

Echo Wysokiego



STYCZEŃ
-LUTY
2022

NR 113

Gmina Miejska Wysokie Mazowieckie liderem Rankingu Gmin Województwa Podlaskiego 2021

Pierwsze miejsce i tytuł lidera regionu otrzymało miasto Wysokie Mazowieckie, tym samym zwyciężyło w Rankingu Gmin Województwa Podlaskiego 2021. Podsumowanie plebiscytu odbyło się 11 stycznia br. w Podlaskim Urzędzie Wojewódzkim. Nagrodę odebrał Burmistrz Miasta Jarosław Siekierko. W uroczystości uczestniczył Marszałek Województwa Podlaskiego Artur Kosicki oraz Wojewoda Podlaski Bohdan Paszkowski.

Oto lista laureatów 1. Rankingu Gmin Województwa Podlaskiego:

Lider województwa: Gmina Miejska Wysokie Mazowieckie.

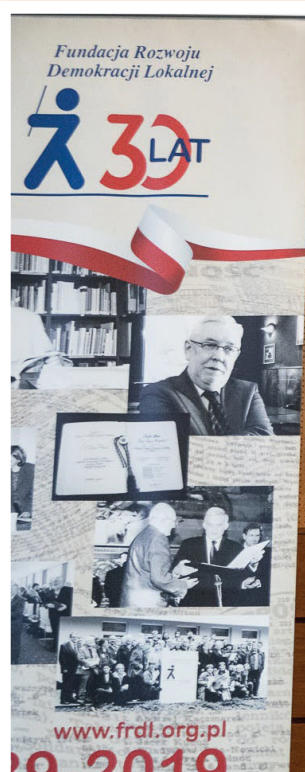
II miejsce: Gmina Wiejska Juchnowiec Kościelny,

III miejsce: Gmina Wiejska Mielnik,
IV miejsce: Gmina Miejsko-Wiejska Choroszcz,
V miejsce: Gmina Miejsko-Wiejska Wasików,
VI miejsce: Gmina Supraśl,
VII miejsce: Gmina Wiejska Suwałki,
VIII miejsce: Gmina Wiejska Dobrzyniewo Duże,
IX miejsce: Gmina Miejsko-Wiejska Łapy,
X miejsce: Gmina Wiejska Puńsk.

Ranking Gmin Województwa Podlaskiego to wyjątkowa inicjatywa realizowana we współpracy Fundacji Rozwoju Demokracji Lokalnej z Urzędem Statystycznym w Białymstoku. Celem przedsięwzięcia jest wyłonienie i promowanie gmin wyróżniających się pod względem rozwoju społeczno-gospodarczego oraz najlepszych praktyk przez nie stosowanych.

W ramach Rankingu ocenie poddawane są wszystkie gminy Województwa Podlaskiego z wyłączeniem miast na prawach powiatu: Białegostoku, Łomży i Suwałk. Za zebranie i zestawienie wyników odpowiada Urząd Statystyczny. Udział w rankingu jest bezpłatny dla Gmin.

Dokończenie na str. 2



Burmistrz Jarosław Siekierko z pamiątkową statuetką i dyplomem

Miejsce w rankingu to wynik 16 syntetycznych wskaźników obrazujących różne sfery życia wspólnot lokalnych w naszym regionie. Wskaźniki te są zróżnicowane i mają w swoim zamierzeniu pokazywać jakość życia w poszczególnych częściach regionu. Są to:

1. średnioroczne dochody własne gmin na 1 mieszkańca w latach 2018-2020,
2. średnioroczne wydatki majątkowe inwestycyjne na 1 mieszkańca w latach 2018-2020,
3. średnioroczny wskaźnik zadłużenia gmin w latach 2018-2020,
4. wydatki bieżące gmin na administrację publiczną na 1 mieszkańca w 2020 r.,
5. średnioroczne środki z UE i innych źródeł niepodlegające zwrotowi na finansowanie programów i projektów unijnych stanowiące dochód gmin na 1 mieszkańca w latach 2018-2020,
6. wyniki egzaminu ósmoklasisty w roku szkolnym 2019/2020,
7. saldo migracji krajowych i zagranicznych,
8. wydatki gmin na kulturę i ochronę dziedzictwa narodowego na 1 mieszkańca w 2020 r.,
9. udział środków przekazanych organizacjom pozarządowym i innym organizacjom prowadzącym działalność pożytku publicznego w wydatkach bieżących gmin w 2020 r.,
10. wydatki budżetów gmin na ochronę powietrza atmosferycznego i klimatu na 1 mieszkańca w 2020 r.,
11. odsetek osób korzystających z sieci kanalizacyjnej w 2020 r.,
12. udział powierzchni objętej obowiązującymi miejscowymi planami zagospodarowania przestrzennego w powierzchni ogółem gminy w 2020 r.,
13. wydatki bieżące na oświatę, wychowanie i opiekę nad dzieckiem do lat 3,

14. udział nakładów na szkolenia pracowników rad i urzędów gmin w wydatkach bieżących gmin na administrację publiczną w 2020 r.,
15. liczba podmiotów gospodarki narodowej zarejestrowanych w REGON na 1000 ludności w wieku produkcyjnym w 2020 r.,
16. przyrost naturalny na 1000 ludności w 2020 r.

Regionalność rankingu umożliwia wyróżnienie liderów w województwie. Kolejne atuty rankingu to: skumulowana i syntetyczna ocena gmin w różnych obszarach, promowanie najlepszych praktyk w regionie, integracja regionu na poziomie samorządowym i obywatelskim, promowanie naszego regionu w Polsce, cykliczność pozwalająca na uchwycenie dynamiki zmian (ranking w danym roku pokazuje „zdjęcie” gminy, dzięki rankingom w kolejnych latach uzyskamy dynamiczny obraz gmin czyli ich zmianę w czasie). Ranking obejmuje wszystkie gminy naszego regionu, zaś na podstawie wyników powstaną artykuły i analizy podsumowujące, które szczególnie w dłuższej perspektywie pokażą trendy w rozwoju gmin naszego regionu.

Monika Borecka



Marszałek Województwa Podlaskiego Artur Kosicki



Burmistrz Jarosław Siekierko



Wojewoda Podlaski Bohdan Paszkowski



Wydawca: Miejski Ośrodek Kultury w Wysokim Mazowieckiem, ul. Ludowa 19, tel. 86 27 23 43

Redaktor naczelna: Magdalena Pietruczak

Redakcja: Monika Borecka, Agnieszka Dąbrowska

Skład komputerowy i druk: Drukarnia Biały Kruk Milewscy sp.j.

Adres redakcji: 18-200 Wysokie Mazowieckie, ul. Ludowa 19, tel. 86 27 23 43 e-mail: mok.sekretariat@wysokiemazowieckie.pl, <http://mok.wysokiemazowieckie.pl>

Redakcja nie zwraca materiałów niezamówionych. Zastrzega sobie prawo skracania i opracowywania tekstów, a także zmiany tytułów. Honorariów nie zapewniamy. Poglądy prezentowane na łamach „Echa” wyrażają jedynie stanowiska autorów.

Główne inwestycje Miasta Wysokie Mazowieckie na 2022 r.

22 grudnia 2021 r. Rada Miasta Wysokie Mazowieckie jednogłośnie przyjęła budżet miasta Wysokie Mazowieckie na 2022 r. w formie zaproponowanej przez burmistrza. Projekt uchwały budżetowej został zaopiniowany pozytywnie przez Regionalną Izbę Obrachunkową oraz wszystkie komisje Rady Miasta Wysokie Mazowieckie.

Budżet zawiera dochody w wysokości 58 630 500,13 zł oraz wydatki w wysokości 66 991 919,42 zł. W ramach budżetu realizowanych będzie szereg inwestycji, w tym inwestycje infrastrukturalne. Na inwestycje i modernizacje zaplanowano kwotę 22 743 427,00 zł, co stanowi 33,95% wszystkich wydatków zaplanowanych w przyszłorocznym budżecie. Na inwestycje drogowe zapisano kwotę 17 243 427,00 zł. Wśród głównych inwestycji są m.in.:

- budowa drogi od ul. Warszawskiej do ul. Podlaskiej – I etap
- budowa drogi od ul. Podlaskiej do ul. Ludowej – II etap
- budowa drogi między ul. Ludową a ul. Stadionową (środku z Polskiego Ładu)
- wykonanie dokumentacji technicznej na poprawę bezpieczeństwa ruchu w okolicy ul. Dolnej, ul. Długiej i ul. Jagiellońskiej,
- chodniki i asfaltowanie ul. Edmunda Pawłowskiego i sięgacz od ul. Jagiellońskiej
- wykonanie dokumentacji technicznej na budowę zbiornika retencyjnego (przepływowego) na rzece Brok,

- budowa budynku mieszkalnego wielorodzinnego przy ul. Kościelnej i wykonanie dokumentacji technicznej,
- wykonanie dokumentacji technicznej na budowę dróg: między ul. Ludową i Al. Niepodległości, między ul. Ludową i Stadionową i przy ul. Ks. Prałata Józefa Obrembskiego.

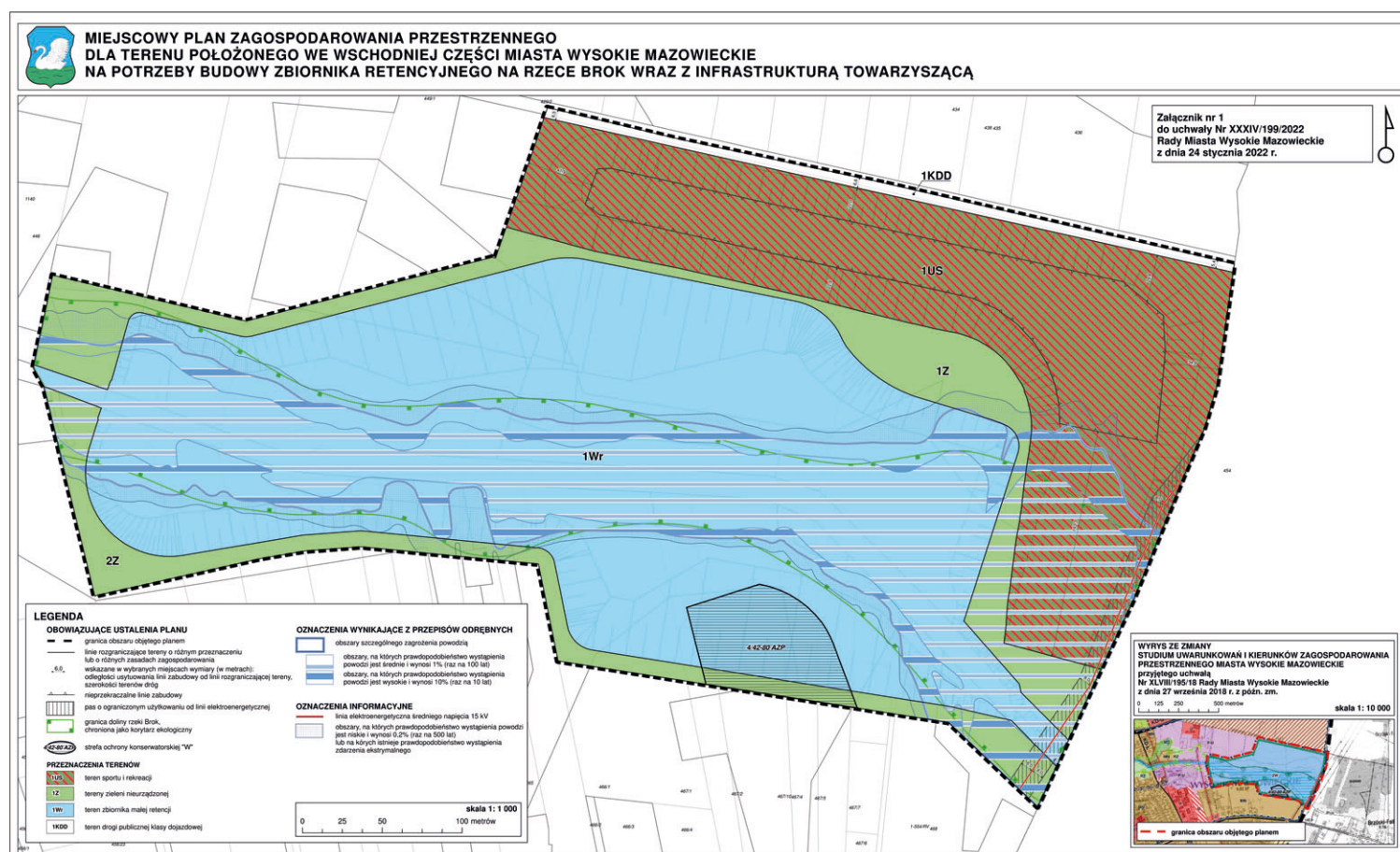
Burmistrz Miasta przy okazji omawiania projektu budżetu wskazał trzy inwestycje, na które miasto będzie ubiegało się o dofinansowanie w ramach drugiej edycji Rządowego Funduszu Polski Ład:

1. Pierwszy wniosek ma dotyczyć trzeciego etapu budowy tzw. małej obwodnicy Wysokiego Mazowieckiego, a dokładniej odcinka od Alei Niepodległości do ul. Ludowej. Obecnie realizowane są dwa pierwsze etapy tej ogromnej drogowej inwestycji.
2. Drugi wniosek dotyczyć będzie budowy stacji uzdatniania wody. Miasto ma już przeznaczone tereny pod tę inwestycję i projekt.
3. Trzeci wniosek dotyczy rekreacji i sportu tj. modernizacji stadionu miejskiego w Wysokim Mazowieckim. W ramach tego zadania planuje się m.in. budowę boiska ze sztuczną nawierzchnią oraz budynków klubowych.

Wysokie Mazowieckie bez kredytu

Miasto Wysokie Mazowieckie jest jednym z nielicznych samorządów, które nie posiada zadłużenia w postaci kredytów. Ostatnią ratę zaciągniętego kredytu w wysokości 1 732 000,00 zł samorząd spłacił na początku stycznia br.

Monika Borecka



Z pracy Rady Miasta i działalności Burmistrza



24 stycznia 2022 r. obradowała Rada Miasta Wysokie Mazowieckie, podczas której podjęto kilka ważnych dla funkcjonowania miasta uchwał:

1. w sprawie Miejskiego Programu Profilaktyki i Rozwiązywania Problemów Alkoholowych oraz Przeciwdziałania Narkomanii na 2022 r.
2. w sprawie miejscowego planu zagospodarowania przestrzennego dla terenu położonego we wschodniej części miasta Wysokie Mazowieckie na potrzeby budowy zbiornika retencyjnego na rzece Brok wraz z infrastrukturą towarzyszącą.

Inwestycja ma na celu zapobieganie suszy, ochronę przed powodzią oraz gromadzeniem wód na potrzeby ludności i przemysłu oraz wyznaczenie obszaru sportu i rekreacji, pełniącego funkcję wypoczynkową dla mieszkańców miasta i gminy Wysokie Mazowieckie. Planowane zagospodarowanie przewiduje m.in. zagospodarowania terenu pod zbiornik małej retencji oraz wykorzystanie terenów towarzyszących na stworzenie kompleksu campingowego na mieszkańców, a także atrakcji turystycznej dla przyjezdnych.

3. w sprawie udzielenia upoważnienia Burmistrzowi Miasta Wysokie Mazowieckie do reprezentowania Rady Miasta Wysokie Mazowieckie przed Wojewódzkim Sądem Administracyjnym w Białymstoku.
4. w sprawie przystąpienia do sporządzenia zmiany Gminnego Programu Rewitalizacji Miasta Wysokie Mazowieckie.
5. w sprawie wyznaczenia miejsca oraz ustalenia zasad prowadzenia handlu w piątki i soboty przez rolników i ich domowników na terenie Miasta Wysokie Mazowieckie.

Takim miejscem jest Targowisko Miejskie znajdujące się przy ulicy Przechodniej. Jednocześnie ustalono regulamin określający zasady prowadzenia handlu w piątki i soboty przez rolników i ich domowników.

6. w sprawie zasad udzielania pomocy w ramach Programu „Opieka wytchnieniowa” – edycja 2022.

Wysokie Mazowieckie znalazło się wśród 19 gmin i 1 powiatu z terenu województwa podlaskiego, którzy otrzymali dofinansowanie z Funduszu Solidarnościowego w ramach programu „Opieka wytchnieniowa” – edycja 2022.

Program będzie kontynuowany przy współpracy Burmistrza Miasta Wysokie Mazowieckie oraz Miejskiego Ośrodka Pomocy Społecznej. Na działania zmierzające do poprawy i lepszego funkcjonowania opiekunów osób niepełnosprawnych, zamieszkujących na terenie miasta, Wysokie Mazowieckie otrzymało dofinansowanie w wysokości 58 752,00 zł. Przystąpienie do programu zapewnia czasowe odciążenie od codziennych obowiązków w postaci doraźnej, krótkotrwałej przerwy w sprawowaniu opieki, oraz pomoc w podniesieniu umiejętności i wiedzy w zakresie opieki nad osobami z niepełnosprawnością.

7. w sprawie przyjęcia Programu wspierania rodziny w Gminie Miejskiej Wysokie Mazowieckie na lata 2022-2024.
8. powiatowi wysokomazowieckiemu.

Dotyczy wsparcia finansowego budowy zadania powiatu pn. „Przebudowa z rozbudową drogi powiatowej nr 2072B – ul. Białostocka w Wysokim Mazowieckim wraz z rozbiórką i budową mostu na rzece Brok oraz przebudową niezbędnej infrastruktury technicznej”. W ramach tego zadania przebudowana ma zostać cała ul. Białostocka. Miasto wesprze tę inwestycję kwotą 2 150 000,00 zł.

9. w sprawie zmian w budżecie miasta na 2022 r.
10. w sprawie zmiany Wieloletniej Prognozy Finansowej Miasta Wysokie Mazowieckie na lata 2022-2025 wraz z prognozą kwoty długu i spłat zobowiązań na lata 2022-2027.

Ponadto Rada Miasta Wysokie Mazowieckie przyjęła plany pracy stałych komisji Rady Miasta Wysokie Mazowieckie na 2022 r., zatwierdziła plan pracy i plan kontroli Komisji Rewizyjnej na 2022 r., plan pracy Komisji Skarg, Wniosków i Petycji na 2022 r. Rada zapoznała się ze sprawozdaniami z działalności stałych komisji Rady Miasta, Komisji Rewizyjnej oraz Komisji Skarg, Wniosków i Petycji za 2021 r. Rada przyjęła również informację z realizacji Miejskiego Programu Profilaktyki i Rozwiązywania Problemów Alkoholowych oraz Narkomanii za 2021 r.

Monika Borecka



Świąteczna paczka dla służb mundurowych

Wzwiązku z prowadzoną na terenie kraju akcją świątecznej paczki dla służb mundurowych na granicy, z inicjatywy senatora RP Jacka Boguckiego, dzięki wsparciu Burmistrza Miasta Wysokie Mazowieckie oraz we współpracy z Miejskim Ośrodkiem Pomocy Społecznej, takie działania zostały również przeprowadzone również w naszym mieście. Mundurowym chroniącym naszą wschodnią granicę przygotowano 100 paczek.

Poprzez drobne upominki pragniemy wyrazić swoją wdzięczność. Każdy gest i każde okazane wsparcie jest ważne. W akcję włączyły się również jednostki z terenu miasta: Miejskie Przedszkole nr 1, Miejskie Przedszkole nr 2, Szkoła Podstawowa nr 1 oraz Miejski Zespół Szkół, którym składamy serdeczne podziękowania za zaangażowanie.

Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej



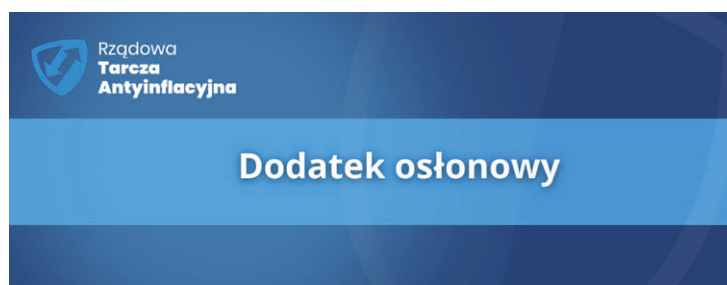
Dodatek osłonowy

17 grudnia 2021 r. Sejm przyjął ustawę o dodatku osłonowym. Jest to kluczowy element rządowej Tarczy Antyinflacyjnej, który ma zniwelować rosnące ceny energii, gazu i żywności. Wsparcie obejmie blisko 7 mln gospodarstw domowych, co stanowi prawie połowę wszystkich gospodarstw w naszym kraju. Na ten cel przeznaczono bezprecedensową kwotę ponad 4 mld zł.

Dodatek osłonowy stanowi kluczowy element rządowej tarczy antyinflacyjnej, który ma zniwelować rosnące ceny energii, gazu i żywności. Zgodnie z zaproponowanymi przepisami będzie on przysługiwał gospodarstwu domowemu, którego przeciętne miesięczne dochody nie przekraczają 2100 zł w gospodarstwie jednoosobowym albo 1500 zł na osobę w gospodarstwie wieloosobowym.

Wysokości dopłat w ramach dodatku osłonowego:

- Jednoosobowe gospodarstwo domowe otrzyma 400/500 zł* przy założeniu, że jej dochód nie przekroczy 2100 złotych,
- Gospodarstwo 2-3 osobowe otrzyma 600/750 zł* przy założeniu, że dochód nie przekroczy 1500 złotych miesięcznie na osobę,
- Gospodarstwo 4-5 osobowe otrzyma 850 zł/1062,50 zł* przy założeniu, że dochód nie przekroczy 1500 złotych miesięcznie na osobę,
- Gospodarstwo 6 i więcej osobowe otrzyma 1150 zł/1437,50 zł* przy założeniu, że dochód nie przekroczy 1500 złotych miesięcznie na osobę.



W przypadku dodatku osłonowego obowiązywać będzie tzw. zasada złotówka za złotówkę. Oznacza to, że dodatek ten będzie przyznawany nawet po przekroczeniu kryterium dochodowego, a kwota dodatku będzie pomniejszana o kwotę tego przekroczenia. Minimalna kwota wypłacanych dodatków osłonowych będzie wynosić 20 zł.

Aby otrzymać dodatek osłonowy złożź wniosek do 31 stycznia lub do 31 października 2022 r. Wnioski o dodatek osłonowy będzie można składać do 31 stycznia 2022 r. Wpłata dodatków zostanie realizowana w 2022 r. w 2 równych ratach, tj. do 31 marca i do 2 grudnia. Ci, którzy nie złożyli wniosku w do końca stycznia, nadal będą mogli ubiegać się o wsparcie. Wówczas muszą złożyc wniosek do 31 października 2022 r. W tym przypadku wypłata 100% dodatku zostanie zrealizowana do 2 grudnia 2022 r.

Dodatek osłonowy będzie wypłacany przez gminy, które otrzymają dotacje z budżetu państwa.

**Kwota dofinansowania uzależniona od źródła ogrzewania
Więcej informacji : <https://www.gov.pl/web/klimat/dodatek-oslonowy>
Wzór wniosku do pobrania na stronie: <https://mops.wysokiemazowieckie.pl/>*

Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej

Ptaki drapieżne kontra gawrony i kawki

Od 1 marca w parkach miejskich będzie można spotkać sokolników z drapieżnymi ptakami. Będzie to usługa zlecona przez Urząd Miasta Wysokie Mazowieckie w celu wypłoszenia gawronów i kawek, które opanowały drzewa w mieście.

W ostatnim czasie widać dużą liczbę ptasich kolonii gawronów i kawek w parkach oraz innych częściach miasta. Wychodząc naprzeciw oczekiwaniom mieszkańców, którzy informowali o braku możliwości spokojnego korzystania z uroków parków miejskich, Burmistrz Miasta Jarosław Siekierko wystąpił do Regionalnej Dyrekcji Ochrony Środowiska w Białymstoku o zezwolenie na odstępstwa od zakazów w stosunku do zwierząt objętych ochroną, ponieważ gawrony i kawki są gatunkiem objętym częściową

ochroną. RDOŚ wyraziła zgodę na płoszenie i niepokojenie gawronów oraz kawek z wykorzystaniem technik sokolniczych. Zezwolenie obowiązuje od 01.01.2022 r. do 31.12.2025 r.

Przed przystąpieniem do płoszenia zostaną usunięte puste gniazda, po czym do pracy mogą przystąpić sokolnicy, wyłonieni w konkursie ofert cenowych. Wpłynęło 6 ofert w przedziale od 59 500 zł brutto do 129 150 zł brutto. Wybrana została najtańsza oferta firmy sokolniczej Igora Kowalskiego.

Od 1 marca do końca kwietnia, nie wyłączając sobót, niedziel i świąt, będzie przeprowadzone płoszenie za pomocą ułożonych ptaków drapieżnych. Czynność ta będzie powtórzona przez dwa tygodnie w listopadzie. Wybrana metoda do walki z uciążliwymi gawronami nie będzie uciążliwa dla mieszkańców.

Barbara Szelaąg



Wspierając ratujesz życie!

Zachęcamy do przekazania o 1 % podatku dla Katarzyny Ogrodnik (Radna Rady Miasta Wysokie Mazowieckie). Link do zbiórki, gdzie bezpośrednio można dokonywać wpłat <https://www.siepomaga.pl/katarzyna-ogrodnik>

Katarzyna Ogrodnik to Radna Rady Miasta Wysokie Mazowieckie, pielęgniarka, zasłużony dawca krwi, współorganizator akcji charytatywnych, toczy walkę z rzadkim nowotworem. We wrześniu 2020 roku rozpoznano u niej złośliwy nowotwór jelita grubego. Po intensywnym leczeniu – chemioterapii, zabiegu operacyjnym, radio i chemioterapii przez pół roku wyniki kontrolne były dobre. Niestety koniec roku 2021 pokazał przerzuty do węzłów chłonnych i na płuca. Rokowanie bez leczenia – maksymalnie rok. Kasię skierowano na chemioterapię paliatywną. W Polsce w chwili obecnej nie kwalifikuje się do żadnego leczenia refundowanego przez NFZ. Nadzieją jest immunoterapia wyceniona na 350 000 zł.



Katarzyna Ogrodnik 48 lat



Przeznacz mi 1% podatku

NUMER KRS
0000396361

CEL SZCZEGÓŁOWY 1%
0169375 Katarzyna

Ustaw przypomnienie o przekazaniu 1% ➤

Seniorzy docenieni

Już prawie pół roku, kilka razy w tygodniu, seniorzy z naszego miasta spotykają się w kawiarni Miejskiego Ośrodka Kultury. Możliwe to jest dzięki projektowi **AKTYWNY SENIOR W POGODNEJ JESIENI ŻYCIA** współfinansowanego ze środków Europejskiego Funduszu Społecznego, w ramach Regionalnego Programu Operacyjnego Województwa Podlaskiego na lata 2014-2020, Oś Priorytetowa IX. Rozwój Lokalny, Działanie 9.1 Rewitalizacja społeczna i kształtowanie kapitału społecznego. Beneficjentem jest Gmina Miejska Wysokie Mazowieckie, która znajduje się w obszarze objętym działaniami Lokalnej Strategii Rozwoju Lokalnej Grupy Działania „Brama na Podlasie”, zaś realizator to Miejski Ośrodek Kultury.

Seniorzy nie muszą siedzieć w domu

Nie wiem jak dużą grupę stanowią seniorzy w naszym mieście, myślę jednak, że należymy do tych nielicznych starszych osób, którym udaje się wyjść prawie codziennie z domu, spotkać się z innymi i korzystać z różnych form ciekawego spędzania czasu mimo zagrożenia koronawirusem. Gdzieś tam w głowie przebłykają myśli, co będzie, gdy pandemia nie pozwoli na takie spotkania... Staramy się więc nie dać wirusowi. Nosimy maseczki, zachowujemy odległość i dystans, dezynfekujemy ręce. Ale czy to wystarczy? Nam seniorom podobają się spotkania i prace, które razem wykonujemy, gdyż ciągle dzieje się coś interesującego.

Podczas spotkań rozmawiamy o swoich problemach, nie plotkujemy. Chwalimy się też dziećmi i wnukami. Rozmawiamy o tym, co robią i jakie mają osiągnięcia. Wymieniamy się doświadczeniami. Mówimy o zainteresowaniach i pasjach. Ja np. odważyłam się powiedzieć, że interesuje mnie malarstwo, a nawet pokazałam znajomym kilka moich obrazków. Pani Celinka Dąbrowska – także uczestniczka projektu, pisze wiersze i ma piękny dorobek literacki, wydała już kilka tomików poezji, zdobyła wiele nagród w konkursach poetyckich.



Spotkanie z prezesem Spółdzielni Mieszkaniowej
Krzysztofem Murawskim



Spotkanie z pracownikiem banku

Inne osoby mają wyjątkowe talenty kulinarne, wyszywają, haftują, szyją. Ich zalety ujawniają się podczas wspólnych prac i zajęć.

Program dla każdego

Zapewniono nam wyjątkowo bogaty program zajęć. Wymienię tylko niektóre z nich. Spotykamy się z dietetykiem Karoliną Uszyńską-Pietraszko, która prowadzi zajęcia teoretyczne i praktyczne z zakresu prawidłowego odżywiania się osób starszych. Omawia co dobre, a czego unikać. Razem z nami przygotowuje zdrowe posiłki i desery. Cukiernik Karolina Prokop zdradza nam swoje przepisy oraz uczy poprawnych i bezpiecznych zasad wypieku ciast. Wszystkie przepisy sprawdzamy podczas zajęć praktycznych i wspólnie degustujemy.

Violetta Dąbrowska uczy rękodzieła i dzieli się swoimi pasjami. Robi m.in. szydełkiem, z różnych nici chusty, serwety i inne piękne dzieła.

Bardzo przydały się nam też zajęcia z fotografii. Wszyscy posługujemy się komórkami, które mają funkcję robienia zdjęć. Niestety nie zawsze potrafimy wykorzystać w pełni wszystkie możliwości sprzętu. Teraz po zajęciach już wiemy, jak zrobić zdjęcie, by podobało się innym. Sesje zdjęciowe też dostarczały emocji, zwłaszcza te, które odbyły się po zabiegach kosmetycznych i profesjonalnym makijażu. A jak dbać o siebie, by wyglądać młodo oraz jakich kosmetyków używać uczyły panie z salonu kosmetycznego.

Kilka razy w miesiącu możemy obejrzeć w naszym kinie wybrane przez siebie filmy. A ogląda się je wygodnie po tym, jak kino zostało wyremontowane i wyposażone w nowy sprzęt do projekcji.

Cyklicznie na spotkania z seniorami przychodzą policjanci. Rzecznik Komendy Powiatowej Policji Anna Zaremba i inni pracownicy policji przestrzegali przed niebezpieczeństwami, jakie mogą grozić starszym osobom (choć nie tylko) ze strony oszustów itp. Co to jest niebieska karta i kto ją może założyć. Gdzie można zgłaszać różne zagrożenia. To tylko przykłady tematów. Pracownicy Miejskiego Ośrodka Pomocy Społecznej radziły, jaką pomoc można uzyskać i komu ona przysługuje.

Spotykaliśmy się także z pracownikami banku spółdzielczego oraz agentką ubezpieczeniową. Dowiedzieliśmy się, na co zwrócić uwagę przy zawieraniu umów na ubezpieczenie pojazdów, mieszkań, domów, czy „na życie”. Teraz będziemy uważniej czytać umowy i dopytywać o szczegóły. Nie wszyscy chyba wiedzą, że aby otrzymać odszkodowanie za szkody w ubezpieczonym budynku, trzeba mieć poświadczenie przeglądów komina, pieca (co rok), czy instalacji elektrycznej co 5 lat.

Odwiedzili nas także prezesi Spółdzielni Mieszkaniowej – Krzysztof Murawski i Adam Buciniński. Większość z nas mieszka w blokach należących do spółdzielni. Osoby zainteresowane mogły więc zapytać np. od czego zależą podwyżki czynszu lub jakie prace remontowe będą wkrótce realizowane. Pan Adam jest też radnym, powiedział więc o projektach, które w najbliższym czasie będzie realizowało miasto. Ja pytałam o zagospodarowanie rzeki Brok płynącej przez nasze miasto. Dowiedziałam się, że już w tym roku zostanie opracowany projekt zalewu i że Wody Polskie wyraziły na to zgodę. Podczas innego spotkania interesująco o odnawialnych źródłach energii mówiła specjalistka z Urzędu Miasta.

Gimnastyka dobra dla seniora

Zajęcia sportowo-ruchowe prowadzi Krzysztof Byszewski. Podczas każdego spotkania tłumaczy jak zadbać o prawidłową sylwetkę i estetyczny wygląd. Dobiera ćwiczenia i tempo do możliwości osób ćwiczących, a towarzysząca muzyka nadaje im rytm. Każde ćwiczenie jest omówione tak, by poprawnie je wykonać. Wszyscy chętnie ćwiczą i chcieliby, by takich spotkań było jeszcze więcej.



Zajęcia sportowo-ruchowe



Zajęcia z rękodzieła



Warsztaty florystyczne

Jesteśmy jak rodzina

Tak można powiedzieć o całej grupie seniorów. Każdy chętnie włącza się we wszystkie prace. Na przykład podczas robienia surówek jedni obierają warzywa, inni je kroją. Podczas wypieków różne grupki przygotowują poszczególne ciasta. Jeszcze inni pilnują piekarnika, by ciasto ładnie się upiekło, a później nakrywają do stołu, by wspólna degustacja miała piękną oprawę. A o nastrój troszczą się też pracownicy MOK np. Leszek Koliński, który obsługuje sprzęt medialny, dostarcza nagrań i umila spotkania swoim śpiewem. Nad wszystkim czuwa dyrektor MOK Anna Kamińska, która uczestniczy w spotkaniach i słucha propozycji zgłaszanych ze strony uczestników.

Mogę powiedzieć, że miałam szczęście znaleźć się w tej grupie seniorów. Jeśli w przyszłości będą organizowane podobne warsztaty to zachęcam do uczestnictwa, bo naprawdę warto. Dziękuję wszystkim za wspólnie spędzone chwile.

*Krystyna Janina Włostowska
– uczestniczka projektu*

Projektem opiekują się Anna Kamińska – dyrektor MOK i koordynator projektu, Dorota Mokrzeska – opiekun i animator klubu seniora, Marta Nowicka – instruktor, Ewa Pietraszko – asystent obsługi projektu, Leszek Koliński – prezenter muzyczny, a także Jacek Pruszyński – pracownik MOK. Praktycznie każdy z pracowników ośrodka kultury robi coś pożytecznego na rzecz projektu.

Hej kołęda w Miejskim Ośrodku Kultury

Wniedzielę 9 stycznia miał miejsce niezwykle koncert „Kolędujemy razem z zespołem wokalnym MOK”. W sali widowiskowo-kinowej Miejskiego Ośrodka Kultury w Wysokiem Mazowieckiem mogliśmy usłyszeć najpiękniejsze polskie kolędy takie jak: „Wśród nocnej ciszy”, „Gdy śliczna Panna” czy też „Bóg się rodzi”. Zespół pod kierunkiem mgr. sztuki Adama Bańkowskiego zrobił na zgromadzonej publiczności ogromne wrażenie, a solowe występy Sylwii Moczydłowskiej, Wioletty Moczydłowskiej oraz Wiktorii Radziwił nadały wzniosłego charakteru całemu wydarzeniu. Gościnnie z zespołem wystąpiła Urszula Bańkowska, która wykonała utwór „Noel”. W roli prowadzącej koncert wystąpiła Katarzyna Michalska – członek zespołu wokalnego MOK.

W skład zespołu wokalnego wchodzi: Daria Brzozowska, Amelia Dołęgowska, Zofia Jabłońska, Paulina Jurowczyk, Marcelina Kamińska, Piotr Ługowski, Katarzyna Michalska, Sylwia Moczydłowska, Wioletta Moczydłowska, Kamil Niemyjski, Piotr Nowicki, Wiktoria Radziwił, Anna Sokołowska, Sebastian Tkacz, Donata Trzaska.

Monika Roszkowska



Członkowie zespołu wokalnego MOK
z instruktorem Adamem Bańkowskim

Premiera spektaklu „Zapomniane Święta”

Chociaż Święta Bożego Narodzenia już minęły, nam udało się wrócić do tych ciepłych, radosnych rodzinnych chwil. W poniedziałek 31 stycznia o godzinie 16.00 sala widowiskowo – kinowa Miejskiego Ośrodka Kultury w Wysokiem Mazowieckiem zamieniła się w magiczną, świąteczną przestrzeń. Tego dnia miała miejsce premiera spektaklu pod tytułem „Zapomniane Święta” grupy teatralnej „MASKA”, której opiekunem jest Daria Głowacka – instruktor teatralny, aktorka Teatru Lalki i Aktora w Łomży.

Kilka słów o fabule: za sprawą czaru okrutnych Czarownic cały świat zapomniał o Świętach. Zaklęcie jednak nie dosięgło trzech odważnych bohaterów: Lalki, Misia i Pajacyka. Przyjaciele wspólnie z pomocnikami Mikołaja, Elfami oraz Śnieżynkami budują rakietę i postanawiają udać się w niebezpieczną podróż, by przywrócić zapomniane Święta...

Grupa teatralna działa przy Miejskim Ośrodku Kultury od października 2021 r. Dzieci początkowo pracowały typowo warsztatowo – zapoznały się z zagadnieniami z zakresu świata teatru, dotknęły zadań aktorskich oraz improwizacji. Potem zaczęła się praca z tekstem i przygotowania do pierwszego spektaklu.

Radości nie było końca. To prawdziwy sukces grupy teatralnej, która dopiero rozwija swoje skrzydła. Kolejny spektakl zaplanowany jest na czerwiec tego roku. Proszę śledzić nasze poczynania!

Daria Głowacka
– opiekun grupy teatralnej „MASKA”



Grupa teatralna MASKA z opiekunem Darią Głowacką
i Dyrektorem MOK Anną Kamińską

Kulturalne ferie w Wysokiem Mazowieckiem

W tym roku Miejski Ośrodek Kultury, Miejska Biblioteka Publiczna oraz kino WARS w Wysokiem Mazowieckiem zorganizowali cykl zajęć feryjnych dla dzieci z miasta i okolic. Program był niezwykle bogaty i każdy dzień wypełniony był innymi atrakcjami. W ramach spotkań odbyły się m.in. zajęcia integracyjne, spotkanie z policjantami, warsztaty kreatywne, czy spotkania Dyskusyjnego Klubu Filmowego.

Na początku ferii zajęcia integracyjne oraz zabawy i gry planszowe odbyły się w Miejskiej Bibliotece Publicznej w Wysokiem Mazowieckiem. Dzieci wzięły także udział w zajęciach „Zimowe opowieści” – losowe układanki zdaniowe, podczas których powstały ciekawe opowieści. Panie z Powiatowej Stacji Sanitarno-Epidemiologicznej w Wysokiem Mazowieckiem przeprowadziły zajęcia „Jak zapobiegać grypie”. Uczestnicy spotkania dowiedzieli się, jak prawidłowo odżywiać, jak ustrzec się przed zarażeniem wirusami, czym grozi stosowanie używek oraz dlaczego powinniśmy unikać słodczy i przetworzonej żywności.

W tym czasie miała także miejsce premiera spektaklu „Zapomniane święta” grupy teatralnej MASKA, która działa przy Miejskim Ośrodku Kultury od października 2021 r. Scena zamieniła się w zaczarowaną krainę pokrytą śniegiem, której mieszkańcy za sprawą złych Czarownic zapomnieli o Świętach. Jednak zaklęcie nie dosięgło wszystkich bohaterów, którzy udali się w niebezpieczną podróż, by przywrócić zapomniane Święta.

Nie mogło też zabraknąć spotkania z pracownikami Komendy Powiatowej Policji w Wysokiem Mazowieckiem pt. „Bezpieczne ferie”. Policjanci rozmawiali z dziećmi o tym, jak bezpiecznie wyruszyć w podróż na zimowy wypoczynek. Przypomnieli też o niebezpieczeństwach czyhających na najmłodszych na świeżym powietrzu.

W czasie warsztatów kreatywnych dzieci przy użyciu odzyskanych starych kartek, rysunków i drobnych ozdób wykonały swoje junk journales – osobiste pamiętniki. Uczestnicy w nieszablonowej formie mogli opowiedzieć proste historie i stworzyć pamiątkowy album, w którym w subtelnych kieszonkach i zakładkach znajdzie się miejsce na zdjęcia czy zgromadzone pamiątki.

Od poniedziałku do piątku w ramach Filmoteki Młodego Człowieka w kinie WARS odbyły się pokazy filmów dziecięcych. Po każdym seansie uczestnicy spotykali się w Dyskusyjnym Klubie Filmowym, gdzie poruszali wiele interesujących tematów związanych z kinem.

Tradycyjnie na zakończenie ferii odbył się bal karnawałowy, który rozpoczęła pani Zima. Jednak największą atrakcją okazał się konkurs na najciekawsze przebranie. Każdy był pod dużym wrażeniem wszystkich kostiumów, ponieważ były bardzo pomysłowe i ciekawe. Werdykt mógł być tylko jeden – jurorzy postanowili przyznać pierwsze miejsce wszystkim uczestnikom konkursu.

Ferie zimowe w Miejskim Ośrodku Kultury uważamy za udane. Dziękujemy i do zobaczenia za rok!

Agnieszka Dąbrowska



Efekt końcowy warsztatów
z junk journal-osobisty pamiętnik



Premiera spektaklu „Zapomniane Święta”



Zabawa taneczna w towarzystwie
Myszki Mickey i Minnie oraz pani Zimy



Warsztaty kreatywne z junk journal

30 Finał WOŚP w Wysokiem Mazowieckiem

Wostatnią niedzielę stycznia odbył się 30 Finał Wielkiej Orkiestry Świątecznej Pomocy. Wysokie Mazowieckie już po raz kolejny wzięło udział w tej wspaniałej inicjatywie. Pomimo niesprzyjających warunków atmosferycznych mieszkańcy naszego miasta i regionu nie zawiedli. Otworzyli nie tylko swoje serca, ale też portfele. W poniedziałek (31.01) na koncercie wysokomazowieckiego Sztabu WOŚP było już ponad 90 tys. zł. Łącznie wysokomazowiecki sztab zebrał kwotę 106 078,04 zł.

Agnieszka Dąbrowska

Bieg Pamięci Żołnierzy Wyklętych TROPEM WILCZYM w Wysokiem Mazowieckiem

Wtym roku już po raz piąty Wysokie Mazowieckie przystąpiło do kolejnej edycji Biegu Tropem Wilczym. Burmistrz Jarosław Siekierko zaprasza wszystkich chętnych do udziału w wydarzeniu upamiętniającym Żołnierzy Wyklętych.

„Bieg Pamięci Żołnierzy Wyklętych” organizowany w naszym mieście objęty jest Patronatem Narodowym Prezydenta Rzeczypospolitej Polskiej Andrzeja Dudy w Stulecie Odzyskania Niepodległości. W tym roku zapewniamy 120 miejsc startowych. Ze względu na panującą pandemię będą obowiązywały zasady reżimu sanitarnego.

Rejestracja odbywa się na stronie internetowej Miejskiego Ośrodka Kultury w Wysokiem Mazowieckiem <http://mok.wysokiemazowieckie.pl/> do wyczerpania limitu miejsc startowych. Udział w biegu jest całkowicie bezpłatny – nie ponosisz żadnych kosztów związanych z udziałem w zawodach. Jeżeli jesteś spoza naszego miasta, pamiętaj – nie zwracamy kosztów dojazdu i pobytu. Każdy zawodnik, który ukończy bieg, otrzyma pamiątkowy medal i koszulkę.

Agnieszka Dąbrowska



Patronat Narodowy
Prezydenta Rzeczypospolitej Polskiej
Andrzeja Dudy
w Stulecie Odzyskania Niepodległości



2022 30 FINAŁ WOŚP SZTAB #5744

SOBOTA 29.01
MARATON ZUMBA godz. 16.30
z udziałem instruktoerek Ewy Niemyjskiej, Justyny Troc, Anny Dymitras, Małgorzaty Stachelek, Patrycji Cholewy

HALA Miejskiego Zespołu Szkół
ul. Ludowa 5 w Wysokiem Mazowieckiem

NIEDZIELA 30.01
PRZECIĄGANIE TRAKTORÓW godz. 11-13
ZBIÓRKA KRWI godz. 10-15.30
SZCZEPNIENIA PRZECIW COVID
Przeгляд potraw regionalnych z udziałem Kół Gospodyń Wiejskich
POKAZ RATOWNICTWA MEDYCZNEGO

PLAC UL. BIAŁOSTOCKA 4
WYSOKIE MAZOWIECKIE

SCENA NR 1 KONCERTY

Prowadzą: Bogdan Matuszewski, Magda Pietruczak, Zbyszek Ogrodnik

13.00 Zespół FRESH BEAT
13.30 Iluzjonista Krzysztof Juchno
14.00 Zespół Skowronki
14.30 Zespół NuclearWinter
15.00 Zespół Renoma
15.30 Zespół Powietrze
16.00 Zespół Capital
16.30 Pepe Jutrzenka
17.00 Zespół Magnum
17.30 Zespół Intense
18.00 Zespół Miss Nobody
18.30 Zespół The Boars
19.00 Zespół Rezonans
19.30 Licytacja Złotego Serduszka
20.00 Świąteczko do Nieba - pokaz laserów
20.30 Zespół Diadem
21.00 Zespół Waterside

SCENA NR 2 LICYTACJE

LICYTACJE godz. 13-20
Prowadzą Paulina Rzymaska, DJ Tiger's, Szymon Jazwinski

Paulina 783004242

Bogdan 606110368



ACADEMICA
Cyfrowa Wypożyczalnia Publikacji Naukowych

**MIEJSKA BIBLIOTEKA PUBLICZNA
W WYSOKIEM MAZOWIECKIEM**

**ZAPRASZA DO BEZPŁATNEGO KORZYSTANIA
Z BAZY POLSKICH PUBLIKACJI NAUKOWYCH
ZE WSZYSTKICH DZIEDZIN WIEDZY!**

**ACADEMICA TO DARMOWA WYPOŻYCZALNIA
UMOŻLIWIAJĄCA KORZYSTANIE ZE ZBIORÓW
BIBLIOTEKI NARODOWEJ.
DOSTĘP DO PONAD 3 MILIONÓW PUBLIKACJI!**

"WYPOŻYCZALNIA DLA DOROSŁYCH"

**PONIEDZIAŁEK - PIĄTEK 8.00 - 17.00
(Z WYJĄTKIEM ŚRODY)**

KAŻDA OSTATNIA SOBOTA MIESIĄCA 13.00-17.00

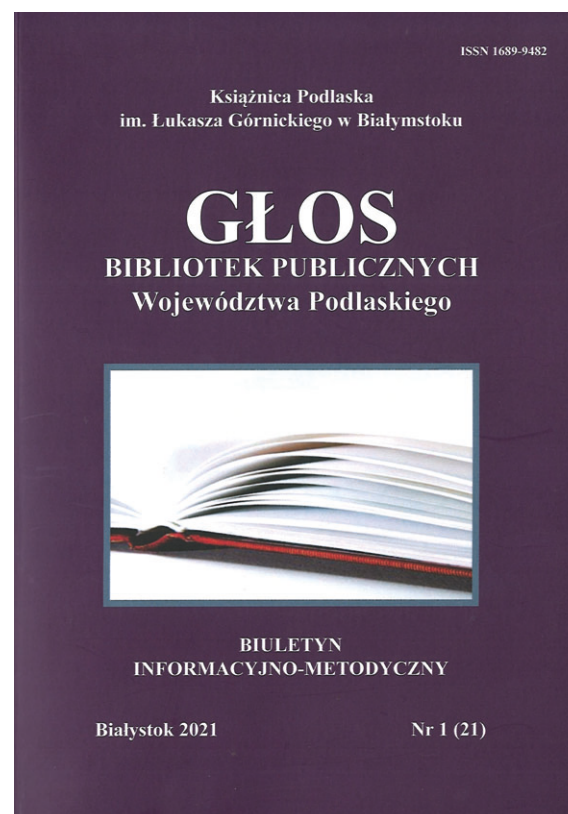
NASI LOKALNI BOHATEROWIE... w „Głosie Bibliotek Publicznych Województwa Podlaskiego”

Na łamach „Głosu Bibliotek Publicznych Województwa Podlaskiego” – periodyku zawodowego o charakterze informacyjno-metodycznym, adresowanego do bibliotekarzy województwa podlaskiego, ukazał się artykuł dotyczący realizowanego w naszej bibliotece projektu „Nasi Lokalni Bohaterowie – oczami młodzieży”, w ramach Programu Równać Szanse Polsko-Amerykańskiej Fundacji Wolności, administrowanego przez Polską Fundację Dzieci i Młodzieży. Autorem artykułu jest p. Małgorzata Sałęga – koordynator projektu, pracownik Czytelni Książki i Prasy Miejskiej Biblioteki Publicznej w Wysokim Mazowieckiem.

Zapraszamy na stronę internetową projektu zrealizowanego w tym roku w MBP w Wysokim Mazowieckiem:

<https://mok.wysokiemazowieckie.pl/nasi-lokalni-bohaterowie-oczami-mlodziezy>

Agnieszka Dąbrowska



15 Batalion Lekkiej Piechoty w Dąbrowie-Moczydłach

Zgodnie z decyzją Ministra Obrony Narodowej jeszcze w 2022 r. rozpocznie się proces formowania nowego 15. Batalionu Lekkiej Piechoty w Dąbrowie-Moczydłach.

Wszystkie osoby zainteresowane dołączeniem do nowo formowanego batalionu WOT w Dąbrowie-Moczydłach (gmina Szepietowo) powinny spełniać wymagania formalne tj. pełnoletność, niekaralność za przestępstwa umyślne, posiadanie obywatelstwa polskiego, minimum wykształcenie podstawowe/gimnazjalne. Już od 1 marca 2022 r. WKU w Bielsku Podlaskim oraz przedstawiciele 1. PBOT będą prowadzić wykazy imienne zainteresowanych pełnieniem TSW w nowym batalionie z zachowaniem kolejności zgłoszeń.

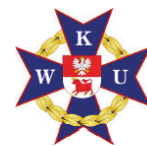
Akces do służby w 15.blp w Dąbrowie-Moczydłach można złożyć:

- osobiście w siedzibie WKU w Bielsku Podlaskim;
- wypełniając deklarację na www.zostanzolnierzem.pl (określając w preferencjach „służba niezawodowa”);
- osobiście w punkcie rekrutacyjnym 15.blp w budynku Urzędu Miasta Wysokie Mazowieckie przy ul. Ludowej 15 (pokój nr 22, II piętro) w każdy poniedziałek i środę w godzinach pracy UM (umów się na rozmowę pod nr tel. 503 586 069);
- za pośrednictwem kontaktu z rekruterami WOT rekruterzy.terytoriasi.wp.mil.pl.

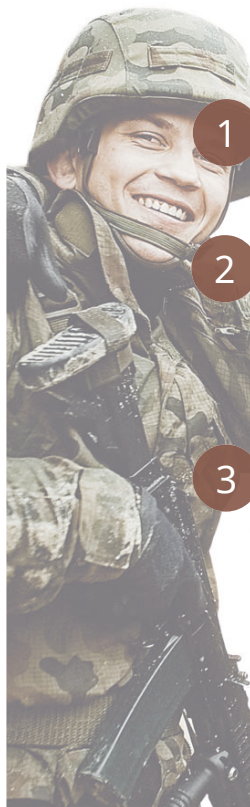
WKU Bielsk Podlaski



Wojska Obrony
TERYTORIALNEJ



15. Batalion Lekkiej Piechoty w Dąbrowie - Moczydłach gmina Szepietowo



- ZŁÓŻ WNIOSEK O POWOŁANIE DO TERYTORIALNEJ SŁUŻBY WOJSKOWEJ**
- w WKU w Bielsku Podlaskim
- poprzez: www.zostanzolnierzem.pl
- PRZEJDŹ UPROSZCZONE POSTĘPOWANIE REKRUTACYJNE**
Maksymalnie w 2 dni przejdziesz badania psychologiczne i lekarskie w Wojskowym Centrum Rekrutacji bez ponoszenia dodatkowych kosztów dojazdu. Jeśli wyniki będą pozytywne, otrzymasz kartę powołania na szkolenie, którego termin rozpoczęcia będzie dostosowany do Twoich preferencji.
- ZREALIZUJ SZKOLENIE PODSTAWOWE LUB WYRÓWNAWCZE**
SZKOLENIE PODSTAWOWE – 16 dni, dla osób bez przeszkolenia wojskowego
SZKOLENIE WYRÓWNAWCZE - 8 dni, dla żołnierzy rezerwy.
Po odbyciu szkolenia zostaniesz żołnierzem służby czynnej i będziesz pełnić Terytorialną Służbę Wojskową w formie szkolenia rotacyjnego przeprowadzanego tygodniowo – tylko 2 dni w miesiącu.
W przypadku realizacji 2 dni szkolenia w miesiącu, przysługująca należność za dany miesiąc sumarycznie (za 2 dni szkoleniowe plus należność za tzw. gotowość w danym miesiącu) wyniesie 645,27 zł.

MASZ PYTANIA?

Jesteśmy dla was, pokierujemy was na każdym etapie rekrutacji i postaramy się odpowiedzieć na wszystkie pytania.



261 398 073



rekruterzy.terytoriasi.wp.mil.pl



@WKU.Bielsk.Podlaski



@WKU_Bielsk_Podl

W krainie różnorodności... czyli podsumowanie zajęć projektowych w Szkole Podstawowej nr 1

Dzieci i młodzież są potencjałem naszego społeczeństwa, który niewątpliwie należy rozwijać i nieustannie wspierać. Szkoła jest jednym z miejsc realizujących to zadanie i już od wczesnych lat edukacji tworzy warunki do wykształcenia kompetencji, które umożliwią samodzielność, rozwinięcie ciekawości świata, pozwolą na czerpanie radości z różnych doświadczeń oraz satysfakcję ze swoich osiągnięć. Ważne jest także wyrównywanie szans tych uczniów, którzy z różnych powodów tego najbardziej potrzebują, aby umożliwić równy start dzieciom i młodzieży pochodzącym z różnych środowisk. Naprzeciw tym potrzebom wychodzi Środowiskowa Socjoterapeutyczna Świetlica „Arkadia” działająca przy Szkole Podstawowej Nr 1 im. Tadeusza Kościuszki w Wysokiem Mazowieckiem.

Ostatnie dwa lata w Szkole Podstawowej nr 1 minęły pod hasłem rozwoju kapitału ludzkiego szkoły za sprawą realizowanego projektu „Wsparcie Środowiskowej Świetlicy Socjoterapeutycznej „Arkadia” wsparciem potencjału społecznego dzieci i młodzieży”, pozyskanego w ramach Regionalnego Programu Operacyjnego Województwa Podlaskiego na lata 2014-2020. W ramach projektu 60 uczniów korzystało z różnorodnych zajęć, które miały na celu rozwijanie ich wszechstronnych zainteresowań, odkrywanie pasji oraz oferowanie ciekawych form spędzania czasu z dostępem do kultury, rozrywki oraz nauki w formie zabawy. Szerokie spektrum działań podejmowanych w realizacji

projektu zawierało nie tylko zajęcia rozwijające z przedmiotów egzaminacyjnych (język polski, matematyka, język angielski), ale także informatyczne z programowaniem, teatralno-plastyczne, sportowe, warsztaty kulinarne oraz doradztwo zawodowe. Dzięki stosowaniu aktywizujących metod pracy mieli także możliwość zabawy w teatr, poznawania nowych kultur oraz przede wszystkim odkrywania siebie i realizowania pasji. Poza zajęciami odbywającymi się na terenie szkoły uczestniczyli również w dwóch wycieczkach edukacyjnych do Warszawy. Spędzony wspólnie czas pozwolił młodym ludziom na rozszerzanie i zacieśnianie relacji społecznych w grupie rówieśniczej oraz uczył odpowiedzialności za wspólne dobro.

Podopieczni świetlicy „Arkadia” wiele zyskali dzięki udziałowi w projekcie. Widoczna była nie tylko poprawa osiągnięć szkolnych i sportowych, ale także wzrost poczucia bezpieczeństwa w szkole, jako miejsca przyjaznego i wspierającego uczniów wieloaspektowo. Na projekcie zyskała również infrastruktura szkolna, gdyż dzięki otrzymanemu dofinansowaniu przeprowadzono remont świetlicy, doposażono w meble i pomoce dydaktyczne, zakupiono sprzęt sportowy, maszynę do szycia oraz zmodernizowano pracownię do zajęć kulinarnych. Ponadto pracownia komputerowa wzbogaciła się o laptopy, tablety i kilka robotów. Łączna wartość zrealizowanego projektu wyniosła 419 010,00 zł. Pomoce takie na pewno wspomogą społeczność uczniowską w nieustannym wieloaspektowym rozwoju różnych kompetencji.

Monika Rzymska

*Szkoła Podstawowa nr 1 im. Tadeusz Kościuszki
w Wysokiem Mazowieckiem*



Warsztaty kulinarne



Zajęcia informatyczne z programowaniem



Zajęcia teatralne



Uczniowie Szkoły Podstawowej nr 2 poznają Polskę

W grudniu 2021 roku uczniowie ze Szkoły Podstawowej nr 2 w Wysokim Mazowieckiem- dzięki dofinansowaniu Ministerstwa Edukacji Narodowej, w ramach przedsięwzięcia „Poznaj Polskę”- odwiedzili Suwalszczyznę i serce Polski – Warszawę.

Wycieczka klas IIa i IIb rozpoczęła się wczesnym rankiem 3 grudnia i wyruszyła do Warszawy. Ten wyjazd pozwolił naszym uczniom poznać cuda techniki oraz miejsca rozpoznawalne i cenione przez wszystkich Polaków. Mogli zagłębić się w rodzimej kulturze i poznać nasze narodowe dziedzictwo. Zwiedzając Stadion Narodowy mogliśmy zobaczyć szatnię naszej drużyny, łóżce VIP, czy zrobić sobie zdjęcie w sali konferencyjnej na miejscu kapitana drużyny – Roberta Lewandowskiego.

Do perełek naszego dziedzictwa, bez wątpienia, można zaliczyć Łazienki Królewskie, gdzie oglądaliśmy przepiękny park, z jego bogactwem flory i fauny. Podziw uczestników wzbudził majestatyczny, lecz lekki w swojej architekturze, Pałac na Wodzie, a także wspaniały pomnik Fryderyka Chopina. Spacer alejkami parku zakończył się przy Głównej Bibliotece Lekarskiej. Dopełnieniem naszych pozytywnych wrażeń był czas w Centrum Nauki Kopernik. To prawdziwa uczta dla człowieka chcącego poznać prawa rządzące światem.

7 grudnia ósmoklasiści pojechali do Suwałk i Starego Folwarku. W programie było zwiedzenie Muzeum im. Marii Konopnickiej. Pisarka w Suwałkach wprawdzie spędziła tylko 7 pierwszych lat życia, ale nieliczne pamiątki

przechowywane są tam z wielkim pietyzmem. W muzeum podzieleni zostaliśmy na dwie grupy. Podczas gdy jedna słuchała ciekawostek o życiu pisarki, druga miała zajęcia informacyjno-rozrywkowe. W Suwałkach są też znaki bytności innych znamienitych osób, np. Aleksandry Piłsudskiej (mural, makietka domu), Andrzeja Wajdy (napis), twórcy dobranockowego Reksia (mural) i artystów bluesmanów (aleja gwiazd, ławeczka rockmana), bo w tym mieście odbywają się słynne w całej Polsce festiwale bluesowe.

W Starym Folwarku powitała nas urokliwa panorama z klasztorem Kamedułów na Wigrach w planie głównym. Muzeum Wigier to dawna stacja hydrologiczna założona przez Alfreda Lityńskiego – wybitnego polskiego uczonego i hydrobiologa, który rozświetlił jezioro Wigry na świecie. Początkowo zaledwie czteroosobowy skład naukowców stacji wniósł ogromny wkład w naukę o życiu roślin i zwierząt tego obszaru. Przewodnik pięknie opowiadał i pokazywał eksponaty. Muzeum jest nowoczesne, można w nim posłuchać odgłosów ptaków i ssaków.

W autokarze przewodnik baaaaardzo dużo tłumaczył: tu najkrótsza rzeka w Europie – Klonownica, tu zabytek klasy zerowej – Kanał Augustowski, tu fabryka papierosów, tu eklektyczne kamieniczki, tu koszary trzech pułków garnizonowych z czasów dwudziestolecia międzywojennego, tu dzielnica ekonomiczna, tu Goła Zośka, tu Dolina Rospudy, tu legenda o siei... tu... tu... Oj, trudno to spamiętać!

I tak ten intensywny czas, który zawdzięczamy Ministerstwu Edukacji Narodowej i projektowi „Poznaj Polskę” nieuchronnie dobiegł końca. Po powrocie nasi podopieczni z iskrami w oczach jeszcze długo przeżywali tę moc wrażeń i pozytywnych emocji!

Uczestnicy wycieczek



Pamiątkowe zdjęcie w szatni reprezentacji Polski w piłce nożnej



Zwiedzanie Suwalszczyzny

Wigilia Koła Polskiego Związku Niewidomych w Wysokiem Mazowieckiem

Okres świąteczny sprzyja miłym i wartościowym spotkaniom. Dlatego Prezes Koła Polskiego Związku Niewidomych w Wysokiem Mazowieckiem Anna Grzelak zaprosiła swoich podopiecznych na spotkanie wigilijne do MOK.



Uczestnicy wigilii Koła PZN w Wysokiem Mazowieckiem

Rangę uroczystości podniosła obecność gości: Prezesa Okręgu Podlaskiego PZN w Białymstoku Rafała Gawkowskiego, przedstawiciela Urzędu Miasta w Wysokiem Mazowieckiem Marty Łuniewskiej, Dyrektora Powiatowego Centrum Pomocy Rodzinie w Wysokiem Mazowieckiem Iwony Kalinowskiej oraz Anny Kamińskiej – Dyrektora Miejskiego Ośrodka Kultury w Wysokiem Mazowieckiem.

Dzięki uprzejmości Karola Rybickiego – członka Koła PZN w Wysokiem Mazowieckiem, uczestnicy mieli możliwość zapoznania się z różnymi nowinkami technologicznymi, które ułatwiają życie niewidomym oraz obsługę czynności dnia codziennego m.in.: sprzęt do odczytu faktur, książek, czasopism itp.

Koło PZN w Wysokiem Mazowieckiem składa serdeczne podziękowania sponsorowi poczęstunku i paczek dla członków koła – Prezesowi Banku Spółdzielczego w Wysokiem Mazowieckiem Tadeuszowi Noskowi.

Anna Grzelak zaprasza na spotkania Koła osoby niewidome oraz słabowidzące w pierwszy i ostatni wtorek miesiąca w godz. 9:00-12:00 i 14:30-15:30 do Miejskiego Ośrodka Kultury.

Edyta Porowska

Wybór nowych władz UTW w Wysokiem Mazowieckiem

24 stycznia w Miejskim Ośrodku Kultury w Wysokiem Mazowieckiem odbyło się **Walne Zebranie Sprawozdawczo-Wyborcze Stowarzyszenia Uniwersytet Trzeciego Wieku**.

Obrady otworzyła prezes UTW Marianna Kaczanowicz, która powitała zgromadzonych członków stowarzyszenia oraz gości – Zastępcę Burmistrza Ewę Konarzewską i dyrektora MOK Annę Kamińską. Następnie przeprowadziła głosowanie na przewodniczącego zebrania, którym została Regina Matusiewicz. W dalszej części wybrano Prezydium (w składzie: Elżbieta Materka, Barbara Łapiak, Zofia Zalewska), oraz Komisję Wyborczą (Alicja Chmielewska, Stanisław Sokołowski, Anna Moczydłowska) i Komisję Skrutacyjną (Maria Strojek, Halina Śmigielka, Urszula Żywicka).

W kolejnym punkcie obrad Prezes UTW przedstawiła sprawozdanie merytoryczne Zarządu UTW za okres sprawozdawczy 2018-2021, skarbnik UTW odczytała sprawozdanie finansowe, a przewodnicząca Komisji Rewizyjnej sprawozdanie z prac Komisji Rewizyjnej. Podjęto uchwały w sprawie zatwierdzenia przedstawionych sprawozdań i udzielono absolutorium Zarządowi UTW za okres sprawozdawczy 2018-2021.

W następnej kolejności wybrano w tajnym głosowaniu członków Zarządu UTW na kadencję 2022-2024 w składzie: Marianna Kaczanowicz – prezes, Krystyna Wódz – wiceprezes, Danuta Nowicka – skarbnik, Elżbieta Materka – sekretarz, Bożena Bucińska – członek, oraz Komisję Rewizyjną: Maria Kaczyńska – przewodnicząca, Janina Włostowska – członek, Grażyna Dworakowska – członek.

W dalszej części zebrania głos zabrała Zastępca Burmistrza Ewa Konarzewska, która w imieniu Burmistrza Jarosława Siekierko podziękowała za piękną działalność prezes UTW, Zarządowi oraz wszystkim studentom. Życzenia zdrowia w tym trudnym czasie spowodowanym pandemią, realizacji założonych planów i dobrej współpracy złożyła dyrektor Miejskiego Ośrodka Kultury Anna Kamińska. Następnie Prezes stowarzyszenia przedstawiła kierunki działania i ofertę programową UTW na bieżący rok akademicki, a Skarbnik zapoznała z planem finansowym na 2022 r. Za pracę w Zarządzie UTW podziękowano brawami Alicji i Stanisławowi Chmielewskim.

Zamykając obrady Prezes UTW podziękowała władzom miasta, dyrektorowi i pracownikom MOK za wspieranie działalności Uniwersytetu. Słowa podziękowania przekazała również członkom wspierającym za pomoc w realizacji zadań statutowych UTW.

Relacja: Bożena Bucińska

Zdjęcia: MOK



Zarząd UTW (od lewej: Marianna Kaczanowicz-prezes UTW, Bożena Bucińska-członek, Krystyna Wódz-wiceprezes, Elżbieta Materka-sekretarz, Danuta Nowicka-skarbnik)

Spotkania Uniwersytetu Trzeciego Wieku

Na przełomie roku odbyły się dwa spotkania studentów UTW w Wysokim Mazowieckiem. Podczas pierwszego z nich wysłuchali oni wykładu nt. „Odnawialne źródła energii”, który wygłosiła Anna Gołaszewska – pracownik Urzędu Miasta Wysokie Mazowieckie.

Odnawialne źródła energii to zasoby naturalne, które pomimo stałego zużywania powstają na nowo, gdyż procesy ich wytwarzania trwają krótko i istnieją nadal warunki, aby zachodziły one dalej w przyrodzie. Należą do nich: biomasa (drewno, słoma, odchody zwierząt), energia wód, wiatru, geotermalna i słoneczna. Zalety odnawialnych źródeł energii to darmowa oraz odnawialna energia ze słońca, wody, wiatru i skał, która pozwala zmniejszyć rachunki za prąd czy wodę. Poza tym są ekologiczne i zapewniają stały jednostkowy koszt energii. Cechuje je również wysoka wydajność i przynoszą korzyść nie tylko środowisku, lecz także zdrowiu domowników.

Niestety kilka faktów może przemawiać też na niekorzyść odnawialnych źródeł energii. Są to m.in. wysokie koszty początkowe, które czasami mogą przerosnąć inwestorów. To także długi okres zwrotu owych kosztów poniesionych na inwestycję oraz zależność OZE nie tylko od lokalizacji, lecz także od kaprysów pogody.

Podczas drugiego spotkania z Komendantem Straży Miejskiej Tadeuszem Wróblewskim studenci UTW zapoznali się z podstawowymi zadaniami, obowiązkami i bieżącymi wyzwaniami straży miejskiej. W okresie swojego funkcjonowania zabezpieczała oficjalne imprezy państwowe, samorządowe, religijne, sportowe i rozrywkowe takie jak: uroczystości z okazji 3 Maja i 11 listopada, Dni Miasta, Światowe Święto Mleka, Międzynarodowy Wyścig Kolarski o Puchar Ministra Obrony Narodowej. Poza

tym organizowała spotkania w szkołach „Bezpieczna Droga do Szkoły”, „Bezpieczne Wakacje” oraz konkursy i olimpiady wiedzy „Olimpiada Promocji Zdrowego Stylu Życia” czy powiatowe eliminacje konkursu „Bezpieczeństwo Ruchu Drogowego”. Współorganizuje także imprezy sportowo – rekreacyjne „Wysokomazowiecki 24-godzinny Maraton Rowerowy” i „Wysokomazowiecka 100-tka”, oraz organizuje i nadzoruje przebieg akcji poboru krwi od honorowych dawców.

Teraz najważniejszym wyzwaniem straży miejskiej jest kontrola przestrzegania ograniczeń wynikających z panującej pandemii COVID-19. Wielokrotnie osoby nie zasłaniają ust i nosa w placówkach handlowych, czy w hali dworca autobusowego. Ponadto prowadzi czynności ułatwiające przejazd przez miasto ulicą Długą w kierunku Rynku Piłsudskiego, oraz kontroluje piece CO (w przypadku uzasadnionych podejrzeń o spalanie w tych piecach odpadów komunalnych).

Relacja: Alicja Chmielewska, Tadeusz Wróblewski

Zdjęcia: Zbigniew Kaczanowicz



Studenci UTW

Choinkowe spotkanie PCK



22 grudnia 2021 r. w Placówce Opiekuńczo-Wychowawczej nr 1 w Zambrowie odbyło się bożonarodzeniowe spotkanie Prezesa Oddziału Rejonowego PCK w Zambrowie Tadeusza Wróblewskiego z kierownictwem i wychowankami tej placówki. W jego trakcie przekazane zostały paczki świąteczne, artykuły chemiczne i artykuły szkolne zebrane w trakcie zorganizowanej wcześniej zbiórki.

Nasz apel o pomoc dla tej jednostki spotkał się ze zrozumieniem mieszkańców Wysokiego Mazowieckiego, do których był kierowany. Szczególne podziękowania należą się właścicielom „Delikatesów w Centrum” Państwu Krysiewicz, Pawłowi Stypułkowskiemu – właścicielowi delikatesów „Jaskółka” oraz Krystynie Elżbiecie Szlendak Dąbrowskiej i Szymonowi Buczyńskiemu. Przekazane produkty będą bardzo przydatne dla wychowanków tej placówki, co podkreślił w swoim wystąpieniu jej dyrektor



Od lewej: Prezes Oddziału Rejonowego PCK Tadeusz Wróblewski, Dyrektor Placówki Opiekuńczo-Wychowawczej nr 1 w Zambrowie Marek Dąbrowski oraz Krystyna Elżbieta Szlendak Dąbrowska

Marek Dąbrowski, jednocześnie dziękując wszystkim za okazaną pomoc.

*Tadeusz Jan Wróblewski
Prezes Oddziału Rejonowego PCK
w Zambrowie*