



**Zasmakuj  
w Łomży**

# My z Łomży

Biuletyn Informacyjny Urzędu Miejskiego w Łomży

EGZEMPLARZ BEZPŁATNY / grudzień 2021

## KALENDARZ NA 2022 ROK



**W NUMERZE M.IN.:**

**ŚWIĄTECZNA ŁOMŻA W ZIMOWEJ SCENERII**

STR.3

**WYWIAD Z PREZYDENTEM ŁOMŻY  
MARIUSZEM CHRZANOWSKIM**

STR.10

**ŁKS ZAKOŃCZYŁ RUNDĘ JESIENNĄ**

STR.18



*Z okazji zbliżających się  
Świąt Bożego Narodzenia  
życzę zdrowia  
i wszelkiej pomyślności.  
Niech ten wyjątkowy czas  
będzie wypełniony miłością  
i ciepłem rodzinnej atmosfery,  
a Nowy Rok przyniesie  
realizację zamierzonych celów  
i spełnienie marzeń osobistych  
i zawodowych.*

Mariusz Chrzanowski - Prezydent Łomży



## Szanowni Mieszkańcy, Drodzy Czytelnicy!

Oddajemy w Wasze ręce grudniowy, świąteczny numer Biuletynu Informacyjnego Urzędu Miejskiego "My z Łomży". O tym, że Boże Narodzenie tuż tuż widać na łomżyńskich ulicach. Główne arterie zdobią gwiazdkowe dekoracje, a w Parku Jana Pawła II - Papieża Pielgrzyma stanęło kolorowe, świetlne miasteczko. Pokażemy je w naszej fotogalerii.

O Bożym Narodzeniu, ale w duchowym wydaniu opowie na łamach naszego wydawnictwa kapucyn o. Jan Bońkowski. Z kolei pani Jadwiga Kruczevska, zaprosi nas do swojej kuchni, w której powstają tradycyjne, wigilijne potrawy i odżywają wspomnienia z dzieciństwa.

Koniec roku kojarzy się z podsumowaniami. O tym, jakie było 12 mijających miesięcy dla miasta, dowiemy się z wywiadu z prezydentem Łomży Mariuszem Chrzanowskim.

Skoro są podsumowania, to nie może zabraknąć noworocznych postanowień. Zapytaliśmy o nie m.in. przedstawicieli łomżyńskiego samorządu, kultury, sportu czy służb mundurowych.

Ze względu na wciąż trwającą pandemię nie odbędzie się tradycyjna miejska Wieczera Wigilijna, jednak bożonarodzeniowy klimat zapewnią autobusy MPK, z których osoby samotne i potrzebujące otrzymają ciepły posiłek. Po mieście będzie jeździł także "kołodobus", a rozbrzmiewające z niego dźwięki umilą przedświąteczny czas.

Świąteczny klimat powróci w temacie konkursu pn. "List do Świętego Mikołaja", na który napłynęło kilkadziesiąt prac. Na niemniejsze zainteresowanie liczymy w corocznym konkursie fotograficznym naszej redakcji, o którym przeczytacie w tym numerze.

I w święta i w Nowym Roku życzymy sobie przede wszystkim zdrowia. Jak duży wpływ ma na nie zanieczyszczone powietrze, dowiecie się Państwo z artykułu naszego redakcyjnego, medycznego eksperta dr. Kazimierza Bandzula. W świetle tego, autobusy elektryczne, na których zakup miasto podpisało właśnie umowę wydają się jak najbardziej pożądane.

Zajrzymy również na boiska i podsumujemy rundę jesienną w wykonaniu czwartoligowych piłkarzy ŁKS-u 1926 Łomża. A co jeszcze w sporcie? Cieszy forma siatkarek MKS-u Łomża, które celują w awans do drugiej ligi.

W grudniowym numerze znajdą Państwo także niespodziankę – specjalny kalendarz na 2022 r.

**Wszystkim naszym czytelnikom życzymy zdrowych, pogodnych Świąt Bożego Narodzenia, a Nowy Rok niech będzie lepszy od mijającego i przyniesie same sukcesy. Do siego roku!**

Życzymy miłej lektury  
**Redakcja**





# Świąteczna Łomża w zimowej scenerii

Świąteczne ozdoby upiększają nasze miasto. Podobnie jak w ubiegłym roku, dekoracje świetlne możemy oglądać w Parku Jana Pawła II - Papieża Pielgrzyma. Pozostaną one z nami do końca stycznia 2022 roku.

Nie tylko najmłodszych ucieszy widok kolorowej ciuchci z wagonikami czy piernikowego domku. Jest też motocykl Świętego Mikołaja oraz świąteczne monidło, doskonale do robienia pamiątkowych zdjęć. Wspaniałe fotografie w zimowej scenerii wyjdą z pewnością także w świetlnej ramce, w której zmieści się cała rodzina. Nie zabrakło znanego z ubiegłego roku 3-metrowej wiewiórki świetlnej trzymającej orzech, czy dumnego 6-metrowego renifera. Zobaczymy ponadto fontannę świetlną oraz "śnieżną", łukowatą bramę. W głównym miejscu parku znajduje się 12-metrowa choinka rozświetlana przez 20 tys. punktów świetlnych. W jej pobliżu

przysiadł znany i lubiany Miś Łomżatek, wygrywający kolędy i opowiadający bajki. W innym miejscu natrafimy na choinkę w postaci eleganckiego stożka. Stylowe iluminacje pojawiły się również na lampach oświetleniowych.

W sumie Park Jana Pawła II - Papieża Pielgrzyma oświetliło ponad 150 tysięcy ekologicznych świateł, zachęcając do popołudniowych spacerów w gronie najbliższych.

Ale nie tylko w parku zobaczymy iluminacje świetlne. Przy ważniejszych skrzyżowaniach i odcinkach głównych ulic podróż umilają ozdoby świąteczne umieszczone na słupach oświetleniowych. Świąteczne dekoracje możemy także podziwiać na ul. Długiej oraz Far-



Stożkowa choinka (fot. Kamil Brzostowski)



Lokomotywa z wagonikami i monidłem (fot. Kamil Brzostowski)



Przyozdobiony budynek Ratusza (fot. Kamil Brzostowski)



Renifer (fot. Kamil Brzostowski)



Fontanna świetlna (fot. Grzegorz Daniluk)

nej. Odpowiednio udekorowane zostały choinki na Rondzie Solidarności oraz Pl. Kościuszki. Świąteczne drzewko stało także na placu Niepodległości. "Wesołych świąt" życzy napis zamieszczony nad wejściem do łomżyńskiego Ratusza.



# Inwestycje drogowe idą pełną parą

**W mijającym roku zmodernizowane zostały m.in. ulice Bursztynowa, Łączna, Pułaskiego, Strażacka oraz kolejny odcinek ul. Wojska Polskiego. Rozpoczęte zostały też cztery dwuletnie zadania, realizowane ze wsparciem Funduszu Dróg Samorządowych. Dwa dotyczą kompleksowej modernizacji istniejących ulic, zaś dwa kolejne polegają na wykonaniu zupełnie nowych dróg od podstaw. - Uruchomiamy one kolejne tereny w Łomży pod inwestycje i budownictwo mieszkaniowe – informuje prezydent Mariusz Chrzanowski.**

Największą inwestycją drogową realizowaną obecnie jest budowa przedłużenia ulicy Meblowej. Do końca listopada wykonane zostały wszystkie sieci podziemne, ustawiono zarówno krawężniki kamienne jezdni, jak również obrzeża betonowe chodników i ścieżek rowerowych. Ułożono kostkę polbruk na większej części chodników.

- Wykonano również pierwszą warstwę betonu asfaltowego na odcinku od ul. Wojska Polskiego do ronda z ul. Jaworowej. Pozostałe prace przy układaniu kolejnych warstw asfaltowych na jezdni i ścieżce rowerowej kontynuowane będą wiosną 2022 r. – przekazuje zastępca prezydenta Andrzej Garlicki, dodając, że zaawansowanie prac na tym zdaniu wynosi ok. 50 proc. Wartość tej inwestycji oscyluje w granicach 13,3 mln zł, z czego 8,8 mln zł stanowi pozyskane dofinansowanie zewnętrzne. Po zakończeniu prac w listopadzie przyszłego roku powstanie nowa droga o długości 1753 metrów z chodnikiem, ścieżką rowerową, oświetleniem, przystankami autobusowymi i bezpiecznymi przejściami dla pieszych.

Z nową drogą łączą się ulice Grabowa i Jaworowa. Na tej pierwszej dobiegają końca prace przy realizacji infrastruktury deszczowej i drenażowej. Roboty związane z wykonaniem kanału sanitarnego i wodociągu zakończyło już Miejskie Przedsiębiorstwo Wodociągów i Kanalizacji.

- Przedsięwzięcie prowadzone było w ciężkich warunkach gruntowych, przy których niezbędne było użycie igłofiltrów celem obniżenia zwierciadła wody gruntowej – informuje Lech Dobrowolski, naczelnik Wydziału Inwestycji, Rozwoju i Funduszy Zewnętrznych Urzędu Miejskiego w Łomży. Dodaje, że wykonawca deklaruje kontynuację robót w przypadku sprzyjających warunków atmosferycznych. Obecnie zaawansowanie inwestycji wynosi 25 proc. Nowa droga długości 784 metrów powinna zostać oddana do użytku listopadzie 2022 roku. Jej koszt to 3,1 mln zł, z czego pozyskane dofinansowa-

nie zewnętrzne wynosi 2 mln zł.

Swoje prace związane z kanałem sanitarnym i wodociągiem MPWiK zakończył także na sąsiedniej ulicy Jaworowej. Do końca listopada ułożono warstwę stabilizacji betonowej i konstrukcji właściwej jezdni z kruszywa łamanego, ustawiono krawężnik betonowy jezdni w około 80 proc. Pierwsza warstwa betonu asfaltowego będzie wykonana jeszcze zimą, w momencie wystąpienia sprzyjających warunków atmosferycznych. Zaawansowanie prac na tej ulicy wynosi obecnie ok. 50 proc. Nowa droga długości 720 metrów będzie gotowa pod koniec przyszłego roku. Wartość tego zadania to prawie 3,4 mln zł, z czego ponad 2 mln zł to wsparcie z FDS.

Ostatnim dużym, dwuletnim zadaniem drogowym rozpoczętym w 2021 roku jest budowa dróg w rejonie ul. Ks. Stanisława. Stan zaawansowania prac wynosi 60 proc.

- Do dnia dzisiejszego wykonano niezbędną infrastrukturę podziemną, czyli kanał deszczowy wraz z podziemnym zbiornikiem retencyjnym, instalację elektryczną oświetlenia ulicznego, kanał teletechniczny. Zrealizowano wszystkie warstwy konstrukcyjne podbudowy pod jezdnią i chodnikami, ustawiono krawężniki i obrzeża betonowe, a kostka brukowa



Przedłużenie ulicy Meblowej (fot. Grzegorz Mandziuk)

została ułożona w około 50 proc. – wylicza zastępca prezydenta Andrzej Garlicki.

Wykonawca poinformował Ratusz, że warstwy jezdni i ścieżki rowerowej z betonu asfaltowego planuje wykonać wiosną 2022 r. Wartość zadania wynosi niespełna 4 mln zł, z czego otrzymane dofinansowanie to 2,75 mln zł. Oddanie ulic do użytku planowane jest w listopadzie przyszłego roku.

W przyszłym roku, oprócz dokończenia powyższych zadań, planowana jest także rozbudowa ul. Jasnej i sięgacza ul. Wesołej. Kolejnych kilka drogowych przedsięwzięć czeka na rozstrzygnięcie konkursów na dofinansowanie.

ŁUKASZ CZECH



Drogi w rejonie ul. Ks. Stanisława (fot. Grzegorz Mandziuk)

# Elektryczne empeki już wkrótce na ulicach Łomży

**Dwa nowe, elektryczne autobusy miejskie będą jeździły ulicami Łomży. Na terenie bazy łomżyńskiego MPK podpisano umowę ich zakupu, który będzie realizowany w ramach unijnego projektu. Na dostarczenie wartych ponad pięć i pół miliona elektryków, firma realizująca zamówienie ma rok.**



Autobus elektryczny (fot. Kamil Brzostowski)

Umowę na dostawę elektrycznych autobusów podpisali prezydent Łomży Mariusz Chrzanowski i prezes za-

rzędu Busnex Poland Marcin Kucharski. Będą to dwa pojazdy marki YOTONG, 12-metrowe, niskopodłogowe, jednoczęłowe wraz z wyposażeniem przeznaczone do wykonywania przewozów w publicznej komunikacji miejskiej.

- Autobusy są w stu procentach zero-emisyjne, bezpieczne i komfortowe – zapewnia prezes zarządu Busnex Poland Maciej Kucharski.

- Na jednym cyklu ładowania przejadą nawet 400 kilometrów, a ładowane będą w bazie MPK – dodaje prezes Miejskiego Przedsiębiorstwa Komunikacji w Łomży Janusz Nowakowski i zaznacza, że do przejścia z oleju napędowego na odna-

wialne źródła energii spółka przygotowywała się już od kilku lat poprzez m.in. montaż paneli fotowoltaicznych.

Umowa na dostawę elektrycznych autobusów będzie realizowana w ramach projektu pn. "Zrównoważona mobilność miejska w Łomży", współfinansowanego ze środków Europejskiego Funduszu Rozwoju Regionalnego.

- W ramach projektu, na który otrzymaliśmy prawie 30 milionów złotych wsparcia z Urzędu Marszałkowskiego Województwa Podlaskiego dofinansowaliśmy także budowę Centrum Przesiadkowo-Komunikacyjnego w naszym mieście – przypomina prezydent Łomży Mariusz Chrzanowski

Projekt obejmuje także szereg innych działań takich jak m.in. budowę systemu roweru miejskiego czy wyposażenie ulic w infrastrukturę służącą obsłudze transportu publicznego.

Wartość całego przedsięwzięcia opiewa na 43.655.783,52 zł, z czego dofinansowanie wynosi 29.047.649,05 zł.

SYLWIA MARCINIAK

# "Piątka" będzie miała salę sportową z prawdziwego zdarzenia

**W Szkole Podstawowej nr 5 w Łomży podpisano umowę na rozbudowę budynku placówki o salę sportową. Koszt inwestycji wyniesie blisko 18 milionów złotych, z czego prawie 4 miliony to dofinansowanie zewnętrzne. Prace mają ruszyć w lutym przyszłego roku, a zakończyć w listopadzie 2023 roku.**

- Jest to niezwykle ważne przedsięwzięcie, współfinansowane ze środków zewnętrznych – mówił prezydent Łomży Mariusz Chrzanowski, dodając, że miasto stara się o kolejne fundusze na jego realizację m.in. ze środków Funduszu Wsparcia Gmin i Powiatów, ministerialnego programu "Sportowa Polska" czy Państwowego Funduszu Rehabilitacji Osób Niepełnosprawnych.

- Ta sala będzie spełnieniem marzeń wielu pokoleń uczniów – dodała Małgorzata Pietrusiewicz, dyrektor SP 5.

W ramach inwestycji w Szkole Podstawowej nr 5 powstanie sala gimnastyczna zapewniająca zajęcia jednocześnie trzem grupom (poprzez podział sali kotarami na 3 odrębne boiska). Zaprojektowano również trybunę dla 200 osób

z możliwością organizowania imprez i zawodów sportowych. Ponadto w planie jest budowa 14 miejsc postojowych z zagospodarowaniem terenu, infrastrukturą techniczną, budowa zbiornika retencyjnego, wewnętrzna instalacja gazowa oraz budowa sieci wodociągowej i kanalizacji deszczowej.

Grzegorz Dęby, wiceprezes zarządu firmy REMBUD z Przasnysza, która wygrała przetarg na wykonanie hali sportowej, zapewniał o wieloletnim doświadczeniu w tego typu pracach. - Mam nadzieję, że wszystko pójdzie sprawnie i za dwa lata uczniowie tej szkoły będą cieszyć się z nowoczesnego budynku – mówił.

Miasto Łomża pozyskało na to przedsięwzięcie 3.500.000 zł z Rządowego Funduszu Inwestycji Lokalnych oraz 289.661,12 zł z Mechanizmu Finansowego Europejskiego Obszaru Gospodarczego oraz Norweskiego Mechanizmu Finansowego.



Projekty hali sportowej przy SP 5

wego Europejskiego Obszaru Gospodarczego oraz Norweskiego Mechanizmu Finansowego.

SYLWIA MARCINIAK



# Kiermasz dla Filipka. Trwa również zbiórka na leczenie Eryka

Zabawki, książki czy słodkości można było nabyć podczas kiermaszów w Urzędzie Miejskim w Łomży i Szkole Podstawowej nr 10 oraz miejskich Mikołajek w Hali Kultury. Każda złotówka została przekazana na leczenie 15-miesięcznego Filipka Nowackiego z Łomży. Chłopiec cierpi na śmiertelną, bardzo rzadką chorobę genetyczną, jaką jest SMA2, czyli rdzeniowy zanik mięśni. Nadzieję na całkowite wyleczenie daje terapia genowa, jej koszt to ponad 9 mln zł... Taką samą kwotę zbierają rodzice 8-letniego Eryka Kopczewskiego z Radziłowa, który ma wadę serca HLHS.

- Nadzieja jest ogromna, nie spodziewaliśmy się, że dostaniemy aż tyle wsparcia. Cały nasz urząd z panem prezydentem na czele, wszyscy bardzo zaangażowali się w pomoc. Są to ludzie z sercem na dłoni, sami organizują się, poświęcają swój czas – mówi, nie kryjąc wzruszenia, mama Filipka Anna Nowacka, która pracuje w Centrum Obsługi Mieszkańców łomżyńskiego Ratusza.

## Odzew serca

Filipek przyszedł na świat wraz ze swoim bratem bliźniakiem Kubusiem 25 sierpnia 2020 roku, w 36 tygodniu ciąży.

- Kubuś już na samym starcie był silniejszy, otrzymał 10 punktów w skali Apgar, podczas gdy Filipek zaledwie 5. Chłopcy byli rehabilitowani, rozwijali się dobrze, ale gołym okiem było widać, że Kubuś jest silniejszy – przekazuje mama Filipka dodając, że w 13. miesiącu życia Kubuś już stał i powoli zaczynał stawiać pierwsze kroczki, a Filipek zatrzymał się na etapie raczkowania.

Po badaniach materiału genetycznego wykryto u chłopca SMA 2 – rdzeniowy zanik mięśni, bardzo rzadką genetyczną chorobę, która degraduje mięśnie odpowiedzialne za ruch, ale też mówienie, połykanie, oddychanie. Nieleczona prowadzi do śmierci. Nadzieję na całkowite zatrzymanie choroby jest terapia genowa, której cena to ponad 9 milionów złotych.

Akcję w Ratuszu zorganizowali sami pracownicy wsparci przez prezydenta Mariusza Chrzanowskiego. W przeciągu całego dnia udało się zbierać ponad 10 tys. zł, do tego doszło 6,5 tys. zł ze zbiórki wśród urzędników. Pieniądze były zbierane także w Szkole Podstawowej nr 10 i Hali Kultury podczas miejskich Mikołajek.

- Mikołajki to dzień szczególnie, dzień radości i dobroci, chcieliśmy tym podzielić się z innymi. Stąd między innymi w mieście zorganizowaliśmy miejskie Mikołajki, podczas których pomagaliśmy Filipkowi

w zebraniu tak ogromnej sumy, ponad 9 milionów złotych. W holu Urzędu Miejskiego w Łomży odbywał się kiermasz przygotowany przez pracowników, z podobną inicjatywą wyszła chociażby Szkoła Podstawowa nr 10 – mówi gospodarz Łomży.

- To był odzew serca, zebraliśmy się spontanicznie, aby pomóc naszej koleżance. Każdy przyniósł co miał, zabawki, książki, były też przekąski i wypieki. Bardzo mocno wierzymy, że uda się zbierać potrzebną kwotę – opowiada Marta Rzepnicka, jedna z koordynatorek akcji pomocy Filipkowi.

Zbiórka na leczenie chłopca prowadzona jest za pośrednictwem strony internetowej: [www.siepomaga.pl/filip-nowacki](http://www.siepomaga.pl/filip-nowacki). Odbywają się także aukcje na grupie Facebookowej [Licytacje Rycerza Mikołaja-Mikołaj pomaga Filipkowi w wyścigu z SMA](https://www.facebook.com/Licytacje-Rycerza-Mikołaja-Mikołaj-pomaga-Filipkowi-w-wyścigu-z-SMA).

## Eryk potrzebuje wsparcia

Również 9 mln złotych potrzeba na operację serca 8-letniego Eryka Kopczewskiego z Radziłowa. Zaraz po urodzeniu przeszedł on cewnikowanie serca,



Eryk Kopczewski (fot. archiwum prywatne)



Filipek Nowacki z mamą Anną (fot. Marek Gładysiak/xlomza.pl)

a w dziesiątej dobie skomplikowaną operację na otwartym sercu! HLHS – hipoplazja lewej komory – jest ciężką, złożoną wadą serca. Występuje u mniej niż 0,05% żywo urodzonych noworodków. U tych dzieci dochodzi do niedorozwoju lewej części serca, która jest odpowiedzialna za pompowanie krwi bogatej w tlen, do tętnicy głównej (aorta) i za jej pośrednictwem do całego ciała.

- Jako rodzice możemy tylko prosić o pomoc, szukać rozwiązań, możliwości na zdobycie pieniędzy, które uratują życie naszego dziecka. Suma na jaką je wyceniono to 9 milionów złotych. Jest to dla nas nieosiągalne i bez pomocy innych nie damy rady zbierać takiej kwoty. Przez 8 lat życia naszego syna kładziemy się spać ze strachem czy rano Eryk przywita nas swoim uśmiechem, 8 lat walczymy razem z nim o jego życie. Teraz nie możemy się poddać, będziemy dalej starać się ze wszystkich sił o zdrowie naszego dziecka. W takiej sytuacji możemy tylko prosić wszystkich ludzi dobrej woli o pomoc oraz wsparcie w tej walce – przekazują Ewelina i Przemysław Kopczewscy.

Link do zbiórki Eryka: [www.siepomaga.pl/eryk-kopczewski](http://www.siepomaga.pl/eryk-kopczewski). Chłopca można wesprzeć też biorąc udział w licytacjach na Facebooku: [www.facebook.com/groups/336507931109811/?ref=share](https://www.facebook.com/groups/336507931109811/?ref=share).



# Mikołajkowo, świątecznie i charytatywnie w Hali Kultury

Był spektakl pt. "Elfy Trzy", kiermasz charytatywny na rzecz Filipa Nowackiego, spotkanie ze Świętym Mikołajem, a wszystko to przy dźwiękach koled i świątecznych piosenek w wykonaniu Magdy Sinoff i jej młodych podopiecznych. Tak przebiegały miejskie Mikołajki, które w tym roku odbyły się w łomżyńskiej Hali Kultury.

Na charytatywnym kiermaszu można było kupić wyborne serniki, aromatyczne pierniki, pyszne babki i inne słodkości. Nie zabrakło także bożonarodzeniowych dekoracji – stroików i bombek,

sianka na wigilijny stół, gier i pluszaków. Zebrane w trakcie jarmarku pieniądze zostaną przeznaczone na leczenie 16-miesięcznego Filipa Nowackiego, u którego na początku listopada zdiagnozowano SMA

2 – rdzeniowy zanik mięśni. Nadzieją na całkowite zatrzymanie choroby u chłopca jest terapia genowa, której cena to ponad 9 milionów złotych.

- Przyszedłam tu razem z córką, zachęcona programem tego wydarzenia – mówiła jedna z uczestniczek miejskich Mikołajek. - Fantastyczna zabawa, jest mnóstwo atrakcji, a dzieci przeszczeniwe. Dodatkowo mamy okazję wesprzeć małego chłopca w walce z chorobą – dodała.

Ostatnim akcentem mikołajkowego święta była transmisja spektaklu pt. "Elfy Trzy". To wyjątkowe autorskie widowisko świąteczne dla dzieci, prezentujące historię trzech elfów, pełne dobrego humoru, zwrotów akcji i treści wychowawczych. W spektaklu pojawił się wyczekiwany św. Mikołaj, który pokazał dzieciom, że warto uczyć się na własnych błędach i wyciągać ze swojego zachowania właściwe wnioski.

Podczas mikołajkowej zabawy najmłodsi mogli sobie też zrobić zdjęcie z grudniowym solenizantem i otrzymać od niego słodki upominek.

Organizatorem wydarzenia w Hali Kultury był Urząd Miejski w Łomży wspólnie z Miejskim Domem Kultury - Domem Środowisk Twórczych.

SYLWIA MARCINIAK



Jedna z grup przedszkolnych podczas miejskich Mikołajek (fot. Kamil Brzostowski)

## Pisali listy do Świętego Mikołaja

W sumie 54 prace wpłynęły na konkurs pt. "List do Świętego Mikołaja". Najmłodsi wykazali się ciekawymi pomysłami.

Oceny prac, nadesłanych drogą elektroniczną, dokonała komisja konkursowa, w składzie Anna Bureś (instruktor ds. plastyki w MDK-DŚT), Edyta Kasperkiewicz (specjalista ds. wystawieniicznych w MDK-DŚT) oraz Krzysztof Zemło (dyrektor MDK-DŚT). Prace były oceniane w dwóch kategoriach wiekowych – przedszkolaków i uczniów z klas I-III.

Lista zwycięzców w poszczególnych kategoriach:

### Przedszkola:

Nagrody główne:

1. Aleksandra Święczkowska
2. Alicja Gawryszczak



W kategorii "klasy I-III" zwyciężył Błażej Żebrowski

3. Antonina Mackiewicz

Wyróżnienia:

Aleksander Dobrowolski, Zuzanna Dardzińska, Barbara Hurec.

Zwycięska praca Aleksandry Święczkowskiej w kategorii "przedszkola"



### Klasy I-III:

Nagrody główne:

1. Błażej Żebrowski
2. Zofia Chrostowska
3. Dawid Truszkowski

Wyróżnienia:

Maja Chodnicka, Dawid Wojewoda, Ania Żebrowska.



# Choinka, kolęda, opłatek

Wszystkie te trzy słowa: choinka, kolęda, opłatek, kojarzą się nam z Bożym Narodzeniem. Wspominając swoje dziecięce lata, a więc okres II wojny światowej i nieco później, pomimo tragedii, którą świat przeżywał, zawsze wstępowała radość z przeżywania świąt Bożego Narodzenia. Na wiele dni przed świętami wyszukiwało się kolorowe bibułki, aby z nich wykonywać przeróżne ozdoby dla przystrojenia bożonarodzeniowej choinki. Czekano więc z dziecięcą niecierpliwością, aż wkrótce pojawi się żywa choinka, przyniesiona prosto z lasu, ze swą charakterystyczną żywiczną wonią. Choć wkrótce pojawiły się sztuczne, pięknie wykonane choinki, one nigdy nie zastąpiły tej, która kryła w sobie wielką tajemnicę, a więc symbol życia, narodzenie Bożego Dzieciątka – Boże Narodzenie. Pomimo że świętowanie przy choince zostało przyniesione do Polski z Niemiec około 200 lat temu, ta tradycja silnie zaszczepiła się w naszych domach. Słyszy się czasem takie powiedzenie: "jak bez śniegu nie ma zimy, tak bez choinki nie ma świąt Bożego Narodzenia".

Drugim elementem świąt Bożego Narodzenia jest śpiew kolęd. I znów, wspominając swoje lata dziecięce, na przedświątecznych lekcjach religii bardzo wiele poznawaliśmy i śpiewaliśmy pieśni Bożonarodzeniowe, zwane kolędami. W domu zaś, w wigilię, zanim rozpoczęliśmy wieczerzę, ojciec rozpoczynał śpiew: "Bóg się rodzi, moc truchleje...". Po wieczerzy natomiast jeszcze przez dłuższy czas w gronie całej rodziny śpiewaliśmy kolędy, z których najbardziej utkwiła mi w pamięci kolęda, którą ojciec zwykł śpiewać solo: "O gwiazdeczko coś błyszcząca, gdyś ja ujrzał świat...". Po rodzinnym śpiewie kolęd wszyscy udawaliśmy się do kościoła na Pasterkę, podczas której towarzyszył gromki śpiew kolęd. Śpiew ten będzie towarzyszył wielu jeszcze nabożeństwom aż do święta Ofiarowania Pana Jezusa (2 lutego), czyli Matki Bożej Gromnicznej. Warto też wspomnieć licznie gromadzące się dzieci i młodzież przy "Żłóbku Betlejemskim" w kapucyńskim kościele. Tu nie tylko podziwiano wspaniałą panora-



O. Jan Bońkowski trzymający biały opłatek oraz "obozowy opłatek" ze zwykłego chleba i prosforę (fot. Łukasz Czech)

mę miejsca, gdzie narodził się Jezus Chrystus, ale z ust zaciekawionych, licznie zgromadzonych dzieci, wydobywał się głośny i radosny śpiew przeróżnych kolęd.

I chyba najbardziej wymownym symbolem świąt Bożego Narodzenia jest biały opłatek. Ten chleb, upieczony w formie opłatka, możemy oglądać każdego dnia ilekroć uczestniczymy we Mszy św. Jednakże po słowach, które wypowiedział Pan Jezus nad chlebem podczas Ostatniej Wieczerzy: "...to jest Ciało moje (...)", i dał takie prawo apostołom: "czyńcie to na moją pamiątkę", ten opłatek, gdy kapłan wypowiada nad nim słowa przekazane przez Pana Jezusa, staje się prawdziwym Jego Ciałem. Uczestniczymy więc w wielkiej tajemnicy naszej wiary – nie w symbolu, ale w przedziwnym Bożym Narodzeniu (Eucharystii). Stąd też opłatek stanowi najbardziej nieodłączny element w przeżywaniu świąt Bożego Narodzenia. Wanda Bońkowska, moja siostra, napisała pracę magisterską, na KUL-u, na temat historii opłatka wigilijnego. Jednym

z najbardziej wiarygodnych źródeł historii opłatka wigilijnego jest tradycja liturgii obrządku wschodniego, którą praktykują m.in. prawosławni. Do liturgii Eucharystycznej (Mszy św.) używa się chleba w formie "prosfor". Do przystąpienia do Komunii używane są jej konsekrowane cząstki, zaś reszta zostaje rozdana wiernym po Liturgii do spożycia na miejscu lub zanoszona jest domownikom, którzy nie mogli w niej uczestniczyć. To właśnie nasz opłatek jest swego rodzaju prosforą, którą dzielimy się składając sobie nawzajem życzenia w wigilię Bożego Narodzenia. Trudno sobie wyobrazić święta bez opłatka. Nawet w czasie okrutnej niewoli syberyjskiej, gdzie brakowało choinki, często nawet cichł śpiew kolęd, aby nie zdradzać swojej Polskości i wiary, nie mogło braknąć obozowego opłatka. Były to wygniatane z głodowej porcji chleba owalne formy, swym wyglądem przypominające hostie do konsekracji podczas Mszy św. O tym wspominają ocaleni Sybiracy, którzy często w okresie Bożego Narodzenia spotykają się, aby podzielić się opłatkiem, sporządzonym na sposób tamtych dni.

Dziś coraz częściej spotykamy sztuczne choinki, pełne wydumanych elektrycznych ozdób, przelicznych błyskotek, które bawią szczególnie najmłodszych, lecz nie zawsze prowadzą do Jezusa, w ubogim żłobie zrodzonego. Przepiękne kolędy, które płynęły z rozradowanych ust dzieci, młodzieży oraz wiernych w świątyniach, zostały zastąpione nagraniami z płyt i różnego rodzaju gramofonów.

Oby jednak nie zabrakło tego, co stanowi o potęgę i siłę naszej Ojczyzny przez wieki, pomimo wielu zagrożeń – jej silna wiara i zaufanie Bogu. Niech spełnią się przeto słowa jednej z najstarszych kolęd, skomponowanej przez naszego polskiego poetę Franciszka Karpińskiego, "Bóg się rodzi...", śpiewanej w rytmie poloneza: "Podnieś rękę, Boże Dziecię, błogosław Ojczyznę miłą: w dobrych radach, w dobrym bycie, wspieraj jej siłę swą siłą...".

I tego życzę również wszystkim moim Rodakom i Czytelnikom.

O. JAN BOŃKOWSKI, KAPUCYN



# Magia świątecznych przygotowań pani Jadwigi

**Już od progu czuć zapach grzybowo-kapuszcianego farszu na pierogi. Pani Jadwiga Kruczevska lepi je na kilka dni przed Wigilią i mrozi. Pachnie też bigos i pieczeń w piekarniku, ale to potrawy świąteczne. Wigilia musi być postna! To tradycja, którą wyniosła z rodzinnego domu i której wciąż jest wierna.**

Potem wraca do kuchennych obowiązków. Trzeba ugotować bigos, upiec schab, karkówkę, kurczaki, zrobić sałatki, roladki. To już potrawy świąteczne, które

Wita mnie drobna, uśmiechnięta, energiczna kobieta o srebrnych włosach, w kwiecistym fartuchu. Zaprasza do wysprzątanego, pachnącego świeżością wypranych firan pokoju i proponuje kawę. Po chwili jednak uznajemy, że lepszym miejscem na babskie pogaduchy będzie kuchnia. To przecież centrum wigilijnych przygotowań.

Pani Jadwiga jest właśnie w ferworze lepienia pierogów. Na kuchence gazowej pyrka postna kapusta z grzybami i barszcz, a w tle słysząc wydobywające się z radiowego głośnika kolędy. Czuć, że święta tuż tuż.

- Pierogi i uszka zawsze robię kilka dni wcześniej i mrozę, żeby mieć potem czas na przygotowanie innych wigilijnych potraw – tłumaczy pani Jadwiga. Moi synowie uwielbiają pierogi, ale w wersji podsmażonej, dlatego muszę ich zrobić dużo, tak żeby mogli jeszcze zabrać do domów – śmieje się.

Na uroczystej kolacji w jej mieszkaniu musi być obowiązkowo dwanaście postnych potraw. Tyle, ilu było apostołów. Pojawi się m.in. kapusta z grzybami, wspomniane pierogi, ryba po grecku, śledzie, barszcz z uszkami, kluski z makiem czy kompot z suszu.

Przy zaścienionym białym obrusem stole, w którego centralnej części znajdzie się opłatek, zasiądzie razem z dorosłymi już synami.

- Będzie tradycyjnie. Modlitwa, czytanie fragmentu Ewangelii, dzielenie się opłatkiem, życzenia, a potem śpiewanie kolęd, przy akompaniamencie akordeonu albo saksofonu w wykonaniu jednego z synów – mówi i dodaje, że taką Wigilię wyniosła z rodzinnego domu.

Wspomnienie z dziecięcych lat to także pieczenie ciast, które wtedy odbywało się w piekarni, przy ulicy Zielonej, gdzie zanosilo się domowe wypieki, ponieważ w mieszkaniach nie było piekarników.

- Po uroczystej kolacji, ale przed pasterką, szło się tam całą gromadą sąsiadów z sernikami i drożdżówkami. Czeka-  
jąc, aż świąteczne słodkości się upieką



Jadwiga Kruczevska lepi pierogi w swojej kuchni (fot. Sylwia Marciniak)

rozmawialiśmy, śmieliśmy się, podśpiewywaliliśmy kolędy. Było bardzo wesoło – wspomina. Wigilijny wieczór kończyła pasterką w Katedrze Łomżyńskiej, na którą przychodziły tłumy ludzi z miasta i okolic.

Pytana o wigilijne tradycje w jej domu wymienia dodatkowe nakrycie przy stole dla niespodziewanego gościa, sianko pod obrusem, jako nawiązanie do żłóbka, w którym na świat przyszedł Jezus, oczekiwanie pierwszej gwiazdki i oczywiście obowiązek spróbowania po trochu każdej potrawy. Koniecznie musi też być choinka. Zawsze ubiera żywe drzewko, chociaż w piwnicy ma sztuczne.

- Pachnąca choinka prosto z lasu to nie to samo co plastikowy wyrób. Daje niepowtarzalny klimat, zarezerwowany tylko dla Świąt Bożego Narodzenia – uważa pani Jadwiga. W bombki, łańcuchy, lampki i inne świecidełka przyozdabiają ją synowie.

Kulinarne przygotowania do świąt odbywają się w jej domu na kilka dni przed 24 grudnia. W dzień Wigilii robi jedynie krótką przerwę i wraz z bratową udaje się na grób rodziców. - Modlimy się, palimy znicze, czasami zostawiamy kawałeczek opłatka – mówi.

pojawiają się na stole dopiero pierwszego i drugiego dnia Świąt Bożego Narodzenia.

- Kiedyś z niecierpliwością wyczekiwało się na te wszystkie pyszności. Pomarańcze, czy banany były prawdziwym rarytasem. Teraz wszystko to mamy na co dzień. Nie sprawia to już takiej radości – przyznaje pani Jadwiga, ale od razu dodaje, że najważniejsze jest duchowe przeżywanie tych wyjątkowych dni, obecność najbliższych, ciepła, rodzinna atmosfera.

Właśnie dlatego co roku w Klubie Seniora MOPS w Łomży organizowana jest wigilijna kolacja. Cześć jego członków to osoby samotne, dla których takie spotkanie jest niezwykle ważne.

- Spotykamy się na takiej wieczery, dzielimy opłatkiem, składamy sobie życzenia, śpiewamy kolędy. Jest bardzo rodzinna atmosfera – mówi.

A czego życzy na te święta naszym czytelnikom? - Przede wszystkim zdrowia, spokoju, pokoju i miłości, którą podzieli się z innymi, bo tego chyba wszystkim brakuje.



# "Dzięki dobrej współpracy do Łomży płyną miliony"

**Z prezydentem Łomży Mariuszem Chrzanowskim podsumowujemy inwestycje realizowane przez łomżyński samorząd w mijającym roku, rozmawiamy o ogromnych środkach zewnętrznych płynących do naszego miasta oraz działaniach wpływających na wzrost bezpieczeństwa w mieście i planach na przyszły rok.**



Prezydent Łomży Mariusz Chrzanowski (fot. Kamil Brzostowski)

**Panie Prezydencie, w mijającym roku zostały otwarte dwa długo wyczekiwane i kluczowe w zakresie rozwoju kultury obiekty – sala koncertowa Filharmonii Kameralnej oraz Hala Kultury.**

Prezydent Łomży Mariusz Chrzanowski: Rok 2021 był okresem zakończenia wielu ważnych inwestycji w naszym mieście, wśród których oczywiście są wspomniane w pytaniu obiekty. Oba były niezwykle trudne w realizacji, ale cieszymy się z ich ukończenia. Łomża może bowiem poszczycić się niezwykle bogatą ofertą kulturalną, realizowaną na bardzo wysokim poziomie. Odpowiednia sala koncertowa była długo wyczekiwana przez filharmoników, ale też naszych mieszkańców. W trakcie realizacji okazało się, że "odziedziczona" po poprzednikach dokumentacja projektowa była wadliwa, a wykonany na jej podstawie obiekt nie spełniałby założeń dotyczących odpowiedniego funkcjonowania takiej instytucji. Dlatego tę dokumentację zmieniliśmy. Wiązało się to z przesunięciem w czasie realizacji inwestycji, a jej koszty powodowały podzielenie tego etapu na kolejne części. Mamy nowoczesny obiekt, w którym w komfortowych warunkach, koncertu może wysłuchać czterysta osób. Sukcesy naszych filharmoników pokazują, że bardzo potrzebny był im przysłowiowy

dom, odpowiadający ich ogromnemu kunsztowi muzycznemu. Natomiast, jak ważną inwestycją okazała się Hala Kultury, pokazując liczne wydarzenia, które możemy tam realizować. Obiekt ten żyje przez cały rok. Od momentu oddania go do użytku odbywają się tam koncerty, spektakle, wystawy,

warsztaty, projekcje filmowe. Pomieszczenia Hali Kultury przeznaczono na działalność kulturalno-edukacyjną i udostępniane są instytucjom kultury Miasta Łomża, stowarzyszeniom i fundacjom oraz grupom twórczym. Korzystają z niej różni odbiorcy, dzieci, młodzież, dorośli, seniorzy, osoby niepełnosprawne. Odrestaurowany budynek stanowi ciekawą propozycję do rozwijania zainteresowań, a wraz z zakończeniem rewitalizacji płyty Starego Rynku, przyczyni się do ożywienia łomżyńskiej starówki.

**Nowe oblicze Starego Rynku mieliśmy zobaczyć latem bieżącego roku. Niestety, jego rewitalizacja nie została w tym roku zakończona. Z czego to wynika?**

Przeprowadzone w ramach zadania latem 2020 roku prace archeologiczne odkryły wiele ciekawych relikwów przeszłości. Z uwagi na ogromną wartość historyczną wykopalisk, zgodnie z wolą mieszkańców, opracowaliśmy nową dokumentację. Zmiany w projekcie rewitalizacji Starego Rynku, wynikające z dokonanych odkryć archeologicznych i obowiązek ponownego uzyskania uzgodnień z konserwatorem zabytków, spowodowały ponadroczny przestój w realizacji tej inwestycji. W tym czasie ceny robót i materiałów zasadniczo zdrożały, tak więc wykonaw-

ca skierował do Urzędu Miejskiego nową ofertę cenową wykonania pozostałych prac na Starym Rynku. Przepisy nie pozwalają na wyliczenia przez dotychczasowego wykonawcę kosztów po kwotach wyższych, niż te wskazane przez niego w kosztorysie ofertowym. Stąd wynika konieczność ogłoszenia nowego przetargu na dokończenie prac. Wierzę, że uda nam się je sfinalizować w przyszłym roku.

**Powiększa się nam liczba obiektów sportowych w mieście. Nową salę gimnastyczną zyskała Szkoła Podstawowa nr 2.**

Uczniowie tej szkoły na dobre warunki do uprawiania sportu czekali 10 lat. To na pewno dużo, ale cieszę się, że udało się to zmienić. Większość środków na budowę tego obiektu pochodziła z budżetu miasta, dlatego jestem wdzięczny radnym za przychylność dla tej inwestycji. Ponadto obok powstało boisko wielofunkcyjne. Ale to nie koniec tego typu przedsięwzięć. Podpisaliśmy z wykonawcą umowę na budowę sali sportowej przy Szkole Podstawowej nr 5. W planach jest też podobny obiekt dla SP nr 4, a w przyszłym roku planujemy budowę obiektów sportowych przy "Mechaniaku". Wcześniej powstała hala przy Szkole Podstawowej nr 7. Do tego dwa mini boiska do gry w piłkę dla małych dzieci z rodzicami powstają przy ul. Kazańskiej, w pobliżu budynku SM Perspektywa. W tej części Łomży nie dysponujemy swoimi terenami, które można by przeznaczyć na cele sportowo – rekreacyjne, a tego typu obiektów tam brakuje. W ostatnich miesiącach prowadziliśmy negocjacje z Zarządem Województwa i dyrekcją Szpitala Wojewódzkiego, dzięki którym wczoraj zawarliśmy umowę, na którą część nieruchomości i tego typu obiekt może powstać.

**Dobra współpraca z Marszałkiem Województwa Podlaskiego owocuje także pozyskiwaniem środków zewnętrznych.**

Uważam, że trzeba współpracować z każdym, kto dobrze życzy naszemu miastu. Jestem ogromnie wdzięczny marszałkowi Arturowi Kosickiemu i wice marszałkowi Markowi Olbrysiowi, ale też całemu Zarządowi Województwa Podlaskiego za przychylność dla naszego miasta. Dziękuję też posłom Aleksandrze Szczudło i Kazimierzowi Gwiazdowskiemu. Dobra współpraca z wieloma środowiskami owocuje strumieniem funduszy zewnętrznych płynących do Łomży. Z Rządowego Funduszu Polski Ład otrzymaliśmy 37,8 mln zł na rozbudowę



bulwarów nadnarwiańskich. W ramach programu Rozwój Lokalny Miasto Łomża otrzymało również ponad 16 milionów złotych z Funduszy Norweskich, a około 60% tej kwoty zostanie przeznaczone właśnie na inwestycje nad Narwią przy moście Hubala w ramach projektu pn. "Łomża – Miasto, w którym żyję i pracuję". Z Ministerstwa Kultury, Dziedzictwa Narodowego i Sportu w ramach programu "Sportowa Polska – program rozwoju lokalnej infrastruktury sportowej – edycja 2021" otrzymaliśmy prawie 3 mln 350 tys. zł na modernizację Hali Sportowej przy Szkole Podstawowej nr 9 oraz budowę obiektów sportowych przy Zespole Szkół Mechanicznych i Ogólnokształcących nr 5. Ze środków rezerwy subwencji ogólnej otrzymaliśmy około 3,8 mln zł na remont kolejnego odcinka ul. Wojska Polskiego. Prawie 4,5 mln zł na remont kamienicy przy ul. Polowej 65 pozyskaliśmy z Funduszu Dopłat w ramach realizacji przez Bank Gospodarstwa Krajowego rządowego programu budownictwa komunalnego. Na rozbudowę ul. Jasnej i ul. Wesołej z Rządowego Funduszu Rozwoju Dróg dostaliśmy 1,7 mln zł. Z Państwowego Funduszu Rehabilitacji Osób Niepełnosprawnych prawie pół miliona złotych trafiło na trwającą termomodernizację i przebudowę Bursy Szkolnej nr 2 przy ul. Stacha Konwy. Jak więc widać, przygotowujemy wiele różnych projektów, które dzięki temu, że są przede wszystkim dobrze napisane oraz dzięki znakomitej współpracy z przedstawicielami Urzędu Marszałkowskiego i rządu Zjednoczonej Prawicy, zyskują uznanie, a pozyskane w ten sposób pieniądze przyczyniają się do rozwoju naszego miasta i poprawy komfortu życia mieszkańców.

**W ostatnim czasie wystąpił Pan z listem otwartym do dyrektora Szpitala Wojewódzkiego w Łomży z prośbą o jak najszybsze przywrócenie działalności Oddziału Dziecięcego.**

Szpitałem w Łomży zarządzają władze województwa. Dostrzegając jednak ogromny problem związany z brakiem Oddziału Dziecięcego postanowiłem wystosować apel w tym zakresie. Uciążliwości wynikające z jego braku od dłuższego czasu boleśnie odczuwają bowiem małe pacjenci z Łomży, a także licznych gmin, którzy stracili możliwość leczenia i przeprowadzania diagnostyki na miejscu. Obecna sytuacja sprawia, że rodzice zmuszeni są ponosić niemałe koszty dojazdów do placówek znajdują-

cych się w innych miastach. Zdarza się, że nie posiadając własnego środka transportu, muszą poświęcić temu cały roboczy dzień, co jest dodatkowym obciążeniem finansowym. Nie bez znaczenia jest także czynnik emocjonalny. Hospitalizacja z dala od rodzinnego domu jest bowiem dla dzieci dodatkowym obciążeniem, a obecność bliskich może zdaniem specjalistów przyczynić się do skrócenia okresu terapii i szybszego wyzdrowienia. Uważam, że w nagłych sytuacjach wszyscy, również najmłodsi, powinni mieć możliwość skorzystania z pomocy placówki położonej jak najbliżej miejsca zamieszkania. Zaczynają do mnie docierać już informacje, że mój apel zaczyna przynosić efekty i coś w tym temacie zaczyna się zmieniać. W najbliższych dniach w sprawie Oddziału Dziecięcego łomżyńskiego szpitala planuję także spotkać się z Marszałkiem Województwa.

**W tym roku miasto wspierało między innymi policję i pogotowie.**

Poczucie bezpieczeństwa jest podstawą naszej egzystencji. Dlatego podejmujemy wiele działań, mających na celu jego wzrost. Współfinansowaliśmy zakupy sprzętu dla łomżyńskiej policji. Na patrole ponadnormatywne przeznacziliśmy także 60 tys. zł. Wojewódzkiej Stacji Pogotowia Ratunkowego w Łomży zakupiliśmy plecak reanimacyjny z wyposażeniem podstawowym oraz dodatkowym. To bardzo istotne, abyśmy mieli odpowiednio wyposażone służby medyczne, które w każdej chwili mogą skutecznie ratować ludzkie życie. Jako samorząd chętnie wspieramy wszelkie inicjatywy mające wpływ na sprawność działania służb. Cieszymy się, że prężnie w naszym mieście rozwija się wojsko. Ale wpływ na bezpieczeństwo mają też realizowane przez nas inwestycje drogowe, w ramach których doświetlamy przejścia przez ulice, budujemy tzw. "azyle" dzielące pasy ruchu, wyniesione przejścia dla pieszych wymuszające na kierowcach zmniejszenie prędkości jazdy czy też montujemy oznakowanie aktywne. Być może na co dzień nie zwracamy na to uwagi, ale niewątpliwie przyczynia się to do wzrostu bezpieczeństwa na naszych ulicach.

**Zadowoleni mogą być seniorzy, którzy od połowy września korzystają z nowej siedziby Klubu Seniora.**

Jak doskonale wszyscy wiemy, łomżyńscy seniorzy to bardzo aktywne środowisko i chcemy stwarzać im jak najlepsze warunki do rozwijania swoich pasji. Do

obecnej lokalizacji przy ulicy Nowogrodzkiej 7A mogą oni dojechać bezpłatnie komunikacją miejską. Mają też prawie trzykrotnie większą powierzchnię użytkową niż w poprzednim miejscu przy ul. Mickiewicza, a także plac o powierzchni kilkuset arów znajdujący się w bezpośrednim sąsiedztwie Parku im. Jakuba Wagi oraz docelowo budynki gospodarcze. Dzięki nowemu umiejscowieniu przed Klubem Seniora otwierają się nowe możliwości, które jestem przekonany, zostaną w pełni wykorzystane z pożytkiem dla łomżyńskiego "srebrnego pokolenia". Zachęcam również do korzystania z oferty tej instytucji te osoby, które jesień swojego życia spędzają w domu, w samotności. Naprawdę warto.

**Jaki będzie przyszły rok dla Łomży?**

Jestem przekonany, że będzie to kolejny rok rozwoju miasta. Planując wydatki inwestycyjne w projekcie budżetu miasta na 2022 rok koncentrowaliśmy się na zabezpieczeniu środków na zadania kontynuowane oraz zadania, na które pozyskaliśmy wcześniej dofinansowanie ze środków zewnętrznych. Rozpocznemy więc budowę kolejnych etapów nadnarwiańskich bulwarów, sali gimnastycznej przy Szkole Podstawowej nr 5, obiektów sportowych przy "Mechaniaku". Na nasze ulice wyjadą nowe autobusy elektryczne, wróci łomżyńska Komunikacja Rowerowa, czyli popularny ŁoKeR. Będziemy remontowali i budowali kolejne ulice, w tym dokończymy nowe drogi w rejonie ul. Księcia Stanisława oraz przedłużenie ul. Meblowej od Wojska Polskiego do Nowogrodzkiej. Zakończy się też rewitalizacja Starego Rynku. Wierzę również, że odpuści nam pandemia koronawirusa i w naszym mieście będzie mogło odbywać się wiele wydarzeń kulturalno-rozrywkowych i sportowych.

**Na koniec czego chciałby Pan życzyć mieszkańcom naszego miasta na Boże Narodzenie i nowy rok?**

Przed wszystkim by święta upłynęły w miłej, rodzinnej atmosferze, bez waśni i sporów. By na wigilijnym stole nikomu nie zabrakło potraw, a obok osoby, z którą można przełamać się opłatkiem. Na 2022 rok życzę natomiast dużo zdrowia, pokoju, samych radosnych chwil i spełnienia założonych planów. Życzę też, by nasze miasto dalej się rozwijało tak, aby każdy mieszkaniec był dumny z Łomży.

**Dziękuję za rozmowę.**



# Noworoczne postanowienia

**Koniec roku to czas podsumowań, snucia planów na najbliższe miesiące, ale także... postanowień. Czy i jakie obietnice składamy sobie w Nowym Roku?**



Noworoczne postanowienia mają to do siebie, że rzadko udaje się je spełnić, ale zawsze trzeba się starać. Ja w nowym roku, obiecuję sobie więcej czasu spędzać z bliższą i dalszą rodziną, przyjaciółmi, znajomymi. Mam nadzieję, że pomimo licznych obowiązków jakie ciąży na mnie, jako przewodniczącej Rady Miejskiej uda mi się spełnić to postanowienie. Trzymajcie Państwo za mnie kciuki

**Alicja Konopka,**  
przewodnicząca Rady Miejskiej Łomży



Mijający rok wielu z nas nie napawał optymizmem, dlatego wierzę, że kolejny będzie po prostu lepszy. Życzymy sobie tego. Życzymy sobie zdrowia i końca pandemii. Życzymy sobie wytrwałości, refleksji i siły ducha. W tym kontekście chciałbym, by moje postanowienia noworoczne były proste i wykonalne. Ważne, abym starał się być dobrym człowiekiem, zawsze znalazł czas dla rodziny i przyjaciół oraz może więcej słuchał, a mniej mówił. Mam szczerą nadzieję, że się uda.

**Maciej Andrzej Borysewicz,**  
wiceprzewodniczący Rady Miejskiej Łomży



W nadchodzącym roku chciałabym przede wszystkim skupić się na sobie, swoim rozwoju, ale jednocześnie znaleźć więcej chwil dla moich bliskich, ponieważ nawet obowiązków nie pozwalał mi spędzać z nimi tyle czasu, ile bym chciała i na ile zasługuję. Planuję cieszyć się każdą chwilą i jeszcze bardziej doceniać ludzi, którzy mnie otaczają, dają mi wielką siłę i wsparcie. Mam także nadzieję, że uda mi się spełnić moje marzenie i wyruszyć w jakąś daleką podróż, albo skoczyć ze spadochronem. Poza tym, chciałabym spróbować nowych rzeczy, sięgnąć po kolejne doświadczenia.

**Aleksandra Wasik,**  
Miss Ziemi Łomżyńskiej 2021



Ostatnie dwa, pandemiczne lata pokazały, jak ważne jest zdrowie, dlatego chcę jeszcze bardziej o nie zadbać. Życzliwość, koleżeńskość – tego też nigdy za wiele, więc będę się starał być bardziej przyjazny ludziom. Zamierzam również intensywniej pracować na rzecz miasta i czynić starania, aby w Radzie Miejskiej było jak najmniej kłótni, a więcej rozmów i zrozumienia. Mam nadzieję, że uda mi się wszystkie te postanowienia spełnić, a koledzy radni mi w tym pomogą.

**Andrzej Grzymała,**  
wiceprzewodniczący Rady Miejskiej Łomży



Zamierzam zdrowiej i bardziej świadomie się odżywiać, planować posiłki, zwracać więcej uwagi na to, co znajdzie się na moim talerzu. Z pewnością będzie miało to pozytywny wpływ na samopoczucie i ciało. Chciałby również na zawsze rozstać się z destrukcyjnymi nawykami, które mają zły wpływ na zdrowie i budżet domowy. W nowym roku chcę częściej myśleć pozytywnie. W każdym dniu można przecież znaleźć coś, za co można być wdzięcznym. Ostatni punkt na liście moich noworocznych postanowień brzmi: poświęcić więcej czasu rodzinie. Jest wiele opcji, aby robić wspólnie coś ciekawego – wycieczki rowerowe, pikniki, wspólne gotowanie lub gry planszowe. Obiecuję znaleźć na to wszystko czas w gąszczu zawodowych obowiązków.

**Jacek Bargielski, komendant**  
miejski Państwowej Straży Pożarnej w Łomży



W nowym roku chciałbym efektywniej się uczyć, oraz ukończyć projekty unijne związane z moim kierunkiem technicznym i zainteresowaniami. Jako przewodniczący Młodzieżowej Rady Miejskiej, mam nadzieję na zrealizowanie wielu pomysłów zgłaszanych przez łomżyńską młodzież. Trzeba więc ostro brać się do pracy. Tylko wtedy noworoczne postanowienia będą miały szansę się spełnić, czego wszystkim życzę

**Mateusz Szeligowski, przewodniczący**  
Młodzieżowej Rady Miejskiej Łomży



Mój plan na nowy rok to mieć więcej czasu dla siebie. Wiem... brzmi nieco egoistycznie, ale chociaż uwielbiam pracę z dziećmi i młodzieżą i poświęcam jej nawet swój wolny czas, chciałabym tak zorganizować zawodowe obowiązki, żeby kończyć pracę o jakiejś przyzwoitej godzinie. Przydałoby się też więcej wolnych weekendów, czasu dla znajomych, przyjaciół czy na dobry film. Liczę, że w końcu uda mi się pójść do nowego kina Milenium, bo mimo tego, że jest po sąsiedzku jeszcze tam nie byłam. Jednym z moich postanowień są także dalekie podróże – moja wielka pasja, za którą bardzo tęsknię. Mam nadzieję, że pandemia wreszcie się skończy i będę mogła rzucić wszystko i wyjechać na koniec świata.

**Magda Sinoff,**  
instruktor wokalny w Miejskim Domu Kultury - Domu Środowisk Twórczych w Łomży,  
założycielka studia wokalnego eMDeK



Przed wszystkim chciałbym nabrać więcej dystansu do spraw, na które nie mam wpływu. Obiecuję sobie również, że znajdę więcej czasu na swoje pasje, czytanie i w końcu nadrobię braki w literaturze współczesnej. Przyda się też na pewno więcej radości i uśmiechów. W repertuarze moich noworocznych postanowień jest poza tym poszukanie w sobie "Małego Księcia", wymiana foteli i okien w teatrze, napisanie książki i najważniejsze – lot balonem!

**Jarosław Antoniuk,**  
dyrektor Teatru Lalki i Aktora w Łomży



W nowym roku zamierzam znaleźć więcej czasu dla rodziny, ponieważ w ostatnim okresie to piłka pochłaniała zdecydowaną większość. Chciałbym również zbudować silny zespół piłkarski w naszym mieście, którego gra będzie przyciągała na mecze tłumy kibiców, a sam klub wróci na właściwe miejsce na futbolowej mapie Polski. Planuję też w większej mierze skupić się na rozwoju młodych zawodników, tak żeby któryś z nich zagrał na najwyższym poziomie rozgrywek.

**Tomasz Staniórski,**  
trener ŁKS-u 1926 Łomża



# Zwyczajne przeziębienie, a może alergia czy efekt wpływu smogu?



W okresie jesienno-zimowym nasz organizm narażony jest na działanie niekorzystnych czynników atmosferycznych: zimna, wilgoci, wiatru, dymu, które sprzyjają przeziębieniu.

Do objawów przeziębienia zaliczamy ogólne złe samopoczucie, ból głowy, katar, kichanie, kaszel, stan podgorączkowy, a nawet gorączkę. Przeziębienie to po prostu ostry nieżyt jamy nosowej, gardła i zatok obocznych nosa, wywołany zakaźną chorobą wirusową, przyczyną której może być ok. 150-200 podtypów wirusów.

Okolo 50% infekcji górnych dróg oddechowych wywołanych jest przez rinowirusy, ale cięższy przebieg choroby powodują zwykle koronawirusy, spośród których wirus SARS-CoV-2 wywołuje chorobę COVID-19. Niektóre objawy przeziębienia i COVID-19 nakładają się, co może utrudniać ich rozróżnienie na podstawie samego obrazu klinicznego.

Przeziębienie występuje przez cały rok, ale najwięcej zakażeń notuje się jesienią, zimą i wczesną wiosną. Zanieczyszczenie powietrza w sezonie grzewczym ma istotny wpływ na uszkodzenie nabłonka dróg oddechowych. Zawarte w dymach gazy – tlenki siarki, azotu, ozon, węglowodory aromatyczne, aldehydy, dioksyne niszczą błonę śluzową dróg oddechowych. W wyniku spalania węgla i biomasy (drewna) emitowane są do atmosfery drobne i ultradrobne cząstki pyłów, które unoszą się w powietrzu długo i łatwo są przenoszone na znaczne odległości. Dostając się na błonę śluzową dróg oddechowych podlegają fagocytzie przez komórki żerne i rozwija się proces zapalenia. Na powierzchni cząstek pyłów zachodzą reakcje chemiczne, prowadzące do powstawania wolnych rodników tlenowych, które niszczą komórki ściany dróg oddechowych.

Niektóre zanieczyszczenia powietrza jak benzen, ołów wnikają przez układ oddechowy i powodują groźne skutki ogólnoustrojowe np. karcinogenne (rakotwórcze) czy teratogenne (wywołujące wady wrodzone). Zanieczyszczenia pyłowe dostają się do or-

ganizmu również drogą pokarmową z pożywaną śliną oraz ze spożywanym pokarmem.

Na powierzchni uszkodzonej błony śluzowej dróg oddechowych łatwo zagnieżdżają się wirusy i wywołują zapalenie. Pierwsze objawy chorobowe mogą pojawić się już po kilkunastu godzinach od zakażenia, a największe ich nasilenie ma miejsce po 2-3 dniach i utrzymują się zwykle do 7-10 dni. Przenoszenie drobnoustroju następuje najczęściej drogą kropelkową, ale również poprzez kontakt dłoni z dłonią i przeniesienie wirusa na spojówki, nozdrza. Dlatego ważne jest, zwłaszcza w dobie istniejącej pandemii, noszenie maseczek ochronnych, częste mycie i dezynfekcja rąk.

Pierwszym objawem ostrej infekcji dróg oddechowych jest drapanie i podrażnienie gardła, potem ból gardła i suchy kaszel. Kaszel w przeziębieniu może utrzymywać się do ok. 10 dni, a niekiedy nawet powyżej 3 tygodni, zwłaszcza przy wytworzeniu się tzw. nadreaktywności poinfekcyjnej dróg oddechowych. Wówczas czynniki nieswoiste, takie jak zimne powietrze, dym tytoniowy, kurz mogą wywoływać napady kaszlu. Pierwsze dni infekcji to zapalenie błony śluzowej nosa i gardła, najczęściej na tym kończy się zapalenie dróg oddechowych. Jeśli infekcja schodzi na poziom krtani nasila się wówczas suchy, męczący kaszel, czasem napadowy, szczekający. Taki bezproduktywny kaszel nie przynosi żadnego pożytku, a może powodować zaburzenia snu, ogólne osłabienie, a czasem ból brzucha. Po kilku dniach kaszel staje się produktywny i dający poczucie ulgi po odkrztuszeniu zalegającej wydzieliny. W leczeniu przeziębienia ważne jest odpowiednie nawodnienie organizmu i odpoczynek. Dziecko nie powinno iść do przedszkola czy szkoły, co często wiąże się ze stresem i wysiłkiem. Leczenie jest objawowe – leki przeciwzapalne, hamujące kaszel suchy, mukolityczne w okresie kaszlu produktywnego, zmniejszające przekrwienie błony śluzowej nosa i chroniące górne drogi oddechowe przed infekcją bakteryjną. Ostre infekcje wirusowe u dzieci predysponują do zakażeń bakteryjnych ucha środkowego i zatok, wtedy do leczenia włącza się antybiotyki.

Wczesnym objawem infekcji wirusowej górnych dróg oddechowych jest wyciek wodnistej wydzieliny z nosa i kichanie. Takie objawy występują również w alergicz-

nym nieżycie nosa, którego objawy mogą pojawić się lub nasilić u osób uczulonych na roztocza kurzu domowego, roztocza mączne, zarodniki grzybów pleśniowych, co w sezonie grzewczym przybiera szczególnie na znaczeniu. Zapalenie alergiczne dróg oddechowych ułatwia penetrację wirusów oraz cząstek drobnych pyłów zawieszonych w zanieczyszczonym powietrzu (smog). Objawy infekcji wirusowej dróg oddechowych często nakładają się na szkodliwe działanie alergenów zawartych w powietrzu oraz gazów i drobnych pyłów zawieszonych.

W postępowaniu profilaktycznym możliwym do zastosowania w każdym pomieszczeniu, gdzie przebywają ludzie, a zwłaszcza dzieci, pewną przysługę oddają "oczyszczacze" powietrza. Jednak walka ze smogiem, o lepszą jakość powietrza, jakim oddychamy, powinna być priorytetowym zadaniem dla władz samorządowych i rządowych. Zakaz ogrzewania pomieszczeń węglem i biomasa (drewnem) oraz wyeliminowanie przestarzałych urządzeń grzewczych (piece), przyniosłoby zdecydowaną poprawę. Trzeba jednak brać pod uwagę możliwości mieszkańców, chociażby pod względem dostępu do sieci ciepłowniczej czy gazowej. Wydaje się być uzasadnione podejście władz samorządowych i mieszkańców osiedli domów jednorodzinnych, dotyczące obowiązkowego podłączenia do sieci, jeśli taka jest w zasięgu. Konieczny jest dialog z mieszkańcami, edukacja i przekonywanie do właściwych rozwiązań. Przykładem zaniedbań pod tym względem władz samorządowych miasta Łomży z lat 90-tych jest dopuszczenie do odłączenia całego Osiedla Narew od istniejącej sieci ciepłowniczej.

Częstość występowania przeziębienia zmniejsza się wraz z wiekiem i związana jest z porą roku oraz miejscem zamieszkania, narażonym na ewentualne czynniki sprzyjające zachorowaniu (smog). Większość ludzi choruje na przeziębienie co najmniej raz w roku. Najbardziej narażone są na zachorowania dzieci, osoby w wieku starszym oraz obciążone chorobami dróg oddechowych (astma oskrzelowa, rozedma płuc, POCHP, mucowiscydoza). Przeziębienia są najczęstszą przyczyną absencji w żłobkach, przedszkolach, szkole oraz nieobecności rodziców w pracy.

KAZIMIERZ BANDZUL



# Ogrody działkowe zmieniają oblicze

**Poprawiająca się sytuacja ekonomiczna oraz zmiany obyczajowe polskiego społeczeństwa wpłynęły nie tylko na ewolucję w mentalności Polaków i ich kształtowanie dnia codziennego. Zmieniły się także rodzinne ogrody działkowe, ich infrastruktura, a także sami działkowcy, ich potrzeby i oczekiwania względem swojego kawałka użytkowanej ziemi.**

Upadek Polskiej Rzeczypospolitej Ludowej diametralnie zmienił wygląd i charakter użytkowanych działek. Miejsce warzywnych grządek i klatek z kurami zastąpiły skalniaki, rabaty kwiatowe i trawniki. Ogrody wypiękniały, stając się miejscem rekreacji całych rodzin. Przeprowadzony w 2016 roku na terenie województwa podlaskiego przegląd ogrodów potwierdził nowy kierunek w zagospodarowywaniu działek. Opublikowany raport wykazał dobitnie, iż przeszło 15% wszystkich łomżyńskich działek wykorzystywanych było tylko i wyłącznie na potrzeby rekreacyjne ich użytkowników. Po wybuchu pandemii SARS-CoV-2 i wzroście zainteresowania rodzinnymi ogrodami działkowymi jako miejscem izolacji i bezpiecznego wypoczynku na świeżym powietrzu, trend ten uległ znacznemu przyspieszeniu.

Uprawa warzyw i owoców nie pełni już jak dawniej społecznej roli zapewnienia niskim sumptem porcji niezbędnych witamin i minerałów. Stała się okazją do pozyskania zdrowej, ekologicznej, nieskalanej chemią żywności. Żywności, która za sprawą nowych odmian roślin także zaczęła ewoluować. Na ogrodach pojawiły się nieznane wcześniej krzewy świdosiłwy, jagody kamczackiej czy czarnych malin.

Zmiany obyczajowe wymusiły także konieczność dostosowywania do wymogów współczesności ogrodowej infrastruktury. Wiadro wody nabierane żurawiem z użytkowanej wspólnie z sąsiadami studni kopanej stało się anachronizmem i przeżytkiem. Zaczęło ustępować miejsca rozbudowanym systemom nawodnienia, opartym niejednokrotnie na automatycznym, spersonalizowanym sterowaniu. Duch XXI wieku ucieleśniający się w ogrodach działkowych m.in. w postaci monitoringu, paneli fotowoltaicznych czy bezprzewodowego Internetu, wymaga jednak coraz większych nakładów, coraz to nowych inwestycji w przestarzałą infrastrukturę. I tu następuje zderzenie z rzeczywistością. Planiści tworzący w latach 70-tych i na początku lat 80-tych XX wieku łomżyńskie ogrody nie przewidzieli zmian jakich każdego dnia jesteśmy świadkami.

Brakuje przestrzeni dla placów zabaw, siłowni napowietrznych czy ogródków jordanowskich. Ogromnym zmartwieniem jest brak wystarczającej ilości miejsc parkingowych, z którą zmagają się wszystkie łomżyńskie ogrody. Kłopot sprawia też wyeksploatowana sieć wodociągowa i elektroenergetyczna, z trudem radząca sobie z większym popytem na wodę i kilowatogodziny. Antidotum na ogrodowe bolączki stały się realizowane w ostatnich latach z coraz większym rozmachem prace modernizacyjne.

- Tylko w ostatnich trzech latach na prace inwestycyjne łomżyńskie ogrody wydały ponad 232 tysiące złotych. Dzięki przychylności władz samorządowych, część środków udało się pozyskać z budżetu

miasta. Otrzymane wsparcie pozwoliło między innymi zmodernizować sieć elektroenergetyczną w ROD im. Jakuba Wagi czy przeprowadzić remont skorodowanej sieci wodociągowej w ROD "Aster" – przekazuje Ewa Sokołowska z łomżyńskiego biura Okręgowego Zarządu Podlaskiego Polskiego Związku Działkowców, zwracając jednocześnie uwagę na planowane w najbliższym czasie, poważne inwestycje, z których największą stanowi naprawa i rozbudowa Domu Działkowca w ROD im. Jakuba Wagi w Łomży.

Co dalej z ogrodami działkowymi? Jaka czeka je przyszłość i jaką rolę będą pełnić na przestrzeni najbliższych lat? Pomysłów jest wiele. Bez wątpienia pozostaną formą walki z wykluczeniem, którego ofiarami jakże często w naszym, starzejącym się społeczeństwie padają seniorzy. Pozostaną też miejscem międzypokoleniowej integracji i bezpieczną oazą wytchnienia dla jej użytkowników.

KRZYSZTOF FABISZEWSKI



ROD "Wiarus" w zimowej scenerii (fot. Krzysztof Fabiszewski)



# Nowa dyrektorka Muzeum Północno - Mazowieckiego

**Paulina Waszelewska z dniem 1 grudnia 2021 roku objęła stanowisko dyrektorki Muzeum Północno - Mazowieckiego w Łomży. Zastąpiła Jerzego Jastrzębskiego, który po 33 latach na stanowisku dyrektora tej placówki, z końcem października przeszedł na emeryturę.**

Wybór przez komisję konkursową i powołanie przez prezydenta miasta traktuję jako wyraz ogromnego zaufania, ale i postawienie zadania, niełatwego, ale do realizacji – mówi nowa dyrektorka Muzeum Północno - Mazowieckiego, Paulina Waszelewska.

- Przede wszystkim to przełamanie pewnych schematów. Dziś, jak pokazują badania, osoba wchodząca do muzeum poświęca zaledwie siedem sekund na ocenę, czy to miejsce jej się podoba, czy chce w nim zostać, czy wystawa jest dla niej atrakcyjna. Mowa tu oczywiście o odbiorcy indywidualnym, a nie grupie szkolnej, bo młodzież przyprawiona przez nauczyciela nie ma wyjścia, mówiąc pół żartem, pół serio – musi zostać. Chciała-

bym poszerzyć przyzwyczajenia percepcyjne związane z wizytą w muzeum i galerii sztuki – dodaje.

Koncepcja programowa przygotowana przez nową dyrektorkę zakłada realizację idei "muzeum otwartego", miejsca, które wychodzi do odbiorców, ale także odbiorców przyciąga, nie tylko prezentując wartościową historię i kulturę, ale także wpisując ją w aktualny kontekst społeczny.

- Dziś muzeum jest przestrzenią dialogu, miejscem, które mocno oddaliło się od wyobrażenia "założenia kapci i cichego zwiedzania ekspozycji". Każda z planowanych przez nas w najbliższym czasie wystaw ma ogromny potencjał kulturotwórczy, edukacyjny i integracyjny – opowiada nowa dyrektorka.



Paulina Waszelewska i władze Miasta Łomża (fot. Łukasz Czech)

Paulina Waszelewska ukończyła teologię w Instytucie Edukacji Medialnej i Dziennikarstwa na Uniwersytecie Kardynała Stefana Wyszyńskiego w Warszawie. W latach 2017-2019 była kierownikiem działu edukacji kulturalnej i organizacji imprez Miejskiego Domu Kultury - Domu Środowisk Twórczych w Łomży. W przeszłości pracowała jako dziennikarka Polsatu, Telewizji Polskiej, Gazety Współczesnej, Radia Nadzieja i Głosu Katolickiego, a także była redaktorem naczelnym portalu informacyjnego mylomza.pl.

ŁUKASZ CZECH

# Łomżyńska filharmonia z "Requiem" w Kownie

**Burzą oklasków zakończył się wieczorny koncert łomżyńskich filharmoników 18 listopada 2021 roku w Filharmonii w Kownie. Majestatycznym "Requiem" Wolfganga Amadeusza Mozarta orkiestra wraz ze znakomitymi solistami oraz Kowieńskim Chórem Państwowym, uczciła pamięć założyciela i wieloletniego dyrektora artystycznego chóru Petrasa Bingelisa w pierwszą rocznicę jego śmierci.**

Współpraca łomżyńskiej Filharmonii Kameralnej i Kowieńskiego chóru Państwowego rozpoczęła się w 2019 roku, kiedy to z okazji 200. rocznicy urodzin Stanisława Moniuszki zespoły wspólnie wystąpiły w Kadzidle, Wilnie oraz Kownie. Artyści połączyli również swoje siły występując podczas jubileuszowej 15. edycji Międzynarodowego Festiwalu Kameralistyki Sacrum et Musica.

Pandemia spowodowała, że intensywna współpraca została na jakiś czas zawieszona. Na szczęście rok 2021 pozwolił na ponowne spotkanie łomżyńskiej orkiestry i kowieńskiego chóru z nowym dyrektorem artystycznym Robertasem Šervenikasem, który zastą-

pił zmarłego w 2020 Petrasa Bingelisa. Artyści wykonali "Requiem" Mozarta na zakończenie 17. Festiwalu Sacrum et Musica w Katedrze Łomżyńskiej.

- To dla nas zaszczyt, że zostaliśmy zaproszeni do wykonania koncertu, który uczcił pamięć Petrasa Bingelisa – informuje dyrektor Jan Miłosz Zarzycki. - Pamiętamy go z naszych moniuszkowskich koncertów sprzed dwóch lat, kiedy to wraz z kowieńskim chórem wykonaliśmy "Litanie Ostrobramskie". Był bardzo ciepłym i miłym człowiekiem – dodaje.

W czwartkowy wieczór partie solowe wykonali śpiewacy na co dzień związani ze scenami: Opery Narodowej w Warszawie, Warszawskiej Opery Kameralnej, Polskiej Opery Królewskiej oraz Opery



Występ łomżyńskich artystów (fot. Łukasz Świerkosz)

Bałtyckiej w Gdańsku: Anna Mikołajczyk-Niewiedział (sopran), Aneta Łukasiewicz (mezzosopran), Jacek Szymański (tenor) oraz Dariusz Machej (bas).

- Z solistami znamy się z różnych scen operowych w Polsce, gdzie wspólnie występowaliśmy między innymi w operach Mozarta – przekazuje Jacek Szymański. - Wszyscy są wybitnymi znawcami muzyki tego kompozytora, zatem nie musieliśmy rozmawiać o sprawach technicznych, takich jak na przykład artykulacja. Mogliśmy się skupić wyłącznie na jak najwspanialszym oddaniu piękna i powagi "Requiem".

MATEUSZ GOC/FKW



# Grają jak z nut

**Anna Zlagodukh i Andrij Radczenko to małżeństwo, które swoje życie związało z Łomżą. Do naszego miasta sprowadziła ich piłka nożna, zaś pasja do muzyki sprawiła, że dziś nie wyobrażają sobie mieszkać gdzie indziej.**

Do Polski trafili w 2014 roku. Andrij rozpoczął grę w barwach świętokrzyskiego GKS Rudki. Treningi i grę dzielił z nocną pracą jako kierowca piekarni. Dwa tygodnie później dołączyła do niego żona Anna. Do Łomży sprowadzili się za sprawą ŁKS-u Łomża, z którym piłkarz związał się w styczniu 2015 roku. Po pół roku, w związku z ograniczeniami dotyczącymi występowania na boisku określonej liczby obcokrajowców spoza Unii Europejskiej, "Andrzej" musiał szukać nowego klubu. Nie wpłynęło to jednak na zmianę miejsca zamieszkania.

- Moje marzenie o grze w piłkę przeprowadziło nas do Łomży, a marzenie Anny o śpiewaniu zostawiło nas w Łomży – uśmiecha się. Anna w momencie osiedlenia się w naszym mieście zaczęła realizować swoje muzyczne marzenia.

Oboje związani są z Kijowem, w którym urodził się Andrij. Tam również w akademii słynnego Dynama rozpoczynał swoją sportową przygodę.

- Byłem bardzo energiczny. Z tego też powodu rodzice zapisali mnie na treningi piłkarskie. Z racji mojego wzrostu trener postawił mnie na bramce, w której stoję do dziś – wspomina sportowiec. Ania z kolei traktuje ukraińską stolicę jak drugie ojczyste miasto. Myślimi wraca do spędzonych tam szkolnych czasów, odwiedzonych muzeów, teatrów, koncertów. Tam również się poznali. Anna ukończyła Kijowski Narodowy Uniwersytet Kultury i Sztuki ze specjalnością manager/dyrektor hotelu, restauracji, a także szkołę podyplomową w zakresie kulturologii. Zanim przeniosła się do Polski, pracowała w obszarze zarządzania kadrami, w pięciogwiazdkowym hotelu, a także jako zawodowa modelka. Andrij to absolwent Narodowego Uniwersytetu Wychowania Fizycznego i Sportu Ukrainy i wychowanek akademii słynnego Dynama Kijów. To tam najpierw sam uczył się grać by później nabywać wiedzę i szkolić się w obszarze nauczania i trenowania bramkarzy.

Gdy po raz pierwszy trafili do Łomży, od razu zakochali się w tym mieście. - Na zawsze pozostanie w mej pamięci piękność różnokolorowych bloków w słonecznej pogodzie. Tak właśnie przywitała



Anna i Andrij wraz z córką Moniką (fot. archiwum prywatne)

nas Łomża – wspomina "futbolist".

Anna natomiast zanim trafiła do nadnarwiańskiej miejscowości, dużo podróżowała. Odwiedziła między innymi Francję, Hiszpanię, Szwajcarię, Włochy, Niemcy, Austrię. Wskazała jednak, że mimo to była pozytywnie zaskoczona miastem. - Urzekła mnie jego infrastruktura, place zabaw, restauracje, czystość dróg i ulic, piękne parki. W mieście spotkałam przyjaznych ludzi – zaznacza Ukrainka. Zgodnie przyznają, że dziś, po tylu latach tutaj spędzonych, czują się łomżyńiakami.

- Zostaliśmy przyjęci w Łomży bardzo ciepło. Odczuliśmy dużo wsparcia. Sama uczyłam się języka polskiego. Podjęłam pracę jako manager zagranicznych klientów. Chciałam dalej się rozwijać – zawodowo, ale również w sferze muzycznej – mówi Anna. Jej zdanie podziela również Andrij, który zaznacza, że spotkał tutaj pomocnych ludzi. Nie zmienia to jednak faktu, że tęsknią za rodzinnymi stronami – przede wszystkim ze względu na pozostawioną tam rodzinę i przyjaciół. Starają się jednak ich systematycznie odwiedzać.

Ostatnie dwa lata Andrij trenował i grał w Ostrołęce strzegąc bramki miejscowej Narwi. - Wpisałem się do historii tego klubu. Dziewięć meczów pod rząd bez straty bramki – wskazuje. W barwach niebiesko-czerwonych udało się mu awansować z "okręgówki" do czwartej ligi. Ukraińiec bardzo dobrze i pozytywnie wspomina swoje występy w ŁKS-ie Łomża. Do klubu trafił dwukrotnie – raz jako bramkarz i raz jako trener. - Poznałem tam wielu przyjaciół, z którymi do dziś utrzymuję kontakt – mówi sportowiec.

Jego żona cały czas poświęca się swojej pasji związanej ze śpiewaniem. - Jest mi bardzo miło występować w trakcie miejskich wydarzeń. Mieszkańcy z sympatią odbierają moje koncerty. Czekają na każdy kolejny event – nie kryje zadowolenia wokalistka. Z pewnością w spełnianiu artystycznych zamiarów pomaga jej ukończona szkoła muzyczna w klasie fortepianu i akademickiego śpiewu. Muzyka w jej życiu była obecna już od wczesnego dzieciństwa.

- Zawsze uwielbiałam śpiewać, słuchać utworów w różnych językach – dodaje. Na jej upodobania oraz gust wpływ mieli z pewnością rodzice. - W szkole brałam udział w spektaklu muzycznym "The Sounds of Music". W librecie, którego autorem była moja mama, śpiewałam w języku angielskim górne partie – mówi. Lubi słuchać twórczości Whitney Houston, Mylène Farmer, a także Queen i Roxette.

Anna i Andrij zgodnie zaznaczają, że Łomża jest niedużym, komfortowym miejscem do życia. Małżeństwo lubi spacerować tutejszymi parkami, odwiedzać bulwary nad Narwią. Pytani o wspomnienia związane z naszym miastem, których nigdy nie zapomną, bez zastanowienia wskazują narodziny swojej córki Moniki, które są ich najważniejszym wydarzeniem w życiu. Anna myślimi wraca również do udziału w Międzynarodowym Festiwalu Muzycznym Drozdowo-Łomża, gdzie śpiewała w języku ukraińskim, występu w trakcie łomżyńskiego koncertu sylwestrowego, a także wykonania hymnu Polski w trakcie inauguracji roku akademickiego Wyższej Szkoły Agrobiznesu. - Był to dla mnie ogromny zaszczyt – podsumowuje Anna Zlagodukh.



# Nie wszyscy lubią ochronę środowiska



Okazuje się, jak dużym niezrozumieniem jest ochrona środowiska w gronie Rady Miejskiej Łomży.

Powołana w styczniu tego roku Komisja Ochrony Środowiska

od początku nie spotkała się z przychylnością wielu radnych, którzy byli przeciwni jej utworzeniu. Wcześniej sprawami szeroko pojętej ekologii zajmowała się Komisja Gospodarki Komunalnej, która ma dość duży zakres obowiązków. Na właściwe i dogłębne zajęcie się tematyką ochrony środowiska nie było czasu. Dlatego ze zdziwieniem przyjąłem wniosek o odwołanie Komisji Środowiska, pod którym podpisał się m.in. dotychczasowy przewodniczący Komisji Gospodarki Komunalnej.

Przez te kilka miesięcy wszyscy dużo się uczyliśmy. Składam podziękowanie komendantowi Straży Miejskiej i jego załodze, za zdecydowane działania między innymi w wykrywaniu źródeł zanieczyszczeń powietrza.

Skutki nikłej wiedzy i małego zainteresowania ochroną środowiska obserwujemy i odczuwamy każdego dnia.

Bardzo często odpady budowlane (folie, opakowania po farbach, klejach itp.) zakopywane są na terenie działek, gdzie powstały nowe domy jednorodzinne.

Przestańmy niszczyć ziemię ukształtowaną przez naturę na przestrzeni wieków. Obserwując budowę domów jednorodzinnych można odnieść wrażenie, że chcemy być mądrzejsi od przyrody. Niekiedy teren budowy przypomina krajobraz księżycowy lub kopalnię odkrywkową. Nie róbmy tego, nie wygramy z przyrodą. Możemy ją tylko zniszczyć.

Niezamieszkałe posesje prywatne (nawet przez krótki okres) traktowane są jak wysypiska śmieci. Również wolne tereny miejskie są zanieczyszczone. Dlaczego nie walczymy z takim postępowaniem? Czy to nas nie interesuje? Czy to nie nasze miasto? Przecież lubimy ład i porządek.

Zbliżające się Święta Bożego Narodzenia jak co roku powodują zwiększone zakupy. Starajmy się unikać zakupów w nadmiernej ilości, bo to przyczynia się do ochrony środowiska. Natomiast produkty spożywcze starajmy się kupować od producentów gwarantujących bezpieczeństwo ekologiczne. Spróbujmy powrócić do tradycyjnego wykonywania ozdób choinkowych – z drewna, papieru, słomy i innych. To okazja i przykład do wychowania dzieci w duchu ekologii.

ANDRZEJ PODSIADŁO



## Okiem mieszkańca



**Jak zapisał się na ekranach pamięci mieszkańców Łomży odchodzący 2021 rok?**

Miesiąc grudzień to taka jednostka kalendarzowa, która zamyka pewną cezurę czasową każdego roku, a dotycząca naszego życia, działalności zawodowej, społecznej i osobistej sugeruje nam abyśmy przeanalizowali ten fragment życia i odpowiedzieli na postawione sobie pytania: Czy to wszystko, co robiłem/am przyniosło oczekiwane skutki społeczne, rodzinne i osobiste?

Taka konstrukcja myślowa jest celowa i zasadna przy formułowaniu zadań na nowy rok, aby w ich gąszczu ustalić priorytety i kolejność realizacji. Można wyrazić pogląd, że przy formułowaniu zadań wszelkie procedury społeczno-konsultacyjne mają ogromne znaczenie dla społeczeństwa obywatelskiego. Trzeba także zauważyć, że miesiąc grudzień ma inną specyfikę, gdyż zamyka pewną cezurę czasową każdego roku kalendarzowego i po nim następuje większa jednostka kalendarzowa. Wielu z nas w swych refleksjach myślowych snuje pragnienie, aby ten nowy rok przyniósł nam zdrowie, radość, zadowolenie i obfitował w same pozytywne fakty i zdarzenia, które będą budowały wizję lepszego roku od tego odchodzącego.

Życzymy więc sobie wzajemnie, aby ten 2022 rok był radosny, szczęśliwy i przyniósł nam wszystkim zdrowie, bowiem jak stwierdził klasyk: "Zdrowie to jest wszystko, jak jego nie ma to wszystko jest niczym".

Wszystkiego dobrego w tym nadchodzącym Nowym Roku, aby każdemu z nas sprzyjało zdrowie, radość i pasmo obfitości w działalności zawodowej, społecznej i osobistej.

JK



## Seniorzy piszą



**Boże Narodzenie**

Dzień Narodzenia Syna Bożego przeżywamy prowadząc osobisty dialog idei naszej wiary oraz posłuszeństwa wobec Boga.

Narodzony Syn Boży inspiruje nas do szukania autorytetu, od którego chcemy się uczyć, naśladować, "pójść za nim".

Matka Boża mimo upływu dwóch tysięcy lat żyje w naszych sercach i umysłach.

Mówi do nas językiem współczesnym i rozumiałym.

W jej przekazie znajdujemy miłość, czułość i troskę o każdego człowieka.

To stanowi siłę przekazu. To nas wzmacnia.

W duchu refleksji i przemyśleń w gronie rodzinnym przy wigilijnym stole, łamiąc się opłatkiem składamy wzajemny dar miłości

i życzliwości płynący z naszych serc.

Przeżyjmy ponownie ten wspaniały wigilijny dzień, dzień nadziei, spełnienia ukrytych marzeń. Niech narodzony Syn Boży błogosławi nasz codzienny trud!

Życzę czytelnikom, koleżankom i kolegom, pracownikom administracji samorządowej Miasta Łomża oraz Redakcji biuletynu "My z Łomży", zdrowych, radosnych Świąt Bożego Narodzenia.

Do siego 2022 Roku!

SENIOR STANISŁAW KASEJA



# Awans jest w zasięgu

**Na półmetku czwartoligowych rozgrywek ŁKS 1926 Łomża wciąż liczy się w walce o awans. Tracąc jedynie punkt do liderującej Olimpii Zambrów ma realne szanse na promocję na wyższy szczebel.**

Wiosna zapowiada się szczególnie interesująco, bo zespoły znajdujące się w ligowej tabeli na miejscach 1-4 dzielą tylko dwa punkty. Jednego możemy być pewni: w drugiej części sezonu każdy zdobyty punkt będzie na wagę złota. Niewątpliwie kluczowe staną się bezpośrednie mecze z sąsiadującymi w tabeli zespołami, a pierwszy z nich podopieczni Tomasza Staniórskiego rozegrają już na inaugurację wiosennych zmagani w Zambrowie, rywalizując tam z miejscową Olimpią. Będzie to idealna okazja do rewanżu za sierpniowe starcie, gdy biało-czerwoni ulegli rywalowi 1:3.

W pewnym momencie sezonu wydawało się, że to Olimpia Zambrów jest niekwestionowanym faworytem do awansu na wyższy szczebel rozgrywkowy. Zawodnicy Tomasza Kulhawika zameldowaliby się tam po roku nieobecności. Weryfikacja przez Podlaski Związek Piłki Nożnej wyniku starcia z Orłem Kolno na walkower na rzecz rywali, a także remisy w listopadowych starciach z Czarnymi Czarna Białostocka i Ruchem Wysokie Mazowieckie pozwoliły ligowym konkurentom na zmniejszenie punktowego dystansu.

Na zajmowaną przez biało-czerwonych pozycję duży wpływ miała konsekwentna gra w obronie, ale przede wszystkim skuteczność formacji ofensywnej łomżyńskiej drużyny. Duża w tym zasługa bramkostrzelnego duetu Maćkowski-Szymański, którego łupem padło 29 ligowych trafień. Swoje strzeleckie umiejętności pokazał także Kacprzyk, który rozegrał naprawdę solidną rundę, a także... obrońca Melao. Oboje zdobyli w sumie po 7 goli.

W zespole prowadzonym przez Tomasza Staniórskiego swoje szanse otrzymywali również młodzi zawodnicy, którzy dopiero rozpoczynają swoją przygodę z seniorskim futbolem. Poza Dobrowolskim, Poredą, Kadłubowskim, Cudakiewiczem, którzy regularnie pojawiali się w pierwszej jedenastce, cenne ligowe występy odnotowywali także Korzeniecki, Kordal, Koc, Łukasik, a także Przemysław Żebrowski i symbolicznie debiutujący na ligowych boiskach Mateusz Zalewski (obaj rocznik 2005). W łomżyńskiej drużynie znaleźli się sprowadzeni latem Maćkowski,

Sokołowski, a także bramkarze – Griemza i Timashkov. Po trudnych początkach związanych z kontuzją, z dobrej strony pokazał się też Xahne-Georgio Reid.

Zanim łomżanie rozpoczęli zimową przerwę, na początku grudnia rozegrali spotkanie kontrolne z drugim zespołem występującą w ekstraklasie Wisły Płock. Nasi piłkarze osłabieni brakiem kilku zawodników z podstawowej jedenastki, ulegli liderowi mazowieckiej czwartej ligi 1:3.

- Mecze w Płocku uważam za bardzo pożyteczny. Była to okazja do sprawdzenia zawodników, którzy grali mniej jesienią, a także zweryfikowania, jak zespół funkcjonuje w nowym systemie gry, nad którym pracowaliśmy po zakończeniu ligowych rozgrywek. Jeśli chodzi o okres przygotowawczy, w większości mamy bardzo wymagających rywali. Zdajemy sobie sprawę, że to, co wypracujemy zimą, będzie rzutować na całą wiosenną rundę, a nawet rok. Jak na czwartoligowy poziom, mamy dobre warunki do pracy. Jeśli uda nam się wzmocnić kadrę, to jestem przekonany, że zrobimy kolejny krok do przodu – wskazuje szkoleniowiec ŁKS-u.

Piłkarze ŁKS-u Łomża wrócą do treningów w styczniu. W ramach przygotowań do kolejnej rundy sezonu zmierzą się między innymi z trzecioligowymi zespołami, w tym z liderującą Legionovią Legionowo. Zaplanowane sparingi będą dodatkową okazją do bliższego przyjrzenia się kandydatom do gry w łomżyńskiej drużynie.

Wiosną łomżyński zespół czeka jeszcze rywalizacja w Okręgowym Pucharze Polski. Po okazałym zwycięstwie z GKS Stawiski 14:0, w kolejnej rundzie biało-czerwoni podejmą na własnym stadionie drużynę Warmii Grajewo. Jesienią w ligowym spotkaniu górą byli łomżanie pokonując rywali 4:2.

Podsumowując rozgrywki seniorskiego ŁKS-u, warto również wspomnieć o dobrej postawie drugiej drużyny. Kierowany przez Alberta Rydzewskiego zespół na półmetku rozgrywek przewodzi w A klasie gr. 3. Kolejny Hetman Tykocin, tracący do lidera dwa punkty, ma jeszcze do rozegrania zaległe spotkanie, ale młodzi piłkarze w dotychczasowych starciach udowodnili, że na wiosnę, wzorem swoich starszych kolegów, również będą walczyć o ligową promocję.

SEBASTIAN CHRZANOWSKI

TABELA	Mecze	PKT	Z	R	P	BRAMKI
1. Olimpia Zambrów	15	38	12	2	1	60-9
<b>2. ŁKS 1926 Łomża</b>	<b>15</b>	<b>37</b>	<b>12</b>	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>61-19</b>
3. Ruch Wysokie Mazowieckie	15	36	12	1	2	42-5
4. KS Michałowo	15	36	11	3	1	38-11
5. KS Grabówka	15	27	9	0	6	35-26
6. MOSP Białystok	15	22	7	1	7	24-32
7. Tur Bielsk Podlaski	15	22	7	1	7	31-28
8. KP Wasilków	15	20	6	2	7	28-23
9. Krynianka Krynio	15	17	5	2	8	24-40
10. Warmia Grajewo	15	17	5	2	8	27-26
11. Promień Mońki	15	17	5	2	8	23-35
12. Czarni Czarna Białostocka	15	17	5	2	8	26-28
13. Orzeł Kolno	15	15	4	3	8	22-34
14. Sparta 1951 Szepietowo	15	11	3	2	10	18-41
15. Cresovia Siemiatycze	15	11	2	5	9	10-40
16. Hetman Białystok	15	1	0	1	14	5-77



# Pewne zwycięstwa siatkarek MKS-u

Dwa zwycięstwa po 3:0 w dwóch pierwszych meczach odniosły siatkarki MKS-u Łomża. Podopieczne trenera Michała Szpaka wygrały najpierw na wyjeździe z Tartakiem Płociczno, a następnie przed własną publicznością nie dały szans MKS-owi Hajnówka.

- Dziewczyny z każdym meczem czują się coraz pewniej. Brakuje im jeszcze zgrania, czasami wkrada się zbyt duże rozluźnienie i przez to niepotrzebnie tracimy punkty. Ciężko pracujemy na treningach, by poprawić niektóre elementy. Celujemy w awans do drugiej ligi i to jest dla nas priorytetem – mówi trener MKS-u Łomża Michał Szpak.

- Chcemy zbudować podstawy solidnie prosperującego klubu, który stałby się sportową wizytówką Łomży – informuje prezes siatkarskiego klubu Dariusz Wojtkowski, podkreślając, że nowo powstały projekt łomżyńskiej siatkówki zakłada przede wszystkim popularyzację tej dyscypliny wśród młodzieży szkolnej.

Kolejny mecz łomżanki rozegrają w przyszłym roku, w styczniu udadzą się na rewanż do Hajnówki.



Łomżyńskie siatkarki w meczu z MKS-em Hajnówka (fot. Grzegorz Daniluk)

GRZEGORZ DANILUK

## KONKURS NA ZDJĘCIE ŁOMŻY NOCĄ!!!

Nasza redakcyjna inicjatywa na najpiękniejsze zdjęcie Łomży w świątecznej scenerii cieszy się każdego roku dużym zainteresowaniem. Liczymy na Państwa pomysłowość również i tym razem. Najpiękniejsze fotografie zostaną opublikowane w

styczniowym numerze, a ich autorzy otrzymają pamiątkowe nagrody.

Zdjęcia mogą być wykonane zarówno profesjonalnym aparatem fotograficznym, jak i telefonem komórkowym. Liczy się przede wszystkim pomysłowość wykonania. Fotografie należy przesyłać

do dnia **7 stycznia 2022 r.** na adres mailowy: [redakcja@um.lomza.pl](mailto:redakcja@um.lomza.pl) z dopiskiem w tytule "Konkurs".

Regulamin konkursu i formularz zgłoszeniowy jest dostępny na stronie: [www.lomza.pl](http://www.lomza.pl).

### "My z Łomży" Biuletyn Informacyjny Urzędu Miejskiego w Łomży

**Wydawca:** Urząd Miejski w Łomży, Stary Rynek 14, 18-400 Łomża, tel. 86 215 67 24, e-mail: [redakcja@um.lomza.pl](mailto:redakcja@um.lomza.pl).

**Redaktor naczelny:** Grzegorz Daniluk.

**Zespół redakcyjny:** Łukasz Czech, Sylwia Marciniak, Sebastian Chrzanowski, Krzysztof Fabiszewski, Kamil Brzostowski (foto), Marta Rzepnicka (korekta).

**Skład i druk:** LIBRA-PRINT Daniel Puławski, ul. Poznańska 36, 18-400 Łomża, tel. 86 473 42 20, e-mail: [info@printing.pl](mailto:info@printing.pl).

**"My z Łomży" Biuletyn Informacyjny Urzędu Miejskiego w Łomży jest dostępny w następujących punktach:** Urząd Miejski w Łomży (Stary Rynek 14), szkoły i placówki oświatowe na terenie miasta, Park Przemysłowy Łomża (ul. Gen. Władysława Sikorskiego 166), Dzienny Dom Senior + (ul. M.C. Skłodowskiej 2), Klub Seniora MOPS (ul. Nowogrodzka 7A), Miejska Hala Targowa (ul. Gen. Władysława Sikorskiego 176A), Pływalnia Miejska nr 1 (ul. Niemcewicza 17), Park Wodny (ul. Kard. Stefana Wyszyńskiego 15), Centrum Aktywności Turystycznej i Kulturalnej "Domek Pastora" (ul. Krzywe Koło 1), Miejska Biblioteka Publiczna (ul. Długa 13), Teatr Lalki i Aktora (Plac Niepodległości 14), Miejski Dom Kultury - Dom Środowisk Twórczych (ul. Wojska Polskiego 3), Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej (ul. Dworna 23B), Państwowa Wyższa Szkoła Informatyki i Przedsiębiorczości (ul. Akademicka 14), Wyższa Szkoła Agrobiznesu (ul. Studencka 19), K1 Sklep Spożywczy (ul. Jędrzeja Śniadeckiego 2A), Sklep "Groszek" (ul. Waleriana Łukasińskiego 82), Market D-1 (ul. Gen. Władysława Sikorskiego 87), Zakład Gastronomiczny "Smaczek" (ul. Sybiraków 20, lok. 2A), sieć piekarni "Kraska", "Okruszek" i "Serafin", sieć sklepów "Alex", "Lewiatan", "Chorten" i PSS Społem, Restauracja Na Farnej (ul. Farna 9), Pierogarnia Stary Młyn (Stary Rynek 22), Szkoła Językowa LINGUO (ul. Kard. Stefana Wyszyńskiego 30), My Center (Al. Legionów 60C), Sklep Polmar (ul. Marii Skłodowskiej-Curie 2), Salon VR Łomża (ul. Polowa 16), Sklep Rybny (ul. Pocztarska 23), Fryzjer Męski Anna Sawicka (Stary Rynek 11), Usługi Szewskie Pawłowicz Zbigniew (ul. Krótka 12), Punkt Informacji Turystycznej w Łomży (Stary Rynek 6) oraz w wersji elektronicznej na stronie internetowej: [www.lomza.pl](http://www.lomza.pl).



# Mariusz Chrzanowski Prezydent Łomży zaprasza

**21-22-23 GRUDNIA 2021**  
godz. 15.00-20.00



## Kolędobus

na ulicach Łomży z kolędami i piosenkami świątecznymi

TRASA KOLĘDOBUSU:  
▶ AL.LEGIONÓW ▶ AL.PIŁSUDSKIEGO  
▶ UL.BROWARNA ▶ PL.KOŚCIUSZKI  
▶ STARY RYNEK ▶ UL.WYSZYŃSKIEGO  
▶ UL.ŚNIADECKIEGO ▶ UL.ZAWADZKA  
▶ UL.KS.ANNY ▶ UL.ZAWADZKA ▶ AL.LEGIONÓW

KOLĘDOWE MIEJSCA POSTOJÓW:  
LEGIONÓW (PARKING - ALEJA PARK) 15:00 i 17:50  
PIŁSUDSKIEGO (PARKING - JYSK) 15:15 i 18:05  
BROWARNA (PLAC ZABAW) 15:30 i 18:20  
PL.KOŚCIUSZKI (PRZYSTANEK JANTAR) 15:45 i 18:35  
STARY RYNEK (PRZYSTANEK) 16:00 i 18:50  
WYSZYŃSKIEGO (PARKING - PŁYWALNIA) 16:15 i 19:05  
ŚNIADECKIEGO (STRZELNICA) 16:35 i 19:26  
ZAWADZKA (PARKING - GALERIA ŁOMŻA) 16:50 i 19:41  
KS. ANNY (SKATE PARK) 17:06 i 19:56  
ZAWADZKA (PARKING MEDIA EXPERT) 17:20 i 20:20

**24 GRUDNIA 2021**  
godz. 9.00-12.00

ŚWIĄTECZNE POTRAWY  
WYDAWANE BĘDĄ W AUTOBUSACH MPK:

- ★ NA PLACU NIEPODLEGŁOŚCI
- ★ NA PARKINGU PRZY PARKU WODNYM (UL. WYSZYŃSKIEGO)
- ★ NA PARKINGU PRZY WYŻSZEJ SZKOLE AGROBIZNESU (UL. STUDENCKA)

Ze względu na sytuację epidemiczną  
wszystkie potrawy wydawane będą tylko i wyłącznie  
na wynos z zachowaniem obowiązującego reżimu sanitarnego.



## Wigilijny Stół

odbiór posiłków wigilijnych

Organizatorzy:



Zasmakuj  
w Łomży



Pomoc i wsparcie:



ZSTIO Nr 4  
w Łomży