

Dołącz do nas na facebooku
www.facebook.com/pulsciechanowa

Kolejne wydanie magazynu „PULS” ukaże się we wtorek - 20 grudnia

nr 11 (94) • listopad 2022
pulsciechanowa.pl
 ISSN 2392-3407

GAZETA BEZPŁATNA

PULS

NAKŁAD 7500 EGZ.

MAGAZYN OPINII ZIEMI CIECHANOWSKIEJ

AUTO SEZAM
 ul. Robotnicza 2, Ciechanów
CZĘŚCI SAMOCHODOWE
 ☎ 501 305 901
SERWIS
 ☎ 501 605 901
Zapraszamy na wymianę opon
 pon-pt. 8-17
 sobota 8-14
www.autosezam.com.pl

POŁONEZ DLA NIEPODLEGŁEJ

11 listopada obchodziliśmy 104. rocznicę odzyskania przez Polskę Niepodległości. Z tej okazji spod budynku Starostwa Powiatowego w Ciechanowie wyruszył barwny korowód. Uczestnicy w rytmie poloneza kroczyli wprost do Powiatowego Centrum Kultury i Sztuki.

Więcej na str. 3

Kolejna pomoc dla Ukrainy

Z Ciechanowa do ukraińskiego miasta Chmielnicki pojechał już dziesiąty transport z pomocą humanitarną. Tym razem były to agregaty prądotwórcze, drony i sprzęt medyczny.

Podziękowania dla ciechanowian, na ręce prezydenta Krzysztofa Kosińskiego, przekazał Wasyl Zwarycz - Ambasador Ukrainy w RP.

Więcej na str. 9

Z tym kuponem 15% zniżki na zakup okularów

Badanie wzroku w prezencie!

STYLE OPTIC
 1992
 "Gregorz Pazyrski"
 Renata Pazyrka

CIECHANÓW
 UL. ZIELONA ŚCIEŻKA 4A
 TEL. 23 673 56 53

CIECHANÓW
 UL. ARMII KRAJOWEJ 15
 (PASAŻ KAUFMANN)
 TEL. 23 674 71 13

FRICKE i JOHN DEERE już u nas

W Ciechanowie, przy ul. Aleja Unii Europejskiej 8, rozpoczął działalność nowy oddział Firmy Fricke - Autoryzowanego Dealera marki John Deere.

Więcej na str. 9

ARNICA DDOM

miejsce w którym króluje uśmiech i zdrowie

Więcej na str. 8

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

KEY SERVICE
 Artur Bugajski

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

ZAMKI * KLUCZE * PIECZĄTKI

Akademia DŹWIĘKU
 szkoła muzyczna

ZAPRASZAMY NA LEKCJE GRY LUB ŚPIEWU!

Ciechanów
 ul. Sienkiewicza 33a
 tel. 517 770 082
adciechanow.akademiadzwieku.edu.pl

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
 SYSTEMY INFORMATYCZNE

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

Wspomnienia z przeszłości

Opowieść romantycznej absolwentki „Krasiniaka” i czarownice na wsi

Znowu zaczynamy od spraw samorządowych w Dziudzanowie. Nie można inaczej bo taka jest wola Czytelników, którzy w klanowych rozgrywkach na ziemi dziudziawskiej w województwie burakowskim, widzą pewne paralele do sytuacji na Kurpiach i Podlasiu, czyli niedaleko od nas.

Więc teraz w listopadzie 2031 roku nadal w Dziudzanowie wszystko idzie tak samo jak wcześniej za tamtejszą prasą już relacjonowaliśmy. Cały czas dzięki wujkom „dobra rada” z Przeszysza i „czujne oko” z Dziudzanowa, umacniają się notowania klanu „dzieci przyszłości narodu”, ale nie tak żeby otrzymał w wyborach absolutną większość. Dlatego najbardziej na dzisiaj prawdopodobnym wariantem jest większościowa, choć tylko z minimalną przewagą, koalicja klanów „dominieckiego” i „cebeuwieckiego”. Wtedy starostą z ramienia „dominieckich” zostanie wieloletni kompetentny radny powiatowy, z dużym osobistym doświadczeniem rolniczym oraz w zakresie sektora komunalnego. Ważne to bo na dziudziawszczyźnie jest ponad siedem tysięcy gospodarstw rolnych. A wicestarostą od „cebeuwieckich” będzie obecny przewodniczący rady nadzorczej wodociągów, posiadający z racji pracy szeroką wiedzę o problemach oświaty.

Ale jak przewiduje sympatyczna dziennikarka z telewizji Dziudzia-TV, może się zdarzyć, że niedługo powstanie nowy klan z uroczą urzędniczką powiatową na czele, który w nazwie będzie miał coś wspólnego z płynięciem wody, a wtedy ugra on tyle, że razem z klanem „dzieci przyszłości narodu” stworzy silną większościową koalicję powiatową. Wówczas wicestarostą zostanie wielolet-

ni radny powiatowy z doświadczeniem edukacyjnym w zakresie kształcenia młodzieży artystycznej.

Oczywiście nadal bez zmian są wyjątkowo wysokie notowania obecnego prezydenta Dziudzanowa, który ponownie wygra w pierwszej turze z poparciem osiemdziesięciu dziewięciu procent.

Natomiast na rewolucję zapowiada się w pięciu gminach wiejskich, gdzie klan „dzieci przyszłości narodu” obsadzi stanowiska wójtów. W ten sposób „dzieciarnia” usunie od władzy samorządowców od pokoleń dominującego w powiecie klanu „dominieckiego”. Za przyczynę upatruje się rozczarowanie wyborców. – Wiadomo dlaczego, wiadomo – komentuje miła komentatorka rozgłośni Radio-Dziudzia.

Wracamy na ziemię ciechanowską. Ostatnio czyli w pierwszym tygodniu listopada 2031 roku była w naszej Redakcji atrakcyjna absolwentka Ogólniaka „Krasiniaka”, aby podzielić się wspomnieniami z romantycznie spędzonych w Liceum czterech lat szkolnych. To bardzo elegancka pani w wieku wczesnym emerytalnym. Przyszła w ładnym puchołym swetrze i obcisłych elastycznych spodniach, wydatnie wypuklających ozdoby elementu ciała kobiecego.

– Już od razu w pierwszej klasie zrobiło mi się romantycznie. Na dużej przerwie we wrześniu podszedł do mnie ładny chłopak i zagaądał, że chciałby ze mną chodzić. I tak przez pierwszą klasę chodziliśmy za rękę po Warszawskiej, koło Domu Kultury, alejką nad Łydynią do kładki i w prawo koło młyna do Warszawskiej, a tam do cukierenki która była na przeciw gdzie dzisiaj stoi

dom Pana Bieranowskiego. W drugiej klasie od razu poderwał mnie starszy o dwa lata wysoki uczeń z rodziny wysoko partyjnej, któremu rodzice dawali raz w tygodniu Fiata 125p, którym romantycznie woził mnie dookoła miasta oraz na lody do Opinogóry Górnej. W trzeciej klasie zaczęłam kręcić z jednym Guciem o rozbudzonych potrzebach. Już za drugim razem wziął mnie do siebie na chatę, gdy jego rodzice wyszli na miasto i od razu mnie, tego tamtego, no wiecie o co chodzi... I tak było przez trzy miesiące. Nawet muzyki nie puszczał, tylko od razu tego tamtego. W końcu mu powiedziałam: „Ja bym chciała romantycznie za rękę po Warszawskiej, a ty ciągniesz mnie bez przerwy na chatę i od razu tylko bara-bara i bara-bara. Znajdź sobie inną co jej w głowie tylko bara-bara i bara-bara”. Zaraz w ferie zimowe zaczęłam romantycznie chodzić za rękę ze spokojnym chłopcem, który się bardzo pilnie uczył, był nieśmiały do dziewczyn ale go poderwałam. Teraz jest doktorem habilitowanym i pisze książki. Widujemy się na zjazdach absolwentów „Krasiniaka”. Czwartą klasę przechodziłam z przystojnym chłopcem, który uwielbiał grać w koszykówkę i siatkówkę. Dobrze nam się chodziło, bardzo romantycznie. O, tak właśnie romantycznie spędziłam moje lata w Ogólniaku „Krasiniaku”, którego patronem jest wielki nasz Romantyk – rzekł Gość Redakcyjny, wstała i obróciła się ku drzwiom, a my jeszcze przez moment mogliśmy od tyłu podziwiać jej obcisłe elastyczne spodnie, wydatnie wypuklające romantyczne elementy ciała Pani Absolwentki.



A teraz coś z życia wiejskiego w powiecie. Dotarł do nas nowy numer Międzygminnego Biuletynu Kół Gospodyń Ludowych, przybliżający istotę i rolę lokalnych czarownic w życiu wiejskim. Na wstępie czytamy: „Współcześnie ogólną populację czarownic dzieli się według kryterium podziału na czarownice płci żeńskiej i czarownice płci męskiej. Czarownice płci żeńskiej są sympatyczne, tolerancyjne, otwarte na różne radości, mają poczucie humoru, są duszą życia wiejskiego. Na swoich sabatach gotują (zupy), smażą (kotlety), duszą (zeberka), pieką (ciasta), biją (pianę), czarują (wdziękiem), rzucają uroki (osobiste). Mają miotły, zamiatają przed i po sabacie. Z wartościami są w relacjach. Wystarczy wspomnieć pamiętne po dwakroć zapusty w Bądkowie w gminie Sońsk, gdy miejscowe i przyjezdne czarownice oblały się z zapustowymi księżmi w sutannach, koloratkach i czapczkach-

-prałatkach. Nie można wykluczyć, że do czarownic w Niechodzinie w gminie Ciechanów, niebawem z wizytacją może przyjechać grupa księży-zapustowców z terenu Kurpi, których czarownice powitają pysznymi kremówkami.” – m.in. czytamy w aktualnym wydaniu Międzygminnego Biuletynu Kół Gospodyń Ludowych.

Jeśli chodzi o charakterystykę czarownic płci męskiej, to jest wcale inaczej, uuu..., inaczej. Co o tym napisano w Biuletynie, podamy w kolejnym wydaniu PULSU.

A poza tym wszystko u nas O.K. Ludzie powszechnie chwalą naszą Panią Starostę i naszego Pana Prezydenta oraz prezesów TBS-u i PUK-u z żonami, a także wójta gminy Ciechanów i dyrektora Biblioteki na Warszawskiej, również z małżonkami.

Tyle. 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

ogłoszenie własne wydawcy

Nauka gry
na gitarze

Tel. 517 770 082

reklama

Spółeczna Szkoła Podstawowa STO
z Oddziałami Dwujęzycznymi
ROZPOCZĘŁA ZAPISY DO KLASY 1
NA ROK SZKOLNY 2023/2024

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

reklama

studio grafika

pracownia reklamy & drukarnia wielkoformatowa

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



Gwiazdą wieczoru była Katarzyna Stankiewicz.

Starostwo Powiatowe w Ciechanowie ze starostą Joanną Potocką-Rak na czele oraz Mazowiecka Izba Gospodarcza w Ciechanowie po raz trzeci zorganizowali Powiatowy Dzień Przedsiębiorczości. Była to okazja do tego by docenić i pogratulować najaktywniejszym przedsiębiorcom. Wręczono statuetki okolicznościowe w kilku kategoriach.

Powiatowy Dzień Przedsiębiorczości to również doskonała okoliczność do prezentacji dokonanych sukcesów i ciekawych projektów realizowanych przez przedsiębiorców działających na terenie naszego powiatu. Nie zabrakło akcentu muzycznego w wykonaniu działawianki - Katarzyny Stankiewicz, doskonale znanej szerokiej publiczności wokalistki zespołu Varius Manx. Część merytorycz-

III Powiatowy Dzień Przedsiębiorczości

Nagrody i podziękowania dla biznesu



Pamiętkowe zdjęcie wszystkich wyróżnionych oraz organizatorów.

ną spotkania zapewnił Mirosław Koźlakiewicz – przewodniczący rady nadzorczej firmy Cedrob S.A., wieloletni Poseł na Sejm RP oraz były sekretarz stanu w Kancelarii premiera, który wygłosił krótki wykład na temat przedsiębiorczości.

Tak jak w ubiegłym roku wręczono tytuł Kobiety Biznesu. W tym roku nagrodę otrzymała Helena Sędzicka, która od ponad 40 lat prowadzi w Ciechanowie przy ul. Okrzei sklep zielarsko-medyczny.

W kategorii „Przedsiębiorca z tradycjami” narodzono pięć firm:

- DOMET Jolanta Chmielewska-Burak, Piotr Burak
- MECH-BUD Kazimierz Jarczewski
- Gabinet Weterynaryjny Maxwet Katarzyna Rogalska-Gąsiorowska
- KOPTRANS Witold Piętko i Synowie

- Piekarnictwo, Cukiernictwo Paweł Dębiec

Biznes społecznie odpowiedzialny:

- Cedrob S.A.
- Nadleśnictwo Ciechanów
- Metaltech - Piasecki sp.j.
- Wojewódzki Ośrodek Ruchu Drogowego w Ciechanowie

Wyzwania inwestycyjne:

- PUK Sp. z o.o. - Prezes Mirosław Szymańczyk

Produkt roku:

- Ciechanowska Spółdzielnia Mleczarska
 - Piekarnia Dmochowsky - Grażyna Dmochowska, Jan Dmochowski
 - LONGINUS Rafał Dziliński
- Wszyscy goście mieli okazję skosztować wyrobów firm nagrodzonych w tej kategorii.



Wyróżnienia Mazowieckiej Izby Gospodarczej w Ciechanowie.

Wyróżnienia Mazowieckiej Izby Gospodarczej w Ciechanowie:

- CHROMAVIS SERVICES Sp. z o.o.
- Bank Spółdzielczy w Płońsku Oddział w Ciechanowie
- Usługi Produkcyjno-Montażowe Humięcki Piotr

Wyróżnienia Starosty Powiatu Ciechanowskiego:

- PHU Kazimierz Orłowski
- Zajazd TUR - Mirosław Płoski
- MAGMAR Marcin Biliński
- FLORA-Z - Szkołka roślin ozdobnych

w Ciechanowie - Anna i Paweł Zaluscy
- MAGBUD Waldemar Sobiecki

Ambasadorem Powiatu Ciechanowskiego został sportowiec - Szymon Ogonowski - Mistrz Europy i Mistrz Świata m.in. w biegach na 400 metrów Masters. Wszystkim nagrodzonym serdecznie gratulujemy!

Zapraszamy do obejrzenia obszernej fotorelacji z tego wydarzenia na naszym portalu www.pulsciechanowa.pl w zakładce Fotorelacje.

PP

Dostojnym krokiem przez ul. Warszawską

„Polonez dla Niepodległej”

11 listopada obchodziliśmy 104. rocznicę odzyskania przez Polskę Niepodległości. Z tej okazji spod budynku Starostwa Powiatowego w Ciechanowie wyruszył barwny korowód. Uczestnicy w rytmie polskiego tańca narodowego, jakim jest polonez kroczyli wprost do Powiatowego Centrum Kultury i Sztuki.

„Polonez dla Niepodległej” już po raz kolejny zaistniał na ciechanowskim deptaku. Udział wzięli w nim nie tylko tancerze ciechanowskiego Ludowego Zespołu Artystycznego, ale także liczne grono mieszkańców, samorządowcy i reprezentanci różnych środowisk z terenu powiatu.

- Tanecznym krokiem dotarliśmy do PCKiSz. Stworzyliśmy białą-czerwoną flagę a wspólnie z „Ludowym Zespołem



Artystycznym CIECHANÓW” śpiewaliśmy znane patriotyczne pieśni – relacjonują organizatorzy.

Żywa biała-czerwona flaga została uwieczniona na zdjęciach z drona.



W Galerii im. Bolesława Biegasa otwarto w tym czasie nową wystawę malarstwa Zdzisława Kruszyńskiego pt. „Historia w portretach zapisana”.

Nie zabrakło również pysznej, gorącej grochówki.

- Święto Odzyskania Niepodległości, to podkreślenie jak ważna jest wolność, suwerenność, niezależność, ale też szacunek dla naszej historii, kultury i tradycji.

Czy przetrwalibyśmy pod zaborami jako Naród ponad wiek, gdyby nie dbałość o przekazywanie z pokolenia na pokolenie naszej historii, języka czy polskich tradycji? Dziś wspólnie z Mieszkańcami Powiatu, rodzinie i tanecznym krokiem, w rytmie najbardziej polskiego tańca narodowego - Poloneza, świętowaliśmy jedno z najważniejszych wydarzeń w naszej historii – podkreśla starosta Joanna Potocka-Rak – inicjatorka tego przedsięwzięcia.

PP



PP

reklama

pakersi
PRZESYŁKI KURIERSKIE

ul. M.M.Kolbe 45
507 236 633 ciechanowkolbe@pakersi.pl

Z nami nadasz lub odbierzesz przesyłki:

- od kopert po palety,
- niestandardowe,
- międzynarodowe.

OTWARCIE 16.11.2022

ODBIÓR PACZEK OD KLIENTA

PON.-PT. 9-18 SOB. 9-14



Konsultacje prawne w biurze poselskim

Zadzwoń i umów się
na spotkanie

Rafał Romanowski
Poseł na Sejm RP

Tel. 539 620 050

Ul. Ściegiennego 2
06-400 Ciechanów

Investycja zrealizowana rok przed terminem!

Otwarcie drogi w Rydzewie

Mieszkańcy Rydzewa korzystają już z nowej, bezpiecznej i estetycznej drogi wiodącej przez ich miejscowość. Symbolicznego otwarcia dokonano podczas pikniku zorganizowanego przez inwestora, czyli Starostwo Powiatowe w Ciechanowie.

Wartość tej powiatowej inwestycji przekroczyła 5 mln zł. Podczas sobotniego spotkania nie zabrakło podziękowań i smacznego poczęstunku. Były również atrakcje dla najmłodszych, zawody w grybobraniu oraz odpalanie Fiata 126p „na popych”.

- To jedna z większych inwestycji drogowych jakie zrealizowaliśmy w tym roku. Wartość zadania to ponad 5 mln zł, z czego 3 mln to dofinansowanie z Samorządu Województwa Mazowieckiego. Zadanie zgodnie z deklaracjami Generalnego Wykonawcy Firmy Strabag Sp. z o.o. zostało zrealizowane rok przed terminem. Inwestycję prowadził i nadzorował Powiatowy Zarząd Dróg w Ciechanowie – informuje starosta Joanna Potocka-Rak.

Zapraszamy do obejrzenia fotorelacji z tego wydarzenia na naszym portalu www.pulsciechanowa.pl



for. Piotr Pszczółkowski

Powiatowy Dzień Nauczyciela 2022

Belfer Roku i inne wyróżnienia...



for. Piotr Pszczółkowski

Po raz pierwszy w sali widowiskowej Powiatowego Centrum Kultury i Sztuki im. Marii Konopnickiej został zorganizowany Powiatowy Dzień Edukacji. Była to okazja do wyróżnienia nauczycieli przedszkoli, szkół podstawowych i średnich z terenu powiatu ciechanowskiego. Dziękowano za trud i poświęcenie, wykazywane każdego dnia w odpowiedzialnej i niełatwej, ale także pięknej pracy pedagogicznej.

Tytuł Belfer Roku 2022 w kategorii przedszkoli otrzymali: Wioletta Tobolska – nauczycielka Miejskiego Przedszkola nr 1 w Ciechanowie, Wiera Pazyrova – nauczycielka MP nr 3, Aldona Ostrowska – nauczycielka MP nr 5, Agnieszka Kraśniewska – nauczycielka MP nr 6, Dorota Moczulak – nauczycielka MP nr 10 oraz Karolina Rzeczkowska – nauczycielka Niepublicznego Przedszkola „Akademia Przedszkolaka” w Ciechanowie.

W kategorii szkoły podstawowe: Zbigniew Baranowski – nauczyciel Szkoły Podstawowej nr 4 w Ciechanowie, Piotr Deska – nauczyciel SP 5, Małgorzata Nowakowska – nauczycielka SP 7 oraz Wiesław Balcerzak – nauczyciel Zespołu Placówek Oświatowych w Gołyminie Ośrodku.

W kategorii szkoły ponadpodstawowe: Jarosław Piech – nauczyciel I Liceum Ogólnokształcącego w Ciechanowie, Agnieszka Rumińska – nauczycielka Zespołu Szkół nr 1, Jacek Hryniewicz – nauczyciel ZS nr 2, Dariusz Kołakowski – nauczyciel ZS nr 3, Ewa Zmijewska – nauczycielka ZST CKU, Marcin Talarek – nauczyciel ZDZ, Agnieszka Jasińska – nauczycielka I LO CN-B.

W kategorii poradnie, specjalny ośrodek szkolno – wychowawczy: Małgorzata Niestępska – nauczycielka Specjalnego Ośrodka Szkolno – Wychowawczego w Ciechanowie oraz Aneta Tucholska – pedagog w Poradni Psychologicznej – Pedagogicznej w Ciechanowie.

Podziękowania dla dyrektorów przedszkoli, szkół i placówek otrzymali:

Przedszkola: Renata Kowalik - Miejskie Przedszkole Nr 1 w Ciechanowie, Izabella Grabowska – MP 2, Ewa Kaczyńska – MP 3, Agata Rybka-Szczepańska – MP 4, Hanna Bonisławska – MP 5, Barbara Derbin – MP 6, Wiesława Milewska – MP 8, Bożena Wernik – MP 10, Iwona Romanowska - Niepubliczne Przedszkole „Akademia Przedszkolaka”, Zenon Czaplicki - NP Akademia Krasnoludków, Barbara Lusawa – NP Muzyczne Do-Re-Mi, Magdalena Banasiak - NP Kinder, Katarzyna Kowalska - NP Akademia Małych Od-

krywców oraz Beata Pilacińska - NP Stumilowy Las.

Szkoły podstawowe: Jarosław Krauze - SP Nr 1 w Ciechanowie, Andrzej Niestępski - SP nr 3, Barbara Kamińska - SP nr 4, Dorota Stryewska - SP nr 5, Agata Pawłowska - SP nr 6, Tatiana Sęk - SP TWP w Ciechanowie, Anna Zadrozna - SP w Gołyminie Ośrodku, Anna Sylwia Radziejewicz - SP w Ościsłowie, Marlena Gałęziewska - SP w Grudusku, Iwona Ożarowska - SP w Humiecinie, Agnieszka Bakalarska - SP w Gąsolinie, Dariusz Mosakowski - SP w Sońsku, Olga Kobylecka - SP w Bądkowie, Agnieszka Kochmańska - SP w Kałęczynie, Krystyna Ślubowska - SP w Żeńboku, Izabela Miklaszewska - SP w Kołaczku oraz Henryk Chojnacki - SP w Woli Wierzbowskiej.

Szkoły ponadpodstawowe oraz poradnia psychologiczno-pedagogiczna:

Marzanna Zmysłowska Dyrektor I LO w Ciechanowie, Maciej Wojciechowski ZS 1, Tomasz Gumulak ZS 2, Marzena Chodkowska ZS 3, Ewa Krajca ZST CKU w Ciechanowie. Kamil Kowalski I LO PUL, Agata Pytel I LO CN-B, Iwona Romanowska Dyrektor Szkoły Ponadpodstawowych Zakładu Doskonalenia Zawodowego w Ciechanowie oraz Wiesława Machul Dyrektor Poradni Psychologicznej – Pedagogicznej w Ciechanowie.

Zostały również wręczone wyróżnienia za działalność na rzecz ochrony przeciwpożarowej na terenie województwa mazowieckiego oraz przygotowywanie dzieci i młodzieży do turniejów wiedzy połączonych z przyznaniem przez Mazowieckiego Komendanta Wojewódzkiego Państwowej Straży Pożarnej nadbryg. Jarosława Nowosielskiego. Wyróżnienia otrzymali:

Edyta Bartoń – nauczycielka edukacji wczesnoszkolnej, pedagog w Szkole Podstawowej w Bądkowie, Barbara Kamińska – dyrektor Szkoły Podstawowej nr 4 w Ciechanowie,

Paweł Kaczyński – prezes Zarządu Płockiego Uniwersytetu Ludowego,

Sławomir Konstantynowicz – nauczyciel Szkoły Podstawowej w Głinojecku,

Paweł Pawłowski – nauczyciel Zespołu Szkół nr 1 w Ciechanowie

plut. Rez. Adam Pytel – wykładowca w I liceum Ogólnokształcącym CN-B Feniks w Ciechanowie

Rafał Traczyk – nauczyciel Szkoły Podstawowej w Kraszewie

Wszystkim nagrodzonym serdecznie gratulujemy.

PP

Edukacja

Stypendia starosty

Najlepsi maturzyści i finaliści olimpiad przedmiotowych otrzymali podziękowania i gratulacje w formie stypendiów starosty. Obecnie są już studentami na różnych kierunkach studiów i uczelniach, ale jeszcze niedawno uczęszczali do ciechanowskich szkół średnich.

Stypendia wręczyła starosta Joanna Potocka-Rak wraz z wicestarostą Markiem Marcinkowskim, Radną Rady Powiatu Barbarą Kamińską i Dyrektorem Powiatowego Centrum Usług Wspólnych Anetą Głuszniewską.

- Mieliliśmy ogromną przyjemność pogratulować świetnych wyników w nauce i podziękować za pracę i zaangażowanie naszej zdolnej młodzieży, nauczycielom, dyrektorom szkół oraz oczywiście rodzicom i opiekunom – relacjonuje starosta.

Tegoroczni stypendyści starosty ciechanowskiego:

- I Liceum Ogólnokształcące im. Z. Kasińskiego w Ciechanowie: Maria Smoleńska, Mateusz Maksymilian Filipowicz, Natalia Bober,

- Zespół Szkół Nr 1 im. gen. J. Bema w Ciechanowie: Dawid Piotrowski, Daria Bystrzak, Igor Pątkowski,



for. Piotr Pszczółkowski

- Zespół Szkół Nr 2 im. A. Mickiewicza w Ciechanowie:

Agata Wróblewska, Jakub Michał Wierzbą, Łukasz Wyjadłowski

- Zespół Szkół Nr 3 im. S. Staszica w Ciechanowie: Rajmund Mikołaj Niszczoła, Damian Kirzyc,

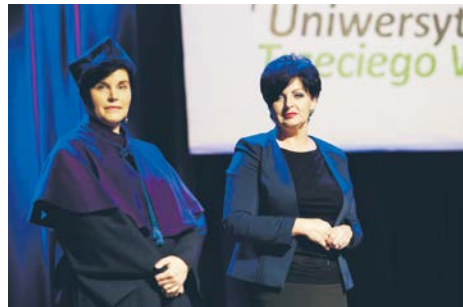
- Zespół Szkół Technicznych Centrum Kształcenia Ustawicznego im. S. Płoskiego w Ciechanowie: Kamil Smoliński.

Gratulujemy wszystkim wyróżnionym!

PP

Inauguracja roku akademickiego PUTW

Babcia i dziadek na uniwersytecie



Uroczyste zainaugurowano nowy rok akademicki 2022/2023 Powiatowego Uniwersytetu Trzeciego Wieku w Ciechanowie. Działający od 4 grudnia 2019 roku PUTW liczy już sobie ponad 500 słuchaczy. „Studenti” aktywnie uczestniczą w działaniach uniwersytetu.

Gala inauguracyjna odbyła się w październiku w Powiatowym Centrum Kultury i Sztuki w Ciechanowie, słuchacze odebrali swoje indeksy oraz wysłuchali wykładu inauguracyjnego, który wygłosił dr Jan Maria Jackowski – Senator RP.

- Przed naszymi studentami wiele spotkań, wykładów naukowych, zajęć edukacyjnych, artystycznych, teatralnych, a także sportowych. Już dzisiaj życzymy, aby cały rok akademicki był tak pełen energii jak inauguracja – podkreślają koordynatorzy PUTW.

Opiekę nad PUTW sprawuje Starostwo Powiatowe w Ciechanowie oraz Państwowa Uczelnia Zawodowa im. Ignacego Mościckiego w Ciechanowie, zaś merytorycznie za zajęcia i realizację działań odpowiada Powiatowe Centrum Kultury i Sztuki im. Marii Konopnickiej w Ciechanowie.

Głównym celem działania Uniwersytetu jest umożliwienie mieszkańcom w dojrzałym wieku rozwoju osobistego w różnych dziedzinach wiedzy i życia. W ramach zajęć słuchacze uczestniczą w zajęciach tanecznych, teatralnych, plastycznych, z zakresu informatyki, języków obcych, historii regionalnej, a także oświaty prozdrowotnej. Opiekunowie myślą również o doznaniach artystycznych i rozrywkowych. W ciągu roku akademickiego słuchacze świętują ważne dni (Boże Narodzenie, Walentynki, Ostatki), jak również uczestniczą w koncertach oraz seansach filmowych.

Powołana spośród słuchaczy Powiatowa Rada Seniorów na bieżąco reaguje na nowe zainteresowania „uczniów” według ich potrzeb i możliwości. W siedzibie Starostwa Powiatowego w Ciechanowie działa Powiatowe Biuro Seniora, które służy w każdej chwili pomocą i doradztwem. Jest ono również miejscem, w którym wszyscy słuchacze mogą spędzić miło czas przy dobrej kawie, omawiając plany na dalszą przyszłość PUTW.

PP



for. PP

WiR w Radzie Powiatu Ciechanowskiego

Starosta wciąż jest starostą

W Radzie Powiatu Ciechanowskiego powstał nowy Klub Radnych. WiR, czyli Współpraca i Rozwój tworzą cztery kobiety, które do niedawna zasiadały w klubie PSL.

Oczywistą liderką nowego klubu jest starosta Joanna Potocka-Rak. Przypomnijmy, że kilka tygodni temu złożyła ona rezygnację z członkostwa w PSL. Zarząd partii w tej sytuacji cofnął jej rekomendację na stanowisko starosty oraz usunął z Klubu Radnych PSL.

Starosta wciąż jest starostą, pomimo tego, że wielu spodziewało się utworzenia nowej koalicji w Radzie Powiatu i powołanie nowego zarządu. Jak dotychczas tak się stało. Wyloniła się natomiast nowa siła polityczna.

- Współpraca i Rozwój - to proste słowa, za którymi kryje się nie tylko dużo treści, ale też prawdziwy WiR możliwości. Wspólnie z Jolantą Teklińską, Ireną Gawa-



Klub Radnych WiR tworzą (na zdjęciu od lewej): Joanna Potocka-Rak, Jolanta Teklińska, Irena Gawarecka i Barbara Kamińska.

recką i Barbarą Kamińską, powołałyśmy nowy Klub w Radzie Powiatu Ciechanowskiego. Drogie Panie, pragnę serdecz-

nie podziękować, za wsparcie, pomoc, a przede wszystkim zrozumienie celów naszej dotychczasowej współpracy. Zależało mi i zależy, nie tylko na zmianie wizerunkowej Powiatu, realizacji potrzebnych inwestycji, rozwoju w różnych obszarach, ale też na zwróceniu uwagi, że Powiat to przede wszystkim ludzie, nasi mieszkańcy, którzy potrzebują wsparcia, zauważenia i docenienia. Wiem, że to nie były łatwe decyzje wymagające kręgosłupa, a nie tak dziś popularnej i wygodnej struny grzbietowej, dlatego jeszcze raz Drogie Panie bardzo dziękuję za ogromne wsparcie i pomoc – informowała starosta Joanna Potocka-Rak.

Obecnie w Radzie Powiatu najliczniejszym klubem jest opozycyjny PiS, który liczy 7 radnych. Po 4 radnych mają WiR oraz Ciechanowskie Bezpартyjne Ugrupowanie Wyborcze. PSL ma obecnie 3 radnych, 2 przedstawicieli ma PO, a jeden radny reprezentuje ugrupowanie Prawi i Solidarni.

PP

Kościelne personalia

Habemus Episcopus!

Biskup Szymon Stułkowski, dotychczasowy Biskup Pomocniczy Archidiecezji Poznańskiej, został mianowany nowym Biskupem Płockim. Zastąpił bp. Piotra Libere, który w czerwcu złożył rezygnację z przyczyn zdrowotnych.

O tym, że Papież Franciszek nominował nowego Biskupa Diecezji Płockiej poinformował w komunikacie arcybiskup Salvatore Pennacchio - Nuncjusz Apostolski w Polsce.

Bp Szymon Stułkowski urodził się 21 lutego 1961 r. w Rokietnicy. Święcenia kapłańskie przyjął 15 maja 1986 r. w Poznaniu. 24 maja 2019 r. Papież Franciszek

mianował ks. Szymona Stułkowskiego Biskupem Pomocniczym Archidiecezji Poznańskiej i przydzielił mu stolicę tytularną Tabalta. Sakrę biskupią przyjął z rąk Arcybiskupa Stanisława Gądeckiego 9 czerwca 2019 r. w katedrze poznańskiej. Hasłem posługi biskupiej są słowa „Vos autem dixi amicos” (Nazwałem was przyjaciółmi).

Ingres, czyli liturgiczna uroczystość rozpoczynająca posługę pasterską bp. Szymona Stułkowskiego odbędzie się 26 listopada o godz. 11.00 w katedrze płockiej.



AI bp Szymon Stułkowski

Hala widowiskowo-sportowa przy ul. 17 Stycznia przejdzie pierwszy od 2006 roku remont. Istniejącą drewnianą podłogę zastąpi nowa, syntetyczna nawierzchnia sportowa. Miasto pozyskało dofinansowanie na ten cel.

Zarządzana przez Miejski Ośrodek Sportu i Rekreacji hala to obiekt użyteczności publicznej o kubaturze ponad 30 tys. m² i powierzchni 4,2 tys. m². Jego najważniejszą częścią jest główna arena sportowa o wymiarach 48 m x 27 m z trybunami na 550 miejsc. Na arenie znajdują się cztery centralne boiska do piłki ręcznej, siatkowej, piłki koszykowej i futsalu.

Wysłużona, drewniana podłoga o powierzchni ponad 1,4 tys. m² zostanie wymieniona na nową. Na legarach zamontowana będzie równa nawierzchnia syntetyczna o grubości min. 9 mm.

Całkowita wartość zadania to blisko 700 tys. zł. Dofinansowanie w ramach rządowego programu „Sportowa Polska 2022” wyniesie 277.400 zł. Pozostałe koszty realizacji inwestycji miasto pokryje ze środków własnych. – To będzie kolejna sportowa inwestycja miasta. Nie koncentrujemy się tylko na nowych obiektach, ale

Miejski Ośrodek Sportu i Rekreacji

Będzie remont hali



Hala widowiskowo-sportowa przy ul. 17 Stycznia 60 C.

także chcemy unowocześniać te już istniejące. Dobrze, że istnieją programy wsparcia, z których możemy pozyskać choć część środków finansowych na potrzeby koniecznych remontów – podkreśla prezydent Krzysztof Kosiński.

Niebawem rozpocznie się postępowanie przetargowe celem wyłonienia wykonawcy prac. – Wcześniej chcemy odwiedzić podobne obiekty funkcjonujące w innych

miastach i zobaczyć jak sprawdzają się zastosowane tam rozwiązania. Zależy nam, by nawierzchnia miała charakter uniwersalny i sprawdzała się przy takich grach zespołowych jak piłka ręczna, siatkowa czy koszykówka. Będziemy się w tej sprawie konsultować z klubami sportowymi korzystającymi z hali – zapowiada Jerzy Omieciński – dyrektor MOSiR.

AI

Stowarzyszenie „Wolontariat Pamięci”

Zebrano ponad 25 tys. zł!



Na Cmentarzu Parafialnym przy ul. Płońskiej od lewej: Ksenia Kowalska (wolontariuszka ze Stowarzyszenia „Wolontariat Pamięci”), Katarzyna Bochnia (nauczycielka jęz. angielskiego w Zespole Szkół nr 2 im. Adama Mickiewicza w Ciechanowie), Szymon Bochnia (uczeń klasy 2c w Szkole Podstawowej TWP w Ciechanowie), Roman Niesiołowski (przedstawiciel Stowarzyszenia „Wolontariat Pamięci”) oraz Nikola Zajkowska i Anastazia Nawotka (uczenice klasy 2 hpb w ZS nr 2).

Z wstępnego przeliczenia wynika, że prowadzona na cmentarzach naszego miasta kwesta na rzecz renowacji zabytkowych grobów osób szczególnie zasłużonych dla ziemi ciechanowskiej przyniosła 25.200 zł.

Kwestę przeprowadzono w dn. 30-31 października i 1 listopada na Cmentarzu Komunalnym przy ul. Gostkowskiej oraz na Cmentarzu Parafialnym przy ul. Płońskiej. Odbyła się ona z inicjatywy Stowarzyszenia „Wolontariat Pamięci” już po raz piąty. Patronat nad zbiórką publiczną objęli: Prezydent Miasta Ciechanów, Akcja Katolicka i ciechanowskie parafie. Kwestowali, m.in.: samorządowcy, nauczyciele, uczniowie, przedsiębiorcy, dziennikarze, działacze organizacji religijnych, społecznych i kulturalnych. Redakcja PULSU sprawuje nad kwestą patronat medialny.

Za naszym pośrednictwem organizatorzy dziękują wszystkim wolontariuszom i darczyńcom. – W sposób szczególny dziękuję kwestującej młodzieży. Wierzę, że dla uczniów była to doskonała lekcja lokalnego patriotyzmu oraz sz-

cunku dla osób zasłużonych dla naszego miasta. Dziękuję wszystkim darczyńcom, dzięki którym zebraliśmy tak dużo środków – powiedział nam Roman Niesiołowski - przedstawiciel Stowarzyszenia „Wolontariat Pamięci”.

W latach 2016-2022, dzięki działalności „Wolontariatu Pamięci” odrestaurowano czternaście zabytkowych nagrobków na cmentarzu przy ulicy Płońskiej, w tym pięć nagrobków księży (Remigiusza Jankowskiego, Józefa Kwiatkowskiego, Wiktora Radzikowskiego, Piusa Sękusa i Marceliego Olszewskiego) oraz dziewięć nagrobków osób świeckich (Stefana Śmietanko, Walentego Wolskiego, Rodziny Dembowskich, Tomasza Klonowskiego, Julii Kratowskiej, Ludwika Bromirskiego, Jadwigi Pruszkowskiej oraz dwóch Osób Nieznanych). Kolejnym wybrany do renowacji w 2023 roku, i latach następnych, jest nagrobek mieszczańsko-rolniczej rodziny Ostrowskich z Ciechanowa, znanej z postawy patriotycznej i zaangażowania społecznego.

AI

reklama

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

reklama

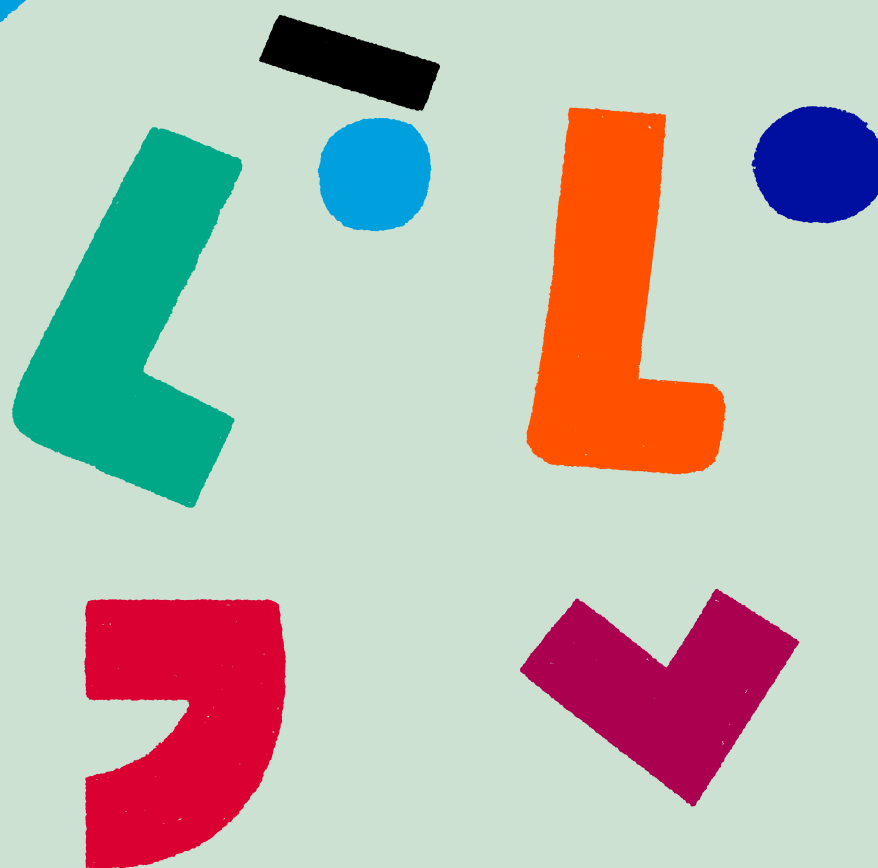
Muzyczny
www.muzyczny.eu
instrumenty muzyczne * komis * nagłośnienie imprez
sprzęt Hi-Fi * kino domowe * oświetlenie sceniczne
ul. Ks. Piotra Ściegłennego 10/12 tel. 23 671 18 04, kom. 602 192 071
06-400 Ciechanów e-mail: sklep@muzyczny.eu

reklama

FIRMA SPRZĄTAJĄCA CZYŚCI-CIECH
Ewa Puternicka
* sprzątanie mieszkań i biur * pranie dywanów i tapicerki
* mycie okien * i wiele innych...
tel. 508 600 144 e-mail: czysci-ciech@wp.pl

zmieniaj z nami mazowsze

ty zgłaszasz
my realizujemy!



Zgłoś projekt do Budżetu
Obywatelskiego Mazowsza
od 21 listopada 2022 r.
do 13 stycznia 2023 r.
bom.mazovia.pl

BOM BUDŻET
OBYWATELSKI
MAZOWSZA

Mazowsze.
serce Polski



ARNICA DDOM

*miejsce w którym
króluje uśmiech i zdrowie*

Dzienny Dom Opieki Medycznej w Ciechanowie (DDOM) jest przede wszystkim wygodną formą kompleksowej rehabilitacji i opieki nad osobami wymagającymi pomocy innych osób aby móc funkcjonować. Został stworzony z myślą o pacjentach, którzy chcą wrócić do samodzielności, a którzy z różnych przyczyn nie mają możliwości szybkiej i efektywnej rehabilitacji, stymulacji procesów poznawczych, aktywizacji psychofizycznej oraz ograniczony dostęp do badań diagnostycznych i konsultacji lekarskich. Podczas szóstego turnusu rozmawialiśmy z kilkoma podopiecznymi DDOM-u. Poza niewątpliwymi zaletami prozdrowotnymi bardzo wysoko cenią sobie oni pobyt w kategoriach towarzyskich. Okazuje się, że jest to również miejsce, w którym podopieczni nie czują się samotni, nawiązują nowe przyjaźnie, czują się potrzebni a co równie ważne - po prostu bezpiecznie.



Jadwiga

Pilitowska (86 lat)

Uważam, że takie programy jak DDOM, które motywują starszych ludzi do wyjścia z domu, są bardzo potrzebne. Dodam, że są wśród nas także osoby, które nie poruszają się o

własnych siłach (mają zapewniony transport), również chętnie korzystają z udziału w projekcie. Przychodzą, otrzymują to co jest ujęte w regulaminie, ale przede wszystkim, nie siedzą sami w czterech ścianach i nie są pozostawieni samym sobie.

Mamy tu znakomitą opiekę. Jest lekarz, psycholog, dietetyk oraz pielęgniarka, którzy opiekują się nami najlepiej jak potrafią. Mamy tu także wspierającą opiekę fizjoterapeutów i opiekunek medycznych, a w razie potrzeby możemy skorzystać z porady lekarskiej poza kolejnością. Poza tym, bardzo ważne jest to, że mamy okazję poznać nowe osoby, a niejednokrotnie te znajomości przechodzą w przyjaźnię. Nie raz dzwoniśmy do siebie, gdy akurat nie możemy przyjechać do DDOM-u, żeby zapytać po prostu co słychać. Mamy tu wyżywienie, co jest bardzo ważne. Otrzymujemy trzy posiłki: drugie śniadanie, obiad i podwieczorek – to czego jeszcze więcej można chcieć... Cały personel w DDOM-ie bardzo się angażuje w swoją pracę i opiekę nad nami, za co serdecznie dziękujemy.



Jadwiga

Zimnowoda (78 lat)

Ja przebywam tu od trzech miesięcy, natomiast mój mąż od czterech. Niestety z przyczyn zdrowotnych nie mogę kontynuować pobytu, ponieważ zostałam zakwalifikowana

do operacji. Bardzo dobrze nam się tu spędzało czas. Pobyt w DDOM-ie proponowała nam lekarz rodzinna. Najpierw mężowi, a potem mi.

Mąż ma chorobę Parkinsona. Choroba jest bardzo zaawansowana - wcześniej w domu bardzo słabo się poruszał, a teraz po kilku miesiącach pobytu, chodzi bez laski. Pomogła mu rehabilitacja zapewniona w DDOM. Codziennie przychodziliśmy tu na pieszo.

Ja jestem bardzo zadowolona z basenu, z którego korzystałam w trakcie pobytu w DDOM 2 razy w tygodniu po półtorej godziny. Na basenie mamy zajęcia rehabilitacyjne i gimnastykę. Schudłam 5 kilogramów.

Poza rehabilitacją mieliśmy dużo pogadanek, zajęć terapeutycznych ale także okazje do rozrywki i integracji. Wspólnie układaliśmy gry i puzzle, gotowaliśmy, piekliśmy ciasta i słuchaliśmy muzyki na żywo. Ogólnie było super.

To był bardzo dobry czas dla nas wszystkich. Przede wszystkim wyszliśmy z domu, nie patrzyliśmy na te puste cztery ściany, tylko byliśmy między ludźmi. Program jest elastyczny, do którego możemy sami proponować niektóre zajęcia.



Marianna

Leśniewska (91 lat)

Tak się składa, że ja jestem najstarsza w naszym gronie. W DDOM można przebywać maksymalnie cztery miesiące. Ja już jestem tu całe cztery miesiące. Jestem bardzo zadowolona z tego, że mogłam spędzić tu miło

czas. Przyznam, że w wieku 91 lat, właśnie tu po raz pierwszy w życiu skorzystałam z basenu. Najpierw bałam się tam wejść... Jeździłam wprawdzie nad morze z dziećmi, ale nie miałam okazji się nauczyć pływać. Tym bardziej, że wychowywałam się w okresie okupacji. Później poszłam do szkoły, następnie małżeństwo i dzieci, więc nie było

okazji nauczyć się pływać.

Dzieci niestety już nie mam, obydwie zmarły. Obecnie mieszkam z rodziną najstarszego wnuka.

Te ostatnie cztery miesiące w DDOM z pewnością będę wspominała bardzo miło. Czuję się lepiej po tej rehabilitacji, choć wiadomo, że wiek robi swoje.



Miroslawa

Giszczak (81 lat)

Ja jestem w DDOM pierwszy miesiąc, więc dość krótko. Jest mi bardzo miło, że tutaj się dostałam. Jestem samotna, dzieci, czyli dwaj synowie są daleko. Opiekują się

mną i zabierają czasem do siebie lub do lekarza. W DDOM możemy przebywać od poniedziałku do piątku w godzinach 8-16.

**Bardzo dziękujemy za miłe rozmowy
wszystkim czterem Paniom.**



**Zainteresowane osoby prosimy o bezpośredni kontakt
z Koordynatorem Projektu DDOM
Panią Agnieszką Wajmer – tel. 797 715 623
Szczegóły na stronie internetowej:
www.arnica.pl zakładka DDOM**



Fundusze Europejskie
Program Regionalny



**Rzeczpospolita
Polska**

Mazowsze.
serce Polski

Unia Europejska
Europejski Fundusz
Rozwoju Regionalnego



W Urzędzie Miasta Ciechanów odbyło się spotkanie Ambasadora Ukrainy w RP Wasyla Zwarycza, mera miasta Chmielnicki Oleksandra Symczyszyna i prezydenta Krzysztofa Kosińskiego, podczas którego przekazano kolejną pomoc dla miasta partnerskiego.

Ciechanów był pierwszym z polskich samorządów, który już w dniu rosyjskiej agresji na Ukrainę (24 lutego) zorganizował zbiórkę pomocy humanitarnej i od razu przekazał ją do miasta partnerskiego na terytorium Ukrainy - Chmielnickiego. Od tamtej pory miasto zorganizowało dziewięć transportów. 10 listopada z Ciechanowa wyjechała kolejna partia pomocy dla walczącej Ukrainy. W transporcie znalazły się 23 agregaty prądowórcze, 3 drony i 33 apteczki pierwszej pomocy.

- Dzisiaj w Ukrainie mamy niestety barbarzyńską agresję rosyjską. Reżim putinowski obnażył swoją nagość i moralne dno, a my ze swojej strony zyskaliśmy dumę narodową i zyskaliśmy prawdziwych przyjaciół, którymi jest przede wszystkim Polska i nasi braci i siostry Polacy. Ja wierzę w to, że dzięki Państwu wsparciu i dzięki Państwa

Ciechanów wspiera Ukrainę

Kolejna pomoc dla Chmielnickiego

pomocy my zwyciężymy. Chociaż Ciechanów nie jest największym miastem w Polsce, to jego mieszkańcy mają ogromne serca, w których mamy też miejsce my, jako naród ukraiński, walczący o naszą wolność i niepodległość. Każdy mieszkaniec Ciechanowa jest dla nas bohaterem. Dziękujemy za Waszą pomoc - powiedział ambasador Wasyl Zwarycz.

Organizację dotychczasowych transportów z pomocą humanitarną inicjowali władze miast partnerskich - prezydent Krzysztof Kosiński i mer Oleksander Symczyszyn, którzy pozostają w stałym kontakcie. Na ich apele w Ciechanowie pozytywnie odpowiedzieli mieszkańcy, przedsiębiorcy, samorządy w Polsce i za granicą, spółki miejskie i jednostki podległe miastu, placówki ochrony zdrowia, placówki oświaty, organizacje pozarządowe i wolontariusze.

- Na ręce prezydenta Ciechanowa składam podziękowania dla samorządu



Od lewej: Wasyl Zwarycz - Ambasador Ukrainy w RP, prezydent Krzysztof Kosiński oraz Oleksander Symczyszyn - mer ukraińskiego miasta Chmielnicki.

miasta i wszystkich ciechanowian, którzy wspierają nas w walce. Dziękuję za opiekę nad mieszkańcami Chmielnickiego i innych ukraińskich miast. Za przyjęcie naszych dzieci do Waszych szkół. To daje nam wsparcie w walce z rosyjskim okupantem. Potrzebujemy też pomocy materialnej, bo Rosjanie

dewastują i niszczą nasz kraj w niewyobrażalny i nieludzki sposób - podkreślił podczas spotkania mer Chmielnickiego Oleksander Symczyszyn.

W poprzednich transportach z Ciechanowa do Chmielnickiego pojechały 73 najwyższego standardu profesjonalne krótkofalówki z systemem szy-

frowania o wartości ponad 200 tys. zł, żywność, materiały higieniczne i medyczne, drony, noktowizory dla obrony cywilnej Chmielnickiego, 54 agregaty prądowórcze, karetka pogotowia przekazana przez władze Mazowsza i karma dla zwierząt - podopiecznych ośrodka szkolenia psów do pracy w ukraińskich służbach celnych.

- Wiemy, że Miasto Chmielnicki stało się w ostatnich tygodniach celem ataków. Wiemy, że jest atakowana infrastruktura energetyczna. Wiemy, że mogą występować problemy z prądem. Dlatego też przekazujemy dziś m.in. agregaty prądowórcze. Konkretnie, namacalnie kolejny już raz wspieramy z lokalnego poziomu Ukrainę. Jesteśmy solidarni i gwarantujemy jedno - nie zmęczymy się pomaganiem - powiedział prezydent Krzysztof Kosiński.

Ambasador Zwarycz wręczył prezydentowi Ciechanowa pamiątkowy dyplom w uznaniu szczególnego zaangażowania na rzecz rozwoju polsko-ukraińskiego partnerstwa oraz serdeczność, solidarność i wsparcie udzielane Ukrainie.

UM/AI

Fricke uruchomiło oddział w Ciechanowie

Fricke i John Deere już u nas

W Ciechanowie, przy ul. Aleja Unii Europejskiej 8, rozpoczął działalność nowy oddział Firmy Fricke - Autoryzowanego Dealera marki John Deere.

Firma Fricke prowadzi działalność w sektorze rolniczym od 1997 roku. Od 2003 roku jest Autoryzowanym Dealerem marki John Deere. - Specjalizujemy się w sprzedaży maszyn rolniczych, komunalnych oraz niezbędnych części i akcesoriów. W trakcie naszej działalności podjęliśmy współpracę z wieloma wiodącymi producentami techniki rolniczej, jak: Väderstad, Claydon, Kramer, Joskin, Bogballe, Samasz, Pronar, Bergman, Maschio Gaspardo, Mandam, Grimme i wiele innych. Prowadzimy również pełen serwis oraz magazyn części zamiennych. Autoryzowany serwis oraz odpowiednio zaopatrzony magazyn części pozwalają nam zapewnić szybką obsługę naszych Klientów - powiedział nam Piotr Czapliński - handlowiec z oddziału Fricke w Ciechanowie.

Ponad 25-letnie doświadczenie w handlu maszynami rolniczymi pozwoliło Firmie Fricke zbudować dobre i trwałe relacje zarówno z dostawcami, jak i Rolnikami. - Podstawą tej współpracy jest partnerstwo, ale również innowacyjność i ciągłe podążanie za zmieniającymi się trendami. Jako dostawca maszyn rolniczych wiodących marek zapewniamy szeroki wybór maszyn John Deere dostępnych na naszym placu wystawowym oraz fachową pomoc w doborze sprzętu do potrzeb gospodarstwa. Jesteśmy dealerem jutra John Deere - dlatego wspieramy Rolników w zakresie nowoczesnych technologii, oferując system z zakresu rolnictwa precyzyjnego wspierający gospodarstwa rolne w procesie nawożenia, siewu i zbioru - podkreśla Piotr Czapliński.

Fricke to najdynamiczniej rozwijająca się firma, będąca największym dostawcą sprzętu rolniczego oraz usług rolniczych w

Polsce północno-wschodniej. - Wiedza, wieloletnie doświadczenie oraz systematyczne podnoszenie kwalifikacji naszych specjalistów, pozwala zagwarantować najwyższą jakość obsługi. Nasi pracownicy są do dyspozycji Klientów. Ich wieloletnie doświadczenie oraz regularne szkolenia są gwarancją fachowej obsługi. Oferujemy oryginalne części do wszystkich maszyn firmy John Deere, oryginalne części zamienne do maszyn Väderstad oraz innych, części do ciągników i maszyn rolniczych Granit Parts, oleje, materiały eksploatacyjne oraz środki smarne firmy John Deere i Fuchs. Mamy w sprzedaży siatki i folie do sianokiszzonek firmy John Deere, ale także zabawki, ubrania ochronne i inne akcesoria - opowiada Janusz Matysiak - specjalista ds. części w oddziale Fricke w Ciechanowie.

Firma prowadzi serwis gwarancyjny i pogwarancyjny maszyn rolniczych

i komunalnych. - Zatrudniamy doświadczonych i świetnie wyszkolonych mechaników. Dysponujemy stacjami serwisowymi wyposażonymi w nowoczesne narzędzia i sprzęt diagnostyczny. Zapewniamy szybką i fachową naprawę gwarancyjną i pogwarancyjną oraz przeglądy okresowe maszyn. Sprawną obsługę zarówno w siedzibie firmy jak i w gospodarstwie Klienta, pomoc w zakresie

doboru materiałów eksploatacyjnych oraz środków konserwujących, a także dyżury zniwne. Zapewniamy zdalne wsparcie i serwis przy technologii John Deere. Zapraszamy do odwiedzenia naszego oddziału w Ciechanowie i zapoznania się z jego ofertą - zaprasza Adrian Motak - kierownik serwisu Regionu Mazowieckiego w Firmie Fricke.

PC



Siedziba ciechanowskiego oddziału Firmy Fricke, Autoryzowanego Dealera marki John Deere, znajduje się przy ul. Aleja Unii Europejskiej 8.



FRICKE

Maszyny Rolnicze



NOWY ODDZIAŁ FRICKE CIECHANÓW

- MASZYNY ROLNICZE
- ROLNICTWO PRECYZYJNE
- AUTORYZOWANY SERWIS
- CZĘŚCI OLEJE SMARY
- MATERIAŁY EKSPLOATACYJNE
- USŁUGI ROLNICZE

INFO: 783 222 777

MASZYNY: 539 076 372

CZĘŚCI: 539 078 175

SERWIS: 539 077 939

WWW.FRICKE.PL

Fricke Ciechanów
Aleja Unii Europejskiej 8
06-400 Ciechanów

Święto Niepodległości

Kwiaty dla Niepodległej

Ciechanowskie uroczystości upamiętniające kolejną rocznicę odzyskania przez Polskę niepodległości rozpoczęły się Mszą Świętą w intencji Ojczyzny w kościele farnym.

Dalsza część obchodów odbyła się tradycyjnie na Placu Marszałka Józefa Piłsudskiego. Odczytano Apel Poległych, delegacje złożyły kwiaty przed popiersiem Marszałka.

W uroczystości wzięli udział przedstawiciele samorządów miejskiego i powiatowego, parlamentarzystów, związków kombatanckich, instytucji, stowarzyszeń, placówek edukacyjnych i mieszkańców.

Przemawiał Krzysztof Kosiński – prezydent Ciechanowa, który mówił m.in.: „Patriotyzm to odwaga do stawiania sobie ambitnych celów, także tych wymagających dużych zmian. Patriotyzm to myślenie perspektywiczne, dalekosiężne plany oraz inwestowanie w spokojną przyszłość kolejnych pokoleń Polek i Polaków. Nie możemy myśleć tylko o sobie, nie może triumfować egoizm indywidualny, ale także nie może triumfować egoizm narodowy. To, co zrobimy dzisiaj bądź czego nie zrobimy dzisiaj będzie bezpośrednio wpływać na przyszłe losy Polski. A przecież wszyscy chcemy Polski niepodległej, niezależnej, suwerennej – także, a może przede wszystkim w obszarze bezpieczeństwa energetycznego”. Następnie z Placu wyruszyła Parada Niepodległości, w której udział wzięli motocykliści, rowerzyści, biegacze i miłośnicy nordic walking oraz mieszkańcy miasta.

Po części oficjalnej można było skosztować smacznej grochówki. Dzie-



Kwiaty składają przedstawiciele Mazowieckiej Izby Gospodarczej w Ciechanowie.



Kwiaty składa delegacja samorządu miejskiego z prezydentem Ciechanowa Krzysztofem Kosińskim na czele.

ci i młodzież uczestniczyły w „Lekcji Niepodległości” przygotowanej przez Miejską Bibliotekę Publiczną mieszczącą się w Krzywej Hali. Nie zabrakło również utworów patriotycznych śpiewanych na żywo przez ciechanowskich uczniów.

Organizatorem Miejskich obchodów Narodowego Święta Niepodległości był Urząd Miasta Ciechanów we współpracy z Hufcem ZHP Ciechanów, parafią rzymskokatolicką pw. św. Józefa w Ciechanowie, Miejską Biblioteką Publiczną, Miejską Orkiestrą Dętą OSP Ciechanów, I Liceum Ogólnokształcącym PUL im. 11 Pułku Ułanów Legionowych w Ciechanowie, I LO CN-B im. Polskich Spadochroniarzy w Ciechanowie, Klubem motocyklowym Wolny Wydech MC Poland, Klubem motocyklowym Black Pistons MC Poland, Klubem motocyklowym No Orders MC Poland, Rowerowym Klubem Korona, Stowarzyszeniem Mazovia ProActiv Ciechanów, Stowarzyszeniem Biegowo-Ekologicznym AS-FaltLove Dzikie, COEK Studio oraz Miejskim Ośrodkiem Sportu i Rekreacji w Ciechanowie.

PP



Władze powiatu ciechanowskiego ze starostą Joanną Potocką-Rak oraz wicestarostą Markiem Marcinkowskim.



Delegacja Ciechanowskiego Bezpartyjnego Ugrupowania Wyborczego.

for. Piotr Porzeczowski

Z okazji Święta Niepodległości w Klubie Senior+ w Gumowie (gm. Ciechanów) odbyło się międzypokoleniowe patriotyczne spotkanie artystyczne pod tytułem „W pokłonie dla Ojczyzny”.

W trakcie uroczystości piękny program artystyczny zaprezentowali uczniowie Szkoły Podstawowej im. 11 Pułku Ułanów Legionowych w Gumowie, uczniowie klasy „0” ze Szkoły Podstawowej TWP w Ciechanowie oraz sami Seniorzy.

Spotkanie, w którym wzięli udział m.in. Artur Frączkowski – zastępca Wójta Gminy Ciechanów oraz Jan Tomporowski – Radny Rady Gminy Ciechanów z Gumowa, zwieńczył słodki poczęstunek w postaci tortów w barwach narodowych.

AM/AI

Klub Senior+ w Gumowie

Święto Niepodległości u Seniorów



Przed Seniorami występują klasy „0” ze Szkoły Podstawowej TWP w Ciechanowie.

Fot. Archiwum Klubu Senior+ w Gumowie

ogłoszenie

Pani
Anecie Głuszniewskiej

*Dyrektor Powiatowego Centrum
Usług Wspólnych*

wyrazy głębokiego współczucia oraz słowa otuchy
z powodu śmierci

Taty

składają

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

ogłoszenie własne wydawcy

*Z głębokim żalem i niedowierzaniem
przyjęliśmy informację o śmierci*

MICHAŁA SOBIEWICZA

*Rodzinie i Bliskim
składamy*

wyrazy szczerzego współczucia

koledzy i przyjaciele
ze Szkoły Muzycznej Akademia Dźwięku

ogłoszenie własne wydawcy

Przewielebnemu Księdzu

Sławomirowi Trzasce

wyrazy szczerzego współczucia
z powodu śmierci

Mamy

składają

Wydawca i Redakcja
Magazynu Opinii Ziemi Ciechanowskiej PULS

ogłoszenie własne wydawcy

Z żalem przyjęliśmy wiadomość o śmierci

śp. Mariana Piętki

Rodzinie i Bliskim

składamy wyrazy szczerzego współczucia.

Wydawca i Redakcja
Magazynu Opinii Ziemi Ciechanowskiej PULS

Ciechanowskie Dyktando

Powalczą o Pióro Prof. Bralczyka

19 listopada odbędzie się siódma edycja Ciechanowskiego Dyktanda o Pióro Profesora Jerzego Bralczyka.

Tak jak w poprzednich latach zaplanowano rywalizację w kategoriach: urzędnicy, nauczyciele, przedsiębiorcy, dziennikarze, działacze organizacji pozarządowych, uczniowie klas VI, VII i VIII szkół podstawowych oraz uczniowie szkół ponadpodstawowych i studenci, służby mundurowe oraz kategoria open.

W tym roku dyktando zostanie zorganizowane 19 listopada (sobota) o godz. 10.00 w auli PUZ przy ul. Wojska Polskiego 51. Tekst podyktuje Szymon Kolecki. Tradycyjnie na wydarzeniu obecny będzie Prof. Jerzy Bralczyk, który wygłosi wykład.

Tematyka VII Ciechanowskiego Dyktanda o Pióro Prof. J. Bralczyka nawiązywała będzie do patronów 2022 roku ustanowionych przez Sejm RP: Marii Konopnickiej, Ignacego Łukasiewicza, Marii

Grzegorzewskiej, Wandy Rutkiewicz, Józefa Mackiewicza, Józefa Wybickiego oraz Romantyzmu Polskiego.

Zwycięzcy konkursu otrzymają nagrody rzeczowe i pamiątkowe statuetki.

Dyktando jest organizowane przez Urząd Miasta Ciechanów oraz Społeczne Towarzystwo Oświatowe – Koło Terenowe Nr 76 w Ciechanowie. Patronat nad wydarzeniem objął prezydent Krzysztof Kosiński.

UM/AI

Prezydent Ciechanowa Krzysztof Kosiński zaprasza na

VII Ciechanowskie DYKTANDO o Pióro Prof. Jerzego Bralczyka

19 LISTOPADA
GODZ. 10.00

AULA PUZ,
UL. WOJSKA POLSKIEGO 51

TEKST PODYKTUJE
SZYMON KOŁECKI

ZGŁOSZENIA DO 17 LISTOPADA

WIĘCEJ INFORMACJI: WWW.UMCIECHANOW.PL



Polska Miss Nastolatek 2022

Kolejny sukces Wiktorii!

Wiktorii Zimak z Gołotczyzny zakwalifikowała się do finału konkursu Polska Miss Nastolatek 2022, który odbędzie się 17 grudnia.

Przypomnijmy, że w lipcu br. reprezentantka naszego powiatu została wybrana Miss Nastolatek Województwa Mazowieckiego. Oprócz korony zdobyła także tytuły: Miss Nastolatek Foto Województwa Mazowieckiego oraz Miss Nastolatek JustBuyIt Województwa Mazowieckiego.

Wiktorii Zimak to 17-letnia licealistka z Gołotczyzny (gm. Sońsk). Jest uczennicą IV klasy (profil rehabilitacyjno-rekreacyjny) w III Liceum Ogólnokształcącym im. Stanisława Staszica w Ciechanowie.

- Nie spodziewałam się wejścia do Finału i wiadomość o tym bardzo mnie ucieszyła. Udział w konkursie wiele mnie nauczył i dlatego jestem bardzo szczęśliwa, że moja przygoda jeszcze się nie kończy. Dziękuję wszystkim za każdą okazaną mi formę wsparcia. To wiele dla mnie znaczy. Miejmy nadzieję, że i tym razem szczęście mi dopisze. Trzymajcie kciuki – powiedziała nam Wiktorii Zimak.

Naszej reprezentantce życzymy sukcesu w finale konkursu Polska Miss Nastolatek 2022.



Wiktorii Zimak

Fot. Justyna Dalecka (Studio Księżyc)

AI

reklama



**Ubezpieczenie
OC i AC**

6.020 zł kary za brak OC przez więcej niż 14 dni! Dlatego pamiętaj, że to obowiązkowe i nie zwlekaj z wykupieniem polisy Odpowiedzialności Cywilnej posiadacza pojazdu mechanicznego. Oprócz obowiązkowego OC warto mieć także dodatkowe AC.

- ✓ Zarówno OC jak i AC przypisane są do konkretnego samochodu, a nie do jego właściciela.
- ✓ OC pokrywa szkody osoby przez nas poszkodowanej (np. w wyniku spowodowania kolizji lub wypadku drogowego).
- ✓ AC likwiduje szkody które ponieśliśmy z własnej winy bądź nie znamy sprawcy.
- ✓ Zakres OC jest identyczny bez względu na zakład ubezpieczeń, różnica jest wyłącznie w cenie.
- ✓ Zakres AC jest różny w zależności od ubezpieczyciela, cena oczywiście też.

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

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

W ramach prowadzonego przez miasto procesu rewitalizacji i zagospodarowania zbiornika wodnego Krubin szpaler 40 drzew odgrodził kąpielisko od ulicy Sońskiej.

Niebawem pojawi się oświetlenie ciągu pieszo-rowerowego wokół głównego zbiornika. Zamontowane będą 22 słupy z energooszczędnymi lampami, co zapewni komfort i bezpieczeństwo użytkowników oraz doda uroku temu miejscu w godzinach wieczornych.

Inwestycje te są realizowane w ramach zwycięskiego projektu, który do Ciechanowskiego Budżetu Obywatelskiego złożył radny Wiesław Brzozowski. Jest to już piąty etap modernizacji terenu rekreacyjnego kąpieliska Krubin. Poprzednie cztery to także zasługa tego bardzo aktywnego radnego i mieszkańców, którzy głosowali na składane przez niego projekty.

W ubiegłym sezonie, również w ramach zwycięskiego projektu złożonego do CBO przez Wiesława Brzozowskiego, miasto powiększyło obszar ścieżek dla spacerowiczów i rowerzystów. Utwardzone dróżki o długości 365 metrów stworzyły wygodny układ komunikacyjny. Wykonano je z naturalnych kruszyw. Zamontowano kolejne ławki i kosze na odpady.

Inwestycja z Budżetu Obywatelskiego

Krubin wciąż pięknieje



Dzięki kolejnemu projektowi złożonemu do Ciechanowskiego Budżetu Obywatelskiego przez radnego Wiesława Brzozowskiego czterdziści buków oddzieliło teren kąpieliska od ulicy Sońskiej.

Wiesław Brzozowski w rozmowie z nami zapowiedział, że w tym roku także złoży ogólnomiejski projekt do Ciechanowskiego Budżetu Obywatelskiego. – W ramach szóstego etapu rewitalizacji tego terenu zaproponuję mieszkańcom wydłu-

żenie istniejących ścieżek pieszo-rowerowych o kolejne kilkaset metrów. Już dziś zachęcam do głosowania na ten projekt na początku przyszłego roku – mówi radny Brzozowski.

AI

Gmina Ciechanów

„Czerwone Korale” zainaugurowały działalność



Członkinie Koła Gospodyń Wiejskich „Czerwone Korale” w Kownatach Żędowych.

W Kownatach Żędowych (gm. Ciechanów), zorganizowaniem plenerowej imprezy, swą działalność zainaugurowało tamtejsze Koło Gospodyń Wiejskich „Czerwone Korale”.

Na stoiskach można było zakupić m.in. rękodzieło, przetwory oraz soki wyprodukowane przez członkinie KGW. Na wszystkich przybyłych czekał wysmienity poczęstunek, m.in.: kielbaski i karkówka z grilla, kartoflak, gro-

chówka, bigos oraz ciasta. Był też wspólny tort, a nawet lampka szampana.

W ramach części oficjalnej gratulacje dla aktywnych Pań z Kownat Żędowych oraz życzenia owocnej działalności przekazali: wójt Marek Kiwit, zastępca wójta Artur Frączkowski oraz Eugeniusz Olszewski – przewodniczący Rady Gminy Ciechanów.

W działalność KGW „Czerwone Korale” zaangażowanych jest ponad



Przewodnicząca Marzena Gross i wójt Marek Kiwit.

pięćdziesiąt Pań. Najmłodsza z nich ma 21 lat, a najstarsza 84. Średnia wieku to 40+. Kółem kieruje trzyosobowy zarząd w składzie: Marzena Gross – przewodnicząca, Renata Pietrzak – zastępca oraz Monika Delura – skarbnik. – W naszej działalności chcemy się skupić na integracji mieszkańców. W dzisiejszych czasach jest tak, że mieszkamy obok siebie a nawzajem się nie znamy. Postaramy się to zmienić, zachęcając wszystkich do wspólnych spotkań i działań na rzecz naszej lokalnej społeczności – powiedziała nam przewodnicząca Marzena Gross.

Podczas inauguracyjnego pikniku piękny koncert wokalny dała młoda mieszkanka Kownat Żędowych – Antonina Falkowska. Z kolei druhowie z OSP Malużyn prezentowali samochód oraz sprzęt strażacki.

Wiele atrakcji przygotowano dla najmłodszych. Były gry i zabawy, a także wielka dmuchana zjeżdżalnia. Wspaniałą niespodziankę sprawili dzieciom członkowie Grupy Motocyklowej Black Storks, którzy urządzili im przejażdżki na swoich wspaniałych maszynach. Wielką radość dała też dzieciakom Oliwia Zawadka, która zrobiła pokaz baniek mydlanych i chodzenia na szczudłach.

Wszyscy doskonale się bawili, co dobrze wroży przyszłej działalności Koła Gospodyń Wiejskich „Czerwone Korale”.

AI



Członkinie Koła Gospodyń Wiejskich „Czerwone Korale”, na zaproszenie posła ziemi płocko-ciechanowskiej Arkadiusza Iwaniaka (LEWICA), odwiedziły Sejm RP. Wycieczkę od strony organizacyjnej koordynował Sebastian Andrzejczak – asystent społeczny posła Iwaniaka.

Gmina Sońsk

Ponad pół miliona na drogi

Przebudowa ulic Słonecznej i Św. Floriana w Sońsku zostały dofinansowane przez Samorząd Województwa Mazowieckiego kwotą 515.881,63 złotych.

Łączny koszt inwestycji to 515.881,63 zł. W ramach zadania przebudowany zostanie odcinek ul. Słonecznej o długości ok. 372 m. Jezdnia zostanie pokryta nową nawierzchnią. Powstaną pobocza, chodnik oraz odwodnienie. Oprócz tego przebudowany zostanie odcinek ul. Św. Floriana o dłu-

gości ok. 415 m. Pojawią się nowa nawierzchnia i pobocza. Zmodernizowane będą też skrzyżowania oraz zjazdy.

– Cieszymy się z uzyskanego dofinansowania. To ważna i oczekiwana przez mieszkańców inwestycja. Dokumentację mamy już przygotowaną. Jeszcze w tym roku chcemy ogłosić przetarg. Prace rozpoczną się w przyszłym roku – powiedział nam wójt Jarosław Muchowski.

AI



Umowę w sprawie dofinansowania podpisali marszałek Adam Struzik oraz przedstawiciele Gminy Sońsk – wójt Jarosław Muchowski i skarbnik Katarzyna Pikus.

SPRAWDZAMY PULS RADNEJ

Irena Gawarecka

Radna Rady Powiatu Ciechanowskiego

- **Bliscy mówią na mnie...** odpowiedzialna, stanowcza i życzliwa dla każdego.
- **W samorządzie najbardziej lubię...** pracować na rzecz społeczności lokalnej, swoich wyborców i nie tylko.
- **Bycie mieszkańcem powiatu ciechanowskiego oznacza dla mnie...** zaszczyt i jednocześnie zobowiązanie.
- **Polityka dla mnie...** brudna i trudna.
- **Gdybym musiała zmienić zawód to wybrałabym...** to samo, czyli pracę z ludźmi.
- **Moim największym atutem jest...** podczas pracy zawodowej „w terenie” mam możliwość codziennego kontaktu z ludźmi, rozmów o ich potrzebach i problemach.
- **Moja największa słabość to...** brak czasu, mimo tego udaje mi się wywiązywać zawodowo i społecznie.
- **Jestem dumna z...** nawet tej najmniejszej rzeczy, sprawy, którą udało mi się zrealizować.
- **Żałuję, że...** w sumie niczego nie żałuję, poza tym, że czas szybko ucieka.
- **Wierzę, że...** uda mi się zrealizować swoje plany, jak się uda to może i więcej...
- **Mam nadzieję...** zawsze trzeba żyć nadzieją, być pozytywnym na ludzi, otoczenie.
- **Kocham...** swoich najbliższych i po prostu kocham ludzi.



Wiek: 60+
Zawód: doradca, mgr rolnictwa
Miejsce pracy: własna działalność „Doradztwo Ubezpieczeniowe”
Wybrana z listy: Komitetu Wyborczego Polskie Stronnictwo Ludowe
Okręg wyborczy nr: 4
Liczba głosów: 761

Ochotnicza Straż Pożarna

Wsparcie dla młodych strażaków

W Komendzie Powiatowej Państwowej Straży Pożarnej w Płońsku odbyło się uroczyste wręczenie promes Młodzieżowym Drużynom Pożarniczym, które działają przy Ochotniczych Strażach Pożarnych.

Promesy zostały przyznane na zakup nowego sprzętu, umundurowania i wyposażenia osobistego oraz sprzętu teleinformatycznego wykorzystywanego w procesie szkolenia członków drużyn MDP. Otrzymało je m.in. dziesięć drużyn z terenu powiatu ciechanowskiego, które działają przy OSP: Nasierowo Górne, Grudusk, Łysakowo, Sońsk, Sarnowa Góra, Lekowo, Pawłowo, Żeńbok, Modła i Klice. Łącznie do MDP z naszego powiatu trafiły środki finansowe w kwocie 45.351 zł.

Promesy wręczali: Maciej Wąsik - Wiceminister Spraw Wewnętrznych i Administracji a zarazem poseł ziemi ciechanow-



Fot. Archiwum OSP Modła

Reprezentacja Młodzieżowej Drużyny Pożarniczej działającej przy OSP Modła (gm. Ciechanów) – od lewej: Rafał Iwanowski, Kacper Szynkiewicz i Michałina Nawrocka.



Wiceminister Spraw Wewnętrznych i Administracji Maciej Wąsik wręcza promesę jednemu z najmłodszych strażaków – ochotników.

skiej, nadbryg. Adam Konieczny - Zastępca Komendanta Głównego Państwowej Straży Pożarnej oraz st. bryg. Jarosław Piotrowski - p.o. Zastępcy Mazowieckiego Komendanta Wojewódzkiego PSP.

- Gdy się patrzy na tę młodzież to aż serce rośnie. Bardzo mnie cieszy, że tak dużo młodych ludzi garnie się do Młodzieżowych Drużyn Pożarniczych. Tam szkolą się, uczą

współpracy i pożytecznie spędzają czas. Na pewno zaowocuje to w przyszłości, gdy dorosną i będą wyjeżdżać na akcje ratowniczo-gaśnicze. Rząd Prawa i Sprawiedliwości nie żałuje środków finansowych na wspieranie tej ze wszech miar pożytecznej aktywności młodzieży w ramach OSP – powiedział nam wiceminister Wąsik.

PSP / AI

Państwowa Straż Pożarna

Komendant przeszedł na emeryturę

Mazowiecki Komendant Wojewódzki Państwowej Straży Pożarnej nadbryg. Jarosław Nowosielski z końcem października zakończył służbę i przeszedł na emeryturę.

Przypomnijmy, że służbę w PSP rozpoczął on w 1988 roku. W latach 2018 - 2020 roku piastował stanowisko Komendanta Powiatowego PSP w Ciechanowie.

- Za pośrednictwem PULSU bardzo dziękuję wszystkim, z którymi miałem przyjemność współpracować w czasie mojej służby. Dziękuję strażakom PSP i OSP, parlamentarzystom, samorządowcom oraz wszystkim partnerom społecznym Mazowieckiej Komendy Wojewódzkiej PSP. Teraz planuję trochę odpocząć. Jestem jednak człowiekiem zbyt aktywnym, by trwać to zbyt długo i docelowo będę chciał być aktywny zawodowo – przekazał nam nadbryg. w st. spocz. Jarosław Nowosielski.

Jego pracę na stanowisku Mazowieckiego Komendanta Wojewódzkiego PSP bardzo dobrze ocenia Maciej Wąsik – Wiceminister Spraw Wewnętrznych i Administracji. - Dziękuję mu za doskonałą służbę. Wprowadził wiele dobrych rozwiązań w podległych jednostkach. W sposób szczególny doceniam to, jak bardzo dbał o Ochotnicze Straże Pożarne i Młodzieżowe Drużyny Pożarnicze. Strażacy ochotnicy mieli w nim wspaniałego rzecznika, który zawsze zabiegał o jak najlepsze wyposażenie



Fot. Archiwum prywatne

nadbryg. w st. spocz. Jarosław Nowosielski

dla ich jednostek. Mam nadzieję, że wiedza i doświadczenie Jarosława Nowosielskiego zostanie odpowiednio wykorzystana w dalszej służbie dla Polski – powiedział nam wiceminister Wąsik.

Redakcja PULSU dziękuje nadbryg. Nowosielskiemu za wieloletnią doskonałą współpracę.

AI

Towarzystwo Przyjaciół Dzieci

Drzewko Pani Jadzi

Już od dłuższego czasu zastanawiano się, w jaki sposób uhonorować śp. Jadwigę Paprocką - wieloletniego Prezesa Zarządu Oddziału Miejsko-Powiatowego Towarzystwa Przyjaciół Dzieci w Ciechanowie. Ostatecznie postanowiono na zasadzenie drzewka, które swoim pięknem będzie przywoływać postać i dokonania Pani Jadwigi.

Doszlismy do wniosku, że tym wyjątkowym drzewkiem będzie Magnolia, którą bardzo chętnie i nieodpłatnie przekazała szkoła J. i B. Szmítów w Pęczynie. Uzgodniono, że stosownym miejscem będzie park im. Marii Konopnickiej. Dzień też wybraliśmy wyjątkowy, 15 października - sobota, dzień imienin Pani Jadwigi.

Uroczystość posadzenia drzewka odbyła się z udziałem rodziny i przedstawicieli Urzędu Miasta, Starostwa Powiatowego, ciechanowskich jednostek i firm wspierających inicjatywę TPD, Zarządu, pracowników, działaczy, podopiecznych i ich rodzin. Wszystkich zebranych ciepło i serdecznie powitała obecna Prezes Oddziału TPD w Ciechanowie - Hanna Murawska, przedstawiając postać Pani Jadwigi, jako osoby niezwykle aktywnej, pełnej inicjatyw, silnej, stanowczej, dającej innym dobry przykład swoją pozytywną energią.

Marię Konopnicką i Jadwigę Paprocką łączyła miłość do dzieci, którym poświęcały swoją uwagę i różnorodną ak-

tywność. Ciechanowski Oddział TPD stara się kontynuować wszystko to, co było dobre w działalności na rzecz dzieci i ciechanowskiej społeczności pod kierownictwem byłej Pani Prezes Jadwigi Paprockiej.

Aktu posadzenia drzewka, przy wyjątkowo sprzyjającej słonecznej jesiennej pogodzie, dokonała Prezes TPD w asyście przedstawicieli ciechanowskich jednostek samorządowych i wnuczki Marty.

Mamy nadzieję, że posadzona Magnolia będzie rozkwitała z każdą wiosną nowymi barwami, ozdabiała park i cieszyła oczy bywalców tego miejsca.

Pamiętajmy, że „Człowiek żyje tak długo jak długo trwa pamięć o nim”.

**KAROLINA BARYŁA
SEKRETARZ ZARZĄDU
ODDZIAŁU MIEJSKO-POWIATOWEGO
TOWARZYSTWA PRZYJACIÓŁ DZIECI
W CIECHANOWIE**



Fot. Archiwum TPD

Uczestnicy uroczystości, podczas której zasadzono drzewko upamiętniające śp. Jadwigę Paprocką - wieloletniego prezesa ciechanowskich struktur TPD.

SPRAWDZAMY PULS MONIKA SMOSARSKA RADNEJ

Radna Rady Miasta Ciechanów

- **Bliscy mówią na mnie...** Monia.
- **W samorządzie najbardziej lubię...** pomagać innym.
- **Bycie ciechanowianką oznacza dla mnie...** poczucie, że jestem częścią tego miasta.
- **Polityka to dla mnie...** umiejętność osiągania kompromisu.
- **Gdybym musiała zmienić zawód to wybrałabym...** pracownik socjalny.
- **Moim największym atutem jest...** życzliwość i empatia.
- **Moja największa słabość to...** naiwność.
- **Jestem dumna, że...** cieszę się szacunkiem u ludzi.
- **Żałuję, że...** nie potrafię wszystkim pomóc.
- **Wierzę, że...** dobro zawsze wraca ze zdwojoną siłą.
- **Mam nadzieję na...** lepsze jutro.
- **Kocham...** rodzinę.



Wiek: 39 lat
Zawód: technik handlowiec
Miejsce pracy: sprzedawca w Centrum Handlowym Panorama
Wybrana z listy: Komitetu Wyborczego Prawo i Sprawiedliwość
Okręg wyborczy nr: 3
Liczba głosów: 131

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



MIG

**MAZOWIECKA IZBA GOSPODARCZA
W CIECHANOWIE**

e-mail: mazowieckaizbagospodarcza@gmail.com
tel. 502 277 787
www.migciechanow.pl

**Zapraszamy na indywidualne spotkania
z ekspertami w ramach
„MENTORINGU
GOSPODARCZEGO”**

Spotkania odbywają się w każdą
pierwszą środę miesiąca
w godz. 12⁰⁰-14⁰⁰
w naszej siedzibie w Ciechanowie,
ul. Warszawska 21/23 lok. 9 (II piętro)
lub tel. 518 540 506

**NA NAJBLIŻSZE ZAPRASZAMY
7 GRUDNIA!**

Szczegóły na naszym profilu Facebook!

*Zadanie współfinansowane ze środków
Urzędu Miasta Ciechanów w ramach projektu:
„MIGamy na rzecz przedsiębiorczości”.*

WitaMY w Izbowej Rodzinie!

Spółeczna Inicjatywa Mieszkaniowa (SIM)
Północne Mazowsze Sp. z o.o.
06-400 Ciechanów, ul. Warszawska 10A
e-mail: biuro@simpm.pl

Z Izbowego kalendarza:

15-17 listopada
Dni Otwarte MIG w ramach
Światowego Tygodnia Przedsiębiorczości
Zapraszamy do skorzystania z porad dotyczących
zakładania własnej działalności gospodarczej.
Dyżur pełnimy w naszym biurze w godz. 12-14.

2 grudnia
w godz. 10.00 – 13.00
X Akademickie Targi Pracy
w Państwowej Uczelni Zawodowej
w Ciechanowie przy ul. Narutowicza.
Nasza Izba
jest partnerem tego przedsięwzięcia.

**odwiedź
nas na**

f

Razem możemy więcej!

Prywatna opieka medyczna w naszym mieście - Ubezpieczenie zdrowotne Interrisk Antidotum Plus

Antidotum Plus to jedno z prywatnych ubezpieczeń zdrowotnych dostępnych w naszej ofercie.

Poznaj największe zalety tego rozwiązania, a także zakres i ceny pakietów medycznych od Interrisk.

Antidotum Plus w Interrisk – ubezpieczenie zdrowotne

Opinie Polaków coraz wyraźniej pokazują, że wzrasta znaczenie prywatnych usług medycznych. Cykliczne raporty Polskiej Izby Ubezpieczeniowej poświadczają, że z roku na rok zwiększa się zainteresowanie ochroną zdrowia i rośnie liczba polis zawieranych w tym zakresie.

Oferowane przez Interrisk ubezpieczenie zdrowotne, które możesz zakupić w placówce DOMU UBEZPIECZENIOWEGO SPECTRUM zapewni szybki i dogodny dostęp do konsultacji lekarskich, badań, zabiegów oraz innych form wsparcia związanych z ochroną zdrowia.

Co obejmuje Interrisk Antidotum Plus?

Zakres ubezpieczenia Antidotum Plus od Interrisk ma elastyczną konstrukcję – to oznacza, że można dopasować polisę do swoich potrzeb, uwzględniając np. dostępność określonych specjalizacji lekarskich czy usług medycznych.

Ubezpieczenie można zawrzeć:

- w formie indywidualnej i rodzinnej,
- w 3 wariantach (Standard, Pełny, Prestiż),
- z opcją rozszerzenia o specjalistów dziecięcych (w przypadku ubezpieczenia dziecka poniżej 14 r.ż. – powyżej tego wieku może ono korzystać z konsultacji u lekarzy dla dorosłych).

W zależności od wybranego wariantu pakietu, Antidotum Plus może obejmować:

- konsultacje u lekarza podstawowej opieki zdrowotnej (internista, pediatra),
- konsultacje specjalistyczne bez limitu i bez skierowania (chirurgia ogólna, dermatologia, ginekologia, kardiologia, laryngologia, okulistyka, ortopedia, alergologia, anestezjologia, chirurgia naczyniowa i onkologiczna, diabetologia, endokrynologia, gastrologia, hematologia, onkologia, proktologia, psychiatria, reumatologia, urologia i wiele innych),
- badania diagnostyczne (badania laboratoryjne, biochemiczne i immunologiczne, posiewy i wymazy, hormony i markery, RTG, USG i wiele innych),
- drobne zabiegi, szczepienie przeciw grypie, usługi pielęgniarskie, wizyty domowe, zabiegi rehabilitacyjne, rutynowy przegląd stomatologiczny, dostęp do infolinii medycznej,
- zniżkę 10% na nieobjęte pakietem usługi medyczne w placówce, która jest partnerem programu.

Interrisk Antidotum Plus – cena

Ile kosztuje zakup ubezpieczenia od Interrisk Antidotum Plus? Cena zależy od wybranego pakietu i zakresu usług, jaki on obejmuje, a także wariantu indywidualnego lub rodzinnego. Co istotne, w pakiecie rodzinnym ilość ubezpieczonych osób nie ma wpływu na wysokość składki. Za dopłatą do podstawowej składki można wykupić dodatkowe świadczenia związane z pobytem w szpitalu i pomocą doraźną, co znacznie rozszerza zakres ochrony.

Dlaczego warto wybrać Antidotum Plus?

Czym wyróżniają się oferowane przez Interrisk pakiety medyczne? Cennik dowodzi, że to wyjątkowo elastyczny i atrakcyjny wariant ubezpieczenia.

Antidotum Plus ma jednak znacznie więcej zalet, m. in.:

- możliwość ubezpieczenia całej rodziny w jednej, stałej cenie,
- wysokość składki nie zależy od wieku ani liczby osób,
- możliwość ubezpieczenia dziecka tuż po urodzeniu (bez konieczności ubezpieczania rodzica),
- gwarancja wysokiego standardu

obsługi,

- bezgotówkowe świadczenia medyczne w ponad 1400 placówkach na terenie całego kraju,
- całodobowa pomoc medyczna w pilnych przypadkach,
- zakres ubezpieczenia może obejmować leczenie chorób, prowadzenie ciąży, rehabilitację czy wizyty domowe,
- możliwość zawarcia polisy zdalnie,
- minimum formalności przy zawieraniu polisy (brak ankiety medycznej, natychmiastowa decyzja towarzystwa o możliwości ubezpieczenia),
- możliwość zawarcia umowy na rzecz cudzoziemca bez numeru PESEL,

- pakiety dla seniorów do 75 r. ż. (polisa wystawiana poza portalem),
 - brak karencji na świadczenia medyczne,
 - portal pacjenta i aplikacja do umawiania wizyt,
 - łatwy dostęp do dokumentacji.
- Chcesz dowiedzieć się więcej o pakietach medycznych w Interrisk? Zdrowotne ubezpieczenia warto porównać z pomocą eksperta, który odpowie na wszystkie Twoje pytania. Odwiedź biuro lub zadzwoń i porozmawiaj z Doradcą Klienta.

Łukasz Rudnicki



**DOM UBEZPIECZENIOWY
SPECTRUM**

Łukasz Rudnicki
Kierownik Oddziału
Regionalny Kierownik ds. Sprzedaży

DOM UBEZPIECZENIOWY SPECTRUM

Oddział w Ciechanowie, ul. Dolna 9
23 673 57 17 @ ciechanow@dus.net.pl

najtańsze
OC | AC | NNW

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



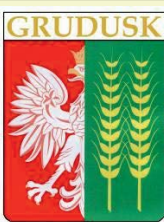
**Urząd Miasta i Gminy
Głinojeck**
Głinojeck, ul. Płocka 12
Tel. 23 674 00 17, Fax 23 674 28 18
e-mail: sekretariat@e-glinojeck.pl www.glinojeck.net



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



Urząd Gminy Grudusk
ul. Ciechanowska 54, 06-460 Grudusk
tel/fax: **23 671 50 12**
e-mail: gmina@grudusk.com
www.grudusk.com



Urząd Gminy Ojrzeń
ul. Ciechanowska 27, 06-456 Ojrzeń
Tel. 23 671 83 20, Fax 23 671 83 10
e-mail: sekretariat@ojrzen.pl, www.ojrzen.pl



**Urząd Gminy
w Opinogórze Górnej**
ul. Zygmunta Krasińskiego 4, 06-406 Opinogóra Górna
Tel. 23 671 70 85, 671 70 60, Tel./Fax 23 673 61 10
e-mail: ugopinogora@bip.org.pl <https://opinogoragorna.pl/>



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



Urząd Gminy w Sońsku
06-430 Sońsk, ul. Ciechanowska 20
Tel. 23 671 30 85, Fax 23 671 38 22
e-mail: sekretariat@sonsk.pl www.sonsk.pl

BIURA PARLAMENTARZYSTÓW

**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: biurojrmj@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. 572 952 155
e-mail: biuroposelskie.aiwaniak@gmail.com
Biuro czynne w poniedziałki w godz. 16.00-18.00



Biuro Poselskie - Posła na Sejm RP

Jacka Ozdoby

Ciechanów, ul. Ściegiennego 2, tel. 536 769 797
e-mail: biuro.jacekozdoeba@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 * Ortopastyka

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 DWUJĘZYCZNE

Zapraszamy do naszej placówki

- oferujemy: 5 posiłków dziennie, drewniany plac zabaw, małe grupy, dwóch nauczycieli w grupie
- bezpłatnie: język angielski - codziennie, logopedia, rewalidacja, integracja sensoryczna, trening umiejętności społecznych

ZAMKOWE SKRZĄTY z oddziałami integracyjnymi

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@puzim.edu.pl
www.puzim.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

*ATRAKCYJNE KURSY I SZKOLENIA RÓŻNEGO TYPU

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

STUDIA PODYPLOMOWE!
w Ciechanowie

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

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 SP. Z O.O.

ul. Tysiąclecia 18, 06-400 Ciechanów
tel. 23 672 33 58, biuro@pecciechanow.pl
www.pecciechanow.pl

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

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

PUK Sp. z o.o. oferuje usługi:

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

ul. Gostkowska 83
Tel. 23 672 23 05, 23 672 22 42
e-mail: puk@pukciechanow.pl
www.pukciechanow.pl

TBS TOWARZYSTWO BUDOWNICTWA SPOŁECZNEGO SP. Z O.O.

SPÓŁKA 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

Zakład Komunikacji Miejskiej Sp. z o.o.

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

Ciechanów, ul. Gostkowska 83
Tel. 23 672 32 94 www.zkmciechanow.pl

Zwik CIECHANÓW

ZAKŁAD WODOCIĄGÓW I KANALIZACJI
W CIECHANOWIE Sp. z o.o.

06-400 Ciechanów, ul. Gostkowska 81
Tel. 23 672 29 60, Fax 23 672 29 61, całodobowy 994
zwik@zwikciechanow.pl www.zwikciechanow.pl

HALO CIECHANÓW

ODZYSK SUROWCÓW WTÓRNYCH

PUNKT PRZYJĘĆ ODPADÓW

*folia *folia pryzmowa *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



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 ŻYWNOŚĆ



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
Ciechanów

e-mail: mosir@mosirciech.pl

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



Fight Club Kraver
zaprasza na zajęcia z
SAMOOBRONY I WALKI
dla dorosłych,
młodzieży i dzieci

TRENUJ Z NAMI!

Ciechanów, Reutta 5
tel. 511 428 166

NIERUCHOMOŚCI



ANETA MARCINIAK
specjalista ds. sprzedaży, kupna,
wynajmu i najmu nieruchomości
tel. 573 881 597

Biuro Nieruchomości w Ciechanowie, ul. Pułtуска 53
e-mail: aneta.marciniak@investor.net.pl



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 HILFIER



PRZYCHODNIA LEKARZY RODZINNYCH

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

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

ESKULAP
CENTRUM MEDYCZNE

- *Medycyna Rodzinna
- *Poradnie specjalistyczne
- *Medycyna Pracy
- *Medycyna Estetyczna i Kosmetologia
- *Diagnostyka
- *Stomatologia
- *Świadczenia NFZ

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 poziomu referencyjny

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

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



lek. med. estetycznej
Katarzyna Borkowska - Paczuła
lek. med. **Mateusz Paczuła**

- *MEDYCYNĄ ESTETYCZNĄ
- *PORADY INTERNISTYCZNE I PEDIATRYCZNE
- *FLEBOLOGIA
- *LECZENIE OTYŁOŚCI
- *INIEKCJE DOSTAWOWE
- *LECZENIE BÓLU PRZEWLEKŁEGO
- *ULTRASONOGRAFIA

☎ 782 418 400 lub 579 982 132 ☺ Ciechanów, ul. Sienkiewicza 28



www.lauraklinikaurody.pl

www.pulsciechanowa.pl

HALO CIECHANÓW

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.oxy.sunlife.pl
f Oxy.sunlife Ciechanów

BUDOWLANE

KOPTRANS⁸⁸
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
NISKOPODWOZOWY
www.koptrans.pl

PIELĘGNACJA CIAŁA

FIGURA
CENTRUM PIĘKNEGO CIAŁA
ANDRZEJKOWE SOS
W OFERCIE SUPER PAKIETY!

*ODNOWA BIOLOGICZNA CIAŁA I TWARZY
*STACJE TRENINGOWE
*SAUNA, MASAŻ

Bohaterów Września 22, Ciechanów
730 39 49 49 f centumpieknegocialafigura

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

KLUCZE - PIECZĄTKI

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

ZAMKI * KLUCZE * KODOWANIE * PIECZĄTKI * GRAWEROWANIE

BANK

Oddział w Ciechanowie
ul. 3 Maja 11

BANK SPÓŁDZIELCZY W PŁOŃSKU
Grupa BPS

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

23 672 09 65
bsplonsk.pl

UBEZPIECZENIA

DOM UBEZPIECZENIOWY SPECTRUM
www.dus.net.pl

twoje ubezpieczenia

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

najtańsze OC | AC | NNW

AGENT UBEZPIECZENIOWY JANUSZ KOWALSKI
W ofercie polisy 20 wiodących towarzystw ubezpieczeniowych

UBEZPIECZENIA:
- komunikacyjne (OC AC NNW), majątkowe
- upraw rolnych i budynków rolniczych
- maszyn rolniczych (AGROSCASCO)
- 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 Gołtymin-Ośrodek, Tel. 604 157 402 lub 728 395 010

CUK UBEZPIECZENIA
ZNAJDZIEMY DLA CIEBIE SUPERUBEZPIECZENIE

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

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

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

Szulmierz 22A, tel. 504 206 348

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

Państwowa Uczelnia Zawodowa im. Ignacego Mościckiego

Podwójny „Gaudeamus igitur”



Inauguracja Roku Akademickiego 2022/2023.



Inauguracja Uniwersytetu Dziecięcego.

W Państwowej Uczelni Zawodowej im. Ignacego Mościckiego w Ciechanowie odbyły się w tym roku, w niedługim odstępie czasu, aż dwie inauguracje.

Najpierw Rok Akademicki, już po raz dwudziesty drugi, zainaugurowali studenci. Później uroczysta inauguracja odbyła się na Uniwersytecie Dziecięcym, który funkcjonuje przy PUZ.

AI

HALO CIECHANÓW

NOWY ODDZIAŁ FRICKE CIECHANÓW

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

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

FRICKE

Maszyne Rolnicze



JOHN DEERE



USŁUGI POGRZEBOWE

DOM POGRZEBOWY - CALVARIA - TADEUSZ ANTOSIK



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

KOMPLEKSOWA OBSŁUGA

KOMPLEKSOWE USŁUGI POGRZEBOWE

HADES

Zakład Usług Pogrzebowych
Rafał Żurawski

WYNAJEM
AGREGATÓW
PRĄDOTWÓRCZYCH

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

USŁUGI KAMIENIARSKIE



KAMIENIARSTWO KOC-BRUK

Kamil Kocięcki
Ciechanów, ul. Gostkowska 77A ☎798 273 949

PIECZARY BETONOWE
REALIZACJA W 24 GODZ.

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

CMENTARZ KOMUNALNY

ZARZĄDCA CMENTARZA
KOMUNALNEGO W CIECHANOWIE
Przedsiębiorstwo Usług Komunalnych Sp. z o.o.

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

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

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

SAMORZĄD ZAWODOWY



Mazowiecka Okręgowa Izba
Inżynierów Budownictwa
Biuro Terenowe w Ciechanowie

www.maz.piib.org.pl

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

EDUKACJA ARTYSTYCZNA

Akademia
DZWIĘKU
szkoła muzyki

Nauka śpiewu, gry na gitarze,
pianinie, perkusji

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

Zniżki
rodzinne!

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

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

FOTOGRAFIA



Studio fotograficzne Katarzyna Dziewiątkowska

tel. 503-187-887



„Europejski Fundusz Rolny na rzecz Rozwoju Obszarów Wiejskich: Europa inwestująca w obszary wiejskie”.
Operacja współfinansowana jest ze środków Unii Europejskiej w ramach
działania „Wsparcie dla rozwoju lokalnego w ramach inicjatywy LEADER”
Programu Rozwoju Obszarów Wiejskich na lata 2014 - 2020.

Fotograf

Sońsk
Klonowa 7

PRZESYŁKI KURIERSKIE

pakersi
PRZESYŁKI KURIERSKIE

ul. M.M.Kolbe 45

☎ 507 236 633 ✉ ciechanowkolbe@pakersi.pl

Z nami nadasz
lub odbierzesz
przesyłki:

- > od kopert po palety,
- > niestandardowe,
- > międzynarodowe.

ODBIÓR PACZEK
OD KLIENTA
PON.-PT. 9-18
SOB. 9-14



Zamów reklamę w PULSIE CIECHANOWA oraz na www.pulsciechanowa.pl

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

Retrospektywa Festiwalu Filmowego NNW

Niepokorni Niezłomni Wyklęci



Arkadiusz Gołbiewski (z prawej) na chwilę przed wręczeniem wiceprezowi Włodzimierzowi Bartkowskiemu statuetki „Przyjaciela Festiwalu NNW” dla CEDROB S.A.

W Powiatowym Centrum Kultury i Sztuki w Ciechanowie zorganizowano Retrospektywę Festiwalu Filmowego „Niepokorni Niezłomni Wyklęci”.

Festiwal to w głównej mierze dzieło jego dyrektora Arkadiusza Gołbiewskiego – związanego z ziemią ciechanowską utalentowanego reżysera, scenarzysty i producenta filmowego, a także dziennikarza i wydawcy „Czasu Ciechanowa”. Warto podkreślić, że jest on wielkim popularyzatorem polskiej historii ze szczególnym uwzględnieniem walki Żołnierzy Wyklętych.



Pamiątkowa fotografia organizatorów i osób nagrodzonych podczas ciechanowskiej Retrospektywy Festiwalu Filmowego „Niepokorni Niezłomni Wyklęci”.

W trakcie uroczystej Gali ogłoszono tegorocznych laureatów w kategoriach:

- „Sygnet Niepodległości” - wyróżnienie przyznawane świadkom historii walczącym o wolność oraz niepodległość kraju: śp. Szczepan Dobosz ps. „Sieczka” i śp. Józef Jankowski ps. „PŁAZ”

- „Drzwi do Wolności” - wyróżnienie przyznawane ludziom tzw. drugiego planu, wspierającym działaczy podziemia niepodległościowego oraz solidarnościowego: Halina Krośnicka-Maciaga, śp. Stanisław Węglowski i Benedykt Pszczółkowski

- „Przyjaciel Festiwalu NNW” - wyróżnienie przyznawane za finansowe i organizacyjne wspieranie Festiwalu – CEDROB S.A.

Warto podkreślić, że statuetki które otrzymują osoby wyróżnione (w przypadku osób nieżyjących Ich rodziny) są zaprojektowane i wykonane przez wybitnego ciechanowskiego artystę Marka Zalewskiego.

PULS był jednym z patronów medialnych wydarzenia, które akcentem muzycznym wzbogacił Zespół Moja Rodzina.

AI

Rok Romantyzmu Polskiego

My z niego wszyscy



Organizatorzy i laureaci konkursu recytatorskiego dla uczniów szkół ponadpodstawowych pn. „My z niego wszyscy”.

W 1822 roku ukazał się I tom Poezji Adama Mickiewicza, zawierający „Ballady i romanse”. To wydarzenie zapoczątkowało epokę Romantyzmu, która zaważadnęła umysłami i sercami ludzi oraz ukształtowała duchowość Polaków. Dwusetna rocznica wydania dzieła A. Mickiewicza stała się powodem uchwalenia roku 2022 „Rokiem Romantyzmu Polskiego”.

W związku z jego obchodami Mazowieckie Samorządowe Centrum Doskonalenia Nauczycieli Wydział w Ciechanowie i Muzeum Romantyzmu w Opinogórze realizują projekt edukacyjny, który patronatem honorowym objęli: Marszałek Województwa Mazowieckiego oraz Mazowiecki Kurator Oświaty. PULS jest patronem medialnym przedsięwzięcia.

W ramach działań projektowych w opinogórskiej Oranżerii odbył się konkurs recytatorski dla uczniów szkół ponadpodstawowych pn. „My z niego wszyscy”. Uczestniczyło w nim 24 uczniów z Ciechanowa i okolicznych powiatów.

W jury zasiadli: Magdalena Biernacka - zastępca dyrektora Departamentu Kultury, Promocji i Turystyki Urzędu Marszałkowskiego Województwa Mazowieckiego, dr Marcin Lutomiński z Uniwersytetu Mikołaja Kopernika w Toruniu, Aldona Łyszkowska z Muzeum Romantyzmu, Anna Chodkowska z MSCDN.

Młodzież wykazała się nie tylko kunsztem w operowaniu słowem, ale również niezwykłą wrażliwością,

pozwalającą oddać ducha poezji romantycznej. Główne nagrody zdobyli w kolejności: Jakub Banaś (Zespół Szkół nr 4 w Mławie); Oskar Marcin Berezowski (Zespół Szkół Powiatowych w Przasnyszu); Monika Chuma (I Liceum Ogólnokształcące w Ciechanowie). Jury przyznało również 7 wyróżnień – pełna lista zamieszczona jest na stronach internetowych organizatorów.

Kolejnym wydarzeniem, na które zapraszają organizatorzy, będzie konferencja regionalna dla nauczycieli i wszystkich wielbicieli epoki romantyzmu – organizowana pod hasłem „Literatura i kultura polskiego romantyzmu ukształtowały wymiar i profil duchowy Polaków”. W dniu 30 listopada 2022 roku w Muzeum Romantyzmu Opinogórze, odbędzie się część naukowa, z udziałem wybitnych znawców literatury i kultury romantyzmu: prof. dr. hab. Andrzeja Fabiańskiego z Uniwersytetu Warszawskiego oraz prof. dr. hab. Zbigniewa Przychodniaka z Uniwersytetu im. Adama Mickiewicza w Poznaniu. W drugiej części przygotowano dla uczestników spacer muzealny śladami Zygmunta Krasińskiego, połączony ze zwiedzaniem zespołu pałacowo-parkowego.

Szczegółowe informacje oraz zapisy na konferencję - na stronie internetowej MSCDN Wydział w Ciechanowie. Trwa również przyjmowanie zgłoszeń na konkurs plastyczny pt. „Ilustracja do Ballad i romansów” Adama Mickiewicza, adresowany do uczniów klas IV-VIII szkół podstawowych. Informacje na jego konkursu są zamieszczone na stronie internetowej Muzeum Romantyzmu.

ACH/AI

Drzwi do Wolności

Spotkanie po latach

Podczas ciechanowskiej Retrospektywy Festiwalu Filmowego „Niepokorni Niezłomni Wyklęci” doszło do niecodziennego spotkania. Po raz pierwszy, po kilkudziesięcioletniej przerwie, spotkali się działacz „Solidarności” Waldemar Nicman i lek. Halina Krośnicka-Maciaga.

Okazja była szczególna, bo Pani Doktor odbierała „Drzwi do Wolności” - wyróżnienie przyznawane ludziom tzw. drugiego planu, wspierającym działaczy podziemia niepodległościowego oraz solidarnościowego. To właśnie Waldemar Nicman wnioskował by Pani Doktor je otrzymała.

Pierwszy raz w życiu ich drogi skrzyżowały się 22 stycznia 1982 roku, gdy Waldemar Nicman został z przyczyn politycznych zwolniony z pracy. Obawiał się, że nie będzie miał z czego żyć i utrzymać rodziny. Postanowił spróbować uzyskać zwolnienie lekarskie. „Wszedłem do gabinetu podeksycytowany. Postawiłem się głosem przedstawiłem gorzką i brutalną prawdę. Dostrzegłem na twarzy współczucie, ale też niepokój. Nie zdziwiłem się, bo ja też się bałem. Poprosiła o dokumenty. Chwilę je przeglądała. A ja trząsałem się w środku. Ważyły się moje losy. Po chwili głos: – Pomogę panu. Ulga i wdzięczność głęboka. Dalej lekarka mówiła: – Zrobimy tak. Dam panu na razie miesiąc. Wrzody od-



Odważna Pani Doktor Halina Krośnicka-Maciaga i Waldemar Nicman spotkali się po raz pierwszy od 40 lat.

nowiły się ze względu na szok i traumę. Możemy tak pociągnąć do pół roku. W międzyczasie skieruję pana do sanatorium. Może coś się do tego czasu wyjaśni – usłyszałem. Miałem łzy w oczach i bardzo gorąco dziękowałem” – wspominał po latach w swej książce.

- To dzięki odwadze takich wspaniałych ludzi jak Pani Doktor Halina Krośnicka-Maciaga wielu ludzi „Solidarności”, w tym ja, miało szansę jakoś przeżyć szykany i upokorzenia. Wielka była moja radość i wzruszenie, że mogliśmy wspólnie doczekać Wolnej Polski i spotkać się po latach w tak miłych okolicznościach – powiedział nam Waldemar Nicman.

AI

Wspomnienie

Zmarła dr Gołacka

W wieku 88 lat zmarła dr Jadwiga Gołacka - znana okulistka, wieloletni ordynator oddziału okulistyki w ciechanowskim szpitalu.

Urodziła się 4 lutego 1934 roku w Miłakowie (b. woj. kieleckie). Z wyróżnieniem ukończyła Liceum Agronomiczno-Weterynaryjne w Łęborgu, co dało jej możliwość studiów m.in. w ZSRR. W 1957 roku ukończyła Akademię Medyczną w Odessie – także z wyróżnieniem. Po powrocie do Polski pracowała m.in. w Centralnej Stacji Sanitarno-Epidemiologicznej w Warszawie oraz w ambulatorium na lotnisku „Okęcie”.

Dzięki świetnym wynikom w pracy oraz predyspozycjom naukowym została skierowana na specjalizację w Naukowo-Badawczym Instytucie Chorób Oczu i Terapii Tkankowej im. W.P. Filatowa w Odessie. W 1980 roku zakończyła główną pracę eksperymentalną z udziałem 980 pacjentów i doktoryzowała się na podstawie 26 publikacji w Instytucie. Ze względów rodzinnych przeniosła się do Kijowa, gdzie zajmowała się mikrokirurgią oka pracując w Instytucie Doskonalenia Kadr Lekarskich.

W 1985 roku wróciła na stałe do Polski i objęła oddział okulistyki w uruchomionym właśnie szpitalu wojewódzkim w Ciechanowie. Tworzyła oddział od podstaw, początkowo operując prywatnymi narzędziami przywiezionymi z Odessy. Dzięki jej staraniom oddział sukcesywnie zdobywał nowoczesną aparaturę umożliwiającą przeprowadzanie skomplikowanych zabiegów. Pod kierunkiem dr Jadwigi Gołackiej zdobyło specjalizację kilku-



śp. dr Jadwiga Gołacka

dziesięciu lekarzy. W 1997 roku przekazała oddział swej uczennicy lek. Elżbiecie Lewczuk i przeszła na emeryturę. Przez 5 lat pracowała jeszcze w szpitalu w zmniejszonym wymiarze godzin. Od 2002 roku prowadziła tylko prywatną praktykę lekarską.

Dr Gołacka była osobą lubianą przez pacjentów i współpracowników, szanowaną w środowisku naukowym i docenianą przez lokalną społeczność. Została odznaczona m.in. Medalem „Za Zasługi dla Miasta Ciechanowa”.

Rodzinie i Bliskim składamy wyrazy współczucia.

Podczas przygotowywania tekstu korzystałem z książki Alfreda Borkowskiego pt. „Ciechanowscy medycy. Cz. 2”.

AI

Rozmowa z lekarzem psychiatrą Antonim Ferencem – Koordynatorem Oddziału Psychiatrycznego Specjalistycznego Szpitala Wojewódzkiego w Ciechanowie

Depresja to choroba, którą należy leczyć

Panie Doktorze, kiedy mamy do czynienia jeszcze z obniżonym nastrojem i stanami depresyjnymi, a kiedy już możemy mówić o depresji?

Zacznijmy od tego, że depresja jest chorobą. Taką samą chorobą jak nadciśnienie tętnicze czy cukrzyca. Tę chorobę można leczyć. I wręcz należy ją leczyć. Natomiast odpowiadając na pytanie, to wszystko zależy od tego jakie jest nasilenie objawów. Jak długo one trwają, jak szybko narastają, czy ustępują? Różnica polega także na tym, czy te objawy możemy modyfikować. W przypadku stanów depresyjnych, np. w okresie żałoby, naturalnym jest występowanie uczucia smutku, przygnębienia czy żalu. Ale osobę, która jest w tej żałobie możemy jeszcze bardziej zasmucić, albo ją rozвесelić. Natomiast w depresji zjawiska tego praktycznie nie mamy. Jednym z głównych objawów depresji jest właśnie obniżony nastrój, ale nie jest to jedyny objaw. I odwracając sytuację - sam obniżony nastrój nie jest chorobą. Może nam towarzyszyć w różnego rodzaju problemach życia codziennego, kłopotach zawodowych, rodzinnych czy właśnie w okresie żałoby.

Jakie są inne najczęstsze objawy depresji? Które z nich odczuwa tylko osoba, która cierpi na depresję, a co z kolei może być sygnałem dla otoczenia?

Sztandarowe objawy depresji to zaburzenia: nastroju, napędu i popędów. Zaburzenia nastroju, który zwykle jest obniżony, to najczęściej bardzo głęboki smutek, który nie jest podatny na czynniki zewnętrzne. Z kolei zaburzenia napędu to sytuacja, gdy osoba w depresji jest bardzo powolna, bardzo wolno jej się myśli, nie ma siły na żadną czynność - a wręcz nie ma ochoty, żeby tę czynność podjąć. Jeśli chodzi o zaburzenia popędów, to głównie chodzi o zaburzenia łaknienia i snu. Zaburzenia łaknienia dotyczą najczęściej obniżonego łaknienia i często mamy do czynienia z utratą wagi ciała. W przypadku zaburzeń snu mówimy głównie o bezsenności. Bardzo rzadko jest to nadmierna senność. Jeżeli chodzi o inne objawy depresji, są to: osłabienie koncentracji uwagi, poczucie winy, małej wartości, niska samoocena czy mała wiara w siebie. To również pesymistyczne, czarne widzenie przyszłości. No i oczywiście te najpoważniejsze, czyli myśli i tendencje samobójcze, a czasem także urojenia depresyjne.

Mamy różnego rodzaju nasilenie epizodów depresyjnych. Od łagodnych, poprzez umiarkowane, do ciężkich. Bez lub z objawami psychotycznymi. Istnieje też zjawisko, które określamy mianem masek depresji, kiedy zaburzenia depresyjne czy depresja chowają się za innymi objawami. To może być maska bólowa, psychosomatyczna, behawioralna, lękowa czy właśnie dotycząca zaburzeń biologicznych,

jak np. długotrwała i uciążliwa bezsenność.

Wspomniał Pan o myślach samobójczych. Jak najbliżsi powinni reagować w sytuacji, gdy jakaś osoba zaczyna mówić o chęci odebrania sobie życia?

Wszystko zależy od kontekstu w jakim te myśli występują. Jeżeli są one objawem depresji, to bezwzględnie należy zgłosić się do lekarza psychiatry. Natomiast jeśli wynikają z jakichś problemów emocjonalnych, i są tzw. „wołaniem o pomoc”, to warto udać się w pierwszej kolejności do psychologa. Z kolei jeśli myśli samobójcze są wynikiem jakiejś bardzo trudnej sytuacji życiowej, np. gdy w rodzinie jest problem alkoholowy, któremu towarzyszy przemoc, czy to słowna - czy to fizyczna, to wtedy warto zwrócić się o pomoc do Komisji Rozwiązywania Problemów Alkoholowych, Ośrodka Pomocy Społecznej, a w niektórych przypadkach należy zgłosić się na Policję czy do prokuratury. Jeszcze innym przypadkiem jest występowanie myśli samobójczych u osób znajdujących się pod wpływem alkoholu. Wtedy pierwszym krokiem powinno być oddanie takiej osoby do wytrzeźwienia, np. zgłoszenia sytuacji na Policję, która może daną osobę zatrzymać. I dopiero wtedy, gdy po wytrzeźwieniu myśli samobójcze się utrzymują, to należy tę osobę skierować na konsultację psychiatryczną.

Rozmawialiśmy wcześniej o stanach depresyjnych i depresji. Kiedy możemy próbować samemu radzić sobie z ich objawami, a kiedy trzeba jak najszybciej zgłosić się do lekarza?

Oczywiście nie każdy przypadek występowania stanu depresyjnego wymaga od razu udania się do lekarza psychiatry czy psychologa. Warto zadbać o tzw. higienę zdrowia psychicznego. I to nie tylko w okresie jesiennym, ale przez cały rok. Co mam na myśli? To właściwy sposób odżywiania się, czyli zbilansowana, odpowiednia dieta. To zadbanie o właściwy regenerujący sen. To również, w miarę możliwości regularność ruchu - najlepiej na świeżym powietrzu. To zachowanie właściwego balansu między pracą a wypoczynkiem. Bardzo dobre efekty daje tzw. leczenie światłem, czyli fototerapia. Może być ona zastosowana w niektórych gabinetach psychiatrycznych czy odnowy biologicznej. To również dbanie o prawidłowe relacje z otoczeniem - zarówno w rodzinie, jak i w środowisku zawodowym. To w miarę możliwości unikanie bycia samotnym. To też okresowe przyzwolenie sobie na tzw. leniuchowanie. Czasem potrzeba zaszyć się pod kocykiem z ciepłą jesienną herbatką, przy dobrej książce, filmie czy serialu.

Przestrzegam natomiast by nadmiernie nie poprawiać sobie nastroju słodzcami. Dobra czekolada czy ciasteczko wprowadzie szybko poprawiając nastrój, ale na krótko. Zawsze trzeba



mieć z tyłu głowy, że nadmierna ilość słodczy może odbić się niekorzystnie na naszej sylwetce, a to potem wpłynie na nasz wizerunek we własnych oczach i samoocenę. W miarę możliwości finansowych warto pomyśleć o kilkudniowym urlopie w okresie jesienno-zimowym. To nam pozwoli naładować akumulatory na dalszą część sezonu.

W przypadku lekkiego nasilenia nastrojów depresyjnych możemy pomyśleć o lekach ziołowych dostępnych bez recepty. Natomiast jestem zdecydowanym przeciwnikiem prób leczenia depresji poprzez akupunkturę, hipnozę czy homeopatię.

Kiedy udać się do lekarza? Wszystko zależy od tego, jak długo trwają objawy depresyjne i jakie jest ich nasilenie. Przyjmuje się, że jeżeli trwają one powyżej trzech tygodni, destabilizują życie rodzinne, zawodowe i społeczne, a metody nefarmakologiczne nie przyniosły poprawy, to należy udać się do lekarza psychiatry. Oczywiście szczególnym przypadkiem są myśli i tendencje samobójcze oraz urojenia depresyjne - wtedy należy jak najszybciej iść do lekarza.

A jak leczy się depresję?

Stosowaniem pod nadzorem psychiatry leków przeciwdepresyjnych. Chcę wyraźnie podkreślić, że nie ma innej skutecznej metody w przypadku tej choroby. Wszystkie inne są elementem wspierającym, natomiast podstawą są leki przeciwdepresyjne. Mamy ich na rynku bardzo dużo, około kilkudziesięciu. Dobór, rodzaj

i dawka jest w gestii lekarza psychiatry. To co istotne, to wykazanie się zaufaniem i cierpliwością, ponieważ leki przeciwdepresyjne nie działają od razu. Nie zadziałają po jednym - dwóch dniach, ani nawet po tygodniu. Początek ich działania następuje dopiero po około dwóch tygodniach. Czyli jeżeli ktoś liczy na szybki efekt, to jest praktycznie niemożliwe. Wynika to z mechanizmu działania tych leków. Oczywiście stosuje się leki wspomagające, żeby obniżyć poziom lęku czy niepokoju. Natomiast samo działanie przeciwdepresyjne rozpoczyna się po około dwóch, trzech, a czasem czterech tygodniach. Aby lek w pełni rozwinął swoje działanie potrzeba od 4 do 6 tygodni. Dlatego podkreśliłem już wcześniej jak ważna jest cierpliwość i zaufanie. Nie należy zniechęcać się. Są niestety osoby, które nie widząc efektu już po kilku dniach czy po tygodniu odstawiają leki uważając, że one nie działają, nie pomagają i nie ma sensu ich dalej zażywać. Ważna jest wytrwałość i cierpliwość w leczeniu.

Czy są jakieś okresy w roku, kiedy stany depresyjne występują częściej?

Tak. Występuje zjawisko chorobowe, które określamy mianem depresji sezonowej, a niektórzy mówią o depresji zimowej. Pojawia się ona najczęściej na przełomie jesieni i zimy, rzadziej zimy i wiosny. Dotyczy głównie osób młodych, najczęściej kobiet. Szczególnie w rejonach gdzie jest mniej światła słonecznego. Charakterystyczne objawy to nadmierna sen-

ność, ociężałość, wzmożone łaknienie - szczególnie właśnie na słodczy, co może wiązać się z przyrostem masy ciała. Jest też zjawisko, które określamy pojęciem SAD, które w języku angielskim oznacza „smutny”. To skrót od angielskiego „Seasonal Affective Disorders”, czyli sezonowe zaburzenia nastroju. Niektórzy określają je mianem chandry jesiennej. Może pojawiać się cyklicznie, właśnie w okresie przesilenia jesiennego. W tym przypadku występuje bez względu na wiek czy płeć. Może dotyczyć wszystkich osób. Objawy ma podobne do tych, o których rozmawialiśmy wcześniej.

W jaki sposób rodzina i przyjaciele mogą pomóc osobie cierpiącej na depresję? Co robić a czego unikać?

Na pewno w żaden sposób nie pomagają takie stwierdzenia jak: „nie leń się”, „weź się w garść” czy „nie rozklejaj się”. Niewskazane są wyrzuty w stosunku do osoby chorej, że nie jest w stanie wykonywać swoich obowiązków. Ale także odwrotne działanie nie jest właściwe - poklepywanie po ramieniu, mówienie: „spokojnie”, „nic się nie martw”, „wszystko będzie dobrze”. Ważne jest, by mieć czas na rozmowę z osobą chorą. Żeby być wsparciem dla niej trzeba wykazywać się cierpliwością i zrozumieniem jej stanu chorobowego. Szczerze towarzyszyć jej w procesie leczenia i zdrowienia.. Rodzina i bliscy mają bardzo ważną rolę właśnie w zainicjowaniu tego leczenia. Osoba z depresją czasem nie jest w stanie nawet wstać z łóżka, a co dopiero umówić się na wizytę czy pójść do lekarza. Tu wsparcie jest nieodzowne. Należy pomóc chorej osobie zarejestrować się i dotrzeć do gabinetu lekarskiego. Później w zakresie odpowiedniego dawkowania leków i dopilnowania procesu leczenia. To jest bardzo istotne, bo dzięki tej pomocy chory może w sposób bezpieczny i szybszy dochodzić do zdrowia.

Jako lekarz psychiatra wciąż rozmawia Pan z pacjentami cierpiącymi na różnego rodzaju choroby, także na depresję. To zapewne jest obciążające... Jaka jest Pana osobista recepta na zachowanie zdrowia, także tego psychicznego?

Aby zostać psychiatrą, trzeba mieć do tego powołanie. Psychiatra musi lubić ludzi. Lubić z nimi rozmawiać i mieć w sobie chęć pomagania im. Z tego też człowiek czerpie radość i satysfakcję, a to bardzo ważne w naszej pracy. Oczywiście ciężko w zawodzie lekarza zachować właściwy balans między pracą a wypoczynkiem. Każdy z psychiatrów ma swoje metody na zachowanie higieny zdrowia psychicznego. Jeden lubi aktywność fizyczną, drugi woli książkę, trzeci film, a czwarty jakiś wyjazd. Ja staram się korzystać ze wszystkich wymienionych możliwości.

Dziękujemy za rozmowę.

Spotkanie Młodych w Ciechanowie

Młodzież mówi: „WAKE UP”!



Początek Mszy Świętej, której przewodniczył bp Mirosław Milewski.

Ponad 500 osób wzięło udział w Spotkaniu Młodych „WAKE UP”, które zostało zorganizowane w ciechanowskiej Hali Sportowej-Widowskiej MOSiR przez grupę młodzieżową „Wojsko Gedeona”.

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

Młodzież wzięła udział w warsztatach poprowadzonych przez ks. Marcina Pasia i „Pełnych Życia” – organizatorów Festiwalu Życia. Wysłuchali też świadectw o Bożym działaniu, którymi podzielił się: Magdalena Czech - Finalistka Miss Polonia oraz Jakub Kapral – lider wspólnoty Poznanie Jezusa Młodych.

Była też Adoracja Najświętszego Sakramentu z modlitwą wstawienniczą

oraz Eucharystia, której przewodniczył bp dr Mirosław Milewski – Biskup Pomocniczy Diecezji Płockiej. Spotkanie zakończył koncert ewangelizacyjny zespołu „MUODE KOTY”.

W rozmowie z nami bp Mirosław Milewski wyraził wielką radość z możliwości osobistego spotkania z młodzieżą. – Okres ograniczeń związanych z pandemią był trudny dla nas wszystkich, a dla duszpasterstwa młodych w szczególności. Dlatego cieszę się, że możemy się zobaczyć twarzą w twarz, wspólnie modlić się i budować Kościół. Spotkanie Młodych w Ciechanowie to także pewien sygnał do księży naszej diecezji, że trzeba iść do przodu i odbudowywać to bezpośrednie duszpasterstwo

młodych w parafiach. Ciechanowski „WAKE UP” jasno pokazuje, że jest to możliwe – powiedział nam bp Milewski.

Z kolejnego Spotkania Młodych cieszy się też jego koordynator ks. Tomasz Dec. – To naturalne, że jak ktoś spotkał Jezusa, to pragnie podzielić się szczęściem życia z Nim z innymi ludźmi. Tak jest w przypadku młodzieży z naszej wspólnoty „Wojsko Gedeona”, która spotyka się w każdy piątek od 19.00 w kościele parafialnym Matki Bożej Fatimskiej w Ciechanowie. Doświadczali realnie Boga i dlatego jest w nich zapał i poświęcenie do tego, aby tworzyć spotkania „WAKE UP”. Spotykamy się również co miesiąc na Mszach dla młodzieży – najbliższa będzie 27 listopada o godz. 19.30. Za pośrednictwem PULSU dziękuję Panu Prezydentowi Krzysztofowi Kosińskiemu, Pani Sekretarz – Adriannie Saganek, Pani Inspektor z Biura Profilaktyki i Rozwiązania Problemów Uzależnień – Jolancie Pyra, Miejskiemu Ośrodkowi Sportu i Rekreacji, Pani Renacie Kwiatkowskiej i pracownikom Hali Sportowo-Widowskiej, psychologom z Punktu Konsultacyjnego „Meta-noia” oraz wszystkim dobrym ludziom za pomoc, dzięki której młodzi ludzie po trudnym doświadczeniu izolacji mieli możliwość nabrać sił duchowych i psychicznych – mówi ks. Tomasz Dec.

AI

Akcja Katolicka

Prałat Wrzesiński o prawdzie

W Domu Parafialnym „Katolik” odbył się pierwszy z nowej serii wykładów ks. prał. dr. Ireneusza Wrzesińskiego. Będący tryptykiem cykl nosi tytuł: „Kościół Katolicki broni prawdy w epoce postmodernizmu”.

Temat pierwszego wykładu brzmiał: „Kościół broni prawdy / zagrożenie: relatywizm prawdy i moralności”. Jak zawsze ks. prał. Wrzesiński mówił w sposób ciekawy i precyzyjny, w wybitnie umiętny sposób łącząc zrozumiały język prelekcji z jej popularnonaukowym charakterem.

Prelegent podkreślił, że żyjemy w czasach gdy wiele środowisk twierdzi, że nie istnieje coś takiego jak „prawda obiektywna”. Wzorem greckich sofistów głoszą, że „prawdą jest iż prawdy nie ma” oraz „że co się komu wydaje – takie jest”. Lansowany jest pogląd, że społeczeństwo może samo ustalać, np. w drodze głosowania, co jest prawdą. A, że tak ustalona „prawda” ma mało wspólnego z „prawdą rozumianą jako opis stanu rzeczy zgodny z rzeczywistością” to żaden problem. „Po prostu się umówiliśmy jak wygląda prawda i należy się do tego dostosować” – głoszą współcześni sofisci. A gdy tylko ktoś się takiemu „ustanawianiu” prawdy sprzeciwi i broni prawdy obiektywnej to jest ogłaszany faszystą...



Ks. prał. dr Ireneusz Wrzesiński wraz z działaczami oddziału Akcji Katolickiej funkcjonującego przy Parafii św. Józefa w Ciechanowie – od lewej: wiceprezes Jerzy Racki, Maria Leśniewska i prezes Ryszard Wesółowski.

Organizatorem spotkania był oddział Akcji Katolickiej funkcjonujący przy Parafii św. Józefa w Ciechanowie. Kolejne dwa wykłady odbędą o godz. 11:15, w Domu Parafialnym „Katolik” przy ul. Ściegiennego 18 w dniach:

- 20 listopada (niedziela) – nt. „Kościół broni godności człowieka”,
- 4 grudnia (niedziela) – nt. „Kościół broni życia ludzkiego”.

Listopadowe spotkanie zostanie wzbogacone muzycznie mini koncertem utworów religijnych w wykonaniu Ryszarda Sobotko.

AI



Ks. Piotr Marzec

Ks. Piotr Marzec: Niech będzie pochwalony Jezus Chrystus. Na początku naszego spotkania dziękuję Księdzu za możliwość rozmowy i zgodę na udzielenie wywiadu. Proszę opowiedzieć krótko o sobie.

Ks. Tomasz Mąka: Nazywam się ks. Tomek Mąka. Obecnie pracuję w Japonii. Jestem kapłanem Marynarki Wojennej Stanów Zjednoczonych. Pochodzę z Ciechanowa.

Japonia to kraj kwitnącej wiśni. Czy widział ksiądz ten „cud”?

Tak. Widziałem piękno okresu, w którym kwitną wiśnie. W mieście, w którym obecnie pracuję, w IWAKUNI, drzewa wiśniowe rosną wzdłuż rzeki tworząc przepiękne parki, w któ-

rych odbywają się festiwale kulturalne. Ludzie gromadzą się tam w weekendy, żeby podziwiać to urokliwe zjawisko.

A widział ksiądz pola ryżowe?

Tak widziałem pola ryżowe, aczkolwiek patrzenie na Japonię przez pryzmat kwitnącej wiśni i ryżu nie oddaje w pełni bogactwa kultury tego narodu.

Co różni Japończyków od Europejczyków?

Jest to bardzo dobre pytanie. Żeby na nie odpowiedzieć potrzeba by codziennego artykułu przez kilka kolejnych lat. Jest to kultura niezwykle odmienna od tej, którą my znamy. Bardzo mocno zakorzenione są w niej uprzejmość, szacunek do innych,

Rozmowa miesięca

O Japonii i chrześcijaństwie

Wywiad z ks. Tomkiem Mąką, kapłanem posługującym w marynarce wojennej USA, obecnie na terenie Japonii. Z oczywistych względów nie znajdziecie tu informacji o pracy wojskowej. Rozmowę o Japonii i chrześcijaństwie, które od niedawna nie jest prześladowane, przeprowadził ks. Piotr Marzec – proboszcz z Zeńboka.

pracowitość, samowystarczalność i pokora. Dla przykładu, kiedy robi się zakupy w sklepie sprzedawca podając paragon wręcza go oburącz kłaniając się kilkakrotnie; tak jakby składał dar. Co więcej, gdy ktoś próbuje przejść przez pasy a kierowca się zatrzyma, pieszy dziękuje mu wielokrotnymi ukłonami podczas przekraczania jezdni. Częstym obrazkiem na ulicach są starsi ludzie, którzy mimo ograniczeń ruchowych sami robią swoje zakupy. Starają się być jak najdłużej samowystarczalni. A tak pół żartem pół serio to „niby ładnie, niby miło, niby uprzejmie, niby wszystko napisane, a nie wiadomo o co chodzi”.

Czy to prawda, że Japończycy są bardzo pracowici?

Zdecydowanie tak. Ich zamiłowanie do pracy graniczy z pracoholizmem. Z wielką dumą wykonują swoje profesjonalne obowiązki i traktują je jako powołanie - od ludzi sprzątających ulice, po dyrektorów. Często są w ubraniach roboczych i ubraniach z logo firmy.

Która religia jest tam wiodącą?

Wiodące religie są dwie: szintoizm

i buddyzm. Niejednokrotnie wyznawane jednocześnie.

A chrześcijaństwo, katolicyzm?

Chrześcijaństwo to znikomy procent społeczeństwa japońskiego, którzy tak naprawdę od niedawna cieszą się pełną wolnością. Musimy pamiętać o latach prześladowań chrześcijan i ich życiu w ukryciu.

Paweł Mika i Towarzysze – kilka słów o męczeństwie chrześcijan w Japonii.

Męczeństwo św. Pawła Miki i jego towarzyszy jest myślą najbardziej udokumentowaną i znaną przypadkiem męczenników w Japonii choć nawet w prefekturze YAMAGUCHI niedaleko nas jest miejsce zwane TSAWANO, gdzie setki chrześcijan było więzione w niewielkich metalowych klatkach, które nawet zimą były zanurzane w zimnych potokach lub stawach, by znęcać się nad więźniami. Prześladowcy wieszali małe dzwoneczki przy klatce i obiecywali, że jeśli ktoś zdecyduje się porzucić wiarę i zaprzeczyć się Chrystusa wystarczy, że zadzwoni dzwoneczkiem. Zrobi to i będzie wolny. Mimo to udokumentowano, że dziesiątki chrześcijan, od małych dzieci

do starców, do końca trwali w swojej wierze, choć ceną za to była śmierć. Kilka razy do roku organizujemy pielgrzymki do tych miejsc by upamiętniać ofiary tych prześladowań.

Hiroshima i Nagasaki – jakie przesłanie płynie stamtąd do świata, szczególnie w kontekście tego, co dzieje się za wschodnią granicą?

Wizyta w Hiroszimie, gdzie miało miejsce być kilkakrotnie w muzeum upamiętniającym ofiary bomby atomowej, jest niezwykle poruszającym wydarzeniem. Zwłaszcza w dzisiejszych czasach, gdzie wiele mówi się o zagrożeniu atomowym w kontekście wojny na Ukrainie. Uświadamia nam jak ważne jest, by człowiek odkrywał w sobie zaślony Boży i powołanie do miłości wzajemnej i wybaczenia. I do opamiętania, nawet w najbardziej kryzysowych momentach. Te wydarzenia zdecydowanie powinny być krzykiem historii, by nie popełniać takich samych błędów w przyszłości.

Dziękuję Księdzu za rozmowę.

Dziękuję, a wszystkim Czytelnikom życzę dobrego przeżycia listopadowych dni.



Za nami Okręgowe Obchody Dnia Świętego Huberta, czyli „II Ciechanowski Hubertus 2022”. Rozpoczęły się Mszą Świętą z ceremoniałem łowieckim w kościele farnym, pod przewodnictwem biskupa Piotra Libery.

Mszę koncelebrował m.in. ks. kan. Krzysztof Kozłowski – kapelan ciechanowskiego okręgu Polskiego Związku Łowieckiego i diecezjalny referent ds. myślistwa oraz kapelani kół łowieckich.

Po uroczystościach kościelnych poczty sztandarowe, myśliwi, uczniowie szkół mundurowych, zaproszeni goście, przedstawiciele PUZ w akademickich togach przy dźwiękach orkiestry dętej OSP Glińce przemierzali na plac przed Powiatowym Centrum Kultury i Sztuki, gdzie odbyła się druga część uroczystości oraz towarzyszący jej Piknik Ekologiczny.

Podczas obchodów odbyło się uroczyste wręczenie dyplomów, odznaczeń myśliwskich, podziękowań oraz złożenie ślubowania przez nowych adeptów Zrzeszenia.

Honorowy Żeton Zasługi – ZŁOM otrzymali: ks. Krzysztof Kozłowski oraz Sławomir Lenarcik. Złoty Medal Zasługi

II Ciechanowski HUBERTUS 2022

Święto myśliwych i nie tylko...

Łowieckiej trafił do Zdzisława Gadomskiego. Brązowym Medalem Zasługi Łowieckiej odznaczono: Cezarego Brendę, Marka Skowrońskiego oraz Piotra Kalinowskiego.

Uchonorowani za Zasługi Dla Łowiectwa Okręgu Ciechanowskiego to: Marcin Sztabnik, Tomasz Ślesicki oraz Zbigniew Łukasiak. Stanisław Wypyszyński otrzymał otrzymał niezwykle rzadkie wyróżnienie za 50 lat Członkostwa w Polskim Związku Łowieckim.

Ponadto wręczono pamiątkowe statuetki, a otrzymali je: Komendant Powiatowej Policji w Ciechanowie - insp. Zbigniew Andres, Zastępca Komendanta Powiatowego Policji w Ciechanowie - podinsp. Radosław Romanowski, starosta ciechanowski - Joanna Potocka-Rak, dyrektor Powiatowego Centrum Kultury i Sztuki w Ciechanowie - Anna Smolińska, Wójt Gminy Ciechanów - Marek Kiwit, prezes Koła Łowieckiego Jeleń w Mławie - Jan Ilczak, dyrektor Departamentu Rolnictwa Ekologicznego i Jakości Żywności - Elwira Zdrodowska oraz Dominika Przeorek.

W trakcie pikniku ekologicznego można było obejrzeć wystawę myśliwskich trofeów, zapoznać się z rasami psów myśliwskich i obejrzeć pokaz sokolniczy.

Swoje wyroby i potrawy zademonstrowały Koła Łowieckie oraz Koła Gospodyń Wiejskich.



Wystawiały się Koła Gospodyń Wiejskich: KGW w Grudusku, KGW w Kleszewie, KGW w Regiminie, KGW „Tradycja” w Szykach, KGW „Dąbrowianki” w Dąbrowie oraz KGW „Nad Wkrą” w Strzegowie, które chętnie częstowały gości swoimi specjalami kulinarnymi.

Jak na piknik przystało, nie zabrakło akcentów muzycznych w wykonaniu zespołu sygnalistów oraz koncertu zespołu „Taraka” znanego z piosenki pt. „Podaj rękę Ukrainie”.

Patronat nad wydarzeniem objął Rafał Romanowski, sekretarz stanu w Ministerstwie Rolnictwa i Rozwoju Wsi.

Zapraszamy do obejrzenia fotorelacji z tegorocznego ciechanowskiego HUBERTUSA i towarzyszącego mu Pikniku Ekologicznego na www.pulsciechanowa.pl



PP

ogłoszenie własne wydawcy

Akademia

DŹWIĘKU

Szkola Muzyczna

już 10 lat z Wami!

NABÓR TRWA!

ZAPRASZAMY
JUŻ DZIŚ NA
LEKCJE MUZYKI

znajdź
nas na

Lekcje indywidualne
nauczyciel:

- * GITARA
- * UKULELE
- * ŚPIEW
- * PIANINO
- * KEYBOARD
- * AKORDEON
- * PERKUSJA

Tel. 517 770 082

Ciechanów, ul. H. Sienkiewicza 33a

www.akademiadzwieku.edu.pl

Dzieci w wieku 2-5 lat
zapraszamy
na umuzykalniające
zajęcia grupowe!!!

Napisz do nas (adciechanow@gmail.com)
lub zadzwoń.

Przewidywany termin rozpoczęcia zajęć
- styczeń 2023.

Utworzenie grup zależne jest od liczby zgłoszeń.

Hasła „Luter” i „Reformacja” są nierozłączne. Myśl i dzieło Marcina Lutra stworzyły Reformację, która od początku szesnastego wieku zmienia na lepsze cywilizację zachodnio-chrześcijańską.

Obchodzone 31 października Święto Reformacji A.D. 2022, kilka dni wcześniej powitano w Ciechanowie specjalnym wieczorem w Powiatowej Bibliotece Publicznej im. Z. Krasińskiego przy ulicy Warszawskiej. W roli prelegenta wystąpił nasz redakcyjny kolega – Artur Iniarski. Wśród uczestników byli mieszkańcy ziemi ciechanowskiej ze zróżnicowanych światopoglądowo środowisk społecznych. Z miejscowych kręgów duszpasterskich uczestniczył pastor Krzysztof Adamkowski – przełożony ciechanowskiej Społeczności Chrześcijańskiej Kościoła Chrystusowego w RP, wraz z małżonką Dorotą. A z przeciwległego materialistycznego bieguna aksjologicznego – Cezary Szeski, prezes Ciechanowskiej Lewicy Samorządowej.

Pani Kierownik przedstawiła

– Dzisiaj witamy Państwa na spotkaniu z cyklu „Biblioteka otwarta dla wszystkich”, a naszym gościem, w końcu umordowanym bo Go umordowałaś żeby się zgodził - ale wiecie Państwo mnie się nie odmawia, więc Artur nie miał śmiałości żeby mi odmówić - jest Pan Artur Iniarski, dziennikarz, publicysta, z zamiłowania regionalista – tak Gościa Wieczoru zaanonsowała Grażyna Czaplicka, kierownik Czytelni Regionalnej PBP.

Pan Dyrektor zagaił

– Dzisiejsze spotkanie poświęcone jest Protestantyzmowi w Polsce i na świecie, postaramy się Państwu coś ciekawego na ten temat powiedzieć (...). Zawsze uważam, że wszyscy jesteśmy dziećmi jednego Boga, a to że podzieliliśmy się, czy Kościół się podzielił, to nie wina Pana Boga, tylko wina nasza (...). Czasami mam wrażenie, że bardzo wiele

Opowieść na Święto Reformacji

Luter w Bibliotece na Warszawskiej



Od prawej: kierownik Grażyna Czaplicka, red. Artur Iniarski oraz dyrektor Lech Zduńczyk.

osób w Polsce jest przeświadczonych o tym, że Polska to kraj katolicki. Typowo katolicki. Ja bym powiedział, że jest chrześcijański. Dlatego, że jeżeli przyjrzymy się temu składowi, podziałom religijnym, to przecież wyznań w Polsce poza katolicyzmem jest naprawdę bardzo dużo. Naprawdę rzadko kto wie, że taka sytuacja ma dzisiaj w Polsce miejsce – m.in. konstatawał Lech Zduńczyk, pełniący obowiązki dyrektora PBP.

O Lutrze, Reformacji, Protestantyzmie, o ich historii i współczesności

Wygłoszony przez Gościa Wieczoru wkład przybrał postać opowieści o głównych kwestiach tytułowego zjawiska religijnego, z wieloma dygresjami uszczegóławiającymi ale też poszerzającymi spektrum wiedzy, osadzając wątki wiodące w ogólnym kontekście cywilizacyjnym wielu epok historii Europy. Czasami opowieść przybierała jakby formę komunikatywnej dla słuchaczy gawędy w stylu ks. profesora

Józefa Tischnera lub ojca Leona Knabita. Czasem też wywoływała paralele z lekkością i urokiem wypowiedzi dobrze nam w Ciechanowie znanego księdza kanonika Mariana Konrada Klubińskiego, z czasów kiedy jeszcze nie był księdzem tylko świeckim popularyzatorem wiedzy o życiu religijnym i wybitnych ludziach Chrześcijaństwa polskiego, w tym Protestantyzmu i Prawosławia.

Żeby odzwzorować w formie kancelaryjno-protokolarnej treść wystąpienia Artura Iniarskiego na oficjalny temat spotkania, który na plakacie brzmiał „Reformacja wczoraj i dziś”, to nie ma w ogóle mowy, bo jak mówią w ojczyźnie Marcina Lutra - „zu viel”.

Więc tylko nieco cytatów o różnym charakterze pojęciowym i zakresie tematycznym.

– Koniec października kojarzy się nam raczej z przygotowaniem do dnia Wszystkich Świętych, natomiast jak byśmy byli w Niem-

czech to byśmy się przygotowywali do Święta Reformacji.

– Reformacja to ruch społeczny i przede wszystkim religijny skupiający te wyznania chrześcijańskie, które w swoim nauczaniu odwołują się do szesnastowiecznej Reformacji.

– Gdy 31 października 1517 roku wieczorową porą w wigilię dnia Wszystkich Świętych Marcin Luter, wtedy jeszcze jako skromny mnich augustiański, zbliżył się do drzwi kościoła zamkowego w Wittenberdze, by przybić swoje dziewięćdziesiąt pięć tez przeciwko sprzedaży odpustów, to myślał, że ani On ani nikt z wtedy żyjących nie spodziewał się, że echa uderzeń młotka roznieśli się po całym ówczesnym Europie, później po całym świecie. I co więcej będą one brzmieć po dzień dzisiejszy.

– Jak to w ogóle się stało, że Luter się pojawił, że była w ogóle taka potrzeba? Jaki był wtedy świat? (...) powszechna wiara w duchy, magię, zabobony, wiele jeszcze pogańskich zwyczajów, feudalizm, każdy człowiek karnie przyjmował to miejsce jakie z racji urodzenia, jego zdaniem Pan Bóg mu przeznaczył.

– Zakon Augustianów wysłał Lutra do Rzymu, by załatwić sprawę. Luter w Rzymie jest przerażony, bo co widzi? Widzi domy publiczne przeznaczone specjalnie, jedno dla świeckich, drugie dla duchownych. Ale przede wszystkim widzi papieża Juliusza w złotej zbroi, i widzi różnego rodzaju praktyki pokutne – sprzedaż odpustów. (...) Nam teraz odpust się głównie kojarzy z jarmarkiem przy kościele przy okazji obchodzonego odpustu. Natomiast odpust to był taki dar Kościoła nazwijmy to, nie za darmo oczywiście, zgodnie z którym

dzięki wpłacie odpowiedniej kwoty pieniędzy i wykonaniu jakiejś praktyki, czyli na przykład wejścia po schodach na klęczkach i zmówienia określonej modlitwy, można było wykupić dla siebie bądź dla kogoś bliskiego żyjącego bądź zmarłego, odpuszczenie iluś -set czy iluś tysięcy lat w Czyśćcu, że o tyle będzie tam krócej. Luter jest tym przerażony.

– W tamtych czasach drzwi kościołów służyły jako tablice ogłoszeniowe. Luter przybija swoje dziewięćdziesiąt pięć tez, wzywając innych uczonych teologów do dyskusji z jego poglądami.

– Luter i kolejni reformatorzy, to byli tylko ludzie, o tym należy pamiętać. Kościół Luterński nie traktuje Lutra jako świętego. Święto Reformacji też nie ma szczególnie charakteru religijnego, raczej jest to wspomnienie wydarzenia historycznego.

– Luter pisał, że praca jest najlepszą modlitwą.

M.in. podawał Artur Iniarski pośród bogatej treściowo wypowiedzi w Bibliotece na Warszawskiej.

Dlaczego o Lutrze właśnie w Bibliotece?

– Ktoś może zapytać: „Panie dyrektoro, Biblioteka a pan sobie tu Protestantów opisuje czy sprowadza prelegenta od Protestantów”. Zawsze staramy się, żeby temat, który jest u nas opracowywany, omawiany czy przedstawiany, był związany z literaturą. Jest piękna rocznica – 1522 rok, zaczął wtedy Marcin Luter tłumaczyć Nowy Testament. Dlaczego to takie ważne z punktu widzenia literatury? (...) Dlatego, że Marcin Luter przetłumaczył Biblię na język ojczysty (...). Jest to pierwszy dowód na to, że dostępność tego najważniejszego dzieła stała się publiczną, można było z tego korzystać i czytać w swoim ojczystym języku – przekazał gospodarz Biblioteki Lech Zduńczyk.

GRZEGORZ KRAJEWSKI



Dofinansowanie w ramach programu „Cenny Zabytek Mazowsza” przyznano m.in. na wymianę podłóg w kościele parafialnym w Lekowie (gm. Regimin).

Samorząd Województwa Mazowieckiego

Wsparcie na zabytki

Trzy zabytki z powiatu ciechanowskiego otrzymają dofinansowanie samorządu województwa w ramach programu „Mazowsze dla zabytków”. Marszałek Adam Struzik wręczył beneficjentom programu certyfikaty „Cenny Zabytek Mazowsza”.

W naszym powiecie dofinansowanie uzyskały następujące zadania:

- naprawa, wymiana i konserwacja elementów ścian drewnianych w kościele parafialnym pw. Św. Trójcy w Krasze-

wie w gm. Ojrzeń (etap II) – 60 tys. zł

- montaż instalacji i urządzeń sygnalizacji pożarowej w obiekcie zabytkowego Dworu Modrzewiowego z XVIII w. w Koźniewie Wielkim w gm. Sońsk – 30 tys. zł

- roboty budowlane polegające na wymianie podłóg (II etap) wraz z warstwami izolacyjnymi w budynku kościoła parafialnego pw. Św. Stanisława B.M. z XVIII w. w Lekowie w gm. Regimin – 100 tys. zł

AI

Miejska Biblioteka Publiczna

Romantyczny wieczór muzyczny



Od lewej: Ryszard Sobotko, Alicja Wodzyńska i Roman Tolsdorf.

W Miejskiej Bibliotece Publicznej zorganizowano „Romantyczny wieczór z akordeonem i gitarą”. Przed publicznością wystąpił Duet „Roman i Ryszard”, czyli Roman Tolsdorf i Ryszard Sobotko.

Koncert odbył się ramach obchodów Roku Romantyzmu Polskiego. Prezentowano pieśni i wiersze nawiązujące do tej epoki. Spotkanie otworzyła dyrektor Alicja Wodzyńska, a laudację prezentującą postać Ryszarda Sobotko wygłosił piszący te słowa.



Od lewej: płk Jan Pawlak oraz Czesław Kącki.

Muzyczną niespodziankę dla Pana Ryszarda przygotowali jego przyjaciele - płk Jan Pawlak oraz Czesław Kącki, z którymi wspólnie śpiewał w Chórze „VICTORIA”, działającym przy Parafii Św. Józefa w Ciechanowie.

Dzięki Duetowi „Roman i Ryszard” publiczność w bardzo miłej atmosferze spędziła październikowy wieczór.

AI

Fot. AI

Nauczycielskim okiem

Krok w stronę nieba

Początek listopada to czas zadumy i refleksji nad przemijaniem. Obchodzimy Uroczystość Wszystkich Świętych i Dzień Zaduszny. Od jakiegoś czasu podejmowane są próby, aby w Polsce była Ameryka. Właściwie to dzieje się chyba od zawsze, ale kilkanaście lat temu uznano, że jak się nie da gospodarzo i rozwojowo, to chociaż kulturowo. Tak powstało „polskie Halloween”. Nie będę w ogóle nawet próbować czegośkolwiek tłumaczyć, bo sama w ostatnich dniach przekonałam się, że są rzesze ludzi, którym tego wytłumaczyć się po prostu nie da. Często okazuje się, że nie ma nawet możliwości udziału w merytorycznej dyskusji, kiedy druga strona merytoryczną po prostu nie jest. Otwarty umysł zapewne poświęci nieco czasu i sam zacznie poszukiwać. Wtedy szybko zorientuje się, że nazywanie przeciwników Halloween „ciemnotą” jest paradosalne i nielogiczne.

Argumenty religijne typu: „idź za jasnością, a nie ciemnością”, „wierzymy w życie wieczne, a nie kulturę śmierci”, czy „opierajmy się pogaństwu”, dla wielu znaczą tyle, co nic. Mnie jednak niepokoi psychologiczna i pedagogiczna strona Halloween. Są dzieci, które

miewają koszmary i lęki nocne. Nie wydaje mi się rozsądnym podsycanie ich wyobraźni. Zdarza się, że rodzice pytają mnie, jak rozmawiać z dzieckiem o śmierci. Mamy w życiu różne sytuacje. Czasem w rodzinie śmierć się zdarzyła, czasem dopiero ma nadejść. Jest to zawsze sprawa poważna, której nawet w zabawie nie powinno się banalizować i wyśmiewać. Należy ją osłabiać w pozytywny sposób. Nie wiem, jak inni, ale ja jednak wolę myśleć, że mój prapradziadek jest w niebie, a nie czai się na mnie 31 października w szafie w przedpokoju. Zmarłym należy się spokój i szacunek. Kropka. Warto uczyć tego dzieci. Jest jeszcze kwestia makabryczności niektórych dekoracji, strojów itp. Pewnie przesadzam, ale czy nie prowadzi to przypadkiem do swego rodzaju znieczulicy? Nie wiem, czy traktowanie cierpienia, krwi, zwłok i samego umierania w kategorii zabawy to jest najlepszy pomysł na kształtowanie młodych sumień i umysłów. Są tysiące innych powodów do śmiechu.

Nie mam wcale żalu o to, że w tym roku przyszło mi mówić najmłod-

szym uczniom o świętości i radości nieba, kiedy nad moją głową w klasie zwisały pająki, duchy i nietoperze. Wprost przeciwnie – z perspektywy czasu wiem, że było mi to potrzebne. Na początku mnie to przybiło – nie powiem, że nie. Zdradzając o sobie nieco więcej, muszę wspomnieć, że od jakiegoś czasu uczę też religii. Robię to z pasji, a nie przymusu. Dzieci często i dość licznie angażują się w proponowane przeze mnie aktywności. Mówienie w mrocznej klasie o świętości spowodowało, że w mojej głowie zrodził się pomysł. Przebieganie się za świętymi nie jest niczym odkrywczym. Wiadomo. Jednak dla mnie w tym roku ważne było to, że bardzo dużo dzieci chciało to zrobić. Właściwie, gdyby nie ograniczony czas wystąpienia naszych „świętych” i ograniczona przestrzeń (kościół parafialny), jestem pewna, że byłoby ich znacznie więcej. Z ogromną radością obserwowałam jak dzieci, ba – całe rodziny, angażowały się w ten pomysł. W sumie poznaliśmy, wraz z wypełnioną po brzegi świątynią, 25 wspinających historii ludzi, którzy zamiast nas straszyć orędują za nami w niebie. Bez przymusu, narzucania czegośkolwiek, z własnej woli i z radością.

JOWITA RUTKOWSKA



Fot. Archiwum autorki

PULS nastolatków

Zapomnieć czy zaakceptować?



ALICJA NOWAKOWSKA

Ludzie popełniają masę błędów. Naprawdę nie byłabym w stanie zliczyć ile ogromnych błędów popełniłam, nie wspominając o tych drobnych - codziennych. Regeneracja po naszych występach przychodzi nieregularnie. Czasami zapomnimy o głupocie, którą zrobiliśmy po tygodniu, a czasem będziemy nosić ją ze sobą w głowie do końca życia. Ten czas „regeneracji” to w rzeczywistości czas, którego potrzebujemy, żeby nasz mózg wybrał drogę: zapomnieć lub zaakceptować.

Zapomnieć jest prościej, ale działa to tylko w przypadku spraw małych. W końcu nie uwierzę, że każde z was pamięta kiedy pomyliło czyjeś imię w rozmowie, albo na „smacznego” od kelnerki odpowiedziało „wzajemnie”. Przecież nikt nie pamięta o takich rzeczach.

Ta druga opcja, jest bardziej przydatna do „spraw wagi ciężkiej”, choć nie jest to łatwe wyjście z sytuacji. Brzmi prosto: a k c e p t a c j a, ale uwierzyć mi, że nie jest łatwe. Z reguły ciężko wybrać tę drogę, bo nawet jej nie widzimy. Gdy zrobicie naprawdę duży błąd w życiu, to wątpię że od razu na chłodno i analitycznie podejście do szukania rozwiązania. Bardziej prawdopodobne jest, że będziecie mieć ogromną ochotę na zakopanie się 7 metrów pod ziemią lub zawinięcie koldrą.

Do akceptacji potrzebujemy czynnika zewnętrznego. Kogoś, rzadziej czegoś, co pokaże nam trochę inne wyjście z sytuacji. Nawet jeśli zrobiliśmy coś co jest ogólnie uznawane za złe, to warto pamiętać, że nic nie jest czarno-białe. Po dużym błędzie potrzebujemy kogoś, kogo być może nie zawsze od razu chcemy, a kto pokaże nam, że nie jesteśmy tacy źli. Nie chodzi mi o to, że teraz macie znaleźć sobie kompana który non stop będzie prawić wam komplementy. Raczej chodzi o kogoś, kto powie jaka jest prawda. Jeśli słabo się zachowaliście, to da wam to do zrozumienia, ale nie będzie ze startu osądzał i oczerniał.

Nie ma wielu osób, które tak naprawdę was „wyleczą” po problemie. Często te osoby nawet nie wiedzą, że wam pomagają. Czasami ta pomoc ich boli, czasami dużo na niej tracą, ale robią to - bo widzą was takimi jakimi jesteście. Pokładają w was nadzieję i wiarę. Po prostu „są” wtedy, gdy innych już nie ma i któregoś dnia czy nocy zauważasz, że oni tu zawsze byli. Więc może nie jest tak źle? Może błąd nie oznacza, że jesteś złym człowiekiem? Wiem, że już tego nie odwrócę, stało się. Może czas wstać z tego błota, w które wpadłeś i pomyśleć sobie: „Tak, zrobiłem to. Wiem dlaczego tak postąpiłem i to koniec. Idę dalej”. To brzmi tak prosto, łatwo i przyjemnie. Idę dalej.

Gdy potrzebuję regeneracji po błędzie i czuję, że zapomnienie nie wystarczy, to jak mantrę powtarzam sobie: idę dalej, idę dalej, idę dalej... I to pomaga.

Jeśli teraz potrzebujecie zaakceptować swoje błędy, a nie macie nikogo kto was w tym upewni, to będę to ja. Pamiętajcie, jesteście naprawdę w porządku. Zrobiliście coś czego teraz pewnie żałujecie, ale mieliście ku temu powody, co nie znaczy, żeby was skreślić. Po prostu idźcie dalej.

Edukacyjne inicjatywy naszych parlamentarzystów

Uczniowie odwiedzili posłów

Uczniowie szkół z terenu powiatu ciechanowskiego, na zaproszenie naszych parlamentarzystów, mieli możliwość zwiedzić Sejm RP.

Z wizytą u posła Iwaniaka...

Uczniowie ciechanowskiej Szkoły Podstawowej nr 3 im. Orła Białego pojechali do Warszawy na zaproszenie posła Arkadiusza Iwaniaka (LEWICA). Wycieczkę od strony organizacyjnej koordy-

nował Sebastian Andrzejczak – asystent społecznego posła Iwaniaka.

Do Warszawy pojechali uczniowie klas 8a i 8d. Była to nagroda za wysokie wyniki w nauce. Towarzyszyli im opiekunowie: Małgorzata Górńska, Alina Sadowska oraz dyrektor Andrzej Niestępski. - Pierwszym punktem programu było Muzeum Sportu i Turystyki mieszczące się w Centrum Olimpijskim na warszawskim Żoliborzu. Uczniowie

z wielkim zainteresowaniem oglądali ekspozycję i trofea zgromadzone w jednej z najstarszych placówek muzealnych na świecie o profilu sportowym. Dzięki zaproszeniu posła Arkadiusza Iwaniaka uczestnicy wycieczki otrzymali przepustkę do Sejmu RP, gdzie z galerii dla publiczności obserwowali obrady. Trasa zwiedzania objęła także hol główny, w którym znajdują się tablice upamiętniające posłów II Rzeczypospolitej - ofiary II wojny światowej oraz parlamentarzystów, którzy zginęli w katastrofie lotniczej pod Smoleńskiem. Miłym akcentem była rozmowa z posłem i opowieści o kulisach pracy w sejmie. Dziękujemy posłowi Iwaniakowi za tę swoistą lekcję „Wiedzy o społeczeństwie” – powiedział nam dyrektor Andrzej Niestępski.

... i posła Romanowskiego

Z kolei na zaproszenie posła Rafała Romanowskiego (Prawo i Sprawiedliwość) do Sejmu RP pojechali uczniowie szkół podstawowych z terenu gminy Regimin: Szkoły Podstawowej im. Teofila Lenartowicza w Regiminie, SP im.



Posel Arkadiusz Iwaniak z uczniami Szkoły Podstawowej nr 3 im. Orła Białego w Ciechanowie.

Fot. Archiwum prywatne

Stefana Żeromskiego w Szulmierzu oraz SP im. Zygmunta Padlewskiego w Żerńboku.

- Było to ważne doświadczeniem dla wszystkich uczestników wycieczki. Już na samym początku młodzież została zapoznana ze skomplikowanymi procedurami bezpieczeństwa, a każdy z przejechaniem przechodził przez bramki. Podczas wizyty uczniowie mieli okazję w towarzystwie przewodnika obejrzeć wystawę informującą o historii i siedzibie władzy ustawodawczej w Polsce, zwiedzić salę posiedzeń i na żywo zobaczyć wystąpienie posła Rafała Romanowskiego. Było to dla nas bardzo ważne przeżycie. Zobaczyć obrady na żywo, to coś zupełnie in-

nego niż transmisja telewizyjna. Następnie młodzież miała okazję spotkać się i porozmawiać z posłem Romanowskim. Dowiedzieć się jakie problemy są obecnie najważniejsze w jego pracy poselskiej i ministerialnej oraz w jaki sposób będzie starał się je rozwiązać. Tym większa była to dla uczniów radość, że poseł wywodzi się z Gminy Regimin i uczęszczał do Szkoły Podstawowej w Szulmierzu. Być może wśród uczestników wycieczki znajdą się tacy, którzy zechcą podążać jego śladami. Jesteśmy wdzięczni za to zaproszenie – powiedziała nam Małgorzata Czernik – dyrektor Szkoły Podstawowej im. Teofila Lenartowicza w Regiminie.

AI



Posel Rafal Romanowski z szkół podstawowych z terenu gminy Regimin.

Radzili się inżynierów

Dzień Otwarty Inżyniera Budownictwa



Fot. Archiwum BI MOIB w Ciechanowie

Uczniowie Technikum Budowlanego wraz z przedstawicielami Mazowieckiej Okręgowej Izby Inżynierów Budownictwa.

W październiku w całej Polsce organizowano spotkania, w trakcie których zainteresowani mogli poradzić się inżynierów budownictwa w zakresie zagadnień związanych z budową, eksploatacją czy remontem swojego obiektu.

W Ciechanowie „Dzień Otwarty Inżyniera Budownictwa” zorganizowano w Powiatowym Inspektoracie Nadzoru Budowlanego oraz Biurze Terenowym Mazowieckiej Okręgowej Izby Inżynierów Budownictwa.

W budynku Starostwa Powiatowego mieszkańcy z naszego terenu mogli skorzystać z porad Ireny Gutowskiej – kierownika Powiatowego Inspektoratu Nadzoru Budowlanego oraz Andrzeja Kalinowskiego – kierownika Wydziału Administracji Architektoniczno-Budowlanej i Inwestycji w Starostwie Powiatowym w Ciechanowie.

Z kolei w Biurze Terenowym Mazowieckiej Okręgowej Izby Inżynierów Budownictwa w Ciechanowie do dyspozycji zainteresowanych byli: Artur Giziński, Janusz Domurad, Paweł Rudziński i Piotr

Gesek. Spotkali się oni m.in. z uczniami III klasy Technikum o kierunku „budownictwo”. Placówka ta funkcjonuje w ramach Zespołu Szkół Technicznych Centrum Kształcenia Ustawicznego im. Stanisława Płoskiego w Ciechanowie.

- To było bardzo ciekawe spotkanie zarówno dla nas, jak i dla uczniów. Nasi goście zadawali dużo pytań. Interesowali się m.in. tym jakie uprawnienia mogą uzyskać po ukończeniu szkoły oraz co daje inżynierom członkostwo w naszej Izbie. Radzili się też nas jaką uczelnię oraz kierunek studiów wybrać, by później mieć dobrą pozycję na rynku pracy. Dzień Otwarty Inżyniera Budownictwa zorganizowaliśmy już po raz drugi. Widzimy, że jest zainteresowanie, więc planujemy to przedsięwzięcie kontynuować w kolejnych latach – powiedział nam Artur Giziński – Zastępca Przewodniczącego Okręgowej Rady Mazowieckiej Okręgowej Izby Inżynierów Budownictwa.

AI

IV Mazowieckie Dni Techniki w Ciechanowie

Technika – ważna sprawa

W Państwowej Uczelni Zawodowej im. Ignacego Mościckiego odbyła się konferencja zorganizowana w ramach tegorocznych Mazowieckich Dni Techniki. Były przemówienia, wręczenie wyróżnień oraz wykłady okolicznościowe i dyskusja.

Celem Mazowieckich Dni Techniki jest rozwój zainteresowań, poszerzanie wiedzy o aktualnym stanie techniki oraz uświadamianie o atrakcyjności studiów technicznych. Uczestnicy mieli m.in. możliwość, by zapoznać się z dynamicznymi zmianami, jakie w ostatnich latach zaszły w Ciechanowie dzięki realizacji wielu inwestycji.

Gości powitał dr inż. Dariusz Raczkowski – koordynator IV Mazowieckich Dni Techniki w dalszej części zawarte były przemówienia prezesa NOT oraz zaproszonych gości. Wręczono odznaki wyróżnionym działaczom FSNT NOT. Zebrani mieli również okazję wysłuchać ciekawych prelekcji: „Wkład polskich inżynierów w rozwój spawalnictwa” - prof. dr hab. inż. Andrzej Kolasa oraz „Pozyскиwanie i wykorzystywanie biogazu w aspekcie bezpieczeństwa technicznego” - dr inż. Daniel Gerwatowski.



Uczestnicy ciechanowskiej konferencji w ramach MDT.

PP



Fot. Piotr Piszczkowski

Wykład dr inż. Daniela Gerwatowskiego.

Nasz miejski samorząd na konferencji reprezentowała zastępca prezydenta - Iwona Kowalczyk.

IV Mazowieckie Dni Techniki odbyły się w tym roku w pięciu miastach: Ciechanowie, Ostrołęce, Płocku, Radomiu i Warszawie. Organizatorem ciechanowskiego wydarzenia była Federacja Stowarzyszeń Naukowo-Technicznych „NOT” Rada w Ciechanowie.

Patronat nad wydarzeniem objęli: Marszałek Województwa Mazowieckiego Adam Struzik i Prezes FSNT NOT Ewa Mankiewicz-Cudn oraz Prezydent Miasta Ciechanów – Krzysztof Kosiński. Patronat medialny sprawowała nasza gazeta - „Puls” Magazyn Opinii Ziemi Ciechanowskiej oraz portal www.pulsciechanowa.pl.

Partnerami wydarzenia była Państwowa Uczelnia Zawodowa im. I. Mościckiego oraz Mazowiecka Okręgowa Izba Inżynierów Budownictwa.

Ten dzień pozostanie na długo w pamięci maluszków z Miejskiego Przedszkola nr 3 w Ciechanowie. Mają za sobą uroczyste pasowanie na przedszkolaka.

Uroczystość rozpoczęła się powitaniem przybyłych gości i częścią artystyczną, którą przygotowały pod okiem swoich wychowawczyń: Joanny Niemierzyckiej i Marzeny Cicholskiej. Maluszki zaprezentowały swoje umiejętności, dały tym samym dowód, jak dużo już potrafią. Były piosenki, wierszyki, zabawy ruchowe i taniec. Występ artystyczny przygotowały również przedszkolaki ze starszej (VI) grupy „Pszczółek”.

Po części artystycznej, dzieci obiecały: zgodnie bawić się w przedszkolu, przychodzić każdego dnia z uśmiechem, słuchać pani i pomagać kolegom, być dzielny przedszkolakami.

Najważniejszym punktem spotkania było uroczyste pasowanie każdego dziecka na przedszkolaka, którego dokonała dyrektorka placówki Ewa Kaczyńska.

Kampania Białych Serc

Przeciwko narkotynom i przemocy

Za nami już 18. edycja Kampanii Białych Serc, czyli Europejskiego Solidarnego Protestu Przeciwko Narkotynom i Przemocy, trwająca w tym roku od 12 do 23 października i przebiegającej pod hasłem „Włącz alarm”.

Po raz trzeci odbywała się na naszym terenie, a po raz pierwszy z oficjalnym hymnem skomponowanym i nagrany przez Marcina Chojnackiego z zespołu Chojnacki Band. Jej pomysłodawcą jest mławianin Mariusz Zalewski.

Koordynatorem Głównym Kampanii Białych Serc na Miasto Ciechanów i Powiat Ciechanowski jest radna miejska Edyta Rzeplińska-Filipowicz. – Ma ona na celu promowanie życia wolnego od narkotyków i przemocy, która niestety ma wiele twarzy, również jest skierowana w stronę zwierząt. Z tego też względu od ubiegłego roku do Kampanii włączona została akcja Biała Łapka. W tej edycji postanowiłam zorganizować u nas konkurs plastyczny pt. „Biała Łapka, czyli Stop przemocy wobec zwierząt!”. Uczestnicy przedstawili wspaniałe prace, które pokazują kwintesencję problemu, ale przede wszystkim ich wrażliwość na los naszych - jak mawiał św. Franciszek - Braci Mniejszych. Na początku listopada miałam przyjemność uroczystie wręczyć im dyplomy i nagrody, w siedzibie Miejskiej Biblioteki Publicznej w Krzywej Hali. Atmosfera była radosna, młodzież i dzieci chętnie włączały się do dyskusji, opowiadały o swoich pracach, które zostały zaprezentowane na wystawie w czytelnii, i przez jakiś czas można je tam oglądać – mówi nam Edyta Rzeplińska-Filipowicz.

Nagrody to m.in. gry planszowe: edukacyjna „Pociąg do Europy. Przystanek Mazowsze” przekazane przez Elżbietę Szymanik - wicedyrektora Mazowieckiej Jednostki Wdrażania Programów Unijnych oraz zestawy 15 gier rodzinnych ufundowane przez Edytę Rzeplińską-Filipowicz, organizatora konkursu.

Poza ogólnymi przesłankami, Kampania co roku ma temat przewodni. W tym

„Biedronki” pełnoprawnymi przedszkolakami

Pasowanie na przedszkolaka



Fot. Piotr Piszczkowski

Pamiątkowe zdjęcie przedszkolaków, rodziców, dyrektorki placówki i wychowawczyń przedszkolnych.

Na pamiątkę tego ważnego wydarzenia każdy przedszkolak otrzymał dyplomik pasowania i odznakę przedszkolaka. Na zakończenie wszyscy pozowali do wspólnego – pamiątkowego zdjęcia.

Spotkanie było doskonałą okazją do integracji dzieci, rodziców i wychowawczyń.

PP



Fot. Karolina Filipowicz

Radna Edyta Rzeplińska-Filipowicz z laureatami konkursu plastycznego pt. „Biała Łapka, czyli Stop przemocy wobec zwierząt!”.

był to fonoholizm, uzależnienie behawioralne polegające na nałogowym używaniu telefonów komórkowych, prowadzące do wielu problemów, także zdrowotnych, w tym depresji, zagrożeń bezpieczeństwa w ruchu drogowym itp. Uzależnienie to porównywalne jest do tego od narkotyków. Fonoholik odczuwa przymus obecności telefonu w zasięgu ręki, sprawdzania powiadomień, złość i frustrację, gdy nie może z niego skorzystać, zaniedbuje ważne obowiązki, a stres przed byciem poza zasięgiem sieci wywołuje np. ataki paniki, zawroty głowy, problemy z koncentracją, snem i tym samym ogólne przemęczenie organizmu.

– Na pewno ostatnia sytuacja pandemiczna i lekcje zdalne czy praca za pomocą urządzeń np. mobilnych nie sprzyjała ograniczaniu korzystania z nich, a wręcz odwrotnie, co pogłębiło problem m.in. wśród dzieci i młodzieży. Stąd zamysł nagród w konkursie m.in. w postaci gier planszowych, aby promować spędzanie czasu bez urządzeń elektronicznych, a jednocześnie rodziną czy koleżeńską integrację, wzmacnianie kontakty interpersonalne, czego w czasie izolacji związanej z lockdownem brakowało, a czego negatywne skutki już niestety zauważamy – powiedziała nam Edyta Rzeplińska-Filipowicz, która pracu-

je też w Miejskiej Komisji Rozwiązywania Problemów Alkoholowych.

Kampania Białych Serc zagościła w mieście i okolicach, co widoczne jest m.in. poprzez białe serduszka – symbol akcji – wyklejane w czasie jej trwania w oknach.

– Postanowiłam ją rozpowszechnić na naszym terenie. Każde wspólne działanie – co roku włączają się różne placówki oświatowe, instytucje – za co serdecznie dziękuję, przynosi efekty. Uczestnicy mają możliwość realizacji wielu dostępnych akcji w ramach Kampanii, otrzymując po zarejestrowaniu się pewną instrukcję ich dotyczącą i mogą je dostosować do swojej specyfiki. Jest to można powiedzieć taka szeroka profilaktyka i edukacja. Jak to kiedyś wspominałam, jeśli uda się dzięki temu uchronić choć jedną osobę przed wypadnięciem w krąg zdarzeń prowadzących do uzależnienia, to warto angażować się w tę akcję. A nade wszystko ważna jest asertywność i nie uleganie presji otoczenia, modzie - tu mam na myśli np. popularne wśród młodych e-papierosy, które były tematem przewodnim Kampanii w 2020 r., a po które sięgają często po prostu z chęci zaimponowania rówieśnikom - tego nie warto robić – podsumowuje Edyta Rzeplińska-Filipowicz.

AI

Ochotnicza Straż Pożarna

Nowy wóz strażacki dla OSP Modła

W pierwszą sobotę listopada odbyło się uroczyste przekazanie i poświęcenie lekkiego wozu ratowniczo-gaśniczego Ford Transit dla Ochotniczej Straży Pożarnej w Modle (gm. Ciechanów).

Dzięki wielkiemu zaangażowaniu tamtejszych strażaków uroczystość miała bardzo podniosły charakter i została zorganizowana perfekcyjnie. Warto podkreślić duży udział w przygotowaniach ze strony członków Młodzieżowej Drużyny Pożarniczej. Aktywność najmłodszych strażaków została

nagrodzona wielkim koszem słodczy wręczonym przez starostę Joannę Potocką-Rak oraz nadbryg. w st. spocz. Jarosława Nowosielskiego.

Samochód pożarniczy o wartości 280 tys. zł został zakupiony w celu zwiększenia możliwości operacyjno-technicznych jednostki OSP w Modle, która w sierpniu br. rozpoczęła procedury zmierzające do włączenia jej do Krajowego Systemu Ratowniczo-Gaśniczego.



Ochotnicza Straż Pożarna w Modle (gm. Ciechanów) otrzymała lekki wóz ratowniczo-gaśniczy Ford Transit.

Środki na zakup samochodu wyasygnowane zostały przez: Gminę Ciechanów (150 tys. zł), Samorząd Województwa Mazowieckiego (80 tys. zł) oraz Komendę Główną Państwowej Straży Pożarnej (50 tys. zł). W trakcie uroczystości podkreślano osobiste zaangażowanie ze strony nadbryg. w st. spocz. Jarosława Nowosielskiego – byłego Mazowieckiego

Komendanta Wojewódzkiego Państwowej Straży Pożarnej.

Uroczystego przekazania dokumentacji i kluczyków do auta, na ręce druha Leszka Kowalskiego – prezesa OSP Modła, dokonali: Marek Kiwit – Wójt Gminy Ciechanów a zarazem Prezes Zarządu Gminnego OSP, radny wojewódzki Konrad Wojnarowski – reprezentujący Marszałka Województwa Mazowieckiego Adama Struzika, st. bryg. Jarosław Piotrowski – po. Mazowieckiego Komendanta Wojewódzkiego Państwowej Straży Pożarnej, radny wojewódzki Artur Czapliński – reprezentujący Wiceministra Spraw Wewnętrznych i Administracji Macieja Wąsika oraz bryg. Tomasz Gajewski – Komendant Powiatowy PSP w Ciechanowie.

Modlitwę w intencji strażaków poprowadził ks. Wojciech Iwanowski – proboszcz Parafii pw. Świętego Stanisława Biskupa i Męczennika w Lekowie, który dokonał też aktu poświęcenia nowego wozu ratowniczo-gaśniczego.

Oprócz osób wcześniej wymienionych w tekście, w uroczystości wzięli udział m.in.: dh Adam Budek – prezes Zarządu Powiatowego OSP w Ciechanowie, dh Janusz Lazarski – Komendant OSP Gminy Ciechanów, Elżbieta Szymanik wicedyrektor Mazowieckiej Jednostki Wdrażania Programów Unijnych, Anna Żebrowska – kierownik ciechanowskiej delegatury Mazowieckiego Urzędu Wojewódzkiego, Artur Frączkowski – zastępca Wójta Gminy Ciechanów oraz Jacek Sokołowski – doradca Komendanta Głównego PSP.

AI

Ochotnicza Straż Pożarna

Sukces kobiecej drużyny OSP z Ojrzenia



Od prawej: dh Włodzimierz Wojnarowski – Prezes Zarządu Powiatowego OSP w Mławie, st. bryg. Artur Gonera – Zastępca Mazowieckiego Komendanta Wojewódzkiego PSP oraz członkinie drużyny kobiecej OSP Ojrzeń.

Na Stadionie Miejskim w Mławie odbyły się eliminacje strefowe do VII Zawodów Sportowo-Pożarniczych Ochotniczych Straży Pożarnych Województwa Mazowieckiego. Wśród drużyn kobiecych zwyciężyła reprezentacja OSP Ojrzeń.

Na stadionie sportowym im. Ireny Szewińskiej w Mławie stawiło się 17 drużyn pożarniczych, w tym 12 drużyn męskich i 5 kobiecych. Pierwszą część współzawodnictwa stanowiła konkurencja pod nazwą „sztafeta pożarnicza 7 x 50”. Zawodnicy biegnący na dwóch torach równocześnie mieli do pokonania w jak najkrótszym czasie dystans 350 m, na którym znajdowały się przeszkody w postaci m.in. równoważni, rowu z wodą, czy ściany.

Po ukończeniu pierwszej konkurencji zawodnicy nie mieli zbyt wiele czasu na odpoczynek, gdyż rozpoczęła się druga część rywalizacji w konkurencji „ćwiczenie

bojowe”. Ten etap zawodów niezmiennie cieszy się największą popularnością wśród publiczności. Zawodnicy posiadający określone funkcje muszą w jak najkrótszym czasie zbudować stanowisko wodne, linię główną i dwie linie gaśnicze. Następnie linia zostaje nawodniona, a zawodnicy umiejętnie operując prądami wody muszą strącić z podestów pacholki oraz obrócić metalową tarczę na statywie.

Z sukcesu drużyny kobiecej OSP Ojrzeń cieszy się wójt tej gminy Zdzisław Mierzejewski. - Gratuluję naszym reprezentantkom i życzę sukcesu w zawodach na szczeblu wojewódzkim. Na pewno będziemy nadal wspierać rozwój kobiecej drużyny OSP Ojrzeń, bo niewątpliwie jest ona naszą chlubą – powiedział nam wójt Mierzejewski.

KP PSP / AI

reklama

AGROAP SERWIS

MASZYN ROLNICZYCH I SAMOCHODÓW WSZYSTKICH MAREK

URSUS

NEW HOLLAND
AGRICULTURE

FENDT

DEUTZ FAHR

CLAAS

MASSEY FERGUSON

Kubota

JOHN DEERE

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

Szulmierz 22A

tel. 504 206 348

Podnoszenie ciężarów

Potrójne złoto

Ciechanowianin Daniel Goljasz zdobył trzy złote medale podczas Mistrzostw Polski Seniorów i Seniorów w Podnoszeniu Ciężarów, które odbyły się w Nowym Tomyszu.

Daniel Goljasz, reprezentujący barwy Klubu Sportowego Wisła Puławy, zdobył złote medale w kategorii do 102 kg w rwaniu (157 kg), podrzucie (198 kg) oraz dwuboju (355 kg).

- W rwaniu zaliczyłem dwa podejścia: 152 i 157 kg. Niestety spaliłem podejście na rekord życiowy - 162 kg. W podrzucie zaliczyłem wszystkie trzy

podejścia - 183, 193 i 198 kg. Nad drugim zawodnikiem uzyskałem 19 kg przewagi. Jest to moje pierwsze zwycięstwo w Mistrzostwach Polski seniorów i nie ukrywam, że dało mi ono dużą satysfakcję. Szkoda tylko, że nie pobiłem rekordów życiowych, bo byłem w stanie to zrobić. W przyszłym roku chciałbym zająć wysoką lokatę na Mistrzostwach Europy, ale by to zrobić muszę się jeszcze sporo poprawić - powiedział nam Daniel Goljasz.



Daniel Goljasz podczas zawodów w Nowym Tomyszu.

W miłej atmosferze, pełnej wspomnień sprzed lat, spotkali się trener Zdzisław Piotrowski oraz jego wychowankowie.

Zdzisław Piotrowski to trener podnoszenia ciężarów klasy mistrzowskiej, sędzia międzynarodowy I klasy oraz pierwszy dyrektor Ośrodka Szkolenia Olimpijskiego w Ciechanowie. Choć od wielu lat jest już na emeryturze, to nadal utrzymuje kontakt ze swoimi wychowankami.

Ostatnio odwiedzili go: Paweł Kasperowicz (wielokrotny Mistrz Polski LZS w wadze półciężkiej), Zdzisław Borzyński (jako 18-latek wywalczył brązowy medal na Mistrzostwach Polski Seniorów), Stanisław Benecki (zawodnik kat. lekkociężkiej, wielokrotny rekordzista Polski juniorów w wyciskaniu) oraz Stanisław Bielewicz (brązowy medalista Mistrzostw Polski Seniorów w kat. koguciej).

Podnoszenie ciężarów

Z wizytą u trenera



Od lewej: Paweł Kasperowicz, Zdzisław Borzyński, Zdzisław Piotrowski i Stanisław Benecki.

Polski Związek Wędkarski

Wędkowanie w Święto Niepodległości



Organizatorzy i uczestnicy zawodów wędkarskich z okazji rocznicy odzyskania przez Polskę niepodległości.

Zarząd Koła Polskiego Związku Wędkarskiego Ciechanów-Miasto po raz pierwszy zorganizował zawody z okazji rocznicy odzyskania przez Polskę niepodległości.

Zawody zostały przeprowadzone na zbiorniku wodnym „Kanały”. Wzięło w nich udział 31 wędkarzy, w tym dwóch juniorów. Pogoda jak na tę porę roku była sprzyjająca, lecz przy zmiennym ciśnieniu atmosferycznym ryby nie zawsze chciały współpracować z wędkarzami. Zawodnicy łącznie złowili 59,509 kg ryb, które po zważeniu wróciły do wody.

Na zakończenie zawodów ich podsumowania oraz wręczenia nagród dokonał Eugeniusz Nowak - prezes Koła Polskiego Związku Wędkarskiego Ciechanów-Miasto. I miejsce zajął Mateusz Kuciński, II - Robert Krakowski, a III - Sebastian Szuper.

EN/AI

Polski Związek Wędkarski

Mistrzostwa w wędkarstwie spinningowym



Organizatorzy i uczestnicy trzeciej tury zawodów spinningowych.

W październiku na Krubinie odbyła się trzecia, a zarazem ostatnia, tura zawodów o tytuł Indywidualnego Mistrza Koła Polskiego Związku Wędkarskiego Ciechanów-Miasto w Wędkarstwie Spinningowym. Odbywały się one w kategorii seniorów i juniorów.

Pogoda dopisała. W zawodach wzięło udział 15 zawodników, w tym dwóch juniorów. Ryby po zmierzaniu wróciły do wody.

Na zakończenie zawodów Prezes Koła Eugeniusz Nowak ogłosił wyniki trzeciej tury i klasyfikacji generalnej. Wręczył też dyplomy, puchary i statuetki za największą rybę. Tę ostatnią zdobył Tomasz Kołakowski, który złowił szczupaka (61 cm).

Mistrzem Koła w kategorii junior został Łukasz Szubert, a I wicemistrzem - Mateusz Szubert. Z kolei Mistrzem Koła w

kategorii senior został Tomasz Kołakowski, I wicemistrzem - Bogdan Sadowski, a II wicemistrzem - Tomasz Włosiński.

EN/AI

Sukcesy ciechanowskich szczypiornistów

Jurand liderem grupy C w pierwszej lidze!



Jurand Ciechanów pokonał SPR ROKiS Radzymin w szóstej kolejce rozgrywek i został samodzielnym liderem grupy C pierwszej ligi piłki ręcznej. Ciechanowscy szczypiornisi zwyciężyli 30:15 (12:7).

W składzie ciechanowskiego Juranda zagraли: Mirzejewski 1, Skowroński - Wojdak 7, Ruszkowski 5, Smolarek 3, Dobrzyński 3, Budzich 2, Dębic 2, Mierzewski 2, Tartas 1, Lewkowicz 1, Wiszowaty 1, Rutkowski 1, Komorowski 1, Olszewski Jakub, Kosik. Rzuty karne: 4/4. Kary: 8 min. (Kosik - 2 min, Olszewski - 2 min, Budzich - 2 min, Dobrzyński - 2 min).

Partnerem wydarzenia był Samorząd Województwa Mazowieckiego.

Wobec porażki Enea Orleń Zwo-

leń w Płocku, Jurand został samodzielnym liderem grupy C.

Drużyna z Radzimina na swoim profilu w mediach społecznościowych, tuż po meczu w Ciechanowie opublikowała wpis: „Niestety drużyna gospodarzy nie okazała się gościnną i pewnie wygrywa dzisiejsze spotkanie...”. Miejmy nadzieję, że w kontekście zdobytych bramek, Jurand nie będzie gościnny także w następnych kolejkach tego sezonu.

Gratulujemy naszym piłkarzom i życzymy dalszych sukcesów. Najbliższy mecz wyjazdowy zagramy już 19 listopada z AZS UW Warszawa, następnie 26 listopada Jurand będzie gościł u siebie szczypiornistów z Sierpeca.

PP

Szkola Podstawowa TWP

Nauczyciele TWP w Biegu Belfrów

Dyrekcja oraz grupa nauczycieli ze Szkoły Podstawowej TWP w Ciechanowie w niecodzienny sposób uczliła Dzień Nauczyciela, biorąc udział w charytatywnym Biegu Belfrów.

To ogólnopolskie wydarzenie sportowe dla pracowników oświaty. Dochód ze sprzedaży pakietów startowych jest przeznaczony na leczenie 6-letniego Wojtusia Runke, który od 4 lat walczy z potworną chorobą - siatkówczakiem obwodowym - nowotworem złośliwym, który zabrał mu już jedno oko.

Na czele drużyny TWP stanęła dyrektorka Tatiana Sęk, zaś przedsięwzięcie od strony sportowej koordynował Piotr Przewódzki - wicedyrektor, nauczyciel wychowania fizycznego. - Kiedy dowiedziałem się o Biegu Belfrów to pomyślałem, że to wspaniała idea, która nie dość, że pozwala na niecodzienne spędzenie tego wyjątkowego dnia, to jeszcze pozwala na to, by pomóc komuś, kto bardzo tej pomocy potrzebuje. Udział w tym wydarzeniu pozwolił na to, że mogliśmy podzielić się z kimś tymi wspaniałymi emocjami, które zwłaszcza w Dniu Nauczyciela otrzymujemy od naszych uczniów - powiedział nam wicedyrektor Przewódzki.

W ramach Biegu Belfra można było wybrać bieg (6 km), marsz (6 km) lub jazdę rowerem (12 km). Drużyna TWP postawiła na marsz. - Jestem bardzo zadowolony, że udało nam się



W Biegu Belfra udział wzięli: Tatiana Sęk, Joanna Falkowska, Emilia Kurzęcka, Anna Tyska, Wioletta Bekisz, Piotr Przewódzki, Peter Wierchowski, Leszek Rym, Dominik Molewski oraz Adam Olkowski.

stworzyć zespół i pokonać wspólnie te kilometry. Poza wymierną pomocą dla chorego chłopca, pokazaliśmy też naszej młodzieży, że ważne jest to, by otrzymane dobro przekazywać innym. Był to też niewątpliwie krok - a właściwie kilka tysięcy kroków - dla naszego zdrowia. Warto było - podsumowuje Piotr Przewódzki.

Gratulujemy podjęcia tego sportowo-charytatywnego wyzwania!

AI

Biegowe świętowanie

Ciechanowianie na Biegach Niepodległości



Biegacze skupieni wokół Stowarzyszenia Mazovia ProActiv Ciechanów przed Biegiem Niepodległości w Warszawie.

Wielu ciechanowian uczciło Święto Niepodległości biorąc udział w biegach zorganizowanych z tej okazji.

Najwięcej zawodników z naszego powiatu wystartowało w Biegach Niepodległości w Warszawie i w Płońsku. Byli to głównie reprezentanci stowarzyszeń Mazovia ProActiv Ciechanów oraz Runners Team. Byli też biegacze ze Stowarzyszenia ASfaltLove Dzikie oraz zawodnicy nordic walking z Team NW Ciechanów.

Stołeczny bieg na dystansie 10 km miał charakter masowy – wzięło w nim udział ponad 9 tysięcy zawodników. Trasa marszu nordic walking wynosiła 6,5 km. Była to już 32. edycja tej biegowej imprezy, której organizatorami są: Stołeczne Centrum Sportu „Aktywna

Warszawa” oraz Fundacja „Maraton Warszawski.

Z kolei w pięciokilometrowym Biegu Niepodległości w Płońsku, zorganizowanym przez tamtejsze samorządowe władze powiatowe oraz Radio Płońsk, wzięło udział 147 zawodników. Dodatkowo około setki dzieci uczestniczyło w biegowej rywalizacji na dystansie 500 metrów. Uczestnicy chwalili świetną atmosferę i perfekcyjną organizację. Faktycznie była to bardzo dobrze przygotowana patriotyczna impreza biegowa. Szczególne słowa uznania należą się w tym kontekście staroście Elżbiecie Wiśniewskiej oraz Robertowi Adamskiemu – członkowi Zarządu Powiatu Płońskiego.



Część reprezentantów Stowarzyszenia Sportowego Runners Team po Biegu Niepodległości w Płońsku – od lewej: Tomasz Budniak z córkami Mają i Zuzią oraz Zuzia Łazarska.

Taekwon-do

Mazovia Masters Cup 2022

W Ciechanowie już po raz szesnasty odbył się Międzynarodowy Turniej Taekwon-do Mazovia Masters Cup, organizowany przez LKS Matsogi Ciechanów we współpracy z Miejskim Ośrodkiem Sportu i Rekreacji. Zawody swym patronatem objął prezydent Krzysztof Kosiński.

Od 2007 roku na jesieni ściągają do naszego miasta najlepsi zawodnicy

Taekwon-do z Polski oraz Europy. Turniej od kilku lat należy do najliczniej obsadzonych w Europie Środkowej. W tym roku wzięło w nim udział 530 zawodników z 52 klubów z Polski, Ukrainy, Łotwy oraz Słowacji.

Gospodarzy, czyli LKS Matsogi Ciechanów, reprezentowało 22 zawodników. Podopieczni trenerów Michała

Korzybskiego i Michała Rzańskiego wywalczyli III miejsce w klasyfikacji medalowej dzieci spośród wszystkich klubów.

Liczne medale które powędrowały w ręce ciechanowian zdobyli: Daria Zimowska, Zuzanna Wielgolewska, Maria Zdunek, Natalia Kaźmierczak, Maria Szymańska, Rafał Bruliński, Paweł Świdorski, Szymon Majewski, Wiktoria Mroczek, Amelia Kopiec oraz Karolina Królikowska.



Walki podczas Turnieju były bardzo emocjonujące.



Od lewej: Michał Korzybski - trener i prezes LKS „Matsogi” Ciechanów, Ilona Czachowska (z d. Omiecińska) - Mistrzyni Świata Seniorów Taekwon-do ITF w walech do 62 kg (Włochy Jesolo 2015) wraz z córeczką Leną oraz Tadeusz Łoboda – Sekretarz Generalny Międzynarodowej Federacji Taekwon-do.

Ciechanowski Klub Karate Kyokushin

Medale ciechanowskich karateków



Krzysztof Szczepański z pucharem za zajęcie I miejsca - kumite w kat. senior plus 35 lat.

Ośmioosobowa drużyna Ciechanowskiego Klubu Karate Kyokushin (CKKK) reprezentowała nasze miasto na 19. Otwartych Mistrzostwach Europy i Pucharze Europy w Karate Kyokushin, które odbyły się Myślenicach.

Już po raz drugi (wcześniej miało to miejsce w bułgarskiej Warnie) doszło do sytuacji, że w finałowej walce (kumite w kat. senior plus 35 lat) zmierzyli się dwaj zawodnicy CKKK: Krzysztof Szczepański i Adam Chrzanowski. Tym razem to ten pierwszy zdobył złoty medal.

Oprócz Krzysztofa Szczepańskiego i

Adama Chrzanowskiego na podium stanęły także: Marta Grzegorzczak (III miejsce kata w kat. juniorki) oraz Patrycja Jakubiak (II miejsce kumite w kat. juniorki).

- To jedne z najważniejszych zawodów w Europie. Wzięło w nich udział około 600 zawodników z 19 państw. Cieszę się, że do moich dotychczasowych osiągnięć dołączyło Mistrzostwo Europy. Dziękuję wszystkim, którzy pomogli mi osiągnąć ten sukces - powiedział nam Krzysztof Szczepański.

AI

XII Turniej Karate Kyokushin

Walczyli o Puchar Prezydenta



W Turnieju wzięło udział 280 zawodników z 27 klubów.

Już po raz dwunasty odbył się Turniej Karate Kyokushin o Puchar Prezydenta Miasta Ciechanów. Uczestniczyło w nim 280 zawodników reprezentujących 27 klubów z terenu całego kraju. Rozegrano konkurencje w Kata (układy formalne), Kata Team i Kumite (walka).

Organizatorem Turnieju był Ciechanowski Klub Karate Kyokushin (CKKK) we współpracy z Urzędem Miasta Ciechanów oraz Miejskim Ośrodkiem Sportu i Rekreacji.

CKKK reprezentowało 29 wojowników zajmując:

- Sekcja Ciechanów: Gabriela Simińska - I miejsce, Róża Okrasa - I, Patrycja Jakubiak - I, Marta Grzegorzczak - II, Mirosław Górski - II, Stanisław Jaworski - II, Róża Rogowska - II, Helena Hikiert - III, Karol Jakubowicz - III, Paulina Pawłowska - III, Szymon Mądry - III

- Sekcja MKS Mazur Ojrzeń: Dominik Olszewski - III miejsce, Michał

Tetkowski - III, Karol Tetkowski - III

Nasi zawodnicy startowali w kata i w kumite. W Team Kata (w składzie: Gabriela Simińska, Róża Okrasa i Marta Grzegorzczak) po raz pierwszy w historii CKKK zajął I miejsce. W klasyfikacji drużynowej Klub uplasował się na IV miejscu.

Poziom zawodników, którzy przybyli do naszego miasta był bardzo wysoki. - Duża część naszych zawodników startowała pierwszy raz, więc tym bardziej cieszą tak dobre wyniki. Najlepszym zawodnikiem Turnieju został Jan Sozoniuk (Bush Team), a najlepszą zawodniczką Olena Kapkan (Kaliski Klub Karate Kyokushin). Wszystkim medalistom gratulujemy. OSU! - powiedział nam sensei Wojciech Gołębiewski - prezes Ciechanowskiego Klubu Karate Kyokushin.

AI

Douglas Murray: „Wojna z Zachodem”

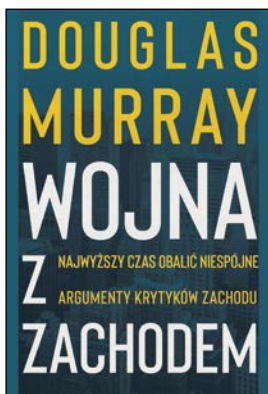
Bezmyślne niszczenie cywilizacji zachodniej



WALDEMAR NICMAN

Ostatnimi czasy trafiła do mnie ciekawa książka, która jest rozważaniem nad modnym od jakiegoś czasu niszczeniem zachodniej cywilizacji łacińskiej opartej na chrześcijańskich korzeniach.

To wydana przez czołową i ambitną, rodzimą oficynę ZYSK I S-KA pozycja pt. „Wojna z Zachodem” i podtytułem „Najwyższy czas obalić niespójne argumenty krytyków Zachodu”. Autorem jest



Douglas Murray. I oto mam bodaj po raz pierwszy problem z samym tytułem. Co bowiem kryje się pod wieloznacznym pojęciem „Zachód”? Jak go zdefiniować? Jako kierunek geograficzny, półkula zachodnia, czy może przedzielona po II hekatombie światowej „żelazną kurtyną” Europą, na zachodnią i wschodnią? Po przeczytaniu książki doszedłem do wniosku, że autor użył tu figury retorycznej, bądź skrótu myślowego. Wydaje mi się, że chodzi o bezpardonową wojnę z cywilizacją zachodnią? Na wielu płaszczyznach i w tylu aspektach. Dla mnie osobiście najgorszym jest to, że znaczący w tym udział biorą liczni pożyteczni idioci właśnie z Europy... Zachodniej, tudzież wielu mych rodaków. Bo wielu z nas, zbyt wielu przeskoczyło polskość i wyparło ją z pamięci stając się w swym mniemaniu europejczykami. Niestety, tylko pod względem materialnym i ideologicznym, zapominając o swej bogatej historii i wiekowych korzeniach chrześcijańskich. Smutne to bardzo i źle rokujące.

Dość jednak mych dywagacji i rozważań, a czas zająć się książką. Liczy ona 360 stron podzielonych na cztery główne i obszerne rozdziały. Oto one: 1. RASA, 2. HISTORIA, 3. RELIGIA, 4. KULTURA. Nie posiada wcale zdjęć, ale nie są one konieczne w książce o odcieniu filozoficznym. Oprawa miękka ze skrzydełkami. Okładka przednia prosta i w czarnym kolorze. Na niej dużymi literami w kolorach białym i złotym: tytuł i podtytuł oraz nazwisko i imię autora w odpowiedniej konfiguracji. Na tylnej zaś nieco o treściach zawartych w środku. Cena 49,90 zł wydaje się przystępną. Polecam wszystkim, a przede wszystkim tym, którzy szybko zapomnieli, że są Polakami, a uważają się tylko za obywateli Europy. Wypierając się swych korzeni, a zakochując się w ideologii gender i dyktaturze lewacko-liberalnej serwowanej przez UE.

Z tylnej okładki

Dlaczego tak skupiamy się na grzechach zachodniej cywilizacji, skoro w Chinach nadal działają

obozy koncentracyjne? Otóż dlatego, że krytyczne podejście do zachodniej kultury jest ostatnio bardzo modne. Czasami jest to niewątpliwie potrzebne, jednak w wielu przypadkach antyzachodnia retoryka i narracja podkopuje fundamenty naszej cywilizacji. W końcu, jeśli odrzucimy idee Kanta, Hume’a i Milla z powodu ich opinii na temat rasy, to czy nie powinniśmy odrzucić Marksa (tudzież jego miłośników), w którego pracach jest tak wiele rasistowskich i antysemickich wątków? Ameryka ma problemy z rasizmem, ale to samo można powiedzieć o Bliskim Wschodzie i Azji. Co gorsza, korzyści z tej sytuacji odnoszą wrogowie demokracji i łamiące prawa człowieka reżimy, które dzięki temu starają się odwrócić uwagę od swych przestępstw. Mordujący własny naród dyktatorzy chętnie powtarzają modne hasła i retorykę ruchów antyrasistowskich, jednocześnie wzmacniając swoje autorytarne rządy. Jeśli chcemy, by Zachód (cywilizacja zachodnia – W.N.) przetrwał, musimy go bronić. W swojej najnowszej książce Douglas Murray występuje właśnie w obrobie tejże cywilizacji. Pokazuje dobitnie, jak wielu ludzi o dobrych intencjach zostało oszukanych przez antyzachodnią obłudną retorykę oraz obala niespójne argumenty krytyków Zachodu.

Ze wstępu nieco

W ostatnich latach stało się jasne, że toczy się wojna: wojna z Zachodem. Nie przypomina dokładnie dawnych konfliktów zbrojnych, w których ścierały się ze sobą armie i ogłaszano zwycięzców. To bezlistna wojna kulturowa przeciwko korzeniom i owocom zachodniej tradycji. Z początku trudno to dostrzec. Wielu z nas wyczuwało, że coś jest nie tak.

Zastanawialiśmy się, dlaczego ciągle słyszymy jednostronne argumenty i niesprawiedliwe zarzuty. Nie zadawaliśmy sobie jednak sprawy z zakresu tych działań. Wynikało to między innymi z faktu, że zepsuciu uległ nawet język idei: słowa nie oznaczały tego co dawniej. Kiedy ludzie mówili o „równości”, nie mieli na myśli równych praw. Mówili o „antyrasizmie”, ale brzmiało to z gruntu rasistowsko. Mówili o „sprawiedliwości”, ale wydawało się, że chodzi im o „odwet”. Dopiero w ostatnich latach, kiedy na jaw wyszły skutki działań tego ruchu, mogliśmy sobie uzmysłowić jego skalę: to atak bezpardonowy na wszystko co się wiąże ze światem zachodnim i jego cywilizacją tudzież wartościami – na jego przeszłość, teraźniejszość i przyszłość. Ukształtował się też pogląd, że Zachód musi być nieustannie karany, a my nie podejmujemy poważnych wysiłków na rzecz przeciwstawienia się temu groźnemu i szkodliwemu zjawisku.

O autorze nieco

Douglas Murray to brytyjski pisarz, dziennikarz i komentator polityczny. Był założycielem Centre for Social Society i wicedyrektorem Henry Jackson Society. Stale współpracuje ze „Spectatorem”; pisze też do innych periodyków. Jest autorem kilku głośnych książek. Wygłasza odczyty w parlamencie brytyjskim i parlamentach innych krajów Europy, a także w Białym Domu.

Rozmowa z Jackiem Duczmalewskim – ciechanowianinem - autorem książki „Opowieść rodzinna. Wyprawa do lasu”

Tata wesołej gromadki dzieci napisał książkę...

...o rodzinie, która wpada pewnego lipcowego dnia na pomysł aby wybrać się na grzyby do lasu. Tam nieoczekiwanie gubią się ... i w tym momencie zaczynają się ich przygody...

Piotr Pszczółkowski: Nasi Czytelnicy chętnie dowiedzą się kim jest Jacek Duczmalewski. Czym się zajmujesz na co dzień?

Jacek Duczmalewski: Ukończyłem studia magisterskie na kierunku filologia polska na UWM w Olsztynie. Pracowałem przez kilka lat w szkolnictwie, później pełniłem wraz ze swoją żoną Anną rolę niezawodowej rodziny zastępczej. Obecnie od 10 lat pracuję w handlu, jestem koordynatorem hali w jednym z ciechanowskich marketów. Na co dzień, przede wszystkim jestem mężem i tatą wesołej gromadki wspaniałych dzieciaków. Od kwietnia tego roku dodatkowo czas poświęcam książce, którą zdecydowałem się wydać przy wsparciu rodziny i życzliwych znajomych, którzy mi zaufali i pomogli spełnić jedno z moich marzeń.

Skąd pomysł na napisanie książki? O czym ona jest i dlaczego adresatami są właśnie młodzi ludzie?

Mam chyba słabość do słowa pisanego... Już jako nastolatek próbowałem swoich sił w dziennikarstwie publikując swoje artykuły w lokalnej prasie. Pisałem także wiersze, głównie do szuflady, choć małe sukcesy również były. Kilka razy podchodziłem do napisania książki, ale kończyło się słomianym zapalem. Po długiej przerwie powróciłem do tworzenia. Było to związane z narodzinami mojego syna Jakuba. Wymyślanie opowieści na dobranoc dla niego było inspiracją do tworzenia. Długo to trwało, były nawet roczne przerwy od pisania, ale wtedy nie myślałem, że kiedykolwiek te opowiadania ujrzą światło dzienne i wyjdą poza nasz dom. Obecnie książka minęła już granice nie tylko naszego domu, czy województwa, ale również Polski.

Moja książka jest o rodzinie, która wpada pewnego lipcowego dnia na pomysł aby wybrać się na grzyby do lasu. Tam nieoczekiwanie gubią się ... i tak naprawdę w tym momencie zaczynają się ich przygody. Teraz może wydżyć się już wszystko, granice stawia tylko ich wyobraźnia. W książce jest dużo wartościowych treści, wzruszających momentów... Porusza temat przemijalności rzeczy tego świata i wskazuje rodzinę jako jeden z najważniejszych fundamentów społecznych. Wspomnę jeszcze tylko, że akcja książki rozgrywa się na terenie północnego Mazowsza.

Książka jest dedykowana młodym odbiorcom ze względu na treść i język przekazu, ale nie tylko dla nich. Czytają ją również dorośli, od których otrzymuje dobre opinie. Dla wielu z nich jest to swoisty powrót do dzieciństwa.



fot. Piotr Pszczółkowski

Jacek Duczmalewski i jego debiutancka książka.

Moment zatrzymania się, oderwania od życia codziennego, powrót do osobistych wspomnień.

Gdzie można nabyć Twoją książkę?

Zarówno książkę w wersji tradycyjnej, czyli papierowej, jak i elektronicznej tzw e-booka można nabyć u wydawcy (Ridero), w wielu księgarniach internetowych, a także u mnie po bezpośrednim kontakcie przez Facebooka. Wybór jest naprawdę duży, wystarczy w wyszukiwarce wpisać tytuł książki.

Czy możemy liczyć na kolejne publikacje Twojego autorstwa?

Bardzo bym chciał, aby rozpoczęta przygoda z pisaniem trwała jak najdłużej. Zdradzę tylko, że plan na kolejną część książki jest. Powstały pierwsze wersy... Trudno powiedzieć, jak potoczy się moje życie i ile czasu będę miał na pisanie. Mam tylko nadzieję, że nie trzeba będzie czekać tak długo jak na debiutancką książkę.

Dziękuję za rozmowę i życząc sukcesów literackich i rodzinnych.

PIOTR PSZCZÓŁKOWSKI

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.

Grzegorz Fels: „Wielkie cuda aniołów w życiu narodów, świętych i zwykłych śmiertelników”

Niebiańscy opiekunowie



DOROTA SMOSARSKA

Biorąc do ręki najnowszą książkę Grzegorza Felsa pt.: „Wielkie cuda aniołów w życiu narodów, świętych i zwykłych śmiertelników” mamy doskonałą okazję aby przypomnieć sobie o swoim niebiańskim opiekunie danym przez Boga.

Mówimy o nim, że jest naszym Aniołem Stróżem, ale przede wszystkim to doradca duchowy, który pobudza nas do dobrych uczynków i wzbudza pragnienie świętości.

Boży Posłaniec

„Anioł” oznacza „idącego”, „wysłanego”, „posłańca”. Każdy człowiek – bez względu na wyznawaną wiarę – rodzi się z przydzielonym mu Aniołem Stróżem. To istota stworzona przez Boga, posiadająca wolną wolę i intelekt. Pełni rolę duchowego przewodnika. Katechizm Kościoła Katolickiego w p. 336 mówi, że „Życie ludzkie od dzieciństwa aż do zgonu jest otoczone opieką i wstawiennictwem aniołów”. Szczególnie znani z imienia są św. Michał, św. Gabriel i św. Rafał. Ten pierwszy znany jest z wygranej walki z szatanem oraz codziennej modlitwy znanej jako egzorcyzm Leona XIII rozpoczynający się słowami „Święty Michale Archaniele wspomagaj nas w walce... (...)”. Kult św. Michała Archanioła zaszczycony przez założyciela zgromadzenia zakonnego, sługę Bożego ks. Bronisława Markiewicza, szerzą w sposób szczególny Zgromadzenia Świętego Michała Archanioła - Księża Michalici i Siostry Michalitki.

Anielska pomoc

Autor książki Grzegorz Fels z wykształcenia jest teologiem i katechetą, ponadto pedagogiem i publicystą. Napisał wiele książek o tematyce religijnej. O aniołach pisał już w swoich poprzednich publikacjach: „Uwierz w Anioła”, „Aniołowie, Boży posłańcy”. Możliwe też, że za jakiś czas powstanie kolejna, gdyż jak twierdzi autor, temat jest niewyczerpany. Głównym celem napisania najnowszej książki było uświadomienie czytelnikom żywej obecności tych niebiańskich istot w historii ludzkości i życiu każdego człowieka oraz przedstawienie ich realnej pomocy. Druga warstwa, nie mniej istotna, to ukazanie Aniołów w sztuce, rzeźbie, malarstwie, witrażach oraz przeniknięciu ich wizerunku do masowego odbiorcy w postaci pocztówek itp.

Pierwsza część książki opiera się na świadectwach obecności aniołów na polach bitew (walki księcia krakowskiego Leszka Czarnego z dzikimi plemionami Jaćwingów, zwycięstwo Bolesława Krzywoustego nad Pomorzanami, polsko-szwedzka wojna o Inflanty, boje z Turkami, krwawe bitwy podczas I wojny światowej, działania zbrojne na Półwyspie Koreańskim, afgańscy talibowie, wojna na Ukrainie) a także pomocy w życiu świętych i zwykłych ludzi.

Grzegorz Fels dzieli się z nami swoim osobistym doświadczeniem. Niewątpliwie uniknął śmierci dzięki nadprzyrodzonej pomocy młodzieńca, który pojawił się znikąd i równie szybko zniknął. To doświadczenie nauczyło go głębokiej wdzięczności

do swojego boskiego opiekuna. Na dalszych stronach książki dowiadujemy się o przekazach świętych Kościoła Katolickiego, którzy swoich Aniołów Stróżów traktowali z głęboką czcią i się z nimi zaprzyjaźniali (Św. Ojciec Pio, Św. Gemma Galgani, Św. Dominik Savio).

Anioły w sztuce

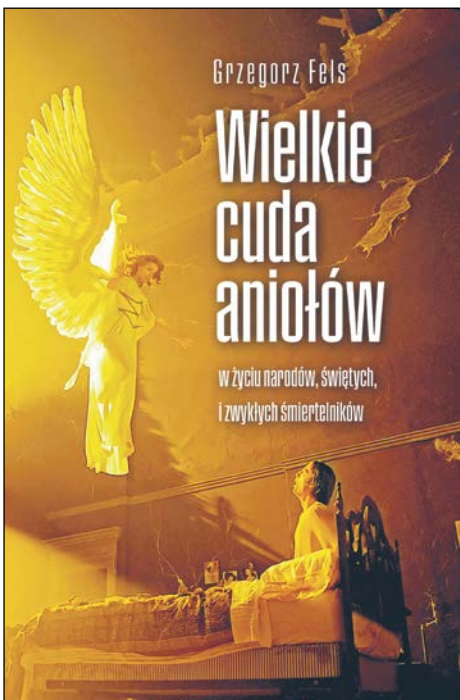
Choć autor podkreśla, że nie jest historykiem sztuki, to trzeba przyznać, że solidnie opracował drugą część książki traktującą o wizerunkach Aniołów w sztuce, głównie sakralnej - ale nie tylko. Tutaj pomocne są liczne zdjęcia, co prawda czarno-białe ale wiernie oddające stan rzeczywisty. Dla chętnych podane są odnośniki do stron internetowych z kolorowymi fotografiami. Grzegorz Fels zamieszcza też zdjęcia zrobionych przez siebie wizerunków Aniołów z drewna bądź mydła, a trzeba przyznać, wyszły całkiem nieźle.

Autor głównie analizuje rzeźby, witraże i pocztówki związane ze Śląskiem, czyli miejscem jego pochodzenia i zamieszkania. Tytuł rozdziału to „Zagadkowe Anioły”, dlatego też stara się rozwiłać tajemnicze historie jak na przykład rzeźba anioła przy basenie szpitala im Stanisława Leszczyńskiego, tajemnicze witraże, obrazy Stanisława Matejki, Anioły na cmentarzach, koleje losu trofeum w piłce nożnej.

Z XIX-wiecznym odlewem rzeźby autorstwa Christiana Daniela Raucha wiąże się ciekawa historia. Od razu po wojnie nowo mianowany dyrektor dr Władysław Powroźny ze Lwowa musiał zorganizować szpital od zera, gdyż był zniszczony i rozkradziony. Potrzebował łóżek i wszystkiego co mogło się nadawać. Blisko szpitala znajdowały się tory kolejowe i olbrzymie hałdy rozmaitych rzeczy wyrzucanych z pociągów. Sowici wracający z zachodu na wschód wyrzucali to, co ich zdaniem było bez wartości a zajmuje niepotrzebnie miejsce w pociągu. W nieprzebranych ilościach śmieci dr Powroźny zauważył przepiękną część posągu przedstawiającego anioła. Choć odlew nie był kompletny, to w ciągu trzech lat udało się znaleźć i orestaurować całość. Wkrótce posąg stanął na terenie katowickiego szpitala i cieszył pacjentów.

Jeszcze wiele innych historii, przedstawionych z pasją i dziennikarskim zapalem, znajduje się w książce autorstwa Grzegorza Felsa. Zachęcam do lektury.

Książkę wydało Wydawnictwo FRONDA. Liczy ona 360 stron, a cena to 49,90 zł.



Nowości Wydawnictwa ZYSK I S-KA

„Gra w kości”

Elżbieta Cherezińska

Otto III to dwudziestoletnie genialne cesarskie dziecko, któremu powierzono władzę nad największą potęgą chrześcijańskiego świata. Od trzeciego roku życia w cesarskiej koronie. Otoczony najwybitniejszymi umysłami epoki. Zmęczony władzą, znajduje upodobanie w ekstazie.

Bolesław Chrobry to trzydziestotrzyletni mężczyzna. Świadomy siebie, rozgrywający sojusze. Kocha kobiety, seks, szaleńcze polowania, przyjaciół, mocne wrażenia. Pragnie korony i dla niej gotów jest na wszystko.

Europa wchodzi w rok tysięczny. Dwubiegunowa konstrukcja „Gry w kości” poprzez osobne sekwencje dworu piastowskiego, cesarskiego i papieskiego - świata Bolesława Chrobrego i świata Ottona III - wiedzie do spotkania w Gnieźnie w marcu 1000 roku. Każdy z władców zagra wtedy o wszystko...

Liczba stron: 406, Cena: 54,90 zł



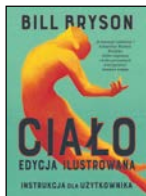
„Ciało. Instrukcja dla użytkownika. Edycja ilustrowana”

Bill Bryson

Całe życie tkwimy w jednym ciele, a mimo to większość z nas właściwie nie ma zielonego pojęcia, jak ono działa i jakie procesy w nim zachodzą. W światowym bestsellerze Bill Bryson wyrusza w podróż mającą na celu dokładne zbadanie tajników funkcjonowania ludzkiego ciała, i wkrótce odkrywa, że jest ono nieskończenie bardziej złożone, cudowne i często jeszcze bardziej tajemnicze, niż kiedykolwiek się spodziewał.

Przemierzając jego przestrzeń od mózgu do dolnych partii i od pierwszych do ostatnich chwil życia, ujawnia, że stanowią przykład zadziwiającej historii sukcesu. A opowieść o tym, jak próbowaliśmy zapanować nad własną biologią i powstrzymać choroby, jest pełna wielu zapomnianych bohaterów, zdumiewających anegdot i niezwykłych faktów. Ta oszałamiająca ilustrowana edycja ożywia historię dzięki setkom historycznych i nowoczesnych ilustracji i fotografii. Nieskończenie fascynująca, pochłaniająca bez reszty i wyczerpująca lektura, obowiązkowa instrukcja obsługi człowieka to Bryson w najlepszym wydaniu.

Liczba stron: 560, Cena: 99,90 zł



„Seria fortunnych zdarzeń. Rola przypadku w procesie powstawania planety, życia oraz ciebie”

Sean B. Carroll

Dlaczego świat jest taki, jaki jest? Jak się tu znaleźliśmy? Czy wszystko dzieje się z jakiegoś powodu, czy też niektóre rzeczy wydarzyły się dzięki przypadkowi? Filozofowie i teologowie zastanawiali się nad tymi pytaniami od tysiącleci, ale zaskakujące odkrycia naukowe ostatniego półwiecza ujawniły, że żyjemy w świecie rządzoneym przez przypadek. „Seria fortunnych zdarzeń” to opowieść o tym, jak przypadek stał się zaskakującym źródłem całego piękna i różnorodności w naturze.

Dowcipnie napisana i inspirująca książka o jednym z najważniejszych i najmniej docenianych czynników, wpływających na nasze życie.

Liczba stron: 244, Cena: 49,90 zł



„Wpływ Księżyca 2023. Poradnik ogrodnicy z kalendarzem na cały rok”

Witold Czuksanow

Czy ogród z 2007 roku różni się od ogrodu z 2023. Na pewno nasze zbiory roślin są coraz bogatsze, piękniejsze, bardziej kolorowe, różnorodne, a zarazem wyspecjalizowane w kolekcjonowaniu wybranych grup bylin, drzew i krzewów. Coraz więcej w nich egzotyków, takich jak banany uprawiane na zewnątrz czy palmy, ale i zwyczajnych warzyw, ziół czy drzewek owocowych. Są ogrody zakładane z myślą o podreperowaniu domowego budżetu i zbiorach dorodnych plonów, a także rośliny dla pożytecznych owadów: pszczoł, bzygów, trzmieli, motyli oraz dla ptaków. Miło na nie popatrzeć i trzeba to głośno mówić: nasze ogrodnicze hobby coraz piękniej się wpisuje we wspieranie natury i świata w walce o przetrwanie. Ten cel osiągamy niemal zawsze, niezależnie od tego, czy ogrody mamy dla przyjemno-



ści, odpoczynku, prestiżu, dla realizacji pasji albo choćby i po to, by podnieść wartość rynkową nieruchomości. Ten poradnik jest przeznaczony dla wszystkich ogrodników.

Liczba stron: 160, Cena: 34,90 zł

„Panowanie smoka. Ilustrowana historia dynastii Targaryenów Tom I”

George R.R. Martin i in.

Członkowie tej dynastii przez stulecia zasiadali na Żelaznym Tronie Westeros, podczas gdy ich smoki władzały niebem. Historia jedynej rodziny smoczych lordów, która przetrwała Zagładę Valyrii, jest pełna politycznych intryg, zdrad oraz czynów zarówno szlachetnych, jak i podłych. „Panowanie smoka” opowiada pierwszą część ich dziejów, od podboju Westeros przez Aegona Targaryena aż po ostateczny Taniec Smoków, krwawą wojnę domową, która omal nie położyła na dobre kresu rządów Targaryenów.

Ta wyjątkowa publikacja zawiera bardzo wiele zupełnie nowych ilustracji przedstawiających Targaryenów oraz ich smoki i może zainteresować zarówno fanów wiedzących bardzo dużo o Westeros, jak i tych, którzy po raz pierwszy spotkali się z nimi w nowym serialu HBO „Ród smoka”. „Panowanie smoka” jest najlepszym przewodnikiem dla wszystkich, którzy pragną dowiedzieć się więcej o najpotężniejszej rodzinie Siedmiu Królestw.

Liczba stron: 352, Cena: 89,90 zł



„Lśnienie w ciemności”

Stephen King i in.

Niezapomniana antologia opowieści grozy najbardziej znanych i najbardziej utalentowanych autorów tego gatunku Książka Lśnienie w ciemności powstała dla uczczenia dwudziestolecia Lilja's Library – strony internetowej poświęconej Stephenowi Kingowi. Ta kolekcja budzących przerażenie opowiadań to idealna propozycja dla fanów horrorów. Część zawartych w niej tekstów nie została wcześniej nigdzie opublikowana, niektóre powstały specjalnie do tej antologii.

Liczba stron: 304, Cena: 49,90 zł



„Księga zaginionych opowieści cz. 1”

J.R.R. Tolkien

Księga zaginionych opowieści cz. 1 to tom pierwszy „Historii Śródziemia”, najbardziej oczekiwanej przez fanów na całym świecie (w całości ukazała się tylko po angielsku, wybrane tomy natomiast opublikowano po francusku, niemiecku, szwedzku, hiszpańsku, węgiersku i rosyjsku) dwunastotomowego cyklu książek wydanych przez Christophera Tolkiena na podstawie zapisków i notatek, które pozostawił jego ojciec. Polskie wydanie zatem będzie pierwszą pełną edycją zagraniczną Tolkienowskiego oryginału.

Cykl krok po kroku pokazuje, jak był tworzony świat Śródziemia oraz zawiera oprócz wcześniejszych wersji niektórych opowiadań także niedokończone opowieści, wiersze, poematy, listy i komentarze J.R.R. Tolkiena. Tylko znajomość „Historii Śródziemia” pozwala wypełnić wszystkie luki w wiedzy o Śródziemiu i delektować się w pełni ogromem i bogactwem wykreowanego przez autora „Władcy Pierścieni” świata.

Liczba stron: 352, Cena: 69,90 zł



„Martwa woda”

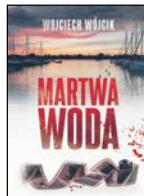
Wojciech Wójcik

W warszawskim akademiku zostaje zamordowana Alina Kozioł, studentka resocjalizacji, która właśnie obroniła pracę magisterską. Brutalna siła, jakiej użyto wobec ofiary, sugeruje, że zabójcą jest mężczyzna, tymczasem w krytycznej chwili w okolicy miejsca zbrodni przebywały wyłącznie koleżanki zamordowanej: Wala i Kamila. Na czele zespołu śledczego staje Karolina Nowak, rozpaczliwie potrzebująca sukcesu policjantka. Wkrótce dociera do kilkunastu letniego chłopca, który prawdopodobnie widział mordercę. Niestety chłopczyk nie słyszy i nie mówi.

Do zespołu Karoliny trafia Krzysztof Rozmus, dawny pracownik naukowy UW, a obecnie funkcjonariusz prewencji. Prześwietlając ostatnie dni życia studentki, odkrywa szereg zaskakujących faktów. Po co Alina wlatywała się do klasztoru szarytek? Czego szukała? Tropu wiodą do zapomnianej mazurskiej przystani...

W „Martwej wodzie” wracają bohaterowie znani z „Trzeciej szansy”.

Liczba stron: 656, Cena: 49,90 zł



Sejmik Mazowsza pomaga regionowi ciechanowskiemu

496

inwestycji w Twojej okolicy*

ze wsparciem samorządu województwa mazowieckiego

*Dane na 1.10.2022 r.



Przedszkole
w Ciechanowie



OSP
Wieczfnia Kościelna



Zespół Szkół im. B. Prusa
w Pułtusku



Płońsk



Droga powiatowa
Wyszyny Kościelne



Hala sportowa
w Glinie



Strażnica OSP w Obrytem



Ścieżka rowerowa
Ciechanów - Gołotczyzna



Stołówka
w Siemiatkowie

więcej na mazovia.pl



Mazowsze.
serce Polski