Święto Plonów w Gzach. Dożynki Gminne połączyły tradycję z nowoczesnością

→str. 7

Od 27 lat razem z Wami

Tygodnik społeczno - kulturalny. Ukazuje się od 1999 roku.

ISSN 1508 - 4078

PUŁTUSKA gazeta powiatowa

1 września 2026 Nr 34 (1408)

cena 4,40 zł (w tym 5% VAT)

Topaz tylko do końca września

→str. 2

Seba! Pietras, mordo!

To była męka! Jadę za rok!



W tym jednym, rzuconym na mecie zdaniu zamyka się cała - zarówno ta bolesna, przetestowana na trasie, ukryta w drżących od wysiłku mięśniach, jak i ta absolutnie piękna - prawda o pasji i miłości (nie tylko do rowerów).

→str. 4-6

reklama...









eprasa.pl 059163d6cf

Topaz przy al. Jana Pawła II tylko do końca września

Jeden z najstarszych wielkopowierzchniowych sklepów w Pułtusku, działający nieprzerwanie od 20 lat, już niebawem zniknie z handlowej mapy miasta. Czym podyktowana jest ta decyzja? Czy sokołowska sieć planuje powrót w innej lokalizacji? O powody zamknięcia zapytaliśmy Mateusza Orzełowskiego, Dyrektora ds. Marketingu PHU TOPAZ Sp. z o.o.

Jak poinformował dyrektor, umowę najmu wypowiedziała spółka Topaz. Decyzja ta nie zapadła pochopnie – poprzedziły ją wieloletnie obserwacje zmieniającego się rynku, na którym dotychczasowy budynek, jego lokalizacja oraz infrastruktura przestały spełniać współczesne standardy. Głównym problemem okazał się stan techniczny i wiek obiektu oraz deficyt miejsc postojowych.

– *Lokalizacja nie zapewnia już warunków do wygodnych zakupów na miarę dzisiejszych czasów. Ponadto budynek wymaga remontu. Jako sieć modernizujemy nasze placówki lub budujemy nowe, jednak w przypadku wynajmu jesteśmy całkowicie zależni od właściciela nieruchomości* – wyjaśnia szef marketingu.

– *Niewystarczająca liczba miejsc parkingowych utrudnia klientom robienie większych zakupów.*

Co stanie się z pracownikami?

Jak podkreśla przedstawiciel sieci, kilkanaście osób zatrudnionych w pułtuskim markecie otrzymało wypowiedzenia zgodnie z obowiązującymi przepisami prawa pracy. Każdemu z pracowników zaproponowano jednak możliwość przeniesienia do innych placówek sieci w okolicy, m.in. w Wyszkowie czy Karniewie. Sieć nie zdradza jednak, czy ktoś z tej propozycji skorzystał.

Czy Topaz powróci do Pułtuska?

Na ten moment jest jeszcze za wcześnie, by jednoznacznie zadeklarować, kiedy i gdzie powstanie nowy sklep. Przedstawiciel sieci zapewnia jednak, że pułtuski rynek jest pod tym kątem stale monitorowany.

– *Robimy wszystko, aby w najbliższym czasie otworzyć market w znacznie dogodniejszej lokalizacji, jednak na obecnym etapie nie możemy zdradzać szczegółów* – podsumowuje dyrektor.

Sieć Topaz została założona w 1993 roku w Sokołowie Podlaskim przez Zbigniewa Paczóskiego. Z małego sklepu spożywczego w ciągu tych 33 lat wyrosła na prężnie działającą, w 100% polską markę obecną w czterech województwach (mazowieckim, podlaskim, lubelskim i warmińsko-mazurskim). Dziś sieć to blisko 130 placówek (w tym sklepy własne oraz franczyzowe Topaz Express), własne centra logistyczne, zakłady produkcyjne (m.in. ciastkarnia, piekarnia, zakład mięsny, rozbiór drobiu, browar rzemieślniczy) oraz prawie 2500 zatrudnionych pracowników. Firma jest wielokrotnym laureatem prestiżowych nagród branżowych, m.in. tytułu „Market Roku".

Mieszkańcom Pułtuska, którzy lubili to miejsce, świeże warzywa, smaczne mięso i wędliny czy inne produkty dostępne w Topazie, a także miłą i profesjonalną obsługę, pozostaje uzbroić się w cierpliwość i liczyć na to, że znana marka wkrótce powróci do Pułtuska w nowej, bardziej funkcjonalnej odsłonie.

Anna Morawska
naczelna.pgp@pultusk24.pl



reklama

Akademia im. Aleksandra Gieysztora w Pułtusku
Filia Akademii Finansów i Biznesu Vistula
VISTULA

STUDIUJ LOKALNIE

KIERUNKI STUDIÓW
Administracja ○ Bezpieczeństwo narodowe ○ Finanse i rachunkowość
Pedagogika ○ Pedagogika przedszkolna i wczesnoszkolna

STUDIA PODYPLOMOWE
Logopedia ○ Przygotowanie pedagogiczne

SKORZYSTAJ Z PROMOCJI -20%

APLIKUJ NA:
pultusk.vistula.edu.pl
studiujlokalnie.pl

605 211 244
ul. Mickiewicza 36B
06-100 Pułtusk, pokój nr 8



*Promocja obowiązuje do 30.09.2026 r.

eprasa.pl 059163d6cf

Śmiertelny wypadek w Topolnicy

Do zdarzenia doszło dokładnie o **godzinie 1:33** w nocy. Jak wynika z oficjalnych ustaleń przekazanych przez oficer prasową KPP w Pułtusku, nadkom. Milenę Kopczyńską, 20-letni mieszkaniec powiatu węgrowskiego (Łochowa) podróżował sam. Na prostym, ale **nieoświetlonym odcinku drogi wojewódzkiej nr 618**, kierujący Skodą nie zachował należytej ostrożności. Najechał na tył naczepy samochodu ciężarowego marki Scania. Ciężarówka, za której kierownicą siedział trzeźwy 57-latek z powiatu wyszkowskiego, stała nieruchomo przed sygnalizacją świetlną. Zorganizowano ją w tym miejscu w związku z trwającym od kilku tygodni remontem nawierzchni. Siła uderzenia okazała się miażdżąca. Przód Skody został niemal w całości sprasowany pod elementami naczepy pojazdu ciężarowego. 20-letni kierowca nie miał żadnych szans na przeżycie i **poniósł śmierć na miejscu**. Strażacy musieli użyć specjalistycznego sprzętu hydraulicznego do ratownictwa technicznego, aby wydobyć zakleszczone ciało kierowcy z wraku. Działania służb na miejscu tragedii trwały do wczesnych godzin porannych – ochotnicy z OSP Pniewo powrócili do bazy o godzinie 5:55. Przez wiele godzin trasa łącząca Pułtusk z Wyszkowem była sparaliżowana. Początkowo policja wyznaczyła całkowite objazdy lokalnymi drogami, a w kolejnej fazie wprowadzono ruch wahadłowy. Pełną przejezdność na remontowanym odcinku przywrócono dopiero w sobotnie popołudnie, około godziny 14:15. Szczegółowe okoliczności oraz bezpośrednie przyczyny tego tragicznego wypadku są wciąż badane przez pułtuskich funkcjonariuszy pod ścisłym nadzorem prokuratury. Służby po raz kolejny apelują do kierowców o zachowanie maksymalnej czujności, szczególnie na nieoświetlonych i modernizowanych fragmentach dróg. *KR*



Drogowy Armagedon przed nami?

Od 1 września remont mostu! Ruch wahadłowy, utrudnienia dla pieszych!



Od wtorku 1 września, od godz. 12:00, na moście przez rzekę Narew w Pułtusku rozpoczynamy remont dylatacji mostu wraz z odtworzeniem nawierzchni – poinformował Mazowiecki Zarząd Dróg Wojewódzkich w Warszawie.

Jakie utrudnienia czekają wszystkich korzystających z przejazdu?

Ruch odbywać się będzie wahadłowo, sterowany sygnalizacją świetlną działającą całodobowo. Na odcinku robót obowiązywać będzie ograniczenie prędkości do 40 km/h oraz zakaz wyprzedzania.

Piesi przejdą przez most chodnikiem po drugiej stronie jezdni, prosimy o zwracanie uwagi na oznakowanie.

Przed wjazdem na most mogą tworzyć się kolejki, zwłaszcza w godzinach szczytu. Jeśli to możliwe, zaplanujcie podróż z zapasem czasu.

Prace potrwają do końca 2026 r.

- Robimy to dla Waszego bezpieczeństwa i komfortu jazdy. Prosimy o zachowanie szczególnej ostrożności i stosowanie się do oznakowania - apeluje mazowiecki zarząd.

Anna Jadaś
anna.jadas@pultusk24.pl



eprasa.pl 059163d6cf

Seba! Pietras, mordo!

To była męka! Jadę za rok!

W tym jednym, rzuconym na mecie zdaniu zamyka się cała - zarówno ta bolesna, przetestowana na trasie, ukryta w drżących od wysiłku mięśniach, jak i ta absolutnie piękna - prawda o pasji i miłości (nie tylko do rowerów). Bo dokładnie taki… brutalnie szczery i jednocześnie chwytający za serce był II Rajd do Bram Mazur, który w ostatni weekend sierpnia (29 i 30) po raz kolejny obudził w Pułtusku najpiękniejsze kolarskie tradycje. …I choć nad pułtuską przystanią zebrały się burzowe chmury, spływający po twarzach deszcz utrudniał widoczność, a niebo przecinały błyskawice, uczestnicy rajdu udowodnili jedno, że nie ma złej pogody na cieszenie się życiem, kontaktem z ludźmi i rowerową pasją...



„Nic nie może równać się z prostą przyjemnością jazdy na rowerze" – mawiał John F. Kennedy. Zapewne wielu zawodników i zawodniczek, słuchając tych słów na mecie tegorocznej edycji, uśmiechnęłoby się z politowaniem, wycierając z twarzy kurpiowski piasek i wylewając z butów mazowiecką deszczówkę. Jak to z tą przyjemnością było naprawdę? – *Chyba zejdę…* – mówił Piotr Zbrzeźny, pierwszy kolarz, który dotarł na metę. – *Znaczy z roweru…* – dodał ze śmiechem. A później, im więcej pojawiało się na mecie zawodników i zawodniczek, było już tylko lepiej i weselej.

Zaczęło się 29 sierpnia, o 7 rano, nad brzegiem Narwi (miejska przystań). Na starcie nastroje były znakomite, a optymizm kolarzy dosłownie zarażał każdego. Pierwotnie miało zameldować się czterysta osób, ostatecznie na cztery trasy wyruszyło trzysta najbardziej zdeterminowanych. To o sto więcej niż w ubiegłym roku. Plany wielu kolarzy pozmieniał deszcz. Zdarzyło się też, że niektórzy zapomnieli rajdowych butów i pozbawieni „obuwniczego" talizmanu zawrócili do domu.

Już sam początek imprezy wywołał wzruszenie. Piotr „Pietras" Jaszczułt – obok Sebastiana Zduńczyka główny reżyser i serce rajdu – stanął na czele peletonu i poprowadził pierwszą ekipę, jadąc na rowerze udekorowanym polnymi kwiatami. Ten prosty, ale bardzo ujmujący gest był pięknym ukłonem w stronę przedwojennych, pułtuskich tradycji, o których opowiadał naszym Czytelnikom i Czytelniczkom dr Krzysztof Wiśniewski, znakomity pułtuski historyk. Nad brzegiem Narwi znów zabiło dawne, patriotyczne, ale też romantyczne tętno kolarstwa.



Na trasie RdBM nie brakowało momentów zwątpienia. Szymon Ostromecki, który dotarł na metę jako drugi, żartował z „zamówionej" przez Pietrasa pogody i z uśmiechem dziękował za trasę przez łąki przypominające Zalew Goczałkowicki: *Ktoś tam na pewno kroczył jak Robert Korzeniowski, ale udało się. Bomba! Petarda! Ubawiłem się jak 150! Fajnie było, jak zaczął padać deszcz, ale po godzinie zrobiło się czarno. Siadł mental, ale spojrzałem na licznik, ile mam do mety, zacząłem pracować i robić swoje* – opowiadał, ledwo łapiąc oddech.

Inni zawodnicy i zawodniczki wpadali na metę, krzycząc *To była męka!* Pytając retorycznie „*Kto Słowiński Park Narodowy na Kurpiach zrobił!? Tyle piachu!* By po chwili, zmęczeni, ale naładowani endorfinami, wypalić – *Pietras, mordo! Za…. ta trasa! Jadę za rok! - A piachy?* – pytamy. – *Jakie piachy? Nie czuliśmy żądnego piachu!* – żartowali zmordowani pokonaniem trasy kolarze. – *Jest moc! Super wyścig! Jestem tutaj drugi raz i za rok na pewno przyjadę!* – wołali!

Patrząc na setki osób z różnych stron Polski – zjednoczonych w bólu łydek i pośladków, zabłoconych, przemoczonych od deszczu, ale triumfujących nad własnymi słabościami – można było utwierdzić się w przekonaniu, że Rajd do Bram Mazur nie jest zwykłą trasą z punktu A do punktu B. To święto niezłomności i braterstwa.

Relacji z wydarzenia pojawiło się w Internecie mnóstwo. Oto, co napisał pan Tomasz, uczestnik wyścigu:

- „Dziś, wraz z kumplami, wystartowałem w Rajdzie Do Bram Mazur w Pułtusku.



Więcej zdjęć na pultusk24.pl



eprasa.pl 059163d6cf





Przez większość trasy solidnie lało, a tamtejsze szutry i piaski szybko zamieniły się w śmieszne błoto, które wnikało absolutnie wszędzie. Mieszanka wody i piachu sprawiła, że nawet izotonik w bidonach był chrupiący, a kolarskie ciuchy trzeba było uprać jeszcze przed wsadzeniem ich do pralki. (…) Chociaż nie obyło się bez gorących momentów. W jednym miejscu straciłem czujność i pod zdecydowanie złym kątem wjechałem na mokre tory. Rower srogo zatańczył i wizja spektakularnej gleby na moment zmroziła mi krew w żyłach, ale uślizgująca się terenowa opona w ułamku sekundy złapała trakcję i cudem ustałem. Wiem, że niektórzy nie mieli tego szczęścia. Walka z aurą to jednak tylko jedno oblicze tej imprezy. Organizacja i sam klimat trasy poprowadzonej przez Kurpie Białe zrobiły na nas fenomenalne wrażenie. Na punktach żywieniowych konkretnie nawsuwaliśmy się kurpiowskich pyszności, które stanowiły idealne, potężne paliwo do dalszego kręcenia. Z siodełka podziwialiśmy unikalny, lokalny folklor – tradycyjne budynki i stare sprzęty rolnicze fantastycznie komponowały się z surowym klimatem dzisiejszego rajdu. Co jednak najważniejsze, wystartowaliśmy razem i na metę również wjechaliśmy razem, całą zgraną paczką! Wspólne pokonywanie błotnistych dróg to kwintesencja czystej, rowerowej przygody. To była kapitalna sobota”.

JUST RIDE - Cycling Team Baboszewo tak wspomina swoją trasę.

- „Aktywne zakończenie wakacji w wykonaniu naszych klubowiczów. Mimo deszczowej pogody i defektów udało się ukończyć zmagania. Fajna trasa, bardzo dobra organizacja i super atmosfera. Za rok się meldujemy”.

A to wrażenia Ultra.taty, czyli Bartka Muchy - zwycięzcy morderczego gravela na trasie 250 i zdobywcy nagrody specjalnej od patrona medialnego rajdu!

- „Miało być 250 km. Wyszło trochę więcej. Ale nieważne, ile miało być. Najważniejsze, że pierwszy przekroczyłem metę. Nie będę już opowiadał o wszystkich przygodach po drodze. Były. Szkoda czasu i miejsca, żeby się nad nimi rozwodzić. Najważniejsze jest to, że kiedy robiło się ciężko, po prostu jechałem swoje. Trasa naprawdę dała popalić. Po deszczu zrobiło się ślisko, momentami wszystko się kleiło, a rower i ja wyglądaliśmy jak po niezłej wojnie. Finalnie udało się wygrać z przewagą. I właśnie tutaj mam trochę niedosytu, bo wiem, że ta przewaga mogła być dużo większa. Ale zwycięstwo jest zwycięstwem. Nie zawsze wszystko wychodzi idealnie. Czasami trzeba po prostu robić swoje, nie oglądać się na innych i dowieźć robotę do końca. Dzięki wszystkim, którzy byli ze mną po drodze, kibicowali i trzymali kciuki. W następnym poście opowiem ciut więcej o samej imprezie oraz powiem Wam, dlaczego warto wystartować już w następnej edycji, bo ja jestem zachwycony”.

Dla tych, dla których 170 czy 300 kilometrów były zbyt abstrakcyjnymi dystansami do pokonania, organizatorzy przygotowali Mini Rajd do Bram Mazur. Była to około 40-kilometrowa, malownicza przeprawa przez Kurpie Białe w wersji „slow”. Bez morderczego tempa, ale z czasem na podziwianie krajobrazów, odpoczynek w pit stopach i regenerację. Tutaj, podobnie jak na długich dystansach, na finiszerów czekały pamiątkowe medale i ciepły posiłek, ale przede wszystkim – ta sama fantastyczna atmosfera, która scala całą rowerową rodzinę.









eprasa.pl 059163d6cf

Chyba większość zawodników, którzy podczas II Rajdu do Bram Mazur zmokli i ubrudzili błotem siebie i rower, wrócili naładowani energią, wspomnieniami i emocjami, których nie da się kupić za żadne pieniądze. Rajd pokazał, że jest czymś znacznie więcej niż dystansem do pokonania. Jest bowiem prawdziwym świętem historycznej pamięci, świętem wytrwałości, walki ze słabościami i - co najważniejsze i najbardziej w nim wartościowe - po prostu świętem ludzi.

II edycja Rajdu do Bram Mazur była zdecydowanie najlepszą, najbardziej integrującą imprezą tego lata. Kto nie wziął w niej udziału, ma szansę dołączyć do niesamowitej ekipy podczas III edycji rajdu, w 2027 roku.

Za tym, co wydarzyło się ostatniego dnia wakacji w Pułtusku stoi cały zespół kapitalnych ludzi - główny organizator, Stowarzyszenie Pułtuskie Kolarstwo Przygodowe na czele z Piotrem Pietrasem Jaszczułtem i Sebastianem Sebą Zduńczykiem oraz współorganizatorzy – Pułtuskie Towarzystwo Społeczno-Kulturalne z prezesem i wiceprezesem na czele Krzysztofem Wiśniewskim i Krzysztofem Łukawskim oraz Eco Pułtusk&Plus z Łukaszem Kaczmarczykiem na czele.

- *Dziękujemy wszystkim za obecność!* – zwrócili się do wszystkich uczestników wydarzenia. - *Dziękujemy, że byliście z nami w tym niełatwym dniu. Wasza obecność sprawiła, że stres był o wiele mniejszy niż w zeszłym roku. Dziękujemy za każde dobre słowo i za ogromne wsparcie – mimo naszych potknięć okazaliście nam mnóstwo wyrozumiałości i serca. To właśnie dzięki Wam mamy siłę i energię do działania, by już teraz planować dla Was kolejną, 3. edycję Rajd Do Bram Mazur! Mamy ogromną nadzieję, że znowu wszyscy spotkamy się na starcie!*

Pułtuska Gazeta Powiatowa, pultusk24.pl i Wyszkowski Dziennik Internetowy objęły wydarzenie patronatem medialnym.

Zapraszamy do oglądania rajdowej galerii zdjęć i filmowych relacji z rajdu oraz wydarzeń towarzyszących - na redakcyjnym profilu na FB i stronie internetowej pultusk24.pl.

Anna Jadaś
anna.jadas@pultusk24.pl















Więcej zdjęć na
pultusk24.pl





eprasa.pl 059163d6cf

Święto Plonów w Gzach. Dożynki Gminne połączyły tradycję z nowoczesnością





W niedzielę, 30 sierpnia 2026 roku, gmina Gzy świętowała Dożynki Gminne, zorganizowane pod hasłem „Tradycja i nowoczesność". Wydarzenie, zrealizowane przy współudziale Samorządu Województwa Mazowieckiego, przyciągnęło setki mieszkańców celebrujących zakończenie żniw.

Uroczystości rozpoczęła msza święta dziękczynna w kościele parafialnym. Po nabożeństwie barwny korowód z wieńcami przeszedł na plac przy remizie OSP w Gzach. Tam odbył się tradycyjny ceremoniał dzielenia chlebem, który Wójt Gminy przekazał mieszkańcom. Wyrazy szacunku dla pracy rolników złożył również Starosta Pułtuski. Na uczestników czekało mnóstwo atrakcji. Na scenie zaprezentowały się lokalne talenty, dzieci oraz artyści: *Krzysztof Majewski Show* i Franek Żbik. Stoiska Kół Gospodyń Wiejskich (KGW) kusiły darmowymi potrawami regionalnymi i ciastami, a dla najmłodszych przygotowano bezpłatną strefę dmuchańców i animacji. Strażacy z OSP zaprezentowali swój sprzęt ratowniczy. Wieczór należał do muzyki tanecznej. O 18:30 publiczność rozgrzał zespół IMPULS, a o 20:00 wystąpiła gwiazda wieczoru – formacja MEGA DANCE. Wspólna zabawa pod gołym niebem trwała do godziny 23:00, wieńcząc ten pełen radości i integracji dzień.

K Rud







Więcej zdjęć na pultusk24.pl





eprasa.pl 059163d6cf

Elewacja zabytkowej kamienicy po siedzibie policji odzyska blask.

Jedna z najbardziej reprezentacyjnych i historycznych kamienic przy pułtuskim rynku odzyska dawny blask. Gmina Pułtusk ogłosiła przetarg na przeprowadzenie remontu elewacji zabytkowego budynku przy ul. Rynek 23.



Pochodząca z lat 1826–1827 kamienica, wpisana do rejestru zabytków pod numerem A-129, stanowi cenny element dziedzictwa architektonicznego miasta. Pierwotnie wzniesiona jako siedziba władz obwodu pułtuskiego, przez dekady kojarzona była przede wszystkim z Komendą Powiatową Policji.

Obiekt wyróżnia się bogatą architekturą klasycystyczną: to murowany, piętrowy budynek o dziewięcioosiowej fasadzie z charakterystycznym trójprzęsłowym pseudoryzalitem, ozdobionym jońskimi pilastrami w wielkim porządku oraz attyką z wykutą datą „1827". Całość dopełniają kordonowe i kostkowe gzymsy, boniowany parter oraz centralnie umieszczony balkon z kutą, żelazną balustradą.

Po wyprowadzce policji budynek zyskał nową funkcję – od 4 kwietnia 2025 roku swoje siedziby mają tam komórki organizacyjne Urzędu Miejskiego: Straż Miejska oraz Samodzielny Referat Zarządzania Kryzysowego i Spraw Wojskowych, a także Oddział Powiatowy Związku Nauczycielstwa Polskiego.





Jaki jest zakres planowanych prac?

Głównym celem zaplanowanego przedsięwzięcia jest zabezpieczenie i utrwalenie oryginalnej substancji zabytkowej oraz przywrócenie jej dawnych walorów estetycznych. Prace skupią się na kompleksowym odtworzeniu frontowej elewacji i obejmą m.in.:

- oczyszczenie, naprawę oraz wykonanie nowych tynków,
- prace malarskie w kolorystyce uzgodnionej z konserwatorem zabytków,
- wymianę i montaż nowego systemu orynnowania oraz rur spustowych,
- montaż zewnętrznych parapetów i wykonanie niezbędnych izolacji przeciwwilgociowych.
- Wysokie wymagania wobec wykonawców

Z uwagi na zabytkowy status obiektu do postępowania dopuszczeni zostaną jedynie wyspecjalizowani oferenci. Gmina wymaga wykazania się realizacją w ostatnich 5 latach co najmniej dwóch remontów elewacji na obiektach zabytkowych o łącznej wartości minimum 200 tys. zł brutto. Nadzór nad realizacją będą musieli sprawować uprawniony kierownik prac konserwatorskich oraz kierownik budowy z doświadczeniem w pracy przy obiektach wpisanych do rejestru zabytków.

Finał robót jeszcze przed końcem roku

Zainteresowane firmy budowlano-konserwatorskie mogą składać oferty drogą elektroniczną do 10 września 2026 roku do godziny 10:00. Zgodnie z zapisami dokumentacji przetargowej odnowioną elewację zabytku przy Rynku 23 będzie można podziwiać już pod koniec roku – termin ukończenia wszystkich prac wyznaczono na 15 grudnia 2026 r.

Anna Morawska
naczelna.pgp@pultusk24.pl



eprasa.pl 059163d6cf

Sierpniowi jubilaci z gminy Obryte

Sierpień 2026 roku upłynął w gminie Obryte pod znakiem pięknych rocznic i wzruszających spotkań. Aż troje mieszkańców świętowało w tym miesiącu wyjątkowe jubileusze – dwa 90-lecia oraz 80. urodziny. Z tej okazji przedstawiciele lokalnego samorządu odwiedzili dostojnych seniorów, by osobiście złożyć im życzenia, wręczyć upominki oraz wyrazić szacunek dla ich bogatej drogi życiowej.

Leokadia Marianna Świderska

Na początku miesiąca, 3 sierpnia, swoje 90. urodziny świętowała pani Leokadia Marianna Świderska. Z tej okazji z gratulacjami pospieszył Wójt Gminy Obryte Sebastian Mroczkowski, wręczając Jubilatce bukiet kwiatów oraz okolicznościowy podarunek. Podczas wizyty popłynęły życzenia niesłabnącego zdrowia, sprawności, niegasnącego humoru oraz tego, by każda chwila upływała w radości i w otoczeniu bliskich.

Marianna Sabina Ostrowska

Kolejna piękna, dziewięćdziesiąta rocznica urodzin przypadła na 11 sierpnia. Jubilatkę, panią Mariannę Sabinę Ostrowską, również osobiście odwiedził wójt Sebastian Mroczkowski. Spotkanie przebiegło w serdecznej atmosferze, a przekazanym kwiatom i upominkom towarzyszyły życzenia energii, pogody ducha i niegasnącego uśmiechu na każdy kolejny dzień.

Jan Kajma

Serię sierpniowych uroczystości domknął 18 sierpnia pan Jan Kajma, który celebrował 80. urodziny. W imieniu wójta Sebastiana Mroczkowskiego wizytę Jubilatowi złożył Zastępca Wójta Paweł Tyszkiewicz, przekazując wyrazy uznania, szacunku oraz życzenia spokoju, zdrowia i nieustannej dumy z przeżytych lat.

Wszystkim wspaniałym Jubilatom z gminy Obryte składamy najserdeczniejsze gratulacje, życząc wielu kolejnych lat w zdrowiu, miłości i życzliwości najbliższych.

A. Morawska
Źródło: UG Obryte







Kolejny krok w karierze pedagogicznej

Nowi nauczyciele mianowani w gminie Pokrzywnica

Grono nauczycieli mianowanych w placówkach oświatowych gminy Pokrzywnica powiększyło się o kolejne pedagożki. 25 sierpnia w Urzędzie Gminy odbyła się uroczystość, podczas której wręczono akty nadania kolejnego stopnia awansu zawodowego.



Akty mianowania z rąk Wójta Gminy Pokrzywnica, Adama Dariusza Rachuby, odebrały nauczycielki, które pomyślnie przeszły wymagane procedury egzaminacyjne i zakończyły staż:

Karolina Wroniak – Samorządowe Przedszkole w Pokrzywnicy,

Magdalena Olczak – Samorządowe Przedszkole w Pokrzywnicy,

Jowita Purzycka – Szkoła Podstawowa z Oddziałami Integracyjnymi w Dzierżeninie.

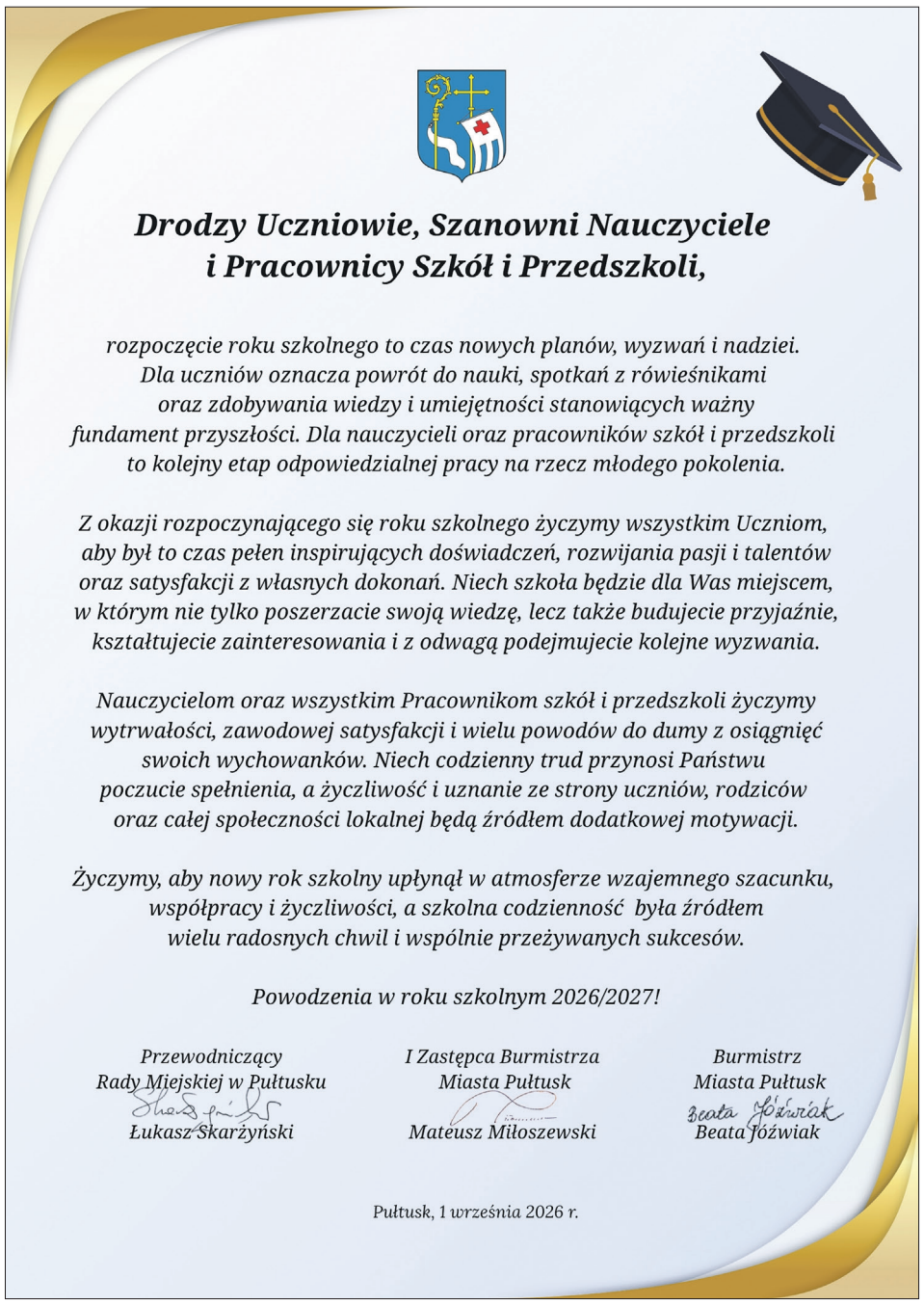
Spotkanie przebiegło w obecności dyrektorów lokalnych szkół oraz przedszkola. Uroczystość była nie tylko formalnym zwieńczeniem starań egzaminacyjnych, ale także okazją do złożenia podziękowań za dotychczasowe zaangażowanie, pasję i codzienną troskę o edukację oraz wszechstronny rozwój najmłodszych mieszkańców gminy.

Uzyskanie stopnia nauczyciela mianowanego to istotny kamień milowy w karierze pedagogicznej, potwierdzający wysokie kwalifikacje i dojrzałość zawodową. Nowo mianowanym nauczycielkom życzymy niesłabnącej satysfakcji z pracy z dziećmi i młodzieżą, kolejnych sukcesów dydaktycznych oraz niesłabnącej motywacji do podejmowania nowych wyzwań.

Źródło: UG Pokrzywnica

zaproszenie





Drodzy Uczniowie, Szanowni Nauczyciele i Pracownicy Szkół i Przedszkoli,

rozpoczęcie roku szkolnego to czas nowych planów, wyzwań i nadziei. Dla uczniów oznacza powrót do nauki, spotkań z rówieśnikami oraz zdobywania wiedzy i umiejętności stanowiących ważny fundament przyszłości. Dla nauczycieli oraz pracowników szkół i przedszkoli to kolejny etap odpowiedzialnej pracy na rzecz młodego pokolenia.

Z okazji rozpoczynającego się roku szkolnego życzymy wszystkim Uczniom, aby był to czas pełen inspirujących doświadczeń, rozwijania pasji i talentów oraz satysfakcji z własnych dokonań. Niech szkoła będzie dla Was miejscem, w którym nie tylko poszerzacie swoją wiedzę, lecz także budujecie przyjaźnie, kształtujecie zainteresowania i z odwagą podejmujecie kolejne wyzwania.

Nauczycielom oraz wszystkim Pracownikom szkół i przedszkoli życzymy wytrwałości, zawodowej satysfakcji i wielu powodów do dumy z osiągnięć swoich wychowanków. Niech codzienny trud przynosi Państwu poczucie spełnienia, a życzliwość i uznanie ze strony uczniów, rodziców oraz całej społeczności lokalnej będą źródłem dodatkowej motywacji.

Życzymy, aby nowy rok szkolny upłynął w atmosferze wzajemnego szacunku, współpracy i życzliwości, a szkolna codzienność była źródłem wielu radosnych chwil i wspólnie przeżywanych sukcesów.

Powodzenia w roku szkolnym 2026/2027!

Przewodniczący Rady Miejskiej w Pułtusku
Łukasz Skarżyński

I Zastępca Burmistrza Miasta Pułtusk
Mateusz Miłoszewski

Burmistrz Miasta Pułtusk
Beata Jóźwiak

Pułtusk, 1 września 2026 r.

eprasa.pl 059163d6cf

Polski Związek Łowiecki Zarząd Okręgowy w Ciechanowie,
Koło Łowieckie „Czajka" w Pułtusku, Dom Polonii w Pułtusku

Zapraszamy 05.09.2026 r. o godz. 9.00 na Podzamcze Domu Polonii w Pułtusku na

II KONKURS MUZYKI MYŚLIWSKIEJ „KRESOWA DUSZA"

oraz 06.09.2026 r. o godz. 12.00 na Podzamcze Domu Polonii w Pułtusku na

V KONKURS KUCHNI MYŚLIWSKIEJ ŁOWIECKIEJ I KRESOWEJ

im. dr Grzegorza Russaka



PZŁ ZO Ciechanów · Hotel Zamek Pułtusk ★★★ Dom Polonii · Łowczy Krajowy Eugeniusz Grzeszczak · Prezes Naczelnej Rady Łowieckiej Marcin Możdżonek · Marszałek Województwa Mazowieckiego · Łowiec Polski · Brać Łowiecka · rekord · Czas Ciechanowa · pultusk NEWS · Pułtuska gazeta powiatowa · pultusk24.pl · Burmistrz Miasta Pułtusk · Lasy Państwowe · Białczak

eprasa.pl 059163d6cf



Wynajmę dom jednorodzinny,
wolnostojący z działką 748 m²,
w Pułtusku przy ul. Tartacznej.
tel. 603-999-005

Sprzedam tanio samochód osobowy Renault diesel
w dobrym stanie, nie wymaga remontu.

Tel. 501 458 753

OBWIESZCZENIE
o wydaniu decyzji o zezwoleniu na realizację inwestycji drogowej

Na podstawie art. 49 ustawy z dnia 14 czerwca 1960 r.- Kodeks postępowania administracyjnego (t.j. Dz. U. z 2025 r., poz. 1691) oraz art. 11f ust. 3 ustawy z dnia 10 kwietnia
2003 r., o szczególnych zasadach przygotowania i realizacji inwestycji w zakresie dróg publicznych (t.j. Dz.U. z 2024 r., poz. 311), Starosta Pułtuski

ZAWIADAMIA,

że na wniosek Burmistrza Miasta Pułtusk, została wydana w dniu 27 sierpnia 2026 r., decyzja nr 316/2026, w sprawie zezwolenia na realizację inwestycji drogowej polegającej na rozbudowie dróg gminnych ul. Żwirki i Wigury oraz ul. New Britain wraz z infrastrukturą w Pułtusku, na terenie działek nr ewid. 91, 49/1, 81, 52, 54, 55/2, 55/3, 57/2 92/2, 92/3, 93, 96/1, 96/2, 97/2, 97/1, 113/1, 113/2, 58/9, 59/3, 59/4, 60/2, 41/1, 113/3, 115 w obrębie 13, miasto Pułtusk, gmina Pułtusk.
W związku z powyższym zawiadamiam, iż z treścią ww. decyzji strony postępowania mogą się zapoznać w Wydziale Budownictwa i Architektury Starostwa Powiatowego w Pułtusku, (Pułtusk, ul. Marii Skłodowskiej – Curie 11, pokój 164, w godzinach pracy Urzędu: poniedziałek - piątek w godz. 800-1600).
Jednocześnie zawiadamiam, że zgodnie z art. 49 ustawy z dnia 14 czerwca 1960 r. – Kodeks postepowania administracyjnego zawiadomienie uważa się za dokonane po upływie 14 dni od dnia publicznego ogłoszenia.
Od decyzji przysługuje stronom odwołanie do Wojewody Mazowieckiego za pośrednictwem Starosty Pułtuskiego, w terminie 14 dni od dnia publicznego ogłoszenia.

Katarzyna Dudek



Co w lesie piszczy

A co będzie się działo w najbliższy weekend na Podzamczu w Pułtusku?

W pierwszy weekend września Pułtusk stanie się miejscem spotkania muzyki myśliwskiej, historii, sztuki oraz tradycyjnej kuchni. W dniach 5–6 września 2026 roku na Podzamczu Domu Polonii odbędzie się cykl wydarzeń przygotowanych przez Polski Związek Łowiecki Zarząd Okręgowy w Ciechanowie, Koło Łowieckie „Czajka" w Pułtusku oraz Dom Polonii w Pułtusku. Organizatorzy zapraszają nie tylko myśliwych, ale wszystkich mieszkańców regionu zainteresowanych kulturą, tradycją, historią i kulinarnym dziedzictwem.
Przed mieszkańcami Pułtuska i gośćmi odwiedzającymi miasto szykują się dwa niezwykle różnorodne dni. W programie znalazły się wydarzenia muzyczne, spotkania poświęcone historii polskiego łowiectwa, wystawa malarstwa, a także konkurs kulinarny, podczas którego w centrum uwagi znajdą się smaki kuchni myśliwskiej, łowieckiej i kresowej.
Sobota – muzyka, historia i sztuka
Pierwszym z wydarzeń będzie II Konkurs Muzyki Myśliwskiej „Kresowa Dusza", który rozpocznie się w sobotę, 5 września, o godz. 9.00 w Amfiteatrze Domu Polonii w Pułtusku.
Będzie to możliwość poznania z bliska jednej z najbardziej charakterystycznych części kultury łowieckiej – muzyki wykonywanej na rogach myśliwskich. Dźwięki sygnałów, które od pokoleń towarzyszą polskiemu łowiectwu, wypełnią tego dnia pułtuskie Podzamcze. Konkurs będzie nie tylko rywalizacją sygnalistów, lecz również sposobnością do pokazania mieszkańcom, jak bogata i różnorodna jest tradycja muzyki myśliwskiej oraz jak ważne miejsce zajmuje ona w polskiej kulturze łowieckiej.
Muzyka nie będzie jednak jedynym punktem sobotniego programu. 5 września odbędzie się również otwarta konferencja „Spotkania łowieckie", poświęcona wybitnym postaciom polskiego łowiectwa. To propozycja dla wszystkich, którzy chcieliby spojrzeć na łowiectwo również od strony jego historii, ludzi i dziedzictwa. Będzie to przestrzeń do rozmowy o osobach, które swoją działalnością, wiedzą i dorobkiem zapisały się w historii polskiej kultury łowieckiej. Co ważne, konferencja ma charakter otwarty, dlatego mogą w niej uczestniczyć wszyscy zainteresowani. To możliwość poznania łowiectwa nie tylko przez pryzmat polowania, lecz także jako części historii, obyczajowości i dziedzictwa kulturowego.
Sobotnim wydarzeniom towarzyszyć będzie również wystawa prac malarskich prof. Tomasza Motyla. Sztuka stanie się kolejnym sposobem opowiadania o przyrodzie, tradycji oraz świecie związanym z kulturą łowiecką. Wystawa wzbogaci program spotkań, sprawiając, że tego dnia w Domu Polonii muzyka, historia i malarstwo połączą się w jedną opowieść.
Niedziela – święto tradycyjnych smaków
Niedziela, 6 września, rozpocznie się o godz. 9.30 Mszą Świętą, która będzie ważnym i uroczystym elementem drugiego dnia wydarzeń. Następnie, od godz. 12.00, odbędzie się V Konkurs Kuchni Myśliwskiej, Łowieckiej i Kresowej im. dr. Grzegorza Russaka. Wydarzenie poświęcone będzie kulinarnemu dziedzictwu, tradycyjnym recepturom i smakom, które przez lata obecne były zarówno w kuchni myśliwskiej, jak i kresowej.
Patron konkursu, dr Grzegorz Russak, był wybitnym znawcą i popularyzatorem polskiej kuchni tradycyjnej i myśliwskiej. Konkurs noszący jego imię jest więc nie tylko kulinarną rywalizacją, ale również sposobem pielęgnowania pamięci o jego dorobku oraz idei zachowania tradycyjnych smaków dla kolejnych pokoleń.
Dla odwiedzających będzie to możliwość przekonania się, jak bogata i różnorodna może być kuchnia czerpiąca z darów lasu, regionalnych produktów i dawnych receptur.

W tym miejscu, serdecznie zapraszamy mieszkańców Pułtuska i całego regionu do wspólnego spędzenia tego wyjątkowego weekendu. W ciągu dwóch dni w jednym miejscu spotkają się muzyka, historia, sztuka, tradycja i kulinaria.
Będzie to również możliwość spotkania i rozmowy z osobami zaangażowanymi w pielęgnowanie kultury łowieckiej oraz poznania tych jej aspektów, które na co dzień pozostają mniej widoczne.
– Chcemy pokazać bogactwo kultury łowieckiej – jej muzykę, historię, sztukę oraz tradycje kulinarne. Zależy nam, aby były to wydarzenia otwarte dla mieszkańców, rodzin i wszystkich osób, które chcą poznać nasze dziedzictwo z nieco innej perspektywy. Serdecznie zapraszamy do Pułtuska – warto spędzić ten weekend razem z nami.
5 i 6 września 2026 roku – Dom Polonii w Pułtusku. Muzyka, historia, sztuka i wyjątkowe smaki w jednym miejscu. Serdecznie zapraszamy!

eprasa.pl 059163d6cf

Rozmowa Amelii Świerczewskiej z artystą Tomaszem Cieślikiem - odcinek 5

W wiecznym procesie tworzenia....

potrzebie sztuki, uważności na świat i sile wyobraźni

Większość z nas po prostu patrzy na świat, ale ilu z nas potrafi go naprawdę *zobaczyć*? Tomasz Cieślik udowadnia, że malowanie to zaledwie techniczny finał, a fundamentem pracy każdego artysty jest uważność – umiejętność patrzenia, dostrzegania i obserwowania otoczenia. Zanim twórca sięgnie po farby, musi usiąść, odnaleźć ukryte szczegóły i przepuścić je przez własną wrażliwość. O tym, dlaczego w malarstwie nie warto podawać wszystkiego na tacy, jak uniknąć artystycznej „łopatologii" i po co zostawiać widzom przestrzeń do domysłów? Zapraszam do lektury!

Jak zaczęła się Pana przygoda z malowaniem?
Trudno powiedzieć jednoznacznie. Odkąd pamiętam, zawsze coś rysowałem, ale tak w pełni świadomie ta droga zaczęła się po śmierci mojego dziadka. Byłem wtedy w szkole podstawowej. Zdałem sobie sprawę, że dziadek przez całe życie był bardzo skrytym człowiekiem, zamkniętym we własnym świecie. Okazało się, że miał ogromne zdolności artystyczne – rzeźbił, pisał wiersze. Jako zbuntowany nastolatek postanowiłem, że moje życie też nie może być nudne. Chciałem, by miało w sobie coś fascynującego. Zacząłem zastanawiać się nad swoimi umiejętnościami i podjąłem decyzję, że poświęcę się tworzeniu.

Jakie emocje towarzyszą Panu podczas malowania?
Wiele o tym myślałem – skąd w ogóle bierze się potrzeba tworzenia. Kiedy skupiam się na pracy, wchodzę w proces twórczy na pewną fazę. Koncentruję się na obserwacji otaczającej mnie rzeczywistości, próbuję ją przepuścić przez własną wrażliwość i oddać w postaci rysunków czy obrazów. Poszukiwanie inspiracji to fascynujący proces, ale wymaga ogromnej uważności na to, co nas otacza.

Co Pana inspiruje?
Śmieję się, że pracuję bardziej projektowo, narzucając sobie formę cykli. Pojedynczy obraz może być dziełem przypadku, natomiast dzięki ramom projektu wyłania się z niego coś głębszego. Otwiera to nowe ścieżki, zapuszcza człowieka w rejony, które musi sam przetworzyć, zgłębić, doczytać i pooglądać. To bardzo szerokie spektrum.

Czy ma Pan twórców, od których czerpie Pan inspiracje?
Tak. Żyjemy w fenomenalnych czasach. Kiedy studiowałem, mieliśmy na historii sztuki slajdy, ale w większości sięgaliśmy do książek z czarno-białymi reprodukcjami. Obecnie internet daje nieograniczone możliwości. Niemniej jednak, jeśli jest taka opcja, obrazy i dzieła najlepiej oglądać na żywo. Kiedyś, pracując w drukarni, w momentach przestoju wirtualnie zwiedzałem galerie na całym świecie, odkrywałem rezerwaty Indian Ameryki Północnej czy Aborygenów. Ciekawy jest fakt, że na historii sztuki uczymy się o artystach znanych, wręcz „oklepanych", a tymczasem istnieją tysiące wybitnych, choć mało znanych malarzy i twórców.

Co chciałby Pan, aby odbiorcy zapamiętali po obejrzeniu Pana dzieł?
O to należy pytać już samych odbiorców. Ja zajmuję się tworzeniem, a to, co ktoś w moich pracach odczyta, jest już jego interpretacją. Nauczyłem się nie oczekiwać, że widz odbierze mój zamysł jeden do jednego. Zostawiam pole do własnych przemyśleń i dopowiedzeń. Dla mnie sztuka nie może być dosłowna ani „łopatologiczna" – dlatego nie przepadam za hiperrealizmem, ani za skrajną abstrakcją. Najciekawsze jest pogranicze: dialog, w którym coś pozostaje w domyśle i widz musi to „dowyobrazić". Podobnie fascynująca jest dla mnie czarno-biała fotografia – ograniczona do szarości, wymaga od odbiorcy nałożenia własnych kolorów w wyobraźni. Czasem ograniczenia są wielkim plusem.
Kolorowanie czarno-białych zdjęć uważam więc za całkowicie bezsensowne, to jak malowanie trawy na zielono.





Czy ma Pan jakąś radę dla początkujących malarzy?
Praca, praca i jeszcze raz praca. Ale zanim w ogóle się zacznie, najważniejsza jest uważność – umiejętność patrzenia, dostrzegania i obserwowania. To jest absolutna podstawa.
Najpierw trzeba usiąść, przyjrzeć się, doszukać szczegółów. Dopiero potem przetworzyć to przez głowę i własne emocje, a na samym końcu przychodzi część techniczna, czyli malowanie.

Uważa Pan, że ważniejszy jest talent, czy ciężka praca?
Obie te rzeczy są potrzebne. Są osoby wybitnie utalentowane, które potrafią ten dar zaprzepaścić. Z kolei praca daje bardzo dużo – uczy precyzji, skupienia i wytrwałości, co jest niezwykle istotne. Początki są zawsze fascynujące, bo wtedy popełnia się najwięcej błędów i szuka własnej drogi. To najbardziej „gorący" okres, kiedy wszystko się formuje.

Czy Pana obrazy są bardziej spontaniczne, czy przemyślane?
Działam na szerokim spektrum i wyszukuję sobie malarskich problemów do rozwiązania.
Nie chodzi mi tylko o proste oddanie rzeczywistości, ale o kwestie podstawowe – jak kompozycja i odpowiednie rozłożenie elementów obrazu czy fotografii. Nie lubię tworzenia chaotycznego, zwykłego „namazania". Najpierw trzeba usiąść i zrobić szkice. Dawniej robiłem mnóstwo rysunków, dziś jednak tempo życia mnie ogranicza, więc moją formą szybkiej notatki stała się fotografia.

Czy długo zajęło Panu dojście do perfekcji?
To proces, który trwa do końca życia i nigdy się nie kończy. Unikam wpadania w manierę i staram się nie zamykać w jednym schemacie. Są twórcy, którzy odnajdują jeden sposób wyrazu i do końca życia mogą powielać to samo. Dla mnie znacznie ciekawsze jest poszukiwanie czegoś nowego. Kiedy czuję zmęczenie danym cyklem, zamykam go, odstawiam na bok i podejmuję nowy temat. To jest właśnie to bycie w wiecznym procesie twórczym.

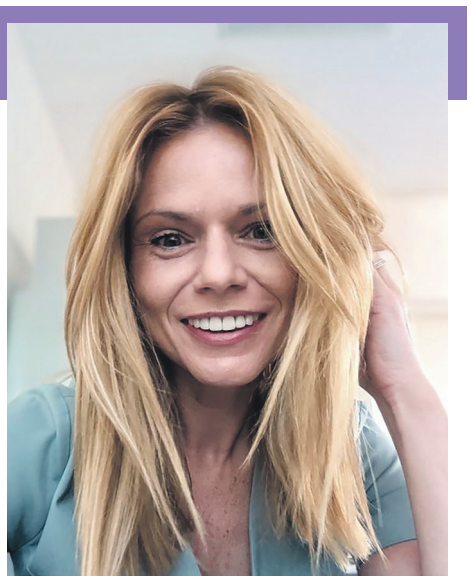
Dziękuję za rozmowę.
Amelia Świerczewska

eprasa.pl 059163d6cf

LABORATORIUM BEZ TAJEMNIC

Bo każdy wynik ma swoją historię.

Nerki – cichy strażnik naszego zdrowia



Jak laboratorium sprawdza, czy nasze nerki pracują prawidłowo?

Przecież nic mnie nie boli. Po co mam badać nerki? I rzeczywiście - choroby nerek mogą przez długi czas nie dawać wyraźnych objawów. Człowiek czuje się dobrze, normalnie pracuje, robi zakupy, spaceruje, prowadzi samochód…a tymczasem funkcja nerek może stopniowo się pogarszać. Dlatego tak ważne są badania kontrolne.

Dlaczego nerki są tak ważne?
Nerki pełnią w naszym organizmie wiele bardzo ważnych funkcji. Najbardziej znaną jest filtrowanie krwi i usuwanie z organizmu produktów przemiany materii wraz z moczem. Ale to nie wszystko.
Nerki pomagają również utrzymywać prawidłową ilość wody i elektrolitów w organizmie, uczestniczą w regulacji ciśnienia tętniczego oraz mają znaczenie dla gospodarki wapniowo-fosforanowej i produkcji czerwonych krwinek.
Można więc powiedzieć, że są jednym z najważniejszych „systemów kontroli" naszego organizmu.

Jak laboratorium sprawdza pracę nerek?
Do podstawowej oceny funkcji nerek wykorzystuje się kilka badań. Każde z nich mówi nam coś innego.

Kreatynina – jeden z podstawowych parametrów
Kreatynina powstaje w organizmie w związku z naturalną pracą mięśni i jest usuwana głównie przez nerki.
Jeżeli nerki filtrują krew mniej skutecznie, stężenie kreatyniny we krwi może się zwiększać.
Ale uwaga: **Sam wynik kreatyniny nie mówi wszystkiego o pracy nerek.**
Na jej stężenie wpływają między innymi wiek, płeć, masa mięśniowa, dieta i niektóre leki. Dlatego lekarz często ocenia kreatyninę razem z innymi informacjami.

eGFR – czyli jak sprawnie filtrują nerki?
Na wyniku badania możemy spotkać tajemniczy skrót eGFR.
Brzmi skomplikowanie, ale idea jest prosta. eGFR jest szacunkowym wskaźnikiem tego, jak sprawnie nerki filtrują krew. Oblicza się go na podstawie między innymi stężenia kreatyniny oraz danych dotyczących pacjenta.
Można powiedzieć, że:
Kreatynina jest dla lekarza ważną wskazówką dotyczącą pracy nerek.
eGFR pomaga tę informację przełożyć na bardziej praktyczną odpowiedź: jak sprawnie nerki oczyszczają krew?
Dlatego patrząc na wyniki, nie warto skupiać się wyłącznie na jednej liczbie. Dopiero ich połączenie z innymi badaniami i informacjami o pacjencie daje pełniejszy obraz funkcji nerek.

A co może powiedzieć nam mocz?
Bardzo dużo.
Badanie ogólne moczu jest prostym i łatwo dostępnym badaniem, które może dostarczyć informacji między innymi o obecności białka, krwi, glukozy czy innych nieprawidłowości.
Nieprawidłowy wynik nie zawsze oznacza chorobę nerek. Może mieć różne przyczyny i dlatego powinien być odpowiednio oceniony przez lekarza.

Albumina w moczu – mała ilość, duże znaczenie
Jednym z ważnych badań jest oznaczenie albuminy w moczu, często oceniane jako wskaźnik albumina/kreatynina (ACR).
Dlaczego jest to istotne?
Zdrowe nerki zatrzymują w organizmie większość białek. Pojawienie się zwiększonej ilości albuminy w moczu może być sygnałem, że bariera filtracyjna nerek nie działa prawidłowo.
Badanie ma szczególne znaczenie między innymi u osób z cukrzycą i nadciśnieniem tętniczym, ponieważ pozwala wykryć uszkodzenie nerek na stosunkowo wczesnym etapie.

Czy prawidłowa kreatynina oznacza zdrowe nerki?
Nie zawsze. To bardzo ważna informacja.
We wczesnych etapach choroby funkcja nerek może być już zaburzona, a stężenie kreatyniny we krwi nadal mieścić się w zakresie referencyjnym.
Dlatego lekarz może spojrzeć szerzej – na eGFR, badanie moczu, albuminę w moczu oraz inne czynniki ryzyka.

Jedno badanie jest elementem układanki. Dopiero wszystkie elementy pozwalają zobaczyć pełniejszy obraz.

Kto powinien szczególnie pamiętać o kontroli nerek?
Regularne kontrole są szczególnie ważne u osób, które mają między innymi:
Cukrzycę
Nadciśnienie tętnicze
Choroby układu sercowo-naczyniowego
Przewlekłe choroby nerek w rodzinie
Inne choroby lub przyjmują leki, które mogą wpływać na funkcję nerek – zgodnie z zaleceniami lekarza.
O potrzebie i częstotliwości badań powinien zawsze decydować lekarz, biorąc pod uwagę indywidualną sytuację pacjenta.
Pacjenci często przychodzą na badania dopiero wtedy, kiedy coś zaczyna ich niepokoić. W przypadku nerek warto działać wcześniej.
Wynik badania laboratoryjnego jest dla lekarza ważną informacją, ale nie jest samodzielną diagnozą. Naszą rolą w laboratorium jest zapewnienie wiarygodnego wyniku, a rolą lekarza – połączenie go z objawami, wywiadem i innymi badaniami.
Wspólnie tworzymy kolejne elementy układanki, która pozwala lepiej zadbać o zdrowie pacjenta.

Czy wiesz, że…?
Nerki filtrują ogromne ilości krwi każdego dnia. Mimo tak intensywnej pracy mogą długo radzić sobie z pogarszającą się ich funkcją, dlatego pierwsze etapy przewlekłej choroby nerek nie dają wyraźnych objawów. Właśnie dlatego profilaktyka i regularne badania mogą mieć tak duże znaczenie.

Co warto zapamiętać?
Nerki mogą chorować przez długi czas bez wyraźnych objawów
Kreatynina jest ważnym badaniem, ale nie powinna być oceniana w oderwaniu od innych informacji
eGFR pomaga ocenić szacunkową zdolność nerek do filtrowania krwi
Badanie moczu może dostarczyć cennych informacji o stanie zdrowia
Albumina w moczu może pomóc wykryć wczesne nieprawidłowości, szczególnie u osób z cukrzycą i nadciśnieniem
Regularne kontrole pozwalają wcześniej zauważyć niepokojące zmiany

Z perspektywy laboratorium – dlaczego te badania są takie ważne?
Naszą rolą nie jest stawianie diagnozy na podstawi pojedynczego wyniku. Naszą rolą jest wykonanie badania z należytą starannością, kontrola jego jakości i przekazanie lekarzowi wiarygodnej informacji, która stanowi jeden z elementów dalszego postępowania.
W przypadku chorób nerek ma to szczególne znaczenie, ponieważ wynik laboratoryjny bywa jednym z pierwszych sygnałów, że warto sprawdzić ich działanie dokładniej.
Każda próbka to nie tylko materiał do badania. To informacja o zdrowiu konkretnego człowieka. Dlatego za każdym wynikiem stoi odpowiedzialność – zarówno laboratorium, jak i lekarza.

PAMIĘTAJ
Nerki nie zawsze dają nam wyraźny sygnał, że potrzebują uwagi. Czasem sygnałem jest właśnie wynik badania. Warto go nie ignorować.
Bo w diagnostyce laboratoryjnej mała zmiana może być ważną wskazówką, a wcześnie zauważona wskazówka może dać czas na właściwe działanie.

Ewelina Szyszkowska
Diagnosta laboratoryjny
Specjalista Laboratoryjnej Diagnostyki Medycznej



fakty i mity

MIT	FAKT
Jeżeli nerki chorują, zawsze boli mnie w okolicy lędźwiowej	Choroby nerek mogą przez długi czas nie powodować charakterystycznego bólu. Dlatego badania kontrolne mają duże znaczenie
Prawidłowa kreatynina oznacza, że nerki są na pewno zdrowe	Kreatynina jest bardzo ważnym parametrem, ale lekarz może potrzebować również innych informacji, takich jak eGFR czy wyniki badania moczu
Badanie moczu służy tylko do wykrywania infekcji	Badanie moczu może dostarczyć wielu informacji dotyczących między innymi funkcji nerek i obecności nieprawidłowości wymagających dalszej diagnostyki

eprasa.pl 059163d6cf

Zadzwoń i odbierz rabat!

+48 601 779 779



BEZPOŚREDNIA

SPRZEDAŻ BETONU TOWAROWEGO

DROGI I MOSTY
Kacice k/Pułtuska
Rok zał. 1985
KACZMARCZYK

drogiimosty.com.pl

Wytwórnia betonu i asfaltobetonu
Kacice 76, 06-100 Pułtusk
drogiimosty@drogiimosty.com.pl

Szeroki wybór prefabrykatów betonowych w tym:

bloczki betonowe
elementy ogrodzeniowe
kostka brukowa

BRIX

Producent prefabrykatów betonowych
Kosewo 134, 05-190 Nasielsk
tel. 22 333 50 10

brix.net.pl

eprasa.pl 059163d6cf



reklama

19 Winnica w Rybnie!

Od 16 do 22 sierpnia winnickie piłkarki ręczne trenowały i odpoczywały na obozie w Rybnie. Były zabawy w miasteczku wodnym na jeziorze w Hartowcu, grały w siatkówkę i gry zręcznościowe, uczyły się pływania na supach i kajakach. Nie zabrakło corocznej wycieczki rowerowej dookoła pobliskich jezior.



Dzięki uprzejmości Komendy Powiatowej Policji w Działdowie odbyło się spotkanie z Paniami Policjantkami i Panem Policjantem na temat zagrożeń w sieci i bezpieczeństwa w ruchu drogowym.
Były też oczywiście poranne rozruchy i ciężkie treningi oraz sparingi z koleżankami z Mławy. Na koniec było ognisko i chrzest ośmiu nowych zawodniczek. Zabawa była przednia. Na zakończenie obozu wszystkie uczestniczki otrzymali dyplomy, medale i pamiątkowe gadżety. Dziękujemy za wspaniałą opiekę Paniom Marzence Staniszewskiej-Szelidze i Dominice Puchcie. Najbliższe plany to turniej 12 września dla dziewcząt z rocznika 2014 w Mławie oraz 19 września dla rocznika 2015 w Cegłowie.
Bardzo dziękujemy za wsparcie wakacyjnego wyjazdu naszym Przyjaciołom, bez pomocy których wyjazd byłby niemożliwy. Na takie Osoby, Firmy i Instytucje dzieci zawsze mogą liczyć:

Dziękujemy:
1. Panu Wójtowi Robertowi Wróblewskiemu z Radą Gminy Winnica
2. Panu Ireneuszowi Góreckiemu Prezesowi Banku Spółdzielczego w Nasielsku i Winnicy
3. Pani Ewie Dulińskiej właścicielce firmy Daria
4. Panu Wojciechowi Jamiołkowskiemu Prezesowi Winnickiej Mleczarni President
5. Panu Andrzejowi Grabowskiemu właścicielowi firmy Polmlek
6. Panu Grzegorzowi Pieńkoszowi Prezesowi firmy Artus-Winnica
7. Panu Łukaszowi Paczewskiemu Prezesowi firmy Karma i Farma Primavera Group z Nasielska
8. Księdzu Zbigniewowi Maciejewskiemu z Fundacją Nasza Winnica
9. Panu Stefanowi Winnickiemu właścicielowi winnickiego sklepu Topaz
10. Panu Profesorowi Robertowi Gajdzie z Fundacją Zdrowy Styl Życia
11. Panu Janowi Kaczmarczykowi właścicielowi firmy Drogi i Mosty
12. Panu Pawłowi Gierczakowi właścicielowi firmy Gerpol.
13. Panu Adamowi Morawskiemu właścicielowi firmy Polbram
14. Panu Józefowi Łatyfowiczowi właścicielowi firmy Isbud
15. Państwu Emilii i Piotrowi Wawrzyńskim właścicielom biura Waw-Tur.

19 Winnica







PUŁTUSKA gazeta powiatowa

Miejcie odwagę... Nie tę tchnącą szałem,
która na oślep leci bez oręża,
Lecz tę, co sama niezdobytym wałem
Przeciwne losy stałością zwycięża.
Adam Asnyk

ADRES REDAKCJI:
06-100 Pułtusk,
ul. Kotlarska 8

tygodnik społeczno-kulturalny mieszkańców Pułtuska i powiatu pułtuskiego

WYDAWCA:
AGA PRESS Agencja Wydawniczo-Reklamowa, ul. Kotlarska 8, 06-100 Pułtusk

Wydawca - Agnieszka Anulewicz - agnieszka@pultusk24.pl
Redaktor naczelna - Anna Jakim-Morawska naczelna.pgp@pultusk24.pl
Sekretarz Redakcji - Anna Jadaś - anna.jadas@pultusk24.pl

Dziennikarze:
Kamila Rud-Koluch - reporter.pgp@pultusk24.pl
Grzegorz Hubert Gerek - grzegorz.gerek@pultusk24.pl
Lech Chybowski - le.chybol@op.pl

Biuro reklam i ogłoszeń - reklama.pgp@pultusk24.pl

Od 27 lat razem z Wami

KONTAKT

Redakcja:
redakcja.pgp@pultusk24.pl
tel. 23 692 81 12

Biuro reklam i ogłoszeń:
reklama.pgp@pultusk24.pl
tel./fax 23 692 81 12

AGA PRESS
agapress@pultusk24.pl
tel. 23 692 81 12

Materiałów nie zamówionych redakcja nie zwraca, a ponadto zastrzega sobie prawo dokonywania skrótów. Wydawca ani redakcja nie odpowiada za treść reklam i ogłoszeń. Anonimy wyrzucamy do kosza.

eprasa.pl 059163d6cf



reklama

Gama

Tradycyjnie dobry wybór

Sklep MINI GAMA **ul. Świętojańska 2**

Sklep MINI GAMA **ul. Daszyńskiego 5**

Sklep GAMA **ul. Tartaczna 33**

Sklep GAMA **ul. Traugutta 23**

Sklep GAMA **Psary 82**

WRÓBELKI ĆWIERKAJĄ

czyli informacje nie potwierdzone (choć zapewne pewne)



Wróbelki o najpiękniejszym wyznaniu kolarskiej miłości

Kładąc piórka na wróbelkowym sercu musimy przyznać, że – naprawdę super imprezy zdarzają się w naszym mieście rzadziej, niżbyśmy tego wszyscy chcieli. Ale kiedy już coś u nas wypali, to z takim przytupem, że aż spod kół błoto leci!

W miniony weekend Pułtusk przeżył istne oblężenie, a II Rajd do Bram Mazur udowodnił, że kolarze to absolutnie najwspanialsi, najmądrzejsi, najbardziej uśmiechnięci i nieziemsko pozytywnie nastawieni do życia ludzie na tej planecie…. a jak wiecie wróbelkom nieczęsto zdarza się sypać takimi komplementami…

Kiedy niebo nad Pułtuskiem zrzucało z siebie całą wodę tego świata, błyskawice cięły niebo na części „normalny" człowiek (każdy trzeźwo myślący wróbel też) zamknąłby okno, otulił się kocem i odpalił Netflixa. Co zrobili uczestnicy rajdu? Zamiast wracać do domu, ruszyli w trasę przypominającą Zalew Goczałkowicki. **Zredefiniowali dietetykę wprowadzając** do sportowego menu innowacyjny, „chrupiący izotonik" (woda z deszczu + kurpiowski piach). Chociaż to chyba wróbelki wymyśliły jako pierwsze… **I to, za co ich podziwiamy, jako osobniki fruwające… Oszukali fizykę.** Utrzymali pion tam, gdzie grawitacja mówiła „gleba!".

„Seba! Pietras, mordo! To była męka! Jadę za rok!" – to przecież nie jest zwykłe zdanie rzucone przez kolarzy na mecie. To najpiękniejsze wyznanie kolarskiej miłości!

Powiedzmy to sobie wprost - nie byłoby tego rowerowego święta w naszym mieście bez fenomenalnych organizatorów rajdu - Stowarzyszenia Pułtuskie Kolarstwo Przygodowe, Pułtuskiego Towarzystwa Społeczno-Kulturalnego i Eco Pułtusk & Plus.

Oni, w połączeniu z rowerzystami, to po prostu mądry, inteligentny i do szpiku kości pozytywny zespół, który zaraża optymizmem z taką siłą, że uśmiech przebija się przez każdą warstwę błota na „pietrasowym" gravelu. Na trasie i w rowerowym miasteczku nie było miejsca na fochy, prężenie muskułów czy snobistyczne zadęcie. Kiedy na trasie i na mecie wszyscy wyglądają jak po bitwie w okopach, zacierają się różnice. Nieważne, czy miałeś pod sobą karbonową maszynę za dziesiątki tysięcy, czy wysłużonego szutrowca. Liczył się charakter, chęć pomocy na trasie i iw miasteczku, i to wspaniałe, bezpretensjonalne poczucie humoru.

Piotr „Pietras" Jaszczułt (z rowerem ustrojonym w polne kwiaty – mistrzostwo!), Sebastian „Seba" Zduńczyk i cała ekipa zrobili coś wielkiego. Stworzyli przestrzeń, w której dorośli mogli na chwilę zapomnieć o codzienności. Zjednoczeni w bólu pośladków, brudni jak nieszczęście, ale naładowani endorfinami tak, że mogliby zasilać elektrownię – taka to była ekipa. I choć nasze wróbelkowe systemy podpowiadają, że dobrowolne tarzanie się w błocie to statystycznie irracjonalne zachowanie, stwierdzamy jedno: patrzeć na Waszą pasję to czysta przyjemność. Dzięki Wam Pułtusk ma szansę stać się stałą, kultową mekką na gravelowej i szosowej mapie Polski.

Przyjmijcie od wróbelków najpiękniejsze wyznanie kolarskiej miłości…

IMIENINY OBCHODZĄ

Wtorek, 1 września: Bronisława, Idzi, Beatrycze, Egidia
Środa, 2 września: Stefan, Tobiasz, Walenty, Julianna
Czwartek, 3 września: Izabela, Szymon, Grzegorz, Zenon
Piątek, 4 września: Rozalia, Ida, Stella, Liliana
Sobota, 5 września: Dorota, Wawrzyniec, Justyna, Teodor
Niedziela, 6 września: Beata, Eugeniusz, Magnus, Zachariasz
Poniedziałek, 7 września: Regina, Melchior, Ryszard, Domasław

COŚ ŚMIESZNEGO

Trzech chłopców przechwala się czyj wujek jest lepszy.
Pierwszy mówi:
- Mój wujek jest biskupem i każdy mówi Wasza Ekscelencjo!
Na to drugi:
- A mój jest kardynałem i każdy mówi Wasza Eminencjo!
A trzeci chłopiec mówi:
- Mój waży 200 kilo i każdy mówi: O Boże!

eprasa.pl 059163d6cf