



ISSN 2658-1590



**Zasmakuj  
w Łomży**

# My z Łomży

Biuletyn Informacyjny Urzędu Miejskiego w Łomży

EGZEMPLARZ BEZPŁATNY / grudzień 2024

**KALENDARZ NA 2025 ROK**



## W NUMERZE M.IN.:

**JARMARK I WIECZERZA WIGILIJNA  
NA STARYM RYNKU**

STR. 4

**WYWIAD Z PREZYDENTEM MIASTA ŁOMŻA  
MARIUSZEM CHRZANOWSKIM**

STR. 10

**ŚW. WAWRZYNIEC PATRONEM ŁOMŻY?**

STR. 17

Na zdjęciu:

Świąteczna choinka i iluminacje na Starym Rynku (fot. Łukasz Gosiewski)





Z okazji Świąt Bożego Narodzenia  
życzę radosnego świątecznego nastroju,  
serdecznych spotkań  
w gronie rodziny i przyjaciół  
oraz wszelkiej pomyślności  
w życiu zawodowym i prywatnym.  
Niech Nowy Rok będzie czasem pokoju  
oraz realizacji osobistych zamierzeń.

Mariusz Chrzanowski  
Prezydent Łomży



## Szanowni Mieszkańcy, Drodzy Czytelnicy!

Święta tuż, tuż... a to oznacza, że miasto przyozdabiają już świąteczne iluminacje, co uchwycił nasz redakcyjny obiektyw.

Tradycyjnie na ulice Łomży wyjedzie rozśpiewany „kołodobus”, w którym posłuchamy pięknych kolęd i piosenek w wykonaniu Studia Wokalnego eMDeK i Orkiestry Dętej MDK-DŚT. Do tego będą specjalne autobusy, w których mieszkańcy odbiorą wigilijne potrawy.

Za pośrednictwem naszego biuletynu zapraszamy również wszystkich mieszkańców na Jarmark Bożonarodzeniowy oraz Łomżyńską Wieczerzę Wigilijną, które odbędą się w przedświąteczny weekend na Starym Rynku.

Postanowienia noworoczne! Któż ich nie ma, ale najważniejsza jest konsekwencja i wytrwałość w dążeniu do ich realizacji. Chcecie wiedzieć jakie plany na najbliższe miesiące mają łomżanie? Zrobiliśmy sondę wśród ludzi ze świata nauki, kultury, sportu czy działań społecznych.

Przekazujemy ważną informację w kontekście realizacji bulwarów nadnarwiańskich! Miasto Łomża podpisało z Bankiem Gospodarstwa Krajowego umowę na nieoprocentowaną pożyczkę ze środków Krajowego Planu Odbudowy i Zwiększania Odporności (KPO). Kwota 8 mln zł ma być przeznaczona na wkład własny wspomnianej inwestycji.

O zaradności naszego samorządu świadczy kolejne dofinansowanie na budowę sali sportowej przy Szkole Podstawowej nr 5. Tym razem środki w kwocie około 4,1 mln zł (łącznie ponad 17 mln zł) pochodzą z Ministerstwa Sportu i Turystyki. Nowoczesny obiekt jest już po końcowych odbiorach i mogą z niego korzystać uczniowie „Piątki”.

W wywiadzie miesiąca prezydent Mariusz Chrzanowski podsumowuje miniony rok pod kątem zrealizowanych zadań i pozyskanych środków zewnętrznych. Zdradza plany dotyczące miasta oraz opowiada o swoich prywatnych zamierzeniach na nadchodzące święta i Sylwestra.

Czy wiecie jak ogromny wpływ na ludzkie zdrowie mają szkodliwe substancje występujące w powietrzu? O tym skąd się biorą i co mogą powodować, pisze nasz dyżurny ekspert doktor Kazimierz Bandzul.

Czy św. Wawrzyniec zostanie patronem Łomży? Z taką oddolną inicjatywą wyszła grupa mieszkańców. Podpisy poparcia są już zebrane, a ostateczną decyzję podejmą miejscy radni.

Na czwartym miejscu zakończyli rundę jesienną trzecioliigowych rozgrywek piłkarze ŁKS-u Łomża. Czy w przyszłym roku uda się im spełnić marzenia łomżyńskich kibiców i po kilkunastu latach wrócić na centralny szczebel rozgrywek? Trzymamy kciuki.

Jak co roku zapraszamy miłośników robienia zdjęć do udziału w naszym redakcyjnym konkursie pt. „Łomża nocą w świątecznej scenerii”. Czekamy na Państwa fotografie, a najlepsze nagrodzimy.

Do grudniowego numeru został dołączony specjalny kalendarz na 2025 rok.

**Z okazji Świąt Bożego Narodzenia życzymy naszym Czytelnikom, aby były one czasem radości, spokoju i nadziei na dobry Nowy Rok 2025!**

Życzymy miłej lektury  
**Redakcja**



Z okazji Świąt Bożego Narodzenia  
życzę dużo radości, miłości  
i wewnętrznego spokoju.

Niech ten czas  
przepelniony będzie wiarą, nadzieją  
i niesie wytchnienie od codziennych trosk,  
a Nowy Rok obfituje w zdrowie,  
ludzką życzliwość  
i realizację zamierzonych celów.

Wiesław Tadeusz Grzymała  
Przewodniczący Rady Miejskiej Łomży





# Magia świątecznych iluminacji

Od wielu lat w okresie świąteczno-noworocznym cieszą oko mieszkańców i odwiedzających Łomżę. Możemy je spotkać w Parku Jana Pawła II - Papieża Pielgrzyma, na Starym Rynku, zdobią również główne arterie i skwery. Mowa o iluminacjach, które na stałe wpisały się w krajobraz miasta.



Piernikowy domek wita przechodniów parku (fot. Łukasz Gosiewski)



Obrotowa karuzela z reniferami i kolorowa ciuchcia (fot. Łukasz Gosiewski)

Prawdziwym hitem jest wciąż, grająca w rytm piosenki „Merry Christmas Everyone” Krzysztofa Krawczyka, świetlna fontanna na Starym Rynku. Dopelnieniem tradycyjnej choinki i ustawionego obok niej kapelusza są śnieżynki, przyozdabiające latarnie głównego placu miasta. To tegoroczna nowość.

W Parku Jana Pawła II - Papieża Piel-

grzyma spotkamy dobrze znane postacie – wygrywającego kolędy i opowiadającego bajki misia „Łomżatka”, św. Mikołaja na motocyklu, wiewiórkę i renifera. Jest świąteczne monidło, doskonałe do robienia pamiątkowych zdjęć, a przechodniów od strony ul. Zawadzkiej wita piernikowy domek. Nieopodal, szczególnie uwagę najmłodszych, przyciąga obrotowa karu-

zela z reniferami, napędzana siłą mięśni z odtwarzającym dźwięk systemem audio. Obok niej zatrzymała się kolorowa ciuchcia z wagonikami. Z kolei z oddali wyłania się widok pięknej fontanny świetlnej, łukowatej bramy, anielskich skrzydeł czy pięknej 12-metrowej choinki.

GRZEGORZ DANILUK



Kultowy miś „Łomżatek” z choinką w tle (fot. Łukasz Gosiewski)



Świąteczne monidło (fot. Łukasz Gosiewski)



# Świąteczny klimat na Starym Rynku

Rozpocznie go 21 grudnia Bożonarodzeniowy Jarmark „Zasmakuj w Łomży”, a zwieńczy następnego dnia Łomżyńska Wieczerja Wigilijna.



Program Bożonarodzeniowego Jarmarku „Zasmakuj w Łomży” i Łomżyńskiej Wieczerni Wigilijnej:

Prezydent Łomży Mariusz Chrzanowski  
zaprasza na

## BOŻONARODZENIOWY JARMARK

ZASMAKUJ W ŁOMŻY

**21 grudnia**  
**11:00-20:00**  
**STARY RYNEK**  
**16:00-20:00**  
występy gwiazdkowe i kolędowe:  
Zespół Szkół Specjalnych,  
Studio Artystyczne Elite  
Strefa Dzieci, Art Place, Studio eMDeK,  
Voice & Music, Tomasz Wiśniewski,  
Julita Kaczyńska

**HALA KULTURY**  
**17:00**  
projekcja filmu familijnego:  
„Świąteczna niespodzianka”

**21-22.12.2024 r.**

★ stoiska z ozdobami, wyrobami rękodzieła  
oraz żywnością tradycyjną i regionalną  
★ wielkoformatowa dekoracja bożonarodzeniowa

**22 grudnia**  
**10:00-17:00**  
**STARY RYNEK**  
**14:00-15:00**  
animacje dla dzieci  
„Poczuj magię Świąt”  
**HALA KULTURY**  
**17:00**  
projekcja filmu familijnego:  
„Najpiękniejsze święta”

**ŁOMŻYŃSKA WIECZERZA WIGILIJNA**  
**22 grudnia, 15:00 - 17:00**  
- kolędowanie z Kapelą Dzikie Sad  
- przekazanie Betlejemskiego Światła Pokoju  
- dzielenie się opłatkiem  
- Wieczerja Wigilijna

Ogrzej się z: MPEC ŁOMŻA

ORGANIZATOR:



PARTNERZY:



Kiermasz z regionalnymi wyrobami spożywczymi i rękodziełem będzie doskonałą okazją do przedświątecznych zakupów. Nie zabraknie na nim dodatkowych atrakcji. Plac przed Ratuszem zamieni się w świąteczne miasteczko ze świecącą kulą, piernikową chatką oraz pocztą świętego Mikołaja. W programie wydarzenia są również animacje dla najmłodszych, warsztaty plastyczne, projek-

cje filmowe i gwiazdkowe występy muzyczne.

Zwieńczeniem będzie Łomżyńska Wieczerja Wigilijna z tradycyjnym opłatkiem i degustacją świątecznych potraw przygotowanych przez łomżyńskie bursy i szkoły. Odbędzie się ona w niedzielę, 22 grudnia, rozpoczynając się o godz. 15:00 wspólnym kolędowaniem z kapelą „Dzikie Sad”.

### 21 GRUDNIA (11:00 - 20:00)

#### Stary Rynek

- stoiska z ozdobami, wyrobami rękodzieła oraz żywnością tradycyjną i regionalną;
- bożonarodzeniowa dekoracja wielkoformatowa: kula z zimową aranżacją, alejki i domki świąteczne;
- występy gwiazdkowe i kolędowe;
- 16:00 - 16:15 – Zespół Szkół Specjalnych
- 16:15 - 17:00 – Studio Artystyczne Elite
- 17:00 - 18:00 – Voice & Music
- 18:00 - 19:00 – studio eMDeK
- 19:00 - 19:30 – Julita Kaczyńska
- 19:30 - 20:00 – Tomasz Wiśniewski

#### Hala Kultury

- plastyczne warsztaty świąteczne dla dzieci 7+ (11:00 - 12:00 i 12:30 - 13:30, obowiązują zapisy tel. 86 215 68 87);
- 17:00 – projekcja filmu familijnego „Świąteczna niespodzianka”.

### 22 GRUDNIA (10:00 - 17:00)

#### Stary Rynek

- stoiska z ozdobami, wyrobami rękodzieła oraz żywnością tradycyjną i regionalną;
- bożonarodzeniowa dekoracja wielkoformatowa;
- 14:00 - 15:00 – animacje dla najmłodszych „Poczuj magię świąt”;
- Łomżyńska Wieczerja Wigilijna;
- 15:00 - 15:50 – kolędowanie z kapelą „Dzikie Sad”
- 15:50 - 16:00 – przekazanie Betlejemskiego Światła Pokoju
- 16:00 - 17:00 – dzielenie się opłatkiem, wieczerja wigilijna

#### Hala Kultury

- 17:00 – projekcja filmu familijnego „Najpiękniejsze święta”.

Łomżyńska Wieczerja Wigilijna odbędzie się pod hasłem „Ogrzej się z MPECem”.

SYLWIA MARCINIAK

[www.lomza.pl](http://www.lomza.pl)

## PREZYDENT ŁOMŻY MARIUSZ CHRZANOWSKI ZAPRASZA



## KOLEDOBUS

**21-22-23 GRUDNIA 2024**  
**godz. 14:15-19:45**

### KOLEDOWE MIEJSCA POSTOJÓW:

LEGIONÓW (PARKING - ALEJA PARK) ● 14:15 i 17:15  
PIŁSUDSKIEGO (PARKING - JYSK) ● 14:30 i 17:30  
WOJSKA POLSKIEGO (SKLEP FENIX) ● 14:45 i 17:45  
PL.KOŚCIUSZKI (PRZYSTANEK JANTAR) ● 15:00 i 18:00  
STARY RYNEK (PRZYSTANEK) ● 15:15 i 18:15  
WYSZYŃSKIEGO (PARKING - PŁYWALNIA) ● 15:30 i 18:30  
ŚNIADECKIEGO (STRZELNICA) ● 15:50 i 18:50  
ZAWADZKA (PARKING - GALERIA ŁOMŻA) ● 16:05 i 19:05  
KS. ANNY (SKATE PARK) ● 16:21 i 19:21  
ZAWADZKA (PARKING MEDIA EXPERT) ● 16:35 i 19:35

## WIGILIJNY STÓŁ

**24 GRUDNIA 2024**  
**godz. 9:00-11:00**

ŚWIĄTECZNE POTRAWY WYDAWANE BĘDĄ W AUTOBUSACH MPK:

- NA STARYM RYNKU
- NA PARKINGU PRZY PARKU WODNYM, UL. WYSZYŃSKIEGO
- NA PĘTLI AUTOBUSOWEJ UL. STUDENCKA/WOJSKA POLSKIEGO

*Wszystkie potrawy w formie paczek na wynos wydawane będą do wyczerpania zapasów.*



Organizatorzy:



Zasmakuj  
w Łomży





# Niech promieniuje w naszych sercach

**„Kochaj Czynem” to hasło, które będzie towarzyszyć tegorocznemu Betlejemskiemu Światłu Pokoju (BŚP). Przekazanie ognia z Groty Narodzenia Chrystusa w Betlejem odbędzie się 22 grudnia tuż przed Łomżyńską Wieczerzą Wigilijną.**



Zapalenie Betlejemskiego Światła Pokoju podczas Łomżyńskiej Wieczerzy Wigilijnej w 2022 roku (fot. archiwum UMiŁ)

Co roku harcerze z Hufca Nadnarwiańskiego ZHP w Łomży im. Adama Chętnika przekazują światło mieszkańcom Łomży. Ogień pochodzący z miejsca narodzenia Jezusa Chrystusa jest symbolem miłości, pokoju i nadziei. Do Polski przybywa ze Słowacji. 15 grudnia tamtejsi skauci przekazali je harcerzom reprezentującym Związek Harcerstwa Polskiego – organizatora akcji w Polsce.

Inicjatywa ma swoje korzenie w roku 1986 i związana jest z miejscowością Linz w Austrii. To właśnie wtedy austriacka telewizja i radio publiczne Österreichischer Rundfunk zorganizowało po raz pierwszy akcję, która początkowo była działaniem charytatywnym na rzecz dzieci z niepełnosprawnością oraz osób w potrzebie. Wówczas nazwa projektu brzmiała „Światło w ciemności”. Patronat nad nim objęli później austriaccy skauci i od tej pory organizacje harcerskie i skautingowe w większości krajów Europy są zaangażowane w to dzieło. Co roku światło przywożone jest z Betlejem do Wiednia za pośrednictwem Austrian Airlines, gdzie przekazywane jest skautom z sąsiednich krajów, a następnie sztafetą trafia do kolejnych państw.

Od 1991 roku w Polsce akcję prowadzi Związek Harcerstwa Polskiego. Harcerze ZHP odbierają Betlejemskie Światło Pokoju od skautów ze Słowacji. Od 2007 roku

przekazywane jest raz po stronie polskiej, kolejny po stronie słowackiej. Polska jest jednym z ogniw betlejemskiej sztafety. Po przekazaniu ognia odbywa się uroczysta Msza święta odprawiana w Kaplicy Betlejemskiego Światła Pokoju pod wezwaniem św. Piotra i Pawła, zlokalizowanej na terenie Ośrodka „Głodówka”. Stamtąd trafia ono do wszystkich chorągwi, hufców i drużyn harcerskich. Harcerki i harcerze przekazują je dalej na wschód: do Rosji, Litwy, Ukrainy i Białorusi, na zachód do Niemiec, a także na północ – do Szwecji. W 2022 roku pierwszym miejscem, gdzie był przekazany płomień z Polski była wyjątkowo Ukraina. Uroczystość odbyła się na pasie granicznym Medyka-Szeginie.

- W Łomży harcerze zaczęli przekazywać Betlejemskie Światło Pokoju od około 1995 roku. Jak mówi sentencja harcerska: „Światło pokoju, które w Betlejem zajaśniało, niech promieniuje także w naszych sercach”. Od tego czasu odbywa się coroczne przekazywanie tego symbolu nadziei i jedności – powiedziała hm. Marzena Bagińska, Komendantka Hufca Nadnarwiańskiego ZHP w Łomży.

Betlejemskiemu Światłu Pokoju od lat towarzyszy hasło związane z działaniem harcerzy w danym roku. W ostatnich latach były to: „Czyńmy pokój”, „Światło dla Ciebie” czy też „Światło Nadziei”. W tym roku jest to „Kochaj Czynem”, które nawiązuje do małych, codziennych gestów, któ-

re można okazać drugiemu człowiekowi.

- Tegoroczny slogan oznacza, że prawdziwa miłość nie polega tylko na słowach, ale na działaniu. Wyraża się w konkretnych czynach, takich jak pomoc potrzebującym czy aktywność charytatywna – mówi komendantka Hufca ZHP w Łomży.

- Nasi harcerze angażują się w pomoc ludziom będącym w potrzebie, organizują zbiórki darów dla fundacji i schronisk oraz akcje charytatywne na rzecz chorych dzieci. Hasło tegorocznego BŚP ma również pokazać, że jest prawdziwym zobowiązaniem gotowości niesienia pomocy tam, gdzie jest ona potrzebna – dodaje.

Dzięki harcerzom płomień dociera do mieszkańców nie tylko miast, ale również wsi. Jednym z elementów jest przekazywanie go do instytucji i urzędów. Betlejemskie Światło Pokoju uroczystie przyjmują m.in. Prezydent Rzeczypospolitej Polskiej, Prezes Rady Ministrów, Marszałek Sejmu czy Prymas Polski.

- Harcerze w Łomży przekazują Betlejemskie Światło Pokoju mieszkańcom miasta, szkołom, instytucjom i organizacjom. Reakcje są zawsze pełne ciepła i wzruszenia – opowiada hm. Marzena Bagińska.

Organizatorem Betlejemskiego Światła Pokoju w Polsce jest Związek Harcerstwa Polskiego. To jedna z największych organizacji młodzieżowych, do której należy ponad 100 tysięcy członków. Od ponad 100 lat ZHP wspiera rozwój dzieci i młodzieży.

- W Hufcu Nadnarwiańskim ZHP im. Adama Chętnika w Łomży działa 10 drużyn, które zrzeszają około 200 dzieci i młodzieży. Jak mówi jedno z harcerskich haseł: „Harcerz to drużyna, a drużyna to harcerz” – pokazuje to, jak ważną rolę w harcerstwie odgrywa wspólnota i współpraca – podkreśla komendantka Hufca ZHP.

Betlejemskie Światło Pokoju łączy dwie ważne dla Polaków akcje około bożenarodzeniowe. Płomień jest przekazywany na świecach Caritas. Środki pozyskiwane z dystrybucji świec przeznaczane są na pomoc dzieciom z najuboższych rodzin w Polsce. W akcję włączają się wszystkie polskie diecezje, dzięki czemu świece trafiają do 10 tysięcy parafii na terenie całego kraju. Bierze w nich udział również diecezja łomżyńska, a świece można pozyskać nie tylko w łomżyńskich kościołach, ale również w Caritasie Diecezji Łomżyńskiej.



# Jak to z kolędowaniem było

Jedną z tradycji najczęściej kojarzonych z okresem świąt Bożego Narodzenia jest kolędowanie. To obrzęd polegający na tym, że grupy kolędników odwiedzają poszczególne domy z życzeniami pomyślności w Nowym Roku, za co otrzymują od gospodarzy dary w postaci jedzenia lub drobnych datków pieniężnych. Niegdyś zwyczaj ten był bardzo popularny zarówno na wsiach, jak i w miastach. Obecnie rzadko już się spotyka tradycyjnych kolędników z gwiazdą. Zamknięte gospodarstwa, mieszkania, bloki nie sprzyjają kolędowaniu. Inne czasy, inne zwyczaje.



Przedstawienie zespołu kolędniczego „Podlasie” ze wsi Wyszonki Błonie. Rok 2012 (fot. archiwum MP-M)

Świętowanie Bożego Narodzenia od wielu wieków rozpoczyna się od najważniejszego świątecznego posiłku – wieczerzy wigilijnej. Po niej, śpiewając kolędy oczekiwano wyjścia na Pasterkę. Pierwszy dzień Świąt spędzano w gronie rodziny. Od drugiego dnia - św. Szczepana, rozpoczynano kolędowanie, które w wielu krajach Europy, łącznie z naszym, znane jest na pewno od średniowiecza.

W Polsce pisemne świadectwa potwierdzające powszechność kolędowania datuje się na XVI wiek. Niektóre jego formy ujawniają dawne obrzędy związane z zapewnieniem urodzaju w nadchodzącym roku. Grupy kolędnicze pod koniec występów śpiewały kolędę, życzyły zdrowia mieszkańcom i obfitych plonów. Dlatego kolędnicy byli bardzo oczekiwani i za występy oraz życzenia nagradzani świątecznymi smakołykami.

- Przedstawienia trwały od kilku do kilku nastu minut. Stroje i rekwizyty przygotowywali wcześniej sami kolędnicy. Do starych

zwyczajów należało chodzenie „z kozą”, „z niedźwiedziem”. „Z kozą” chodzili chłopcy lub młodzi mężczyźni. Jeden z nich nakryty odwróconym kozuchem lub płachtą trzymał kij z drewnianą głową z rogami, której dolna szczeka była ruchoma i głośno kłapała. Kozą bodła rogami i robiła dużo rumoru. Deklamowano krótką gadkę o kozie rozpoczynającą się słowami „Gdzie kozą rogiem, tam żytko stogiem...”. Na końcu przymawiano się o pierogi, kielbasę i flaszkę wina – przekazuje Wiesława Pawlak, z działu etnografii Muzeum Północno - Mazowieckiego w Łomży.

Chodzenie mężczyzn z dużą postacią niedźwiedzia uwitego z grochowin zachowało się w pamięci mieszkańców okolic Wąsoszy. Oba zwyczaje powoli odeszły w niepamięć z początkiem XX w. „Kozą” przetrwała w obrzędach zapustnych. Zwierzętom towarzyszyło kilka odpowiednio przebranych osób.

Kolędowano również w niewielkich grupach złożonych z muzykantów grają-

cych na skrzypcach, klawercie i bębnie czy basetli.

- Z tradycji chrześcijańskiej pochodzi chodzenie „z gwiazdą”, w „Króle” oraz Jasełka, z których to wywodzi się chodzenie „z szopką”. Z gwiazdą, zwykle dużą, kolorową i obracającą się wokół własnej osi, chodziły dzieci, śpiewając kolędy i składając życzenia zdrowia, szczęścia i urodzaju. „Króle” inaczej „Herody” to przedstawienie teatralne odpowiednio ubranych mężczyzn – opowiada znawczyni ludowych zwyczajów.

Herodowi towarzyszył Marszał i żołnierze, do tego mądry rabin, anioł, śmierć i diabeł. To była opowieść o tym jak król Herod zarządził rzeź niewinnych, za co śmierć go ścigała kosa. O jego duszę walczyli anioł z diabłem, który wygrywał i zabierał Heroda do piekła mówiąc zwykle: „Królu Herodzie za twe zbytki pójdziesz do piekła boś ty brzydki”. Po tym zwykle następowały życzenia i przymawianie się o „kolędę” czyli poczęstunek.

Przedstawienia jasełkowe – opowieść o narodzinach Dzieciątka Jezus, wprowadzili do kościołów przyklasztornych franciszkanie. Od średniowiecza Jasełka powoli upowszechniły się poszerzając teksty o sceny i różne postacie z życia codziennego.

- Hałas, weselość i „nieprzystojne zachowania” podczas przedstawień, były powodem wydanego w XIX wieku, zakazu wystawiania jasełek w kościołach. Odtąd w świątyniach mogły być tylko szopki z nieruchomymi figurkami. Stąd prawdopodobnie pochodzi zwyczaj chodzenia z szopką, małym domkiem z fasadą na wzór kościelnej, w którym znajdują się figurki poruszane przez niewidocznych szopkarzy, opowiadających o narodzeniu Dzieciątka. Teksty Jasełek i Herodów były drukowane w kantyczkach i różnych broszurkach w XIX i XX wieku i są odtwarzane przez szkolne dzieci – mówi Wiesława Pawlak, dodając, że tradycyjne kolędowanie trwało zwykle do Trzech Króli. Niektóre grupy takie jak chodzenie z kozą, niedźwiedziem czy przebierańcy – „Cyganie”, uaktywniały się ponownie w Zapusty.

Prawdopodobnie ostatnia łomżyńska szopka, która nawiedzała domy i mieszkania w blokach, została zarejestrowana przez fotografa Bolesława Deptułę w końcu lat 70. XX wieku. O dawnych przedstawieniach kolędniczych przypominają zespoły folklorystyczne inscenizując je na różnych imprezach.



# Noworoczne postanowienia

Koniec starego i początek nowego roku to czas postanowień. Mogą dotyczyć wielu aspektów naszego życia, zarówno tych prywatnych, jak i zawodowych. Mimo, iż według badań, noworocznych planów nie udaje się zrealizować w stu procentach, bo większości z nas zapału wystarcza co najwyżej do lutego, to wszystkim życzymy cierpliwości i wytrwałości w dążeniu do wyznaczonych celów.



Moim życzeniem i planem na zbliżający się rok 2025 jest uzupełnienie wakacji. Jak zawsze, zrobimy wszystko, aby nasi mieszkańcy czuli się bezpiecznie i zawsze mogli na nas liczyć.

Pamiętajmy, że niezwykle istotną sprawą jest profilaktyka, dlatego poza naszymi standardowymi obowiązkami będziemy spotykać się z uczniami szkół oraz seniorami, na rozmowach o szeroko pojętym bezpieczeństwie. Priorytetem, na nadchodzący rok, będzie zapewnienie bezpieczeństwa mieszkańcom miasta i powiatu, a także spowodowanie jeszcze większego zaufania do naszej służby.

insp. Adam Antoni Chodziutko,  
kmdt Komendy Miejskiej Policji w Łomży



Jednym z najważniejszych moich postanowień noworocznych jest utrzymanie formy i dyspozycji mojego zespołu do końca rozgrywek drugiej ligi. Dziewczyny prezentują się w tym roku bardzo skutecznie i chciałabym doprowadzić szczyt formy do ostatniego meczu ligi. Drugim postanowieniem jest bycie bardziej cierpliwym poza boiskiem. A na koniec chciałabym życzyć sobie i Państwu dużo emocji, więcej uśmiechu i życzliwości na cały rok.

Aneta Kutny,  
trener KS Handball Łomża



Koniec roku zwykle jest czasem refleksji nad rokiem, który właśnie się kończy, ale jest też czasem namysłu nad rokiem, który nadchodzi. Jako rektor chciałbym, aby w przyszłym roku udało nam się zrealizować nasze uczelniane plany, związane z uruchomieniem dwóch kolejnych kierunków studiów oraz jeszcze bardziej dynamicznym rozwojem uczelni. Jako mieszkańcowi Łomży marzy mi się, aby młodzi ludzie mieli lepsze perspektywy zatrudnienia, rozwoju zawodowego oraz aby było w Łomży więcej miejsc, gdzie mogą rozwijać swoje pasje. Generalnie marzy mi się, aby mieli jak najwięcej

powodów do pozostania w Łomży, na stałe. Łomża jest pięknym miastem i ma swój niezaprzeczalny urok. Prywatnie, mam nadzieję, że uda mi się w nadchodzącym roku wygospodarować trochę więcej czasu na odpoczynek oraz częstsze delektowanie się muzyką klasyczną, którą bardzo lubię.

dr hab. Dariusz Surowik,  
rektor Akademii Łomżyńskiej



Muszę przyznać, że nie praktykuję noworocznych postanowień. Ewentualne konieczne zmiany w życiu staram się wdrażać na bieżąco, nie czekając do 1 stycznia. Faktem jest jednak, że co roku w okolicach zimy obiecuję sobie prawdziwe wakacje, co ostatnio nie bardzo się udaje z powodu „kłęski koncertowego urodzaju”, który mi towarzyszy. Koniec roku jest też czasem tworzenia projektów i zabiegania o fundusze na kolejne inicjatywy. Planujemy więc intensywnie nowe projekty artystyczne i bardzo liczymy, że uda się je sukcesem zrealizować.

Jan Miłosz Zarzycki  
dyrektor Filharmonii Kameralnej  
im. Witolda Lutosławskiego w Łomży



Zbliżający się Nowy Rok to dobry czas na refleksję, zerwanie ze złymi nawykami, zaplanowanie zmian i postanowień noworocznych. Zdecydowanie chciałbym więcej czasu poświęcać mojej kochanej rodzinie, aby wzmacniać relacje i budować piękne wspomnienia. Równowaga pomiędzy pracą a życiem prywatnym jest rzeczą fundamentalną, unikamy wtedy wypalenia zawodowego. Jako trener praktyk, planuję skoncentrować się na indywidualnym podejściu do moich podopiecznych tenisistów, zamierzam regularnie wprowadzać nowe metody treningowe oparte na najnowszych badaniach naukowych zwiększając efektywność zajęć. Planuję oczywiście dalej rozwijać się naukowo pisząc artykuły.

Tomasz Waldziński,  
prezes Uczniowskiego Klubu  
Sportowego „Return”



Zawsze zarzekam się, że nie będę robił żadnych postanowień na Nowy Rok, ale i tak w końcu jakieś postanowienia robię. Jeżeli chodzi o rok 2025 to postanowiłem wrócić do systematycznej nauki języka angielskiego. Drugą rzeczą którą postaram się realizować to zajęcia ruchowe przynajmniej raz w tygodniu i zmiana diety na bardziej zdrowotną. Jako przewodniczący Łomżyńskiej Rady Seniorów chciałbym w porozumieniu z zarządami łomżyńskich spółdzielni mieszkaniowych doprowadzić w następnym roku do powstania przynajmniej jednej osiedlowej świetlicy dedykowanej seniorom.

Andrzej Urbanek,  
przewodniczący Łomżyńskiej  
Rady Seniorów



W Nowym Roku chcę każdego dnia budzić się z uśmiechem i myśleć, że dużo mogę i potrafię. Chcę rozwijać swoje pasje, odkrywać nowe perspektywy, podejmować ciekawe wyzwania. Sądzę, że nie zabraknie mi sił i energii na dalszą działalność społeczną, realizację kolejnych pomysłów przynoszących realne korzyści w naszym mieście.

Angelika Obrycka,  
społecznik 2023 roku



W nadchodzącym roku jednym z moich głównych celów będzie zacieśnienie więzi między drużynami działającymi w naszym hufcu. Chciałabym stworzyć przestrzeń, w której każde dziecko i młodzież będą mogły rozwijać swoje pasje, talenty i umiejętności. Mam nadzieję, że wspólnymi siłami stworzymy wspólnotę, która będzie silna, zjednoczona i pełna pasji, inspiracji oraz chęci do działania. Razem możemy więcej!

hm. Marzena Bagińska,  
kmdt Hufca Nadnarwiańskiego ZHP im.  
Adama Chętnika w Łomży



## Łomża sięga po środki z KPO

Miasto Łomża podpisało z Bankiem Gospodarstwa Krajowego umowę na pożyczkę wspierającą zieloną transformację miast, która jest finansowana ze środków Krajowego Planu Odbudowy i Zwiększania Odporności (KPO). Opiewa ona na kwotę 8 mln zł i ma być przeznaczona na wkład własny planowanej realizacji bulwarów nadnarwiańskich. Co ważne, jest ona nieoprocentowana, ze spłatą rozłożoną na 20 lat, dająca możliwość umorzenia 5 proc. jej wartości.

Prezydent Łomży Mariusz Chrzanowski informuje, że władze Łomży już od dłuższego czasu rozmawiały z przedstawicielami BGK w sprawie takiego wsparcia.

- Te środki chcemy przeznaczyć na realizację bulwarów, w tym na te koszty, które już ponieśliśmy, chociażby związane z wykupem gruntów. Z punktu widzenia obecnych sytuacji w samorządach jest to bardzo dobra forma wsparcia, możemy odejść od kredytów, które są oprocentowane – mówi wójt Łomży, dodając, że w przyszłym roku planowane jest zaciągnięcie kolejnej nieoprocentowanej pożyczki w kwocie 12 mln zł na zadania związane z termomo-

dernizacją Hali Sportowej im. Olimpijczyków Polskich przy Szkole Podstawowej nr 9 i remont budynku przy ul. Wesolej 117 oraz jako refundacja wyremontowanych kamienic przy ul. Polowej, które będziemy mogli przeznaczyć na wkład własny do innych inwestycji.

- Jest to bardzo dogodna dla nas możliwość, bo wtedy możemy zmniejszyć planowany kredyt dzięki pożyczce, która z finansowego punktu widzenia nic miasta nie będzie kosztowała.

Dyrektor Regionu Podlaskiego Banku Gospodarstwa Krajowego Szymon Rogaczewski zaznacza, że jest to bardzo preferencyjne finansowanie, gdyż jest



Prezydent Łomży Mariusz Chrzanowski i Szymon Rogaczewski, dyrektor Regionu Podlaskiego Banku Gospodarstwa Krajowego (fot. Łukasz Czech)

nieoprocentowane, a dodatkowo po zakończeniu realizacji tego projektu, daje jeszcze możliwość umorzenia 5 procent wartości udzielonego wsparcia.

- Ten instrument jest dostępny od kwietnia, a pierwsze takie pożyczki w Polsce były podpisane we wrześniu. Łomża dołącza do tych samorządów, które już korzystają z KPO – przekazuje przedstawiciel BGK.

ŁUKASZ CZECH

## Kolejne miliony na budowę sali sportowej przy SP 5. Dzieci już ćwiczą!

Samorząd Miasta Łomża pozyskał kolejne dofinansowanie na budowę nowoczesnego obiektu przy Szkole Podstawowej nr 5. Tym razem środki – około 4,1 zł mln – pochodzą z Ministerstwa Sportu i Turystyki. Sala przeszła już końcowe odbiory i mogą z niej korzystać uczniowie. Po nowym roku zostaną dobudowane tam trybuny na 200 miejsc.



W sali sportowej ćwiczą już uczniowie „Piątki” (fot. Grzegorz Daniluk)

Jak podkreśla prezydent Łomży Mariusz Chrzanowski, realizacja zadania pn. „Budowa sali sportowej przy Szkole Podstawowej nr 5 w Łomży” była jedną z ważniejszych inwestycji w mie-

ście w ostatnich latach.

- Czekaliśmy na nią społeczność szkoły, ale także łomżyńskie kluby sportowe – przekazuje wójt miasta.

W nowym budynku zajęcia z wychow-

wania fizycznego będą mogły odbywać jednocześnie trzy grupy. Dodatkowo zaprojektowano w nim siłownię oraz 3 sale ćwiczeń – 2 do gimnastyki korekcyjnej i taneczną. Sala wyposażona jest w szatnię, łazienki, magazyn sprzętu sportowego, pomieszczenia gospodarcze i techniczne, niezbędną komunikację oraz kotłownię.

Na budowę sali sportowej SP 5 Miasto Łomża pozyskało łącznie ponad 17 mln zł. Kwotę 6,2 mln zł z Norweskiego Mechanizmu Finansowego, w ramach projektu pn. „Łomża - miasto w którym żyje i pracuje”, ponad 4,1 mln zł z Ministerstwa Sportu i Turystyki (Program „Sportowa Polska” – 2,7 mln zł, Program Wsparcia Inwestycji Sportowych – 1,4 mln zł), 4 mln zł z Rządowego Funduszu Inwestycji Lokalnych, 2,3 mln zł z Funduszu Wsparcia Gmin i Powiatów oraz 647 tys. zł z Państwowego Funduszu Rehabilitacji Osób Niepełnosprawnych.

Cała inwestycja kosztowała 21,1 mln zł.

GRZEGORZ DANILUK



# „Potrzeby mieszkańców i rozwój Łomży są priorytetem”

O tym, jakie zadania udało się zrealizować w mijającym roku i planach na ten najbliższy, pozyskanych środkach zewnętrznych i wpływie rządowych zmian na finanse samorządowe, a także świąteczno-noworocznych planach, rozmawiamy z prezydentem Łomży Mariuszem Chrzanowskim, który tę funkcję sprawuje już od 10 lat, a wiosną został wybrany przez mieszkańców na kolejną kadencję.



Prezydent Łomży Mariusz Chrzanowski (fot. Łukasz Gosiewski)

**7**kwietnia mieszkańcy Łomży powierzyli Panu funkcję prezydenta Łomży na trzecią kadencję. To duże wyróżnienie?

Niewątpliwie to historyczny wynik. Po raz pierwszy w dziejach bezpośrednich wyborów prezydenta naszego miasta potrzebna była tylko jedna tura do wyłonienia zwycięzcy. Ponadto jeszcze żaden z poprzednich prezydentów nie pełnił tej zaszczytnej funkcji przez trzy kadencje. Pod tym względem jest to z pewnością ogromne wyróżnienie. Ponad 10,6 tysięcy wyborców opowiedziało się za kontynuacją działań realizowanych przeze mnie i moich współpracowników w poprzednich latach. To ogromny zaszczyt, ale też duża odpowiedzialność, by nie zawieść zaufania tych, którzy zdecydowali się na mnie oddać swój głos, jak również przekonać te osoby, które z jakiegoś powodu tego nie zrobiły.

**Jaka to będzie kadencja?**

Trudno tak naprawdę wyrokować. Bezpośrednio po poprzednich wyborach raczej nikt nie przewidywał pandemii koronawirusa czy wybuchu wojny na Ukrainie i związanych z tym wyzwań. Spodziewaliśmy się wówczas spokojnej realizacji wielu zaplanowanych wcześniej przedsięwzięć, tymczasem musieliśmy zmagać się z nie-

możliwymi do przewidzenia trudnościami. Poradziliśmy sobie, choć wymagało to od nas więcej czasu, wysiłku i funduszy. Jak wiadać, nie wszystko da się przewidzieć, ale jednego jestem pewien – zawsze ze swoimi współpracownikami będę stał na straży realizacji potrzeb naszych mieszkańców i dalszego rozwoju Łomży.

**Rząd wprowadza zamiany w subwencji i udziale w podatkach.**

**Czy będą one dobre dla Łomży?**

Wprowadzana reforma wzbudza duże obawy wśród wielu samorządowców. Jako miasto Łomża liczyliśmy na to, że uda nam się w ramach tzw. kropłówki rządowej uzyskać podobne środki, jak rok temu. Przypominę, że było to 35 mln zł. W tym roku otrzymaliśmy jednak jedynie niecałe 13 mln zł. To wpływa negatywnie przede wszystkim na zbilansowanie wydatków bieżących. Ponadto, zgodnie z ustawą o dochodach jednostek samorządu terytorialnego, od 2025 roku gminy, miasta, powiaty oraz województwa będą korzystać z nowego modelu obliczania dochodów z podatków PIT i CIT. Rewolucyjne zmiany, jakich nie było od 2003 roku, czekają m.in. finansowanie szkolnictwa. Likwidacji ma ulec dotychczasowa subwencja oświatowa, a wydatki na edukację to największy dział w naszym budżecie. Zobaczymy więc, jak to ostatecznie wpłynie na finanse miasta.

**Rozwój to inwestycje. Czy w związku z tym są one zagrożone? Jakie zadania przewiduje miasto do realizacji w przyszłym roku?**

Priorytet stanowią dla nas zadania kontynuowane oraz te, na które mamy już informację, że otrzymają dofinansowanie. Dlatego warto podkreślić jest to, że udział środków zewnętrznych wynosi

68,85% ogółu wydatków majątkowych, czyli ponad 76 mln zł. Wśród planowanych przez nas zadań jest zakup taboru zeroemisyjnego do MPK wraz z budową niezbędnej infrastruktury, czyli dalsze działania mające na celu rozwój ekologicznego transportu. W planach jest też modernizacja energetyczna budynków użyteczności publicznej w Mieście Łomża obejmująca obiekty Zespołu Szkół Technicznych i Ogólnokształcących nr 4. W projekcie budżetu zapisaliśmy także budowę bulwarów nad Narwią, Miejskiego Żłobka nr 5, zadaszonego lodowiska-rokowiska przy ul. Katyńskiej czy rewitalizację zabytkowego parku im. Jakuba Wagi oraz termomodernizację Hali Sportowej im. Olimpijczyków Polskich przy Szkole Podstawowej nr 9 i budynku po dawnym hotelu robotniczym przy ul. Wesołej 119. Ruszamy też z remontem pionu kuchennego w Zespole Szkół Specjalnych oraz szatni w Szkole Podstawowej nr 10. Pod względem inwestycyjnym nadchodzący rok i kolejne są bardzo ambitne ze względu na możliwe do uzyskania dofinansowanie na łączną kwotę ponad 242 mln zł.

**Wiele zadań nie byłoby możliwych do realizacji, gdyby nie sięganie po zewnętrzne formy wsparcia. W poprzednich latach udawało się w ten sposób pozyskiwać dziesiątki milionów złotych do miejskiego budżetu. Czy ten mijający rok pod tym względem był podobny?**

W tym roku na osiem zadań pozyskaliśmy około 55 milionów złotych z różnych źródeł. Największe z nich to prawie 34 mln zł z Programu Fundusze Europejskie dla Polski Wschodniej na zrównoważoną mobilność miejską. Pod tą nazwą kryje się zakup czterech nowych autobusów elektrycznych, przebudowa warsztatów MPK, budowa hali garażowej, jak również utworzenie strefy płatnego parkowania, obiekty Park&Ride na obrzeżach miasta oraz ustawienie samoobsługowych stacji naprawy rowerów. Kolejne 11,7 mln zł pochodzi z Narodowego Funduszu Ochrony Środowiska i Gospodarki Wodnej na drugi etap rozwoju zielonego transportu publicznego w Łomży, czyli zakup kolejnych czterech autobusów o napędzie elektrycznym. Dofinansowanie pozyskiwaliśmy również z Centrum Projektów Polska Cyfrowa, Ministerstwa Sportu i Turystyki, Podlaskiego Urzędu Wojewódzkiego. W trakcie oceny jest kolejnych jedenaście projektów o szacowanych kosztach w wysokości 127 mln



zł, na które chcemy pozyskać nawet do 80 proc. wartości inwestycji. Warto też dodać, że w ramach nieoprocentowanej pożyczki sięgnęliśmy po środki w kwocie 8 mln zł z KPO dystrybuowane przez Bank Gospodarstwa Krajowego i staramy się o kolejne 12 mln zł. To wszystko pokazuje, że cały czas potrafimy skutecznie zabiegać o fundusze zewnętrzne, by jak najwięcej zadań realizować na rzecz naszych mieszkańców, a jednocześnie by jak najmniej obciążać nasz lokalny budżet.

**Wiemy jakie są plany na przyszły rok. Proszę więc przypomnieć, co udało się zrealizować w mijającym roku?**

Oddaną w tym roku do użytku inwestycją, która napawa nas największą dumą, jest nowa siedziba Przedszkola Publicznego nr 5. Znajdują się w niej cztery sale zajęć przedszkola i dwie sale zajęć żłobka na parterze oraz trzy sale zajęć przedszkola na piętrze. Budynek wyposażony jest w windę dla osób z niepełnosprawnościami. W ramach inwestycji wykonano ponadto m.in. nowe place zabaw oddzielnie dla żłobka i przedszkola, 22 miejsca postojowe, dojazdy, chodniki i zieleń. Ciekawostką jest, zlokalizowany na dachu pośrodku, tzw. kącik zielony, w którym dzieci będą mogły uprawiać warzywa. Do 7 oddziałów przedszkolnych uczęszcza 175 dzieci, po 25 do każdej grupy. Kolejnych 40 maluchów zostało objętych opieką żłobkową. Po 1989 roku, aż do teraz, w Łomży nie został wybudowany budynek nowego przedszkola, przeprowadzaliśmy za to wiele remontów i modernizacji. Dziś z tego obiektu możemy być dumni. Dodam, że naszą „perełką” interesują się przedstawiciele innych samorządów z regionu, którzy podpatrują, jak została ona wykonana. Warto podkreślić, że koszty budowy „Piąteczki” zostały niemal w 100 proc. pokryte ze środków zewnętrznych. Ponad 12,7 mln zł Miasto Łomża pozyskało z Rządowego Funduszu Polski Ład: Program Inwestycji Strategicznych, a prawie 2,7 mln zł z programu rozwoju instytucji opieki nad dziećmi w wieku do lat 3 „Maluch+” 2022-2029.

**To niewątpliwie najważniejsza ubiegłoroczna inwestycja. Ale nie jedyna.**

Oczywiście. Zakończyliśmy już budowę nowej hali sportowej przy Szkole Podstawowej nr 5. Czekamy jedynie na dostawę i montaż trybun oraz dostarczenie szafek, ławek i mebli szkolnych. Z nowoczesnej sali sportowej będą korzystać zarówno uczniowie „Piątki”, jak i łomżyńskie kluby sportowe. Zajęcia wychowania fizycznego będą mogły tam odbywać jednocześnie

3 grupy. W ramach inwestycji powstały również siłownia i 3 sale do ćwiczeń - 2 sale gimnastyki korekcyjnej oraz sala tańeczna. To jedna z ważniejszych inwestycji w ostatnich latach, na którą czeka szkoła, ale też sportowe środowisko Łomży. W ramach tego przedsięwzięcia szkoła zyska również nowe szatnie. Warto dodać, że na realizację zadania pozyskaliśmy pieniądze z Norweskiego Mechanizmu Finansowego, Rządowego Funduszu Inwestycji Lokalnych, Funduszu Wsparcia Gmin i Powiatów oraz Państwowego Funduszu Rehabilitacji Osób Niepełnosprawnych.

Należy również, choćby hasłowo przypomnieć, że w tym roku zakończyliśmy remont ulicy Kasztelańskiej i odcinka ulic Reymonta i Poznańskiej, drogi i parkingów w rejonie bloku przy ul. Wojska Polskiego 161B, gdzie był problem zalewania tego miejsca po intensywnych opadach deszczu i roztopach. Zmodernizowana została zabytkowa kamienica przy ul. Polowej 19, gdzie mieszkania znajdzie wkrótce 14 rodzin. W wielu placówkach oświatowych też przeprowadzaliśmy mniejsze lub większe remonty. Zakupiliśmy również smogobus, czyli samochód z mobilnym systemem jakości powietrza, którego możliwości po raz pierwszy możemy wykorzystać w obecnym sezonie grzewczym.

**Godnym odnotowania jest fakt wprowadzenia od połowy roku Łomżyńskiej Karty Mieszkańca.**

To niezwykle ważne przedsięwzięcie zostało zrealizowane w ramach projektu pn. „Łomża – Miasto, w którym żyję i pracuję” z Programu Rozwój Lokalny, finansowanego z Norweskiego Mechanizmu Finansowego 2014 - 2021. Głównym jego celem jest umocnienie i integracja społeczeństwa lokalnego i promocja samorządu miejskiego. Ma ono także na celu ułatwienie dostępu do usług publicznych, oferty kulturalnej, sportowej i edukacyjnej poprzez wdrożenie systemu ulg i zniżek za korzystanie z miejskich obiektów użyteczności publicznej oraz innych usług świadczonych przez Miasto i inne podmioty. Jest to też element polityki społecznej i promocyjnej naszego miasta.

Kartę może otrzymać każda osoba (oraz jej dzieci), która rozlicza podatek PIT w Urzędzie Skarbowym w Łomży, wskazując jako miejsce zamieszkania adres na terenie miasta Łomża lub tu zamieszkuje w przypadku braku ustawowego obowiązku rozliczania podatku PIT. Umożliwia ona naszym mieszkańcom korzystanie ze zniżek na usługi instytucji kultury, sportu i re-

kreacji oraz jednostek i spółek z większościovym udziałem miasta Łomża, w tym bezpłatne przejazdy komunikacją miejską. Jest to możliwe dzięki przekazywanym przez naszych mieszkańców podatkom, które zasilają miejski budżet. Karta pozwala też korzystać ze zniżek oferowanych przez partnerów komercyjnych, którzy będą zainteresowani ich udzielaniem posiadaczom ŁKM. Dotychczas dokument wyrobiło lub złożyło o niego wniosek niepełna 10 tysięcy naszych mieszkańców. Zachęcam tych z Państwa, którzy jeszcze tego nie zrobili, aby zgłosić się w tej sprawie do Urzędu Miejskiego lub stosowny wniosek złożyć na pośrednictwem strony internetowej <https://karta.miasolomza.pl>. Naprawdę warto.

**Przed nami święta Bożego Narodzenia i Nowy Rok. Jak ten okres zamierza spędzić prezydent Łomży?**

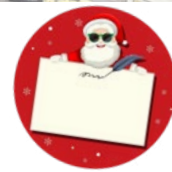
Klimat nadchodzących świąt zaczynam już czuć od początku grudnia, gdy na terenie naszego miasta pojawiają się świąteczne iluminacje świetlne, w różnych jednostkach, firmach czy przedsiębiorstwach odbywają się spotkania opłatkowe. Takim momentem, który jednak najbardziej wprowadza mnie w świąteczny nastrój, jest Łomżyńska Wieczerza Wigilijna na Starym Rynku. W tym roku odbędzie się ona 22 grudnia o godz. 16:00. Już dziś serdecznie zapraszam na to wydarzenie połączone z bożonarodzeniowym jarmarkiem, który w sercu naszego miasta będzie odbywał się w dniach 21 i 22 grudnia. Sam okres świąt to oczywiście spotkania w gronie najbliższej rodziny i to przede wszystkim dla niej chcę poświęcić ten czas, którego często brakuje na co dzień. Z pewnością wybierzemy się do Parku Jana Pawła II - Papieża Pielgrzyma i na Stary Rynek by podziwiać świąteczny wystrój naszego miasta. Będziemy chcieli też obejrzeć bożonarodzeniowe szopki w kościołach, szczególnie ruchomą w klasztorze OO. Kapucynów. Natomiast Nowy Rok zamierzam powitać na Starym Rynku, gdzie podczas Łomżyńskiej Nocy Sylwestrowej wystąpi gwiazda wielu telewizyjnych „Sylwestrów”, czyli Sławomir. Już dziś gorąco zapraszam na to wydarzenie. Korzystając z okazji wszystkim czytelnikom naszego biuletynu życzę radosnych Świąt Bożego Narodzenia, przepełnionych rodzinną miłością oraz wszystkiego, co najlepsze na nowy 2025 rok, aby przyniósł on nam tylko pozytywne emocje.

**Dziękuję za rozmowę.**

ROZMAWIAŁ ŁUKASZ CZECH



# Napisali listy do Świętego Mikołaja



Łącznie 93 prace wpłynęły na konkurs plastyczno-literacki pt. „List do Świętego Mikołaja”.

Był on dedykowany dzieciom w wieku przedszkolnym oraz wczesnoszkolnym (klasy I-III) z terenu miasta Łomży.

Lista zwycięzców w poszczególnych kategoriach:

**Przedszkola**

**Nagrody główne:**

1. Jakub Rzepnicki
2. Oliwia Brzóska
3. Jan Mackiewicz

**Wyróżnienia:**

- Laura Płatuńska
- Jerzy Gryglik
- Helena Rządka

**Szkoły podstawowe (klasy I-III)**

**Nagrody główne:**

1. Oliwia Szymanowska

2. Aleksandra Świączkowska

3. Fabian Chrzanowski

**Wyróżnienia:**

- Aleksandra Śledziewska
- Mateusz Mitter
- Aleksander Lewiarz

UMŁ



Zwycięskie prace w kategorii przedszkoli. Od lewej: Jakub Rzepnicki (I miejsce), Jan Mackiewicz (III miejsce), Oliwia Brzóska (II miejsce) (fot. Rafał Krasucki / Hala Kultury)



Zwycięskie prace w kategorii szkół podstawowych (klasy I-III). Od lewej: Oliwia Szymanowska (I miejsce), Aleksandra Świączkowska (II miejsce), Fabian Chrzanowski (III miejsce) (fot. Rafał Krasucki / Hala Kultury)

## Konkursowe bombki nagrodzone

Rozstrzygnięto także konkurs na najładniejszą bombkę choinkową. Jury wyłoniło zwycięzców i przyznało wyróżnienia w trzech kategoriach, spośród 336 zgłoszonych prac.



Lista zwycięzców w poszczególnych kategoriach:

**Przedszkola**

**Nagrody główne:**

1. Aneta Izdebska
2. Amin Lakhssassi-Przybyłowski
3. Aleks Siedler

**Wyróżnienia:**

- Julia Ulińska
- Maja Wódkiewicz
- Szymon Suchoicki

**Szkoły podstawowe (klasy I-III)**

**Nagrody główne:**

1. Kalina Ustaszewska
2. Antonina Mackiewicz
3. Jan Rydel

**Wyróżnienia:**

- Mateusz Dołęgowski
- Kornel Boryszewski
- Maria Jałowiecka

**Szkoły podstawowe (klasy IV-VIII)**

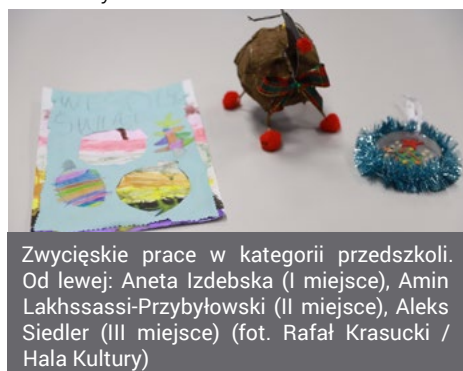
**Nagrody główne:**

1. Filip Dziemiński
2. Robert Zabielski
3. Nikola Ciepluch

**Wyróżnienia:**

- Maria Mackiewicz
- Igor Kacper Kosiński
- Błażej Bajkowski

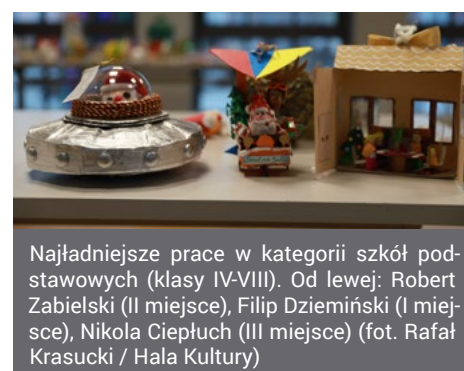
UMŁ



Zwycięskie prace w kategorii przedszkoli. Od lewej: Aneta Izdebska (I miejsce), Amin Lakhssassi-Przybyłowski (II miejsce), Aleks Siedler (III miejsce) (fot. Rafał Krasucki / Hala Kultury)



Zwycięskie prace w kategorii szkół podstawowych (klasy I-III). Od lewej: Jan Rydel (III miejsce), Antonina Mackiewicz (II miejsce), Kalina Ustaszewska (I miejsce) (fot. Rafał Krasucki / Hala Kultury)



Najładniejsze prace w kategorii szkół podstawowych (klasy IV-VIII). Od lewej: Robert Zabielski (II miejsce), Filip Dziemiński (I miejsce), Nikola Ciepluch (III miejsce) (fot. Rafał Krasucki / Hala Kultury)



# Szkodliwe substancje obecne w powietrzu



**P**odczas wieczornego spaceru w dniu 16-go listopada ulicą Piaski, Jaworową, Zachodnią spotkałem „smogobus” Straży Miejskiej z oprządkowaniem na dachu pojazdu, do badania stanu czystości powietrza. To zainspirowało mnie do napisania kilku zdań na ten temat. Zanieczyszczenie powietrza, którym oddychamy, wpływa bezpośrednio na stan naszego zdrowia i wiąże się z występowaniem różnych negatywnych skutków zdrowotnych. Z punktu widzenia zdrowia i życia ludzkiego, szczególnie ważną substancją jest pył zawieszony. Mogą go tworzyć drobinki sadzy pochodzące z kominów domowych lub przemysłowych, a także z rur wydechowych silników samochodowych. Pył zawieszony powstaje również przy ścieraniu opon samochodowych, czy tarcz i klocków hamulcowych.

Pył, którego cząstki mają średnicę poniżej 2,5 mikrometra określane jest jako PM 2,5, cząstki o średnicy do 10 mikrometra tworzą PM 10. W skład pyłu pochodzącego ze spalania węgla, drewna, ropy naftowej, gazu wchodzi różne szkodliwe dla zdrowia związki chemiczne: węglowodory aromatyczne, dioksyny, metale ciężkie, dwutlenek azotu, dwutlenek siarki, tlenek węgla, ozon i inne.

Głównym źródłem pyłu zawieszonego w Polsce są zanieczyszczenia powietrza pochodzące z domowych pieców i kominków, gdzie spalany jest węgiel oraz drewno. powszechnie panuje opinia, że biomasa, w tym drewno, jest „czystym i ekologicznym paliwem”. Otóż okazuje się, że dym powstający przy spalaniu drewna, może zawierać więcej pyłu zawieszonego i gazów trujących niż dym pochodzący ze spalania węgla.

Oddychanie zanieczyszczonym powietrzem powoduje wiele negatywnych skutków zdrowotnych. Najczęściej są to łagodne zaburzenia fizjologiczne, a rzadziej dochodzi do poważnych zmian chorobowych czy zgonów. Zanieczyszczenie powietrza ma przede wszystkim duży wpływ na rozwój i funkcjonowanie układu oddechowego. W zależności od wielkości cząstek pyłu zawieszonego, mogą one dostawać się do różnych pięter dróg oddechowych. Większe drobiny pyłu zatrzymywane są w górnych drogach oddechowych / nos, gardło, krtań/, cząstki o średnicy poniżej 2,5 mikrona dostają się aż do pęcherzyków płucnych. Najmniejsze cząstki o średnicy poniżej 0,1 mikrona mogą przenikać przez barierę pęcherzykowo-łośniczkową bezpo-

średnio do krwioobiegu, wywołując skutki odległe od układu oddechowego. Dodatkowo na powierzchni małych cząstek adsorbowane są związki metali ciężkich, węglowodory aromatyczne, dioksyny i różne gazy /tlenek węgla, tlenki siarki, azotu/. Adsorbowane na większych cząstkach pyłu tlenki siarki /SO<sub>2</sub>, SO<sub>3</sub>/, reagują z wodą tworząc aerozol kwasu siarkowego i siarkawego, uszkadzając błonę śluzową górnych dróg oddechowych oraz oskrzeli. Ozon /O<sub>3</sub>/, dwutlenek azotu /NO<sub>2</sub>/ docierają do głębszych partii układu oddechowego, uszkadzając oskrzeliki i pęcherzyki płucne.

Negatywny wpływ zanieczyszczeń powietrza na układ oddechowy zaczyna się już w życiu płodowym, powodując gorsze wykształcenie płuc, co skutkuje w przyszłości częstszymi zapaleniami górnych i dolnych dróg oddechowych i częstszym rozwojem astmy oskrzelowej. Nawracające zapalenia oskrzeli i płuc w dzieciństwie mają istotny wpływ na sprawność wentylacyjną w wieku późniejszym. W krajach uprzemysłowionych i wysokim stopniu urbanizacji wyraźnie większa jest chorobowość astmy oskrzelowej, jest to najczęstsza choroba przewlekła u dzieci. Natomiast zaostrzenie objawów tej choroby pozostaje w wyraźnym związku przyczynowo-skutkowym z zanieczyszczeniem powietrza pyłami zawieszonymi, a zwłaszcza dwutlenkiem azotu /NO<sub>2</sub>/ i ozonu /O<sub>3</sub>. Zanieczyszczenie powietrza pyłami zawieszonymi przyczynia się do rozwoju POCHP /Przewlekła Obturacyjna Choroba Płuc/, a także do zaostrzeń objawów tej choroby i zwiększonej umieralności. Długotrwałe narażenie na wdychanie powietrza zanieczyszczonego pyłami zawieszonymi zwiększa wyraźnie ryzyko infekcji dróg oddechowych. Można to wytłumaczyć w ten sposób, że zanieczyszczenia wywołują reakcję zapalną na powierzchni błony śluzowej, uszkadzając ją i stwarzając dogodne warunki do kolonizacji wirusów, bakterii i grzybów. To zagrożenie ma miejsce przede wszystkim u dzieci, osób starszych i chorych na inne choroby układu oddechowego.

W czasie pandemii COVID-19 zauważono zwiększone ryzyko ciężkiego przebiegu choroby u pacjentów narażonych na wdychanie powietrza zanieczyszczonego pyłami zawieszonymi. W pyłe zawieszonym znajduje się wiele substancji rakotwórczych, są to przede wszystkim wielopierścieniowe węglowodory aromatyczne i ich pochodne. Międzynarodowa Agencja Badań nad Rakiem podała jako udowodnione działanie kancerogenne pyłu zawieszonego, podobnie jak spaliny emitowane przez silniki Diesla.

Zanieczyszczenie powietrza ma też silny negatywny wpływ na układ krążenia, zwłaszcza u osób starszych, osób z przewlekłymi schorzeniami krążenia, osób z POCHP, otyłych, osób z cukrzycą. Jednak u osób zdrowych narażonych na wdychanie powietrza zanieczyszczonego mogą występować przemijające bóle w klatce piersiowej, gorsza tolerancja wysiłku, uczucie braku powietrza. Objawy są wynikiem nasilonego stanu zapalnego, zwiększonego stężenia cytokin prozapalnych, takich jak: IL-6, IL-8. W ścianie naczyń krwionośnych toczy się proces zapalny, który prowadzi do uszkodzenia śródbłonna naczyń oraz powstawania nowych blaszek miażdżycowych. W następstwie czego rozwija się choroba niedokrwienna serca, zawał mięśnia sercowego, nadciśnienie tętnicze krwi, a nawet możliwe jest nagłe zatrzymanie serca. Badania wykazały, że długoterminowe narażenie na zanieczyszczenia pyłowe zwiększa ryzyko wystąpienia udaru mózgu, za co odpowiadają zwłaszcza CO, SO<sub>2</sub>, NO<sub>2</sub>, O<sub>3</sub>. Na substancje toksyczne zawarte w pyłe zawieszonym wrażliwy jest rozwijający się układ nerwowy w czasie życia płodowego, a szczególnie toksyczność wykazują wielopierścieniowe węglowodory aromatyczne. Ekspozycja prenatalna prowadzi do gorszego rozwoju i funkcjonowania układu nerwowego, zwiększa ryzyko porodu przedwczesnego i wcześniactwa, zwiększa możliwość dystrofii wewnątrzmacicznej, a nawet obumarcia wewnątrzmacicznego płodu. Narażenie dzieci i młodzieży na zanieczyszczenia powietrza odbija się na wynikach w nauce, dzieci te wykazują nadpobudliwość /ADHD/, częściej mają objawy depresji i trudności w przyswajaniu nowych pojęć. U osób dorosłych przy dłuższej ekspozycji na zanieczyszczenia obserwuje się nasilenie objawów depresji, wzrost liczby prób samobójczych i przestępstw kryminalnych. U osób starszych szybciej rozwija się demencja i otępienie. Prawdopodobnie istnieje związek pomiędzy przedłużoną ekspozycją na zanieczyszczenia powietrza a rozwojem choroby Alzheimera. W etiologii autyzmu oprócz obciążeń genetycznych dużą rolę odgrywają czynniki środowiskowe, a wśród nich wymieniana się również zanieczyszczenia powietrza pyłami zawieszonymi. Duże znaczenie w tym schorzeniu przypisuje się PM<sub>2,5</sub>, PM<sub>10</sub>, NO<sub>2</sub> działających w czasie życia płodowego. Ekspozycja na zanieczyszczenia powietrza może także wpływać na płodność, zarówno u kobiet, jak i mężczyzn, co stwierdził w swoich badaniach dr n. med. Jerzy Radwan /łomżyński/, pracujący w Instytucie Matki Polki w Łodzi.

DR N. MED. KAZIMIERZ BANDZUL



## „Mikołajkowa” integracja przez sport

Z okazji przypadającego na 6 grudnia święta Mikołaja, w hali II Liceum Ogólnokształcącego, odbył się mecz piłkarski pomiędzy drużynami Urzędu Miejskiego w Łomży a Zespołu Szkół Specjalnych. Sportowa rywalizacja przyniosła sporo emocji i radości – szczególnie uczniom, którzy wygrali z urzędnikami po rzutach karnych 6:4.

Piłkarskie mecze pomiędzy Ratuszem, a Zespołem Szkół Specjalnych wpisały się już na stałe do łomżyńskiego kalendarza wydarzeń. Do „mikołajkowej” rywalizacji ci pierwsi przystąpili tradycyjnie pod fachowym okiem trenera Hieronima Łady, natomiast uczniów poprowadziły Gabriela Danielewska-Lasota i Emilia Sadowska, nauczycielki wychowania fizycznego w ZSS.

Na parkiecie hali sportowej drugiego

„ogólniaka” nie brakowało zaciętych akcji, były spontaniczne radości po zdobyciu bramki czy skutecznej obronie. Ostatecznie lepsi okazali się uczniowie szkoły specjalnej, zwyciężając po rzutach karnych 6:4, w regulaminowym czasie padł wynik 16:16 (grano 2x25 minut).

- Takie mecze to przede wszystkim znakomita zabawa, integracja, w których wynik schodzi na drugi plan. Dziękuję wszystkim, którzy wzięli udział w tym wydarzeniu – mówi



Uczniowie Zespołu Szkół Specjalnych (fot. Grzegorz Daniluk)



Drużyna Urzędu Miejskiego (fot. Grzegorz Daniluk)

prezydent Łomży Mariusz Chrzanowski.

- Kontynuujemy wspólne mecze z Urzędem Miejskim. Są one grane na wesoło, na luzie, aby dostarczyć jak najwięcej pozytywnych emocji naszym uczniom – podsumowuje Lucyna Antecka, dyrektor Zespołu Szkół Specjalnych w Łomży.

GRZEGORZ DANILUK

## Mikołajkowe spektakle przyciągnęły tłumy

Ogromnym zainteresowaniem cieszyły się zorganizowane przez Urząd Miejski w Łomży mikołajkowe spektakle w Hali Kultury. Obejrzało je ponad 1100 dzieci z przedszkoli i klas I-III szkół podstawowych.



Aktorzy Teatru Bajaderka podczas mikołajkowego przedstawienia (fot. Rafał Krasucki / Hala Kultury)

Aktorzy Teatru Bajaderka, którzy gościli w Łomży zaprosili małych widzów na Biegun Północny, gdzie poznali dwa zaprzyjaźnione ze sobą elfy. W związku ze zbliżającymi się świętami Elfunia i Elfunia dwoili się i troili, aby wszystko dopiąć na ostatni guzik. Tymczasem złośliwy Gnomek, który nie przepadał za świętami postanowił zepsuć.

Bohaterowie widowiska pomogli dzieciom odpowiedzieć na wszystkie nurtujące pytania i wspólnie zastanawiali się dlaczego przygotowania do świąt wzbudzają w nas tyle emocji i o co właściwie chodzi w te święta?

Każdy widz otrzymywał również słodki upominek ufundowany przez Miejskie Przedsiębiorstwo Energetyki Ciepłej.

SYLWIA MARCINIAK

www.lomza.pl



# Gwiazdka za pierwszego Sowietę

**Wkroczeniem wojsk sowieckich 17 września 1939 roku na wschodnie obszary II Rzeczypospolitej zaczynał się jeden z najczarniejszych okresów w historii tych ziem. Nieludzkie, totalitarne prawa funkcjonujące w Kraju Rad, wkrótce miały stać się rzeczywistością mieszkańców i wpłynąć na ich codzienne funkcjonowanie.**

Już 22 października 1939 roku, wbrew prawu międzynarodowemu, władze radzieckie zorganizowały wybory do Zgromadzeń Ludowych Zachodniej Ukrainy i Zachodniej Białorusi (w skład której weszła również Łomża). Stanowiły one formę legitymizacji aneksji tych ziem, które wskutek zbrojnej agresji znalazły się pod kontrolą Stalina. Ich konsekwencją był formalny wniosek wybranych „delegatów” do Rady Najwyższej ZSRS o przyłączenie tych ziem do „siostrzanych terytoriów Białoruskiej Socjalistycznej Republiki Sowieckiej oraz Ukraińskiej Socjalistycznej Republiki Sowieckiej”. Wszczęta niezwłocznie procedura prawna zakończyła się wydaniem przez władze sowieckie ustawy włączającej tzw. Zachodnią Białoruś i Zachodnią Ukrainę do ZSRS oraz wydaniem dekretu nadającego mieszkańcom tych ziem obywatelstwa radzieckiego.

Zasiadający w Łomży przedstawiciele nowej władzy z równym zapałem ruszyli zarówno do walki z wrogami reżimu jak i do wprowadzania nowych praw, mających na celu dokonanie zmian obyczajowych mieszkańców. Jedną z nich miało

być wykorzenienie jakichkolwiek uczuć religijnych. W ateistycznym, totalitarnym kraju, jakim był Związek Sowiecki, władze nie uznawały chrześcijańskich świąt. Boże Narodzenie podobnie jak wszystkie niedziele stało się zwykłym pracującym dniem.

- *Boże Narodzenie to święto poświęcone kultowi narodzenia legendarnego zbawiciela – Jezusa Chrystusa. Nauka wykazała, że w rzeczywistości Chrystus nigdy nie istniał, to znaczy, że i nie narodził się. Chrystus to nie kto inny, tylko pogański bóg Słońca – Mitra. 25 grudnia przypadał dzień zimowego przesilenia. W związku z tym pogańscy wyznawcy Mitry uczynili ten dzień swoim świętem religijnym. Dla przyciągnięcia pogańskiej ludności do chrześcijaństwa, duchowni przejęli święto narodzenia Mitry by przystosować je do swoich legend o Chrystusie – mogli przeczytać mieszkańcy w grudniowym wydaniu „Wolnej Łomży” z 1940 roku, nazywanej pogardliwie „sowiecką gadzinówką”.*

Wiernych udających się na bożonarodzeniowe nabożeństwo publicznie wyśmiewano, atakowano księży. W szkołach

organizowano antyreligijne pogadanki w myśl opublikowanej 5 stycznia 1940 roku na łamach „Wolnej Łomży” tezy głoszącej, że „szkoła sowiecka daje młodzieży prawdziwą, niezafałszowaną klerykalnymi bredniami naukę”.

O wiele bardziej boleśnie spędzali Wigilię Świąt Narodzenia Pańskiego deportowani z Łomży na Syberię czy dalekie stępy Kazachstanu. Niedożywieni, wymęczeni katorżniczą pracą, z dala od ojczystego domu, dzielili się kawałkiem czarnego chleba życząc sobie najczęściej tylko jednego... przetrwania i powrotu do Polski.

- *Po połamaniu się opłatkiem i złożeniu sobie życzeń, zdrowia, siły przetrwania, szybkiego powrotu do ojczyzny, posłaliśmy do szopki wygrzebanej w lodowej gorocie. Drewniane korytko, a w nim Jezus z koralikowymi oczkami, Matka Boska z Józefem z sękatym kijem w kozuchu i baranicy. Było dużo ludzi. W fartuchach i łachmanach, w pilach i drewnianych trepach owiniętych słomą, wszyscy jednakowo skrzywieni, okradzeni z ojczyzny i skazani na pięć, sześć lat poniewierki, śpiewali kolędy „Bóg się rodzi moc truchleje” ku samotnej gwieździe. Poprzez śnieg i burany szły w niebo zziębnięte głosy wygnańców, kostniały nam ręce, drętwiały palce – wspominała wigilijny wieczór zesłana z Łomży w głąb „niełudzkiej ziemi” śp. Maria Łagoda.*

Odwrót wojsk sowieckich z Łomży w czerwcu 1941 roku i wkroczenie do miasta wojsk niemieckich zmienił charakter obchodzonych Świąt. Skończyła się antyreligijna propaganda, a na przedświątecznych targach znów można było nabyć choinki. Z uwagi jednak na wprowadzoną przez hitlerowców godzinę policyjną pasterka mogła odbywać się dopiero 25 grudnia, najwcześniej o 6:00 rano. Zasiadając przy z trudem zorganizowanej, wieczerzy wigilijnej, śpiewając kolędy, w serca Łomżan wstępowała nadzieja, tym większa im bliższa stawała się chwila wyzwolenia.

13 września 1944 roku, po trzydniowych zaciętych walkach ludność Łomży po raz kolejny w swej historii zobaczyła na ulicach miasta żołnierzy sowieckich. Tym razem jednak za nimi szła nowa, polska już administracja, która choć ateistyczna przywróciła Bożemu Narodzeniu należne miejsce w kalendarzu.



Kartki pocztowe z lat 40-tych XX wieku (fot. Dawid Fabiszewski)

KRZYSZTOF FABISZEWSKI



## Uczta dla miłośników przyrody

Już po raz trzeci w Łomży odbył się Narwiański Festiwal Przyrodniczy. Wydarzenie w Hali Kultury obfitowało w wystawy fotograficzne, prezentacje multimedialne czy spotkania z przyrodnikami. Tegoroczną tematyką była dzika przyroda Polski.



Nagrodzeni w kategorii „Fotografia” (fot. Martyna Jankowska / Hala Kultury)

Podczas dwudniowego wydarzenia nagrodzono również autorów najlepszych zdjęć i prezentacji multimedialnych. Festiwal zakończył piękny występ Mateusza Piesiaka z Wildlife Photography.

Lista nagrodzonych:

### KATEGORIA „FOTOGRAFIA”

- 1 miejsce: „Konfrontacja” (Agnieszka Stefańska)
- 2 miejsce: „Dmuchawiec” (Eliza Kowalczyk)
- 3 miejsce: „Król puszczy” (Łukasz Horoszko)

### KATEGORIA „PREZENTACJE MULTIMEDIALNE”

- 1 miejsce: „Dance macabre” (Urszula Frydrych)
- 2 miejsce: „Magia chmur” (Karol Woźniakowski)
- 3 miejsce: „Jak do tego doszło” (Paweł Wrona)

### GRND PRIX

- „Brylantowy szyk” (Elżbieta Kaps)

SYLWIA MARCINIAK

## Legacze zaprezentowali swoje umiejętności

Nasz wierny czytelnik dr Emilian Kudyba podzielił się wrażeniami z 43. Konkursu Gry na Instrumentach Pasterskich im. Kazimierza Uszyńskiego, który zorganizowało Muzeum Rolnictwa w Ciechanowcu. Jak przekazał, inicjatywa zgromadziła prawie 140 wykonawców z Polski i zagranicy.



Dr Emilian Kudyba podczas próby gry na ligawce (fot. archiwum prywatne)

Uczestnicy zaprezentowali swoje umiejętności w grze na ligawkach, trombitach, bazunach, rogach pasterskich i innych tradycyjnych instrumentach – opowiada dr Kudyba.

Barwne widowisko w formie konkursu gry na instrumentach pasterskich odbywa się na terenie Muzeum Rolnictwa w Ciechanowcu w pierwszą niedzielę Adwentu, od ponad czterech dekad. Z lokalnej inicjatywy, w której uczestniczyło początkowo kilku wykonawców z Ciechanowca i okolicznych miejscowości, konkurs

przekształcił się w międzynarodowe wydarzenie kulturalne.

Ligawka należy do kategorii aerofonów ustnikowych i zarazem do grupy najstarszych instrumentów muzycznych spotykanych na ziemiach Polski. Utożsamiana jest z pograniczem mazowiecko-podlaskim, gdzie nadal kontynuuje się starą tradycję grania na tym rogu. Jest nieodłącznym elementem dziedzictwa kulturowego Ciechanowca. To folklor, który przetrwał i dobrze się rozwija w tej części Polski.

GRZEGORZ DANILUK



# Czy Łomża będzie miała swojego patrona?

Białystok ma za patrona błogosławionego księdza Michała Sopoćkę, Elbląg świętego Mikołaja z Miry, Radom św. Kazimierza, a Kraków ma ich aż pięciu. Niebawem patronem Łomży może zostać św. Wawrzyniec. Z taką oddolną inicjatywą wystąpiła grupa mieszkańców Łomży, która spotkała się z popierającym pomysł prezydentem Mariuszem Chrzanowskim. Stosowną decyzję w tej sprawie musi wydać jeszcze Stolica Apostolska.



XVII-wieczna figurka św. Wawrzyńca znajdująca się obecnie w Muzeum Diecezjalnym w Łomży (fot. Łukasz Czech)

Inicjatorzy pomysłu chcą, aby ustanowienie św. Wawrzyńca patronem miasta nastąpiło w 2025 roku.

- Wówczas będziemy obchodzili dwie okrągłe i bardzo ważne w historii naszego miasta rocznice. W przyszłym roku przypada bowiem jubileusz 500-lecia Katedry św. Michała Archaniola i 100-lecia Diecezji Łomżyńskiej – przekazuje Wojciech Winko, szef LOT Ziemia Łomżyńska i prze-

wodniczący Społecznej Rady ds. Turystyki.

W tej sprawie wśród mieszkańców została już przeprowadzona zbiórka podpisów, których zebrano prawie 1,5 tysiąca.

Jeszcze w grudniu temat ten ma trafić pod obrady Rady Miejskiej. Do rozpoczęcia formalności konieczna jest bowiem odpowiednia uchwała intencyjna w tej sprawie. Pozwoli ona, za pośrednictwem Kurii Diecezjalnej w Łomży, zwrócić się do Watykanu o wszczęcie procedury kościelnej.

Święty Wawrzyniec był jednym z siedmiu diakonów Kościoła rzymskiego za czasów papieża Sykstusa II. Podczas prześladowań chrześcijan za panowania cesarza Waleriana, zażądano od niego przekazania wszystkich majątków kościelnych. Wawrzyniec, zamiast oddać dobra materialne, przedstawił cesarzowi biednych i chorych, twierdząc, że oni są prawdziwym skarbem Kościoła. Został za to skazany na śmierć przez spalenie na rozżarzonej kratce. Jego historia jest pełna odwagi, poświęcenia i miłości do bliźniego.

Został on w sposób szczególny związany z Łomżą za pośrednictwem niosącego przed 1000 lat ewangelię na nasze ziemie św. Brunona z Kwerfurtu, który był wielkim czcicielem kultu świętego Wawrzyńca i fundatorem pod tym wezwaniem licznych kościołów. Tradycja lokalna mówiąca o misji ewangelizacyjnej św. Brunona na północnym Mazowszu znajduje swoje odzwierciedlenie we wczesnych wezwaniach pierwszych łomżyńskich kościołów w Starej Łomży, na miejscu zwanym od setek lat wzgórzem św. Wawrzyńca, jak również pierwszego parafialnego kościoła w Łomży na Popowej Górze.

Święty Wawrzyniec jest patronem diakonów, bibliotekarzy i archiwistów, piekarzy i kucharzy oraz strażaków. Patronuje także ubogim oraz przewodnikom sudetkim i ratownikom GOPR. Jest patronem Karpacza, Sępólna Krajeńskiego, Słupcy, Wodzisławia Śląskiego i wielu miast zagranicznych, głównie we Włoszech. Czy będzie także duchowym opiekunem Łomży?

ŁUKASZ CZECH



## Seniorzy piszą



### Wiatry historii

Z perspektywy historii oceniamy potencjał mieszkańców. Pojęcie wiary i przekonanie o znaczeniu chrześcijaństwa w rozwoju Łomży, miał żyjący w IV wieku św. Wawrzyniec. Jego życie, męczeńska śmierć, wywarły przekonanie o znaczeniu życia człowieka i całych pokoleń. To postać, która wciąż mocno tkwi w naszej świadomości.

W Łomży wśród głoszonych nurtów chrześcijaństwa jest katolicyzm. W tym religijnym krajobrazie ludność miasta jest mocno zakorzeniona w wartościach głoszone i wcielane przez św. Wawrzyńca. Dzisiaj również zabiegamy i liczymy na jego wsparcie duchowe. Dzisiaj, w naszej społecznej świa-

domości praca zawodowa oraz pragnienie bycia pozytywnym zajmuje miejsce na równi z naszą wiarą chrześcijańską. Od czasów św. Wawrzyńca życie bez Boga nie ma sensu. Od wieków człowiek żyjący na ziemi łomżyńskiej był postrzegany nie tylko jako istota społeczna, ale także „homo religiosus”. Nasza cywilizacja potwierdza, że brak wiary w życiu, niechybnie pograżyłby nasz świat w rozpacz i otchłani zła. Nasza religijność ma wpływ na kształtowanie naszej rzeczywistości. Ma pozytywny wpływ na demokrację i równość społeczną. Do tego można dodać rozwój służby zdrowia dostępnej dla wszystkich na tych samych warunkach. Bezpłatne szkolnictwo wyższe. Opieka nad niesprawnymi, pomoc dla imigrantów oraz przyjazny stosunek dla zwierząt i przyrody.

Św. Wawrzyniec poprzez swoje nauki, wpływa decydująco na stan powszechnej uczciwości i szacunku dla każdego człowieka. Jest jednym z filarów moralności naszego

społeczeństwa. Nie odczuwamy, za sprawą św. Wawrzyńca, lęku przed gniewem Bożym. Chroni nas natomiast przed ideologicznymi faryzeuszami, kłamcami, oszustami. Życie z Bogiem zgodnie z przekazem historycznym św. Wawrzyńca, jest dla nas naprawdę piękne.

Św. Wawrzyniec łączy pokolenia łomżan historią i kulturą. Z perspektywy wieków patrzymy na niego, jako wspaniałego człowieka, oddanego bez reszty dla człowieka, chrześcijaństwa i Boga. To bardzo ważna postać dla społeczeństwa związanego z Łomżą.

Stąd oddolna obywatelska inicjatywa powierzenia opiece duchowej miasta Łomży i jego mieszkańców tak wspaniałej postaci, jaką jest dla nas św. Wawrzyniec, którego dziedzictwo daje kolejnym pokoleniom siłę w dążeniu do realizacji ambitnych celów. Wyrażamy głębokie przekonanie, że św. Wawrzyniec powinien być naszym duchowym wsparciem, opiekunem i patronem.

SENIOR STANISŁAW KASEJA



## Piłkarze ŁKS-u zakończyli rundę jesienną

Na czwartej pozycji w trzecioligowej tabeli spędzą zimę piłkarze ŁKS-u Łomża. Podopieczni Marcina Płuski tracą do liderującej Unii Skierniewice, która ma o jeden mecz rozegrany więcej, 10 oczek.



Mecz ŁKS-u Łomża ze Stomilem Olsztyn obfitował w emocje, zarówno na boisku, jak i na trybunach (fot. Łukasz Gosiewski)

- *Pozycja wyjściowa przed rundą rewanżową jest dobra. Przy odpowiedniej pracy wykonanej w okresie przygotowawczym aktualne miejsce pozwala na realne włączenie się do gry o najwyższe cele – mówi, na łamach mediów klubowych, trener Płuska.*

Łomżanie w rundzie jesiennej wygrali 8 spotkań, 5 zremisowali i ponieśli 4 porażki, zdobywając łącznie 29 punktów.

- *Zdecydowanie, zdobycz punktowa powinna być większa. Dlatego jako trener biorę za to odpowiedzialność. W kilku meczach trzeba było inaczej zarządzać poszczególnymi aspektami – ocenia opiekun biało-czerwonych.*

Piłkarze ŁKS-u do treningów i wiosennych przygotowań wrócą po nowym roku – 7 stycznia. Do tego czasu nie będą jednak próżnować.

- *Po pierwszej części urlopów, w którą nie ingerowaliśmy, drużyna będzie wykonywać plan indywidualny po to, aby z wyższego pułapu rozpocząć okres przygotowawczy. Sztab szkoleniowy w tym okresie pracuje nad rozwojem modelu gry, a także rozwija swoje kompetencje zarówno te twarde jak i miękkie – podsumowuje trener Marcin Płuska.*

Start rundy wiosennej zaplanowany jest na 1-2 marca.

GRZEGORZ DANILUK

## Boksterska wicemistrzyni olimpijska w Ratuszu

Julia Szeremeta, srebrna medalistka olimpiady w Paryżu, odwiedziła łomżyński magistrat. Sukcesów pogratulował jej prezydent Mariusz Chrzanowski.

Pochodząca z Chełma pięściarka zdobyła srebrny medal Igrzysk Olimpijskich w Paryżu w kategorii 57 kg, ulegając w finale, jednogłośnie na punkty, Tajwance Yu Ting Lin.

Warto zaznaczyć, że był to pierwszy od 1992 roku medal olimpijski zdobyty w polskim boksie. 21-latką nie ukrywa, że marzyła o złocie, ale jest bardzo szczęśliwa z tego co osiągnęła.

- *Przed walką finałową nie czułam w ogóle presji, podeszłam do niej na luzie. Podczas walki była duża adrenalina, przeciwniczka dysponowała ogromnym zasięgiem ramion. Brakowało mi także szybkości, którą miałam*

*wcześniej. Na pewno odczuwałam trochę zmęczenie poprzednimi walkami – opowiada 21-latką.*

Sukcesów Julii Szeremecie pogratulował prezydent Łomży Mariusz Chrzanowski, życząc jej dalszych udanych występów w ringu.

Młoda bokserka podpisała rękawice, które zostaną przeznaczone na cele charytatywne.

Podczas wizyty towarzyszył jej wiceprezes Polskiego Związku Bokserskiego Zbigniew Maleszewski.

GRZEGORZ DANILUK



Julia Szeremeta podpisuje rękawice na cele charytatywne (fot. Grzegorz Daniluk)



# Z pasji do basketu powstały „Żukersy”

**Czy doczekamy się reaktywacji seniorskiej koszykówki w Łomży? Wszystko jest na dobrej drodze, bo na sportowej mapie miasta pojawił się nowy klub „Żukersy”. Inicjatywy pogratulował pomysłodawcom prezydent Łomży Mariusz Chrzanowski.**

Klub Sportowy „Żukersy” działa w formie stowarzyszenia i powstał w lipcu tego roku. Jego głównym pomysłodawcą i założycielem jest Piotr Żuk, nauczyciel wychowania fizycznego w łomżyńskim „Mechaniaku”, dla którego koszykówka to coś więcej niż tylko sport.

- Kocham koszykówkę, gram od trzeciej klasy szkoły podstawowej, ale wielkiej kariery nie zrobiłem – uśmiecha się Piotr Żuk.

- Chciałem pójść w trochę innym kierunku i stworzyć własny projekt, aby dać radość dzieciom i promować aktywność fizyczną i zdrowy tryb życia. Robię, to wszystko z pasji – dodaje.

Nabór do „Żukersów” ruszył we wrześniu, a na treningi uczęszcza obecnie około 50 chłopców w trzech grupach wiekowych: 7-9 lat, 10-12 lat i powyżej 13 lat. Zajęcia odbywają się w salach sportowych ZSMiO nr 5 oraz Szkoły Podsta-

wowej nr 10. Klub jest otwarty na dzieci i młodzież.

- Zapraszamy każdego, kto chce trenować koszykówkę, bez względu na szkołę do jakiej uczęszcza – mówi Żuk.

Obok niego zajęcia prowadzi Katarzyna Biedrzycka. Razem tworzą duet, który doskonale się uzupełnia.

- Ja prowadzę najmłodszych, Piotr grupy starsze. Na tym etapie są to zajęcia ogólnorozwojowe, gry i zabawy z elementami koszykówki – opowiada absolwentka studiów magisterskich W-F.

Póki co „Żukersi” skupiają się na trenowaniu, rozwoju i doskonaleniu umiejętności. Celem na przyszły rok jest zgłoszenie drużyn do rozgrywek młodzików, kadetów i juniorów, a w kolejnej perspektywie do ligi seniorskiej.

- Życzę powodzenia i trzymam kciuki za ciekawy projekt – pogratulował inicjato-



Z przedstawicielami „Żukersów” spotkał się prezydent Łomży Mariusz Chrzanowski (fot. Grzegorz Daniluk)

rom prezydent Mariusz Chrzanowski.

Osoby zainteresowane treningami w Klubie Sportowym „Żukersy” Łomża mogą zgłaszać się pod numerem tel. 660 978 494 oraz 789 485 982.

GRZEGORZ DANILUK

## KONKURS FOTOGRAFICZNY

Serdecznie zapraszamy naszych Czytelników do wzięcia udziału w corocznym konkursie pt. „Łomża nocą w świątecznej scenerii”. Najpiękniejsze fotografie zostaną opublikowane w następnym 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 **15 stycznia 2025 r.** na adres mailowy: **redakcja@um.lomza.pl** z dopiskiem w tytule: **„Konkurs”**.

Regulamin konkursu i formularz zgłoszeniowy dostępne są na stronie: **www.lomza.pl**.

REDAKCJA

### „My z Łomży” Biuletyn Informacyjny Urzędu Miejskiego w Łomży

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

**Redaktor naczelny:** Grzegorz Daniluk.

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

**Zespół redakcyjny:** Łukasz Czech, Sylwia Marciniak, Krzysztof Fabiszewski, Marlena Chojńska.

**„My z Łomży” Biuletyn Informacyjny Urzędu Miejskiego w Łomży jest dostępny w następujących punktach:** Urząd Miejski w Łomży (Stary Rynek 14), szkoły i placówki oświatowe na terenie miasta, Park Przemysłowy Łomża (ul. Gen. Władysława Sikorskiego 166), Dzienny Dom „Senior+” (ul. Marii Skłodowskiej-Curie 2), Klub „Senior+” (ul. Nowogrodzka 7A), Miejska Hala Targowa (ul. Gen. Władysława Sikorskiego 176A), Pływalnia Miejska nr 1 (ul. Niemcewicz 17), Park Wodny (ul. Kard. Stefana Wyszyńskiego 15), Miejska Biblioteka Publiczna (ul. Długa 13), Teatr Lalki i Aktora (Plac Niepodległości 14), Miejski Dom Kultury - Dom Środowisk Twórczych (ul. Wojska Polskiego 3), Muzeum Północno - Mazowieckie (ul. Długa 13), Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej (ul. Dworna 23B), Punkt Informacji Turystycznej w Łomży (Stary Rynek 6), Akademia Łomżyńska (ul. Akademicka 14), Międzynarodowa Akademia Nauk Stosowanych (ul. Studencka 19), K1 Sklep Spożywczy (ul. Jędrzeja Śniadeckiego 2A), Sklep „Groszek” (ul. Waleriana Łukasińskiego 82), Market D-1 (ul. Gen. Władysława Sikorskiego 87), Zakład Gastronomiczny „Smaczek” (ul. Sybiraków 20, lok. 2A), sieć piekarni „Kraska”, „Okruszek” i „Serafin”, sieć sklepów „Alex”, „Lewiatan”, „Chorten” i PSS Spółem, Restauracja Na Farnej (ul. Farna 9), Malowane Pierogi (Stary Rynek 22), Szkoła Językowa LINGUO (ul. Kard. Stefana Wyszyńskiego 30), Sklep Polmar (ul. Marii Skłodowskiej-Curie 2), Fryzjer Męski Anna Sawicka (Stary Rynek 11), Szewc Express (ul. Małachowskiego 2, lok. 5), Kuzia Mieczysław Sklep Mięsny (ul. Małachowskiego 2), Sklep Spożywczy ABC (ul. Małachowskiego 1) oraz w wersji elektronicznej na stronie internetowej: **www.lomza.pl**.



**PREZYDENT ŁOMŻY MARIUSZ CHRZANOWSKI**  
zaprasza na



**23:00**  
**TOPKY**

**22:00**  
**BAJOREK**

**00:00**  
**SŁAWOMIR**

**1:00**  
**DJ DAMIAN M**

# Łomżyńska NOC SYLWESTROWA 2024/25

STREFA GASTRONOMICZNA

**ŁOMŻA**

ZAPRASZA  
18.00-2.00

*31. grudnia*

**STARY RYNEK W ŁOMŻY**

**22:00-02:00**

Sponsor Główny:

RECEPTURA BROWARU ŁOMŻA

19 68

**ŁOMŻA**

Organizatorzy:



Zasmakuj  
w Łomży



Sponsor Strategiczny:

**PEPEES® S.A.**