może jednak spełznąć na niczym z powodu kaprysów pogody i innych zdarzeń losowych. Warto wiedzieć, że można wykupić ubezpieczenie ogrodu z wyposażeniem na wypadek zniszczenia czy uszkodzenia. Wyjaśniamy, co możesz ubezpieczyć w ogrodzie i od czego!

Co można ubezpieczyć w ogrodzie?

Ubezpieczenie ogrodu możesz wykupić jako rozszerzenie polisy na dom, ale jeśli posiadasz niezabudowaną działkę z pięknym ogrodem, warto takie ubezpieczenie nabyć osobno. W ogrodzie można ubezpieczyć:

- roślinność ogrodową (drzewa, krzewy, trawy, kwiaty), doniczkowe rośliny ozdobne,
- pergole, szklarnie, doniczki,
- ogrodzenie oraz jego elementy wraz z bramą wjazdową,
- altany, lampy ogrodowe, wiaty, studnie, fontanny,
- baseny, jacuzzi, sauny, chodniki, drogi,
- domki i szopy do przechowywania wyposażenia,
- meble ogrodowe, huśtawki, grille, wyposażenie placu zabaw,
- kolektory słoneczne i instalacje fotowoltaiczne.

Dlaczego warto mieć ubezpieczenie ogrodu z wyposażeniem?

W ostatnich latach coraz częściej występują nieprzewidywalne warunki atmosferyczne. Huragany, burze i opady deszczu lub gradu mogą poważnie uszkodzić wyposażenie i zniszczyć roślinność ogrodową. W przeciągu kilku chwil cała praca włożona w utrzymanie posesji może pójść na marne, zaś odnowa pięknego ogrodu będzie wymagać znacznych nakładów finansowych. Nie jesteśmy w stanie przewidzieć szkody, dlatego warto skorzystać z ubezpieczenia ogrodu, aby potem uniknąć stresu i dodatkowych problemów. Ogród możemy ubezpieczyć od uszkodzeń wywołanych m. in. przez: grad, śnieg czy lód, deszcz nawalny, pożar, upadek drzewa lub statku powietrznego, uderzenie pojazdu (np. w ogrodzenie), huragan, akty wandalizmu, kradzież z włamaniem, osuwanie się ziemi.

Komu przyda się ubezpieczenie ogrodu?

Ubezpieczenie ogrodu oraz jego wyposażenia to rozwiązanie stworzone z myślą o posiadaczach domów jednorodzinnych. Działka na takiej posesji jest często zaaranżowana roślinnością oraz dodatkowym wystrojem. Możliwość ubezpieczenia jest dostępna również dla właścicieli mieszkań z przynależnym ogródkiem. Ubezpieczenie ogrodu z wyposażeniem jest często dobierane również do polisy na domek letniskowy, któremu towarzyszy zagospodarowana posesja.



Łukasz Rudnicki
Kierownik Oddziału
Regionalny Kierownik ds. Sprzedaży

Ogrodnicza infolinia w cenie ubezpieczenia

Niektóre towarzystwa w ramach ubezpieczenia oferują bezpłatny dostęp do infolinii, gdzie można uzyskać szereg niezbędnych informacji na tematy takie, jak np.:

- pielęgnacja roślin,
- zakładanie ogrodu i oczek wodnych,
- sposoby walki ze szkodnikami,
- wybór najlepszych nawozów i ich zastosowanie,
- organizacja kalendarza prac ogrodowych,
- dane sklepów ogrodniczych i adresy sprawdzonych stron internetowych o tej tematyce.

Chcesz dowiedzieć się więcej? Porozmawiaj z ekspertem, który odpowie na wszystkie Twoje pytania i pomoże dobrać najlepszą ofertę. Odwiedź nasze biuro – Ciechanów, ul. Dolna 9 lub zadzwoń 607-265-576.

Łukasz Rudnicki



DOM UBEZPIECZENIOWY SPECTRUM Oddział w Ciechanowie, ul. Dolna 9, 06-400 Ciechanów 23 673 57 17

HALO CIECHANÓW

ADMINISTRACJA



Urząd Marszałkowski Województwa Mazowieckiego w Warszawie Delegatura w Ciechanowie

ul. Wodna 1, 06-400 Ciechanów, tel. 23 673 07 00, 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
Tel. 23 672 34 85, Fax 23 672 29 45 www.ciechanow.powiat.pl
Strona Biuletynu Informacji Publicznej: www.stciechanow.bip.org.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 26 46
e-mail: urząd@gminaciechanow.pl
www.gminaciechanow.pl



Urząd Gminy Gołmin - Ośrodek

ul. Szosa Ciechanowska 8, 06-420 Gołmin-Ośrodek
Tel./Fax 23 671 60 20, 23 671 60 93
e-mail: ug@golmin-osrodek.pl
www.golmin-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@ojzen.pl, www.ojzen.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

Biuro Senatorskie Senatora RP Jana Marii Jackowskiego

Czynne: pn.-pt. 12:00 - 17:00 Tel. 23 672 22 50
06-400 Ciechanów, ul. Mickiewicza 3
e-mail: biurojmj@gmail.com www.jmjackowski.pl



Biuro Poselskie Posła na Sejm RP Macieja Wąsika

Ciechanów, ul. Warszawska 47
Tel. 881 521 870, e-mail: wasikbiuro@wp.pl
Biuro czynne: wtorek (godz. 9 - 12),
czwartek (godz. 10 - 13), piątek (godz. 10 - 13)



Biuro Poselskie Posła na Sejm RP Arkadiusza Iwaniaka

Ciechanów, ul. Orylska 3A,
tel. 608 326 407, e-mail: biuroposelskie.aiwaniak@gmail.com
Czynne w poniedziałki w godz. 16-18.



BEZPŁATNE PORADY PRAWNE - poniedziałki w godz. 16:30 - 18:00



Biuro Poselskie - Posła na Sejm RP

Jacka Ozdoby

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



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.



HALO CIECHANÓW

PORADNIA PSYCHOLOGICZNO-PEDAGOGICZNA

TECZOWA KRAINA
NIEPUBLICZNA SPECJALISTYCZNA PORADNIA
PSYCHOLOGICZNO - PEDAGOGICZNA

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

Bezpłatne zajęcia wczesnego wspomaganie rozwoju dziecka

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

PRZEDSZKOLA

PRZEDSZKOLE językowe

* polski * angielski * hiszpański

ZAPISY: **698 679 312** ul. F. Rajkowskiego 6 (os. Zachód)
www.akademiakrasnoludkow.pl

PRZEDSZKOLE INTEGRACYJNE
Bezpłatne

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

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

PRZEDSZKOLE

Zapraszamy do naszej placówki, w której:

- posiadamy: salę integracji sensorycznej, gabinet logopedyczny, gabinet zajęć rewalidacyjnych
- oferujemy bezpłatnie: język angielski, rewalidację, logopedię, integrację sensoryczną, TUS.

Ciechanów, ul. Nadrzeczna 24
tel. 602 690 273

EDUKACJA

PAŃSTWOWA UCZELNIA ZAWODOWA
im. Ignacego Mościckiego w Ciechanowie

Rektorat: **06-400 Ciechanów**
ul. Narutowicza 9

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

Filia Wyższej Szkoły Menedżerskiej w Warszawie
z siedzibą w Ciechanowie
ul. Żórawskiego 5

Tel. 23 672 50 61 www.wsmciechanow.edu.pl

ODDZIAŁ REGIONALNY TOWARZYSTWA WIEDZY POWSZECHNEJ W CIECHANOWIE

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. 668 417 896

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

CENTRUM EDUKACYJNO-SZKOLENIOWE

PROWADZIMY STUDIA PODYPLOMOWE

✓ SZKOLENIA ✓ KURSY ✓ KONFERENCJE

Ciechanów, ul. Żórawskiego 5, tel. 517 717 276 www.ces-alfa.pl

WORD CIECHANÓW PROFESJONALNIE • RZETELNIE • W PRZYSTĘPNEJ CENIE

Jazdy próbne
na placu manewrowym
wszystkie kategorie

Prowadzi szkolenia:

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

Informacje i zapisy w Wydziale Szkoleń i BRD
tel. 23 673 57 00, 23 673 24 56
Regulamin i ceny na stronie internetowej
www.wordciechanow.pl

SK STOWARZYSZENIE KSIĘGOWYCH W POLSCE
ODDZIAŁ OKRĘGOWY W WARSZAWIE
CENTRUM EDUKACJI ZAWODOWEJ
ZAPRASZA NA:

**KURSY STACJONARNE ORAZ KURSY ON-LINE
Z ZAKRESU RACHUNKOWOŚCI, PODATKÓW I PŁAC**

CIECHANÓW, UL. KS. PIOTRA ŚCIEGIENNEGO 10 LOK. 52 (I piętro)
el. 23 673-20-01, fax. 23 673-32-00 www.ciechanow.skp-ow.com.pl

ZARZĄDCY DRÓG

Powiatowy Zarząd Dróg w Ciechanowie

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

USŁUGI KOMUNALNE

PROFESJONALNE BADANIE KAMERĄ TERMOWIZYJNĄ

PEC CIECHANÓW

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 zieleni
- wycinka drzew w warunkach miejskich

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

Spis telefonów: (+48 23)

672 52 76 - Centrala 672 59 80 - Centrala 672 38 18 - Fax

www.tbsciechanow.pl ul. 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 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

HALO CIECHANÓW

ODZYSK SUROWCÓW WTÓRNYCH

PUNKT PRZYJĘĆ ODPADÓW
*folia *folia przyrmowa *folia po sianokiszonce
*makulatura *big bag *inne
Wola Wierzbowska, 06-406 Opinogóra Górna ☎ 780 058 408

OCHRONA

BARTON AGENCJA OCHRONY
■ Ochrona stacjonarna, posterunki stałe na obiektach
■ Ochrona imprez masowych, rodzinnych, firmowych, akcji promocyjnych, itp.
■ Grupa Ochrony Bezpośredniej VIP
Biuro: Ciechanów, ul. Mławska 1, tel. 884 03 03 04, 500 42 46 26
www.barton-ochrona.pl e-mail: barton.ochrona@gmail.com

BEZPIECZEŃSTWO

RADEX
W ciągłej sprzedaży produkty najlepszych firm:
BRON: CZ, GLOCK, MARLIN, MOSSBERG, REMINGTON, S&W, SIG SAUER
AMUNICJA: FEDERAL, GECO, LAPUA, NORMA, RWS, SAKO, S&B
oraz najnowocześniejsza broń z USA
Zapraszamy do odwiedzenia naszego salonu:
W OFERCIE DOSKONAŁEJ JAKOŚCI GAZY OBRONNE
ul. Krasińskiego 32, Ciechanów, (wjazd od ul. Gostkowskiej) tel. 23 672 48 30, 22 201 21 24

ZDROWA ŻYWNÓŚĆ

ROLNIK HANDLUJE
Zdrowa żywność —
SPRZEDAŻ PÓLTUSZ WIEPRZOWYCH
Zdrowa żywność - zdrowa Polska
ROLNICZY HANDEL DETALICZNY Paweł Rzeczkowski
☎ 502 338 697 Mieszki Bardony 6, 06-400 Ciechanów

HOTELE-RESTAURACJE

Kompleks hotelowo-gastronomiczny "OLIMPIJSKI"
06-400 Ciechanów, ul. 17 Stycznia 60A
tel. 23 672 20 12 lub 23 672 20 13 fax 23 672 20 12
e-mail: hotel@mosirciech.pl
Hotel dysponuje 93 miejscami noclegowymi w pokojach 1,2,3 osobowych oraz apartamentach.
Restauracja organizuje: imprezy okolicznościowe
• usługi cateringowe • obiady abonamentowe i inne

GASTRONOMIA

BAR ASIA
kuchnia orientalna
Ciechanów, ul. Płońska 26
pn.-sob. 9-21, niedz. 11-20
tel. 788 686 779
Kucharze z Wietnamu zapraszają!
DOWÓZ NA TERENIE MIASTA
od 30 zł - GRATIS
do 30 zł - koszt 3 zł
Duże i smaczne porcje

SPORT I REKREACJA

tel. 23 672 55 01
23 673 24 72
fax 23 673 24 84
MOSIR
e-mail: mosir@mosirciech.pl
Miejski Ośrodek Sportu i Rekreacji w Ciechanowie
06-400 Ciechanów, ul. 17 Stycznia 60 B
www.mosirciech.pl

POMOC SPOŁECZNA

DPS KOMBATANT
Ciechanów, ul. Batalionów Chłopskich 12
tel. (23) 672-14-85
dps.kombatant@interia.pl www.kombatant.lap.pl
Dom bez barier architektonicznych, spełniający standardy, zapewnia całodobową opiekę, zajęcia terapeutyczne i rehabilitacyjne. Mieszkańcy Domu mogą korzystać z basenu solankowego oraz sprzętu rehabilitacyjnego. Osoby zainteresowane zamieszkaniem w naszym Domu serdecznie zapraszamy.

ZDROWIE

Zakład Optyczny - Andrzej Bayer
06-400 Ciechanów, ul. 11 Pułku Ułanów Legionowych 26, Tel.: 23 672 15 01
PROMOCJA!
Posiadamy w ofercie m.in. oprawki firm:
RAY BAN • VOGUE • CARRERA • BENCH • TOMMY HILFINGER

PRZYCHODNIA LEKARZY RODZINNYCH
MEDICUS
Clinic
Niepubliczny Zakład Opieki Zdrowotnej
06-400 Ciechanów, ul. Spółdzielcza 2
Poradnia dla Dorosłych
tel. 23 672 32 59, 673 22 32
www.medicus-ciech.pl
e-mail: medicus.ci@home.pl
Poradnia dla Dzieci
tel. 23 673 22 34

ESKULAP
CENTRUM MEDYCZNE
*Medycyna Rodzinna *Diagnostyka
*Poradnie specjalistyczne *Stomatologia
*Medycyna Pracy *Świadczenia NFZ
*Medycyna Estetyczna i Kosmetologia
Ciechanów, ul. Narutowicza 20 | www.eskulap-cmc.pl
REJESTRACJA: tel. 23 661 84 00, e-mail: rejestracja@eskulap-cmc.pl

CENTRUM ZDROWIA SZANSA
Ośrodek Środowiskowej Opieki Psychologicznej i Psychoterapeutycznej dla Dzieci i Młodzieży I poziom referencyjny
Oferujemy wizyty (BEZ SKIEROWANIA) u:
- psychologa
- psychoterapeuty
- terapeuty środowiskowego
ul. 17 stycznia 80 lok. 4
06-400 Ciechanów
tel. 696 440 060

LAURA
KLINIKA URODY
• Medycyna Estetyczna
• Kosmetologia
• Fryzjerstwo
• Porady internistyczne
• Porady pediatryczne
• Leczenie otyłości
Lek. med. estetycznej Katarzyna Borkowska - Paczuła
Lek. med. Mateusz Paczuła
ul. Sienkiewicza 28/1A
06-400 Ciechanów
782 418 400
www.lauraklinikaurody.pl

TLENOTERAPIA
ŁAGODNA KOMORA HIPERBARYCZNA
• Łagodzenie skutków COVID-19
• Redukcja stresu i wyczerpania organizmu
• Stymulacja układu nerwowego
• Dotlenienie i poprawa ukrwienia wszystkich tkanek i narządów
• Poprawa stanu skóry w chorobach dermatologicznych
Ciechanów, ul. Płońska 18
kom. 531 519 172, tel. 23 673 65 38
www.bxysunlife.pl
Oxysunlife Ciechanów

HALO CIECHANÓW

BIOENERGOTERAPIA

OCZYSZCZANIE ENERGETYZACJA
WZMOCNIENIE ORGANIZMU
Pomoc w dolegliwościach bólowych:
*głowy *kręgosłupa i kończyn *chorobach kobiecych
*nerwicach *powikłaniach po Covid-19 i innych
Oczyszczanie pomieszczeń z negatywnych energii.
Zadzwoń i umów się na wizytę tel. 515 715 571

PIELĘGNACJA CIAŁA

FIGURA
CENTRUM PIĘKNEGO CIAŁA
W OFERCIE BONY PODARUNKOWE
Bohaterów Września 22, Ciechanów
☎ 730 39 49 49 f centrumpieknegociaafigura

KLUCZE - PIECZĄTKI

KEY SERVICE Artur Bagajski
Ciechanów, ul. Śląska 2
(wejście od Pl. Jana Pawła II 14)
tel. 23 673 54 02
kom. 508 270 950
ZAMKI * KLUCZE * KODOWANIE * PIECZĄTKI * GRAWEROWANIE

BANK

BANK SPÓŁDZIELCZY W PŁOŃSKU
Grupa BPS
Oddział w Ciechanowie
ul. 3 Maja 11
☎ 23 672 09 65
kompleksowa obsługa
wygodny, darmowy parking
wrzutnia nocna, bankomat 24h
nowoczesna bankowość elektroniczna
bsplonsk.pl

UBEZPIECZENIA

DOM UBEZPIECZENIOWY SPECTRUM
twoje ubezpieczenia
www.dus.net.pl
Oddział w Ciechanowie, ul. Dolna 9, 06-400 Ciechanów ☎ 23 673 57 17

AGENT UBEZPIECZENIOWY JANUSZ KOWALSKI
W ofercie polisy 20 wiodących towarzystw ubezpieczeniowych
UBEZPIECZENIA:
- komunikacyjne (OC AC NNW), majątkowe
- upraw rolnych i budynków rolniczych
- maszyn rolniczych (AGROCASCO)
- NOWOŚĆ: ubezpieczenie rowerów oraz OC pszczelarza
ZAPEWNIAMY:
- dojazd do Klienta
- pomoc w wypowiedzeniu wcześniejszej polisy
- dokonanie cesji na rzecz banków
- Karta Dużej Rodziny to dodatkowa ZNIŻKA
Pajewo-Szwelice 14, 06-420 Gołymin-Osrodek, Tel. 604 157 402 lub 728 395 010

FINANSE

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

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
www.plast-bud.com
SIECI ZEWNĘTRZNE
Ciechanów, ul. Bielińska 2
tel. (23) 673-73-29, fax (23) 673-46-40
e-mail: biuro@plast-bud.com
TECHNIKA GRZEWCA
I INSTALACJE WEWNĘTRZNE
Ciechanów, ul. Niechodzka 9A
tel. (23) 671-48-74
e-mail: sekretariat@plast-bud.com

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 f ECOspec

PRANIE TAPICERKI MEBLOWEJ

PRANIE TAPICERKI MEBLOWEJ
Mariusz Majewski 505 202 678

MOTORYZACJA I MASZYNY ROLNICZE

Gasart STAG SAMOCHODOWE INSTALACJE GAZOWE
czynne pon. - pt. 8:00 - 17:00
sobota 8:00 - 12:00
06-400 Ciechanów ul. Zagumienna 35
tel. kom. 502 482 423
e-mail: gasart@o2.pl
www.ac.com.pl

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
- KODOWANIE WTRYSKIWCZY
- CZYSZCZENIE FILTRÓW DPF
- KASOWANIE USTEREK i inne...
Szulmierz 22A, tel. 504 206 348

Aktualne wydanie magazynu PULS dostępne jest na
www.pulsciechanowa.pl

Gmina Sońsk

Droga Gąsocin – Soboklęszcz zmieniła swoje oblicze



Dzięki dofinansowaniu, które Gmina Sońsk uzyskała w ramach Rządowego Funduszu Polski Ład – Program Inwestycji Strategicznych swe oblicze całkowicie zmieniła droga Gąsocin – Soboklęszcz.

W ramach inwestycji wykonano: poszerzenie drogi, nawierzchnię asfaltową wraz z pobocznymi, zjazdami oraz odwodnienie. Łączny koszt inwestycji to 712.008,24 zł. Rządowe dofinansowanie to aż 95%, czyli 676.407,83 zł. Z własnych środków Gmina musiała dołożyć jedynie 5% wartości inwestycji. Tym samym wkład własny wyniósł tylko 35.600,41 zł. Należy podkreślić, że pozyskanie tak dużego dofinansowania to duży sukces władz gminy.

W trakcie uroczystego otwarcia drogi radości z zakończenia inwestycji nie krył

wójt Jarosław Muchowski. - Dziś dokonaliśmy symbolicznego otwarcia drogi Gąsocin – Soboklęszcz. To ważna inwestycja drogowa, na którą nasi mieszkańcy czekali od wielu lat. Dziękuję wszystkim, którzy przyczynili się do realizacji tej inwestycji a w szczególności ministrowi Maciejowi Wąsikowi. Dziękuję naszym mieszkańcom, którzy chcieli być z nami w tym szczególnym dniu. To niezwykle miły gest, który jest dla mnie wielką motywacją do dalszej ciężkiej pracy dla naszej lokalnej społeczności. Życzę dobrego użytkowania nowej drogi, drogi na każdy dzień – powiedział wójt Muchowski.

Sam Maciej Wąsik – poseł ziemi ciechanowskiej, a zarazem Wiceminister

Spraw Wewnętrznych i Administracji – cieszy się, że to kolejna inwestycja zrealizowana w gminie Sońsk, która uzyskała wsparcie ze środków rządowych. – Pocho-
dzę z gminy Sońsk i wiem jak to ważna dla mieszkańców droga. W ogólnopolskich mediach słyszymy głównie o budowie autostrad i dróg krajowych. To oczywiście bardzo ważne infrastrukturalne inwestycje istotne z punktu widzenia całego państwa, ale... Polska to także drogi powiatowe czy gminne. Tak jak ta Gąsocin – Soboklęszcz. Nasz rząd o nich nie zapomina. Bo dla lokalnej społeczności są to inwestycje bardzo ważne – powiedział nam minister Wąsik.

TM



Fot. Archiwum UG Sońsk

HALO CIECHANÓW

USŁUGI POGRZEBOWE

**DOM POGRZEBOWY
- CALVARIA -
TADEUSZ ANTOSIK**

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

KOMPLEKSOWA OBSŁUGA

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, 601 713 463, 604 406 031

cmmentarz@pukciechanow.pl
www.ciechanow.artlookgallery.com

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**

RÓŻNE

**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

USŁUGI KAMIENIARSKIE

**KAMIENIARSTWO
KOC-BRUK** Kamil Kocięcki

Ciechanów, ul. Gostkowska 77A ☎798 273 949

POMNIKI * UKŁADANIE KOSTKI BETONOWEJ
CZYSZCZENIE I MYCIE POMNIKÓW
PODNOŚNIENIE ZAPADNIĘTYCH NAGROBKÓW

**PIECZARY BETONOWE
REALIZACJA W 24 GODZ.**

FOTOGRAFIA

Fotograf
Sońsk - Klonowa 7

Zdjęcia do dokumentów
Fotografia ślubna, okolicznościowa
Studyjna, plenerowa

Studio fotograficzne Katarzyna Dziewiątkowska

tel. 503-187-887

Zamów reklamę w PULSIE CIECHANOWA oraz na www.pulsciechanowa.pl
tel. 502 68 48 21 e-mail: pulsciechanowa@gmail.com

Pani Dyrektor, ciechanowski Medyk stawia na tradycję czy na nową myśl?

Sądzę, że łączymy tradycję z nowoczesnością. Z 60-letniej tradycji czerpiemy siłę a nowoczesna edukacja stawia na specjalistyczną wiedzę, zawodowe umiejętności, innowacyjność, zdolność do rozszerzania zdobytej wiedzy przez całe życie.

Jak to robicie, że Medyk przez lata utrzymuje najwyższy poziom nauczania?

Miło słyszeć taką opinię. Od lat dbamy aby mury szkoły opuszczali profesjonaliści z umiejętnościami pozwalającymi na podjęcie pracy zarobkowej. Jesteśmy szkołą Samorządu Województwa Mazowieckiego ceniącą jakość w edukacji, profesjonalizm, tworzącą klimat sprzyjający uczeniu się. Jeśli uczeń poszukuje szkoły opartej na praktycznych umiejętnościach zawodowych, zamiast teoretycznych wykładów, to my jesteśmy dla niego.

Jakie ma Pani plany na rozwój szkoły?

Rozwój szkoły to sprecyzowana strategia, podnoszenie poziomu dydaktycznego. Udaje mi się pracować z praktykami, którzy znają tajniki zawodu, są otwarci, lubiani. Wyróżnia nas praktyczne podejście w kształceniu. Rozwijamy się systematycznie, na bieżąco doposażamy pracownię zawodu, uważnie obserwujemy potrzeby rynku pracy. Tworzymy przestrzeń dla rozwoju każdego słuchacza, dbamy o pozytywne nastawienie, motywację, chęć działania.

Jakie są największe atuty Medyka? W czym tkwi jego potencjał?**Rozmowa z Izabelą Kierską - dyrektorem Medycznej Szkoły Policealnej w Ciechanowie**

Łączymy tradycję z nowoczesnością

Sądzę, że fundamentem są ludzie pasjonaci, oddani szkole. Szkoła ma profesjonalną kadrę. Powiem, że Medyk to szkoła o ugruntowanej pozycji na ciechanowskim rynku edukacyjnym. Absolwenci z łatwością znajdują zatrudnienie. Wiem, że na niektórych już w czasie nauki czeka praca. Wzmacniamy kompetencje zawodowe organizując certyfikowane szkolenia zawodowe. Pośredniczymy w zatrudnianiu. Uczymy zawodów dających zatrudnienie. Nasz absolwent otrzymuje europejski certyfikat umiejętności. Mamy bardzo dobrą zdawalność egzaminów zawodowych. Podkreślę: jesteśmy szkołą bezpłatną, nie wymagamy matury, dla słuchacza w każdym wieku.

Jaką ofertę edukacyjną przygotowaliście w tym roku? Gdzie znajduje zatrudnienie absolwent Waszej szkoły?

Myślę, że najlepszą z możliwych. Można wybrać kierunek technik masażysta, na którym uczymy masażu czekoladą, gorącymi kamieniami, leczniczego, kosmetycznego, sportowego, podstaw fizjoterapii. Masażyści pracują w: gabinetach fizjoterapii i odnowy biologicznej, hotelowych SPA, klubach sportowych, przychodniach rehabilitacyjnych. Może prowadzić własny gabinet masażu. Zdobywając zawód kosmetyczki, nauczy się zabiegów pielęgnacyjnych twarzy, dłoni, stóp, depilacji, pozna tajniki makijażu, medycyny estetycz-

nej. Kosmetyczka pracuje w salonach kosmetycznych, gabinetach odnowy biologicznej. Na kierunku higienistka stomatologiczna uczymy wykonywania podstawowych zabiegów stomatologicznych: zdjęcia kamienia, lakowania, wybielania i piaskowania zębów, użytkowania aparatu ortodontycznego. Może podjąć pracę w przedszkolnych i szkolnych punktach stomatologicznych, poradniach i klinikach dentystycznych. Podejmując naukę na kierunku asystent osoby niepełnosprawnej nauczy się 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, dziennych domach seniora, warsztatach terapii zajęciowej, prowadzić prywatną opiekę nad osobami starszymi. Być asystentem rodziny w projektach unijnych.

Kto może być słuchaczem Waszej szkoły?

Każdy kto szuka nowej drogi zawodowej, dba o rozwój osobisty, myśli o przekwalifikowaniu, marzy o własnym gabinecie kosmetycznym, masażu. Chce się szybko usamodzielnic. Warunkiem przyjęcia do szkoły jest ukończenie liceum bądź technikum, nie wymagamy matury, nie ograniczamy wieku.

W jakim kierunku się rozwijacie, co nowego w Medyku?

Nowy zawód: podolog, który jest specjalistą w terapii schorzeń w obrębie stóp i paznokci. Prowadzi kompleksowe leczenie w przypadku: stopy cukrzycowej, wrastających paznokci, modzeli, odcisków, zakłada klamry, dobiera wkładki i ortezy stóp, prowadzi korektę paznokci. Kształcimy opiekuna medycznego z szerokimi kompetencjami medycznymi. Opiekun: asystuje przy dializoterapii, pobiera krew, wykonuje iniekcje domięśniowe, pielęgnuje rurkę tracheotomijną. Ponadto jako nowość traktujemy technikę sterylizacji medycznej. Technik dba o czystość mikrobiologiczną, przeprowadza dezynfekcję i sterylizację. Kierunek dedykowany kosmetyczkom, fryzjerom, higienistkom, tatuatorom.

Jakie macie metody i sposoby nauki?

Nauka w naszej szkole jest nastawiona na to „co słuchacz umie zrobić” a nie teoretycznie „co należy zrobić”. Nasi słuchacze uczą się w nowoczesnych pracowniach. Odbывают praktyki w oddziałach szpitalnych, placówkach pomocy społecznej, gabinetach kosmetycznych i stomatologicznych. Część osób uczęszczających do szkoły pracuje, dlatego lekcje odbywają się po południu i w soboty z zachowaniem wolnej niedzieli. Taki system nauki sprzyja osobom, które chcą uzupełnić



wykształcenie i podnieść kwalifikacje. Zapewniamy naukę języka migowego i angielskiego zawodowego. U nas nie ma matematyki, fizyki, chemii.

Jak Pani zdaniem zmienia się sytuacja na zawodowym rynku edukacyjnym?

Zmienia się rzeczywistość, gospodarka, kultura, obyczaje. Zdobywany zawód powinien przekładać się na zatrudnienie, pracę i zarobki. Wybierając zawód trzeba mieć perspektywę zapotrzebowania rynku pracy i widzieć siebie za kilka lat. Roczna czy dwuletnia szkoła policealna to początek drogi zawodowej. Możliwość zdobycia zawodu, podjęcie pracy, stworzenie własnego gabinetu, zarobkowanie, finansowa samodzielność. Szkoła zawodowa to szkoła racjonalnego wyboru.

Dziękujemy za rozmowę.

Mundurowa Szkoła Techniczna BZDZ w Ciechanowie

Kadecki piknik w BZDZ



Prezes Paweł Duzdowski przekazuje na ręce dyrektora Bogumiły Wejs laserowy trener strzelecki.

W Mundurowej Szkole Technicznej prowadzonej w naszym mieście przez Bydgoski Zakład Doskonalenia Zawodowego zorganizowano Piknik Przyszłego Kadeta.

Osoby zainteresowane podjęciem nauki miały możliwość zapoznać się z ofertą edukacyjną ale nie tylko... Dyrektor Bogumiła Wejs, kadra na-

uczycielska i uczniowie zadbały o liczne atrakcje. Można było spróbować rzutu granatem, sprawdzić działanie wykrywacza metali, czy wystartować w zawodach na strzelnicy pneumatycznej. Także zwiedzić pracownię, wziąć udział w pokazowych lekcjach i doświadczeniach, a także pokazie pierwszej po-

mocy przedmedycznej. Był też pokaz musztry i działań prowadzonych przez grupę taktyczną.

Na początku Pikniku odbyła się uroczystość wręczenia kadetom awansów na wyższe stopnie. Aktu tego dokonał płk rez. Krzysztof Groch – koordynator zajęć mundurowych w szkołach prowadzonych przez BZDZ.

Z kolei Paweł Duzdowski – Prezes Zarządu BZDZ - w słowie skierowanym do kadetów przekazał dobrą wiadomość. – Dopełniliśmy wszelkich procedur i w naszej szkole powstanie Oddział Przygotowania Wojskowego. Da to nam wiele nowych możliwości. Będziemy nadal rozwijać szkołę, inwestować w nią, tak by zapewnić wam jak najlepsze warunki do nauki. Żebyście byli dumni, że jesteście jej uczniami – mówił prezes Duzdowski, po czym - jako najlepsze potwierdzenie swych słów - na ręce dyrektora Bogumiły Wejs przekazał laserowy trener strzelecki.

AI



Do kadetów przemawia płk rez. Krzysztof Groch.

Państwowa Uczelnia Zawodowa im. I. Mościckiego IX Akademickie Targi Pracy**Jednym z podmiotów, który wystawił swoje stoisko na IX Akademickich Targach Pracy była Agencja Bezpieczeństwa Wewnętrznego.****Akademickie Targi Pracy, połączone z Dniem Przedsiębiorczego Studenta, już za nami. To już dziewiąta edycja tego wydarzenia zorganizowanego przez Biuro Karier „Partner” Państwowej Uczelni Zawodowej w Ciechanowie.**

Tegoroczne spotkanie odbyło się pod hasłem „Praca - pasja, misja, powołanie”. Adresatami targów byli studenci i młodzież ciechanowskich szkół. Targi miały charakter spotkania młodzieży z pracodawcami i instytucjami rynku pracy.

Bardzo duże zainteresowanie wzbudziły wystąpienia studentów z pasją – bohaterów Dnia Przedsiębiorczego Studenta. W tej części wystąpili: Aleksander Purzycki - student I roku MiBM z prezentacją „Serwis i modernizacja komputerów jako moja pasja”; Mateusz Siemiński - absolwent MiBM; Edyta Makowska - studentka pedagogiki, pasjonatka fotografii (wystawę jej zdjęć z dużym zainteresowaniem podziwiali uczestnicy wydarzenia); Lidia Milczek-Lukowska, stu-

dentka pielęgniarstwa która była przykładem jak pogodzić studiowanie z prowadzeniem własnej firmy; Marcin Pietrzak - student kierunku praca socjalna, muzyk, piosenkarz, youtuber, opowiadał o swojej karierze; Jakub Królikowski - zawodnik, instruktor taekwondo był przykładem jak połączyć studiowanie z czynnym uprawianiem sportu.

Ciekawe prezentacje przedstawili: Monika Szeszo-Zaborowska – pracownik PUZ w Ciechanowie - „Erasmus+ jako szansa, możliwości, perspektywa rozwoju”, Andrzej Śniegocki (WUP) - „Jak bezpiecznie znaleźć pracę za granicą”, Jolanta Nawrocka i Marcin Grochowski (PUP) - „Sytuacja na rynku pracy w czasie trwającej wojny na Ukrainie”.

Po spotkaniu w auli PUZ, uczestnicy przenieśli się do strefy doradczej i wystawienicznej, gdzie kontynuowano rozmowy i prezentowano oferty pracy.

WW/AI

Rozmowa z dr. inż. Grzegorzem Kocem – Rektorem Państwowej Uczelni Zawodowej im. Ignacego Mościckiego w Ciechanowie

Zapewniamy dobry start do życia zawodowego

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

Nie ukrywam, że nie było łatwo. Jedną z najważniejszych spraw minionego roku była realizacja zadań związanych kształceniem w czasie wygasającej pandemii. Stąd też staraliśmy się wytrwać z organizacją zajęć na Uczelni w sposób stacjonarny, z zachowaniem zasad bezpieczeństwa, zapobiegając i przeciwdziałając zarażeniom. Na prowadzonych przez nas kierunkach studiów zajęcia w bardzo dużym zakresie mają charakter praktyczny. Prowadzone są w pracowniach i laboratoriach w warunkach właściwych dla danej formy działalności. W zakładach pracy odbywają się praktyki studenckie zgodnie z przyjętym harmonogramem.

Mijający rok akademicki był też ważny, gdyż obchodziliśmy dwudziestolecie naszego funkcjonowania. Ważnym wydarzeniem, które odbyło się w naszej Uczelni, była ogólnopolska konferencji pt. Uczelnie Zawodowe Szansą dla Regionu.

To już trzeci rok, w którym nie będzie Juwenaliów w znanej sprzed lat formule – z udziałem mieszkańców miasta... Dlaczego? I czy sądzi Pan, że za rok będziemy mogli się wspólnie bawić na tym studenckim święcie?

Odpowiedz na to pytanie jest złożona. Z jednej strony to ciągle było zagrożenie pandemią. Z drugiej, co zdaniem studentów bardzo ważne, to aktualna sytuacja

wojny w Ukrainie. W takim przypadku studenci uznali, że zorganizują koncert Juwenaliowy na mniejszą skalę w kameralnej formie. Podzieliliśmy ich pogląd i uszanowaliśmy wolę studentów. To, czy za rok będziemy mogli się wspólnie bawić na tym studenckim święcie, będzie zależało przede wszystkim od woli studentów. To ich święto i z ich zdaniem będziemy się liczyć.

Jak będzie się odbywała rekrutacja na rok akademicki 2022/2023?

Jesteśmy przygotowani na rekrutację w terminie tradycyjnym. Rekrutację rozpoczniemy zgodnie z wcześniejszym planem tj. od 13 czerwca a zakończymy ją 23 września. Ponadto przewidujemy termin dodatkowej rekrutacji od 26 do 30 września. Mimo wyciszenia pandemii tegoroczna rekrutacja uwzględni konieczność zachowania wymogów bezpieczeństwa. Składanie dokumentów przez kandydatów odbędzie się jak dotychczas w Biurze Rekrutacji w godzinach od 8.00 do 16.00. Szczegóły dotyczące rekrutacji oraz informacje o kierunkach studiów znajdują się na stronie Uczelni w zakładce KANDYDAT: <https://puzim.edu.pl/kandydat>. Kandydaci rejestrują się przez system IRK: irk.puzim.edu.pl Informacja dotycząca rekrutacji, także pod numerem telefonu 23 672 62 00.

Jak układa się współpraca Uczelni z lokalnymi samorządami i przedsiębiorcami?

Systematycznie rozwijamy współpracę i wymianę doświadczeń z władzami 13 powiatów, dyrektorami szkół ponadpodstawowych oraz przedstawicielami firm, o czym świadczy podpisanych ponad 130 porozumień. Jest to doskonała okazja do wymiany informacji na temat przeobrażeń zachodzących w gospodarce regionu oraz analizy potrzeb rynku pracy na obszarze północnego Mazowsza. Pozwala to na dostosowanie oferty edukacyjnej dotyczącej kierunków studiów do zapotrzebowania lokalnych firm i zakładów. Stąd też przedstawiciele pracodawców uczestniczą w tworzeniu nowych specjalności a także mają wpływ na dostosowanie programów studiów do nowych technologii.

Niedawno podpisano porozumienie pomiędzy PUZ a PKP S.A. Jakie możliwości otwiera ono przed studentami?

Istotnie, podpisaliśmy umowę z PKP S.A. dotyczącą współpracy. Planowana współpraca między sygnatariuszami porozumienia zakłada wsparcie w obszarze realizacji prac badawczo-rozwojowych ze strony naszej Uczelni, daje również szansę na odbywanie staży oraz praktyk przez studentów. Odbywanie staży w takiej firmie, to dla młodych ludzi szansa na uzyskanie pierwszych doświadczeń u bardzo interesującego i atrakcyjnego pracodawcy. Uważam, że rozwój naszej Uczelni w zakresie doskonalenia bazy naukowo-dydaktycznej a w szczególności budowa Centrum

Innowacji i Transferu Technologii umożliwi prowadzenie procesów badawczych w specjalistycznych laboratoriach. Jesteśmy na etapie projektowania tego przedsięwzięcia. Oceniam, że prace w tym zakresie postępują zgodnie z przyjętym harmonogramem. Zakładamy wykorzystanie naszego doświadczenia oraz nowo wybudowanej bardzo nowoczesnej bazy w zakresie badań z wytrzymałości materiałów i inżynierii powierzchni, efektywności systemów zasilania energetycznego a nawet badań efektywności odnawialnych źródeł energii.

Jak zachęciłby Pan potencjalnego studenta do rozpoczęcia nauki w PUZ?

Nasza uczelnia jako jedyna w naszym regionie oferuje bezpłatne studia stacjonarne. Bogata oferta kierunków i specjalności - w tym studia magisterskie, fachowa kadra, nowoczesna baza dydaktyczna - to główne atuty ciechanowskiej uczelni. Funkcjonuje również skuteczny system wspierania studentów: stypendia socjalne, stypendium rektora za osiągnięcia wynikające z dorobku studenta w różnych dziedzinach, stypendia dla osób z niepełnosprawnością, zapomogi, a także możliwość zamieszkania w Domu Studenckim. To wszystko umożliwia podejmowanie i kontynuowanie nauki przez młodzież. No i co nie jest bez znaczenia - to zdecydowana większość absolwentów opuszczających mury naszej Uczelni znajduje zatrudnienie. Nic



wiecz dziwnego, że PUZ jest postrzegana jako uczelnia 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 nowych studentów w kolejnym roku akademickim w naszej Uczelni.

Czego życzyć Panu Rektorowi osobiście i Uczelni na kolejny rok akademicki?

Stabilizacji we wszystkich możliwych wymiarach, ale głównie równowagi prawnej oraz ekonomicznej. Bez takiej stabilizacji nie ma możliwości realizacji strategii rozwoju uczelni i wdrażania rozwiązań systemowych, nie ma możliwości ciągłego doskonalenia i sukcesywnego podnoszenia jakości kształcenia.

Dziękujemy za rozmowę.

ogłoszenie



PAŃSTWOWA UCZELNIA ZAWODOWA

im. Ignacego Mościckiego w Ciechanowie



STUDIA LICENCJACKIE

- EKONOMIA
- PIEŁĘGNIARSTWO
- PRACA SOCJALNA
- BEZPIECZEŃSTWO WEWNĘTRZNE
- LOGISTYKA

STUDIA INŻYNIERSKIE

- INFORMATYKA
- INŻYNIERIA ŚRODOWISKA
- MECHANIKA I BUDOWA MASZYN
- ROLNICTWO
- ELEKTRONIKA I TELEKOMUNIKACJA

STUDIA MAGISTERSKIE

- ZARZĄDZANIE
- PIEŁĘGNIARSTWO
- PEDAGOGIKA PRZEDSZKOLNA I WCZESNOSZKOLNA
- PRACA SOCJALNA

BEZPŁATNIE BLISKO PROFESJONALNIE

Ciechanów, ul. Gabriela Narutowicza 9
tel. 23 672 20 50
www.puzim.edu.pl



Ten wybór to szansa!

Szkoła Podstawowa TWP w Ciechanowie

Dzień Rodziny w TWP

Uczniowie kl. II „a”, „b” i „c” Szkoły Podstawowej TWP w Ciechanowie wraz z rodzicami świętowali Dzień Rodziny. Było to swoiste połączenie niedawnego Dnia Mamy oraz zbliżającego się Dnia Taty.

Dzieci, pod kierunkiem swych wychowawczyń (II a – Ewelina Gołębiowska, II b – Jolanta Jakowska i II c – Marzena Fajfrowska) oraz nauczyciela muzyki Dominika Molewskiego, przygotowały dla swych rodziców wspaniały program artystyczny. Były wiersze, piosenki i odgrywane humorystyczne scenki. Do

tego wspólna gra na instrumentach. Na twarzach rodziców było widać zachwyt, ale też wzruszenie...

Na zakończenie wszystkie Mamy i Tatusiowie otrzymali od swych pociech własnoręcznie wykonane prezenty.

Dzięki uczniom i nauczycielom w auli Szkoły Podstawowej TWP odbył się podwójny Dzień Rodziny - bo zarówno tej rozumianej dosłownie, ale także wielkiej szkolnej rodzinie TWP.



AI Uczniowie klas II Szkoły Podstawowej TWP w Ciechanowie przygotowali wspaniały program artystyczny z okazji Dnia Rodziny.

Rozmowa z Michałem Wojtusikiem, kompozytorem, pianistą i pedagogiem

Ciechanowianin z krakowskim sercem ...

Na początek proszę Cię o kilka słów na temat początków Twojej muzycznej pasji. Gdzie to wszystko się zaczęło? W Ciechanowie?

Jestem ciechanowianinem – zakochanym w Krakowie (ale o Krakowie może później). Tak, wszystko zaczęło się tutaj, to jest w rodzinnym Ciechanowie. Pochodzę z rodziny, w której muzykowano okazjonalnie. Brat uczęszczał do szkoły muzycznej, a ja, jako młodszy, lubiłem mu przeszkadzać w ćwiczeniu. I tak oto zaczęła się moja muzyczna przygoda. Ponadto obecność innych instrumentów w domu spowodowała, że zacząłem się interesować również nimi, nie tylko fortepianem. W ten sposób, po nitce do kłębka, zdałem do szkoły muzycznej, gdzie dostałem się pod skrzydła Pani Joanny Makijonko, aktualnie dyrektora Państwowej Szkoły Muzycznej im. Stanisława Moniuszki w Ciechanowie, do klasy fortepianu. Jednocześnie też rozwijałem swoje zainteresowania grając na perkusji, amatorsko.

Źródła internetowe donoszą, że mieszkasz w Krakowie? Dlaczego właśnie to miasto?

Kraków to miasto studenckie. Jego oferta zainteresowała również i mnie. Szukając po maturze tzw. pomysłu na siebie, skorzystałem z szansy studiowania w Krakowie (alternatywą była Warszawa i Gdańsk). Jadąc tam, nie wiedziałem, czego się spodziewać, ale coś z tyłu głowy podpowiadało: jedź! A zatem pojechałem. Wówczas znałem już twórczość Grzegorza Turnaua, a to za sprawą jego wizyty w ciechanowskim Domu Kultury (dzisiaj PCKiSZ) oraz koncertu, na którym miałem okazję być. To właśnie wtedy po raz pierwszy przeszła przez moją głowę myśl, że chciałbym siedzieć za fortepianem i śpiewać własne piosenki.

Odpowiedź na pytanie, dlaczego Kraków, być może będzie truizmem, ale jest to miejsce, z którym poczułem więź już przy pierwszym kontakcie. Miasto bardzo wtyło zmianie, zresztą jak wszystko wokół nas, ale pamiętam doskonale miejsca, w których „wylądowałem” po raz pierwszy i które zrobiły na mnie duże wrażenia. Należą do nich m.in. krakowskie błonia (gdzie dumnie zajeżdżałem tramwajem nr 15), miasteczko studenckie AGH, czy też Nowa Huta. Jak mówią słowa piosenki: „U



nas wiosną wiersze rodzą się najlepsze. I odmiennym jakby rytmem. U nas ludziom bije serce. Choć dla serca nieszczerłone tu powietrze” (A. Sikowski, „Nie przenoście nam stolicy do Krakowa”).

Muzyczne inspiracje? Grzegorza Turnaua, Andrzeja Zauchy, może ktoś jeszcze?

Muzyczne inspiracje zmieniają się z wiekiem oraz czasem spędzonym przed ekranem komputera i telefonu (śmiech). Ale pewne rzeczy pozostają niezmiennie. Do dziś lubię słuchać kompozycji Grzegorza Turnaua, Zbigniewa Wodeckiego, ale także Andrzeja Zauchy oraz Kuby Badacha (który nota bene jest dla mnie ciekawą i bardzo inspirującą postacią polskiej sceny muzycznej). Lubię również słuchać muzyki zagranicznej i poszukiwać nowości. Swego czasu zasłuchany byłem w twórczość pewnej niemieckiej orkiestry (maszerującej) MEUTE, która aranżując hity muzyki rozrywkowej, wychodziła do publiczności na ulice miast i portów. Lubię również twórczość zespołów, które grają muzykę nieoczywistą i wchodzą w interakcję z publicznością, jak np. Snarky Puppy. Ostatnimi czasy inspiruje mnie pewien bardzo utalentowany gitarzysta Cory Wong, wraz z zespołem. Ponadto lubię również posłuchać klasyki, tj. Queen, Red Hot Chili Peppers, czy (wracając na polski grunt) Lady Punk (związana płyty LP II). Moją długofalową inspira-

cją jest również twórczość Adama Sztaby, ale także sama Jego postać.

Twoich sukcesów artystycznych nie sposób wymienić jednym tchem: I nagroda na XII Festiwalu Strojne w Biel (X Konkurs Piosenki) w Lublinie (2022), I nagroda na IX OFPPIIT Przy Kominku w Kielcach (2021), II nagrody na 35. OFPPIIT Bakcynalia w Lublinie (2021) i wiele innych. Z której z tych nagród jesteś najbardziej dumny?

Pierwsza nagroda, którą otrzymałem w Oleśnie w 2010 r. spowodowała, że uwierzyłem we własne siły. Zaczęłem występować w roli akompaniatora na festiwalach muzycznych w Polsce. Od zawsze chciałem spróbować swoich sił podczas Studenckiego Festiwalu Piosenki w Krakowie, jednak życie studenckie skutecznie mnie od tego pomysłu odwoodziło, dostarczając co chwila ciekawych doświadczeń i życiowych impulsów. Tym samym udało się jednak zwiedzić trochę świata, ponieważ trafiłem w szeregi Zespołu Pieśni i Tańca AGH im. Wiesława Białowasa w Krakowie. Nigdy wcześniej nie pomyślałbym, że folklor okaże się jedną z największych przygód mojego życia.

Wracając do nagród – przeprowadzka do Ciechanowa była punktem zwrotnym. Będąc już w Ciechanowie, otrzymałem nominację do wspomnianego Festiwalu. Jadąc na przesłuchania, nie marzyłem nawet o nagrodzie. Chciałem po prostu wziąć udział w

kultowym konkursie piosenki. Szczególnym trafem otrzymałem III nagrodę oraz możliwość zorganizowania koncertu, który odbędzie się 3 lipca 2022 r. na Skwerze im. Zbigniewa Wodeckiego w Kwakowie, godzina 15:00.

Każda nagroda zdobyta w konkursie czy na festiwalu to niezapomniane przeżycie, ale przede wszystkim ludzie. Dlatego też wspominam często i ciepło wszystkich poznanych ludzi oraz to, co wspólnie dane nam było przeżyć/doświadczyć. A czy jestem dumny? Raczej bardzo szczęśliwy, że udaje mi się łączyć pasję z życiem, jakie prowadzi każdy z nas – codziennym dbaniem o jutro.

W ubiegłym roku wydałeś debiutancki album „Imponderabilia”. Opowiedz proszę o utworach, które znalazły się na nim.

Album „Imponderabilia” to pierwsza próba zebrania muzycznych momentów, przemyśleń w całość. Na ile się to udało – trudno powiedzieć. Najważniejszym dla mnie jest fakt ukazania się płyty, bo to, co artysta chce powiedzieć, nie zawsze jest zgodne z tym, jak publiczność będzie chciała to odebrać. Świadomość takiego stanu rzeczy sprawiła, iż postanowiłem poświęcić czas i środki (zebrane w dużej mierze przez Zrzutkowiczów oraz portal zrzutka.pl) na podsumowanie pewnego rozdziału. Dziesięć lat muzycznej „tułaczki” to kawał czasu. Myślę, że mogłem zrobić to już dużo wcześniej. No cóż, nie można wiecznie rozpamiętywać. Trzeba działać

dalej. Stąd też pomysł (postanowienie noworoczne), aby ukazywać światu jeden utwór miesięcznie do maja 2022 r. włącznie, a finalnie wydać płytę kolejną najpóźniej w grudniu. Przy okazji tego wydarzenia chciałbym zagrać z Zespołem koncert (może koncerty), głównie na Mazowszu, w rodzinnym Ciechanowie i być może jeszcze gdzieś – jeśli znajdą się sponsorzy.

Gdzie można nabyć tę płytę?

Nakład pierwszej płyty wynosił jedynie 400 sztuk. Przekonany byłem, że połowa z tego zostanie. Przygotowałem już nawet miejsce na strychu, w którym spokojnie krążki mogłyby spoczywać i czekać na „lepsze czasy” (śmiech). Nieoczekiwanie jednak kilka miesięcy od otrzymania przesyłki z płytami, na strychu zostały puste kartony. Bardzo mnie to ucieszyło i dało energię do dalszego działania. Niestety poza Internetem moja twórczość dostępna jest jedynie na koncertach. Za namową ludzi dobrej woli skłaniam się ku opublikowaniu utworów w serwisach streamingowych, m.in. na Spotify czy iTunes.

Styczeń powinien być tym momentem, w którym nowa płyta ujrzy światło dzienne już w postaci „sprzedawalnej”. Zatem będzie mi miło, jeśli Szanowni Czytelnicy zechcą zaczekać razem ze mną na efekty muzycznych przemyśleń, tym razem z perspektywy ciechanowianina nie tylko „w papierach”, ale i rzeczywistego.

W maju grałeś koncert w Ciechanowie. Kiedy będziemy mieli okazję usłyszeć Cię ponownie nad Łydynią?

Bardzo chętnie chciałbym zagrać i zaśpiewać w Ciechanowie po raz kolejny, tym bardziej, że Mieszkańcy ciepło i z dużym zrozumieniem przyjęli moją twórczość. Ciechanów to miasto, które wypiękniło, bardzo się zmieniło – na korzyść zdecydowanie. Jeśli wszystko pójdzie zgodnie z planem, zobaczymy się na przełomie listopada i grudnia w związku premierą drugiej płyty. Planujemy zagrać z zespołem trzy koncerty w Ciechanowie i okolicach, ale wszystko będzie zależało od przychylności Gospodarzy oraz Instytucji, którymi chciałbym podjąć współpracę.

Bardzo dziękuję za miłą rozmowę i w imieniu całej Redakcji życzę licznych sukcesów artystycznych i nie tylko!

PIOTR PSZCZÓŁKOWSKI

PULS młodych



JOWITA RUTKOWSKA

Wróciłam właśnie z trzydniowej wycieczki szkolnej. Trwa regeneracja. Po fakcie oczywiście jestem bardzo zadowolona. Ciekawie jest spędzać z uczniami czas w przestrzeni innej niż mury szkolne, w pięknych okolicznościach przyrody. Jednak przed samym wyjazdem drżałam, bo odpowiedzialność, jaką bierze na siebie w tej sytuacji nauczyciel jest ogromna. To obszar pracy w szkole, który budzi spore emocje. Jest się w pracy ciągle, nieustannie na najwyższych obrotach. Właściwie nawet we śnie nie opuszcza się stanowiska. Z dyscypliną bywa różnie. Jeśli pozwala się na zbyt wiele – ryzyko rośnie, jeśli jest się zbyt surowym, w oczach podopiecznych łatwo zdobyć status „zołzy”. Wszak młodzi ludzie nie mają wykształconego instynktu samozachowawczego (albo jego poziom nie jest odpowiednio wysoki) i rzadko zakazy traktują jak troskę o swoje bezpieczeństwo.

Wycieczka, kolonie, czy obóz to najtrudniejszy egzamin z cierpliwości, jaki

Z pamiętnika nauczyciela

każdy wychowawca wcześniej, czy później musi zdać. Trzeba reagować na coś, co często bywa nieprzewidywalne. Kreatywność dzieci i młodzieży nie ma bowiem górnej granicy. Niejednokrotnie są to zdarzenia, sprawy i problemy, które dorosłym nigdy nie przysłyby w ogóle do głowy. Dla młodego nauczyciela taki wyjazd (szczególnie kilkudniowy) jest wyjątkową lekcją, podczas której musi się bardzo wiele nauczyć. Żadne studia, szkolenia, kursy, ani warsztaty nie wymagają, by uczyć się tak wiele, w tak krótkim czasie i w tak niesprzyjających warunkach. Ponieważ pracujemy z żywym i delikatnym materiałem, jakim są dzieci, nie ma możliwości popełnienia błędu, więc jak ktoś ze znajomych mi mówi, że mam fajnie, bo jadę sobie służbowo na wczasy, to mam ochotę wydrapać mu oczy. Chyba, że lubimy podczas wakacji spać dwie, w porywach do czterech godzin na dobę (nie, nie z powodu imprezy) i powtarzać kilkadziesiąt razy dziennie komunikaty w stylu: słuchajcie przewodnika, zawiąż buty, skorzystajcie z toalety, bądźcie trochę ciszej, nie wiem, co dziś na obiad itp. Ponadto odpowiadać w nieskończoność na stały zestaw pytań: co będziemy zwiedzać, pójdziemy do sklepu?, co dziś na obiad? stosowane zamiennie z pojedziemy do Maca?, co ja znowu zrobiłem? I oczywiście numer jeden, czyli:

daleko jeszcze?, to ok – może dalej myśleć, że wyjazdy z dziećmi (szczególnie nie swoimi) mogą być relaksujące. Między nauczycielami zresztą często żartujemy, że w zasadzie wycieczki szkolne są super. Ładne widoki, praca w terenie, dobre jedzenie, ciekawe obiekty do zwiedzania, tylko po co dodatkowo cały autobus dzieci. Humor często ratuje sytuację, rozgania ciemne chmury i redukuje poziom stresu związany z troską o bezpieczeństwo i zadowolenie podopiecznych oraz rodziców. Wiemy doskonale (szczególnie podczas wyjazdów z nocowaniem), że darzą nas ogromnym zaufaniem i liczą na pełen profesjonalizm. Słusznie zresztą, gdyż na dłuższy czas, w obcy teren powierzają swoje najcenniejsze skarby. Presja jest więc spora, ale i niemała satysfakcja po powrocie, kiedy widzimy zmęczone i uśmiechnięte buzie dzieci oraz ulgę i radość na twarzach oczekujących rodziców.

Jak byłam małą czasami grałam w „Simsy”. Zarówno wtedy, jak i teraz (z tego, co się orientuję po rozmowie właśnie podczas wycieczki szkolnej z dziećmi) poza podstawową wersją gry są tzw. dodatki. Chociaż bardzo lubię swoją pracę włącznie z pakietem „deluxe edition”, jakim są wycieczki i inne imprezy szkolne, to uważam, że dla zdrowia psychicznego i fizycznego nie należy z dodatków korzystać zbyt często.

PULS nastolatków

Znaleźć czas dla siebie



ALICJA NOWAKOWSKA

Wielkimi krokami zbliżają się wakacje. Odpoczynek, spokój i skupienie się na tym co tu i teraz. Już za chwilę przestaniemy przejmować się szkołą i ocenami, ale na razie pewnie wszyscy przechodzimy bardzo aktywny i ciężki czas związany z nauką. Wiele osób walczy o lepsze oceny, zgłasza się, uczy, poprawia sprawdziany i kartkówki po to by mieć lepszą średnią.

Mimowolnie uważam, że nie powinniśmy stawiać szkoły ponad wszystko i zatracać się w nauce zapominając o nas samych. Dużo łatwiej byłoby wam gdybyście nauczyli się łączyć naukę ze swoim życiem. Zamykanie się w czterech ścianach z podręcznikiem, bez chwili odpoczynku, wam nie pomoże. W tym produktywnym okresie znajdźcie czas dla siebie. Pamiętajcie, nie ma nic złego

w tym, że jednego dnia będziecie leżeć w łóżku i przeglądać telefon - jeśli tego potrzebujecie, i dzięki temu odpoczniecie, to po prostu to zróbcie, a już na pewno nie pozwólcie - by ktoś za was decydował jaki odpoczynek jest odpowiedni, a jaki nie. Jeśli wasza mama czy tata znajdzie problem w tym, że po kilku dniach ciągłej nauki zdecydujecie się - kolokwialnie mówiąc - nie robić nic to w porządku. Odpoczynek jest dla was, bo to wy pracowaliście po to, by go doznać, a nie dla rodzica, któremu nie podoba się ten sposób aktywności.

Nie chodzi mi też o to, by nie robić nic - tylko leżeć przez dłuższy czas, bo to też nie jest dobre. Musicie znaleźć złoty środek. Starajcie się dowiedzieć co jest dla was, a co nie i być asertywnym w tym co robimy. Wiadomo, że nie rzucicie teraz wszystkiego i nie będziecie odpoczywać gdy macie pełno obowiązków. Trzeba być rozsądnym i patrzeć realnie. Wydaje mi się, że jesteście na tyle odpowiedzialni za swoje życie, że jesteście w stanie wydzielić sobie granicę między opieką nad sobą, a zajęciem się szkołą.

Uważam, że nam wszystkim należy się odpoczynek po tym trudnym roku... I tego wam też życzę. Mam nadzieję, że te wakacje będą dla was przede wszystkim spokojem i odpoczynkiem, a przysięgi same zapukają do waszych drzwi.

Podczas ostatniego spotkania Zespołu ds. Profilaktyki Bezdomności i Uzależnień w Powiatowej Bibliotece Publicznej, w którym miałam okazję brać udział rozmawialiśmy na temat tego - czym jest kompromis w relacji z nastolatkiem i czemu jest nam tak potrzebny?

Przygotowując się do spotkania przeprowadziłam rozmowy z moimi rówieśnikami, które pomogły mi lepiej zrozumieć co pomaga w osiągnięciu kompromisu. Sama – jako nastolatek – nie zdawałam sobie sprawy ze wszystkiego co możemy zrobić aby dojść do porozumienia w relacjach z rodzicami. A te są często skomplikowane...

Każda osoba z którą rozmawiałam stwierdziła, że kluczowy do posiadania zdrowej relacji między nastolatkiem a rodzicem jest stosunek partnerski. Jest on podstawą do życia w zgodzie. Traktując się nawzajem z szacunkiem, a nie z wyższością, jesteśmy w stanie dużo ugrać. Równie popularną odpowiedzią była szcera rozmowa. Zamiast krzyków, awantur

Dla nastolatków i dla dorosłych rad kilka...

Jak dojść do kompromisu z nastolatkiem?

i pochopnych oskarżeń podczas konfliktów domowych, warto usiąść i porozmawiać - czemu czujemy się w ten sposób, co nam przeszkadza i co chcemy zmienić aby nie dochodziło ponownie do niepokojących sytuacji? Ważny jest również szacunek do wzajemnego czasu i pracy. Musimy zrozumieć, że chodzenie do pracy i szkoły oraz wszystkie dodatkowe zajęcia potrafią być męczące, dlatego nie zawsze mamy siłę np. na sprzątanie po kimś. Warto też sporządzić konsekwentną listę obowiązków aby unikać takich sytuacji.

Wiele osób zwróciło uwagę na to, że jako nastolatki zmagamy się z hormonami sprawiającymi, iż mamy w sobie wiele emocji. I to właśnie te emocje często utrudniają nam funkcjonowanie. Sprawiają, że jesteśmy wybuchowi, płaczliwi, nadmiernie podniekcytowani etc. Rodzi-

com, żyjącym w „dorosłym świecie”, często trudno jest to zrozumieć. Irytują ich takie zachowania. Uważają, że jest to przerost formy nad treścią, często nie zdając sobie sprawy z tego, że stoimy przed dużymi decyzjami w trudnym wieku. Potrzebujemy ich wsparcia w wielu wyborach, a nie bagatelizowania tego co dla nas ważne.

Równie istotną kwestią jest szanowanie przez dorosłych naszej prywatności, odrobina zaufania. Oczywiście jest, że rodzic nie może pozwalać dziecku na wszystko czego ono chce. Trzeba kontrolować to gdzie jest i co robi, żeby nie stała mu się krzywda, ale warto kontrolować w przemyślany sposób - tak by każdy mógł być zadowolony.

Warto również pamiętać, że samemu też się było młodym. Dorosli też kiedyś mieli różne pomysły na siebie, „dziwne” pasje i zainteresowania. Dlatego krytykowanie swoich dzieci za to samo nie przyniesie zgody. Tak samo jak próbowania nowych rzeczy, bo w przeszłości skończyło się to źle dla rodziców. Nie przynosi to kompromisów. D o d a t k o w o

nastolatki nie wyciągną wniosków na przyszłość, które mogą się przydać gdy rodzica nie będzie w okolicy.

Razem z nastolatkami, z którymi przeprowadziłam dyskusję na temat kompromisu, zwróciliśmy uwagę na to, że często powodami kłótni są problemy komunikacyjne. Jako domownicy odzwyczajamy się od zwrotów takich jak „proszę”, „dziękuję” czy „przepraszam”, a podczas sporów pomiędzy sobą używamy hipokryzji, czy irracjonalnych argumentów typu „nie bo nie”, „tak jest - bo ja tak mówię”. Jesteśmy zaborczy bądź niekonsekwentni. Takie zachowania podczas rozmów wprowadzają chaos w domu i są powodem tego, że nie możemy się dogadać.

Kolejnym ważnym powodem, dla którego trudno nam dojść do kompromisu jest traktowanie nas przez rodziców jak dorosłych, a karanie jak dzieci. Często używana przez rodziców taktyka, w której wybierają kiedy mogą traktować swoich nastolatków jak dzieci, a kiedy jako dorosłych - zależnie od sytuacji - wprowadza spory mętlik w głowach tych, których to dotyczy. Jako nastolatki jesteśmy w wieku, w którym nie jesteśmy już dziećmi, ale nie jesteśmy jeszcze dorośli, więc trudno nam się odnaleźć w świecie. Sytuacja, w której karani jesteśmy jak małe dzieci ale oczekuje się od nas dorosłych zachowań, wywołuje frustrację i niepotrzebne konflikty.

Omawiane przeze mnie na spotkaniu w bibliotece zachowania, które



utrudniają kompromis to także wysokie wymagania dorosłych co do swoich dzieci. Niektórzy rodzice posiadają wizję na przyszłość swoich dzieci, w której nie jest brana pod uwagę ich opinia. Nastolatki, na które jest wywierana taka presja, często w pewnym momencie wybuchają, a ambicje rodziców zamieniają ich życie w udrękę.

Powyższe informacje są zbiorem opinii nastolatków z różnych środowisk. Nie trzeba się z nimi zgadzać ale warto je wziąć pod uwagę, gdyż mogą być pomocne w dochodzeniu do kompromisu z nastolatkiem. Osobiście uważam, że stosując się do powyższych „zasad” można dogadać się z domownikami bez zbędnych kłótni i żyć w zgodzie.

KALINA WIKTOROWICZ



50-lecie Miejskiego Przedszkola nr 3

Już pół wieku kształcą nasze dzieci!



W piątek, 3 czerwca w Miejskim Przedszkolu nr 3 w Ciechanowie odbyła się uroczysta Gala z okazji Jubileuszu 50-lecia funkcjonowania placówki. Wychowankowie oraz absolwenci przygotowali ciekawy program artystyczny.

Gospodynią uroczystości, była Ewa Kaczyńska – dyrektor przedszkola (od 2014 roku). Nie zabrakło licznie przybyłych gości wśród, których były poprzedniczki obecnej Pani dyrektor: Ewa Krejpcowicz oraz Grażyna Szymanik. Na długiej liście gości byli także przedstawiciele ciechanowskiego ratusza, dyrektorzy zaprzyjaźnionych placówek, instytucji kultury, przedstawiciel Mazowieckiego Kuratorium Oświaty, a nawet Państwowej Uczelni Zawodowej w Ciechanowie. Niektórzy występowali w kilku rolach - z racji zajmowanego stanowiska, ale także jako rodzice dzieci, które uczęszczają lub uczęszczały do tej placówki.

Nie mogło być inaczej - niektórym popłynęły łzy wzruszenia po policzkach. Emocji dostarczyły między

innymi występy przedszkolaków oraz absolwentów. Wszystkich rozbawiły żartobliwe, ale pełne dobrego smaku wierszyki wypowiadane przez występujących. Niewątpliwą atrakcją był występ tancerzy z Zespołu NOISE na czele z Pauliną Mączyńską.

To było mile spędzone popołudnie w doborowym gronie na porządnie przygotowanej uroczystości.

Dyrektor Ewa Kaczyńska otrzymała od gości liczne prezenty, z których większość to pomoce dydaktyczne, takie jak profesjonalny projektor (od Urzędu Miasta Ciechanów).

Na zakończenie pokrojono okolicznościowy tort, następnie wszyscy udali się na smaczny poczęstunek, podczas którego nie zabrakło indywidualnych rozmów i przeglądania kronik przedszkolnych. Była również okazja na to by wpisać dedykację w księdkę pamiątkowej.

Gratulujemy placówce pięknego jubileuszu, tym bardziej, że kilkoro dzieci członków naszej redakcji również uczęszczało lub uczęszcza



fol. Piotr Praczyński

do tej placówki. W związku z tym możemy osobiście potwierdzić, że wszystkie słowa uznania, które padły pod adresem dyrektora przedszkola i nauczycieli oraz pracowników są jak najbardziej prawdziwe. Zapraszamy również do obejrzenia fotorelacji z tego wydarzenia na naszym portalu www.pulsciechanowa.pl

PP

Mazowieckie Samorządowe Centrum
Doskonalenia NauczycieliPrzeszłość i teraźniejszość
w fotografii

Fot. Archiwum rodzinne Karoliny Filipowicz

Zwycięska praca autorstwa Karoliny Filipowicz ze Szkoły Podstawowej nr 7 w Ciechanowie.

„Fotografie to kęsy czasu, które można wziąć do ręki” – te słowa Angeli Carter przyświecały organizacji konkursu „Przeszłość i Teraźniejszość – Moja Mała Ojczyzna”, który został przeprowadzony przez Mazowieckie Samorządowe Centrum Doskonalenia Nauczycieli Wydział w Ciechanowie.

Pomysł zrodził się w trakcie spotkań nauczycieli historii w ramach sieci współpracy i samokształcenia prowadzonej przez doradcę metodycznego Marzenę Kołakowską.

Organizatorom zależało, by zainteresować uczniów klas IV-VIII szkół podstawowych poszukiwaniem historii bliższej i dalszej utrwalonej na fotografiach, które można odnaleźć w zasobach muzealnych, archiwach cyfrowych, kronikach szkolnych bądź albumach rodzinnych, wykonanych w ich miejscowości, gminie bądź powiecie a następnie sfotografowanie tego samego miejsca w czasie teraźniejszym. Dodatkowe zadanie polegało na opisanie zaprezentowanych obiektów oraz oddaniu emocji, które towarzyszą autorowi, gdy patrzy na zestawienie dwóch fotografii, tej sprzed lat i tej wykonanej współcześnie.

Nadesłano 52 prace zawierające fotografie z miejscowości: Ciechanów, Maków

Mazowiecki, Płońsk, Mława, Kraszewo, Grodziec, Gąsewo, Skołatów, Czerwińsk nad Wisłą i wiele innych wraz z opisami i uzasadnieniami, które na tle poznawanych historii wywołały wiele emocji i wzruszeń. Uczniowie odkryli, że w ich najbliższej okolicy i z udziałem członków ich rodzin, toczyła się historia znana z kart podręczników. Opisywane przez uczestników konkursu własne relacje z dziadkiem czy babcią, odzwierciedlają silne więzi międzypokoleniowe.

I miejsce zdobyła Karolina Filipowicz ze Szkoły Podstawowej nr 7 w Ciechanowie (opiekun: Lidia Symoń), która tak opisała swoją pracę: „(...) Na fotografii znajduje się również moja prababcia (...). Była ona wtedy bardzo młoda - miała 17 lat. Ja mam mniej, ale postanowiłam przebrać się podobnie i sfotografować na tle tego obiektu (...).

Szczególne podziękowania należą się rodzicom i nauczycielom, którzy zachęcali i zainspirowali uczniów do udziału w konkursie a pełna lista laureatów i osób wyróżnionych znajduje się na stronie www.ciechanow.mscdn.pl

MK/AI

Akcja profilaktyczna

W Gołyminie „Używkom mówimy Nie”

Dzień Dziecka to czas bezstroskiej zabawy dla wielu uczniów szkół podstawowych i nie tylko... Tak też było w Zespole Placówek Oświatowych w Gołyminie-Ośrodku, jednak kierownictwo szkoły zatroszczyło się również o wymiar wychowawczo-profilaktyczny tego dnia.

W placówce realizowano kampanię mającą na celu przeciwdziałanie alkoholizmowi. Inicjatorką i realizatorką akcji była szkolna pedagog Marta Pszczółkowska.



Hasło kampanii to „Używkom mówimy Nie”. Adresatami przedsięwzięcia były zarówno dzieci, jak i ich rodzice.

- Uczniowie klas 1-8 z Zespołu Placówek Oświatowych w grupach klasowych wykonali plakaty z hasłami antyalkoholowymi, które następnie rozwiesiliśmy w korytarzu szkolnym tuż przy wejściu głównym. Wszyscy zaangażowani w akcję otrzymali okolicznościowe dyplomy za udział w kampanii. Uczniowie z klasy 4a - Zuzia i Sebastian pomogli w rozdawaniu ulotek informacyjnych dotyczących

funkcjonowania Punktu Konsultacyjnego w naszej gminie. Broszury trafiły przede wszystkim do rodziców uczestniczących w gminnym Pikniku Rodzinnym w Gołyminie-Ośrodku - podkreśla Marta Pszczółkowska - pedagog szkolny.

Jednym z zadań uczestników projektu było wykonanie plakatów informacyjnych. Młodzież doskonale poradziła sobie z tym wyzwaniem, ujawniając talent plastyczny oraz dojrzałe spojrzenie na problem używek.

PP



fol. Zespół Placówek Oświatowych w Gołyminie-Ośrodku

Szkoła Podstawowa nr 4 w Ciechanowie

Piknik rodzinny w Czwórcie

We wtorek, 7 czerwca w Szkole Podstawowej nr 4 w Ciechanowie odbyły się huczne obchody Dnia Rodziny. W placówce było bardzo radośnie i gwarnie, ponieważ na dzieci i ich rodziców czekało mnóstwo atrakcji.

Głównym punktem był niezwykle emocjonalny koncert w wykonaniu uczniów dla wszystkich zgromadzonych. Zaproszeni goście mogli podziwiać nie tylko możliwości wokalne najmłodszych artystów, ale także grę na różnych instrumentach, taniec nowoczesny i balet. Można było również posilić się kielbaską z grilla, na deser skosztować domowego ciasta i wypić przepyszny lemoniadę.

Dla dużych i małych czekała spe-



fol. SP4

cialna ramka do zdjęć. Po tak długim okresie pandemii wszyscy byli spragnieni takiego bezstroskiego, wesołego czasu w gronie najbliższych i znajomych.

Sponsorami pikniku byli: firma Cedrob i piekarnia Gawarecki.

PP/SP4

Specjalistyczny Szpital Wojewódzki w Ciechanowie

Dzień Dziecka w szpitalu



Od lewej: Król Julian z firmy Agnes-art, Edyta Rzeplińska-Filipowicz, Andrzej Kamasz i Krzysztof Sękowski.

Ciechanowscy społecznicy Krzysztof Sękowski oraz radna miejska Edyta Rzeplińska-Filipowicz podjęli się kolejnego wspólnego przedsięwzięcia. We współpracy z dyrektorem Andrzejem Kamasą zorganizowali Dzień Dziecka w Specjalistycznym Szpitalu Wojewódzkim w Ciechanowie.

Rozdawali wejściówki do Hopa Hop - nowo otwartego parku trampolin oraz do Centrum Zabaw Happy Park. Także książeczki i kolorowanki dla najmłodszych otrzymane z Wydawnictwa Arystoteles. Towarzyszył im Król Julian z firmy Agnes-Art (w tę rolę wcieliła się Katarzyna Aleksandrowicz). Wraz z dyrektorem szpitala Andrzejem

Kamasą, zaopatrzoną w pudło pluszaków, udali się na Oddział Dziecięcy robiąc najmłodszym ogromną niespodziankę.

- Kontynuuję podjętą kilka lat temu inicjatywę i cieszę się, że udało się i w tym roku zorganizować ten dzień. Dziękuję Edycie za włączenie się w organizację, zaś koleżance Kasi za poświęcenie czasu i przyodzianie stroju Króla Juliana, a wbrew pozorom nie jest łatwo wytrzymać dłużej w takim przebraniu - powiedział nam Krzysztof Sękowski.

Przypomnijmy, iż pierwszym wspólnym działaniem Edyty Rzepliń-

skiej-Filipowicz i Krzysztofa Sękowskiego było opracowanie i promocja projektu do Budżetu Obywatelskiego pn. „Urządzenia integracyjne na ciechanowskich osiedlach służące rekreacji także osobom z niepełnosprawnościami”. Mieszkańcy licznie poparli tę propozycję, wobec czego Urząd Miasta ją zrealizował i na różnych terenach rekreacyjnych miasta znajdują się tego typu urządzenia.

- Poznaliśmy się z Krzysztofem, kiedy zwrócił się do mnie w sprawie montażu na terenie miasta huśtawki dla niepełnosprawnych dzieci. Podpowiedziałam, iż warto to zrealizować w ramach projektu do Budżetu Obywatelskiego i włączyć jeszcze inne urządzenia dla osób z niepełnosprawnościami, jak bujaki, karuzele czy piaskownice integracyjne. Zajęłam się przygotowaniem tego projektu, następnie plakatów go promujących i zachęcaliśmy mieszkańców do głosowania na niego. Dzięki ich głosom takie urządzenia znajdują się już w przestrzeni publicznej Ciechanowa. Tegorocznego Dnia Dziecka nie zepsuła nam deszczowa pogoda. Dziękujemy sponsorom, ale też szpitalowi za ciepłe przyjęcie nas. Mimo okoliczności miło było widzieć uśmiech na twarzach dzieci, a właśnie o to w tym dniu chodzi. Życzyliśmy im szybkiego powrotu do zdrowia i domu, aby mogli jak najszybciej wyhasać się w parkach rozrywki, do których wejściówki otrzymali w prezencie - podsumowuje Edyta Rzeplińska-Filipowicz.

AI

LKS Matsogi

Dzień Dziecka z Matsogi



Fot. Archiwum LKS Matsogi Ciechanów

Pokaz taekwon-do w wykonaniu młodych zawodników LKS Matsogi Ciechanów.

Na terenie basenu MOSiR odbył się piknik rodzinny z okazji Dnia Dziecka zorganizowany przez trenerów LKS Matsogi Ciechanów.

Przy sprzyjającej aurze zabawa była przednia. W programie znalazły się takie atrakcje jak: pokaz taekwon-do, dmuchane zjeżdżalnie, zabawy sprawnościowe, mecze piłki nożnej dziecko + rodzic i malowanie buziek. Był też popcorn, lemoniada oraz różnego rodzaju ciasta i słodkości.

Festyn oprócz świetnej zabawy dla dzieci, miał także wymiar charytatywny. Zebrano ponad 1.800 zł na leczenie Oliwiera Wróbla.

MR/AI

Dzień Dziecka

Czwórka świętowała na piątkę

W Szkole Podstawowej nr 4 w Ciechanowie przygotowano moc atrakcji dla wszystkich dzieci z okazji ich święta. Było karaoke, konkursy, dmuchanie, pokazy strażackie, ratownictwa medycznego, służby celnej, policji i wiele innych.



Fot. Piotr Pszczółkowski

Tego dnia rozstrzygnięto również konkurs szkolny techniczno-przyrodniczy „KOŁOROWA BUDKA ŁĘGOWA”, w którym udział mogły wziąć dzieci z klas 0-VIII. Patronat nad projektem objęło Nadleśnictwo Ciechanów oraz Marek Zalewski - artysta malarz. Polegał on na zbudowaniu budki łęgowej dla ptaków i miał na celu uwrażliwianie uczniów na pomoc ptakom przez utworzenie dla nich nowych miejsc lęgowych, a także popularyzację wiedzy o ochronie gatunkowej ptaków. Powstały różnorodne prace, które będą stanowiły oryginalną aranżację do nowo powstającej pracowni technicznej oraz zostaną zamontowane na drzewach w następnym okresie lęgowym.

Prace oceniali: Marek Zalewski - przewodniczący jury wraz z Barbarą Kamińską - dyrektorem placówki. W kategorii klas 7 - 8 - I miejsce zajęła Zofia Milewska, II miejsce - Bartosz Moczulak, III miejsce - Gabrysia Murawska.

Kategoria kl. 4 - 6: I miejsce Jakub Śmigieński, II miejsce - Jędrzej Barcz, III miejsce - Antek Boniakowski.

Kategoria kl. 0 - 3: I miejsce - Aneta Traczewska, II miejsce - Kacper Wawer, III miejsce - Łucja Jasińska.

Nagrody specjalne od Marka Zalewskiego otrzymali: Zofia Milewska kl. 7 c, Jędrzej Barcz kl. 5 c oraz Kacper Wawer kl. 0 a. Firma T4B ufundowała nagrodę dla Wojtka Najdera z klasy 5 c.

Polski Związek Wędkarski

Wędkarski Dzień Dziecka

Zarząd Koła Polskiego Związku Wędkarskiego Ciechanów-Miasto we współpracy z Zarząd Koła PZW Sochocin zorganizował Rodzinny Piknik Wędkarski z okazji Dnia Dziecka. Podczas imprezy, która odbyła się na Krubinie zbierano środki na leczenie 3-letniego Oliwiera Wróbla z naszego miasta.

W pikniku wzięło udział ok. 350 osób, zaś w zawodach wędkarskich, uczestniczyła setka dzieci do lat 14. Pogoda dopisała, było ciepło i słonecznie. Najmłodszy wędkarz przy niewielkiej pomocy rodziców i dziadków rywalizowali zgodnie z zasadami fair play. Ryby bardzo dobrze współpracowały z młodymi wędkarzami. Złowione ryby wypuszczono na wolność do wody.

Wszystkie dzieci otrzymały pamiątkowe medale, puchary i nagrody rzeczowe, które w imieniu patrona imprezy prezydenta Krzysztofa Kosińskiego - wręczał radny Wiesław Brzozowski, w imieniu starosty Joanny Potockiej-Rak - kierownik Wydziału Rolnictwa i Środowiska Starostwa Powiatowego Małgorzata Bola, a w imieniu organizatora Eugeniusz Nowak - prezes Koła PZW Ciechanów-Miasto.

Dzięki życzliwości i otwartości na współpracę ze strony prezesa Nowaka impreza miała dodatkowo charakter charytatywny. Grupa wolontariuszy ze Stowarzyszenia Dobrych Serc zapewniła liczne atrakcje, m.in. malowanie twarzy, zdjęcia z mega maskotka-



Fot. Archiwum Koła PZW Ciechanów-Miasto

Najmłodszy z dumą prezentują medale i statuetki zdobyte podczas Rodzinnego Pikniku Wędkarskiego.

mi z Agnes-art, loterię fantową oraz kiermasz słodkości.

W ramach prowadzonej kwesty na leczenie Oliwiera zebrano 3.775,60 zł. Znaczna część tej kwoty (2.273 zł) to dochód z aukcji charytatywnej.

W trakcie imprezy dużym zainteresowaniem dzieci cieszył się wóz strażacki prezentowany przez strażaków z OSP Rydzewo, dmuchana zjeżdżalnia oraz stoiska wystawione przez: 5 Mazowiecką Brygadę Obrony Tery-

torialnej, I LO C-NB Feniks i Polski Związek Łowiecki. Z kolei strażacy z Państwowej Straży Pożarnej uczyli jak prawidłowo udzielać pierwszej pomocy.

Za naszym pośrednictwem organizatorzy dziękują wszystkim, dzięki wsparciu których Rodzinny Piknik Wędkarski mógł się odbyć.

Patronat medialny nad Rodzinnym Piknikiem Wędkarskim objął PULS.

EN/AI

PP

W maju odbyło się przekazanie i poświęcenie średniego samochodu ratowniczo-gaśniczego MAN dla Ochotniczej Straży Pożarnej w Opinogórze Górnej. Dzięki wielkiemu zaangażowaniu tamtejszych strażaków, na czele z prezesem Wiesławem Zmorzyńskim, uroczystość miała bardzo podniosły charakter i została zorganizowana perfekcyjnie.

Samochód pożarniczy o wartości 850 tys. zł został zakupiony w celu zwiększenia możliwości operacyjno-technicznych Krajowego Systemu Ratowniczo-Gaśniczego województwa mazowieckiego. Środki na ten cel wyasygnowane zostały przez: Ministerstwo Spraw Wewnętrznych i Administracji oraz Komendę Główną Państwowej Straży Pożarnej (390 tys. zł), Narodowy i Wojewódzki Fundusz Ochrony Środowiska i Gospodarki Wodnej w Warszawie (160 tys. zł), Samorząd Województwa Mazowieckiego (100 tys. zł) oraz Gminę Opinogóra Górna (200 tys. zł).

- Dziękuję wszystkim, którzy przyczynili się do zakupu nowego samochodu dla naszej jednostki, zaś w sposób szczególny Maciejowi Wąsikowi – Wiceministrowi Spraw Wewnętrznych i Administracji oraz nadbryg. Jarosławowi Nowosielskiemu – Mazowieckiemu Komendantowi Państwowej Straży Pożarnej – mówi Wiesław Zmorzyński – prezes OSP Opinogóra Górna.

- Tamtejsza OSP ma piękną, ponad 100-letnią historię. Założył ją przecież

Ochotnicza Straż Pożarna

Samochód pożarniczy dla OSP Opinogóra Górna



Gratulacje strażakom z Opinogóry składa nasz senator dr Jan Maria Jackowski.

hrabia Adam Krasiński. Historia jest oczywiście bardzo ważna, ale przede wszystkim w kontekście wspomnień, kronik i kultywowania tradycji. Natomiast współczesność niesie przed nami nowe zagrożenia i nowe wyzwania. By sobie z nimi poradzić potrzebny jest nowoczesny sprzęt. I cieszę się, że właśnie takim nowoczesnym samochodem ratowniczo-gaśniczym będzie teraz dysponować OSP Opinogóra Górna – po-



Od lewej: Monika Gwoździk – Sekretarz Powiatu Ciechanowskiego, starosta Joanna Potocka-Rak, Wiesław Zmorzyński – prezes OSP Opinogóra Górna oraz Piotr Czyżyk – Wójt Gminy Opinogóra Górna.

wiedział w rozmowie z nami minister Maciej Wąsik.

W trakcie uroczystości Złotym Medalem „Za Zasługi dla Pożarnictwa” odznaczony został Druh Marcin Cichocki, zaś Brązowymi: dh ks. Jarosław Arbat, dh Piotr Dubliński i dh Zbigniew Gawarecki. Z kolei dh Aneta

Cichocka została odznaczona Odznaką „Strażak Wzorowy”.

Trzem druhom z OSP Opinogóra Górna wręczono decyzje o przyznaniu dodatków emerytalnych z tytułu udziału w akcjach ratowniczych przez okres 25 lat. Są to: Andrzej Chmielewski, Józef Cichocki i Stanisław Leszczyński.

AI



Od lewej: nadbryg. Jarosław Nowosielski - Mazowiecki Komendant Wojewódzkiej Państwowej Straży Pożarnej oraz Wiesław Zmorzyński – prezes OSP Opinogóra Górna.



Samochód strażacki poświęcił ks. Jarosław Arbat.

U sąsiadów

O biznesie, zatrudnianiu cudzoziemców i walce ze stresem



Jagoda Cichulska mówiła o tym jak redukować stres.

W sąsiednim powiecie przasnyskim zorganizowano bardzo ciekawą konferencję w ramach „Europejskich Dni Pracodawców 2022”. Wzięła w niej udział m.in. liczna grupa obywateli Ukrainy, którzy przebywają obecnie na terenie tego powiatu. Wystąpienia prelegentów tłumaczono na język ukraiński.

Konferencję zorganizowano w Sierakowie, na terenie Przasnyskiej Strefy Gospodarczej. Oficjalnego otwarcia dokonali organizatorzy: starosta Krzysztof Bieńkowski (w latach 2016-2018 kierownik ciechanowskiej delegatury Mazowieckiego Urzędu Wojewódzkiego) oraz Ja-

dwiga Żuber – dyrektor Powiatowego Urzędu Pracy w Przasnyszu.

Starosta Krzysztof Bieńkowski podkreślił, że władze powiatu są otwarte zarówno na potrzeby pracowników, jak i pracodawców. – Stąd dzisiejsza konferencja. Jeżeli będzie potrzeba, by zorganizować konferencję czy szkolenie na jakiś konkretny temat, to prosimy to do nas zgłaszać. Cieszymy się z każdego nowego miejsca pracy w powiecie przasnyskim i będziemy robić wszystko, by stwarzać optymalne warunki do inwestowania na naszym terenie – mówił starosta Bieńkowski.

W dalszej części konferencji dyrektor Jadwiga Żuber opowiedziała o aktualnej sytuacji na lokalnym rynku pracy, podkreślając stale zmniejszający się wskaźnik bezrobocia. Przedstawiła możliwości wsparcia przedsiębiorców w tworzeniu nowych miejsc pracy. Omówiła także procedury obowiązujące przy zatrudnianiu cudzoziemców.

Z kolei Elżbieta Grabowska – kierownik Biura Terenowego ZUS w Przasnyszu – przedstawiła ułatwienia w załatwianiu spraw związanych z ubezpieczeniami społecznymi, które daje korzystanie z profilu PUE ZUS.

Lokalny przedsiębiorca Łukasz Wilga na konkretnych przykładach zaprezentował jak korzystanie z nowoczesnych technologii internetowych wpłynęło na rozwój jego firmy.

Niezmiernie ciekawe i przydatne było szkolenie na temat technik redukcji stresu poprowadzone w bardzo atrakcyjnej formie przez Jagodę Cichulską.

O tym, jak w walce ze stresem może pomóc aktywność fizyczna opowiedzieli: trener personalny Mariusz Cichowski oraz Cezary Bobowski – kierownik Ma-



Cezary Bobowski – kierownik Mazowieckiego Centrum Sportów Zimowych Kompleks Chorzele.

zowieckiego Centrum Sportów Zimowych Kompleks Chorzele (funkcjonuje tam m.in. pływalnia).

Uczestnicy konferencji byli bardzo zadowoleni. – Otrzymaliśmy wiele cennych informacji z różnych obszarów związanych z prowadzeniem działalności gospodarczej. A już przysłowiowym strzałem w dziesiątkę była część pokazująca jak sobie radzić ze stresem. Wiedza na ten temat jest nam przedsiębiorcom, w tych trudnych i stresujących czasach, bardzo potrzebna – powiedział nam jeden z uczestników.

AI



Starosta Przasnyski Krzysztof Bieńkowski oraz Jadwiga Żuber – dyrektor Powiatowego Urzędu Pracy w Przasnyszu.



Uczestnicy konferencji w ramach „Europejskich Dni Pracodawców 2022”.

Powiatowe Obchody Dnia Strażaka 2022

Święto strażaków

Na Stadionie MOSiR w Ciechanowie przy ul. 3 Maja odbyły się Powiatowe Obchody Dnia Strażaka połączone z obchodami jubileuszu 30-lecia Państwowej Straży Pożarnej.

Uroczystość rozpoczęła się złożeniem meldunku przez dowódcę uroczystości bryg. Radosława Osieckiego Maciejowi Wąsikowi – Sekretarzowi Stanu w Ministerstwie Spraw Wewnętrznych i Administracji, który dokonał przeglądu pododdziałów i przywitał poczty sztandarowe. Następnie podniesiono flagę państwową i odegrano hymn narodowy.

Uroczystość była doskonałą okazją do uhonorowania osób zasłużonych we wspieraniu ochrony przeciwpożarowej, wręczono także akty nadania wyższych stopni służbowych, medale oraz dyplomy okolicznościowe z okazji 30-lecia Państwowej Straży Pożarnej. Redakcja naszej gazety również została doceniona przez nadbrygadiera Jarosława Nowosielskiego – Mazowieckiego Komendanta Wojewódzkiego PSP. Otrzymaliśmy z rąk Komendanta oraz Wiceministra Macieja Wąsika okolicznościową statuetkę w podziękowaniu za współpracę na rzecz ochrony przeciwpożarowej



Fot. Piotr Pszczółkowski

województwa mazowieckiego. Taką samą statuetkę w tym roku otrzymała także redakcja TV Ciechanów.

Obchody Powiatowego Dnia Strażaka swoją obecnością zaszczyli: Maciej Wąsik – Sekretarz Stanu w Ministerstwie Spraw Wewnętrznych i Administracji, parlamentarzyści, nadbryg. Jarosław Nowosielski – Mazowiecki Komendant Wojewódzki Państwowej Straży Pożarnej, przedstawiciele władz wojewódzkich, Joanna Potocka-Rak – Starosta Ciechanowski, przedstawiciele władz samorządowych, służb mundurowych, jednostek Ochotniczych Straży Pożarnych a także członkowie rodzin, emeryci i mieszkańcy.

Goście składali gratulacje awansowanym, wyróżnionym i odznaczonym strażakom oraz osobom zaangażowanym w sprawy pożarnictwa, doceniając ciężką służbę strażaków oraz trud codziennej ich pracy.

Uroczystość była także okazją do wręczenia aktu przekazania średniego samochodu ratownictwa technicznego dla jednostki ratowniczo-gaśniczej Komendy Powiatowej PSP w Ciechanowie.

Szczegółową listę odznaczonych oraz obszerną fotorelację z tego wydarzenia opublikowaliśmy na naszym portalu www.pulsciechanowa.pl. Zapraszamy do odwiedzenia naszej strony.

PP / DK



Fot. Kazimierz Komała

Na zdjęciu od lewej: nadbryg. Jarosław Nowosielski – Mazowiecki Komendant Wojewódzki PSP, Wiola Piątkowska – TV Ciechanów, Piotr Pszczółkowski – wydawca gazety „PULS Magazyn Opinii Ziemi Ciechanowskiej” oraz Maciej Wąsik – Sekretarz Stanu w Ministerstwie Spraw Wewnętrznych i Administracji.



Fot. Piotr Pszczółkowski



Miesiąc maj dla strażaków z Ościslowa i Gliniojki był potrójnie wyjątkowy. Przed szkołą w Ościslowie świętowano 100-lecie OSP Ościslów, 125-lecie Ochotniczej Straży Pożarnej w Gliniojce oraz 105-lecie Orkiestry Dętej OSP Gliniojki.

Uroczystości zainaugurowano Mszą Świętą w intencji strażaków i ich rodzin w kościele parafialnym w Sulerzyszu. Nabożeństwo koncelebrował ks. bp Roman Marcinkowski. Oprawę muzyczną przygotowała Orkiestra Dęta Ochotniczej Straży Pożarnej w Gliniojce, której muzyka towarzyszyła również w dalszej części obchodów na terenie Szkoły Podstawowej im. Żołnierzy Armii Krajowej w Ościslowie.



Potrójne święto strażaków z Gliniojki i Ościslowa

100 lat służą mieszkańcom!

Wiele pracy i zaangażowania wymagało przygotowanie tak znakomitej uroczystości. Zaangażowani byli nie tylko strażacy, samorządowcy i inni dorośli, ale również najmłodsi mieszkańcy Ościslowa, którzy pod okiem nauczycieli przygotowali występy artystyczne. Piosenki i wierszyki recytowane przez uczniów nagrodzone zostały gromkimi brawami.

Następnie przyszedł czas na okolicznościowe przemówienia oraz wręczenie pamiątkowych medali, odznaczeń i nagród dla zasłużonych strażaków.

W obchodach udział wzięli liczni goście, a wśród nich: nadbryg. Jarosław Nowosielski – Mazowiecki Komendant Wojewódzki PSP, bryg. Tomasz Gajewski – Komendant Powiatowy PSP w Ciechanowie, Adam Piotr Budek – Wójt Gminy



Fot. Piotr Pszczółkowski

Golymina-Ośrodek i Prezes Zarządu Powiatowego OSP. Nie zabrakło także parlamentarzystów, przedstawicieli Policji, 5. Mazowieckiej Brygady Obrony Terytorialnej, Nadleśnictwa Ciechanów i wielu innych.

Rys historyczny OSP Ościslów zaprezentował Marek Marcinkowski – członek zarządu OSP Ościslów oraz Wicestarosta Ciechanowski.

Odnaczenia i medale

Brązową Odznaką „Zasłużony dla Ochrony Przeciwpożarowej” otrzymał Dh Lesław Nowakowski.

Złotym Znakiem Związku OSP RP został odznaczony Dh Ks. Kan. Krzysztof Kozłowski

Złotym medalem „Za Zasługi dla Pożarnictwa” odznaczeni zostali: Dh Marcin Delura, Dh Piotr Błaszowski, Dh Łukasz Brzeziński.

Srebrnym medalem „Za Zasługi dla Pożarnictwa” odznaczeni zostali: Dh Piotr Częścić, Dh Gabriel Patryk Zmorzyński, Dh Robert Kuciński.

Brązowym medalem „Za Zasługi dla Pożarnictwa” odznaczeni zostali: Dh Marta Częścić, Dh Jakub Szustowski, Dh Łukasz Kapczyński, Dh Adrian Dąbrowski i Dh Wojciech Purzycki.

Odznaką „Wzorowy strażak” odznaczeni zostali Druhowie: Dh Krzysztof Bandyć, Dh Piotr Koprowski, Dh Jarosław Strzyż, Dh Grzegorz Goszczyński

Marszałek Województwa Mazowieckiego uhonorował imiennymi dyplomami uznania następujących druhow jednostek: OSP Ościslów (Tadeusz Kaźmierczak, Marek Marcinkowski, Marek Kowalski, Tomasz Długoszewski, Patryk Lewandowski, Łukasz Chojnowski), OSP Gliniojki (Lesław Nowakowski, Jan Gadomski, Dariusz Lewandowski, Piotr Zagórski, Adam No-

wakowski), Orkiestra Dęta OSP Gliniojki (Witold Nowakowski, Marek Hammer, Leszek Gralewicz, Tomasz Mieszkowski).

Starosta Ciechanowski uhonorowała również listami gratulacyjnymi zasłużonych druhów: OSP Ościslów (Jerzy Adamski, Grzegorz Dobrzyński, Grzegorz Nawrocki, Mateusz Strzyż, Dawid Szustowski), OSP Gliniojki (Stanisław Brzeziński, Mirosław Kolczyński, Zbigniew Sikorski, Mariusz Orłowski, Igor Zmorzyński), Orkiestra Dęta OSP Gliniojki (Marcin Gontarek, Anna Szprengel, Katarzyna Wyciszkiewicz, Tobiasz Gralewicz).

Pamiątkowe statuetki z okazji 100-lecia OSP Ościslów, 125-lecia OSP Gliniojki, 105-lecia Orkiestry Dętej OSP Gliniojki w imieniu Samorządu Miasta i Gminy Gliniojki wręczyli: Burmistrz Miasta i Gminy Gliniojki Łukasz Kapczyński, Przewodniczący Rady Miejskiej w Gliniojce Grzegorz Sikorski oraz Skarbnik Miasta i Gminy Gliniojki Katarzyna Łukaszewska.

W imieniu Samorządu Województwa Pamiątkowy Medal „PRO MASOVIA” oraz kamerę termowizyjną dla OSP Ościslów, agregat prądotwórczy dla OSP Gliniojki oraz puchar dla Orkiestry Dętej wręczył Radny Sejmiku Województwa Mazowieckiego Konrad Wojnarowski.

Wydawać się mogło, że podziękowań i gratulacji nie będzie końca, jednak jest to zupełnie zrozumiałe podczas obchodów 100-lecia istnienia tak ważnej organizacji dla mieszkańców jaką jest Ochotnicza Straż Pożarna.

PP

Miejska Biblioteka Publiczna

O Rosji, Putinie i Ukrainie

Miejska Biblioteka Publiczna zaprosiła do Ciechanowa jedną z najlepszych polskich dziennikarek – dokumentalistkę Barbarę Włodarczyk, która przez wiele lat była korespondentem TVP w Moskwie.

Jest ona autorką cenionych filmów dokumentalnych (m.in. cyklu „Szerokie tory”). Wydała też dwie książki stanowiące zbiory reportaży - „Nie ma jednej Rosji” oraz „Szalona miłość. Chcę takiego jak Putin”.

Przez blisko dwie godziny uczestnicy spotkania z zaciekawieniem słuchali opowieści red. Włodarczyk o Rosji, tamtejszych politykach, ale też i zwykłych ludziach. Jej wiedza i erudycja robią wielkie wrażenie.

Barbara Włodarczyk powiedziała, że gdy po raz pierwszy wyjechała do Moskwy to na jej oczach waliło się imperium ZSRR. – W ludziach było dużo wiary i entuzjazmu, że niebawem wszyscy będą żyć jak na Zachodzie. Poczuli wolność. Wcześniej o pewnych sprawach mówiono tylko w domu, wśród swoich. A nagle zaczęto to robić na ulicach. Wystarczyło mikrofon podstawiać. Niestety, ja też wtedy uległam tej iluzji, że kiedyś będziemy w jednej drużynie. Ostatecznie ten obraz runął po agresji Rosji na Ukrainę – mówiła red. Włodarczyk.



Red. Barbara Włodarczyk i Alicja Wodzyńska – dyrektor Miejskiej Biblioteki Publicznej.

Dziennikarka podkreśliła, że największą wiedzę o Rosji zdobywała zawsze wyjeżdżając poza Moskwę. – Dopiero tam, na dalekiej prowincji, można poznać prawdziwego ducha Rosji i Rosjan. Tam od zwykłych ludzi dowiadywałam się więcej niż od profesorów, ekspertów czy polityków – mówiła red. Włodarczyk.

Zapytana dlaczego Rosjanie tak łatwo przyjmują putinowską propagandę i godzą się na autorytarno-oligarchiczny styl rządzenia państwem, ze smutkiem odpowiedziała, że „po prostu łódówka wygrała z demokracją”...

AI

Powiatowa Biblioteka Publiczna

O ciechanowskim ruchu oporu



Od lewej: Tadeusz Pikus, Lech Zduńczyk i Grażyna Czaplicka.

W Powiatowej Bibliotece Publicznej im. Zygmunta Krasińskiego odbyła się promocja książki pt. „Ruch oporu w powiecie ciechanowskim 1939-1945”, której autorem jest Tadeusz Pikus – znany pasjonat historii, urzędnik i samorządowiec. Wydawcą książki jest Towarzystwo Miłośników Ziemi Ciechanowskiej.

Spotkanie otworzyła Grażyna Czaplicka – kierownik Czytelni Regionalnej, zaś poprowadził Lech Zduńczyk – po. dyrektora PBP, który podkreślił, że tematyka książki jest mu bardzo bliska, ponieważ jest synem żołnierza Armii Krajowej.

Tadeusz Pikus to wieloletni dyrektor Wydziału Ochrony Środowiska w Urzędzie Wojewódzkim oraz prezes Przedsiębiorstwa Usług Komunalnych. – Pomysł na książkę zrodził się w trakcie naszych rozmów w TMZC, że należałoby jakoś uczcić 80-lecie powstania Armii Krajowej. Padło na mnie, ze względu na mojego Ojca – Wacława. Po pierwsze, pełnił

on w Armii Krajowej na naszym terenie szereg dowódczych funkcji, a po drugie był wśród założycieli TMZC. W pewien sposób jestem więc kontynuatorem jego aktywności. Postanowiłem w jednym opracowaniu zebrać informacje o ruchu oporu w naszym powiecie za okres od wybuchu do zakończenia II Wojny Światowej – powiedział Tadeusz Pikus.

I właśnie ta kompleksowość opracowania zdaje się być największym atutem książki. Potencjalny czytelnik w jednej pozycji znajdzie podstawowe informacje o miejscowych działaniach podziemnych formacji zbrojnych czy Tajnej Organizacji Nauczycielskiej.

Wieczór muzycznie umilił wokalny występ Marty Sosnowskiej w aranżacjach Wojtka Gęsickiego. Z kolei Sandra Pszczółkowska recytowała wiersze tematyczną nawiązującą do okresu wojny i okupacji.

AI

Dotacja dla Miejskiej Biblioteki Publicznej w Ciechanowie

„Spotkajmy się w bibliotece”

Miejska Biblioteka Publiczna w Ciechanowie, otrzymała dotację ze środków Fundacji PZU, którą placówka przeznaczy na realizację projektu „Spotkajmy się w bibliotece” w ramach którego zorganizowane zostaną spotkania autorskie i warsztaty dla dzieci i młodzieży.

Odbędą się spotkania z polskimi pisarzami, autorami i ilustratorami książek dla dzieci i młodzieży połączone z warsztatami kreatywnymi. Uczestnicy będą mogli zapoznać się z twórczością gości, porozmawiać na temat ich pracy, otrzymać autografy, zrobić sobie z nimi pamiątkowe zdjęcia oraz wziąć udział w warsztatach kreatywnych.

W ramach spotkań otwartych dla młodych mieszkańców Ciechanowa przewidziano następujące wydarzenia:

4 lipca 2022 - spotkanie z Zofią Stanecką - pisarką, autorką świetnych książek dla dzieci, w tym przygód Basi.

17 września 2022 - w ramach Poranka w Bibliotece spotkanie z Elżą Piotrowską - polską autorką i ilustratorką książek dla dzieci, poetką, tłumaczką języka włoskiego i krytykiem sztuki, zaś 15 października 2022 r. również w ramach Poranka w Bibliotece spotka się z dziećmi Wojciech Wiślak - polski pisarz tworzący książki dla dzieci, znany szczególnie dzięki serii o Panu Kuleczce.

Do zobaczenia w Bibliotece!

ALICJA WODZYŃSKA / PP



Tadeusz Pikus: „Ruch oporu w powiecie ciechanowskim 1939-1945”

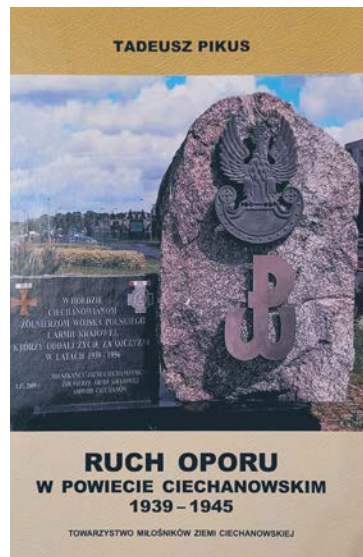
Wartościowa i potrzebna książka

Niedawno dotarła do mnie niepozorna z wyglądu, ale ciekawa pod względem treści, regionalna pozycja czytelnicza. Nosi tytuł „Ruch oporu w powiecie ciechanowskim 1939-1945”.

Jej autorem jest mój dobry znajomy – Tadeusz Pikus. Poznaliśmy się jako nastolatki blisko sześć dekad temu. Z różnym natężeniem ta znajomość trwa do dziś. Jeśli mnie pamięć nie myli jego książka jest pierwszą, która w możliwie szerokim zakresie ukazuje lokalne podziemie działające podczas okupacji niemieckiej. Dużą rolę odgrywał w nim Ojciec autora – Wacław. Zaangażowana była też Mama – Lucyna. Bardzo dobrze się dzieje, że nasza odchodząca już do wieczności generacja - tuż powojenna - próbuje w ostatniej chwili, idącym po nas pokoleniom przekazać ważne wydarzenia historyczne dotyczące ludzi z powiatu ciechanowskiego.

Książka ukazała się w bardzo akuratywnym czasie, kiedy to wojna zbliża się do naszych granic. Kiedy to, być może będzie trzeba wykazać się patriotyzmem i odwagą, by bronić z orężem w ręku Naszych Ojczyzn (oby Bóg dał, że nie). Małych i dużych.

Książka napisana przez Tadeusza jest wydana niezwykle starannie, a nawet pięknie. Jej pojawienie zbiegło się z 80-tą rocznicą powstania Armii Krajowej. Największego wojska podziemnego w okupowanej Europie. Choć pozycja liczy sobie tylko 112 stron podzielonych na 13 części, to niesie w sobie wiele dotychczas mało znanej wiedzy. Zwłaszcza o odważnych ludziach żyjących i działających w dramatycznych czasach wojny i niemieckiej oku-



Projekt okładki: Tadeusz Pikus

pacji. Przejrzysty druk na świetnym papierze ułatwia czytanie. Dodatkowym atutem książki są niewątpliwie 63: zdjęcia (39), dokumenty, mapki, schematy. Oprawa twarda dodaje pozytywnego sznytu. Na przedniej, sugestywnej okładce kamienny obelisk posadowiony na skrzyżowaniu ulic Armii Krajowej z Sikorskiego, poświęcony pamięci bohaterów walki z Niemcami i sowieckimi okupantami oraz tym, którzy cierpieli okrutnie z ich rąk, a także rodzimych pomagierów i służalców spod znaku UB. Na tylnej zaś niepozorny, ale akuratywny pomnik, w formie tablicy z płaskorzeźbami przypominającymi Komendantów Batalionów Chłopskich z terenu powiatu ciechanowskiego, a zlokalizowany przy ulicy noszącej nazwę tej formacji

zbrojnej. Także formuła przyjęcia do organizacji konspiracyjnej.

Na samym początku książki autor zamieścił treść pięknej, ale też bardzo poważnej przysięgi jaką składali wstępujący do organizacji i słowa potwierdzające ich przystąpienie do walki. Resztę przedstawię w tytułach rozdziałów: Oto one: I – Przedmowa. II – Wybuch wojny. III – Początki konspiracji. IV – Dalszy rozwój konspiracji. V – Akcja scaleniowa. VI – Tajna Organizacja Nauczycielska. VII – Rok 1944 – Akcja „Burza”. VIII – Ostatni rozkaz. IX – Dramatyczny epilog. X – Aneksy. XI – Noty biograficzne. I w tym momencie trzeba przedstawić choć kilka odważnych osób i ich pseudonimy. Oto one: Wacław Pikus (1908-1995) m.in. „Szczerba”; Stanisław Borodziej (1917-2007) „Wiejski”, „Wara”; Tadeusz Kuligowski (1908-1950) „Cham” i „Prusak”; Tadeusz Rożanowski (1919-2000) „Pogoń” i „Drzewiec”; Tadeusz Wyrzykowski (1910-1978) „Arka-diusz”; Adam Rzeszotarski (1903-1971) „Junosza” i „Żmija”; Lucyna Pikus (1912-2007), Wiktor Wyimko (1989-1972) „Hak”. Wszyscy oni swą odwagą i bohaterstwem narażali się na utratę życia. Zwłaszcza na terenach wcielonych do III Rzeszy, gdzie było zdecydowanie trudniej konspirować niż w Generalnej Guberni. I kontynuując: XII – Bibliografia. XIII – Spis ilustracji.

Książka została wydana pod szyldem Towarzystwa Miłośników Ziemi Ciechanowskiej.

Tadeuszu - słowa uznania i gratulacje.

WALDEMAR NICMAN

Bardzo dobrze spisali się zawodnicy z klubu Taekwon-do LKS Matsogi Ciechanów podczas Mistrzostw Polski Juniorów i Młodzieżowców w Pankach, gdzie zdobyli trzy brązowe medale.

Mistrzostwa Polski Młodzieżowców:

- Karolina Królikowska – brązowy medal - walki do 56 kg
- Karolina Królikowska – brązowy medal - układy formalne II dan
- Jakub Królikowski – brązowy medal - walki do 57 kg

Mistrzostwa Polski Juniorów:

- Patryk Załęski – miejsce 5-8 - walki do 62 kg

MK/AI

LKS Matsogi

Brązowe Rodzeństwo



Od lewej: trener Michał Korzybski oraz zawodnicy - Patryk Załęski, Karolina Królikowska i Jakub Królikowski.

Cross Trening Mazovia Ciechanów

Siostry Smosarskie pobiły rekordy



Kobieta z ekipy Cross Trening Mazovia Ciechanów. Od lewej: Dorota Smosarska, Anna Leśniewska, Honorata Wszeborowska i Anna Ruszkowska.

Sześciuosobowa ekipa zawodników Klubu Sportowego „Cross Trening Mazovia Ciechanów”, prowadzonego przez Annę i Pawła Leśniewskich, wzięła udział w XXXII Międzynarodowych Mistrzostwach Polski Masters w Podnoszeniu Ciężarów, które odbyły się w Radomsku. Łącznie w zawodach wzięło udział 166 osób - 33 kobiety i 133 mężczyzn.

Marcin Długokęcki uzyskując 165 kg w dwuboju zajął dobre czwarte miejsce.

Ariel Zawadka zaliczył udany start w rwaniu i pobił rekord Polski podnosząc 80 kg, niestety spał i nie został sklasyfikowany. Honora-

ta Wszeborowska i Anna Ruszkowska wywalczyły brązowe medale w kategorii do 59 kg i 64 kg.

„Siostry Smosarskie” jak zawsze dały z siebie 100 procent i zaliczyły bardzo udane starty. Anna Leśniewska (startująca w kat. 64 kg z wynikiem 173 kg w dwuboju) i nasza redakcyjna koleżanka Dorota Smosarska (startująca w kategorii do 76 kg z wynikiem 140 kg w dwuboju), bijąc rekordy Polski stanęły na najwyższym stopniu podium.

- Teraz chwila oddechu na regenerację i podleczenie kontuzji, a następnie przygotowania do najważniejszej imprezy w tym roku, czyli sierpniowych Mistrzostw Europy, które w tym roku organizowane są w Raszynie. Start naszych zawodników oceniam jako dobry. Nie spoczywamy na laurach. Jest jeszcze dużo do zrobienia, także trenujemy. Kolejny start w październiku - powiedziała nam Anna Leśniewska.

AI

Ciechanowski Klub Karate Kyokushin

Nasi karatecy walczyli w Ostródzie

Dziewięciosobowa drużyna Ciechanowskiego Klubu Karate Kyokushin (CKKK) wzięła udział w IKO POLISH OPEN 2022 w Ostródzie.

W zawodach wystartowało 544 zawodników z 46 klubów, reprezentujących sześć państw. CKKK w klasyfikacji drużynowej uplasował się na VI miejscu.

Wszystkim naszym karatekom gratulujemy osiągniętych wyników, a sensei Wojciechowi Gołębiowskiemu wraz z kadrą trenerską ich bardzo dobrego przygotowania do turnieju.

A oto indywidualne wyniki zawodników CKKK:

KATA

I miejsce - Gabrysia Simińska w kat. girls 14-15 lat

II miejsce - Marta Grzegorzczak w kat. girls 14-15 lat

KUMITE

I miejsce - Marta Grzegorzczak w kat. girls 14-15 lat -50kg

I miejsce - Patrycja Jakubiak w kat. girls 12-13 -50kg

I miejsce - Róża Okrasa w kat. girls 14-15 -55kg

I miejsce - Szymon Mądry w kat. boys 12-13 lat -45kg



Zawodnicy Ciechanowskiego Klubu Karate Kyokushin prezentują puchary zdobyte podczas IKO POLISH OPEN 2022 w Ostródzie.

I miejsce - Krzysztof Szczepański w kat. Masters +35lat -85kg

I miejsce - Jakub Królicki w kat. boys 12-13 lat +60kg

II miejsce - Weronika Krzywnicka w kat. Seniorki -55kg

II miejsce - Adam Chrzanowski w kat. Masters +35 kat -85kg

III miejsce - Gabrysia Simińska w kat. girls 14-15 lat -60kg

Ponadto Weronika Krzywnicka otrzymała wyróżnienie za najlepszą ducha walki - BEST SPIRIT.

KS/TM

Wyszkowska dycha nocą

Rodzina Budniaków podbiła Wyszków

Pięciosobowa Rodzina Budniaków z podciechanowskiego Władysława, startująca w barwach Stowarzyszenia Sportowego Runners Team, opanowała podium tegorocznej edycji Biegu „Wyszkowska dycha nocą”.

Tata Tomasz zajął drugie miejsce open, oraz pierwsze w kategorii M40, w biegu na 6 km (00:23:49). Z kolei Mama Aleksandra zdobyła III miejsce wśród kobiet, oraz pierwsze w kategorii K40, w Nordic Walking na dystansie 4 km (00:31:51).

Świeńcie pobiły także dzieci Aleksandry i Tomasza Budniaków, które pokonały dystans 1 km. I tak: Maja zdobyła drugie miejsce, Zuzia – trzecie, a Kacper – drugie.

W Biegu „Wyszkowska dycha nocą” wzięła udział kilkunastoosobowa



grupa ciechanowian. Byli wśród nich, m.in. reprezentanci stowarzyszeń: ASFaltLove Dziki, Mazovia ProActiv, Runners Team oraz przedstawiciel ciechanowskiego duchowości.

AI

MKS Ciechanów

Piłkarska niedziela



Od lewej: Mariusz Kościelski, Ewa Beata Chojnacka, Marek Łebkowski, Agnieszka Kościelska oraz Sebastian Andrzejczak.

W pierwszą niedzielę czerwca na miejskim stadionie odbył się festyn, Turniej OJCIEC I SYN oraz Turniej Piłkarski dla rocznika 2012/2013. Oprócz zmagani sportowych w programie były też gry i zabawy dla młodych piłkarzy.

Organizatorem imprezy był Miejski Klub Sportowy Ciechanów wraz z partnerami. Patronat nad Turniejem objął Prezydent Miasta Ciechanów Krzysztof Kosiński.

W Turnieju OJCIEC I SYN pierwsze miejsce zajęli: Maciej Murawski i Kamil Górski, II - Łukasz i Mieczysław Kardzis, a III - Maciej i Mirosław Wójcicki. - Zwycięzcy na podium otrzymali puchary, medale oraz dyplomy, a wszyscy pozostali uczestnicy pamiątkowe dyplomy za udział - powiedział nam Marek Łebkowski - prezes MKS Ciechanów.

W Turnieju rocznika 2013 brało udział sześć drużyn z Mazowsza (Korona Ostrołęka, Ostrowianka Ostrow Mazowiecka, AP11 Legionowo, Kasztelan Sierpc, FDP Ostrow Mazowiecka i Kurpiowska Akademia Kadzido) oraz gospodarze. Wszystkie drużyny otrzymały puchary, pamiątkowe medale i słodki poczęstunek.

Odbyły się też zawody w strzelaniu z broni pneumatycznej zorganizowane przez Klub Strzelecki TKKF „Promyk” Ciechanów, pod czujnym

okiem doświadczanego instruktora Sławomira Betlińskiego.

W trakcie imprezy prowadzono zbiórkę na leczenie Oliwiera Wróbla z Ciechanowa. Specjalne stoisko ze smacznymi potrawami z grilla przygotowali wolontariusze ze Stowarzyszenia ASFaltLove Dziki. Wszystkie środki uzyskane za grillowe przysmaki zostały przekazane na leczenie chłopca.

Za naszym pośrednictwem organizatorzy dziękują wszystkim osobom, firmom i instytucjom, które wsparły przygotowanie imprezy. - W sposób szczególnie dziękujemy prezydentowi Krzysztofowi Kosińskiemu, Jerzemu Omiecińskiemu - dyrektorowi MOSiR oraz Zakładowi Mięsnemu PiB z Gołymina - mówi Sebastian Andrzejczak - członek zarządu MKS Ciechanów.

AI



Rozgrywki w ramach Turnieju OJCIEC I SYN.

Magdalena Ogórek: „Kat kłania się i zabija. Wachter – Heydrich - Menten”

Na tropach zrabowanych przez Niemców dzieł sztuki



WALDEMAR NICMAN

Po kilku latach książkowego milczenia spowodowanego tytaniczną pracą i morderczym zbieraniem materiałów do nowej książki, na czytelnicy rynek, w wielkim stylu powraca – Magdalena Ogórek.

Onegdaj kandydatka na Prezydenta RP z ramienia SLD (2015 r.), aktualnie zaś popularna dziennikarka TVP i Polskiego Radia. Przede wszystkim jednak: Ślaczka, historyk, patriotka, pasjonatka sztuki. Także doktor nauk humanistycznych. Bodaj w roku 2018 miałem przyjemność recenzować Jej debiutancką, ale też świetną książkę pt. „Lista Wachtera”. Pani Magdalena włożyła w nią wiele serca, ogrom wysiłku, czasu i tytanicznej wręcz pracy i jak miemam środków finansowych, co do których zwrotu mam poważne wątpliwości. Z pewnością na niej nie zarobiła. Poprzez swoje dwuletnie starania przyczyniła się też waleń do zwrotu Krakowowi, przez potomka hitlerowskiego dygnitarza - Ottona Wachtera trzech wysokiej klasy dzieł sztuki zrabowanych spod Wawelu w czasie II wojny światowej.

Nowa książka „Kat kłania się i zabija. Wachter – Heydrich - Menten” jest kontynuacją bestsellera „Lista Wachtera”. Praca nad nią zajęła autorce bodaj więcej czasu niż nad pierwszą. Mniemam, że wszystkie pozostałe czynniki potrzebne do zrealizowania tego dzieła też były odpowiednio wysokie? Jak wątpliwi bardzo bohaterowie teje do Ottona Gustava Wachtera dołączyli inni niemieccy zbrodniarze hitlerowscy, a mianowicie: Reinhard Heydrich i Pieter Nicolas Menten. Muszę w tym miejscu koniecznie dodać, że jestem pełen uznania i podziwu dla Pani Magdy za wytrwałość w dążeniu do założonego przez siebie celu. Bez względu na trudności i koszty. Twórcy z tak olbrzymią pasją zdarzają się niezmiernie rzadko. Tym bardziej należy się cieszyć, że tacy są i dają nam Polakom wiele radości i satysfakcji. Także powodów do dumy. Ogromne gratulacje i podziękowania Pani Magdaleny.

Nie będę próbował udawać, że

znam się na sztuce i wymądrzać w tej kwestii. Po przedstawieniu technicznych parametrów książki oddam głos autorce. Pozycja na rynek czytelnicy trafiła za sprawą niezawodnej, jak zawsze zresztą, oficyny FRONDA. Liczy sobie ogółem 416 stron wypełnionych dogodnym do czytania drukiem. Podzielona jest na trzy rozdziały: Wachter (10 podrozdziałów). Heydrich (6) i Menten (4). Niewątpliwym atutem dodającym dziełu blasku są 62 zdjęcia, kserokopie listów i dokumentów. Potrafią ułatwić rozumienie tekstu. Świetnie skomponowana jest przednia okładka. Na brązowo-złotawym tle, w kółeczkach głowy wszystkich trzech „bohaterów”. Po prawej stronie Główna postać obrazu „Złota dama”. Na tylnej okładce kilka ciekawostek z książki. Oprawa miękka ze skrzydełkami nie psuje jakości. Na tych ostatnich kilka zdjęć. Cena 59,90 zł z całą pewnością nie rekompensuje autorce poniesionych kosztów. Jest warta zapłacenia. Polecam wszystkim lubiącym czytać i interesującym się historią oraz sztuką.

Ze wstępu

[...] Z końcem roku 2017 „Lista Wachtera” trafiła do księgarni. Rodzina Wachterów jest zbulwersowana tym, że Otto nie jest opisany jako „dobry nazista”, grozi pozwem mi i wydawnictwu, chcąc zablokować publikację. Ostatecznie sprawa nie trafia do sądu. W mediach wybucha burzliwa dyskusja. Jedni grzmią, że nie wolno odwiedzać syna byłego esesmana i prowadzić z nim rozmów, bo to niemoralne. Drudzy piszą, że historia jest sensacyjna, a dzięki niej rabunek polskiego dziedzictwa narodowego przez niemieckiego okupanta znów staje się



tematem numer jeden. Znajdują się też tacy, którzy biorą syna esesmana w obronę. [...]

Z prologu

[...] Tylko kilka osób w Watykanie wie, że umierający w szpitalu Santo Spirito mężczyzna to Otto von Wachter, były esesman i gubernator dwóch dystryktów w okupowanej Polsce. Od czterech lat jest poszukiwany jako zbrodniarz wojenny – za takiego uznał go bowiem Trybunał Sprawiedliwości w Norymberdze. Jednak to wierzchołek góry lodowej. W zimnowojennym Rzymie poszukują go amerykańscy oficerowie CIC, agenci służb sowieckich i przedstawiciele tworzącego się właśnie Izraela. Kolejnej nocy Otto von Wachter umiera.[...]

Książka w tytułach rozdziałów

Najlepiej idzie mi przybliżanie recenzowanych książek poprzez tytuły rozdziałów. Tym razem nie będzie inaczej. Oto one: I – WACHTER: „Byli faszyści – dobrzy ludzie”. Linia szczytów. Akta „Odyssey”. Miasto szpiegów. Kolekcjonerzy sztuki. Obrońcy skarbow. Irena Błońska. Napar esesmanów. „Nocy i mgły, znikam”, Diskalidia. II – HEYDRICH: Preludium. Praga magiczna. Kława korona św. Wacława. W domu boga wojny. Helena Vovsova. Ze wspomnień Liny Heydrich. III – MENTEN: Preludium. Kolekcjoner kości. „Blaricum zaczyna płonąć”. Głosy zza grobu.

Z zakończenia

Pan Grzegorz dokładnie pamięta buty Josefa Mengelego. Wysokie, czarne, z szeroką cholewą. Różniły się od butów innych esesmanów – zawsze idealnie wypastowane. Błyszczały, gdy Mengele wchodził do przysposobionym baraku obozu Auschwitz - Birkenau. Pięciolatni Grześ kulił się za każdym razem, gdy oficerki z szeroką cholewą pojawiały się przy wejściu. Zwiastowały bowiem ból i strach.[...]

Z postscriptum

Spśród wszystkich spotkań, które odbyłam z dziećmi wysoko postawionych oficerów Trzeciej Rzeszy, esesmanów lub komendantów obozów koncentracyjnych, tylko w dwóch przypadkach rozmówcy zadeklarowali negatywny stosunek do nazistowskiej przeszłości rodziców. Potępiająca postawa Niklasa Franka (Niemca) wobec swoich rodzi-

ców (Hansa i Brigitte Franków) jest powszechnie znana i szeroko opisana w niemieckiej prasie. Podobny pogląd syn generalnego gubernatora okupowanej Polski zadeklarował w rozmowie ze mną. Równie kategorycznie zaprzeczył narracji Horsta von Wachtera (Austriaka) o „ojcu, dobrym nazistcie”. Na osobistą wymianę zdań zgodził się również Rainer Hoss, wnuk jednego z najokrutniejszych niemieckich zbrodniarzy wojennych, budowniczego i komendanta niemieckiego – nazistowskiego obozu zagłady Auschwitz – Birkenau, Rudolfa Hossa. Nasza konwersacja miała miejsce 30 kwietnia 2016 roku. Usłyszałam wówczas: „Niestety w większości rodzin członków NSDAP jest tak, że zaprzeczają zbrodniczą przeszłość i uczynkom. Tak było zawsze w naszej rodzinie Hossów. Ja mam całkowicie odmienne spoj-

zenie – mówił m. in. Rainer Hoss [...] Pozostali potomkowie zbrodniarzy wojennych, z którymi przyszło mi rozmawiać w latach 2015 – 2020, ostatecznie powołali się na tajemnicę dziennikarską i zabronili publikacji z użyciem imienia i nazwiska. [...] Kategorycznie odmówili mi spotkania krewni Josefa Mengelego.

O autorce nieco

Magdalena Ogórek – z urodzenia Ślaczka. Historyk, patriotka, pasjonatka sztuki. Doktor nauk humanistycznych. W 2015 roku kandydowała na urząd Prezydenta RP. Dziennikarka TVP Info i Polskiego Radia. W 2017 roku dzięki jej staraniom do Krakowa powróciły trzy obiekty muzealne, wywiezione przez rodzinę Wachterów podczas II wojny światowej.

Nowości Wydawnictwa FRONDA

„Amerykański sen, gwałtowne przebudzenie”

Paweł Zyzak

Książka przedstawia wnikliwe oceny polityków amerykańskich. Odślania, lekceważone przez polskich publicystów, korzenie radykalizmu kulturowo-religijnego pustoszących Amerykę - Black Lives Matters, scientologii i sunnickiego islamu w Stanach Zjednoczonych.

Paweł Zyzak brawurowo oprowadza nas po politycznym zapleczu kolejnych prezydentów USA, tłumaczy globalne gry administracji amerykańskiej, ukazuje powstanie systemu putinowskiego oraz mistyczne podstawy ideologii państwowej w Federacji Rosyjskiej zestawiając je z antypolskimi ekscesami elit nad Potomakiem.

Liczba stron: 448, Cena: 59,90 zł



stygmaty tylko u dwóch świętych: św. Franciszka z Asyżu i św. Katarzyny ze Sieny.

Psychiatrzy i psychologowie upatrują w pojawianiu się stygmatów problemów natury neurotycznej, historycznej i hipnotycznej. Niektórzy biorą też pod uwagę autosugestię czy wizualizację nadjaźni. Choć z drugiej strony, nikomu jak dotąd nie udało się „wywołać” stygmatów stosując hipnozę.

Liczba stron: 360, Cena: 49,90 zł

„Pewność wiary”

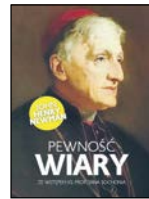
John Henry Newman

„Pewność wiary” – to wznowienie po ponad stu latach „Przyświadczenia Wiary”, wyboru pism Johna Henry’ego Newmana autorstwa Stanisława Brzozowskiego i w jego tłumaczeniu - pod redakcją Leopolda Staffa.

Kategoria przyświadczenia jest specyficznym pojęciem w teorii Newmana. Oznacza ono absolutną, bezwarunkową akceptację jakiegos twierdzenia, a więc przede wszystkim akceptację prawdy wiary.

Brzozowski zdecydował się na prezentację tych fragmentów dzieł Newmana, które uznał za najbardziej reprezentatywne i mające szansę na szerszy odbiór w kręgach polskiej inteligencji. Tę decyzję podjął zapewne w chwili, kiedy, schorowany i opuszczony przez wszystkich, zamieszkał w 1907 roku we Florencji, stolicy Toskanii. Wydobyl z dzieła Newmana istotne przesłanie: nieustanne podążanie za prawdą, a po jej odnalezieniu, pielęgnowanie jej z należytą gorliwością. Tą prawdą okazał się Chrystus, w obliczu którego Newman kształtował swoje serce i umysł poddany kierownictwu Kościoła.

Liczba stron: 336, Cena: 44,90 zł



„Tajemnice stygmatyków”

Grzegorz Fels

„Stigmata” oznaczało w starożytnym Rzymie piętno wypalane żelazem na skórze niewolnika lub przestępcy. Dopiero od średniowiecza terminem tym zaczęto określać osoby naznaczone krwawymi ranami Chrystusa.

W dziejach świata doliczono się ponad 350 stygmatyków, z czego ponad 300 to kobiety. Zdecydowana większość osób dotkniętych stygmatami (321) było wyznania katolickiego, zaś 62 z nich zostało przez Kościół beatyfikowanych i kanonizowanych. Wiele osób traktuje stygmaty jak nieomylnych „chodzących świętych”. Należy jednak pamiętać, że Kościół oficjalnie uznał

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

REDAKTOR NACZELNY
Piotr Pszczółkowski

ZESPÓŁ REDAKCYJNY
Dorota Smosarska,
Artur Iniański,
Rafał Kado,
Waldemar Nicman, Grzegorz Krajewski,
Mateusz Pszczółkowski,
Jowita Rutkowska, Marta Pszczółkowska,
Alicja Nowakowska, Krzysztof Bojko

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 Agora SA
ul. Daniszewska 27
Warszawa

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 „Magazynie Opinii Ziemi Ciechanowskiej PULS” bez uzyskania pisemnej zgody Wydawcy jest zabronione.

Anthony de Mello: „Przestań naprawiać siebie”

Pozbyć się lęków i ograniczeń



DOROTA SMORSARSKA

Anthony de Mello był hinduskim jezuitą, psychoterapeutą i kierownikiem duchowym. Jego książki i konferencje z dziedziny duchowości łączyły tradycyjną mistykę europejską z myślą Dalekiego Wschodu. Jedną z nich jest wydana w maju tego roku przez Wydawnictwo ZYSK I S-KA książka pt: „Przestań naprawiać siebie”, w której porusza temat świadomości, wolności i przebudzenia.

Fenomen jezuita

Autor przez wielu uważany za największego mistrza naszych czasów zainspirował i dalej inspiruje mnóstwo ludzi na świecie. Jest powszechnie znany z integrowania duchowości zachodniej i wschodniej, a jego twórczość nadal wywiera wpływ poza jego przedwczesną śmiercią w 1987 roku. Jest autorem bestsellerowych dzieł „Świadomość” i „Droga do miłości”, które zostały przetłumaczone na 21 języków i sprzedały się w ponad 2 milionach egzemplarzy na całym świecie. Powstało nawet Światowe Centrum Duchowości Antoniego de Mello (De Mello Spirituality Center). Dyrektor Centrum Don Joseph Goewey napisał przedmowę do wydania „Przestań siebie naprawiać”. Opisuje w niej swoje niezwykle doświadczenia odkrycia piękna i szczęścia w swoim życiu pod wpływem nauczania de Mello.

Kontrowersje

W 1998 jego publikacje zostały skrytykowane przez Kongregację Nauki Wiary Kościoła katolickiego jako niedopuszczalne odejście od doktryny katolickiej w stronę religii Wschodu (buddyzmu, taoizmu) i panteizmu. Takie też wrażenie można odnieść po przeczytaniu omawianej książki. Odniesienie do Boga chrześcijańskiego znalazłam dopiero w późniejszych rozdziałach. Wręcz znajduję wiele stwierdzeń o tym, że nie ważne jest kto jaką religię wyznaje, lub że religia (każda) robi pranie mózgu. Dziwnie to brzmi w ustach katolickiego księdza, którego zadaniem jest doprowadzać do jedyne i prawdziwego Objawienia. Kongregacja Nauki Wiary jednoznacznie stwierdziła, iż poglądy ks. Anthony’ego de Mello SJ są „nie do pogodzenia z wiarą katolicką” i „mogą prowadzić do poważnych szkód”, w łonie Kościoła pojawiły się próby jego obrony. Dlatego też zalecam czytanie z pewnym dystansem a przede wszystkim z odpowiednio ugruntowaną wiarą.

Pozbycie się lęków i ograniczeń

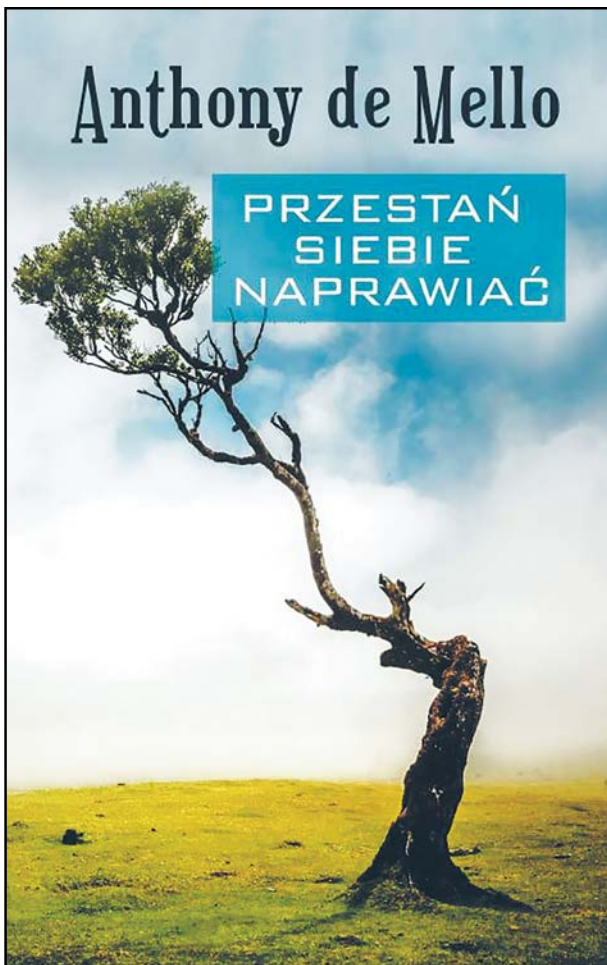
Autor w siedmiu częściach przedstawia czytelnikowi sposób przemiany swojego życia na pełne radości i szczęścia (życie w Królestwie Radości). Jego rada jest zaskakująca: nie rób nic. Dlaczego to ma zadziałać opisuje dalej. A więc najpierw uświadamia, że ludzie są zaprogramowani przez współczesność, kulturę, tradycję, religię, społeczeństwo. Są też przywiązani do rzeczy materialnych przez co nie są w stanie zauważyć, że już są szczęśliwi. Najlepiej aby człowiek nie dążył do zmiany lecz obserwował wszystko co się dzieje wokół niego, bez uprzedzeń, osądów, potępiania. Możliwe, że wtedy zaleje go światło świadomości, stanie się przejrzyści i odmieniony. Zmiana nastąpi w wyniku przebudzenia, wejrzenia we własne wnętrze.

Akceptacja i perspektywa, Cierpienie i wzrost

Istnieją dwie postawy, które pomagają utrzymać duchową świadomość w codziennym życiu gdy pojawiają się trudności: akceptacja i perspektywa. Ta pierwsza uczy mówić rzeczom, na które nie mamy wpływu „tak”, co ma przynieść spokój. Druga to perspektywa, która uczy mówić naszym lękiem „to minie”. Ostatni rozdział zawiera ważną lekcję: do wzrostu prowadzą bolesne doświadczenia. Powinniśmy być za nie wdzięczni gdyż mają w sobie potencjał do wzrostu, oferują zaproszenie i wyzwanie do tego, by siebie zrozumieć i przyjrzeć się swoim uczuciom.

Książka podzielona jest na siedem części, z wyodrębnioną częścią teoretyczną, następnie bardzo krótką przypowieścią. Każda z nich zakończona jest medytacją.

Książka liczy 200 stron, a jej cena to 45 zł.



Nowości Wydawnictwa ZYSK I S-KA

„Ktoś mnie pokochał - Bridgertonowie”

Julia Quinn

Ku zaskoczeniu całego Londynu wicehrabia Bridgerton nie tylko zdecydował się na małżeństwo - wybrał już nawet kandydatkę na żonę! Jedyłą przeszkodą jest starsza siostra jego wybranki Edwiny, Kate Sheffield, najbardziej wścibska kobieta, jaka kiedykolwiek pojawiła się w londyńskiej sali balowej. Ponętna intrygantka doprowadza Anthony’ego do szaleństwa swoją determinacją, by zniweczyć zaręczyny, ale kiedy wicehrabia w nocy zamyka oczy, to właśnie Kate jest kobietą nawiedzającą jego coraz bardziej erotyczne sny...

Wbrew powszechnemu przekonaniu Kate jest absolutnie pewna, że nawrócenie podrywacza wcale nie są najlepszymi mężami - a Anthony Bridgerton jest najbardziej niegodziwym łotrem ze wszystkich. Kate jest zdeterminowana, by chronić przed nim swoją młodszą siostrę, ale boi się, że sama może ulec hipnotyzującemu urokowi niepoprawnego uwodziciela...

Liczba stron: 480, Cena: 44,90 zł

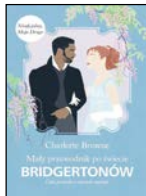


„Mały przewodnik po świecie Bridgertonów. Cała prawda o czasach regencji”

Charlotte Browne

Obowiązkowa lektura dla wielbicieli popularnego serialu Netflix’a i bestsellerowych powieści Julii Quinn, a także wszystkich, którzy chcą wzbogacić swoje życie odrobiną wspaniałego romansu... Pragniesz wrócić do socjety? Marzysz o tym, by zostać największym podrywaczem w Londynie? Potrzebujesz pomocy w opowiadaniu sztuki omdlewania w towarzystwie kawalerów? Niech ten przewodnik po świecie Bridgertonów poprowadzi cię przez burzliwe życie panny na wydaniu. Którą postacią z Bridgertonów jesteś? Jak tam twoje umiejętności życia w epoce regencji? Czy po partyce Hulaków i drabin wejdziesz na szczyt hierarchii towarzyskiej, czy spadniesz na samo dno? I najważniejsze: jak ty i twoja druga połowa wypadacie według „Ankiety kontrolnej prawdziwej miłości”? Pełna quizów i apetycznych ciekawostek z epoki regencji książka odsłania niemal wszystkie tajemnice świata Bridgertonów!

Liczba stron: 192, Cena: 42,90 zł

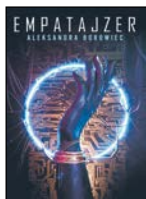


„Empatajzer”

Aleksandra Borowiec

W powstałym po katastrofie ekologicznej postindustrialnym mieście Pattium, w którym woda jest towarem luksusowym, a dzielnicę biedoty, Mizერიę, od reszty miasta odgradza wysoki mur, popularnością cieszą się wynalazione przez Inżyniera empatajzery – urządzenia, które pozwalają zapisywać i odtwarzać skrajne emocje i przeżycia.

Sara Schwartz, policjantka z miejskiej obyczajówki, dostaje nową sprawę. Na platformie empatajzerów ktoś umieścił nagranie, na którym bierze prysznic. Problem w tym, że dostęp do wody w Pattium jest ściśle limitowany. W dodatku nagranie wrzucono z konta jednego z pracowników firmy Empathy, produkującej urządzenia. Liczba stron: 496, Cena: 44,90 zł



„Ktoś z nas kłamie”

Karen Mc Manus

W poniedziałkowe popołudnie pięcioro uczniów liceum Bayview zostaje w klasie za karę po lekcjach.

Bronwyn, prymuska, szykuje się do studiów w na Uniwersytecie Yale i nigdy nie łamie zasad. Addy, szkolna piękność, idealna królowa licealnego balu. Nate, „zły” chłopak, znajduje się pod nadzorem kuratorskim za handel prochami. Cooper, gwiazda szkolnej drużyny baseballowej. I wreszcie Simon, dziwak, twórca słynnej aplikacji plotkarskiej About That.

Tyle że Simon nie wychodzi z klasy żywy. Wezwana na miejsce policja uznaje, że jego śmierć nie była przypadkowa, ponieważ następnego dnia planował opublikować w aplikacji jakies kompromitujące informacje na temat całej zwórki, która razem z nim odbywała karę. Podejrzenie pada na



Bronwyn, Addy, Coopera i Nate’a. Czy faktycznie zamordowali Simona, czy może zostali wrobeni przez prawdziwego sprawcę, który wciąż znajduje się na wolności?

Wszyscy mają motyw. Wszyscy mają coś do ukrycia. Wszyscy mieli na pieńku z Simonem. I ktoś z nich kłamie. Liczba stron: 392, Cena: 42,90 zł

„Spalaj się! Jak naprawdę spalamy kalorie, tracimy na wadze i zachowujemy zdrowie”

Herman Pontzer

Codziennie spalamy 2000 kalorii. Schudniemy, jeśli będziemy ćwiczyć i ograniczymy spożycie węglowodanów. Prawda? Fałsz!

Uczy się nas, żeby myśleć o naszych ciałach jak o prostych silnikach: pobieramy „paliwo” z żywności i spalamy je, wykonując ćwiczenia. Wszelka niewykorzystana energia gromadzona jest jako tłuszcz. Jeśli zakumulowałeś zbędny tłuszcz, po prostu więcej ćwicz, żeby go spalić.

W rzeczywistości proces metabolizmu jest o wiele bardziej skomplikowany – nasze ciała są produktem ewolucji, a nie wymysłem inżyniera. Tak naprawdę spalamy prawie 3000 kalorii dziennie, bez względu na nasz poziom aktywności. Ta genialna ewolucyjna strategia pozwalała ludziom przetrwać w czasach głodu, jednak teraz prowadzi do epidemii otyłości.

Liczba stron: 400, Cena: 49,90 zł

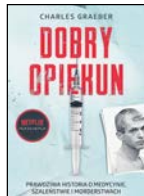


„Dobry opiekun. Prawdziwa historia o medycynie, szaleństwie i morderstwach”

Charles Graeber

Historia jednego z najsłynniejszych amerykańskich seryjnych morderców, który może odpowiadać za śmierć nawet czterystu osób. Po aresztowaniu w 2003 roku Charles Cullen, dyplomowany pielęgniarz z szesnastoletnim stażem, został ochrzczony przez media „Aniołem Śmierci”. Zamieszany w śmierć kilkuset pacjentów w różnych szpitalach był prawdopodobnie najbardziej płodnym seryjnym mordercą w historii Ameryki. Jednak ten kochający syn, mąż i ojciec, dobry przyjaciel i ceniony pielęgniarz nie pasował do wizerunku potwora i bezwzględne mordercy. Szczegółowy reportaż Charlesa Graebera został napisany w oparciu o policyjne akta, liczne wywiady, nagrania z podsłuchów i rozmowy, które autor przeprowadził z samym mordercą, odbywającym wyrok wielokrotnego dożywocia w więzieniu. Dobry opiekun to szokująca historia szaleństwa Cullena, wciągająca kronika wysiłków śledczych, by go złapać, i ciekawy portret szpitalnej rzeczywistości. Na podstawie książki został nakręcony film, który ukaże się na platformie Netflix w 2022 roku.

Liczba stron: 400, Cena: 49,90 zł



„Budowniczość Pierścienia”

Larry Niven

Louis Wu, niemal beznadziejnie uzależniony od wywoływanej elektrycznie ekstazy, leciwy kziński wojownik Mówiący-do-Zwierząt oraz Najlepiej Ukryty, partner szalonego lalecznika Nessusa, powracają na Pierścieniu, by odkryć jego niewiarygodne sekrety i zapobiec kosmicznemu kataklizmowi.

O czasu, kiedy idealistyczny i zmęczony życiem na wielu światach Louis Wu odkrył Pierścienia, minęło dwadzieścia lat. Teraz wraca do niego z Mówiącym-do-Zwierząt - obaj są więźniami Najlepiej Ukrytego, usuniętego z urzędu przywódcy laleczników. Z pomocą Louisa zamierza on odzyskać swój status dzięki przywiezieniu z Pierścienia tak nadzwyczajnych skarbów, że będą musiały zrobić wrażenie na jego pobratymcach.

Jednak po przybyciu na miejsce Louis odkrywa, że Pierścienia nie jest stabilny i w ciągu kilku miesięcy zniszczy sam siebie. Aby przeżyć, Louis musi odnaleźć Centrum Napraw legendarnych inżynierów, którzy zbudowali ten świat. Jego misja staje się szaleńcem i wciągającym przedsięwzięciem, wiążącym się z wieloma tajemnicami i spektakularnymi technologiami Pierścienia, najbardziej oszałamiającego artefaktu w poznanym kosmosie...

Liczba stron: 480, Cena: 52,90 zł



studia dla Ciebie



**Filia Wyższej Szkoły Menedżerskiej
w Warszawie**

z siedzibą w Ciechanowie

ul. Żórawskiego 5

tel. 23 672 50 61

www.wsmciechanow.edu.pl

STUDIA:

- **LICENCJACKIE i MAGISTERSKIE**
✓ **kierunek ZARZĄDZANIE**

specjalności do wyboru:

- zarządzanie zasobami ludzkimi
- zarządzanie przedsiębiorstwem w zintegrowanej Europie
- rachunkowość i controlling
- zarządzanie logistyką
- zarządzanie bezpieczeństwem
- zarządzanie w sektorze publicznym
- zarządzanie w bankowości i finansach
- zarządzanie w oświacie
- marketing

- **PODYPLOMOWE**



Atrakcyjny system stypendialny



Najniższe czesne w regionie!

ogłoszenie własne wydawcy



NAUKA GRY I ŚPIEWU

Zajęcia muzyczne dla dzieci,
młodzieży i dorosłych
w trybie stacjonarnym lub on-line!

AKADEMIA DŹWIĘKU nie jest zwyczajną szkołą.
Zapewniamy naszym uczniom możliwość wszechstronnego
rozwoju muzycznego i doskonalenia swojej pasji.

Nasi uczniowie
odnoszą sukcesy
w konkursach
regionalnych
oraz ogólnokrajowych.

Przynajmniej raz
w semestrze
uczniowie prezentują
umiejętności
podczas koncertów
szkolnych.

Uczniowie
Akademii Dźwięku
wraz z nauczycielami
koncertują podczas
uroczystości
lokalnych,
ogólnopolskich
oraz o zasięgu
międzynarodowym.

Uczestniczymy
w przedsięwzięciach
charytatywnych.
Występowaliśmy m.in.
dla wychowanków
domów dziecka.

- gitara
- śpiew
- keyboard
- akordeon
- pianino
- ukulele
- perkusja

Lekcje indywidualne (uczeń - nauczyciel)

Nabór trwa cały rok!

Akademia
DŹWIĘKU
Szkola Muzyczna

**Ciechanów,
ul. H. Sienkiewicza 33A**

(za Kolegium
Nauczycielskim)

Tel. 517 770 082

www.akademiadzwiaku.edu.pl