



**Zasmakuj
w Łomży**

My z Łomży

Biuletyn Informacyjny Urzędu Miejskiego w Łomży

EGZEMPLARZ BEZPŁATNY / grudzień 2022



W NUMERZE M.IN.:

**ŁOMŻYŃSKA WIECZERZA WIGILIJNA PONOWNIE NA
STARYM RYNKU**

STR. 3

**WYWIAD Z MARIUSZEM CHRZANOWSKIM, PREZYDENTEM
MIASTA ŁOMŻA**

STR. 10

MIĘDZYNARODOWO I BIZNESOWO W ŁOMŻY

STR. 12

Na zdjęciu:

Łomżyńskiej Wieczery Wigilijnej towarzyszyły liczne atrakcje, w tym występ szczudlarzy (fot. Łukasz Czech)

„Oto zwiastuję wam radość wielką, która będzie udziałem całego narodu:
dziś w mieście Dawida narodził się wam Zbawiciel, którym jest Mesjasz, Pan”.

Łk 2, 10-11

Niech betlejemskie światło
wypełni serce i rozjaśni życiowe ścieżki,
a Nowy Rok będzie czasem pokoju, radości
oraz sukcesów osobistych i zawodowych.

Mariusz Chrzanowski
Prezydent Łomży



W numerze nie zabraknie oczywiście porad zdrowotnych naszego redakcyjnego medyka dr. Kazimierza Bandzula. Tym razem tematem rozważań będą przyczyny chorób u dzieci i sposoby na poprawę odporności naszych milusińskich.

Pamiętaliśmy o amatorach fotografowania i jak co roku przygotowaliśmy konkurs, w którym mogą oni wykazać się swoimi umiejętnościami i pomysłowością. Na autorów najlepszych zdjęć czekają oczywiście nagrody.

Sportowych wrażeń dostarczyli nam zawodnicy Uczniowskiego Klubu Sportowego „Butterfly”, którzy z powodzeniem wzięli udział w ogólnopolskich zawodach pływackich pn. „Od Młodzika do Olimpijczyka”.

Pozytywnych przeżyć i emocji nie brakuje z pewnością także na lodowisku „Biały Orlik”, które jak co roku przy ul. Katyńskiej uruchomił Miejski Ośrodek Sportu i Rekreacji w Łomży.

Do grudniowego numeru została dołączona niespodzianka – specjalny kalendarz na 2023 rok

Wszystkim naszym Czytelnikom życzymy zdrowych, radosnych i pogodnych Świąt Bożego Narodzenia, a Nowy Rok niech przyniesie same sukcesy. Do siego roku!

Życzymy miłej lektury
Redakcja

Szanowni Mieszkańcy, Drodzy Czytelnicy!

Oddajemy w Państwa ręce ostatnie w tym roku wydanie naszego biuletynu. Znajdziecie w nim relację z pierwszej od dwóch lat Łomżyńskiej Wieczery Wigilijnej, która odbyła się na Starym Rynku.

W świąteczny nastrój wprowadzą nas bożonarodzeniowe tradycje kultywowane w wielu łomżyńskich domach oraz żywa szopka przy parafii Św. Andrzeja Boboli. Zamieszkują w niej zwierzęta podarowane przez okolicznych gospodarzy.

Największa i długo wyczekiwana inwestycja w ostatnim czasie, czyli przebudowa placu Starego Rynku, dobiegła końca. Efekty rewitalizacji w pełni będziemy mogli podziwiać w ciepłych miesiącach, kiedy to zazielenią się nasadzenia i uruchomiona zostanie fontanna.

Za to już teraz, do woli można cieszyć się widokiem świątecznych dekoracji, które zdobią Park Jana Pawła II – Papieża Pielgrzyma. Na spacerowiczów spoglądają tam znajome postacie, takie jak Miś Łomżatek, wiewiórka i ogromy – dumnie spoglądający na przechodniów – jeleń. W swoje progi zaprasza szczególnie najmłodszych- piernikowy domek.

W wywiadzie miesiąca prezydent Łomży Mariusz Chrzanowski podsumowuje 12 ostatnich miesięcy. Zapytaliśmy go też o plany i wyzwania, jakie stoją przed miastem.

Jednym z nich będzie z pewnością budowa nowego budynku Przedszkola Publicznego nr 5, na realizację której podpisano już umowę.

Łomża rozwija współpracę międzynarodową i gospodarczą! Nad Narew przybyły liczne delegacje miast partnerskich, które wzięły udział w spotkaniach studyjnych w lokalnych przedsiębiorstwach oraz konferencji w Hali Kultury.



Z okazji Świąt Bożego Narodzenia
życzę samych radości, spokoju, rodzinnego ciepła
i miłości.

Niech Nowy 2023 Rok
obfituje w zdrowie, rodzinną harmonię
i wszelką pomyślność.

Alicja Konopka
Przewodnicząca Rady Miejskiej Łomży



Łomżyńska Wieczerza Wigilijna ponownie na Starym Rynku

Po dwóch latach przerwy, na świeżo oddany plac Starego Rynku wróciła wigilia miejska. Nie zabrakło występów artystycznych, wspólnego śpiewania kolęd i pastorałek, dzielenia się opłatkiem oraz tradycyjnych potraw. Wcześniej odbył się Jarmark Bożonarodzeniowy „Zasmakuj w Łomży”.

Stary Rynek po kilkuletniej przerwie ponownie zapełnił się mieszkańcami, którzy przybyli do serca miasta aby wspólnie świętować narodzenie Zbawiciela.

Składając świąteczne życzenia prezydent Mariusz Chrzanowski, podkreślał że ostatni okres pokazał nam, jak ważne w naszym życiu jest zdrowie, pokój, zgoda i pomoc drugiemu człowiekowi.

- *Przed nami piękny czas Bożego Narodzenia. Niech to będzie okres spędzony w gronie najbliższych nam osób, naszych rodzin, przyjaciół, znajomych. Niech upłynie nam w zdrowiu, szczęściu i pomyślności. A nowy 2023 rok niech będzie czasem pojednania w naszym kraju, zgody w naszym mieście oraz naszych rodzinach. Niech to będzie kolejny dobry rok rozwoju naszej Łomży –* mówił wódtarz miasta.

O łączności Łomży z miejscem narodzenia Chrystusa w Betlejem dzięki płomieniowi przyniesionemu przez harcerzy Nadnarwiańskiego Hufca ZHP, mówił do zgromadzonych duszpasterz łomżyńskiego Kościoła, ks. bp Janusz Stepnowski, który życzył, aby radość betlejemską zagościła w łomżyńskich domach.

- *Życzę radości spotkania się z najbliższymi, bo święta Bożego Narodzenia, to święta rodzinne. Niech Pan Bóg wam wszystkim błogosławi –* powiedział biskup Janusz Stepnowski.

Po życzeniach przyszedł czas na podzielenie się opłatkiem i skosztowanie tradycyjnych wigilijnych potraw. Mieszkańcy mogli ogrzać się też przy pachnącej goździkami, cynamonem i cytryną herbacie, wydawanej w Hali Kultury. Świąteczne posiłki przygotowane zostały przez łomżyńskie stołówki działające w bursach szkolnych nr 1, 2 i 3 w „Budowlance” oraz w „Wecie”.

Co jakiś czas na scenie pojawiały się dzieci z zespołów artystycznych Miejskiego Domu Kultury – Domu Środowisk Twórczych, a na placu można było podziwiać szczudlarzy, którzy szczególnie dla najmłodszych stanowili nie lada atrakcję.

Tradycyjnie Łomżyńską Wieczerzę Wigilijną poprzedził Bożonarodzeniowy Jarmark „Zasmakuj w Łomży”. Były tam stoiska ze świątecznymi ozdobami, prezentami, wyrobami rękodzieła artystycznego i potrawami regionalnymi, a w Hali Kultury odbyły się warsztaty dekoracji pierników i pokazy filmów animowanych. Wydarzenie to było organizowane w ramach projektu pn. „Łomża – Miasto, w którym żyje i pracuję”, finansowanego ze środków Norweskiego Mechanizmu Finansowego 2014-2021.

Władze miasta nie zapomniały również o najbardziej potrzebujących. Wzorem lat ubiegłych w dniu 24 grudnia w godzinach od 9:00-12:00, w ramach tzw. wigilii mobilnej, w trzech punktach Łomży staną specjalne autobusy Miejskiego Przedsiębiorstwa Komunikacji, z których wolontariusze oraz żołnierze wydawać będą paczki ze świątecznym posiłkiem osobom samotnym i ubogim. Hermetycznie zapakowane porcje będą wręczane na Placu Niepodległości, przy Parku Wodnym (ul. Wyszyńskiego 15) oraz na parking przy Międzynarodowej Akademii Nauk Stosowanych (ul. Studenckiej 19).



Ogień, który posłużył do rozpalenia ogniska pochodził z Groty Narodzenia Pańskiego w Betlejem (fot. Łukasz Czech)



Mieszkańcy podzielili się opłatkiem (fot. Łukasz Czech)



Każdy z uczestników mógł skosztować wigilijnych potraw (fot. Łukasz Czech)

Siła tradycji

To dzięki niej znamy swoje korzenie, wiemy kim jesteśmy, skąd pochodzimy, kim byli nasi przodkowie. Jest ona międzypokoleniowym przekazem zawierającym wierzenia, poglądy, czy zachowania charakterystyczne dla pewnej zbiorowości. Boże Narodzenie to czas przebaczenia i pokoju, wyjątkowe święta pozwalające odczuć to, co ważne: życie, praca, ale przede wszystkim związek z innymi ludźmi oraz właśnie – więź z tradycją.

Oplątek

Łamanie się opłatkiem to najważniejszy punkt wigilijnej wieczerzy, wywodzący się już od pierwszych chrześcijan, którzy dzielili się chlebem. Jest on wyrazem pojednania i przebaczenia. Podczas łamania się opłatkiem, bliscy składają sobie życzenia, po czym zasiadają do kolacji wigilijnej. W niektórych domach moment ten poprzedza modlitwa oraz czytanie fragmentu Ewangelii wg św. Łukasza.



Nieodłącznym elementem Świąt Bożego Narodzenia jest opłatek (fot. Grzegorz Daniluk)

Pierwsza gwiazdka

Chętnie wypatrywana przez dzieci. Jej pojawienie się na niebie to znak, że można zasiadać do wigilijnej kolacji. Tradycja ta nawiązuje do gwiazdy betlejemskiej, która zwiastowała narodziny Jezusa.

Dodatkowe nakrycie

Dawniej było to najczęściej miejsce dla zmarłego członka rodziny. Wierzono bowiem, że w mieszkaniu mogą być duchy zmarłych.

- *Czasami nawet przed siadaniem do wieczerzy, zmiatało się ręką siedzenie, aby nie usiąść na ducha jakiejś osoby. Wierzono, że przybywają, aby otoczyć daną rodzinę opieką* – wyjaśnia Wiesława Pawlak, etnograf w Muzeum Północno – Mazowieckim w Łomży i dodaje, że zmarłym poświęcano ogromnie dużo czasu także w adwencie. Sprzyjał temu brak prac polowych i długie wieczory.

- *Kobiety spotykały się na tak zwanych bożych obiadach, podczas których dzień i noc modlono się za tych, którzy odeszli. Towarzyszył tym spotkaniom sowity poczęstunek.*

Obecnie wolne miejsce przy stole przygotowywane jest z myślą o zbłąkanych

wędrowcu. W ten sposób zaprasza się go do stołu i wspólnego świętowania, gdyż panuje powszechne przekonanie, że w tym wyjątkowym dniu nikt nie powinien być sam.

Hej kołoda kołoda...

Boże Narodzenie to również okres radości i zabawy. Szczególne znaczenie ma, a przynajmniej miała tradycja śpiewania kołód. Pieśni o narodzeniu Jezusa rozbrzmiewały w wigilijny wieczór niemal w każdym domu.

Dziś, wygląda to już zupełnie inaczej. Niewielu młodych zna słowa kołód, co najwyżej pierwsze zwrotki, dlatego płyną głównie z radiowych i telewizyjnych głośników.

Według tradycji chrześcijańskiej autorem pierwszej kołody był św. Franciszek z Asyżu. Najpopularniejsza pieśń – „Cicha noc” powstała w 1818 roku w austriackim miasteczku w Alpach i została przetłumaczona na ponad 300 języków.

Wigilijne potrawy

Tradycje bożonarodzeniowe dotyczą również wigilijnych potraw. Powinno być ich 12, co równa się liczbie apostołów

zasiadających z Jezusem do ostatniej wieczerzy, a spróbowanie każdej ma zapewnić szczęście przez cały rok.

Dania, które dawniej gościły na wigilijnym stole nie różniły się zbyt od dzisiejszych.

- *Powinny się tam znaleźć produkty z czterech obszarów: lasu, wody, ogrodu i pola. Przygotowywano więc np. chleb ze śledziem, zupę z suszonych owoców, czy kapustę z grzybami* – wylicza etnograf Pawlak.

Siano pod obrusem

To tradycja, która powróciła stosunkowo niedawno. Dawniej jednak, pod obrusem kładło się duże ilości siana, nawiązując w ten sposób do żłóbka, w którym leżało dzieciątko, a także skromności i ubóstwa, w jakich na świat przyszedł Jezus.

Wierzono również, że siankiem domownicy zapewniają sobie dostatek i powodzenie na kolejny rok. Związane z nim były różnego

rodzaju wróżby.

- *Wyciągnięcie długiego, grubego zielonkawego źdźbła miało przepowiadać urodzaj w przyszłym roku, a krótkie, wypłowiawe wróżyło zły rok* – mówi Wiesława Pawlak.

Ubieranie choinki

Ważnym symbolem Świąt Bożego Narodzenia jest również choinka. Jest to jednak zwyczaj, który upowszechnił się dopiero w latach 50-tych. Wówczas to, z uwagi na niewielkie mieszkania popularne były sztuczne drzewka. Na szczęście, do łask już od kilku lat wracają naturalne świerki, jodły, których niepowtarzalny zapach staje się ważnym elementem tych zimowych świąt.

Jemiola

Ta roślina przybyła do nas z Wielkiej Brytanii i według celtyckich wierzeń ma zapewnić płodność i chronić przed złymi duchami. Mówi się również, że największą moc ma właśnie podczas Świąt Bożego Narodzenia. Całują się pod nią zakochani wierząc, że pomoże stworzyć stabilny i silny związek.

Żywy obraz Betlejem w Łomży



Budynek szopki jest już gotowy, 23 grudnia wejdą tam zwierzęta (fot. Sebastian Chrzanowski)

Pierwsza bożonarodzeniowa żywa szopka powstała za sprawą św. Franciszka z Asyżu, który w 1223 roku zorganizował ją we włoskim Greccio. O tę tradycję na terenie łomżyńskiej diecezji dba ks. Andrzej Popielski – proboszcz parafii pw. św. Andrzeja Boboli w Łomży, który w tym roku już po raz dwudziesty zaprasza wiernych do wyjątkowej szopki z żywymi zwierzętami.

Idea żywej szopki towarzyszyła ks. Andrzejowi jeszcze przed powstaniem kierowanej przez niego parafii. - *Zawsze miałem marzenie o szopce. Widziałem takie na Jasnej Górze i w Krakowie. Myślałem, że gdy będę proboszczem, to ją zorganizuję. I tak się stało w 2003 roku. Podzieliłem się myślą z parafianami i od marzenia przeszliśmy do realizacji. Na początku chcieliśmy pokazać coś innego niż tradycyjne szopki w kościołach, bądź szopka ruchoma u Ojców Kapucynów. Z czasem decyzja ta została na stałe wpisana w krajobraz Ziemi Łomżyńskiej – przynajmniej inicjator łomżyńskiego przedsięwzięcia.*

Corocznie w organizację „bobolańskiej” szopki, poza nim, angażuje się wielu parafian, okolicznych rolników i ludzi dobrej woli. Mieszkańcy i wierni parafii pw. św. Andrzeja Boboli już z początkiem adwentu rozpoczynają budowę budynku, gdzie przez najbliższe tygodnie będą mieszkali zwierzęta. Te z kolei wypożyczają hodowcy ze Starej Łomży, Siemienia Nadrzecznego, Sławca. Będący nie małą atrakcją bocian przyjeżdża do Łomży aż z Białej Piskiej.

Część pupilów i inwentarza jest własnością samego ks. Andrzeja, który jednocześnie zaznacza, że cały dobytek jest pod nadzorem weterynaryjnym. Wszystkie żywe stworzenia znajdują się również pod czujnym okiem „Bacy Józefa”, który karmi je dwa razy dziennie i dba o ich kondycję zdrowotną. Odwiedzający łomżyńską szopkę mogą spotkać w niej m.in. pawie, różnego rodzaju kurki, bociana, kozę, króliki. Nowością w tym roku będą kaczki mandarynki i bażanty. Zwierzęta są oswojone i nie boją się ludzi.

- *Na ten moment szopka jest już gotowa. Czekają na zwierzęta. Z dniem 23 grudnia będzie zasiedlana* – relacjonuje ks. Popielski.

Żywa szopka przy kościele pw. św. Andrzeja Boboli otwierana jest w noc Bożego Narodzenia przed Pasterką. Kapłan prowadzący eucharystię uroczyste święci zgromadzone w niej zwierzęta i oznajmia o jej otwarciu. Wierni mogą ją odwiedzać codziennie do Święta Trzech Króli w godzinach od 8.00 do 20.00. Z pew-

nością ks. Andrzej nie może narzekać na brak zainteresowania swoją inicjatywą.

- *Nasza szopka cieszy się popularnością nie tylko wśród mieszkańców naszego pięknego grodu, ale i ich świątecznych gości. Niektórzy przyjeżdżają specjalnie spoza naszego rejonu. Wielu odwiedzających robi swoisty spacer, objazd po łomżyńskich szopkach. Dzieci z lokalnych i regionalnych szkół odwiedzają Teatr Lalki i Aktora, później Szopkę Bobolańską i Ruchomą u Kapucynów.* – wylicza proboszcz i przyznaje, że szczególnie pozytywnie na zwierzęta reagują dzieci, karmiąc je i głaszcząc. - *To swoista lekcja przyrody, ale w korelacji z religią* – dodaje.

Okres Świąt Bożego Narodzenia nierozdzielnie związany jest z tradycją budowania szopek. Są one obecne w naszych domach, zakładach pracy, ale przede wszystkim w kościołach. Ich obecność pomaga nam właściwie przeżywać ten szczególny czas. Odwiedzenie żywej szopki pozwala zobaczyć, w jakich warunkach na świat przyszedł Pan Jezus Chrystus. Okrągły jubileusz „bobolańskiej” inicjatywy ks. Andrzeja Popielskiego jest znakomitą okazją do odwiedzenia tego miejsca, szczególnie z dziećmi. Ks. Andrzej, pomimo dwudziestoletniego stażu w organizacji żywej szopki, już wybiega myślami w przyszłość.

- *Pragnę, aby szopka zawsze przypominała prawdę o Nowonarodzonej Jezusie Chrystusie naszym Zbawicielu. Marzę, by idea żywej szopki bożonarodzeniowej przetrwała mnie. Chciałbym, aby powodowała zachwyt nad naturą i dawała radość z obcowania z nią. By jednocześnie zarówno jej budowniczych, jak też opiekunów zwierząt i odwiedzających – przynajmniej.*

W imieniu Ks. Andrzeja Popielskiego i wszystkich zaangażowanych w corocznie przygotowywaną żywą szopkę, zapraszamy do odwiedzania kościoła pw. Św. Andrzeja Boboli w Łomży (ul. Wąska 93).

- *Zapraszamy rodziny, nie tylko po to, aby zobaczyć tę piękną szopkę, ale też żeby się pomodlić i przeżywać święta w dziękczynieniu, radości i w prośbie, żebyśmy zawsze byli dla siebie ludźmi otwarci. Otwartość Boga na człowieka stanowi zaproszenie do takiej samej otwartości nas samych na drugiego. Tego chciałbym wszystkim życzyć w sposób szczególny – zaprasza inicjator łomżyńskiej żywej szopki.*

SEBASTIAN CHRZANOWSKI

Stary Rynek w nowej odsłonie

Po 2,5 roku od rozpoczęcia prac zakończyła się rewitalizacja Starego Rynku w Łomży. I choć w pełnej krasie zobaczymy go dopiero w okresie wiosenno-letnim przyszłego roku, to już teraz mieszkańcy mogą dostrzec pierwsze efekty.

– *To kluczowa inwestycja w sercu łomżyńskiej starówki, z niecierpliwością wyczekiwana przez mieszkańców, zmienia oblicze tej części miasta, stając się doskonałym miejscem do rekreacji i wypoczynku całych rodzin oraz organizacji różnego rodzaju wydarzeń kulturalno-rozrywkowych. Niewątpliwie jej zakończenie wpłynie na ożywienie centrum, na co liczą też okoliczni przedsiębiorcy – podkreśla zastępca prezydenta Andrzej Garlicki.*

Głównym celem projektu pn. „Projekt Kultura – kontynuacja rewitalizacji Starego Rynku w Łomży” była zmiana przeznaczenia placu Starego Rynku z funkcji handlowej na kulturowo-edukacyjną oraz społeczną z ochroną i zachowaniem dziedzictwa kulturowego.

W wyniku przeprowadzonej inwestycji Stary Rynek zyskał nową nawierzchnię z kostki granitowej i płyt granitowych płomieniowanych. W pobliżu narożnika ze skrzyżowaniem ulic Farnej i Długiej powstała fontanna jako forma wodna ze ścianą wody i kaskadami, składająca się z 13 dysz, 5 ułożonych jest w jej centrum i po 2 w każdej z 4 odnóg. Ze względu na warunki atmosferyczne jej pierwsze uruchomienie planowane jest wiosną przyszłego roku. Bliżej skrzyżowania z ul. Rządową powstał skansen archeologiczny z przeszkleniem, w którym możemy zobaczyć fragmenty fundamentów wraz z piwnicą prawdopodobnie wieży ratuszowej. W posadzce rynku kamieniami zaznaczono ślady po fundamentach dawnego ratusza. Nadmurowana została jedna z odkrytych murowanych studni o średnicy 240 cm. Z trzech stron Stary Rynek otacza piętnaście klonów kulistych pospolitych. Jest to dwukrotnie większa liczba drzew, niż była założona w pierwotnym projekcie rewitalizacji. Zamontowano również stylowe lampy oświetleniowe. Przeprowadzone prace obejmowały także roboty kanalizacyjne, sanitarne i elektryczne oraz wykonanie miejsc parkingowych i przystanku autobusowego.

Właściciel Zakładu Drogowego „Kafil”, realizującego tę inwestycję nie ukrywa,



Kończące się prace na placu Starego Rynku (fot. Łukasz Czech)

że było to najtrudniejsze zadanie, jakie dotychczas wykonywała jego firma.

– *Nie było lekko, bo oprócz krótkiego terminu doszły też sprawy związane z sytuacją gospodarczo-ekonomiczną, czyli brakiem materiałów na rynku, znacznym wzrostem cen w branży budowlanej, w przypadku niektórych materiałów nawet o 30 proc. Latem zmagaliśmy się z wysokimi, a w samej końcówce niskimi temperaturami – informuje Wiktor Chyczyński. Jak dodaje, w pierwszej chwili nie był do końca przekonany do tego projektu, ale z czasem uznał, że będzie się on ładnie prezentował i komponował z Halą Kultury oraz, że efekt będzie znacznie lepszy od przewidywań, co powinni dostrzec nawet sceptycy.*

Pierwsza umowa na rewitalizację Starego Rynku została zawarta w lutym 2020 roku z firmą Granit Dariusz Pylak Sp. z o.o. ze Strzegomia. Cała inwestycja miała wówczas kosztować 6,7 mln zł. Przeprowadzone w ramach zadania prace archeologiczne odkryły, oprócz licznych zabytków ruchomych, takich jak fragmenty naczyń glinianych, pojemników szklanych, kafli, kości zwierzęcych czy drobnych miedzianych monet oraz żelaznych przedmiotów służących do codziennego użytku, także elementy budowli z przeszłości. Wśród nich są kamienne relikty budynku Ratusza z XV wieku i dobudowanej w XVI wieku jego południowo-wschodniej części, pod którą znajdują się znacznie starsze drewniane relikty wcześniejszej towarzyszącej zabudowy rzemieślniczej i gospodarczej. W części południowo-zachodniej widać było ceglane relikty najprawdopodobniej wspominanej w źródłach pisanych

oberży, a w pobliżu budynków murowanych odsłonięto dwie drewniane studnie oraz dwa murowane zbiorniki na wodę.

Zmiany w projekcie rewitalizacji Starego Rynku, wynikające z dokonanych odkryć archeologicznych i obowiązek ponownego uzyskania uzgodnień z konserwatorem zabytków, spowodowały ponad roczny przestój w realizacji tej inwestycji. W międzyczasie trwała pandemia koronawirusa, która miała znaczący wpływ na wzrost cen materiałów budowlanych. Dlatego firma ze Strzegomia skierowała do Urzędu Miejskiego nową ofertę cenową wykonania pozostałych prac na Starym Rynku. Przepisy prawa zamówień publicznych nie pozwalały na wyliczenia przez ówczesnego wykonawcę kosztów po cenach wyższych, niż te wskazane przez niego w kosztorysie ofertowym. Stąd wyniknęła konieczność ogłoszenia nowego przetargu na dokończenie prac.

W pierwszym przetargu na dokończenie rewitalizacji Starego Rynku odrzucono ofertę firmy, która złożyła wówczas najkorzystniejszą propozycję zaś kolejna znacznie przewyższała założone na ten cel środki w budżecie miasta. Drugi przetarg zakończył się już podpisaniem umowy w dniu 31 marca 2022 r. z Zakładem Drogowym „Kafil” z Łomży, który doprowadził przedsięwzięcie do końca.

Całkowita wartość prac wyniosła 10.428.690,99 zł brutto, z czego otrzymane wsparcie zewnętrzne to 5.358.906,76 zł brutto (w tym 4.689.043,42 zł wkładu z UE oraz 669.863,34 zł Budżetu Państwa).

„Piąteczka” zyska nowe lokum

Na ten moment Przedszkole Publiczne Nr 5 w Łomży czekało wiele lat. Niebawem rozpocznie się budowa jego nowego budynku. Podpisano już umowę na tę realizację. Całkowity koszt przedsięwzięcia to ponad 15 milionów złotych, z czego większość środków pokryje dofinansowanie z Rządowego Funduszu „Polski Ład”.

– *To inwestycja niezwykle potrzebna w tej części miasta, z uwagi na jej rozbudowę i związane z tym zapotrzebowaniem na opiekę nad dziećmi. Na jej realizację udało nam się zdobyć dofinansowanie z Rządowego Funduszu „Polski Ład”* – mówił prezydent Łomży Mariusz Chrzanowski, dziękując za wsparcie podlaskim parlamentarzystom: Aleksandrze Łapiak i Kazimierzowi Gwiazdowskiemu.

Ten ostatni podkreślał dobrą współpracę samorządu z rządem, która zaowocowała przyznaniem środków na budowę najstarszego łomżyńskiego przedszkola. – *Gratuluję i życzę wszystkim, abyśmy za 18 miesięcy spotkali się na uroczystym otwarciu tego obiektu.*

Także poseł Aleksandra Łapiak, w swoim liście odczytanym przez Dariusza Wojtkowskiego, sekretarza Solidarnej Polski w województwie podlaskim, zapewniała o swoim wsparciu i dalszej współpracy z Miastem Łomża, dla dobra jego mieszkańców.

– *Dzisiejszy dzień jest wielkim sukcesem i dowodem na to, że dotrzymujemy obietnic. Udało nam się zabezpieczyć środki na realizację tej inwestycji* – dodawał zastępca prezydenta Łomży Andrzej Garlicki, zaznaczając, że nowa siedziba „Piąteczki”, będzie bardzo nowoczesna i doskonale wkomponuje się w otoczenie.

– *Warto mieć marzenia. Dziś nasze pragnienia o pracy w godnych warunkach zaczynają się spełniać, za co jestem niezmiernie wdzięczna wszystkim, którzy się do tego przyczynili* – dziękowała za wyjątkowy prezent mikołajkowy dyrektor przedszkola, Jadwiga Juchniewicz.

Z kolei przedstawiciel wykonawcy - R/S Budownictwo S.A z Białegostoku, członek zarządu Marcin Piotrowski zapewnił, że firma dołoży wszelkich starań, aby realizacja obiektu przebiegała sprawnie i terminowo.

Zadanie pod nazwą Budowa Przedszkola Publicznego nr 5 w Łomży obejmuje budowę nowego budynku wraz



Tak obecnie wygląda budynek przedszkola (fot. Łukasz Czech)

z niezbędną infrastrukturą i zagospodarowaniem terenu. Zrealizuje je białostocka firma R/S Budownictwo S. A. W ciągu 18 miesięcy ma powstać nowoczesny obiekt wolnostojący o powierzchni użytkowej ogółem 1.725,04 m², na części piętrowy z częściowym podpiwniczeniem.

Na parterze znajdować się będą 4 sale zajęć przedszkola, 2 sale zajęć żłobka, sanitariaty, magazynki, jak również pozostałe pomieszczenia: kuchnia z zapleczem, pokoje biurowe, socjalne, sala ćwiczeń, toalety oraz szatnie dla żłobka i przedszkola.

Na pierwszym piętrze planuje się utworzenie 3 sal zajęć przedszkola, sanitariaty, magazynki, pokoje biurowe pracowników administracji, rozdzielnię kuchenną i toaletę dla pracowników.

W piwnicy ulokowane będą pomieszczenia magazynowe powiązane z zapleczem kuchni, wymiennikownia oraz magazyny dla żłobka i przedszkola.



Symboliczny moment podpisania umowy (fot. Sylwia Marciniak)

Inwestycja pod nazwą „Budowa Przedszkola Publicznego nr 5 w Łomży” pochłonie 15.375.000 zł. Dofinansowanie wyniesie 12.750.000 zł, czyli 82,93% ostatecznej wartości przedsięwzięcia i pochodzi z Rządowego Funduszu Polski Ład: Programu Inwestycji Strategicznych (Edycja 2). Udział własny Miasta Łomża zamyka się w kwocie 2.625.000 zł.

Do Przedszkola Publicznego nr 5 w Łomży uczęszcza obecnie 125 dzieci. Nowy obiekt, na realizację którego podpisano umowę, został przewidziany na 175 miejsc i dodatkowo 40 miejsc w żłobku.

SYLWIA MARCINIAK

Łomża w blasku świątecznego klimatu

Po dwuletniej przerwie Stary Rynek zdoła pięknie rozświetlona bożonarodzeniowa choinka. Świąteczne iluminacje możemy podziwiać tradycyjnie w Parku Jana Pawła II – Papieża Pielgrzyma. Udekorowane zostały też główne arterie w mieście.

Łomżanie i odwiedzający nasze miasto czekali na ten moment z wytęsknieniem. Ponownie na Starym Rynku stanęła świąteczna choinka. Drzewko – jodła koreańska, ma 12 metrów wysokości i zostało подарowane przez jednego z mieszkańców Piątnicy. Szczególnie podczas wieczornych spacerów starówką prezentuje się znakomicie.

Nie mniej efektownie jest w Parku Jana Pawła II – Papieża Pielgrzyma, który zdoła kilkanaście iluminacji świątecznych. Spotkamy tam słynnego Misia Łomżatka czy wiewiórkę z orzechem. Jest też pędzący na motocyklu Św. Mikołaj, choinka, moni-dło, które nadaje się doskonale do robienia pamiątkowych zdjęć. Wspaniałe fotografie wyjdą z pewnością w świetlnej ramce, w której zmieści się cała rodzina. A do „ilu-

minacyjnej” rodziny dołączył w tym roku bałwanek z prezentem w ręku.

Elementy świetlne nadają ponadto świątecznego klimatu ulicom wokół Starego

Rynku, głównym ciągom komunikacyjnym oraz najważniejszym skrzyżowaniom w mieście. Tradycyjnie „Wesołych świąt” życzy napis zamieszczony nad wejściem do łomżyńskiego Ratusza.

GRZEGORZ DANILUK



Świąteczna choinka na Starym Rynku (fot. Marek Gładysiak / xlomza.pl)



Słynny Miś Łomżatek (fot. Marek Gładysiak / xlomza.pl)



Okazały bałwanek po raz pierwszy zaprezentował się przechodniom parku (fot. Marek Gładysiak / xlomza.pl)



Mikołaj Motocyklista (fot. Marek Gładysiak / xlomza.pl)



Wiewiórka z orzechem (fot. Marek Gładysiak / xlomza.pl)

Urzędnicza solidarność i szczęśliwe zakończenie



Filipek wraca do normalnego funkcjonowania (fot. archiwum prywatne)

Przez ostatni rok cała społeczność Łomży żyła zbiórką środków na leczenie Filipka Nowackiego. U chłopca wykryto bowiem bardzo rzadką chorobę genetyczną SMA2 – rdzeniowy zanik mięśni, która nieleczona prowadzi do najgorszego. W akcję charytatywną obok rodziny, bliskich chłopca, ale również zupełnie przypadkowych wolontariuszy, włączyli się też urzędnicy Ratusza. Udało się! Chłopiec otrzymał już terapię genową w Niemczech i jest w coraz lepszej kondycji.

Nadzieją na całkowite zatrzymanie choroby była terapia genowa, której koszty oscylowały w granicach 10 mln zł. Rozpoczął się wyścig z czasem i zbiórka na portalu siepomaga.pl.

Sprawy w swoje ręce postanowili wziąć też pracownicy Urzędu Miejskiego w Łomży, wsparci przez prezydenta Mariusza Chrzanowskiego. Chcieli w ten sposób pomóc swojej koleżance z pracy Annie Nowackiej z Centrum Obsługi Mieszkańców.

- To był odzew serca, zebraliśmy się spontanicznie. Każdy przyniósł co miał, zabawki, książki, były też przekąski i wypieki – wspominają Monika Górka i Marta Rzepnicka, jedno z koordynatorek kiermaszu w magistracie, który dał początek „urzędowemu” wsparciu.

Tylko w przeciągu jednego dnia udało się zbierać ponad 10 tys. zł, do tego doszło 6,5 tys. zł ze zbiórki wśród urzędników. Pieniądze były zbierane również podczas miejskich Mikołajek, które odbyły się w Hali Kultury.

- 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 – mówiła ze wzruszeniem, rok temu, mama Filipka.

Pomocą dla kilkunastomiesięcznego chłopca zaczęło żyć całe miasto i region. Prowadzono przeróżne akcje charytatywne i mimo, że darczyńców nie brakowało, to do finalnej kwoty wciąż było daleko. W przeciągu niecałego roku udało się zgromadzić około 3 mln zł, a do szczęśliwego zakończenia brakowało jeszcze prawie 7 mln zł.

Latem tego roku pojawiły się jednak nowe okoliczności – już te szczęśliwe, które sprawiły, że zbiórka mogła zostać zamknięta. Dzięki pani Marzenie z Jedwabnego rodzice Filipka mogli legalnie podjąć pracę w Niemczech. W ten sposób nabyli prawo do ubezpieczenia zdrowotnego, a chłopiec do refundacji leczenia.

Udało się. Filipek jest już po podaniu terapii genowej w Niemczech. Cała infuzja leku trwała niecałą godzinę – dożylnie i całkowicie bezboleśnie. Pierwsze efekty było widać już w drugiej dobie od podania terapii. Saturacje bardzo się poprawiły. Postępy widoczne są gołym okiem i każdego dnia chłopiec jest coraz silniejszy i bardziej samodzielny. Obecnie chodzi podpierając się na kulach. Potrafi tak spacerować nawet 40 minut. Profesorowie, którzy opiekują się nim, są pod wrażeniem ogromnych efektów, które osiąga.

- Jesteśmy szczęśliwi i spokojniejsi, bo teraz już wiemy, że z każdym dniem Filip nabiera nowych umiejętności. Wcześniej w perspektywie był wózek inwalidzki, czy respirator. Teraz samodzielność – mówi Anna Nowacka. - Mam nadzieję, że w takim tempie, w jakim Filip osiąga kolejne etapy sprawności, wiosną będzie już chodził bez kul – dodaje jej mąż Łukasz, tata Filipka.

Radości ze szczęśliwego zakończenia nie kryje prezydent Mariusz Chrzanowski, który przekazał podziękowania pracownikom Ratusza i jednostek podległym Miastu Łomża za zaangażowanie w akcję charytatywną.

„Szlachetna Paczka” z Ratusza

Jak co roku, tak i tym razem pracownicy Urzędu Miejskiego w Łomży, włączyli się w ogólnopolski projekt pomocy rodzinom „Szlachetna Paczka”. Udało się zbierać rekordową kwotę 3260,60 zł na pomoc dla pani Izabeli i jej 6-letniej córki Zuzanny.

Za zebrane fundusze zakupiono wszystkie rzeczy, które rodzina wskazała w liście potrzeb. W paczkach znalazł się nowy telewizor i gofrownica, żywność trwała, chemia gospodarcza, ubrania, pościel, poduszki. Środków starczyło też na drobne prezenty.

Ponadto wsparcia udzielił Zakład Gospodarowania Odpadami Sp. z o.o. w Łomży, spełniając marzenie dziewczynki i kupując jej czteroświatowy rower. Natomiast karnet o wartości 500 zł do wykorzystania w Parku Wodnym ufundowała Fundacja Wsparcia Rozwoju Sportu, Turystyki i Rekreacji. Zbiórkę prowadzoną przez Ratusz wsparł dodatkowo Klub Radnych „Mariusza Chrzanowskiego”.

GRZEGORZ DANILUK



Paczki, które trafią do potrzebującej rodziny (fot. Grzegorz Daniluk)

GRZEGORZ DANILUK

„Bądźmy dla siebie bardziej życzliwi”

W corocznym wywiadzie z prezydentem Łomży Mariuszem Chrzanowskim rozmawiamy o najważniejszych inwestycjach minionego roku, problemach, z jakimi zmagają się samorządy oraz planach na 2023 rok.

Kończy się rok 2022, dlatego przyszedł czas na jego podsumowanie. Zaczniemy jednak od końca. Ważne dla mieszkańców Łomży wydarzenia wróciły do „serca” miasta.

Prezydent Łomży Mariusz Chrzanowski: Bardzo się cieszę, że na naszej starówce ponownie odbyła się Łomżyńska Wieczera Wigilijna i jarmark bożonarodzeniowy oraz będzie miała miejsce Łomżyńska Noc Sylwestrowa. W ostatnich latach było to niemożliwe ze względu na pandemiczne obostrzenia oraz modernizację płyty Starożyńskiego Rynku. Ta ważna dla naszego miasta inwestycja została już zakończona, dzięki czemu wiele wydarzeń powróci w to miejsce, a starówka znów zacznie żyć, czego przedsmak mieliśmy właśnie na miejskiej wigilii. I chociaż Stary Rynek w pełnej krasie zobaczymy wiosną, gdy zazielenią się posadzone wokół niego drzewa oraz uruchomiona zostanie fontanna, to już teraz możemy z niego korzystać. Pierwsza impreza na odrestaurowanej starówce już za nami, ale zapraszam naszych mieszkańców na kolejną, którą w nocy z 31 grudnia na 1 stycznia będzie Łomżyńska Noc Sylwestrowa.

Część samorządów zdecydowała się na rezygnację z organizacji miejskich zabaw sylwestrowych pod chmurką, argumentując to koniecznością oszczędzania. Łomża jednak taką imprezę robi.

Uznaliśmy, że nie powinniśmy pozbawiać mieszkańców możliwości wspólnej zabawy noworocznej. Oczywiście, ze względów oszczędnościowych nie zobaczymy na tym wydarzeniu wielkich gwiazd muzyki rozrywkowej. Zdecydowaliśmy się na trzygodzinną imprezę, podczas której wystąpią jedni z najpopularniejszych polskich wykonawców sceny klubowej: DJ Martin Rosa oraz DJ Brave. Dajemy w ten sposób możliwość wspólnego spędzenia czasu tym, których nie stać na wyjście na imprezę do lokalu lub nie mają możliwości, by zorganizować tzw. „domówkę”. Uważam, że taka jest właśnie rola samorządu. W ramach oszczędności nie jest natomiast planowany tradycyjny pokaz sztucznych ogni. Podobnie sytuacja ma się z iluminacjami świetlnymi. Wiemy, jak

ogromną radość sprawiają one szczególnie najmłodszym naszym mieszkańcom, dlatego upiększają już miasto. Podjęliśmy jednak decyzję, by tam, gdzie pozwalają na to możliwości techniczne, świeciły one krócej.

O wsparciu, jakiego Łomża udzieliła ogarniętej wojną Ukrainie rozmawialiśmy w czerwcowym wywiadzie. Nie sposób jednak uciec od jej wpływu również na funkcjonowanie naszego miasta.

Agresja Federacji Rosyjskiej na terytorium Ukrainy przełożyła się przede wszystkim na wzrost inflacji oraz problemy energetyczne. Ten pierwszy element dostrzegamy głównie podczas rozstrzygania przetargów na inwestycje, gdzie często składane oferty są znacznie wyższe od naszego, wykonywanego przeciętnie kilka miesięcy wcześniej, kosztorysu inwestorskiego. Gdyby nie dofinansowanie, jakie udaje nam się pozyskać ze środków rządowych czy funduszy unijnych, wiele z nich nie mogłoby zostać zrealizowanych. W tym miejscu należą się ogromne podziękowania za udzielane wsparcie posłom Aleksandrze Łapiak i Kazimierzowi Gwiazdowskiemu, europosłowi Krzysztofowi Jurgielowi oraz marszałkowi Arturowi Kosickiemu i wicemarszałkowi Markowi Olbrysiowi. Natomiast problem energetyczny z jednej strony wiąże się z kwestią dostępności surowców dla mieszkańców i tutaj włączyliśmy się w rządową akcję preferencyjnego zakupu węgla. Z drugiej, to brak ofert na dostawę energii elektrycznej dla Miasta Łomża w 2023 roku, co może skutkować tym, że zmuszeni będziemy do zakupu rezerwowego od sprzedawcy, który zapewni nam ciągłość dostarczania energii. Z tymi problemami



Prezydent Łomży Mariusz Chrzanowski (fot. Marek Gładysiak / xlomza.pl)

borykają się obecnie praktycznie wszyscy samorządowcy. Za pośrednictwem Związku Samorządów Polskich rozmawiamy ze stroną rządową i wspólnie próbujemy im zaradzić. Przyszły rok będzie zapewne najtrudniejszy, ale mam przekonanie, że będzie również przełomowy i cały nasz kraj zacznie wracać na właściwe tory, dzięki mądrym decyzjom rządzących.

Pomimo wzrostu cen, udało się zakończyć w tym roku wiele inwestycji. O Starym Rynku już mówiliśmy. A jakie inne duże zadania były realizowane?

To przede wszystkim połączenie ulic Wojska Polskiego i Nowogrodzkiej poprzez budowę nowej drogi stanowiącej przedłużenie ulicy Meblowej oraz przebudowa dochodzących do niej ulic Grabowej i Jaworowej. Te inwestycje stwarzają szansę na dalszy rozwój naszego miasta. Mają one wpływ na większą dostępność terenów przeznaczonych pod inwestycje i zabudowę mieszkaniową, a także przekładają się na poprawę komfortu jazdy i bezpieczeństwa użytkowników ruchu drogowego, a przedłużenie ulicy Meblowej stanowi także wewnętrzną miniobwod-

nicę naszego miasta. Do użytku oddaliśmy także zupełnie nowe drogi w rejonie ul. Księcia Stanisława, otwierając tym samym tereny pod budownictwo wielorodzinne. Środki na ich realizację pozyskaliśmy z Rządowego Funduszu Rozwoju Dróg. Zawsze bardzo cieszą mnie inwestycje w placówkach oświatowych. Przy wsparciu Funduszu Rozwoju Kultury Fizycznej oddaliśmy nowe boisko wraz z bieżnią przy Zespole Szkół Mechanicznych i Ogólnokształcących nr 5 w Łomży. Budowa takiego obiektu wyczekiwana była nie tylko przez uczniów, nauczycieli, ale również lokalną społeczność, która będzie mogła tu aktywnie spędzać wolny czas. Inwestycja w sport i młodzież zwraca się wielokrotnie. W tym roku, dzięki środkom wygospodarowanym w miejskim budżecie, wymieniona została stolarka okienna w budynku III Liceum Ogólnokształcącego. W „Budowlance” wymieniliśmy pokrycie dachowe jednego z budynków dydaktycznych. W Szkole Podstawowej nr 10 zmodernizowane zostało zaplecze sali gimnastycznej wraz z remontem dwóch mniejszych sal ćwiczeń, a w SP 4 zmodernizowaliśmy salę komputerową i łazienki dla chłopców. Cały czas trwa termomodernizacja budynku Bursy Szkolnej nr 2 oraz budowa sali sportowej przy Szkole Podstawowej nr 5 wraz z zapleczem szatniowym tej placówki. A jeszcze w grudniu wyłoniliśmy wykonawcę i przekazaliśmy plac pod budowę nowej siedziby Przedszkola Publicznego nr 5. Obecnie uczęszcza do niego 125 dzieci, a nowy obiekt został przewidziany na 175 miejsc przedszkolnych i dodatkowo 40 miejsc w żłobku. Środki na jego realizację pozyskaliśmy z Rządowego Funduszu Polski Ład.

Z jednej z inwestycji szczególnie mogą cieszyć się seniorzy. Jesienią remont przeszły pomieszczenia znajdujące się w ich Klubie przy ul. Nowogrodzkiej 7A.

Również na ten cel pozyskaliśmy rządowe środki, tym razem z programu Ministerstwa Rodziny i Polityki Społecznej „Senior +”. Zadanie objęło m.in. wymianę drzwi zewnętrznych i wewnętrznych, posadzek oraz oświetlenia na ledowe. Wydzielone zostały pomieszczenia na łazienkę dla osób niepełnosprawnych oraz pomieszczenie gospodarcze, a kotłownię oddzielono od części magazynowej piwnicy. Wyremontowano istniejące łazienki oraz zamontowano wentylację w pomieszczeniach kuchennych i łazience, a także wybudowany został podjazd dla osób niepełnosprawnych przy tylnym

wejściu. Zamontowano również daszki okapowe przy wejściach oraz usunięto część ogrodzenia metalowego od strony parku Jakuba Wagi. Do Klubu Seniora na co dzień uczęszcza około stu osób nieaktywnych zawodowo w wieku powyżej 60 lat, a do obecnej siedziby został on przeniesiony w ubiegłym roku. To ważne, by mieli oni miejsce, gdzie mogą się spotykać i oddawać swoim pasjom. Naszych seniorów staramy się wspierać w różny sposób, a jednym z nich, który należy wymienić, to realizowane od kilku lat szczepienia ochronne przeciwko grypie. W tym roku skorzystały z nich 392 osoby, o ponad 50 więcej niż rok wcześniej.

Nie tylko seniorzy, ale wszyscy mieszkańcy cieszą się już również z pierwszych autobusów elektrycznych w naszym mieście.

Dwa z nich już wyjechały na nasze ulice, a kolejnych sześć tej samej marki Yutong E12 pojawi się w przyszłym roku. Środki na ten cel pozyskaliśmy w ramach projektu „Zrównoważona mobilność miejska”. Kolejne cztery pojazdy o napędzie elektrycznym zakupimy w 2024 roku dzięki projektowi „Rozwój zielonego transportu publicznego w Łomży”, na który otrzymaliśmy dofinansowanie z Narodowego Funduszu Ochrony Środowiska i Gospodarki Wodnej w ramach programu „Zielony transport publiczny”. W kontekście rosnących cen energii elektrycznej warto podkreślić, że Miejskie Przedsiębiorstwo Komunikacji już od kilku lat przygotowuje się na wdrożenie elektromobilności. Panele fotowoltaiczne zostały zainstalowane na dachu i ścianach myjni autobusowej, mikro instalacja fotowoltaiczna z magazynem energii została zamontowana na budynku biurowca MPK, co w okresie kwiecień-październik w całości pokrywa bieżące zapotrzebowanie zakładu w energię elektryczną. Jak informował mnie prezes MPK, łączna moc wykonanych, zaprojektowanych i aktualnie projektowanych instalacji fotowoltaicznych będzie wynosiła ok. 500 kW. Finalnie zrealizowanie wszystkich projektów powinno zapewnić czystą energię z OZE dla elektrycznych autobusów MPK w Łomży.

Tegoroczny budżet Rada Miejska uchwaliła za drugim podejściem. Spodziewa się Pan, że tym razem z uchwałą na 2023 rok nie będzie takich problemów?

Przede wszystkim mam nadzieję, że radni do przedstawionego projektu podejść w sposób merytoryczny, a nie

polityczny. By nie było jego negowania dla samego negowania, tylko jeśli znajdują się w nim jakieś propozycje, na które ktoś nie chce się zgodzić, to rozmawiamy o tym. Jestem otwarty na wszelkie konstruktywne inicjatywy. Moja propozycja zakłada kontynuację zadań z tego roku, czyli termomodernizację budynków komunalnych, w tym zabytkowej kamienicy przy ul. Polowej 65, inwestycje w oświacie, głównie budowę sali gimnastycznej przy Szkole Podstawowej nr 5, budowę Przedszkola Publicznego nr 5, dokończenie przebudowy Bursy nr 2, zaś kilka budynków szkół i przedszkoli zostanie dostosowanych do przepisów przeciwpożarowych i sanitarnych. Z dużych i nowych inwestycji planowane są również nakłady na budowę II i III etapu bulwarów nadnarwiańskich, na których realizację pozyskaliśmy środki zewnętrzne. W ramach pieniędzy przewidzianych na zadania drogowe, planuje się wykupy gruntów oraz nakłady na przebudowę ulic: Kasztelańskiej, Reymonta, Kalinowej, Owocowej, Wierzbowej, Słonecznikowej. Będą też budowane nowe parkingi i chodniki. Nie możemy również zapominać o pieniądzach na dofinansowanie zadań zleconych do realizacji stowarzyszeniom i klubom sportowym, które planowane są na poziomie 2.656.000 zł. Największa z tej puli kwota zostanie przeznaczona na zadania w zakresie kultury fizycznej, bo około 1,2 mln zł, zdrowia – prawie 700 tys. zł oraz przeciwdziałania alkoholizmowi – ponad 500 tys. zł. Często te wsparcie decyduje o „być albo nie być” jakiegoś stowarzyszenia. Wierzę, że budżet na 2023 rok uda się uchwalić już w grudniu, szczególnie, że ten dokument pozytywnie zaopiniowała Regionalna Izba Obrachunkowa.

Na koniec proszę powiedzieć, czego życzy Pan mieszkańcom na nadchodzące święta Bożego Narodzenia i 2023 rok.

Ostatnie lata przyniosły nam nieoczekiwane zdarzenia, jak pandemię, inflację, kryzys graniczny czy wojnę na wschodzie. Dlatego życzę, by Święta Bożego Narodzenia przebiegły spokojnie, w radosnej i rodzinnej atmosferze. Nowy rok niech natomiast przyniesie stabilizację, brak niespodziewanych sytuacji i realizację zamierzonych planów oraz pokój w sąsiedniej Ukrainie. Bądźmy też dla siebie nawzajem bardziej życzliwi, a dzięki temu otaczający nas świat będzie jeszcze lepszy. Dziękuję za rozmowę.

Dziękuję za rozmowę.

ROZMAWIAŁ ŁUKASZ CZECH

Międzynarodowo i biznesowo w Łomży



Pamiątkowe zdjęcie w holu Urzędu Miejskiego w Łomży (fot. Sebastian Chrzanowski)

Spotkania w Urzędzie Miejskim z władzami Łomży, wizyty studyjne w przedsiębiorstwach, konferencja – to główne elementy, które towarzyszyły przyjazdowi delegacji miast partnerskich z zagranicy, poświęconemu rozwijaniu współpracy samorządowo-biznesowej. Wydarzenie odbyło się pod koniec listopada.

– *Bardzo się cieszę, że te relacje z naszymi partnerami z zagranicy są kontynuowane. Szukamy wspólnych przedsięwzięć, poprzez które moglibyśmy tę współpracę rozwijać* – mówił podczas spotkania w magistracie prezydent Mariusz Chrzanowski, dodając, że to podczas tegorocznych Dni Miasta zrodził się pomysł zorganizowania w Łomży wydarzenia, które połączyłoby współpracę samorządowo-biznesową na szczeblu międzynarodowym.

Do Łomży przyjechały delegacje zagraniczne z Ukrainy (Zwiahel, Borysław, Kołomyja), Litwy (Rejon Solecznicki), Turcji (Antalya/Muratpasa) i Grecji (Gmina Samos Zachodni) oraz osoby indywidualne (menadżerowie i dyrektorzy sportowi). Łącznie ponad 30 uczestników.

– *Najważniejszy potencjał naszego miasta to ludzie, którzy są aktywni i otwarci na rozwój. Jest z nami dosyć liczne grono przedsiębiorców. Chcemy czerpać z doświadczeń, które Polska zdobyła poprzez lata członkowska w Unii Europejskiej* – mówiła

Iryna Gudź, zastępca burmistrza miasta Zwiahel, które powróciło do historycznej nazwy. Poprzednio nazywało się Nowogród Wołyński.

Po raz pierwszy nad Narwią pojawili się przedstawiciele tureckiej Antalyi z dzielnicy Muratpasa liczącej ponad 400 tysięcy

mieszkańców. Turcy kładą duży nacisk na ochronę dziedzictwa kulturowego i turystykę. I to na tym polu dostrzegają współpracę z naszym miastem.

– *Łomża jest miastem historycznym z bogatą architekturą* – mówił Ümit Uysal, burmistrz Muratpasa.

– *Naszym mottem jest kojarzenie polsko-greckiego biznesu oraz udrażnianie stosunków między tymi obydwojoma krajami. Bardzo nas cieszy współpraca z Łomżą* – podkreślali przedstawiciele Polsko-Greckiej Izby Przemysłowo-Handlowej.

Te kontakty zostały już zapoczątkowane, bo nad Narw przybyła przedstawicielka Gminy Samos Zachodni, Ioanna Patroni – sekretarz generalny tego samorządu.

– *Bardzo cieszę się, że mogę tu być, że udało nam się nawiązać współpracę. Jesteśmy wyspą, podzieloną na 2 gminy, którą zamieszkuje 33 tysiące mieszkańców. Każdy kto do nas przyjedzie – do „domu Pitagorasa”, może odkrywać nie tylko siebie, ale także piękne widoki, wino i smaczną kuchnię. Naszą silną stroną jest turystyka i handel, rozwijające się poprzez dostęp do morza* – mówiła Greczynka.

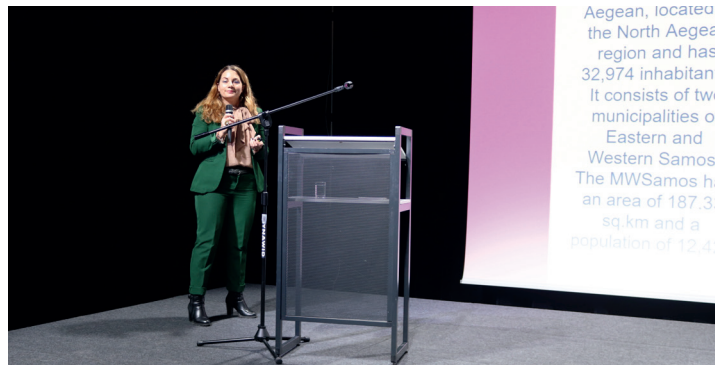
Ważnym elementem pobytu w Łomży były wizyty studyjne w lokalnych firmach, uczestnicy byli ponadto w Miejskim Przedsiębiorstwie Wodociągów i Kanalizacji



Władze Łomży z delegacją z ukraińskiego miasta Zwiahel (fot. Joanna Grabowska)



Spotkanie z burmistrzem Muratpasa w Antalyi Ümitem Uysalem (fot. Grzegorz Daniluk)



Aegean, located in the North Aegean region and has 32,974 inhabitants. It consists of two municipalities of Eastern and Western Samos. The MWSamos has an area of 187.33 sq. km and a population of 12,42

Ioanna Patroni, sekretarz Generalny Gminy Samos Zachodni podczas konferencji w Hali Kultury (fot. Joanna Grabowska)



Starosta Gminy Soleczniki Mirosław Niewierkiewicz (fot. Joanna Grabowska)



Wizyta studyjna w firmie MPWiK Sp. z o.o. (fot. Olha Stolar / Rada Miejska Borysławia Borysław)



Wizyta na Stadionie Miejskim przy ul. Zjazd (fot. Sylwia Marciniak)

Sp. z o.o. oraz wizytowali należącą do spółki stację uzdatniania wody w Podgórzu.

- Była to bardzo interesująca wizyta. Zobaczyliśmy, jakie praktyki w zakresie oczyszczania ścieków i zaopatrzenia miasta w wodę posiada Łomża. Jak wygląda tu cały proces technologiczny – opowiadał Oleksandr Tymofiiw, dyrektor Zakładu Produkcji Gospodarki Wodno-Ściekowej w Zwiąhlu.

Wśród gości zagranicznych znaleźli się Anargyros Kremitsas i Richard Grootsholten, osoby ze świata europejskiego futbolu. Pierwszy prowadzi agencję sportową Euro Sports Football Activities Schedule. Obaj współpracują ze sobą.

- Organizujemy zawody międzynarodowe dla dzieci i młodzieży, treningi, szkolenia dla trenerów. Mam nadzieję, że będziemy

mogli to robić tutaj – mówił pochodzący z Grecji Kremitas, w latach 80. piłkarz ekstraklasowego Panioniosu Ateny.

Bogate CV ma mieszkający obecnie w Holandii Grootsholten. Przed laty był dyrektorem Akademii Piłkarskiej Zagłębia Lubin oraz odpowiadał za rozwój sportowy i instytucjonalny AP Legii Warszawa. Współpracował też z europejskimi klubami m.in. Feyenoordem Rotterdam.

- Piłką nożną interesuję się całe życie. Zaczynałem jako trener grup juniorskich. Wspieram, pomagam radą w klubach dużych i mniejszych. Piłka nożna w Holandii jest dobrym sposobem na

rozwój dzieci, ale może być także odskocznią do lepszej przyszłości. Chciałbym, aby taką możliwość miały dzieci i młodzież stąd, z tego miasta i regionu – zaznaczał podczas oglądania obiektów Miejskiego Ośrodka Sportu i Rekreacji.

Delegacje wzięły również udział w konferencji pt. „Naukowe Podlasie: Internacjonalizacja podlaskich MŚP”, która w dniach 29-30 listopada odbyła się w Hali Kultury i dotyczyła szeroko pojętej współpracy ponadnarodowej pomiędzy samorządem i biznesem.

Mikołajkowe atrakcje dla najmłodszych

Tych nie brakowało 6 grudnia w Hali Kultury, gdzie kilkuset przedszkolaków oraz uczniów klas nauczania początkowego spotkało się ze Świętym Mikołajem. Mikołajki miejskie już na stałe wpisały się w kalendarz łomżyńskich wydarzeń.

Przybył z dalekiej Laponii w zamian za piosenkę lub wierszyk obdarowywał najmłodszych upominkami. Były też tańce z Elfami, malowanie twarzy oraz tworzenie najdłuższego łańcucha choinkowego. Przy pomocy Śnieżek dzieci pisały listy do Świętego Mikołaja, a w mikołajkowej fotobudce można było wykonać pamiątkowe zdjęcia.

GRZEGORZ DANILUK



Największym zainteresowaniem cieszyło się spotkanie z Mikołajem (fot. Joanna Grabowska)



Dzieci wykonywały łańcuchy na choinkę z wycinanek (fot. Joanna Grabowska)



Atrakcji dla najmłodszych nie brakowało (fot. Joanna Grabowska)

Pisali listy do Świętego Mikołaja

Prezydent Łomży Mariusz Chrzanowski wręczył nagrody laureatom mikołajowego konkursu „List do Świętego Mikołaja”. Dedykowany był on dzieciom w wieku przedszkolnym oraz uczniom klas I-III szkół podstawowych. W sumie wpłynęło 56 prac wykonanych w dowolnej technice plastycznej lub formie plastyczno-literackiej.

Oceny prac dokonała komisja konkursowa w składzie: Anna Bureś, Agnieszka Chojnowska, Rafał Krasucki z Miejskiego Domu Kultury – Domu Środowisk Twórczych.

Lista zwycięzców w poszczególnych kategoriach:

Przedszkola

Nagrody główne:

1. Stanisław Mackiewicz

2. Aleksandra Świączkowska

3. Leon Kozłowski

Wyróżnienia:

Tymon Lubiecki, Oliwia Hala, Dawid Szczepankiewicz

Szkoły podstawowe, klasy I-III

Nagrody główne:

1. Julia Białobrzewska
2. Dawid Wojewoda
3. Maria Mackiewicz

Wyróżnienia:

Dawid Łuba, Julia Kapelewska, Izabela Gawryszczak.



Laureatów konkursu nagrodził prezydent Łomży Mariusz Chrzanowski (fot. Łukasz Czech)

ŁUKASZ CZECH

Dlaczego dzieci tak często chorują?



Częste zachorowania u dzieci, to przede wszystkim infekcje górnych dróg oddechowych, określane potocznie chorobą przebiegniową, którą w 85-90% wywołują wirusy. W populacji wieku rozwojowego

bez wrodzonych zaburzeń odporności, liczba zakażeń dróg oddechowych wynosi średnio 6-8 w ciągu roku, a u dzieci uczęszczających do żłobka czy przedszkola nawet 9-10 rocznie. Na częstotliwość zachorowań wpływają czynniki genetyczne, kodujące mechanizmy odpornościowe oraz czynniki środowiskowe. U małych dzieci układ immunologiczny, od którego zależy odporność, jest niedojrzały, a swoją sprawność osiąga dopiero około 5-7 roku życia. Drogi oddechowe w tej grupie wiekowej są krótsze i węższe, co sprzyja łatwej penetracji czynników infekcyjnych i szybkiemu zstępowaniu procesu zapalnego.

Pierwszą barierę obronną przed patogenami stanowi odporność nieswoista. Jej przykład to błona śluzowa z nabłonkiem uruchomionym pokryta śluzem, w którym obecne są białka o działaniu przeciwdrobnoustrojowym – lizozym, defensyny, IgAw. U dzieci małych mechanizmy wyżej opisane są niedojrzałe, czego następstwem jest większa podatność na zakażenia i rozwój choroby zapalnej. Odporność swoista to tzw. odporność komórkowa /limfocyty, makrofagi, komórki dendrytyczne/ oraz humoralna /przeciwciała IgA, IgM, IgG/.

Na poziom odporności dzieci zdecydowanie wpływają czynniki środowiskowe, do których rodzice często nie przywiązują większego znaczenia. Dziecko niewyspane będzie miało słabszą odporność, niż dziecko wypoczęte. Sen regularny, odpowiednio długi i spokojny, nie zakłócany wcześniejszym oglądaniem stresujących scen filmowych, czy nocną pracą lub zabawą przy komputerze albo telefonie komórkowym, wpływa korzystnie na dobową zmienność funkcjonowania układu odpornościowego. W takich warunkach układ immunologiczny zapisuje w swojej pamięci prawidłowe tworzenie i działanie komórek odpornościowych /limfocyty T/ oraz produkcję przeciwciał /immunoglobulin/. Krótki czas trwania snu /poniżej 8 godzin/ oraz niska jego jakość, zakłócają czynność układu odpornościowego i przyczyniają się do zwiększonej podatności na choroby infekcyjne układu oddechowego.

Prawidłowe funkcjonowanie układu odpornościowego zakłóca stres, którego przyczyna może leżeć w środowisku domowym, ale najczęściej doznają go dzieci wśród rówieśników,

a także w szkole. Stres poprzez wpływ na centralny układ nerwowy i układ dokrewny /hormonalny/ zakłóca tworzenie pamięci komórek immunologicznie kompetentnych oraz wytwarzanie immunoglobulin niezbędnych w zwalczaniu drobnoustrojów. Dziecko niedojadające wychodzące z domu bez śniadania, spożywające posiłki nieregularnie, o nieprawidłowym składzie jakościowym /białko, witaminy naturalne w warzywach i owocach/ i ilościowym, będzie miało odporność słabszą, niż dziecko dobrze odżywione.

Obniżenie odporności wiąże się z niedoborem witaminy C. Należy przy tym pamiętać, że podawanie jej ma sens tylko wtedy, kiedy występuje jej niedobór w organizmie. Długotrwała suplementacja nie ma tutaj uzasadnienia.

Duży wpływ immunomodulujący ma witamina D3, jej metabolity wzmacniają odporność. Niedobór powoduje obniżenie odporności i zwiększa podatność układu oddechowego na zakażenia. Dlatego ważna jest profilaktyka niedoboru tej witaminy. Suplementacja witaminą D3 powinna rozpocząć się z wyprzedzeniem okresu zwiększonej zachorowalności.

W latach powojennych szeroko stosowany był tran, który zawiera witaminy rozpuszczalne w tłuszczach /D, A, E/, obecnie spożywanie tranu spadło ze względu na dużą dostępność form aptecznych /kapsułki/ oraz poszczególnych witamin i wielonienasyconych kwasów tłuszczowych /omega-3, omega-6, DHA/. Niedożywienie może dotyczyć również dzieci otyłych, gdzie istotnym zagrożeniem jest niedożywienie jakościowe oraz niedobór witaminy D3. Do otyłości przyczynia się dieta bogata w tłuszcze /nasycone kwasy tłuszczowe/ i cukry /węglowodany proste/, a uboga w warzywa. Nadmiernie rozwinięta tkanka tłuszczowa jest przyczyną zaburzeń metabolicznych, zmniejszających aktywność komórek odpornościowych – komórek dendrytycznych, makrofagi, komórki NK, limfocyty, produkujących tzw. cytokiny, które odpowiedzialne są za reakcję zapalną.

Niewątpliwym wpływem na stan odporności ma cynk, ale prawidłowa dieta pokrywa w pełni zapotrzebowanie organizmu na ten pierwiastek chemiczny, a więc nie ma potrzeby prowadzenia suplementacji. Ważna we wzmacnianiu układu immunologicznego dziecka jest aktywność fizyczna. Powinna ona być umiarkowana, ale regularna tzn. co najmniej 3 razy w tygodniu przez 1 godzinę, najlepiej przebiegająca na świeżym, czystym powietrzu lub dobrze wietrzonym sali gimnastycznej. Wyсіtek fizyczny nasilony i wyczerpujący może odporność osłabiać.

Udowodniony wpływ na stan odporność dziecka ma dym tytoniowy. Ekspozycja bierna ma negatywny wpływ na układ immunologiczny już w okresie życia płodowego, kiedy w fazie embriogenezy tworzą się zawiązki narządów i układów, w tym układu odpornościowego. We wczesnym dzieciństwie czynnik ten zaburza dojrzewanie i funkcje także układu oddechowego. Im młodsze dziecko, tym szkodliwy wpływ dymu tytoniowego będzie większy. Bierne palenie zwiększa ponadto ryzyko wielu chorób narządu oddechowego: częste przebiegnięcia, alergia, astma, wysiękowe zapalenie ucha środkowego, zapalenie oskrzeli i płuc. Niemowlęta eksponowane na palenie bierne tytoniu narażone są na nagłą śmierć łóżeczkową. Często rodzice palący papierosy, wychodzą z tą przyjemnością na zewnątrz pomieszczenia, w którym przebywa dziecko, zapominając, że po powrocie wraz z powietrzem wydechowym, uwalniają substancje toksyczne dla dziecka.

U dzieci z często nawracającymi infekcjami w pierwszej kolejności należy wykluczyć rzeczywisty niedobór odporności uwarunkowany genetycznie np. niedobór IgA, IgG, bowiem w tych przypadkach tylko podanie gotowych immunoglobulin w postaci preparatów farmaceutycznych przyniesie faktyczną poprawę kliniczną. Najczęściej mamy do czynienia z przejściowymi zaburzeniami odporności związanymi z dojrzewaniem układu immunologicznego, większym narażeniem na infekcje /żłobki, przedszkola, szkoły/ oraz negatywnym wpływem czynników środowiskowych. Medycyna w tych przypadkach proponuje stosowanie lizatów bakteryjnych, powszechnie nazywanych szczepionkami, które stymulują mechanizmy odporności nieswoistej tzn. usprawniają funkcję komórek i są na pierwszej linii w walce z patogenami – komórki dendrytyczne, komórki NK, makrofagi. Lizaty pobudzają także wydzielanie przeciwciał /IgA/ na błonę śluzową dróg oddechowych. Dzieci otrzymujące lizaty profilaktycznie, mają w surowicy krwi wyższy poziom limfocytów /CD3+, CD4+/ oraz przeciwciał /IgA, IgM, IgG/. Dzieci przyjmujące tego typu szczepionki chorują rzadziej, krócej, a przebieg choroby jest łagodniejszy.

Jednak żadne preparaty – zarówno pochodzenia naturalnego, jak i sztucznego, nie są w stanie zastąpić dziecku prawidłowego odżywiania, aktywności fizycznej, regularnego odpowiedniego długiego snu, czy funkcjonowania w warunkach minimalizujących stres.

DR N. MED. KAZIMIERZ BANDZUL

Młodzi łomżanie chcą nosić mundur



Zajęcia w Kole Edukacji Wojskowej pod okiem instruktorów 18. Płog w Łomży (fot. Grzegorz Filipkowski)

– Według programu Ministerstwa Obrony Narodowej, klasy wojskowe mogą powstawać tylko w placówkach oświatowych, w których edukacja kończy się egzaminem maturalnym. Aby umożliwić naszym uczniom poznanie podstaw wojskowego rzemiosła, nawiązaliśmy jako pierwsza szkoła branżowa w Polsce, bezpośrednio współpracę z miejscową jednostką wojskową. W tym celu stworzyliśmy, niepodlegające Ministerstwu Obrony Narodowej, Koło Edukacji Wojskowej – zauważa Grzegorz Filipkowski, wicedyrektor placówki i inicjator przedsięwzięcia, dodając, iż początkowo zakładano współpracę w oparciu o możliwość odbywania przez uczniów „Branżówki” praktyk w 18. Łomżyńskim Pułku Logistycznym, co jak się okazało, nie było możliwe ze względów prawnych.

Kształtują wartości patriotyczne

– Decyzja o współpracy z młodzieżą została podjęta ze względu na idee patriotyczne, jak i element kampanii edukacyjnej Wojska Polskiego. Niemniej ważna jest także możliwość dalszego zacieśnienia współpracy ze społeczeństwem – przekazują kpt. Sylwester Liszewski oraz st. chor. sztab. Krzysztof Fabiszewski.

Zajęcia w Kole Edukacji Wojskowej pod czujnym okiem st. chor. sztab. Fabiszewskiego, który fachowo dobiera instruktorów do poszczególnych zagadnień i koordynuje wszelkie przedsięwzięcia szkoleniowe, odbywają się dwa razy w miesiącu.

– W organizacji zajęć wspiera go nasz wewnątrzszkolny opiekun, były szef wydziału rekrutacji WKU w Łomży, mjr Marek Dziemiańczuk – przekazuje wicedyrektor Filipkowski.

Unikalny program kształcenia, opracowywany we współpracy z wojskiem

Zasady posługiwania się bronią strzelecką, musztry wojskowej, sposoby udzielania pierwszej pomocy rannym, przygotowanie do służby wojskowej. Te i wiele innych cennych umiejętności mogą nabyć uczniowie łomżyńskiej Branżowej Szkoły I stopnia im. Stanisława Staszica w ramach organizowanych we współpracy z 18. Łomżyńskim Pułkiem Logistycznym zajęć Koła Edukacji Wojskowej, a także Zespołu Szkół Technicznych i Ogólnokształcących nr 4 w Łomży w oddziale przygotowania wojskowego.

opiera się w dużej części na programie Ministerstwa Obrony Narodowej, niemniej został on dodatkowo poszerzony przez specjalistów z łomżyńskiej

jednostki o treści dotyczące logistyki i techniki wojskowej. Ponadto, oprócz nauki wojskowej musztry czy udzielania pierwszej pomocy, uczniowie „Branżówki” zapoznają się z obsługą krótkiej i długiej broni.

– Na chwilę obecną uczestnikami Koła Edukacji Wojskowej jest łącznie 38 uczniów klas I i II Branżowej Szkoły I Stopnia. Koło to cieszy się w naszej placówce wielkim zainteresowaniem, a należący do niego uczniowie z satysfakcją realizują powierzone im zadania ucząc się tym samym samodyscypliny, kształtowania wartości patriotycznych, a także innych przydatnych cech osobowościowych – podsumowuje Filipkowski.

Ważnym czynnikiem motywującym uczniów do udziału w zajęciach jest także wydawany na ich zakończenie specjalny certyfikat uczestnictwa, umożliwiający otrzymanie dodatkowych punktów w trakcie rekrutacji prowadzonej przez łomżyńską jednostkę. Na podobne „przywileje” liczyć mogą również absolwenci klas mundurowych, którzy ponadto mają zagwarantowane dodatkowe punkty przy rekrutacji do uczelni wojskowych.

– Każde działanie związane z edukacją młodzieży w zakresie przybliżenia zawodu żołnierza jest bardzo cenne, bowiem stwarza możliwość zasilenia szeregów Wojska Polskiego w przyszłości i przeszkoleniu jego rezerw. Potrzebujemy młodych, ambitnych ludzi w swoich szeregach, aczkolwiek nie ukrywamy, że ze względu na specyfikę 18. Łomżyńskiego Pułku Logistycznego szczególnie cieszą nas absolwenci kierunków technicznych – konkluduje st. chor. sztab. Fabiszewski.

Klasa mundurowa w „Budowlance”

Certyfikowana klasa mundurowa i oddział przygotowania wojskowego zgodnie z zezwoleniem Ministra Obrony Naro-

dowej funkcjonują w łomżyńskim Zespole Szkół Technicznych i Ogólnokształcących nr 4. Tego rodzaju kształcenie jest skierowane do uczniów, którzy swoje plany zawodowe wiążą ze służbą wojskową bądź pracą w samorządzie na stanowiskach związanych z obronnością.

– Jest to doskonała możliwość rozwoju dla uczniów, którzy lubią wyzwania i aktywność fizyczną, a także chcieliby wybrać zawód zapewniający ciągły rozwój, pewność zatrudnienia oraz stabilność zarobków. Certyfikowana klasa wojskowa jest idealnym rozwiązaniem dla wszystkich młodych ludzi, którzy planują związać swoją przyszłość z mundurem – wskazuje Maria Gawryś, wicedyrektor ZSTiO nr 4 w Łomży.

Nauka w klasie wojskowej w „Budowlance”, poza przygotowaniem uczniów do egzaminów maturalnych na poziomie podstawowym i rozszerzonym, przewiduje również zajęcia praktyczne i teoretyczne z zakresu przygotowania wojskowego. W trakcie nauki żacy zdobywają niezbędną wiedzę, a także umiejętności praktyczne przydatne w przyszłej służbie odbywanej w różnych formacjach mundurowych.

Szkoła kształcąc w wojskowym kierunku, współpracuje z 13. Batalionem Lekkiej Piechoty 1. Podlaskiej Brygady Obrony Terytorialnej w Łomży oraz z Jednostką Strzelecką 1012 im. 33 Pułku Piechoty Ziemi Łomżyńskiej w zakresie procesu dydaktyczno-wychowawczego.

W ramach edukacji w klasie wojskowej, uczniowie mają możliwość odbycia skróconej służby przygotowawczej, kończącej się złożeniem przysięgi wojskowej i przeniesieniem do rezerwy. Otrzymują ponadto dodatkowe punkty rankingowe w ramach rekrutacji na wojskowe studia, a także stałe konsultacje z przedstawicielami Wojskowej Komendy Uzupełnień w zakresie przyjęcia do służby wojskowej i wskazywania możliwości podjęcia służby wojskowej, która byłaby adekwatna do uwarunkowań ucznia.

Doceniona przez Rejon Solecznicki

Radna Rady Miejskiej Łomży Hanka Gałązka otrzymała tytuł Honorowego Obywatela Rejonu Solecznickiego. Odznaczenie przyznano jej za wyjątkowe zasługi i starania na rzecz litewskiego samorządu w dziedzinie oświaty, kultury, sportu i rozwoju gospodarczego.

Hanka Gałązka od 2000 r. jest prezesem Oddziału Stowarzyszenia „Wspólnota Polska” w Łomży oraz wiceprzewodniczącą Rady Krajowej Stowarzyszenia „Wspólnota Polska”. W naszym mieście trzecią kadencję pełni funkcję radnej.

Posiada wyższe wykształcenie pedagogiczne. Od 1988 r. przez 22 lata była dyrektorem Szkoły Podstawowej nr 10 im. Jana Pawła II w Łomży. Od ponad ćwierć wieku jest inicjatorem i organizatorem licznych działań na rzecz Polaków i Polonii.

Decyzja Rady Samorządu Rejonu Solecznickiego została podjęta w dniu 29 listopada br.

Jak możemy przeczytać we wniosku - *Szczególnie aktywnie trwa współpraca w zakresie oświaty. Dzięki staraniom pani Hanksi Gałązki są organizowane liczne kolonie dla uczniów ze szkół rejonu solecznickiego. Poprzez wyjazdy do Łomży i Łeby młodzież ma możliwość treściwie spędzać wakacje letnie. Wielu uczniów brało udział w szkoleniach liderów dla młodzieży pt. „Letnia szkoła animatorów środowisk polonijnych za granicą”. (...) W ramach współpracy były też organizowane liczne szkolenia dla pracowników oświaty.*

Serdecznie gratulujemy zaszczytnego i w pełni zasłużonego tytułu.

GRZEGORZ DANILUK



Radna Hanka Gałązka z merem Rejonu Solecznickiego Zdzisławem Palewiczem (fot. Agata Pawłowska / PAI SWP)

Okiem mieszkańca



Najważniejsze jest nasze podejście do sprawy

Tytuł artykułu sugeruje, aby w gąszczu zamierzeń i planów być konsekwentnym w ich realizacji. Nowe, niekiedy trudne zadania, które stoją przed nami, często wydają się wręcz niemożliwe do wykonania. Taka konstatacja myślowa płynie najczęściej z ust osób niezdeteterminowanych, niestanowczych i niekonsekwentnych w działaniu.

Nasza codzienność wymaga, aby problemy brać na warsztat myślowy i próbować je rozwiązywać. Potrzebna jest determinacja i konsekwencja. Wtedy wysoki stopień trudności staje się możliwy

do wykonania. Życie w każdym obszarze jest trudne, jednak nigdy nie należy się zrażać, a mierzyć z wyzwaniami i działać. Ta maksyma jest podstawą do osiągnięcia nawet dalekosiężnych zadań w pracy zawodowej i działaniach na rzecz danej społeczności np. przy pełnieniu ważnych funkcji. To jest warunkiem sine qua non, by osiągnąć zamierzone cele.

Niech nasza codzienność w roku 2023 będzie lepsza niż ta tegoroczna. Życzymy sobie nawzajem, aby Święta Bożego Narodzenia przyniosły nam zdrowie, radość, dobre samopoczucie, a chwile trudne niech się oddalą bezpowrotnie, aż po horyzont.

JK



Seniorzy piszą



Betlejem – Dom Chleba

Narodzony Syn Boży jest z nami w drodze naszego życia. Światło Chrystusa spełnia nasze oczekiwania, oświeca nam najciemniejszą noc. Usuwa z naszych serc samotność i pustkę.

Betlejemską gwiazdą jest dla nas znakiem nadziei, odsuwa lęki, zwiastuje pokój.

Czas spędzony w gronie bliskich przy wigilijnym

stole, niech będzie wypełniony miłością, radością oraz nadzieją i trwa w naszych sercach.

Niechaj radość niesie Boże Narodzenie.

Szanownym Seniorom, Czytelnikom, Pracownikom samorządowym oraz Zespołowi redakcyjnemu życzę zdrowia, pogody ducha i spełnienia marzeń w Nowym 2023 Roku.

SENIOR STANISŁAW KASEJA

Lodowisko „Biały Orlik” otwarte! Jest tanio i komfortowo

Nowy sezon rozpoczął się na miejskim lodowisku przy ul. Katyńskiej. To dobra wiadomość dla miłośników zimowych aktywności – a jeszcze lepszą jest to, że ceny wejściówek pozostały na takim samym poziomie, jak w ubiegłym roku i wynoszą 5 zł za godzinę jazdy na łyżwach.



Z jazdy na łyżwach korzystają zarówno dzieci, jak i dorośli (fot. Grzegorz Daniluk)

Jak co roku, przy lodowisku funkcjonować będzie wypożyczalnia sprzętu. Do dyspozycji są łyżwy, kaski i pingwinki do nauki jazdy dla dzieci.

Najmłodsi do lat 7. mogą korzystać z lodowiska wyłącznie pod opieką osób dorosłych.

Ceny biletów zaczynają się już od 5 zł za godzinę ślizgania się. Bilet można kupić bezpośrednio przy kasie oraz online poprzez link Widget (eaktywni.pl).

Więcej informacji o lodowisku „Biały Orlik” i grafik funkcjonowania znajduje się na stronie internetowej Miejskiego Ośrodka Sportu i Rekreacji w Łomży: www.mosir.lomza.pl.

MOSIR ŁOMŻA



W stawianiu pierwszych kroków na łyżwach pomogą pingwiny (fot. Grzegorz Daniluk)

Zajęcia rekreacyjno-sportowe w przedszkolu!

Regularna aktywność fizyczna od najmłodszych lat jest gwarancją dobrej kondycji. Sport uprawiany w grupie uczy systematyczności, motywuje, kształtuje system wartości i rozwija umiejętności społeczne. Miejski Ośrodek Sportu i Rekreacji w Łomży zachęca do udziału w zajęciach Aktywne Przedszkole!



Czym jest Aktywne Przedszkole? To zajęcia rekreacyjno-sportowe prowadzone przez wykwalifikowanych trenerów i instruktorów sportu na terenie przedszkoli. Przeznaczone są dla dzieci od 5. roku życia i opierają się na grach i zabawach ruchowych.

Najmłodsi uczą się pracy w zespole, ale także sprawności indywidualnej. Dla uczestników przewidziane są koszulki i certyfikaty ukończenia Aktywnego Przedszkola.

Koszt 40-minutowych zajęć raz w tygodniu wynosi 40 zł miesięcznie.

Zadanie realizowane jest przez Miejski Ośrodek Sportu i Rekreacji w Łomży we współpracy z Fundacją Wsparcia Rozwoju Sportu, Turystyki i Rekreacji.

Więcej informacji można uzyskać w Miejskim Ośrodku Sportu i Rekreacji w Łomży przy ul. Zjazd 18 lub pod nr tel. 86 215 06 05.

MOSIR ŁOMŻA

www.lomza.pl

Łomżyńscy pływacy na fali

Początek drugiej dekady grudnia upłynął dla łomżyńskich pływaków pod znakiem zaciętej rywalizacji w ramach III fazy eliminacyjnej ogólnopolskich zawodów pływackich pn. „Od Młodzika do Olimpijczyka”. I tym razem sportowcy znad Narwi nie zawiedli.



Srebrny i brązowy medalista Filip Rudczyk
(fot. UKS „Butterfly”)

W rozgrywanych w Warszawie zawodach udział wzięło kilkuset zawodników i zawodniczek z roczników 2009-2014, reprezentujących pływackie kluby sportowe z całej Polski. Wśród nich nie zabrakło reprezentantów Uczniowskiego Klubu Sportowego „Butterfly” w Łomży. Sportowcy wzorem poprzednich eliminacji rywalizowali na dystansach od 50 do 200 metrów w stylach: zmiennym, dowolnym, grzbietowym, klasycznym i motylkowym.

Po raz kolejny po medal sięgnął znakomity Filip Rudczyk, który w dwóch wcześniejszych fazach eliminacyjnych zdobył w konkurencji 100 m w stylu grzbietowym, srebrny i brązowy medal. Tym razem tors łomżyńskiego sportowca udekorował kolejny srebrny krążek. Do grona medalistów dołączyła również 13-letnia Kaja Kurpiewska, która wywalczyła brązowy medal na dystansie 100 m stylem grzbietowym.

- Szczególnie cieszy nas pierwszy krążek Kai,

która dotychczas na zawodach „Od Młodzika do Olimpijczyka” często zajmowała najgorsze dla sportowca czwarte miejsce – zauważa prezes UKS „Butterfly” Jarosław Szeremet.

Odbывая się w sześciu fazach eliminacyjnych wydarzenie, organizowane jest przy wsparciu Ministerstwa Sportu i Turystyki, zaś wszystkie zawody rozgrywane w jego ramach odbywają się w oparciu o przepisy Polskiego Związku Pływackiego i Światowej Federacji Pływackiej.

KRZYSZTOF FABISZEWSKI

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 przysyłać do dnia 10 stycznia 2023 r. na adres mailowy: redakcja@um.lomza.pl z dopiskiem w tytule „Konkurs”. Regulamin konkursu i formularz zgłoszeniowy na stronie www.lomza.pl.

REDAKCJA

„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, 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. Niemcewicza 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), Muzeum Północno – Mazowieckie (ul. Długa 13), Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej (ul. Dworna 23B), Akademia Nauk Stosowanych (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”, „Chorten” i PSS Społem, 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), Szewc Express (ul. Małachowskiego 2, lok. 5), Salonik Poprawek Krawieckich (ul. Małachowskiego 2A, lok. 3A), „Vitamedyk” Wyposażenie i sprzęt medyczny (ul. Małachowskiego 2A, lok. 5A), „Swojaki” Swojsko wędzone wędliny (ul. Małachowskiego 2A/7), Punkt Informacji Turystycznej w Łomży (Stary Rynek 6) oraz w wersji elektronicznej na stronie internetowej: www.lomza.pl.

Gazeta ukazuje się 20. każdego miesiąca

Prezydent Łomży
Mariusz Chrzanowski
zaprasza

DJ

Martin Rosa
22:00 – 24:00

DJ

Brave
24:00 – 1:00

Łomżyńska Noc SYLWESTROWA

**NAJWIĘKSZE ŚWIATOWE PRZEBOJE
W WYKONANIU KLUBOWYM**

31 grudnia 2022

22:00 – 1:00

Stary Rynek w Łomży



Zasmakuj
w Łomży

