



My z Łomży

Biuletyn Informacyjny Urzędu Miejskiego w Łomży

EGZEMPLARZ BEZPŁATNY / sierpień 2022



W NUMERZE M.IN.:

ŚWIĘTO WOJSKA POLSKIEGO W ŁOMŻY

STR. 3

**WYWIAD Z ARTUREM DUDĄ, PREZESEM PODLASKIEGO
FUNDUSZU ROZWOJU**

STR. 10

**ŁOMŻANIN W KRAJOWEJ CZOŁÓWCE
STREET WORKOUT**

STR. 19

Szanowni Mieszkańcy, Drodzy Czytelnicy!

Sierpniowe wydanie Biuletynu Informacyjnego „My z Łomży” zaczynamy od łomżyńskich obchodów Święta Wojska Polskiego. A te jak wiadomo obfitowały w szereg atrakcyjnych wydarzeń. Było składanie kwiatów, piknik militarny w Parku JP 2 czy koncert patriotyczny w Filharmonii Kameralnej. Swoje święto obchodził również 18. Łomżyński Pułk Logistyczny im. gen. bryg. Mariana Raganowicza.

„Lato – Muzyka – Zabawa”, czyli trzy w jednym na muszli koncertowej przy ul. Zjazd, gdzie po kilku latach znów zawitała „Wakacyjna Trasa Dwójki”. Kilkanaście tysięcy osób bawiło się w rytm znanych i lubianych przebojów disco i folk, a całość prosto z Łomży transmitowała Telewizja Polska.

Rzucimy też okiem na największe miejskie inwestycje, które nabierają coraz bardziej realnych kształtów. Zrewitalizowany Stary Rynek już za ponad miesiąc powinien zostać oddany do użytku. Pełną parą idą także remonty Bursy Szkolnej nr 2 oraz kamienicy przy ul. Polowej 65.

Miliony na łomżyńską oświatę! Nowocze-

sne komputery, monitory oraz tablice interaktywne trafiły do szkół, które biorą udział w projekcie realizowanym przez Miasto Łomża. Dzięki niemu możliwa była również organizacja dodatkowych zajęć wyrównawczych i rozwijających.

W wywiadzie miesiąca proponujemy ciękawie spotkanie z Arturem Dudą, prezesem Podlaskiego Funduszu Rozwoju, który opowie o działalności tej spółki oraz wsparciu z jakiego mogą skorzystać lokalni przedsiębiorcy.

Piszemy również o kolejnym przedsięwzięciu na mapie łomżyńskiego biznesu, czyli nowym centrum logistycznym, które w przyszłym roku planuje wybudować w Łomży międzynarodowa firma transportowa. To oznacza nowe miejsca pracy dla mieszkańców.

Podsumowujemy pierwszy miesiąc funkcjonowania Łomżyńskiej Komunikacji Rowowej. Ze statystyk wynika, że miejskie jednoślady cieszą się niesłabnącą popularnością. W ciągu zaledwie trzydziestu dni ŁoKeR-y były wypożyczane już ponad 3,2 tys. razy!

Energetyczne koncerty w różnych stylach muzycznych oraz teatralne poranki dla najmłodszych – tak wyglądały dwa wakacyjne tygodnie w Łomży. Wszystko w ramach spotkań Cafe Kultura, zorganizowanych przez Miejski Dom Kultury – Dom Środowisk Twórczych.

Lato to okres wzmożonego zapotrzebowania na krew. Przeczytacie Państwo o tym bezcennym płynie i jego niesamowitych właściwościach. W tematach zdrowotnych tradycyjnie wypowie się również nasz dyżurny ekspert dr Kazimierz Bandzul, który tym razem będzie ostrzegał przed groźnymi kleszczami.

O tym, że ciężka praca popłaca wie Filip Tyborowski. Młody łomżanin znalazł się w czołówce najlepszych kalisteników (street workout) w kraju. Ciężko trenują również piłkarze ŁKS-u 1926 Łomża. Przed nowym sezonem w klubie doszło do sporych zmian, cel jednak pozostał niezmienny: jak najszybszy awans do wyższej klasy rozgrywkowej.

Życzymy miłej lektury
Redakcja

„Nie ma rzeczy cenniejszej nad wolność i nasze bezpieczeństwo”

Tytułowe hasło przewijało się w wypowiedziach wszystkich uczestników tradycyjnego spotkania w Ratuszu władz Miasta Łomża i Powiatu Łomżyńskiego z dowódcami jednostek wojskowych stacjonujących w naszym mieście. Poprzedziło je złożenie kwiatów przed tablicą Marszałka Józefa Piłsudskiego, znajdującą się na Domku Pastora, inaugurując w ten sposób łomżyńskie obchody Święta Wojska Polskiego.

Zastępca prezydenta Łomży Andrzej Garlicki przypomniał, że organizowane cyklicznie spotkanie w przededniu Święta Wojska Polskiego jest okazją do wymiany doświadczeń, informacji i poglądów na temat sytuacji geopolitycznej, ale też potrzeb żołnierzy i rozwoju wojska w naszym mieście i powiecie.

- Cieszy nas niezmiennie, że jednostka wojskowa w Łomży intensywnie się rozwija, zarówno kadrowo, osobowo, jak i infrastrukturalnie. Dziękuję wszystkim żołnierzom za codzienną dyspozycyjność, odwagę służenia Polsce i społeczeństwu, a także wspieranie lokalnego samorządu swoimi działaniami – mówił wiceprezydent.

Zadowolona z okazywanej żołnierzom

sympatii oraz otwartości na współpracę władz miasta i powiatu nie ukrywał zastępca dowódcy 18. Łomżyńskiego Pułku Logistycznego ppłk Krzysztof Rabek.

- Czujemy się pułkiem społeczeństwa łomżyńskiego i z dumą kultywujemy tradycje 33. Pułku Piechoty oraz nosimy imię gen. bryg. Mariana Raganowicza. Obchody świąt państwowych, w których bierzemy udział, są lekcją historii dla nas wszystkich, zaś ludzie, którzy w nich uczestniczą przypominają sobie te wydarzenia, nazwiska i postacie, dzięki którym my dziś możemy żyć w wolnej ojczyźnie – podkreślał ppłk Rabek.



Spotkanie władz miasta i powiatu z dowódcami jednostek wojskowych stacjonujących w Łomży (fot. Łukasz Czech)

Dodał, że etap formowania pułku dobiega już końca, zaś cywile zapewne dostrzegają, że na terenie jednostki przy Al. Legionów 133 zachodzą duże zmiany, które mają ułatwić „osiągnięcie przewidzianych dla niej zdolności”.

ŁUKASZ CZECH

Było wojskowo i rodzinnie

Piknik militarny „Wojsko na swojsko” odbył się 15 sierpnia w Parku Jana Pawła II – Papieża Pielgrzyma. Wydarzenie zostało zorganizowane przez Miasto Łomża, 18. Łomżyński Pułk Logistyczny, Wojskowe Centrum Rekrutacji w Łomży i 1. Podlaską Brygadę Obrony Terytorialnej z okazji Święta Wojska Polskiego. Na licznie przybyłych mieszkańców czekało wiele atrakcji.



Dużym zainteresowaniem cieszyły się pojazdy wojskowe (fot. Łukasz Czech)

Piknik rozpoczął podsekretarz stanu w Ministerstwie Obrony Narodowej Michał Wiśniewski, który namawiał do zapoznania się z tym, czym armia jest i czym w dzisiejszych czasach się zajmuje.

- *Wojsko to nie tylko logistyka, artyleria czy lotnictwo, ale to również informatyka i cyberbezpieczeństwo* – mówił, zachęcając młodych ludzi do wstępowania w szeregi polskich sił zbrojnych.

Wiśniewski odczytał także list od Ministra Obrony Narodowej Mariusza Błaszczaka, w którym podkreślał, że „polska armia musi być liczna i silna, nowoczesna i sprawnie dowodzona”, dlatego priorytetowym zadaniem jest zwiększenie liczebno-

ści sił zbrojnych i ich głęboka modernizacja techniczna.

W imieniu prezydenta Łomży Mariusza Chrzanowskiego głos zabrał jego zastępca Andrzej Stypułkowski, który życzył „dobrze zorganizowanej i świetnie wyszkolonej armii, doskonale wyposażonej i mądrze dowodzonej”, abyśmy wszyscy czuli się bezpiecznie i mieli zagwarantowany pokój. Wiceprezydent podziękował również żołnierzom i ich rodzinom oraz weteranom i kombatantom za

wkład w pokój i bezpieczeństwo.

W trakcie kilkugodzinnego wydarzenia mieszkańcy Łomży i regionu mogli z bliska obejrzeć sprzęt wojskowy, przejść błyskawiczny kurs musztry żołnierskiej, czy rozruch fizyczny. Były także militarne gry i zabawy oraz quiz wiedzy. Dla dzieci i młodzieży przygotowano saperski tor przeszkód, strzelanie z łuków, ściankę wspinaczkową, stoisko konstrukcyjne wojskowych klocków Cobi, sposoby maskowania oraz trenażer nauki strzelania z karabinka szturmowego.

Nie zabrakło oczywiście żołnierskiej grochówki, a w kinie frontowym wyświetlony został film pt. „Wyklęty”. Wystąpiła



W trakcie pikniku nie zabrakło atrakcji dla najmłodszych (fot. Łukasz Czech)



Sprzęt wojskowy był na wyciągnięcie ręki (fot. Łukasz Czech)

ponadto orkiestra wojskowa z pokazem musztry paradnej, a najpiękniejsze polskie pieśni patriotyczne wykonały solistki Studia Wokalnego eMDeK: Oliwia Szmitko, Kinga Kossakowska i Kinga Chłudzińska oraz szeregowy Tomasz Wiśniewski z 18. Łomżyńskiego Pułku Logistycznego.

W namiocie Wojskowego Centrum Rekrutacji można było zapoznać się z warunkami pełnienia oraz rekrutacji do służby wojskowej.

ŁUKASZ CZECH

Oddali hołd bohaterom z 1920 roku

Tradycyjnym złożeniem kwiatów przed pomnikiem żołnierzy 33. Pułku Piechoty na Placu Jana Pawła II oddano 15 sierpnia hołd wszystkim żołnierzom walczącym na przestrzeni wieków o wolną i niepodległą Polskę. Święto Wojska Polskiego, ustanowiono na pamiątkę zwycięskiej Bitwy Warszawskiej stoczonej podczas wojny polsko-bolszewickiej w 1920 roku.



Uroczystości przed pomnikiem 33. Pułku Piechoty na Placu Jana Pawła II (fot. Łukasz Czech)

W imieniu mieszkańców Łomży kwiaty złożył zastępca prezydenta Andrzej Stypułkowski. W uroczystości udział wzięli rów-

nież m.in. sekretarz stanu w Ministerstwie Rolnictwa i Rozwoju Wsi Lech Kołakowski, senator Marek Komorowski, wicestarosta Maria Dziekońska. Były również delegacje wojska i innych służb mundurowych, harcerzy, radnych Rady Miejskiej, różnych instytucji, organizacji i stowarzyszeń.

Następnie z udziałem kompanii honorowej Wojska Polskiego oraz pocztów sztandarowych odprawiona została w Katedrze Łomżyńskiej Msza święta w intencji Ojczyzny i Żołnierzy Wojska Polskiego.

ŁUKASZ CZECH



Święto 18. Łomżyńskiego Pułku Logistycznego im. gen. bryg. Mariana Raganowicza odbyło się na Pl. Niepodległości w Łomży (fot. Łukasz Czech)

Na Placu Niepodległości w Łomży odbył się uroczysty apel z okazji święta 18. Łomżyńskiego Pułku Logistycznego im. gen. bryg. Mariana Raganowicza. W jego trakcie przekazane zostały proporce rozpoznawcze dowódcy pułku oraz dowódców jego pododdziałów. Uroczystość była także okazją do wręczenia awansów, odznaczeń i wyróżnień.

W okolicznościowym przemówieniu pułkownik Paweł Gałązka, przypomniał, że dowodzony przez niego 18. Łomżyński Pułk Logistyczny, wchodzący w skład 18. Dywizji Zmechanizowanej im. gen. broni Tadeusza Buka, rozpoczął funkcjonowanie w naszym mieście w 2019 roku.

- Dziś możemy być dumni z tego co udało się dokonać w tak krótkim czasie. Nasz pułk

czynny udział w edukacji młodzieży lokalnej, prowadząc zajęcia teoretyczne i praktyczne w szkołach. Nazwa naszego pułku jest rozpoznawalna na arenie krajowej i międzynarodowej. Jest on synonimem solidności, jakości, charakteru i nowoczesnego wizerunku polskich sił zbrojnych – mówił dowódca, dziękując żołnierzom i pracownikom cywilnym pułku za ich zaangażowanie w służbę i pracę na rzecz ojczyzny.

Nawiązując do historii płk Gałązka podkreślił, że dowodzony przez niego pułk decyzją Ministra Obrony Narodowej przejął i z honorem kultywuje tradycje 33. Pułku Piechoty.

- To w łomżyńskich koszarach w latach 1917-1918 znajdował się obóz z internowanymi legionistami marszałka Józefa Piłsudskiego. W latach 1918-1919 na bazie Polskiej Organizacji Wojskowej oraz przybyłej kadry

wojskowej z różnych zaborczych armii związał się 33. Pułk Piechoty, który ruszył pod chorągwią ufundowaną przez społeczeństwo Ziemi Łomżyńskiej na kierunek litewsko-białoruski walczyć w obronie odradzającego się po 123 latach niewoli państwa polskiego. (...) To tutaj kapitan Raganowicz z żołnierzami 3. Batalionu Zapasowego, mieszkańcami Łomży i okolicznych miejscowości w 1920 roku dzielnie bronił fortów piątnickich i Łomży przed nawałą bolszewicką kierującą się na Warszawę. Jak mawiał marszałek Piłsudski, nie byłoby „cudu nad Wisłą”, żeby nie było „cudu nad Narwią”. Następnie w przededniu Święta Najświętszej Marii Panny dzielny dowódca 33. Pułku Piechoty, pułkownik Jerzy Sawa-Sawicki, podjął się scalenia resztek pododdziału i innych jednostek i stoczył zwycięską bitwę na przedpolach Warszawy – mówił pułkownik. Podziękował również zaprzyjaźnionym oddziałom NATO, które były obecne na uroczystości wyrażając nadzieję na dalszy rozwój współpracy.

ŁUKASZ CZECH

Uroczystości wojskowe przy żołnierskich mogiłach

Na cmentarzu przy ul. Mikołaja Kopernika, przy mogiłach obrońców Łomży poległych w wojnie polsko-rosyjskiej w 1920 roku odbył się Apel Pamięci. W trakcie uroczystości poświęcono i oficjalnie odsłonięto nagrobek weterana walk o wolność i niepodległość Polski, majora piechoty Gwido Mieczysława Bursy, który został odbudowany staraniem Instytutu Pamięci Narodowej i Towarzystwa Przyjaciół Ziemi Łomżyńskiej. Złożono również kwiaty i zapalono znicze na grobach gen. Mariana Raganowicza i płka Jerzego Sawy Sawickiego oraz mogiłach żołnierskich.

ŁUKASZ CZECH

Apel Pamięci miał na celu przypomnienie wysiłku zbrojnego żołnierza polskiego i uczczenie poległych ofiar w walce o niepodległość naszej Rzeczypospolitej Polskiej.

- Jesteśmy spadkobiercami tradycji 33. Pułku Piechoty i naszym obowiązkiem jest pamiętać i czcić pamięć poległych żołnierzy, bo to oni w roku 1920 i 1939 bronili niepodległej naszej ojczyzny. Przybywamy tu ze sztandarem pułkowym, kompanią i asystą honorową na groby bohaterów, by

pochylić głowę, oddać cześć i honor przed tymi, którzy walcząc o wolność i niepodległość ojczyzny oddali za nią życie – mówił płk Paweł Gałązka, dowódca 18. Łomżyńskiego Pułku Logistycznego, podkreślając, że historia pokazuje nam, iż bohaterowie są potrzebni w każdym czasie naszego istnienia – zarówno podczas walk o niepodległość, jak i podczas pokoju i możemy od nich się uczyć, jak dbać o wolność ojczyzny.



Apel Pamięci na łomżyńskiej nekropolii (fot. Łukasz Czech)

Wakacyjna Trasa Dwójki w Łomży. Promocja miasta przy niewielkich wydatkach

Muszla koncertowa przy ul. Zjazd wypełniona niemal do ostatniego miejsca, do tego miliony widzów przed telewizorami. Całość kosztowała Miasto Łomża jedynie kilkadziesiąt tysięcy złotych, bo resztę – 250 tys. zł dorzucił samorząd Województwa Podlaskiego oraz sponsorzy.

To był wyjątkowo gorący wieczór. Łomżyńską publiczność rozgrzały największe przeboje Zenka Martyniuka, Michała Wiśniewskiego, zespołów Bayer Full i Defis, w rytmie folk zagrała Kapela Pieczarki oraz Krywań.

Łomża znalazła się na mapie dziesięciu miast w kraju Wakacyjnej Trasy Dwójki. To niewątpliwy prestiż, ale i ogromna promocja grodu nad Narwią, który oprócz transmisji koncertu był pokazywany w wejściach w TVP Info, Pytaniu na Śniadanie, była też relacja w głównym wydaniu Wiadomości.

Wydatki poniesione przez Miasto Łomża nie są duże jak na taką skalę przedsięwzięcia.

- Ponad 13 tys. zł kosztowało zabezpieczenie imprezy na terenie muszli koncertowej, do tego dochodzą koszty zakupu energii elektrycznej płatne według ryczałtu dostawcy. Kwotę 50 tys. zł na kampanię edukacyjno-informacyjną i emisję zwiastunów muzycznego wydarzenia wraz z informacją o mieście przekazał Miejski Dom Kultury – Dom Środowisk Twórczych – informuje Kornelia Duda, naczelnik Wydziału Kultury, Sportu i Inicjatyw Społecznych.

Okazuje się, że inne samorządy muszą płacić niemałe środki, aby ich mieszkańcy mogli obejrzeć gwiazdy muzyczne. Jak poin-



Łomżyńska publiczność dopisała (fot. Kamil Brzostowski)



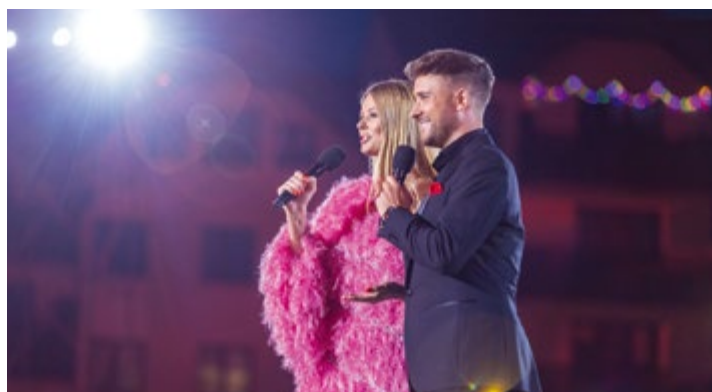
Jedną z gwiazd był Zenon Martyniuk (fot. Kamil Brzostowski)

formowała Gazeta Wrocławska, do paradoksalnej sytuacji doszło w stolicy Dolnego Śląska, gdzie pod koniec lipca odbywał się koncert Dawida Podsiadło. Mimo znakomitej frekwencji – koncert na stadionie obejrzało ponad 40 tys. osób – miasto ma dopłacić do imprezy około 2 mln zł. Po odliczeniu zysków z biletów kwota ta ma się pomniejszyć, jednak nie wiadomo jeszcze o ile.

GRZEGORZ DANILUK



Łomżyńskiej publiczności przypomniał się Michał Wiśniewski (fot. Kamil Brzostowski)



Imprezę w Łomży poprowadzili Małgorzata Tomaszewska i Aleksander Sikora (fot. Kamil Brzostowski)

Prace na Starym Rynku idą pełną parą

Widać już znaczący postęp rewitalizacji płyty Starego Rynku. Obecnie wykonywane są prace nawierzchniowe, roboty związane z technologią fontanny i przy wyeksponowaniu reliktów. Część z nich wymaga prowadzenia na fragmencie jezdni, co ze względu na wąską zabudowę oraz duże natężenie ruchu kołowego i pieszego spowodowało konieczność połówkowego jej zamknięcia dla ruchu pojazdów na odcinku od ul. Senatorskiej do ul. Woziwodzkiej, z jego sterowaniem przy pomocy sygnalizacji świetlnej. Utrudnienia potrwać do końca sierpnia.

Prowadzona rewitalizacja obejmuje w szczególności wykonanie nawierzchni placu na rynku, okładzin kamiennych schodów terenowych, dokończenie budowy fontanny jako formy wodnej ze słupami wody i kaskadami oraz nasadzenia zieleni. Wykonywana jest nadbudowa murowanej studni oraz wyeksponowanie części kondygnacji piwnicznej zabytkowego ratusza w formie skansenu archeologicznego. Zakończono większość podziemnych robót towarzyszących, w tym m.in. sanitarne, elektryczne czy dotyczące instalacji telekomunikacyjnych.

- Zaawansowanie prac szacujemy na



Prace na Starym rynku wkraczają w coraz bardziej zaawansowany etap (fot. Łukasz Czech)

ponad 50 procent. Do końca września wykonawca powinien uporać się z większością z nich, zaś późną jesienią zostanie posadzonych piętnaście klonów pospolitych kulistych o wysokości ok. 5 m i obwodzie pnia 28-31 cm – informuje Lech Dobrowolski, naczelnik Wydziału Inwestycji i Funduszy Zewnętrznych Urzędu Miejskiego w Łomży.

Wiosną planowane jest ustawienie elementów małej architektury z niską zielenią. Po zakończeniu wszystkich prac łomżyński Stary Rynek standardem swego wyglądu nie będzie odbiegał od najciekawszych

polskich starówek we Wrocławiu, Kazimierzu Dolnym czy Toruniu.

Inwestycja prowadzona jest w ramach zadania pn. „Projekt Kultura – kontynuacja rewitalizacji Starego Rynku w Łomży”, współfinansowanego przez Unię Europejską z Europejskiego Funduszu Rozwoju Regionalnego w ramach Regionalnego Programu Operacyjnego Województwa Podlaskiego na lata 2014-2020.

ŁUKASZ CZECH

Miasto remontuje kamienice

Siedemnaście lokali mieszkalnych powstanie w kamienicy przy ul. Polowej 65 w Łomży. Inwestycja jest realizowana z bezzwrotnym wsparciem budownictwa z Funduszu Doplát Banku Gospodarstwa Krajowego.

Budynek przy ul. Polowej 65 został wykwatrowany kilka lat temu i od dłuższego czasu czekał na remont. W ramach przedsięwzięcia zostaną wykonane m.in.: roboty rozbiórkowe i demontażowe, budowlane, sanitarne, w tym montaż paneli słonecznych, elektryczne, drogowe oraz elementy małej architektury i zieleni. Zadanie rozpoczęto w grudniu 2021 r. i potrwa ono do stycznia 2023 r. Dotych-



Kamienica przy ul. Polowej 65, widok od strony podwórka (fot. Łukasz Czech)

czas wykonano prace rozbiórkowe, podbicie fundamentów, wymurowano ściany nośne, biegi schodowe i większość stropów. Aktualnie rozpoczęto montaż stropów prefabrykowanych nad ostatnią kondygnacją, wewnątrz trwają prace

przy wznoszeniu ścianek działowych w poszczególnych mieszkaniach, sukcesywnie wykonywany jest również szyb windowy, wkrótce rozpocznie się też osuszanie ścian piwnic. Realizacja tej inwestycji przyczyni się do tego, że kolejne osoby potrzebujące z terenu naszego miasta otrzymają mieszkanie komunalne.

Wartość całkowita inwestycji wynosi 6 mln 680 tys. zł. Zdecydowana większość tej kwoty to dofinansowanie w wysokości 4.496.968,53 zł, zaś pozostałe środki zostały wygospodarowane w budżecie miasta.

Warto przypomnieć, że w 2020 roku przeprowadzono termomodernizację zabytkowej kamienicy przy ul. Wojska Polskiego 15/17 z finansowym wsparciem Regionalnego Programu Operacyjnego Województwa Podlaskiego. Prowadzone są także negocjacje z Bankiem Gospodarstwa Krajowego odnośnie dofinansowania remontu kamienicy przy ul. Polowej 19.

ŁUKASZ CZECH

Trwa remont bursy przy ul. Stacha Konwy

Jedną z większych obecnie realizowanych inwestycji w Łomży, jest przebudowa i rozbudowa budynku Bursy Szkolnej nr 2 oraz zagospodarowanie terenu wraz z niezbędną infrastrukturą. Realizacja tego przedsięwzięcia jest o tyle specyficzna, że większość prac musi być wykonana w okresie wakacji i ferii zimowych, tak by nie zakłócać funkcjonowania tej placówki w roku szkolnym, kiedy przebywa w niej młodzież.

Bursa Szkolna nr 2 zlokalizowana jest przy Bul. Stacha Konwy 13. Budynek powstał w 1956 roku jako internat Zespołu Szkół Drzewnych. W 1977 roku został przekształcony w Bursę Szkolnictwa Zawodowego, a od 1982 roku mieści się w nim Bursa Szkolna nr 2. Posiada ona 220 miejsc. Na co dzień mieszkają tam uczniowie łomżyńskich szkół ponadpodstawowych, pochodzący nawet z Warszawy i okolic Suwałk. W placówce pracuje 14 pedagogów i 13 osób na stanowiskach niepedagogicznych.

Rozpoczęcie robót budowlanych nastąpiło w czerwcu 2021 r. - Celem przedsię-

wzięcia jest rozszerzenie zakresu użytkowego obiektu oraz poprawa jego stanu technicznego. Co ważne, po remoncie poprawi się dostępność placówki dla osób z niepełnosprawnościami, gdyż widzimy coraz większe potrzeby w tym zakresie – informuje odpowiedzialny za sprawy edukacyjne w mieście zastępca prezydenta Andrzej Stypułkowski.

- Dotychczas wymieniono stolarkę okienną w budynku i instalację centralnego ogrzewania oraz wykonano sufity podwieszone na korytarzach, jak również wyremontowano pokoje mieszkalne w połowie

budynku. Ocieplono strop poddasza nieużytkowego wełną mineralną wraz z zabezpieczeniem przeciwpożarowym konstrukcji więźby dachowej oraz pogłębiono pomieszczenia piwnic budynku wraz z wykonaniem izolacji przeciwwilgociowej. Aktualnie trwają roboty sanitarne, elektryczne i wykończeniowe w pozostałej części mieszkalnej. Po tym sezonie do wykonania pozostanie część administracyjna, stołówka, klatki schodowe, dobudowanie windy zewnętrznej oraz zagospodarowanie terenu wokół budynku. Jeszcze w tym sezonie rozpocznie się ocieplanie budynku – informuje odpowiedzialny za inwestycje zastępca prezydenta Andrzej Garlicki.

Zakończenie prac zgodnie z podpisaną umową przewidywane jest do 31 sierpnia 2023 r., a całkowity koszt wykonania inwestycji wynosi prawie 6,5 mln zł. Niespełna pół miliona złotych pochodzi z Państwowego Funduszu Rehabilitacji Osób Niepełnosprawnych (PFRON), zaś pozostała część to środki własne budżetu Miasta Łomża.

ŁUKASZ CZECH

Milionowe wsparcie dla łomżyńskich szkół

Łomżyńskie placówki oświatowe wzbogaciły się o nowy sprzęt. Do szkół trafiły nowoczesne komputery i tablice interaktywne. W minionym roku szkolnym odbywały się również dodatkowe zajęcia pozalekcyjne. Wszystko to, w ramach realizowanego przez Miasto Łomża projektu pn. „Podniesienie jakości kształcenia w placówkach kształcenia ogólnego w Łomży” finansowanego ze środków Regionalnego Programu Operacyjnego Województwa Podlaskiego na lata 2014/2020. Wartość całego zadania wynosi ponad 3,7 mln zł.

W projekcie pn. „Podniesienie jakości kształcenia w placówkach kształcenia ogólnego w Łomży” udział biorą szkoły podstawowe nr: 1, 4, 5, 7, 9, 10, a także III Liceum Ogólnokształcące i Zespół Szkół Specjalnych.

Dzięki unijnej dotacji placówki oświatowe zostały wyposażone w sprzęt TIK i pomoce dydaktyczne takie jak: zestawy komputerowe, monitory oraz tablice interaktywne. Wartość tego zadania opiewa na kwotę 1.165.003,70 zł. Za 544.646,20 zł w szkołach organizowane są dodatkowe zajęcia wyrównawcze z języków obcych, przedmiotów matematyczno-przyrodniczych, a 628.804,60 zł zostało

przeznaczonych na lekcje rozwijające zainteresowania i uzdolnienia uczniów z języków obcych, matematyki oraz kompetencji informatycznych.

W ramach projektu zaplanowano ponadto dodatkowe zajęcia rozwijające zainteresowania z przedmiotów przyrodniczych, na które przeznaczono 497.943,20 zł oraz podniesienie kompetencji zawodowych nauczycieli w obszarze korzystania TIK w nauczaniu oraz nauczania przedmiotów matematyczno-przyrodniczych metodą eksperymentu za 18.720 zł.

Kolejne projektowe zadania to: wsparcie w zakresie indywidualizacji pracy z uczniem ze specjalnymi potrzebami,

edukacyjne zajęcia dla uczniów i doposażenie w pomoce dydaktyczne na co wydatkowane będzie 331.961,40 zł oraz wsparcie indywidualizacji pracy z uczniem ze specjalnymi potrzebami i przygotowanie nauczycieli do procesu indywidualizacji pracy z uczniem SPE za kwotę 44.700 zł. Na kompleksowy program wspomagający w zakresie indywidualizacji w pracy z uczniami SPE z niepełnosprawnością szkoły specjalnej przeznaczonych zostanie 193.014,80 zł, a 310.000,00 zł w postaci stypendiów trafi do uczniów ze szczególnymi uzdolnieniami.

SYLWIA MARCINIAK



Nowoczesna pracownia językowa w Szkole Podstawowej nr 4 (fot. SP 4 Łomża)

Nowe centrum logistyczne będzie impulsem dla nowych przedsiębiorców w Łomży

Nowoczesny i samodzielny obiekt logistyczny przy ul. Ciepłej w Łomży zamierza w przyszłym roku wybudować Grupa Raben. Za teren o powierzchni prawie 2,5 ha, zakupiony od Miasta Łomża w przetargu w ubiegłym roku, zapłaciła ponad 3,5 mln zł netto. Realizacja inwestycji będzie wiązała się z zatrudnieniem nowych pracowników oraz nawiązaniem współpracy z podmiotami świadczącymi usługi transportowe.

Sprzedana nieruchomość zajęła I miejsce w województwie podlaskim w IX edycji Ogólnopolskiego Konkursu „Grunť na medal 2021”, zorganizowanym przez PolskĄ Agencję Inwestycji i Handlu.

- Rozwijanie swojej działalności w naszym mieście przez tak potężny i rozpoznawalny podmiot, jakim jest Grupa Raben, w niedalekiej przyszłości powinno zaowocować przyływem kolejnych, dużych inwestorów na naszym terenie. Pokazuje to, że w Łomży warto lokować swoje biznesy, a bliskość stolicy kraju

i wschodniej granicy państwa oraz przebieg trasy Via Baltica i plany budowy szybkiej kolei, jak również niższe niż w pobliżu dużych miast koszty pracy, sprzyjają inwestowaniu w „grodzie nad Narwią” – mówi zastępca prezydenta Andrzej Garlicki. Dodaje, że wprawdzie samorząd Łomży nie dysponuje już własnymi dużymi terenami inwestycyjnymi, ale opracowany przez władze miasta i przyjęty w 2020 roku Miejskowy Plan Zagospodarowania Przestrzennego, w rejonie ul. Meblowej i Wojska Polskiego pozwolił otworzyć takowe na prywatnych działkach o łącznej powierzchni 220 ha, tworząc Łomżyńską Strefę Inwestycji.

W Łomży od kilku lat swoją działalność prowadzi Fresh Logistics Polska, będąca częścią Grupy Raben. Firma świadczy usługi dystrybucji krajowej i międzynarodowej oraz magazynowania produktów świeżych, zawsze stawiając na jakość i bezpieczeństwo żywności.

- Spółka posiada ponad 20 lat doświadczenia, dysponuje 55 tys. m.kw. powierzchni magazynowej z temperaturą kontrolowaną, 550 środkami transportu, 8 nowoczesnymi



Teren, na którym powstanie nowoczesne centrum logistyczne produktów przechowywanych w temperaturze kontrolowanej (fot. archiwum UMŁ)

centrami dystrybucyjnymi obsługującymi ponad 1 milion przesyłek rocznie. Stawiamy na zaawansowane systemy IT i ciągłe doskonalenie procesów w oparciu o lean management, a w ramach programu „Better Everyday” inicjujemy wiele projektów optymalizacyjnych, z korzyścią dla wszystkich podmiotów biorących udział w łańcuchu dostaw – informuje Ewa Chwiłkowska, Fresh Logistics Brand Manager, podkreślając, że firmę tworzy zgrany zespół 700 pracowników, pełnych energii i pasji do logistyki.

Na zakupionej w Łomży nieruchomości Grupa Raben w 2023 roku planuje budowę obiektu logistycznego z nowoczesną infrastrukturą, który wyznacza standardy rynkowe efektywności energetycznej i zeroemisyjności dla nieruchomości logistycznych. Będzie on gotowy do świadczenia kompleksowych usług logistycznych w temperaturze kontrolowanej (od 0°C do +6°C) tj. dystrybucji, magazynowania, usług dodatkowych takich jak konfekcjonowanie czy ekstraserwis (np. tworzenie zestawów promocyjnych).

- Chętnie rozszerzymy współpracę z dotychczasowymi klientami i partnerami oraz nawiążemy nową współpracę w zakresie usług jakie oferujemy – przekazuje Ewa Chwiłkowska, zachęcając wszystkich zainteresowanych współpracą do kontaktu z Regionalnym Menedżerem ds. Sprzedaży (Robert Kozak, kom. 603 305 595).

Podkreśla również, że nieustannie rozbudowywany jest zespół pracowników w Łomży, dlatego warto na bieżąco śledzić ogłoszenia rekrutacyjne, publikowane na stronie internetowej <https://polska.raben-group.com/kariera>.

- Będziemy poszukiwać nowych pracowników jeszcze przed zakończeniem projektu, a po uruchomieniu nowego obiektu spodziewamy się dalszych potrzeb rekrutacyjnych, zarówno

w zakresie pracowników biurowych do działu obsługi klienta, działu transportu i działu administracji magazynu oraz pracowników magazynowych, jak również podwykonawców świadczących usługi transportowe – informuje Fresh Logistics Brand Manager.

Warto dodać, że Grupa Raben została uhonorowana nagrodą Inwestor bez Granic podczas XIV Europejskiego Kongresu Gospodarczego, który odbył się wiosną tego roku w Katowicach. Posiada ona ponad 90-letnią historię o holenderskim rodowodzie, a na swoją siedzibę główną wybrała Polskę i jest obecna na 15 europejskich rynkach, dziennie oferując ponad 550 połączeń międzynarodowych. Należąca do niej spółka Fresh Logistics Polska obecnie posiada w naszym kraju sieć 8 oddziałów. Oprócz Łomży są one zlokalizowane w Gądkach, Gliwicach, Grodzisku Mazowieckim, Lublinie, Szczecinie, Wojanowie i Wrocławiu.

ŁUKASZ CZECH

Jak mieszkańcy korzystają z ŁoKeR-a?

Za nami pierwszy miesiąc funkcjonowania Łomżyńskiej Komunikacji Rowerowej. To czas na podsumowanie popularności systemu roweru miejskiego, którego obsługę zapewnia Nextbike Polska w ramach projektu pn. „Zrównoważona mobilność miejska w Łomży”.



ŁoKeR-y cieszą się dużą popularnością (fot. Łukasz Czech)

Z Łomżyńskiej Komunikacji Rowerowej mieszkańcy mogą korzystać od 7 lipca. W tym czasie w systemie zarejestrowały się 694 osoby, z czego najwięcej, bo ponad sto, pierwszego dnia. Drugi pod tym względem był 10 lipca, kiedy miała miejsce oficjalna inauguracja. Zarejestrowało się wówczas 80 osób. W pozostałe dni dobową rejestrację wyniosła od kilku do nawet 40 nowych użytkowników.

Do 7 sierpnia rowery były wypożyczane prawie 3200 razy. Z tradycyjnych jednośladów skorzystano 2141 razy. Najokazalej pod tym względem wyglądały niedziele 10 i 17 lipca, kiedy odnotowano odpowiednio 107 i 106 wypożyczeń. Powyżej 90 na dobę było w dniach 19, 25, 29 lipca oraz 2 i 7 sierpnia. Najmniejszą popularnością tradycyjne ŁoKeR-y cieszyły się 12 lipca, kiedy było tylko 6 wypożyczeń. Niezbyt atrakcyjna była też deszczowa sobota 6 sierpnia, kiedy z jednośladów skorzystano 33 razy. Rowery elektryczne były w użyciu 1056 razy, co stanowi 1/3 wszystkich wypożyczeń. Największą popularnością cieszyły się one 10 lipca (85 wypożyczeń), 24 lipca (61) i 17 lipca (45). Podobnie jak w przypadku roweru tradycyjnego najmniej

użytkowników z „elektryków” skorzystało 12 lipca (8 – był to jedyny dzień, kiedy więcej wypożyczeń dotyczyło rowerów elektrycznych) i 15 lipca (13). Łącznie ponad sto razy rowery były wypożyczane przez 17 dni, natomiast poniżej 50 dobowych wypożyczeń miało miejsce tylko raz, 12 lipca, gdy było ich w sumie 14.

Dotychczas rowery były w użytkowaniu przez ponad 1564 godziny, z czego rowery tradycyjne przez 944 godz. 41 min. i 30 sek., zaś elektrycznie 619 godz., 24 min. i 3 sek. Najdłuższy łączny czas przejazdów rowerem tradycyjnym miał miejsce 19 lipca i wyniósł 59 godz. i 30 sek., 10 lipca – 58 godz. 24 min. 11 sek. i 29 lipca – 50 godz. 18 min. 53 sek. Powyżej 41 godz. użytkownicy korzystali 17 lipca (48 godz. 20 min. 19 sek.), 24 lipca (44 godz. 53 min.), 21 lipca (41 godz. 58 min. 5 sek.) i 4 sierpnia (41 godz. 13 min. 9 sek.). Rowery elektryczne najdłużej były w użyciu 10 lipca – 69 godz. 33 min. 6 sek. i 30 lipca – 42 godz. 27 min. 56 sek. Dużą popularnością cieszyły się również 17 lipca (38 godz. 28 min. 38 sek.), 25 lipca (37 godz. 34 min. 26 sek.), 2 sierpnia (36 godz., 13 min., 54 sek.) i 24 lipca (35 godz., 40 min., 9 sek.).

Najpopularniejsze stacje do wypożyczeń rowerów to Orlik przy ul. Katyńskiej (228 rowerów tradycyjnych i 108 elektrycznych) oraz Galeria Łomża (216 tradycyjnych i 94 elektryczne) – łącznie na każdej z nich odnotowano ponad 300 wypożyczeń. Rowery tradycyjne wypożyczane są często również ze stacji Aleja Park i Strzelnica (na każdej prawie 200 wypożyczeń), zaś elektryczne ze stacji Szmaragdowa i Stary Rynek (100 i 95 wypożyczeń). Jeśli chodzi o zwroty rowerów, to prym wiodą Galeria Łomża (240 tradycyjne i 80 elektryczne) oraz Orlik przy ul. Katyńskiej (216 tradycyjne i 101 elektryczne). Popularne pod tym względem są także stacje Aleja Park (201 i 93) oraz Strzelnica (175 i 96). Najmniej wykorzystywane są stacje przy Straży Pożarnej oraz na Bulwarach.

Jak wynika ze statystyk, największą popularnością ŁoKeR-y cieszą się w niedzielę. Najczęściej rowery wypożyczane są między godz. 18:00 a 21:00, natomiast najmniej użytkowników korzysta z nich od godz. 1:00 do godz. 6:00. Z tytułu użytkowania rowerów dotychczas pobrana została kwota 6172 zł. Najwięcej, ponad 400 zł, 17 lipca, zaś najmniej 12 lipca – kilkanaście zł.

System roweru publicznego w Łomży składa się z fabrycznie nowych 100 pojazdów tradycyjnych i 30 elektrycznych czwartej generacji. Warunkiem korzystania z ŁoKeR-a jest rejestracja w systemie, dokonanie opłaty inicjalnej oraz utrzymanie minimalnego stanu konta w momencie każdego wypożyczenia w wysokości co najmniej 10 zł. Rejestrację można zrealizować poprzez stronę internetową www.lomzarower.pl, aplikację mobilną Nextbike lub kontakt telefoniczny z BOK ŁoKeR (22 123 06 06). Wypożyczenie roweru tradycyjnego na czas do 15 minut jest bezpłatne. Korzystanie z niego od 16 do 60 minut kosztuje 2 zł. Każda rozpoczęta kolejna godzina to koszt 4 zł. W przypadku rowerów elektrycznych za przejazd do 15 minut należy zapłacić 1 zł, od 16 do 60 minut 3 zł, zaś za każdą następną rozpoczętą godzinę kolejne 5 zł. Klient może wypożyczyć jednocześnie do dwóch jednośladów.

„Podlascy przedsiębiorcy stawiają na innowacyjność”

Podlaski Fundusz Rozwoju to spółka, której właścicielem jest Samorząd Województwa Podlaskiego. Dzięki jej ofercie skierowanej do podlaskich przedsiębiorców, mogą oni korzystać z instrumentów finansowych, które oferowane są na bardzo atrakcyjnych warunkach. O biznesie, działalności PFR Sp. z o.o. i wyzwaniach ogólnopolskiej i lokalnej gospodarki opowiada prezes Artur Duda.

Czego Pana zdaniem dziś trzeba, żeby założyć i z sukcesem prowadzić własny biznes?

Artur Duda, prezes Podlaskiego Funduszu Rozwoju: Podstawą jest zawsze pomysł. Nie wystarczy jednak bazować wyłącznie na tym, czym chcielibyśmy się zajmować i jaki biznes sobie wymarzyliśmy. Szczególnie w tych trudnych czasach istotne jest, aby, jeszcze przed podjęciem jakichkolwiek kroków związanych przykładowo z rejestracją działalności gospodarczej czy zawarciem umowy spółki, dokładnie zbadać otoczenie konkurencyjne, przeprowadzić szereg analiz i symulacji, które przyniosą nam odpowiedź na zasadnicze pytanie: czy to, czym chcemy się zająć jest przedsięwzięciem, które nie upadnie po kilku miesiącach? Spełnianie marzeń to wspaniała rzecz, jednak ekonomiści zawsze powtarzają, by twardo stąpać po ziemi i nie podejmować nieprzemysłanych ruchów. Dlatego czasami lepiej zainwestować pewną sumę pieniędzy w usługi doradcze czy stworzenie profesjonalnego biznesplanu niż za jakiś czas przekonać się, że na tym rynku, który wybraliśmy, wymyślony przez nas produkt czy usługa nie znajduje pożądanego odbiorcy.

Jak ocenia Pan konkurencyjność, aktywność podlaskich przedsiębiorców?

Podlascy przedsiębiorcy są nad wyraz aktywni. Warto podkreślić, że większość

z nich potrafi konkurować ze sobą w sposób uczciwy i kulturalny. Zauważalny jest ogromny postęp w tych aspektach. Cieszy mnie, że podmioty prowadzące swoją działalność w województwie podlaskim stawiają na innowacyjność. Często mam okazję się o tym przekonywać analizując ich wnioski o różne pożyczki składane w Podlaskim Funduszu Rozwoju. Stawiają na nowe rozwiązania, chcą poszerzać obszar swojego działania, tworzyć nowe oddziały i łączyć je w biznesowe siatki komunikacyjne. Dążą do tego, by nie stać w miejscu. Inwestują w budowę nowych powierzchni biurowych i produkcyjnych, często decydują się nawet na eksport swoich towarów na inne rynki i, co szczególnie ważne, myślą przyszłościowo oraz odpowiedzialnie podejmują kluczowe decyzje.

Czym zajmuje się kierowana przez Pana spółka?

Podlaski Fundusz Rozwoju to spółka, w której właścicielem wszystkich udziałów jest Samorząd Województwa Podlaskiego. Powołano go po to, by pomagać i wspierać lokalnych przedsiębiorców oraz umożliwiać im intensywny rozwój poprzez dostęp do finansowania zwrotnego w sektorze MŚP. Innymi słowy, udzielamy atrakcyjnych pożyczek dla przedsiębiorstw. Pozycjonujemy się pomiędzy sektorem bankowym a dotacyjnym. Naszą przewagą konkurencyjną jest fakt, iż działalność funduszu nie ma charakteru komercyjnego, nie jesteśmy nastawieni na zysk a na zaspokajanie potrzeb finansowych lokalnego rynku.

Do kogo kierowana jest oferta Podlaskiego Funduszu Rozwoju?

Działamy przede wszystkim po to, by umożliwić rozwój mikro, małym i średnim przedsiębiorcom, posiadającym siedzibę i prowadzącym swoją działalność na terenie województwa podlaskiego. To są właśnie te podmioty, które mogą się z nami kontaktować i skorzystać z przygotowanej oferty.

Z jakich rodzajów wsparcia mogą oni skorzystać?

Fundusz udziela kilku rodzajów pożyczek: obrotowej, na nieruchomości, eksportowej i inwestycyjnej. Od lipca tego roku w naszej ofercie jest także pożyczka konsolidacyjna. Pożyczkę obrotową, na bieżącą działalność gospodarczą, można wziąć w kwocie od 10.000 zł do 1 mln zł. W tym przypadku maksymalny okres kredytowania wynosi 60 miesięcy. Pożyczkę eksportową można natomiast zaciągnąć nawet na 72 miesiące, a jej wysokość musi się zawierać między 10.000 zł a 500.000 zł. Kolejna pożyczka dotyczy zakupu, budowy lub modernizacji nieruchomości. Na takie działania przedsiębiorca może od nas otrzymać od 10.000 zł do nawet 3.000.000 zł. Ze względu na tak wysokie kwoty, maksymalny okres kredytowania tego produktu to nawet 15 lat. Osoby,



Artur Duda, prezes Podlaskiego Funduszu Rozwoju (fot. PFR)

które decydują się na zakup środków trwałych, wartości niematerialnych i prawnych lub innych ruchomości niezbędnych do prowadzenia działalności gospodarczej wybierają pożyczkę inwestycyjną. W ten sposób mogą otrzymać maksymalnie 1.200.000 zł, z obowiązkiem całkowitej spłaty najpóźniej w terminie 8 lat. Odnosząc się do pożyczki konsolidacyjnej, która jest nowością w ofercie Podlaskiego Funduszu Rozwoju, chciałbym zaznaczyć, że maksymalna kwota, którą możemy przyznać to aż 3 mln zł do spłaty nawet w ciągu 10 lat. Jest ona oczywiście udzielana na spłatę zobowiązań z tytułu kredytów i pożyczek zaciągniętych w związku z prowadzoną działalnością oraz na dowolny cel związany z prowadzoną działalnością gospodarczą i, co szczególnie ważne, jej wysokość nie może przekroczyć 10% spłacanych zobowiązań.

Czym różni się oferowane przez Państwa pożyczki od innych podobnych, dostępnych na rynku instrumentów finansowych?

Ze względu na fakt, iż nasza oferta nie jest skrojona na osiąganie ponadprzeciętnych zysków, cechują ją przede wszystkim atrakcyjne oprocentowanie. W sierpniu, w przypadku pożyczki płynnościowej i eksportowej wynosi ono już od 6,65%, a w przypadku pozostałych – już od 7,31%. Ponadto, wychodząc na przeciw oczekiwaniom naszych klientów, w kwietniu br. wprowadziliśmy do oferty możliwość zawarcia umowy pożyczki z okresowo stałym oprocentowaniem co, szczególnie w bieżących realiach rynkowych, nasi klienci bardzo sobie cenią. Pozwala to im zmitygować ryzyko wzrostu stóp procentowych. Warto podkreślić także, że Podlaski Fundusz Rozwoju, jako podmiot z misją publiczną stara się wypełnić lukę w dostępie do finansowania zwrotnego i finansuje tam, gdzie inne podmioty sektora finansowego nie zawsze chcą.

Czy może Pan przybliżyć jak wygląda procedura aplikowania po wsparcie oferowane przez PFR Sp. z o.o.?

Procedura została uproszczona do absolutnego minimum formalności. Chcemy działać szybko i efektywnie – tak, by podlascy przedsiębiorcy nie musieli np. poświęcać kilku dni na wypełnianie stosownych dokumentów. Każdy, kto się do nas zgłosi, może liczyć na całkowicie indywidualne podejście. Dzięki temu, w komfortowych warunkach, ma możliwość zapoznania się z interesującymi go elementami oferty i dokonania odpowiedniego wyboru.

Nasi doradcy są doskonale przygotowani do tego, by sprostać każdemu wyzwaniu i spełnić oczekiwania wszystkich pożyczkobiorców. Należy w tym miejscu wyraźnie podkreślić, że nigdy nie pobieramy prowizji za doradztwo, rozpatrzenie wniosku i udzielenie pożyczki. Oferujemy całkowicie bezpłatną pomoc w jej uzyskaniu oraz prowadzimy ciągły nabór, co oznacza, że bez względu na datę w kalendarzu, przedsiębiorcy mogą się do nas zgłaszać, a wszystkie wnioski rozpatrujemy na bieżąco, bez żadnej zwłoki.

W jaki sposób mogą skontaktować się z Państwem zainteresowani przedsiębiorcy?

Poza naszą centralą w Parku Przemysłowym w Łomży (przy ul. Gen. W. Sikorskiego 166 lok. 1.11), prowadzimy jeszcze trzy oddziały terenowe: w Białymstoku (przy ul. Bohaterów Monte Cassino 8, 15-873 Białystok – wejście od peronów dworca PKS), w Suwałkach (przy ul. Teofila Noniewicza 42a) oraz w Zambrowie (przy ul. Białostockiej 17). Do dyspozycji przedsiębiorców jest również infolinia telefoniczna dostępna pod numerem: 85 687 10 62, kontakt mailowy: (biuro@pfr.org.pl), a także formularz na stronie internetowej: pfr.org.pl/kontakt.

Jakie cele stawia sobie Pan jako prezes spółki samorządu Województwa Podlaskiego?

Przede wszystkim dążę do tego, by oferta Podlaskiego Funduszu Rozwoju była jak najlepiej dostosowana do potrzeb i oczekiwań przedsiębiorców prowadzących swoją działalność w województwie podlaskim. Staram się na bieżąco reagować na problemy, jakim muszą oni stawić czoła, stąd chociażby wprowadzenie pożyczki płynnościowej dotyczącej obszaru objętego stanem wyjątkowym, a następnie zakazem przebywania w związku z sytuacją na granicy polsko-białoruskiej oraz innych mechanizmów, takich jak np. okresowo stałe oprocentowanie pożyczki w czasach, gdy musimy się zmagać z wysoką inflacją i jej skutkami. Zależy mi na tym, by środki finansowe, którymi dysponuje Podlaski Fundusz Rozwoju, trafiały do właściwych osób i skutkowały dynamicznym rozwojem regionalnego biznesu.

Jak ocenia Pan inicjatywę śniadań biznesowych organizowanych przez samorząd Miasta Łomża?

Oceniam ją bardzo pozytywnie. To szansa na merytoryczną debatę z wieloma interesującymi osobami, które są na te

spotkania zapraszane. Daje to możliwość zawarcia nowych znajomości, wymiany doświadczeń i wypracowania wspólnych stanowisk w wielu istotnych sprawach. Poruszane są nie tylko tematy lokalne, ale również te, które pośrednio lub bezpośrednio mają wpływ na nasze codzienne życie. Dają więc szansę na wyciągnięcie wniosków i pozyskanie wiedzy, która ułatwia m.in. zarządzanie swoimi podmiotami, zasobami ludzkimi oraz ukierunkowuje poniekąd na podejmowanie właściwych kroków oraz korzystanie z rozwiązań, które przynoszą, jak się później okazuje, pożądane efekty.

Z jakimi wyzwaniami obecnie muszą się mierzyć lokalna, regionalna, ale również ogólnopolska gospodarka oraz przedsiębiorcy?

To wciąż kryzys migracyjny, który znacznie utrudnił, a niekiedy nawet uniemożliwił prowadzenie działalności nie tylko bezpośrednio w pasie przygranicznym. Do tego dochodzi konflikt w Ukrainie, wysoka inflacja i problemy z pozyskiwaniem materiałów produkcyjnych lub konieczność płacenia za nie zdecydowanie wyższych cen niż jeszcze kilka miesięcy temu. To wszystko przekłada się na funkcjonowanie przedsiębiorców w naszym regionie oraz w innych częściach Polski. Gospodarka to bowiem system naczyń połączonych, które wzajemnie na siebie oddziałują. Na szczęście, zarówno władze centralne, jak i właściciel Podlaskiego Funduszu Rozwoju, czyli Samorząd Województwa Podlaskiego, nie pozostawiają nas samym sobie. Kreują różnego rodzaju mechanizmy pomocowe, które, co prawda nie od razu, ale po pewnym czasie przynoszą oczekiwane efekty. Przedsiębiorcy, z którymi rozmawiam w Podlaskim Funduszu Rozwoju są jednak na ogół dobrej myśli. Często powtarzają, że przetrwali te najtrudniejsze momenty wyłącznie dzięki temu, iż zdecydowali się na skorzystanie z naszej oferty. Teraz mogą spokojnie spłacać zaciągnięte zobowiązania, korzystać z okresowo stałego oprocentowania i innych oferowanych przez nas udogodnień, a przede wszystkim prowadzić swoją działalność, dostrzegając przy okazji, że nadchodzą lepsze czasy. Mam nadzieję, że w tej kwestii się nie mylą.

Dziękuję za rozmowę.

ROZMAWIAŁ SEBASTIAN CHRZANOWSKI

Krew – bezcenny dar

Krew to jeden z najcenniejszych składników naszego organizmu. Dostarczając niezbędnych składników odżywczych, dotlenia i odżywia organy. Niezwykle ważne jednak jest to, że krwi nie możemy w żaden sposób wyprodukować ani zastąpić. Jedyna nadzieja w dawcach, którzy dzieląc się częścią siebie pomagają osobom wymagającym pilnych operacji, w tym poszkodowanym w wypadkach.



Płk Paweł Gałązka oddający krew pełną w łomżyńskim oddziale RCKiK (fot. Wojsko Polskie)

Zdrowy dawca podczas donacji oddaje jedną jednostkę krwi liczącą 450 ml. Krew potrzebna jest każdego dnia. Codziennie bowiem jest niezbędna dla osób, które ucierpiały w wypadkach, dla osób operowanych, ale także dla ludzi zmagających się z przewlekłymi chorobami takimi jak np. białaczka.

- Przed zabiegami kardiochirurgicznymi przygotowuje się przeważnie 6-8 jednostek KKCz (Koncentratu Krwinek Czerwonych). Najwięcej krwi i jej składników potrzeba do przeprowadzenia zabiegu transplantacji wątroby, czasami nawet 20 litrów. Podobnie bywa z pacjentami, którzy ulegli poważnym wypadkom. W takich przypadkach leczenie krwi i jej składnikami jest wymagane przez kilka tygodni a nawet miesięcy – wskazuje Dariusz Średziński, zastępca dyrektora ds. Medycznych RCKiK w Białymstoku.

Okres wakacyjny to pora wzmożonych działań zachęcających do dzielenia się krwią. Jest to najtrudniejszy czas dla służby zdrowia, bowiem drastycznie maleje liczba pobranych od dawców donacji, a zapotrzebowanie na krew i jej składniki wzrasta. Lato to okres, w którym znacząco wzrasta liczba wypadków komunikacyjnych.

- Od lat przygotowujemy się do wakacji z wyprzedzeniem planując więcej wyjazdowych akcji pobierania krwi niż w okresie zimowym kiedy zapasy pobranej krwi są zwykle wysokie. Dodatkowo latem częściej pojawiają się apele w prasie, radio, telewizji i mediach społecznościowych na temat potrzeby oddawania krwi. Wyjazdowe akcje

pobierania krwi są organizowane przy współudziale lokalnych propagatorów idei honorowego krwiodawstwa oraz są elementem większych wydarzeń jak różnego rodzaju festyny promujące zdrowy styl życia – przyznaje Średziński.

Niewiele trzeba, żeby zostać dawcą. Krew mogą oddawać osoby w wieku od 18 do 65 lat, które ważą co najmniej 50 kg. Zanim podzielimy się tym cen-

nym darem, przejdziemy szereg badań, które pozwolą wykluczyć choroby i schorzenia dyskwalifikujące nas jako dawców. Cała wizyta w centrum krwiodawstwa nie powinna potrwać dłużej niż godzinę.

Warto przy tym obalić mity związane z oddawaniem krwi. Często słyszy się, że oddawanie krwi uzależnia i gdy już raz się nią podzielimy, będziemy musieli robić to już systematycznie. To nieprawda. Wymysłem jest również to, że bycie krwiodawcą może narazić nas na choroby. Krew pobierana jest w sterylnych warunkach i przez wykwalifikowane osoby, które zanim tego dokonują, przeprowadzają nam wymagane badania.

Regionalne centra krwiodawstwa, poza samą krwią, pobierają również jej składniki.

- Rozwój współczesnej medycyny pozwala na uzyskiwanie z krwi poszczególnych jej składników po jej pobraniu w procesie tak zwanej preparatyki. Dzięki specjalnym urządzeniom, zwanym separatorami możemy już w trakcie donacji pobierać od dawcy tylko wybrany składnik krwi. Poszczególne komponenty są bardziej efektywne w leczeniu chorych gdyż stanowią swoiste koncentraty. Osocze jest wykorzystywane przy leczeniu zaburzeń krzepnięcia wywołanych niedoborem czynników krzepnięcia. Można z niego też uzyskać wspomniane produkty krwiopochodne wykorzystywane w trakcie leczenia np. hemofilii, niedoborów odporności, oparzeń. Płytki krwi w naszym organizmie spełniają istotną rolę w procesie hamowania krwawień – mówi wicedyrektor Średziński.

Krwiodawcy pytani o powody niesienia bezinteresownej pomocy objawiającej się w dzieleniu krwią i jej składnikami, wskazują, że do wizyty w centrach motywuje ich chęć ratowania życia i zdrowia innym.

- Niezwykle cieszy mnie to, że dzięki dzieleniu się tym bezcennym darem mogą pomóc osobom znajdującym się w potrzebie. W końcu krwi nie można wyprodukować, ani zastąpić innym składnikiem – podkreśla jeden z łomżyńskich dawców.

Z pewnością do honorowego krwiodawstwa nie trzeba zachęcać wojskowych z łomżyńskiego garnizonu, w którym od przeszło dwóch lat działa wojskowy oddział Klubu „HDK LEGION”. Tylko w tym roku żołnierze i pracownicy 18. Łomżyńskiego Pułku Logistycznego oddali ponad 140 litrów krwi pełnej.

- Ostatnią zorganizowaną akcję przeprowadziliśmy 1 sierpnia bieżącego roku, w trakcie której oddano w sumie 6750 ml krwi pełnej – informuje koordynator klubu „HDK LEGION” kapral Karol Jankowski, dodając - Motywacje do oddawania krwi są różne. Osobiście uważam, że nasi żołnierze, w znakomitej większości honorowi krwiodawcy, oddają krew ze względów moralnych, chcąc w ten sposób bezinteresownie pomóc naszej lokalnej społeczności, a nierzadko swoim bliskim którzy są w potrzebie. Doskonałym przykładem tego jest fakt, że tylko część żołnierzy korzysta z prawa do zwolnienia od pracy. Dodam, że nasi żołnierze oddają krew także w trakcie swoich urlopów, co jest kolejnym przykładem bezinteresowności w ich działaniu.

Wśród propagatorów szlachetnej idei honorowego krwiodawstwa znaleźć można obok przedstawicieli kultury czy sztuki, również mundurowych. Jak zauważa kapral Jankowski, oddziały Klubu HDK Legion w całej Polsce organizują spotkania min. w placówkach oświatowych, aby szkolić z pierwszej pomocy, a przede wszystkim przybliżać tematykę krwiodawstwa.

- W tym miejscu warto zaznaczyć, że średni wiek krwiodawców w Polsce jest coraz wyższy, dlatego powinno się prowadzić działania edukacyjne wśród najmłodszych – podsumowuje.

Osoby, które chcą oddać krew, mogą to zrobić w łomżyńskim Terenowym Oddziale Regionalnego Centrum Krwiodawstwa i Krwiolecnictwa znajdującym się przy ul. Piłsudskiego 11B, w godz. 7.30-13.00 (pierwsza środa miesiąca: 7.30-16.30).

■
SCH, KF

Kleszcze to nie tylko zagrożenie chorobą zakaźną



Zbliża się pora jesienna, a wraz z nią zwiększa się aktywność pajęczaków, należących do podgromady roztoczy, kleszczy. W Polsce żyje ok. 21 gatunków kleszczy. Lubią środowisko

wilgotne i ciepłe, pora letnia sprzyja ich rozmnażaniu i zwiększaniu stanu liczebności. Najbardziej żywotne są na wiosnę i jesienią, aczkolwiek ciepłe i łagodne zimy także umożliwiają ukąszenie przez kleszcza. Bytują głównie w ściółce leśnej, trawach, krzewach, nie wznosząc się na wysokość powyżej 70 cm. Można je spotkać na łąkach, ogródkach przydomowych, parkach. Powszechna opinia, że kleszcze spadają z drzew, jest nieprawdziwa. Chętnie przebywają w okolicach ścieżek leśnych, polnych, wyczuwając zapach i ciepło przechodzących tam ludzi i zwierząt. Każdy człowiek lub zwierzę może stać się ich ofiarą, ale najbardziej narażeni są leśnicy, ogrodnicy i rolnicy. Z kolei w porze wakacyjnej ten problem może dotyczyć harcerzy.

Kleszcze żywią się krwią zwierząt i ludzi. Rozpoznają żywiciela wyczuwając jego zapach i emitowane ciepło. Klując, znieczulają miejsce, co umożliwia im spokojne żerowanie nawet przez kilka dni.

W czasie nakłucia i wysysania krwi przenoszą groźne choroby zakaźne, a wraz ze swoją śliną wstrzykują substancje chemiczne, które wywołują u człowieka uczulenie /alergie/. Pajęczaki są przenosicielami różnych drobnoustrojów, wywołujących choroby zakaźne tzw. choroby odkleszczowe. W naszym klimacie najczęściej spośród bakterii przenoszą *Borrelia burgdorferi*, wywołującą u ludzi chorobę zwaną boreliozą /choroba z Lyme/, której początek uwiadamia się na skórze w postaci rumienia w miejscu ukąszenia, stopniowo powiększającego się tzw. rumień wędrujący.

Kleszcze są też transmiternami groźnego wirusa, który u ludzi wywołuje zapalenie opon mózgowo-rdzeniowych /odkleszczowe zapalenie opon mózgowo-rdzeniowych/ i mózgu. W chorobie tej nie ma leczenia przyczynowego, ale możliwa jest profilaktyka w postaci szczepień ochronnych. Szczepić powinny się przede wszystkim osoby z grup ryzyka: leśnicy, ogrodnicy i rolnicy.

Wraz ze śliną kleszcza dostają się do organizmu człowieka silne alergeny, które powodując odpowiedź immunologiczną, inicjują reakcję alergiczną, ujawniającą się objawami klinicznymi: wysypki skórne, katar, kaszel, duszność, wymioty i biegunka. W ślinie kleszcza znajduje się komponenta alergenowa Arg r1, która należy do grupy alergenów zwanych Lipokalinami. Do tej samej grupy należą komponenty alergenowe nabłonka konia, krowy, chomika, królika, myszy, psa i kota. Jest to o tyle istotne, że osoby uczulone na kleszcza, mogą na zasadzie reakcji alergicznej krzyżowej zareagować objawami chorobowymi po kontakcie z wyżej wymienionymi zwierzętami.

Drugi rodzaj alergii na kleszcze to tzw. Zespół Alfa-Gal, czyli zespół objawów chorobowych pojawiający się u osób uczulonych na wielocukier /alfa-gal/ występujący w ślinie kleszcza. Obecny jest on również w połączeniu z mięsem ssaków tzw. nienaczelnymi, u ludzi ten wielocukier nie występuje.

Ukłucie przez kleszcza skutkuje kontaktem z jego śliną, w której znajduje się alfa-gal. Osoba ukąszona przez kleszcza może wytworzyć przeciwciała IgE swoiste dla tego wielocukru. Jeżeli taka osoba spożyje mięso, w którym znajduje się alfa-gal, wówczas dochodzi do połączenia się IgEs z alergenem alfa-gal i rozwoju reakcji alergicznej, która manifestuje się objawami klinicznymi, określanymi jako Zespół Alfa-Gal: pokrzywka, obrzęk warg, twarzy, języka i /lub gardła, duszność, ból brzucha, wymioty i biegunka. Może też rozwinąć się reakcja anafilaktyczna uogólniona ze spadkiem ciśnienia tętniczego krwi, zatrzymaniem akcji serca i oddechu. Objawy Zespołu Alfa-Gal mogą rozwinąć się wkrótce po spożyciu mięsa, jak również nawet po kilku godzinach od posiłku. Zachodzącą reakcję alergiczną mogą przyspieszyć lub wyzwoić tak zwane kofaktory: wysiłek fizyczny, stres, infekcja, alkohol. Zespół Alfa-Gal znany jest jako alergia na mięso ssaków lub alergia na mięso czerwone /wołowina, wieprzowina, jagnięcina, dziczyzna/. Objawy tego zespołu mogą wystąpić po zjedzeniu innych produktów pochodzących od zwierząt np. żelatyna. W pierwotnej alergii objawy chorobowe nie pojawiają się po pierwszym kontakcie z alergenem, ale po kolejnym. W Zespole Alfa-Gal mogą wystąpić już przy pierwszym spożyciu czerwonego mięsa, a nawet u osoby która nigdy wcześniej nie jadła mięs lub jadła mięso



bez żadnych przeszkód. Objawy mogą wystąpić też u osoby, która nigdy wcześniej nie wykazywała objawów jakiegokolwiek choroby alergicznej. W Polsce dotyczy to ok. 5% ukąszonych przez kleszcza, może pojawić się w każdym wieku.

Pod względem alergogenności szczególnie niebezpieczny jest kleszcz zwany obrzeżkiem gołębi. Bytuje on w miejscach gniazdowania ptaków /gołębniki, kurniki/. Jest pasożytem ptaków, ale może również atakować ludzi. Można spotkać go u hodowców gołębi, kur i innych ptaków domowych. Obrzeżek gołębi szczególnie aktywny jest w porze nocnej, podobnie jak pluskwy, w dzień chowa się po różnych zakamarkach i szczelinach. Obrzeżek gołębi zawiera komponentę alergenową Arg r 1, należącą do grupy alergenów lipokalin. Do lipokalin należą też niektóre komponenty alergenowe innych zwierząt, jak krowy /Bos d 2/, konia /Egu c 1/, kota /Fel d 4/, psa /Can f 1/, chomika /Phod s 1/, karalucha /Bla g 4/. U osób uczulonych na komponentę alergenową obrzeżka gołębiego /Arg r 1/ mogą wystąpić objawy po kontakcie z wyżej wymienionymi zwierzętami, jest to reakcja krzyżowa. Wykonując badanie alergologiczne testem ALEX, możemy dokładnie dowiedzieć się czy dana osoba ma alergię pierwotną na daną komponentę, czy jest to alergia wtórna wynikająca z reakcji alergologicznej krzyżowej. Ma to ważne znaczenie do uzyskania informacji dotyczącej zaleceń profilaktycznych np. stosowania właściwej diety, czy unikania kontaktu z określonym zwierzęciem. Test ALEX pomocny jest też w podejmowaniu decyzji rozpoczęcia odczulania /immunoterapii swoistej/, jako leczenia przyczynowego.

Gdy zauważymy na skórze wbitego kleszcza, należy jak najszybciej w sposób właściwy usunąć go, aby uniemożliwić lub skrócić czas przekazywania jego śliny, w której mogą znajdować się bakterie, wirusy i alergeny. Nie każdy osobnik jest zarażony, ale każdy może wstrzyknąć substancję, która może człowieka uczulać. Usuwając kleszcza należy wykonać ruch przeciwny do jego wbijania się w skórę, aby usunąć go w całości. Do tego celu służą specjalne przyssawki, pętelki. Po wyjęciu położyć na białej powierzchni np. kartce papieru i sprawdzić, czy został wyjęty w całości. Miejsce ukłucia należy zdezynfekować np. octeniseptem, spirytusem salicylowym, a ręce dokładnie umyć.

DR N. MED. KAZIMIERZ BANDZUL

Iberia poza utartymi szlakami

Hiszpania to nie tylko gaje oliwne, uprawy pomarańczy i cytryn, majestatyczne wieloletnie zabytki czy ciepłe, turkusowe wody Morza Śródziemnego. To także unikalna kultura, cechująca się wyrazistością zwyczajów oraz ekspresyjny taniec i wpadająca w ucho muzyka, grana na estradach całego świata. A jedną z nich jest scena Międzynarodowego Tygodnia Muzyki Kameralnej – jednego z najważniejszych festiwali muzycznych południowej Hiszpanii, organizowanego w partnerskim mieście Łomży – Montserrat.

Leżące blisko osiem tysięcy mieszkańców miasto, położone jest w znanej z urokliwych krajobrazów dolinie Vall dels Alcalans. Niewielkie wzniesienia dochodzące do 230 metrów wysokości, liczne rzeki i ciek wodne oraz żyzne gleby przyczyniły się do rozwoju rolnictwa, stanowiącego dziś jedną z ważniejszych gałęzi lokalnej gospodarki. Uprawia się tu m.in.: oliwki, melony, pomidory, ziemniaki, figi, mandarynki, pomarańcze oraz winogrona, z których wytwarzane są znane na całym Półwyspie Iberyjskim lokalne muskаты i mistele.

- *Montserrat cieszy się dominującą działalnością gospodarczą w dziedzinie rolnictwa. Dawniej najważniejsze uprawy, takie jak winorośle czy drzewa chleba świętojańskiego były zasilane deszczem, ale dziś istnieje wiele pól, których jedyną uprawą są nawadniane kropłowo drzewa pomarańczy* – przekazuje mer Josep Maria Mas i Garcia, dodając, iż obecnie coraz więcej mieszkańców pracuje w sektorze usługowym lub budowlanym.

Bogactwo przyrodnicze regionu sprawiło, iż na terenie gminy założono rezerwat przyrody mający chronić miejscową ekosferę. Na płytkich glebach „Microreserva de Flora de les Coves” rosną unikatowe gatunki drzew takich jak ciszy czy sosny białe, a także rzadkie odmiany krzewów i kwiatów.

Wielowiekowa, burzliwa historia Montserrat pozostawiła liczne pamiątki. Chlubą mieszkańców jest Castell dels Alcalans, XIII-wieczna forteca, której ruiny górują nad okolicą. W centrum miasta, przy głównym placu znajduje się bogato zdobiony barokowy kościół pw. Wniebowzięcia Matki Bożej z 1637 roku, zaś w pobliskim Les Coves znajdują się wykopaliska z epoki brązu.

Doskonała lokalizacja Montserrat położonego w odległości 25 kilometrów od centrum Walencji oraz bliskość Morza Śródziemnego sprawia, iż latem miasto zapełnia się wczasowiczami. Liczne pensjonaty oraz restauracje serwujące lokalne potrawy, ze słynną paellą valenciana na czele, zapewniają im komfortowe warunki wypoczynku, zaś bliskość stolicy regionu, bogatej w zabytki i obiekty kulturalne gwarantuje moc atrakcji i niezapomniane przeżycia. Na turystów czekają bowiem prawdziwe architektoniczne perełki z XIII-wieczną katedrą, skrywającą w swych murach kielich Świętego Graala na czele. Miłośników nowoczesnego designu zachwycą zaś budynki zajmującego powierzchnię 110 tysięcy m² Oceanarium oraz Miasteczka Sztuki i Nauki. Chwilę wytchnienia zapewnią powstałe w korycie rzeki Turii wspaniałe ogrody, szerokie piaszczyste plaże oblewane ciepłymi wodami Morza Śródziemnego oraz lazurowe wody laguny Albufera.

Hiszpania piękna jest cały rok. Jej urok okryjemy nie tylko na plażach Ibizy czy Costa del Sol, na ulicach Barcelony i Madrytu. Wyjątkowość jej przyrody, kultury i tradycji znajdziemy w każdym jej zakątku. Półwysep Iberyjski skrywa wiele i czeka na odkrycie.



Kościół pw. Wniebowzięcia Matki Bożej w Montserrat (fot. Sebastian Chrzanowski)



Tradycyjne wiejskie domy z rejonu laguny Albufera (fot. Krzysztof Fabiszewski)



Dolina Vall dels Alcalans w pobliżu Montserrat (fot. Urząd Miasta Montserrat)

KRZYSZTOF FABISZEWSKI

Spotkanie autorskie z prof. Wojciechem Kudybą

Pisarz i badacz literatury współczesnej spotkał się z czytelnikami w Hali Kultury w celu promocji książki pt. „Pułascy”.

Dwutomowy epos przedstawia losy słynnego rodu patriotów. Opowiada nie tylko o konfederacji barskiej i politycznych rozgrywkach rosyjskiego dyplomaty Nikołaja Repnina, ale też o różnych postawach wobec groźby utraty suwerenności Polski i jej rozmycia się w monarchistycznej Europie.

- Szukałem tematów ważnych, a rzadko poruszanych. Potem miałem epizod mówiący o ludziach, którzy nie mają głosu w publicznym dyskursie i chciałem im ten głos przywrócić. A potem przyszedł czas na refleksję, że przecież w historii są takie osoby, które są ważne, ale w historiografii odebrano im głos. Wszyscy wyszliśmy z PRL-u z okaleczoną pamięcią zbiorową z potężnymi lukami i jedną z takich luk jest konfederacja barska. Okres połowy XVIII wieku jest niezwykle ważny, bo w nim decydowały się losy Polski na długie lata.



Prof. Wojciech Kudyba podczas spotkania z czytelnikami w Hali Kultury (fot. Adam Kalinowski / MBP)

Wobec tego stanąłem przed pytaniem: jak konfederację barską pokazać. Jak pokazać to największe w historii Polski powstanie narodowe, o którym mówi się najmniej. Doszedłem do wniosku, że jeżeli chce się pokazać całość tego zjawiska, to najlepiej zrobić, to przez ludzi, a najlepiej przez rodzinę. Rodzina Pułaskich była tą najlepszą „soczewką”, przez którą widać całą

ówczesną Polskę – mówił prof. Wojciech Kudyba podczas spotkania autorskiego.

Tematem przewodnim spotkania była postać Kazimierza Pułaskiego, który 3 września 1769 r. otrzymał tytuł marszałka łomżyńskiego.

- Czuję się związany z Łomżą i zależało mi na tym, żeby ten wątek łomżyński w powieści wybrzmiał. On się najpierw pojawia w pierwszym tomie, ponieważ ród Pułaskich to ród łomżyński. Dziadek Kazimierza Pułaskiego mieszkał w majątku Pułazie, niedaleko Małkini i Czyżewa, natomiast Marianna Pułaska z domu Zielińska miała jeden ze swoich majątków w Nużewie niedaleko Ciechanowa. To że Kazimierz Pułaski otrzymał tytuł marszałka łomżyńskiego nie było przypadkiem – dzielił się swoimi spostrzeżeniami z czytelnikami prof. Kudyba.

Z wykształcenia jest polonistą, studia magisterskie ukończył na Katolickim Uniwersytecie Lubelskim. Pisarz, krytyk, historyk literatury, kierownik Katedry Literatury XX wieku Uniwersytetu Kardynała Stefana Wyszyńskiego w Warszawie oraz wykładowca w Studium Literacko-Artystycznym Uniwersytetu Jagiellońskiego.

GRZEGORZ DANILUK

Rozrywkowe Cafe Kultura

Narzekać nie mogli nawet najwybredniejsi melomani. W programie dwutygodniowej imprezy znalazły się koncerty w różnych stylach muzycznych oraz teatralne poranki dla najmłodszych.



Występ Janka Samołyka (fot. Jerzy Chaberek / MDK-DST)

Organizowane przez Miejski Dom Kultury – Dom Środowisk Twórczych spotkania z kulturą na Starym Rynku od

lat cieszą się popularnością.

Podczas tegorocznego Cafe Kultura były „jazzowe piątki” – w ogródku przed Galerią pod Arkadami wystąpili: Szymon Łukowski Quartet, Michał Sołtan Jazz Doors Sextet, Dominika Czajkowska i Tomasz Chyła Quintet. W „stronę bluesa” publiczność skierował Jacek Dewódzki ze swoim bandem – w latach 1994-2001 wokalista legendarnej grupy Dżem. Miłośnicy rockandrolla wysłuchali koncertu Janka Samołyka, a jak w latach 60.



Teatr Chrzęszcz w Trzcinie (fot. Jerzy Chaberek / MDK-DST)

można było się poczuć za sprawą gitarowych brzmień zespołu Stratosfera. Z kolei mieszankę światowej muzyki w połączeniu z tangiem, folkami i jazzem zaserwował zespół Nivel.

Ciekawą propozycję stanowiły teatralne poranki dla dzieci. „Pod filarami” wystąpił Teatr Chrzęszcz w Trzcinie „C jak Cyrk” oraz Teatr Uszyty „Kto tam?”.

GRZEGORZ DANILUK

Szlak Dziedzictwa Żydowskiego zostanie uzupełniony

Przez blisko 400 lat Polacy i Żydzi żyli obok siebie w zgodzie i harmonii. Łomżanie wyznania mojżeszowego byli właścicielami zakładów produkcyjnych, zajmowali się handlem, krawiectwem i piekarstwem. Piastowali też wysokie stanowiska w lokalnym samorządzie. Pomimo, iż w 1938 roku stanowili ponad 35% ogółu mieszkańców na próżno szukać w przestrzeni publicznej Łomży informacji o tej społeczności. Wkrótce ma się to zmienić.



Chór i komitet Wielkiej Synagogi w Łomży (fot. Muzeum Północno – Mazowieckie)



Jedna z tablic istniejącego Szlaku Dziedzictwa Żydowskiego (fot. Dawid Fabiszewski)

Idea upamiętnienia społeczności żydowskiej zamieszkującej dawną Łomżę sprawiła, iż w 2019 roku uruchomiono Szlak Dziedzictwa Żydowskiego. Na siedmiu tablicach znalazły się informacje o obiektach architektonicznych i miejscach związanych z tą mniejszością narodową. Dzięki nim mieszkańcy i odwiedzający nasz nadnarwiański gród turyści mogą poznać histo-

rię żydowskiego cmentarza przy ul. Rybaki, Wielkiej Synagogi czy Wielkiej Jesziwy.

- *Tablica poświęcona wspólnocie żydowskiej, która przez kilka wieków funkcjonowała i rozwijała się w naszym mieście stanowić będzie swoiste zwieńczenie i uzupełnienie istniejącego Szlaku Dziedzictwa Żydowskiego. Będzie ona także oddaniem hołdu mieszkańcom Łomży, których tragiczny*

los przypieczętowała II wojna światowa – przekazuje Wojciech Winko z LOT Ziemia Łomżyńska.

Pierwsza wzmianka źródłowa o obecności w naszym mieście Żydów pojawiła się w 1494 roku. Największy rozwój osadnictwa żydowskiego datuje się na wiek XIX, kiedy to władze zaborcze zniosły wszelkie ograniczenia związane z osiedlaniem się przedstawicieli wspólnoty żydowskiej w Łomży. Decyzje te sprawiły, iż pod koniec wieku mieszkańcy wyznania mojżeszowego stanowili przeszło 45% ogółu mieszkańców.

Liczna żydowska społeczność miała bezpośredni wpływ na rozwój Łomży. Spis powszechny przeprowadzony w Cesarstwie Rosyjskim w 1897 r. wykazał, iż przeszło 95,5% usług związanych z handlem łomżyńskim znajdowało się w rękach żydowskich. Znaczący udział mieli również Żydzi w sektorze usług rzemieślniczych. Piastowali oni również ważne funkcje społeczne i polityczne. Wielu było lekarzami, adwokatami, przedsiębiorcami. W okresie międzywojennym Żydzi regularnie wchodziłi w skład rady miejskiej i magistratu. W latach 20-tych jednym z wiceprezydentów Łomży był Hirsztajnszajn.

Kres ich wielowiekowej bytności nad Narwią przyniosła II wojna światowa i niemieckie zbrodnie, których punktem kulminacyjnym była likwidacja łomżyńskiego getta w dniu 2 listopada 1942 r. oraz fizyczna eksterminacja jego mieszkańców.

KRZYSZTOF FABISZEWSKI

Można już składać wnioski o dodatek węglowy

Rządowe wsparcie realizuje Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej w Łomży. Wnioski można składać do 30 listopada 2022 r. w Dziale Świadczeń Rodzinnych przy ul. Połnej 16 – osobiście w wersji papierowej lub elektronicznej za pomocą EPUAP podpisane elektronicznie za pomocą profilu zaufanego lub kwalifikowanego.

Dodatek węglowy w wysokości 3000 zł przysługuje gospodarstwom domowym, dla których głównym źródłem ogrzewania jest węgiel lub paliwa węglowodopodochodne. Nie ma kryteriów dochodowych, a o wsparcie mogą ubiegać się gospodar-



stwa domowe, które już zakupiły węgiel.

We wniosku należy wskazać źródło ogrzewania, które będzie weryfikowane w centralnej ewidencji emisyjności budynków (CEEB). Decyzja o wypłacie dodatku węglowego będzie następowała do 30 dni od daty złożenia wniosku.

Wniosek można pobrać ze strony internetowej Miejskiego Ośrodka Pomocy Społecznej w Łomży.

UMŁ

Łomża zielenią stoi

O tym, że Łomżę można zaliczyć do jednych z bardziej kolorowych miast nikogo nie trzeba przekonywać. W tym roku Miejskie Przedsiębiorstwo Gospodarki Komunalnej i Mieszkaniowej ZB w Łomży posadziło 44 tys. kwiatów jednorocznych, 3,5 tys. bylin, 560 krzewów i 85 róż.

– W okresie wiosennym zaczęliśmy prace związane z nasadzeniami. Te większe, inspirowane były ogrodami preriowymi. Na ul. Zawadzkiej, na zieleńcu zostały posadzone byliny, które sprzyjają owadom zapylającym, które też urozmaicają krajobraz – przekazuje Dorota Bączek, starsza mistrzyni z Zakładu Dróg i Zieleni w MPGKiM.

Z kolei u zbiegu ulic Kopernika i Zawadzkiej pięknie prezentują się tawułki, funkcie, bergenie, brunery, żuławki oraz hortensje.

– Tam zostały ulokowane rośliny cieniolubne. Chcieliśmy wprowadzić trochę koloru, urozmaicić ten krajobraz. Inną rzeczą, którą możemy się pochwalić, z nowości, jest skarpa przy cmentarzu przy ul. Przykoszarowej. Tam też posadzone zostały krzewy czy byliny – informuje starsza mistrzyni Bączek.

Poza tym u zbiegu Al. Legionów oraz ul. Sikorskiego zamontowany został parklet. Do tego dwa razy w roku zmieniają się nasadzenia na rondach im. Hanki Bielickiej oraz im. ks. bp Mikołaja Sasiniowskiego. W pierwszym przypadku są one inspirowane kapeluszami aktorki i artystki kabaretowej. W drugim aktualna kompozycja składa się z takich roślin jak: pęcherznica, hortensje czy kocimiętka.

Do końca roku pracownicy miejskiego zakładu planują również wykonać rabaty na ul. Rządowej.

GRZEGORZ DANILUK / MPGKiM



Kwiatowa kompozycja na rondzie im. Hanki Bielickiej przy Teatrze Lalki i Aktora (fot. Sylwia Marciniak)



Kwiaty w donicach u zbiegu Zawadzkiej i Al. Piłsudskiego (fot. Sylwia Marciniak)



Seniorzy piszą



Samotność to nie choroba

Seniorom dziękuję za wiarę, mądrość, humor, a także za obecność, uważność do rzeczywistości w której żyjemy i za to, że są aktywni. Solidarność to nasze powołanie. Solidarności nie trzeba nam narzucać – my to mamy w naszych sercach. Seniorzy poprzez swą aktywność wytwarzają energię tworzącą solidarność. Pamiętamy, jak przed laty głos „i odnowi oblicze tej ziemi” – te słowa nie wyparowały, one są wpisane w naszą naturę. Wspólnota narodziła tak bardzo potrzebuje autorytetów, dlatego my seniorzy musimy długo żyć w zdrowiu ciała i mocy twórczych. Niech spełniają się marzenia każdego Polaka.

Solidarność i tworząca ją energia rodzą się spontanicznie z naszych serc i przenikają do zwykłych ludzi, również młodych. Samotność kosztuje, unieszczęśliwia miliony, zabija tysiące. Jej skutki dostrzega wiele krajów. Polska jeszcze nie. Samotność, lecz nie otyłość, choroby serca, nie nowotwory stanowią największy nasz problem zdrowotny. Szczególną samotność odczuwają osoby 80+. Samotność to więcej niż brak bliskich, nawet brak poczucia akceptacji nie wyklucza. Jest to problem polityczno-ekonomiczny. Stary człowiek musi zrobić wiele, by wyrwać się z samotności. Musimy zmierzyć się z tym wyzwaniem.

Pójdę o krok dalej, myślę, że można nawet powołać organ administracyjny ds. samotności. Samotność szczególnie doskwiera w czasie pandemii. Pozwólmy jak najwięcej obcować z naturą. To odwieczna potrzeba człowieka. W Łomży jest zrozumienie jak

przeciwstawić się problemowi samotności. Chodzi o czas, gdy starzejący stają się bezradnymi wobec różnych ograniczeń, albo jakby nieświadomi upływu lat nie weszli w swoje nowe życie i próbują żyć tak, jakby wciąż byli młodzi w pełni sił. Dopytują o wszystko, wtrącają swoje trzy grosze do każdej rozmowy. Jest to szkoła cierpliwości dla młodych, którzy patrzą, uczą się szacunku, wyrozumiałości i troski dla swoich starzejących się rodziców i starych dziadków potrzebujących opieki.

Uczmy się współżyć, zbliżamy się w pokorze do ludzi starych. Jest to wyzwanie i jedno z ważnych zadań społecznych dla organów państwowych i samorządowych w XXI wieku.

SENIOR STANISŁAW KASEJA

ŁKS 1926 Łomża z nowym zarządem i trenerem

Biało-czerwoni mają już za sobą dwa mecze w nowym sezonie. Na inaugurację przegrali na własnym stadionie 2:3 ze Spartą 1951 Szepietowo, później zwyciężyli 4:3 Ruch Wysokie Mazowieckie.

Przed nowym sezonem w klubie przy zjeździe 18 doszło do sporych zmian. Zmienił się zarząd, a także trener, którym został 29-letni Hubert Błaszczak, wcześniej szkoleniowiec Lechii Tomaszów Mazowiecki i Sokoła Ostróda.

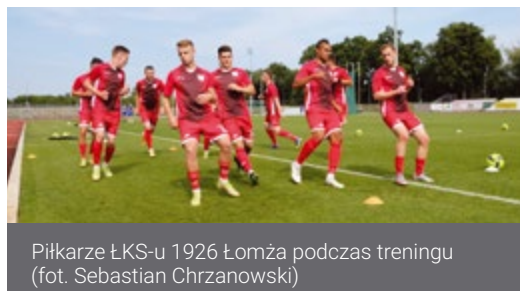
W przerwie letniej z zespołem pożegnali się Tomasz Brzozowski (KS Śniadowo), Robert Cychol (Wissa Szczuczyn), a także Mateusz Antonowicz, Kacper Grycel, Eryk Waszkiewicz i Xahne Reid. W ich miejsce dołączyli Mateusz Michasiewicz (poprzednio Stal Rzeszów), Artem Sysoiev (ŁKS Chlebia), Sebastian Kwaczreliszwili (Nadnarwianka Pułtusk), Wadym Woronchenko oraz powracający do Łomży po kilku latach Łukasz Świdorski (KS CK Troszyn). Mecze sparingowe piłkarze ŁKS-u rozgrywali ze zmiennym szczęściem – dwukrotnie przegrywając, raz remisując i jednokrotnie kończąc rywalizację z tarczą – w meczu z ligowym rywalem KS Śniadowo (2:1).

Łomżanie ligową rywalizację zainaugurowali na własnym stadionie starciem ze Spartą Szepietowo – prowadzoną przez nowego szkoleniowca Grzegorza Makala, który zastąpił pracującego przez 15 lat na tym stanowisku Roberta Mioduszewskiego.

Goście dość szybko objęli prowadzenie, a jeszcze przed przerwą podwyższyli wynik na 2:0 po trafieniu byłego zawodnika ŁKS-u Filipa Dojlidy. Kiedy wydawało się, że druga odsłona spotkania będzie przebie-

gać pod dyktando gospodarzy, chcących odrobić straty, trzecią bramkę dla szepietowian pięknym strzałem zdobył Oskar Dziermański. W 61. minucie rozmiary porażki zmniejszył Patryk Szymański, który przytomnie odnalazł się w polu karnym Sparty. Również w 72. minucie to popularny „Szyman” zdobył gola dla biało-czerwonych. Niestety, pomimo wielu szans naszym piłkarzom nie udało się zdobyć w tym pojedynku chociaż jednego punktu.

W ramach drugiej kolejki łomżyński zespół ponownie podejmował rywala na własnym stadionie. W najciekawiej zapowiadającym się spotkaniu czwartoligowej kolejki, podopieczni trenera Błaszczaka gościli w Łomży Ruch Wysokie Mazowieckie. Mecz drużyn stawianych jako faworytów do awansu, o wiele lepiej rozpoczęli gospodarze. Już w 6. minucie swoje indywidualne umiejętności zaprezentował Łukasz Świdorski, który wdzierając się w pole karne przeciwnika, dał prowadzenie ŁKS-owi. W 26. minucie po strzale z rzutu wolnego Patryka Szymańskiego piłka odbijając się od słupka trafiła do Wadyma Woronchenki, który w ogromnym zamieszaniu umieścił piłkę w bramce Ruchu. Warto zaznaczyć, że było to jego debiutanckie trafienie w pierwszym spotkaniu w biało-czerwonych barwach. Kiedy wydawało się, że mecz układa się po myśli gospodarzy, zawodnicy Kamila Jackiewicza jeszcze przed przerwą, za sprawą



Piłkarze ŁKS-u 1926 Łomża podczas treningu (fot. Sebastian Chrzanowski)

Michała Grochowskiego i Kacpra Skibko, doprowadzili do remisu. Drugą odsłonę meczu rozpoczęły ostrożne ataki obu zespołów. W 57. minucie rzut karny dla gości wykorzystał Brokowski i to gospodarze musieli ruszyć do ataku. Upagniona bramka, wyrównująca stan meczu, padła w 75. minucie za sprawą błyszczącego w tym spotkaniu Łukasza Świdorskiego, który pokonał Rakowieckiego bezpośrednim strzałem z rzutu wolnego. Ruch mecz w Łomży kończył w dziesiątkę. Drugą żółtą i w konsekwencji czerwoną kartką został ukarany strzelec bramki – Skibko. Gra w przewadze pozwoliła łomżanom na śmielsze ataki. Gol na wagę zwycięstwa padł w 89. minucie. Trzy punkty przytomnym zachowaniem w polu karnym gości dał kapitan zespołu Rafał Maćkowski.

Pomimo tego, że zawodnicy ŁKS-u wciąż nie znajdują się w optymalnej formie, to mecz z Ruchem pokazał, że dzięki ambicji i zostawionemu sercu na boisku są oni w stanie powalczyć o każdy punkt. Punkt, który w ostatecznym rozrachunku może zadecydować o awansie.

Kolejna szansa na poprawienie bilansu punktowego nadarzy się w pojedynkach z KS Grabówką (20.08, wyjazd) i Turem Bielsk Podlaski (24.08, dom). Szczególnie to ostatnie spotkanie zapowiada się bardzo ciekawie.

SEBASTIAN CHRZANOWSKI

Łomża pobiegnie charytatywnie z PKO

Do Łomży wraca PKO Bieg Charytatywny. Rywalizacja odbędzie się 24 września 2022 roku, a zapisy ruszą już 24 sierpnia. Ostatni raz wydarzenie gościło w Łomży cztery lata temu.

PKO Bieg Charytatywny polega na pokonaniu przez pięcioosobowe zespoły jak największej ilości okrążeń bieżni w przeciągu jednej godziny. Aktywność biegaczy jest przeliczana na złotówki, a uzyskaną w ten sposób kwotę Fundacja PKO Banku Polskiego przekazuje na posiłki dla naj-

młodszych. Wiadomo już, że w tym roku, oprócz Łomży, rywalizacja będzie toczyła się także w Biłgoraju, Ostródzie, Rypinie, Sieradzu, Stalowej Woli, Sochaczewie, Zakopanem, Koszalinie, Katowicach, Polkowicach i Zielonej Górze.

W 2018 roku w Łomży wystartowało

70 pięcioosobowych zespołów, które pokonały łącznie 2753 okrążeń bieżni, co dało naszemu miastu wysokie drugie miejsce w całym kraju. Impreza w grodzie nad Narwią odbyła się także w 2015 i 2016 roku. Za pierwszym razem uczestnicy przebiegli ponad 2 tysiące okrążeń, za drugim było ich już ponad 2,5 tys. Jak będzie tym razem? Przekonamy się już 24 września.

ŁUKASZ CZECH

Łomżanin w krajowej czołówce street workout

Pasją do tego sportu zarazili go znajomi. 18-letni Filip Tyborowski ma na swoim koncie już pierwszy sukces. Pod koniec lipca dostał się do półfinału ogólnopolskich zawodów Street Workout Straight Outta Battle, które odbyły się w Cekcynie k. Bydgoszczy.

Dla młodego łomżanina były to pierwsze zawody tak dużej rangi. W kategorii freestyle zajął ostatecznie 7. miejsce. Jak przyznaje, mogło być jeszcze lepiej, ale nie narzeka. Podczas pokazu uderzył nogami w konstrukcję, przez co stracił równowagę w dalszych elementach.

- Trochę się stresowałem, ale z każdą minutą nabierałem pewności siebie. Teraz wiem „z czym to się je” – żartuje uczeń czwartej klasy technikum elektrycznego Zespołu Szkół Mechanicznych i Ogólnokształcących nr 5 w Łomży.

Ze street workout zetknął się po raz pierwszy w wieku piętnastu lat, kiedy ze znajomymi wybrał się na pierwszy trening.

- Tam poznałem kilku starszych kolegów, którzy zapoznali mnie z tym sportem, wyjaśnili mi na czym on polega i pomogli ułożyć pierwszy plan treningowy – mówi Filip Tyborowski.

Treduje pięć razy w tygodniu na starym skate parku przy ulicy Mazowieckiej.

- Niestety nie są to warunki, które umożliwiałyby mi dobry rozwój. Mimo tego staram się dawać z siebie wszystko – przyznaje 18-latek.

Street workout to aktywność fizyczna polegająca na treningu z własną masą ciała z wykorzystywaniem elementów zabudowy miejskiej lub specjalnie wykonywanych do tego celu parków do ćwiczeń opartych głównie o kalistenikę.

GRZEGORZ DANILUK



Filip Tyborowski podczas zawodów Street Workout Straight Outta Battle (fot. archiwum prywatne)



Spotkanie z prezydentem Łomży (fot. Grzegorz Daniluk)

„My z Łomży” Biuletyn Informacyjny Urzędu Miejskiego w Łomży

Wydawca: Urząd Miejski w Łomży, 18-400 Łomża, ul. Stary Rynek 14, tel. 86 215 67 24, e-mail: 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: Drukarnia Top Druk, 18-400 Łomża, ul. Nowogrodzka 151a, tel. 86 473 02 12, e-mail: biuro@topdruk24.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. W. Sikorskiego 166), Dzienny Dom Senior + (ul. M.C. Skłodowskiej 2), Klub Seniora MOPS (ul. Nowogrodzka 7A), Miejska Hala Targowa (ul. Gen. W. Sikorskiego 176A), Pływalnia Miejska nr 1 (ul. J.U. Niemcewicz 17), Park Wodny (ul. Kard. S. 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. Woj. 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. J. Śniadeckiego 2A), Sklep „Groszek” (ul. W. Łukasińskiego 82), Market D-1 (ul. Gen. W. Sikorskiego 87), Zakład Gastronomiczny „Smaczek” (ul. Sybiraków 20, lok. 2A), sieć piekarni „Kraska”, „Okruszek” i „Serafin”, sieć sklepów „Alex”, „Lewiatan”, „Chorteni” PSS Spółem, Restauracja Na Farnej (ul. Farna 9), Pierogarnia Stary Młyn (Stary Rynek 22), Szkoła Językowa LINGUO (ul. Kard. S. Wyszyńskiego 30), My Center (Al. Legionów 60C), Sklep „Polmar” (ul. M. 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.

Jarmark

Z A S M A K U J W Ł O M Ż Y

18 WRZEŚNIA 2022

9:00-15:00

**PARK JANA PAWŁA II
-PAPIEŻA PIELGRZYMA**

**NA STOISKACH:
ŻYWNOSĆ TRADYCYJNA
I REGIONALNA ORAZ
WYROBY RĘKODZIEŁA
ARTYSTYCZNEGO**

GODZINA 12:00

MUZYCZNO-BALONOWY pokaz
w wykonaniu **Patrycji Lipińskiej**,
uczestniczki programu „Mam talent”

